



## Velkommen til TelemarksKanalrittet

Lørdag 30. mai 2020

*TelemarksKanalrittet for 19. gang. Vi satser på din deltakelse!*

### Rittalternativer

Dalen – Lunde: 100 km for turryttere og mosjonister

Kviteseid – Lunde: 55 km for mosjonister + egen el-sykkelklasse

Rundløype: 24 km Lunde – Flåbygd – Lunde trim for familien

### Transport, overnatting m.m.

Person- og sykkeltransport fra Lunde idrettspark (mål) til Dalen kl.6.30 og til Kviteseid kl.8.30. Returtransport til Kviteseid og Dalen etter rittet. Du kan også velge "kanalpakke" – MS "Henrik Ibsen" fra Lunde til Kviteseid eller Dalen på fredag med overnatting på Quality Straand eller Hotell Dalen (mer info på våre nettsider). Det er 5 mat-/servicestasjoner, Krossli, Vrådal, Fjågesund, Høgefjell og Flom, med god service og god stemning.

### Premiering

I aldersbestemte turklasser er det vanlig premiering. I tillegg kåres «Raskeste kvinne/mann Dalen - Lunde». Mosjonister og trimmere kan vinne flotte gavepremier som trekkes på startnummer. Hovedpremien er en ny sykkel.

### Nærmere informasjon

Se [www.telemarkskanalrittet.no](http://www.telemarkskanalrittet.no) som oppdateres jevnlig

Epost: [post@telemarkskanalrittet.no](mailto:post@telemarkskanalrittet.no)

Telefon 905 87 316 – 907 88 322

## Starttider

Dalen – Lunde: Mosjon pulje 1 kl. 09.00 (stipulert tidsforbruk over 5 timer)  
Mosjon pulje 2 kl. 10.00 (under 5 timer)  
Turklasser kl.11.00

Kviteseid–Lunde: Mosjon vanlig sykkel kl. 11.00  
Mosjon el-sykkel kl.12.00

Rundløype: Start mellom 10.00 og 12.00 fra Lunde idrettspark  
Her er de også mulig å benytte el-sykkel for de som ønsker.

## Regler og krav

Rittet følger NCF's regler for turritt. Alle sykler på eget ansvar og må følge gjeldende trafikkregler og arrangørens anvisninger. Påbud om **godkjent hjelm**. Alle deltakere må ha NCF's årslisens eller løse engangslisens. **Terrengsykkel** anbefales (sti/gruspartier).

## Påmelding

Meld deg på via våre nettsider. Påmelding åpner 15.februar. Meld deg på og betal startkontingenten innen 15.april, er du med i trekning på 3 sykkeltrøyer. Fra 11. mai økes startkontingenten. Siste påmeldingsdag er tirsdag 26.mai.

## Samarbeidspartnere



Sønstebøtunet, 3800 Bø

