



# RANDS FJORD RUNDT

– dig og din cykel grundlovsdag

## Cykelløbet RANDS FJORD RUNDT 2017



RANDS FJORD RUNDT  
Grundlovsdag



Tilmeld dig inden den 15. april  
og deltag i lodtrækning om bl.a.  
en racercykel fra BC Bikeshop.



Foto: Gert Lykke Jensen



Fredericia C  
Kanalbyen  
ved Lillebælt

Fredericia C har offentliggjort sin endelige  
udviklingsplan for den nye bydel



Støt vores sponsorer – de støtter os:

 **Andresen's VVS**  
www.andresens-vvs.dk

 **BC BIKESHOP**  
BØRKOP CYKLER

**fotex**

 **GU**

**DONG**  
energy

### UDFORDRINGER TIL ALLE

Fredericia CC byder det cykelglade folk velkommen til den 37. udgave af Rands Fjord Rundt. 2017-udgaven har de fem kendte ruter på henholdsvis 185, 135, 70, 35 og 17 km. Alle ruter er lagt på små veje i bakket natur, og de afsluttes i et hyggeligt område i centrum af Fredericia – vi kalder løbet "Det danske svar på Flandern Rundt".

### RUTERNE

**17- og 35 km-ruterne** er de mindst krævende, og mange bruger ruterne til en familietur eller til en landevejstur på mountainbike. **70 km-ruten** er for den mere erfarne motionist, som gerne vil have udfordringer på cyklen.

**135 km-ruten** er den populære lange rute, hvor 18 kategoriserede bakker og 1.300 højdemeter giver den cykelgale rytter masser af udfordringer og oplevelser.

**180 km-ruten** er "marathon-distancen", som vi introducerede i 2016, da vi oplever, at flere og flere efterspørger udfordringer udover det sædvanlige. De 2.000 højdemeter gør denne rute til et af de sværeste motionsløb i Danmark.

De to længste ruter går begge rundt i Elbodalen og til kuperet terræn nord for Kolding og vest for Vejle med bl.a. til den klassiske Munkebjerg Bakke.

Alle ruter er kendetegnet ved smuk natur, og tager man sig tid, ser man mange fugle omkring Rands Fjord samt egnens mange karakteristiske vandmøller.

### GOD FORPLEJNING

Afstanden mellem depoterne er ca. 30 km, og i depoterne er der drikke, frugt og andet tilskud af energi til turen. I mål er der en gratis vand og et stykke frugt til alle deltagere.

### SIKKERHED

Alle deltagere skal bære cykelhjelm. Færdselsreglerne skal overholdes og kun på de mest kritiske steder vil trafikken være reguleret. Felterne på de lange ruter ledes af førerbiler og motorcykler. Ruterne er markeret tydeligt på vejbanen.

### TILMELDING

Tilmelding foretages på [www.sporti.dk](http://www.sporti.dk).

**Tilmeld dig inden 15. april og deltag i lodtrækning om bl.a. en ny racercykel fra BC BIKESHOP.**

Der er tidtagning på alle ruter, og registreringen foretages med en chip, som udleveres inden start sammen med et nummer. Starttider og andre nyttige oplysninger findes på [www.sporti.dk](http://www.sporti.dk) og på løbets hjemmeside [www.randsfjordrundt.dk](http://www.randsfjordrundt.dk).

### START OG MÅL I OLDENBORGGADE VED GAMMELHAVN

Start og mål er i centrum af Fredericia. Her kan I nyde udsigten over Lillebælt, slippe børnene løs i hoppeborgen samt få noget at spise og drikke før eller efter turen.

**VI SES GRUNDLOVSDAG, MANDAG D. 5. JUNI 2017.**

### HUSK

- Lavere startgebyr ved tilmelding på internet
- Store lodtrækningspræmier – tidlig tilmelding giver flere lodder
- Børn og unge under 18 år deltager uden startgebyr.



Scan og tilmeld via din  
mobiltelefon på Sporti.dk