



Tour de Sjælland

Praktiske oplysninger

Dag 1 - onsdag den 12. juni 2019

Tidspunkt	
Fra kl. 7.00	Hjælpere og styregruppen er til stede ved Jyderup Hallen
Kl. 7.25	Velkomst ved Jyderup Hallen
Kl. 7.35	Samling i grupperne + briefing fra holdkaptajner om dagens tur
Kl. 7.45	Fælles fotografering i det nye Tour de Sjælland cykel tøj
Kl. 8.00	Klar til start på 1. etape 163 km. Vi kører ud af byen i grupper med 3-6 min. imellem hvert hold i nedenstående rækkefølge: Gruppe 23-25 km/gns. Grupperne 25-28 km/gns. Grupperne 28-30 km/gns.
Kl. 18.00	Aftensmad + orientering fra styregruppen

Parkering

Til jer der kommer i bil, og har brug for parkering, er det muligt ved Jyderup Svømmehal, Ellebjergvej, 4450 Jyderup. Kom i så god tid at I kan køre til hallen, aflevere jeres bagage, køre ud og parkere, læsse cykel af og cykle retur til hallen. Beregn ca. 15 min til dette. Alternativ til dette er, at aftale privat parkering med holdkammerat fra Jyderup.

Bagage

Medbring max 1. stk. bagage pr. person på maksimalt 10 kg. Bagagen skal afleveres ved den store bil på parkeringspladsen ved Jyderup Hallen inden afgang. Efterfølgende bliver bagagen fragtet direkte til første overnatningssted. Husk at sætte navn på din bagage.

Depottaske

Depottasken skal afleveres ved traileren på parkeringspladsen ved Jyderup Hallen og bliver fragtet med rundt til depoterne på ruterne. Navneskilt til depottasken skal du have af din holdkaptajn eller en person fra hjælpe teamet inden du afleverer depottasken ved traileren. I depottasken kan du f.eks. have et par ekstra slanger, en trøje og ekstra energi til turen.

Depoter på ruten

På depoterne på ruten vil der være gratis frugt, boller, chokolade samt mulighed for at fylde drikkedunke op med vand.

Ankomst til de 3 overnatningssteder:

Ved ankomst til Skælskør, Haslev og Tisvildeleje skal I tjekke ind. Michael eller en anden fra hjælpe teamet står klar til at tage imod og anviser jer et værelse. Der er sørget for en linnedpakke til alle bestående af sengelinned og 1. stk. badehåndklæde. Tag dertil gerne selv et håndklæde med.

Rengøring og opbevaring af cykler

Ved overnatningsstederne vil der være en mindre udendørs vaskeplads til rådighed, hvor vi har mulighed for at ordne cyklerne inden de sættes ind i opbevaringslokalet. TDS vil medtage et par spande, børster og klude.

Yoga

Efter 1., 2. og 3. etape er der mulighed for afspænding i form af yoga. Deltagelse er frivillig. Tag gerne et underlag eller et mindre tæppe med.

Dag 2 - torsdag den 13. juni 2019

Tidspunkt	
Kl. 6.00	Morgenmad Pakke bagage og depottaske
Kl. 7.00	Klar til afgang på 2. etape - 210 km. Afgang i nedenstående rækkefølge med tidsinterval på ca. 5-10 min: Gruppe 23-25 km/gns. Grupperne 25-28 km/gns. Grupperne 28-30 km/gns.
Kl. 19.00	Aftensmad + orientering fra styregruppen

Dag 3 - fredag den 14. juni 2019

Tidspunkt	
Kl. 7.00	Morgenmad Pakke bagage og depottaske
Kl. 8.00	Klar til afgang på 3. etape - 174 km. Afgang i nedenstående rækkefølge med tidsinterval på ca. 5-10 min: Gruppe 23-25 km/gns. Grupperne 25-28 km/gns. Grupperne 28-30 km/gns.
Kl. 18.00	Aftensmad + orientering fra styregruppen

Dag 4 - lørdag den 15. juni 2019

Tidspunkt	
Kl. 6.30	Morgenmad Pakke bagage og depottaske
Kl. 7.30	Klar til afgang på 4. etape - 103 km. Afgang i nedenstående rækkefølge med tidsinterval på ca. 6 min: Gruppe 23-25 km/gns. Grupperne 25-28 km/gns. Grupperne 28-30 km/gns.
Kl. 9.25	Sejler vi i samlet flok fra Hundested til Rørvig
Kl. 13.30 – 14.00	Ankomst ved Hjembæk Efterskole Samlet kører alle rytterne med master til Jyderup hvor der er samling på bibliotekspladsen med familie, venner samt overrækkelse af check til Cystisk Fibrose. På pladsen er der mulighed for mad og drikke. TDS er vært for en grillpølse samt en forfriskning til alle deltagere og hjælpere.
Ca. kl. 15.00	Afslutning og tak for denne gang!

Parkering for gæster der tager imod ved hjemkomst

Gæster der ønsker at deltage ved den festlige hjemkomst, kan parkere på parkeringspladsen ved Super Brugsen, på parkeringspladsen ved Jyderup Stationscenter eller på Sølystvej lige ved skoven og tæt på bibliotekspladsen.

Afhentning af bagage og depottasker

Jeres bagage og depottasker kan afhentes på parkeringspladsen bag Jyderup Stationscenter når hele arrangementet er overstået.