



## Kjære deltaker i 6 timers pulje med kapteiner

Color Line Tour 2024 bare noen dager unna, og vi antar det kribler i magen hos mange nå. Kanskje spesielt du som aldri har syklet rittet før. Det å sykle i et stort sykkelfelt på trafikkert vei sammen med andre sykkelfelt vil alltid innebære en viss risiko, særlig om du ikke har erfaring med dette fra før. Som påmeldt i 6 – timers puljen forventer vi at du både er erfaren og ikke minst - godt trent.

Dette er også bakgrunnen for at vi i Kristiansands Cykleklubb har satt opp tidsgrupper med kapteiner. Kapteiner/tidsloser i din gruppe er **Danila Gataullin og Erlend Lindekleiv Olsen**, begge elitesyklister i KCK.

Kapteinerne stiller med egne vester for å være synlige i gruppa. De vil begge bære fløyte som de gir enkle og tydelige signaler med:

- To korte blås for å sette i gang rulla etter stopp eller låst rulle i oppoverbakker/utfor.
- Ett langt blås for å gjøre deg oppmerksom på evt. hindringer eller annet som gjør at farten går ned. Det kan også bety at vi tar igjen eller blir tatt igjen av andre større grupper.
- Gjentatte harde blås ved ekstraordinære situasjoner som velt, bråstopp p.g.a. hindringer m.m.
- På matstasjonen blåses det ett langt blås som betyr ”gjør deg” klar, gruppa går om 30 sekunder”. To lange blås når vi faktisk setter i gang.

Kapteinerens overordnede mål er at flest mulig skal komme samlet og trygt i mål på 6 timer og samtidig ha en god og hyggelig opplevelse. De skal ikke dra gruppa til Hovden.

- ***Vi ber om respekt og forståelse for at det er kapteinerens opplegg og beskjeder som til enhver tid gjelder.***
- ***Har du tips eller innspill underveis kan disse gjerne deles i en hyggelig passiar med en av kapteinerne.***
- ***Vi kjører etter et nøyte planlagt tidsskjema, og det er dette som bestemmer farta i gruppa.***

Dere må selv vurdere ekstra bekledding (løse armer/ben/ekstra jakke) basert på værmeldingen dagene før rittet. Foreløpig ser langtidsvarselet bra ut, men vi vet aldri.

Det er påbudt med lys foran og bak. Disse skal være på i alle tunneler. Dette kan kjøpes i sekretariatet, men vi anbefaler at du har ordnet dette på forhånd. Betaling vippses.

**Matstasjoner:** Det blir ett stopp på matstasjonen ved Bygland etter 97 km. Her stopper vi i 3 minutter. På matstasjonen får du tilgang til vann, cola, bakervarer samt brød og bananer som fast føde. Du rekker et kort dobesøk, fyller flaskene med vann/sportsdrikk samt fyller magen/lommene med litt fast føde. Vi kjører samlet videre fra matstasjonene. Alle må ha med seg to drikkeflasker fra start og noe å spise.



**Slik kjører vi rittet:**

Fra start og fram til Krossen (ca. 2 km), sykler vi med to ryttere i front (belgisk). Kapteinene blåser i gang den store rulla når hele feltet er ute på RV9. Herfra og til Hovden kjører vi én stor rulle som låses i oppoverbakker, i to av utforbakkene (Wehus og Sandrip) og hvis vi må vente for å passere andre puljer eller ved andre uforutsette situasjoner.

I denne gruppa må alle bidra i rulla. Vi er pr. nå litt få påmeldte (14 pluss tidsloser) Du må ha kapasitet og krefter til å holde den farten kapteinene har satt. Ryttere som tydelig sliter med å bidra i rulla vil bli sendt bak i feltet. Vi holder god dialog underveis så ser vi hvordan det utvikler seg.

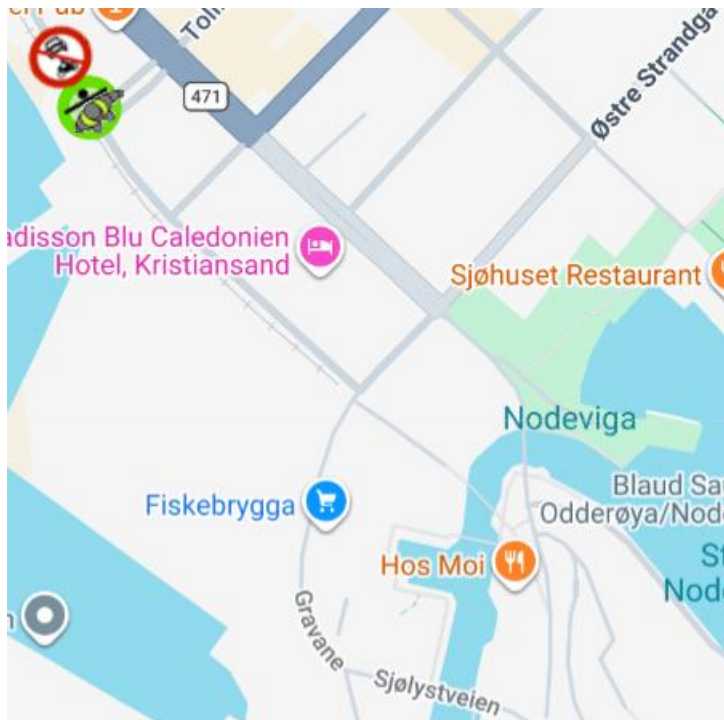
Det vil ikke bli organisert sekk eller rullering av front og baktropp. Det kjøres én rulle som du enten er med i eller ikke.

Vi ber om at alle merker hjelmen sin med navn på høyre side. Skriv det med sprittusj på hvit tape slik at det synes godt. Når siste mann i trekkrekka passerer sistemann i returrekka, kan han/hun si navnet til denne rytteren. Det er mye tryggere enn å kalle alle sammen "sistemann".

4-5 plasser før front i trekkrekka og i alle nedoverbakker, skal du være nede i bukken. Det er tryggere for både deg selv og de andre. Samtidig får du mindre luftmotstand som gjør at du og hele feltet sparer krefter.

**Uhell:** Det er ikke tillatt med følgebil i turritt. Er du uheldig og punkterer/får mekanisk feil må pulja dessverre kjøre videre uten å stoppe. Er du heldig kan du bli "plukket opp" av en pulje som starter lenger bak. Skulle det derimot skje et velt eller uhell i gruppa, vil gruppa stoppe og trekke ut av veien før kapteinene tar kontroll over situasjonen. Gruppa kjører videre når kapteinene gir beskjed.

**Starten går 07:31. Vi møtes til en kort info kl. 07:00 på parkeringsplassen like etter broa over til Odderøya. På oversiden av «Hos Moi». Se veien fra startområdet under.**



Figur 1 Oppmøte

Vi gleder oss til å sykle sammen med deg opp vakre Setesdalen!

Med vennlig hilsen  
Danila og Erlend