

Spännande avslutning på tävlingen i år

Multisport.se har så här drygt två veckor innan tävlingen fått ta del av Göteborgs hemligheter.

Aaron Prince, banläggare:

Vi har lagt stor energi på att få till ett koncept med varierande banor och roliga moment, trots den begränsade tävlingstiden.

För herrbanan gäller att det blir en rafflande start med ett par hundra cyklar som rusar iväg på en snabb startsträcka. Efter bara fem minuter parkerar man cyklarna och ger sig ut på en timmes löporientering. Då kommer man in i de mer vilda delarna av Skatås-terrängen som bjuder på en blandning av tunga mossar liksom lättlöpta stigar och grusvägar. Här skall man verkligen passa på att njuta av naturen.

Tillbaka till cyklarna väntar ett antal vägval under den timslånga banan som mot slutet blir alltmer lättcyklad. Det gäller dock att ha god kartkontakt hela tiden och inte förivra sig när farten ökar.

Paddlingen blir liksom förra gången i Delsjöarna.

Tekniskt och orienteringsmässigt väldigt lätt, men deltagarna kommer ha ett par val mellan att lyfta och paddla runt.

Dam, mix, och företagen startar med paddelsträckan, i övrigt samma upplägg som herrarna.

Vi har hört rykten om en kontrollplock som sista sträcka?

Martin Rådbo, tävlingsledare:

Ja det stämmer. Efter de första tre ordinarie sträckorna är avklarade så avslutar vi tävlingen med en kontrollplock. Då får deltagarna använda valfritt transportsätt, simma, paddla, springa eller cykla för att ta de cirka 10 kontrollerna i valfri ordning. Man får även byta transportsätt under tiden.

Igår provkörde vi banan och valde själva flera olika vägval och upplägg. Vi hoppas att tätlagen kommer in jagandes varandra, och sen ger sig ut åt vilt spridda håll.

Ni är kända för era äventyrsmoment, hur blir det i år?

Aaron Prince:

Vi kan inte avslöja allt redan nu, men visst tänker vi upprätthålla den traditionen. Vi har många fina klippor vid de långsträckta sjöarna som inbjuder till aktiviteter.

Dessutom, som allra sista avslutning på banan kommer lagen att få kämpa sig igenom en hinderbana där samarbete inom laget är viktigt.

Kommer ni att justera längden på banorna för damlagen?

Aaron Prince:

Ja, vår målsättning är att vinnartiden för de olika klasserna skall vara ungefär fyra timmar. Damerna kommer ha något kortare banor, likaså mixklassen.

Hur tänker ni hantera detta med att långsamma lag kan korta av banan, liksom maxtiden på sex timmar?

Martin Rådbo:

Alla lag kommer hinna de tre första sträckorna utan problem. Därmed är det ingen risk att någon inte får göra alla momenten. (cykel, löpning, paddling). Den sista sträckan, kontrollplocken, lämpar sig väl för att korta av, de lag som eventuellt inte hinner med allt tar helt enkelt så många kontroller de hinner innan maxtiden, och springer sen till mål. Men hinderbanan kommer de inte undan, den skall alla göra som sista grej.

Ni har bankett i år. Varför?

Martin Rådbo:

Med kortare tävlingsupplägg är det många som vill åka hem så fort som möjligt. Redan tidigare år har det varit svårt att få tillräckligt med folk på banketten. Detta tillsammans med vår egen arbetsbelastning bidrog till beslutet.

Men med ett annorlunda tävlingsupplägg till nästa år kommer vi säkert igen.

Till slut, vad bör man träna mest på inför er tävling?

Aaron Prince:

Nu med två veckor kvar gäller det att över på de övriga delarna av tävlingen. Det kommer bli många byten- det gäller att vara snabb på det. Ni kommer behöva kombinera simning / lopning eller paddling / lopning då det är tillåten att lämna kanoten och springa och ta kontroller. Så man ska fundera på om man ska ha skor på eller ej när man simmar/paddlar. Samma gäller kombisträckan med cykling och löpning där man är tvungen att ha med sig löparskor på cykeln.