

RINGSJÖN RUNT

SKÅNSK FOLKFEST PÅ CYKEL

LÖRDAG 1 JUNI 2019

Man kan välja mellan 35, 65 och 125 km
samt en 35 km Mountainbikerunda

Mera info och anmälan: www.ringsjonrunt.se



CHANS ATT VINNA PÅ DITT STARTNUMMER

ROSLINS CYKEL skänker till vår utlottning
2 st Kärnan Brantevik Elcykel 14.5 Ah (18000:-/st)

Utlottningen på ditt startnummer börjar ca. kl. 13.30 i det stora
tältet, Ringsjöskolans idrottsplats i Höör

Musikframtidanden med Jessica Sjöholm & Nino Tiritiello börjar ca. 12.00

**RINGSJÖN RUNT ÄR ETT ARRANGEMANG
AV SKÅNES CYKELFÖRBUND**

Välkommen till det 53:e Ringsjön Runt

Ringsjön Runt är en härlig försommarupplevelse för både nybörjare och återkommande entusiaster. RR går av stapeln den 1:e juni 2019, med start och mål i Höör. 183000 deltagare har under åren upplevt ett härligt motionslopp på cykel mitt i Skåne. Vid våra depåer får du kaffe, bulle, blåbärssoppa, nyponsoppa, saft, vatten och HERBALIFE Nutrition vätske ersättning som gör att cyklingen går som en dans. Det finns olika rundor att välja bland: 35, 65 eller 125 km, samt 35 km Mountainbike.



ARRANGÖR:

Skånes Cykelförbund
Kvarngatan 17
29154 Kristianstad.

Har du några frågor är du välkommen att skicka ett mail eller ringa oss på telefon Tel: 0708 - 12 44 40

Telefontider:

Måndagar och torsdagar mellan kl 09.00 och 12.00 (fr.o.m. den 20:e mars 2019).

Övriga tider telefonsvarare. Tala in ett meddelande så ringer vi tillbaka.

E-post: info@ringsjonrunt.com
www.ringsjonrunt.se

Utlottning i tältet nära mål ca. kl. 13.30

CHANS ATT VINNA

PÅ DITT STARTNUMMER:

Roslins Cykel skänker till vår utlottning 2019:
2 st Kärnan Brantevik Elcykel 14.5 Ah (18000:-/st)



Vinster ej avhämtade, senast den 31 juli 2019 tillfaller arrangören. (eventuell vinstskatt betalas av resp. vinnare)

Anmälan och betalning

Anmäl dig via internet.

Enda sättet att anmäla sig är via nätet. Betalning kan göras direkt med Visa eller Mastercard, Swish eller mot faktura. Mera info www.ringsjonrunt.se

Anmälningsavgifter:

T.o.m. 14/4400 kr

Fr.o.m. 15/4450 kr

EFTERANMÄLAN: På plats i

Ringsjöskolans idrottshall i Höör....500 kr

Anmälningsrabatt

Har du fått rabattkod från någon av följande samarbetspartners:

Skånska Dagbladet, Sydsvenskan, Helsingborgs Dagblad, Kristianstadsbladet, Ystads Allehanda, så skriver du in koden på avsedd plats i anmälningsformuläret på internet.

Sista anmälningsdag genom internet är den 27 maj 2019

OBS! spara mailet i din mobiltelefon och visa upp det i Höör.

Du kan även printa ut bekräftelsemailet och ta med det till nummerlappsutdelningen i Höör. **Tänk på att du inte är anmäld förrän startavgiften är arrangören tillhanda.**

För att få en t-shirt inkluderat i startavgiften måste du anmäla dig senast den 28 april 2019.

Inställt arrangemang

Om Ringsjön Runt p.g.a. extra ordinära omständigheter måste inställas, förbehåller sig arrangören rätten att behålla 100 kr av anmälningsavgiften.

Avanmälan

Anmälan är bindande. Hinder för deltagande medför ej återbetalningsskyldighet av startavgiften för arrangören.



ÅRETS FYRA RUNDOR OCH STARTTIDER

Rundan

35 km ●

Start och mål på Ringsjöskolans idrottsplats i Höör. Starttid kl 09-11.
Banan går via Väg 23 Höger mot S. Rörum, Hörby, (DEPÅ) nästan fram till Osbyholm höger mot (Fulltofta), Ludvigsborg, Jägersbo, Sättofta Höör.

SKÅNSKA DAGBLADET

Rundan 125 km ●

Start och mål på Ringsjö-skolans idrottsplats i Höör. Starttid kl 08-10. Banan går via Tjörnarp, Sösdala (DEPÅ), Håglinge, S.Rörum, Hörby, (DEPÅ) Osbyholm, Fogdarp, Snogeröd, i rondellen rakt genom mot Eslöv, vänster mot Pugerup/Hurva. Vänster mot Löberöd, höger mot Gummarp, Harlösa Kyrka, Väg 104, Hammarlunda, Flyinge (DEPÅ), mot Rolstorp på väg 1289 under E22, Skarhult, Kungshult, Stehags Kyrkby, vänster mot Orrahus/väg 113, Stockamöllan, Munkarp, Höör, Ringsjöskolans IP.

