

Sonntag, 10. Dezember 2023 / ab 12.00 Uhr

Besammlung	Waldhaus, 3303 Zuzwil Keine Garderobe, WC ist vorhanden. Einfache Organisation. Kein Sanitätsdienst vorhanden. Die Regeln, Weisungen und die Informationen vor Ort sind zu beachten.
Bemerkung	Nach dem Lauf findet im Waldhaus von Zuzwil ein gemütlicher Chlousehöck statt, alle Teilnehmenden sind herzlich eingeladen. Damit wir wissen, wer alles am Chlousehöck teilnimmt, bitten wir Dich bei der Trainingsanmeldung dies mit dem Ja/Nein-Schalter» zu vermerken. Wenn Du etwas mitbringen möchtest, kann Du dies in dem Feld Bemerkungen vermerken.
Startzeiten	Zwischen 12.30 bis 13.30 Uhr / Zielschluss um 15.00 Uhr
Trainingsform	Langdistanz
Karten	Bike-OL Karte „Rapperswil Süd-Ost“ 1:15'000, Äquidistanz 5 m, A3 wasserfest
Bahnen	K: 10 km / M: 15 km / L: 20 km / XL: 25 km (km je ca). Bahnen eingedruckt. Organisation Bike-O Bern, Bahnlegung Angela Imboden
Startgeld	Das Startgeld beträgt CHF 15.- für Erwachsene und CHF 10.- für Jugendliche bis Jahrgang 2003 zusätzliche Karte 5.- / 5.- Miete Kartenhalter. Bezahlung online bei der Anmeldung.
Anmeldung	Ist unbedingt erforderlich (keine Nachmeldungen möglich) bis spätestens Donnerstag, 07. Dezember 2023 um 22.00 Uhr auf https://entry.picoevents.ch mit Angabe von Namen, Jahrgang, Bahn, Wohnort, Club, SI-Card--Nr und ob Kartenhalter und zusätzliche Karte benötigt wird.
Zeiterfassung Resultate	SPORTident Air+(berührungslos) - wird, wenn benötigt, zur Verfügung gestellt. Zum Detailvergleich auf https://events.picoevents.ch
Haftung	Die Teilnehmer starten auf eigenes Risiko. Der Organisator lehnt jegliche Haftung ab. Versicherung ist Sache der Teilnehmer.
Weisungen	Weisungen und Detailinformationen werden den Angemeldeten per E-Mail zugestellt.
Absage	Eine allfällige Laufabsage wird den Angemeldeten per E-Mail mitgeteilt.
Ausrüstung	- Mountainbike oder robustes Velo. Keine E-Bikes. Drehbarer Kartenhalter.
Regeln / Fairness	- Es besteht Helmtraggpflicht. Das Bike muss immer mitgeführt werden. - Die auf der Karte eingezeichneten Wege dürfen nicht verlassen werden. - Abkürzungen über Felder und durch den Wald sind verboten. - Die auf der Karte als „gesperrt“ gezeichneten Strecken sind zu beachten. - Die Vorgaben des BAG und die Verkehrsregeln sind einzuhalten. - Auf andere Wegbenützer (z.B. Wanderer, Reiter) ist Rücksicht zu nehmen. - Es ist stets mit Gegenverkehr zu rechnen. - Vorsicht beim Überqueren von Fahrstrassen.
Auskunft	Bike-O Bern, Patrick Imboden, 079 758 06 54, bikeolbern@gmail.com