



# Högbo Multi 2018

## Inbjudan

Varmt välkommen till årets upplaga av Högbo Multi den **14e juli** 2018. Du som gillar **multisport**, löpning, cykling, paddling och äventyr är härmed inbjuden att bjuda med en vän och delta i den fjärde upplagan. Tävlingen bjuder i år på flera nyheter, bland annat att tävlingen ingår i **Svenska Multisportcupen**, ny Ungdomsklass och Motionsklass, fler möjligheter för kanothyramm, som vanligt i **Högbo Bruks** fina miljöer.

Den perfekta tävlingen för allt från nybörjare till elit, ung som gammal. Om du gillar att ha kul tillsammans med en vän så anmäl ert lag idag!

Vi ses i Högbo den 14e juli!

**Datum:** 14 juli 2018, start 10:00

**Plats:** Högbo Bruk, Sandviken

**Lag:** 2-mannalag

**Klasser:**

Dam, Herr och Mix (segrartid 3h)

Ungdom, Motion (segrartid 1,5h)

**Beskrivning:** Tävlingen genomförs med gemensam start över ett antal tävlingsmoment där första lag att korsa mållinjen efter alla moment står som segrare. Lagen varvar flera gånger på arenan, där utrymme för materialbyte och energi- och vätskepåfyllning finns.

**OBS.** Tävländande sker på eget ansvar.

**Moment:** Momenten kommer innehålla löpning i obanad terräng, kanotpaddling, MTB och eventuellt något äventyrsmoment.

**Karta:** Banorna är inte uppmärkta utan lagen ska med hjälp av karta och kompass passera ett antal kontroller på varje moment. Lagen väljer vägval själva. Väljer du rätt eller väljer du fel? Orienteringens svårighetsgrad är av enklare karaktär. Gul svårighet med inslag av Orange.

**Särskild info Kanot:** Endast kanadensare är tillåtna och endast enkel-paddlar är tillåtna. Deltagarna måste ha flytväst för att få starta. Deltagare med egen kanot kan köra dessa ända fram till kanotcentralen.

**Särskild info MTB:** Alla typer av cyklar är tillåtna, banorna går dock ofta på knixiga stigar vilket gör att en väldämpad MTB är bäst lämpad. Deltagarna måste använda **hjäl**m för att få starta. Cyklarna måste medföras under hela cykelmomenten och får aldrig lämnas. Det är dock tillåtet både att föra cykeln fram till fots samt att gena mellan stigar och vägar i obanad terräng.

**Tidtagningssystem:** Sportident. Lagen stämplar med en elektronisk bricka vid varje kontroll och vid målgång vilket ger sträcktider genom tävlingen.

**OBS.** Det räcker med en bricka per lag! Alla modeller fungerar!

**OBS.** Du som inte själv kan ordna en fungerande SI-bricka kan hyra på tävlingen! Ange detta vid anmälan!

**Hyra av utrustning:** Följande utrustning kan hyras av arrangören:

- **Kanot**, kanadensare med enkelpaddel inklusive flytvästar.
- **MTB**, för hyra av MTB rekommenderas att ta kontakt med [Högbo Brukshotell](#).
- **SI-bricka**, (SI5) för tidtagning och sträcktider.
- **Kartställ**, inget krav, men ett mycket bra hjälpmedel som monteras på cykelstyret. Endast ett fåtal finns för uthyrning, först till kvarn gäller!

#### **Avgifter:**

Anmälan till och med 8e juli:  
- Herr, Mix, Dam: 600kr/ lag  
- Ungdom, Motion: 400kr/lag

9e juli-tävlingsdagen:  
- 150% av ordinarie avgift

Hyra kanot:  
- 300 kr/kanot

Hyra SI-bricka:  
- 20 kr/lag (Borttappad SI-bricka debiteras deltagaren med 300kr.)

Hyra kartställ:  
- 100 kr/person

**Öppna MTB-O banor:** Även i år kommer det finnas möjlighet att direktanmäla sig och köra MTB-O i tävlingsområdet. Två olika banor kommer att erbjudas, en längre och en kortare. Mer detaljer kommer i PM! Avgift: 50 kr/person

Avgifterna betalas i samband med anmälan till OK Hammarens **bankgiro 5459-1268** ange **lagnamn** vid betalning! Betalning på plats i form av kontant eller swish.

**Boende:** För övernattnig rekommenderas [Högbo Brukshotell](#), endast ett stenkast från tävlingsarenan.

**Mer info och anmälan:** Mer information kommer att släppas i PM ca 1 vecka innan tävlingen. Anmälan är öppen på hemsidan. Lagets anmälan bekräftas genom att laget läggs till i listan över anmälda lag som finns på hemsidan [www.hogbomulti.se](http://www.hogbomulti.se)

**Varmt välkomna önskar OK Hammaren!**