

**IF Roslagen SOL Special Olympics inbjuder härmed till en ny tävlingsform i Roslagen för alla åldrar**

# PACYKUTSI

**Söndagen den 9 augusti 2015 kl. 15.00**

**Start och mål vid Rånäs slott, Rånäs**

**PACYKUTSI (PAddla, CYkla, KUTa, SIMma)** är en tävling med fyra olika delgrenar nämligen paddling, cykling, kutning och simning. Namnet är konstruerat från de första bokstäverna i varje grenamn. Man kan tävla i LAG.

## **Tävlingsform LAG**

Varje lag består av fem medlemmar vilka var och en deltar i en gren. Alla bär nummerlappar. En särskild stafettpinne skall laget ha som tas av och på vid varje växling. Paddlingen sker med en tvåmanskanot (kanadensare med enkelpaddlar) vilket förklarar varför fyra grenar går ihop med fem lagmedlemmar

## **Förflyttning av folk och materiel**

Varje lag har ett eget ansvar för att dess respektive lagmedlemmar och materiel är på rätt plats vid växlingar, samt att återtransport av folk och tillhörande materiel sker för de som slutfört sina sträckor.

## **Start-och målområdet , Rånäs slottspark**

I start-och målområdet som är i Rånäs slottspark ges fortlöpande information om delresultat i PACYKUTSI. Däremellan underhålls publiken på allehanda sätt. Möjligheter ges även att inhandla förtäring vid café Stenkvärn samt hamburgare på Rånäs slott och lokala produkter.. Efter tävlingarna blir det prisutdelning vid Rånäs slott. Utlottning av Slottsweekend för 5 personer, i övrigt ett stort antal utlottningar av priser.

## **FÄRDVÄG**

**PACYKUTSI** inleds med CYkling ca 7 km den s k Vadet runt med sträckning allén upp till Nykvarn mot Norrbyggeby och man håller till höger mot Vadet, Råby, Granby och Rånäs bruk med växling i slottsparken. Sträcka två är Paddling ca 1 km med start vid slottets badplats och paddling söderut mot Söderbyholme och åter till växling vid gemensamma växlings och målområdet i Rånäs slottspark.. Det tredje delmomentet KUTing längs vägen mot Bränneribron där man har åkutning till Reningsverket upp på gamla banvallen mot Råby, Granby, Rånäs bruk och Rånäs slottspark, allt som allt ca 3½ km. PACYKUTSI avslutas med Simning 70 meter nere vid Rånäs slotts SPA och badplatsen med påföljande målgång i Rånäs slottspark.**OMBYTE** sker vid Rånäs skola.

Notera speciellt att alla tävlande deltar på egen risk. Cyklister och kutare har att följa gällande trafikregler dvs. högertrafik råder ! Cykelhjälm är obligatorisk. Paddlare bär flytväst.

## **ANMÄLAN och ANMÄLNINGSavgIFT**

Anmälningsavgift för deltagande i PACYKUTSI är 800 kr (600 kr NT-kort) för lag. Alla lag måste själva sörja för kanot (kanadensare). Möjligheter finns även att hyra kanoter för 100 kr. Kom ihåg cykelhjälm och flytvästar! ANMÄLAN senast 1 augusti görs enklast på e-post [hans.davidsson@roslagensol.se](mailto:hans.davidsson@roslagensol.se) 0175-613 93 eller IF Roslagen SOL, Vitkåksvägen 10, 762 96 RÅNÄS. Anmälningsavgiften insättes på Bankgiro: 549-3853.

**Tävlande och åskådare hälsas alla hjärtligt välkomna till en trevlig dag vid natursköna Rånäs slott och slottspark!**

*IF Roslagen SOL Special Olympics*

*Rånäs slott AB*

*Huvudsponsorer:*

*Norrtelje TidningRiflex AB*

*ICA Kvantum Flygfyren*