

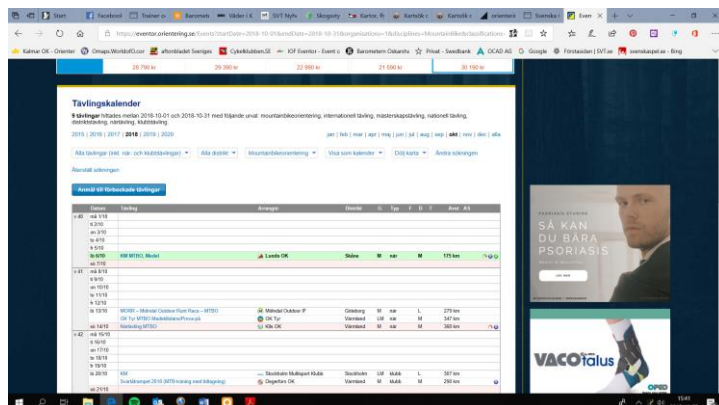
Introduktion till MTBO

Orienteringsförbundet - mountainbikeorientering

<http://www.svenskorientering.se/Grenar/Mountainbikeorientering/> Under adressen finns en hel del nyttig information.

Eventor tävlingskalender

<https://eventor.orientering.se/Events> anmälan till tävling kan göras via eventor om medlemskap i KOK finns. Öppen klass kan normalt anmälas på tävlingsdagen.



Internationella tävlingar

<http://www.mtbo-commission.com/wms-2018.html>

Kalmar OK

<https://idrottonline.se/KalmarOK-Orientering> sektionens ansvarig för MTBO Sonny Myrefelt.
Sonny.myrefelt@telia.com

facebook



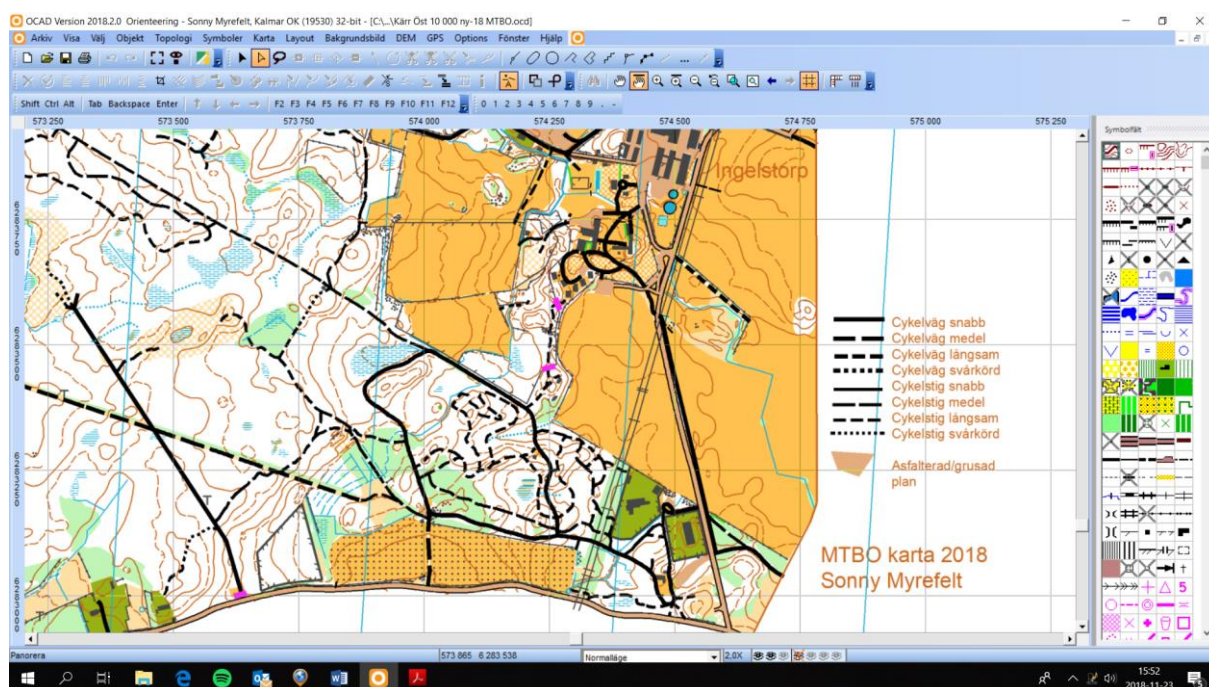
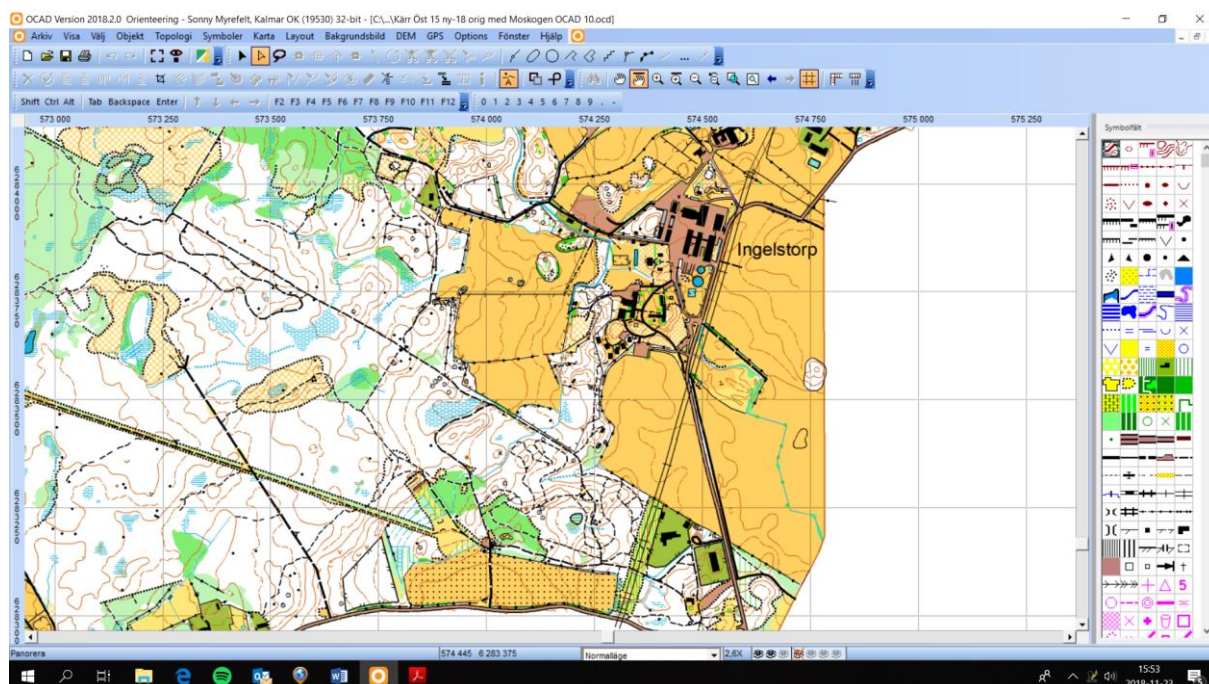
OL-kartan kontra MTBO kartan

