

SØNDERJYLLAND

21. AUGUST 2010

Vælg mellem 80 km,  
125 km, 165 km eller  
»slap a'« ruten på  
30 km

20 ÅR



RUNDT PÅ CYKEL

ARR.: ALLER CYKEL MOTION · Anne B. Møller · Langtoften 19 · 6100 Haderslev  
Telefon 21 34 39 04 · [www.allercykelmotion.dk](http://www.allercykelmotion.dk)

# Tilmelding



I år kører vi Sønderjylland Rundt på cykel for 20. gang

**Velkommen igen den 21. august 2010**

Alle, der er født i 1996 eller tidligere, kan deltage på 80, 125, 165 km.

Vedrørende »slap a'« ruten på 30 km – se andetsteds i brochuren.

Tilmelding og betaling kan ske via vores hjemmeside [www.allercykelmotion.dk](http://www.allercykelmotion.dk). Her kan man tilmelde sig enkeltvis og hold.

**Bemærk: Tilmelding er først gældende, når tilmelding og startgebyr er modtaget.** Firma/sponsornavn kan indsættes ved tilmelding hvis man ønsker det.

Sidste tilmeldingsfrist er den 8. august, derefter pålægges gebyr.

Husk at du selv skal afhente dit startnummer i gymnastiksalen på Aller Friskole, Kær Møllevej 19, 6070 Christiansfeld, på dagen og i god tid inden start. Dette kan således ske fra kl. 6.30 og frem efter.

**Husk! Tidlig tilmelding giver tidlig start!**

Startlister kan ses på vores hjemmeside [www.allercykelmotion.dk](http://www.allercykelmotion.dk) fra ca. 16. aug.

## • Cykelreparation

Der er mulighed for lidt hjælp om morgenen, idet der er en cykelhandler i startområdet. Skulle det ske, at du bliver udsat for et uheld undervejs, vil du blive samlet op af en servicevogn, som vil sørge for den videre transport. **Husk al reparation af cyklen er for egen regning.**

Har du behov for assistance, så kontakt informationskontoret på tlf. 21 34 39 04.

## • Hjemtransport

Udgår du af løbet, bør det ske ved et af depoterne. Meld dig til depotlederen, der så vil registrere dette og sørge for din hjemtransport. Sørger du selv for hjemtransport, så giv løbsledelsen i Aller besked på tlf. 21 34 39 04 for registrering.

**Punkteringer og evt. havari/reparation klares altid i venstre side. Vi cykler i højre side.**

## • Tøjtransport

Overskydende tøj kan afleveres på depoterne ved henvendelse til depotlederen. Denne udleverer en plastpose, hvorpå du skriver dit startnummer. Posen vil så blive transporteret til gymnastiksalen på Aller Friskole.

## • Afmelding

Skulle du blive forhindret i at deltage efter at have meldt dig til, kan du selvfølgelig melde fra. Gør du det før den 8. august 2010, refunderer vi 50% af startgebyret.

Efter den 8. august 2010 er tilmeldingen bindende, og indbetalt startgebyr vil ikke blive refunderet. Afmelding er kun gyldig ved skriftlig henvendelse til:

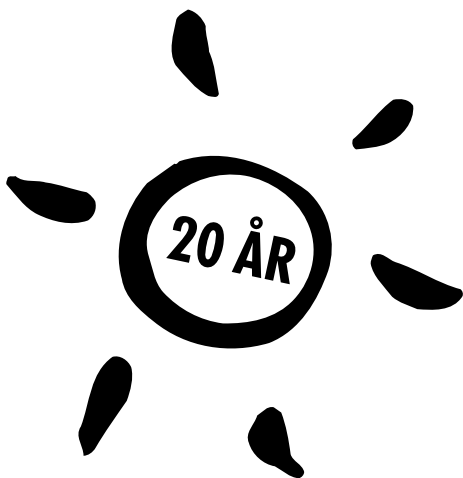
*Sønderjylland rundt på cykel*

v/ Anne B. Møller

Langtoften 19, 6100 Haderslev

Tlf. 21 34 39 04

[info@allercykelmotion.dk](mailto:info@allercykelmotion.dk)



# Ruter

## Information

Informationskontoret på Aller Friskole er åbent fra kl. 6.00 til kl. 20.00.

Samtlige ruter starter fra Aller Friskole i hold à 30 deltagere med 3 minutters interval.

## Rute 165 km

Første hold starter lørdag den 21. august kl. 7.30. Private følgebiler er ikke tilladt.

*Depoter:* Ved start og mål på Aller Friskole er der gratis forplejning. Derudover:

- Vilstrup (ca. 35 km, væske).
- Aabenraa (ca. 70 km, mad og drikke).
- Agerskov (ca. 115 km, varm mad / drikke).
- Tørning Mølle (ca. 135 km, mad og drikke).

## Rute 125 km

Første hold starter lørdag den 21. august kl. 8.30. Private følgebiler er ikke tilladt.

*Depoter:* Ved start og mål på Aller Friskole er der gratis forplejning. Derudover:

- Vilstrup (ca. 35 km, væske).
- Agerskov (ca. 75 km, varm mad / drikke).
- Tørning Mølle (ca. 95 km, mad og drikke).

