



Södertälje CK GRVL Ride



Södertälje Cykelklubb delar med sig av sina finaste rutter på grusvägarna i Sörmland. Sörmlandsterrängen är böljande och omväxlande med lite biltrafik.

Detta är en social ride där upplevelsen går före cykelprestationen. Cykling sker utan tidtagning i valfritt tempo. Navigering gör man själv med hjälp av våra GPX-filer men det finns fartgrupper med guidar om man föredrar det. För den mellanlånga banan kommer fartgruppen sikta på 25 km/h och på den korta bana anpassas farten så att de flesta ska kunna hänga med. På samtliga banor kommer det att finnas kvaståkare som ligger alltid sist.

Man är i princip självförsörjande på ett gruslopp, punkteringar lagar man tillsammans och energi har man med sig men det finns två vätskekontroller för påfyllning med vätska, frukt och bullar.

Detta ingår:

- omklädningsmöjlighet med varm dusch
- vätskekontroller ut med banan, 1 på den korta och 2 på den medellånga och långa
- pastasallad efteråt
- tre olika bansträckningar 51 km, 87 km och 113 km
- 1 fartgrupp "25 km/h" på mellanlånga banan
- 1 fartgrupp "alla-ska-med tempo" på den korta banan
- trevligt sällskap



SÖDERTÄLJE CYKELKLUBB

Info:

Söndag 4 oktober

Start långa och mellanlånga banan kl 10:00

Start korta banan kl 10:05

Regler: Deltagande sker på egen risk. Cykelhjälm är obligatoriskt. Trafikregler gäller och skall följas.

Start vid Furuborghallen i Nykvarn: <https://goo.gl/maps/aufXUrD4z2f7NeHB8>

Trädgårdsvägen

155 32 Nykvarn

59.185601005125676, 17.421926350486647

Mälartåg går till Nykvarn

Dusch och ombyte: Furuborghallens omklädningsrum

Anmälan 400 kr till Swish 123 522 29 71 samt följande uppgifter till sodertaljeck1933@gmail.com

- Namn
- Personnummer
- Telefonnummer
- e-postadress
- Bana
- Kontaktuppgifter närmast anhörig
- Matallergier eller preferenser

Anmälan är fullständig när avgiften är betald. Sista anmälan för att vara säker till matlåda efteråt är tisdag 29/9. Efteranmälan efter 29/9 sker på plats mot en förhöjd anmälningsavgift av 500 kr, matlåda ingår då inte.

GPX-filen skickas ut med e-post efter anmälan dagarna in start.

Personuppgifter (GDPR): Vi hanterar dina personuppgifter enligt GDPR. Vi samlar inte in mer information än vad som behövs för att genomföra arrangemanget samt för att kunna informera om nästa års utgåva. Uppgifterna kommer att raderas efter att inbjudan till nästa års arrangemang har skickats ut och senast ett år efter genomfört arrangemang. Uppgifterna kommer inte användas till något annat än vad som var syftet när de samlades in.