

Varmt välkommen till 2019 års Västkusten Runt!

Nedan hittar du all information inför Västkusten Runt. Läs igenom i lugn och ro så du kan förbereda dig på bästa sätt vilket förhoppningsvis medför att du får en härlig cykelupplevelse på vackra Västkusten. Har du trots informationen nedan fortfarande frågor går det bra att maila till info@vastkustenrunt.se

Trevlig cykeltur!

Tidpunkt

Lördagen den 25 maj.

Västkusten Runt 170 km start kl. 09:00

Västkusten Runt 125 km start kl. 09:30

Ditt startnummer och din starttid publiceras 23 maj på www.vastkustenrunt.se (med reservation för efteranmälningar).

Start och mål

Bananpiren (Frihamnen), Göteborg

Före start

Parkering

Vi rekommenderar att lämna bilen hemma och ta cykeln till starten för er som bor i Göteborg. Om ni måste ta bilen finns betalparkering i anslutning till eventområdet.

Nummerlappsutdelning

Välkommen till Trek Bicycle Store, Övre Husargatan 18-24, Göteborg. 23 maj mellan kl. 16:00 – 20:00. 24 maj – mellan kl. 16:00 – 18:00. 25 maj - Välkommen till vårt evenemangsområde på Bananpiren. Öppettider för lördagen den 25 maj är kl. 07:30-11:30.

Startkuvert

I ditt startkuvert som du erhåller vid nummerlappsutdelningen hittar du tre nummerlappar och två tidtagningschip.

Nummerlappen skall bäras på ryggen under cyklingen. Den mindre nummerlappen skall fästas på styret den tredje är för väskinlämning. Tidtagningschipen fäster du på vardera sida av din hjälm.

Utrustning

Valfri cykel får användas, dock får cykeln inte ha täckta hjul eller så kallad tempobåge. Godkänd hjälm skall bäras. Se till att cykeln är i gott skick till Västkusten Runt. Ha två fyllda vattenflaskor med dig så slipper du

stå i kö för att fylla på vatten vid start.

Ta även med en extra slang och pump så att du kan laga punktering och inte behöva vänta på servicebil.

Cykelservice (Trek Bicycle Store)

Det finns mekservice på plats och hjälper till med enklare service inför starten.

Väskinlämning

På evenemangsområdet har vi en bevakad väskinlämning där du kan lämna in det du inte vill ha med dig under loppet.

Loppet

Banlängd

Banan för 170 km är ca 168 km. Banan för 125 km är ca 123 km. Tidtagningen startar och slutar på Bananpiren.

Depåer

Längs banan finns tre depåer där du kan fylla på energi bland annat från ICA, Kahls Kaffe och Pure Nutrition. På 125 km-banan finns depåer efter 43, 72 och 102 km.

På 170 km-banan finns depåer efter 43, 115, 146. Vid målgång serveras dessutom en varm måltid, dricka, kaffe och kaka.

Underlag

Banorna består av uteslutande av asfalt och cyklas på såväl vägar, gator som cykelbanor.

Tidtagning

Vi använder oss av tidtagning med chip så att alla ska få sin tid registrerad. En instruktion om hur chipet fungerar finns på nummerlappens baksida. Ingen resultatlista utefter placering kommer att framställas då Västkusten Runt är ett motionslopp. Däremot kommer du att kunna se din egen tid på Västkusten Runts hemsida där det även finns en liveuppdatering under loppet.

Toaletter

Tillfälliga toaletter finns uppställda i start- och målområdet samt vid varje depå.

Service under loppet

På nummerlappen finns ett servicenummer som går till Västkusten Runts sambandscentral. De har i sin tur kontakt med servicebilarna längs banan. Ring om ni får stopp och behöver hjälp längs banan så försöker vi hjälpa till. Vid depåerna finns också enklare verktyg och pumpar. Om ni skulle behöva köpa slang, däck eller annat material av servicebilarna debiteras detta via faktura eller swish.

Cyklister som bryter

Om du måste bryta måste detta av säkerhetsskäl ovillkorligen meddelas arrangören. Säg till vid närmaste depå eller ring servicenumret om du bryter. Får du mekaniska problem och inte kan ta dig tillbaka till mål ringer du servicenumret för att få skjuts tillbaka.

Starttider

Starterna sker för 170 km kl. 09:00-09:30 och för 125 km kl. 09:30-10:00 med grupper som startar med två minuters mellanrum.

Tidsgräns

Målet stänger kl. 17:00.

Vi har också reptider på 170/125 km-banan som du måste ha passerat för att få fortsätta:

Västerlanda	115 km	kl.15:00
Kungälv	145 km	kl.16:00

Trafikregler

Vanliga trafikregler gäller och funktionärens anvisningar skall följas.

Att bryta mot trafikregler eller funktionärens anvisningar kan leda till struket resultat och frångått medalj.

Karta

Kartor över banan finns på www.vastkustenrunt.se.

Omlädningsrum och dusch

Det finns dessvärre ingen möjlighet till omlädningsrum och dusch.

Mat

Vid målgång serveras en varm måltid. Alternativt finns som är vegetariska samt gluten- och laktosfria för de som förbeställt via anmälan.

Priser

Priser från våra samarbetspartners kommer att lottas ut på era startnummer. En vinstlista kommer att anslås i anslutning till väskinlämningen.

Media

Arrangören kommer fotografera/filma under loppet och förbehåller sig rätten att publicera foto- och videomaterial fritt genom internet, tidningar och olika former av marknadsföring av Västkusten Runt och Göteborgsklassikern.

RaceONE

Låt nära och kära följa ditt lopp genom appen RaceONE

Gör det enkelt för dig att jämföra med andra deltagare även om ni inte startade tillsammans.