

## Soustředění Poslův Mlýn 2024

# MTBO trénink

## Rozpis

Datum:	Sobota, 18. 5., dopoledne
Čas:	9:00 - 12:00
Vzdálenost startu:	1,2 km
Typ tréninku:	Budou k dispozici tři okruhy, které je možné absolvovat v libovolném pořadí. Doporučeno je pořadí <b>Sprint - Middle - Long</b> . Pro úplné začátečníky, kteří nikdy na kole orient'ák nejeli, bude navíc pro seznámení s mapou k dispozici okruh <b>Starter</b> a <b>MTBO instruktáž</b> .
Délka trati:	Součet všech tří okruhů asi 13 km vzdušně, pro nezkušeného bajkera něco přes 1 hodinu v lese.
Start:	Samoobslužný intervalový, jak kdo přijede. Začátečníci první, zkušení borci nakonec.
Postup startu:	Nulování čipu, kontrola (startuje SIAC), start a <b>až potom беру mapu</b> .
Hodnocení:	Každý okruh zvlášť + součet časů.
Potřeby:	Kolo (horské, nebo trekové), <b>přilba</b> , MTBO mapník (bude k zapůjčení), čip (nejlépe SIAC, kontroly budou v režimu bezdotykového ražení a na kole to docela dělá rozdíl). Několik SIAC čipů bude k zapůjčení.
Bonus:	Pro ty co nebudou mít dost bude k dispozici ještě trať <b>Freeorder</b> s volným pořadím kontrol.
Upozornění:	Jezděte s respektem, dávejte pozor na sebe, ostatní sportovce i lesní turisty.
Další informace:	Do poznámky u přihlášky prosím uveďte jestli máte MTBO mapník, nebo ne. Pokusíme se zajistit jej pro každého.



Na slušnou bandu bajkerů se těší

Martin