## Rute 80 km

Første hold starter lørdag den 21. august kl. 10.00. Private følgebiler er ikke tilladt.

*Depoter:* Ved start og mål på Aller Friskole er der gratis forplejning. Derudover:

- Vilstrup (ca. 35 km, væske).
- Tørning Mølle (ca. 55 km, mad og drikke).

## DELTAGERE FOR 20. GANG

Vi har registreret nogle deltagere, som i år kan deltage for 20. gang. For at vi kan være helt sikre, vil vi gerne have, at alle, der i år deltager for 20. gang, sender en mail til os med navn og adresse til:

[info@allercykelmotion.dk](mailto:info@allercykelmotion.dk)

# »Slap a'« på 30 km

Ruten er for de uøvede eller de, som ønsker at røre sig en smule med en hyggetur ud i det blå. Her er der ingen aldersbegrænsninger, så tag bare børnene og madkurven med. Giv dig god tid og nyd naturen, men husk – det er smart med cykelhjelm. Du skal være opmærksom på, at en del af ruten er på grusvej.

Pris pr. cyklende deltager: 50 kr.

Tilmelding foregår på selve dagen i informationen eller via internettet. Startnummer udleveres i informationen fra kl. 10.00.

Der udsendes ingen yderligere oplysninger. Første hold starter kl. 11.00, sidste hold kl. 11.15. Husk at cykle i højre side af vejen – reparationer foregår i venstre side.

Husk, at det er en hyggetur, men der er også tidsregistrering, når du kommer i mål, og du får udleveret et diplom.

Ved ankomst til målet er der mulighed for at købe diverse forfriskninger.

## Depot

Efter ca. 16 km er der gratis forplejning – depotet lukker kl. 14.00.

# Startgebyr

Startgebyret for 165 km 270 kr., for 125 km 210 kr. og for 80 km 140 kr. pr. person, hvilket bl.a. inkluderer forplejning ruten rundt samt en t-shirt og et diplom til alle, der gennemfører.

Ved tilmelding efter den 8. august og frem til den 21. august er startgebyret for 165 km 345 kr., for 125 km 260 kr. og for 80 km 190 kr. pr. person.

Der pålægges online/pbs gebyr ved tilmelding.

Rabat ved samlet tilmelding af hold.

30-50 deltagere: 10 kr. pr. person

51-80 deltagere: 20 kr. pr. person

81-XX deltagere: 30 kr. pr. person.



# Praktiske oplysninger

## Diplom

Alle, der gennemfører ruterne på 30, 80, 125 eller 165 km får et diplom, som udleveres i informationen.

## Tidsregulering

Der anvendes chip. Den SKAL afleveres, når du kommer i mål.

## Hjelm

Alle deltagere SKAL anvende cykelhjelm, såvel åbne som lukkede, under hele løbet. Ellers ingen deltagelse i.h.t. DCU Motions regler. Startforbud. Startgebyr refunderes ikke.

## Færdselsloven

SKAL overholdes.

## Triathlonstyr – Bøjler

Tri-styr, små bøjler eller styrforlængere er ikke tilladt i.h.t. DCU Motions regler. Startforbud. Startgebyr refunderes ikke.

## Omklædning og bad

Aller Friskole. Omklædningsrummet er åbent fra kl. 06.30.

## T-shirts

Alle, der har gennemført ruterne på 80, 125 og 165 km får en t-shirt.

Årets t-shirt er udformet af kunstneren Erling Jørgensen, Kolding.

## Aflysning af løbet

Skulle Sønderjylland rundt på cykel af ekstraordinære omstændigheder – såsom myndighedsforbud, force majeure o.l. – blive aflyst, forbeholder arrangørerne sig ret til kun at refundere 50% af det indbetalte startgebyr.

## Forplejning

Der er gratis energidrik samt lækre boller fra **KOHBERG** før start samt på alle depoter. Når du kommer i mål, er der gratis frikadeller med kartoffelsalat samt en **FUGLSANG** øl/vand.

Al forplejning på depoterne er gratis. På nogle af depoterne er der også gratis COLA.

## BAKKER VED SØNDERJYLLAND RUNDT PÅ CYKEL

### Hejlsmindebakken - alle ruter

850 meter, 40 højdemeter,

4,7% gns.stigning.

### Diernæs Strandvej, 80, 125 og 165 km

1.400 meter, 45 højdemeter,

3,2% gns.stigning.

### Sønderballevej, 125 og 165 km

800 meter, 28 højdemeter,

4,0% gns.stigning.

### Kalvøbakken, 125 og 165 km

450 meter, 47 højdemeter,

10,4% gns.stigning.

### Dyrhave, 165 km

600 meter, 30 højdemeter,

5,0% gns.stigning.

### Jørgensgård Skovvej, 165 km

300 meter, 30 højdemeter,

10,0% gns.stigning.

### Agsø Bakke, 165 km

2.850 meter, 70 højdemeter,

2,5% gns.stigning.

### Hundeklem, 165 km

155 meter, 13 højdemeter,

8,4% gns.stigning.

### Tørning Mølle, 80, 125 og 165 km

400 meter, 20 højdemeter,

5% gns.stigning.