MTBO kartan vanligen i skala 1:10 000 eller 1:7500 beroende på svårigheterna att under färd kunna se och fokusera på vägvalet och var man kör.

De viktigaste karttecknen synliggörs. Stigar och vägar ritas tjockare och klassas i framkomlighet. Snabb, medel, långsam och svårkörd och då som väg eller stig, väg är bredare än 1,5 m. Fyra klassningsnivåer används för respektive stig och väg.

Hinder typ träd, grindar, vägbommar mm skall visas på kartan.

Många tecken som finns på OL-kartan tas bort på MTBO kartan för att öka läsbarheten i fart. Bestandsgränser, stenar, kolbotten är några exempel på karttecken som tas bort.



Cykelning är generellt endast tillåten på stigar, vägar och asfalterade/grusade ytor om inget anges i information från arrangör. Cykel skall var med hela banan. Springa/gå utan cykel banan är ej tillåtet.

Högertrafik gäller vid möten, cyklisterna på väg upp för en backe har företräde framför den som är på väg nedför.

Omkörning sker på vänster sida.

Hjälm obligatoriskt.

Kartställ fästes på styret. Finns olika fabrikat. Många använder Nordenmark <http://nordenmark.com/>

Nordenmark har olika nivåer. Nordenmarks kartställ finns att köpa på större tävlingar eller direkt från leverantör eller återförsäljare typ <https://smsport.se/produkt-kategori/ol-material/karthallare-mtb-och-skid-ol/>

SI pinne, Sportident pinne som används av varje orienterare på tävling/träning för att verifiera att kontrollen har tagits och i rätt ordning, sträcktider och totaltider erhålls också. <http://sportident.se/> KOK har ett antal SI pinnar för utlåning vid träningar.

MTB cykel används av huvuddelen av de tävlande, även att enklare cyklar är tillåtna. MTB cykel finns i ett otal olika fabrikat och funktioner. Normalt är MTB utrustad med framgaffel med dämpare, kallad HT hardtail. Många cyklister använder fulldämpat dvs dämpning både bak och fram. Fulldämpade cyklar är normalt dyrare. Utöver detta finns olika komponentsystem Shimano XT, XTR Sram Eagle osv. Trenden nu är att använda enkelklinga fram och 11 eller 12 delat bak. Normalt är MTBO åkare mer betjänta av en mindre klinga fram (30 tand) och större drev där bak för att klara branta backar och svårforcerade avsnitt. Det är sällan att behov finns för klingor för högre farter > 35 km/h.

Hjälm är obligatoriskt och även här finns olika fabrikat. Hjälm med sk MIPS är att föredra då även ett visst skydd finns för rotationsskador. MIPS är ett "inre skal" i hjälm som till viss del är "fritt" från hjälmen.

Fritt sammanfattat av Sonny Myrefelt 2018