OBS! Sösdala- och MTB depåerna stänger kl. 13.00.

Flyinge depån stänger kl. 14.00
Hörby depån stänger kl. 15.00.

OBS! Målet i Höör stänger kl 16.00

CITY-GROSS Rundan

65 km ●

Start och mål på Ringsjöskolans idrottsplats i Höör. Starttid kl 08-10.
Banan går via Tjörnarp, Sösdala (DEPÅ), Håglinge, S.Rörum, Hörby, (DEPÅ), Osbyholm, Fogdarp, Snogeröd, Orup, Höör.

HERBALIFE NUTRITION MTB

Rundan. 35 km Cross Country ●

Start och mål på Ringsjöskolans idrottsplats i Höör. Starttid kl 8.30 gemensam start. Banan går på grus och skogsvägar runt Frostavallen och tillbaka till Ringsjöskolans idrottsplats i Höör.

Efter ca 17 km kommer du till en DEPÅ.





HERBALIFE NUTRITION ARBETAR FÖR EN HÄLSOSAM OCH AKTIV LIVSSTIL

Herbalife Nutrition är officiell sponsor och dryckessponsor för Ringsjön Runt samt namnsponsor för MTB-rundan.

Häng med oss lördag 1:e juni!

herbalife24.se



Välkommen till det 53:e Ringsjön Runt



Starten

är på parkeringsplatsen framför Ringsjöskolans idrottshall. Här kan du fylla din flaska med sportdryck eller vatten. Har du problem med cykeln innan start kan du få hjälp här. Kolla starttider och vägbeskrivning på de olika rundorna på sidan 4.



Nummerlappar

hämtas i Ringsjöskolans idrottshall i Höör fredagen den 31 maj kl 16-19 och lördagen den 1:e juni kl 07-11. Nummerlappen fästes framtill.

Omklädnings

Omklädnings för damer och herrar finns i Ringsjöskolans idrottshall vid starten. Omklädnings är öppna den 1:e juni mellan kl. 07:00 - 17:00.

Fri parkering

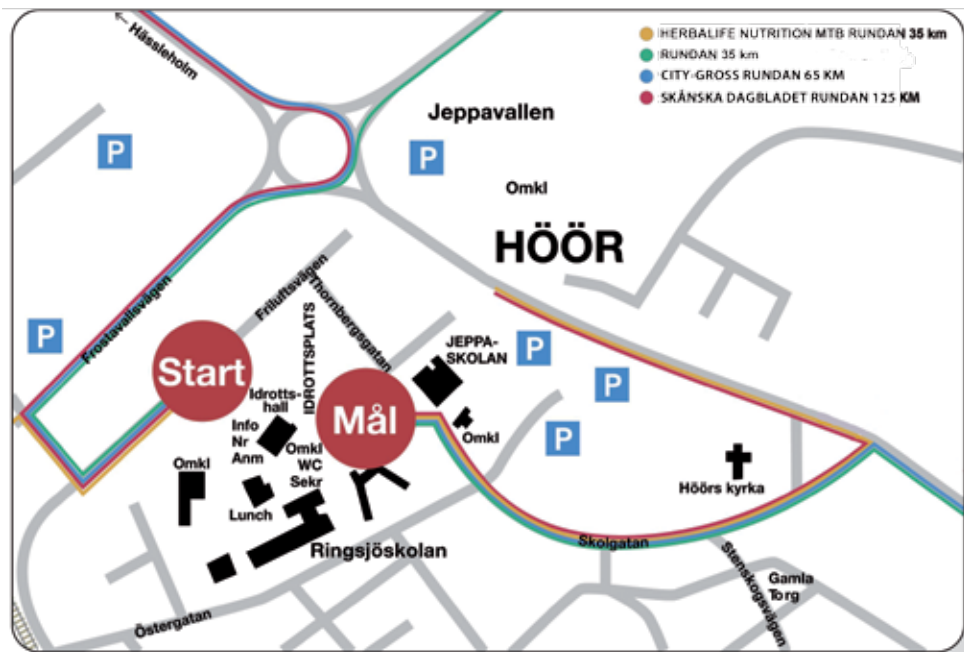
Höör Scoutkår anvisar lämpliga parkeringsplatser.

Sekretariat

Fredag den 31 maj kl 16-19.
Lördag den 1:e juni kl 07-16
Ringsjöskolans idrottshall i Höör.
Telefon: 0708-12 44 40

Effektförvaring

Möjlighet finns att lämna väskor och dylikt i anslutning till omklädnings i Ringsjöskolan. Ansvariga är Nattvandring, Höör som gärna hjälper dig. Kostnad: 30:-, betala gärna med Swish.



Målgången är på Ringsjöskolans idrottsplats, där du får ta emot din RR medalj. Koppla av i målområdet, snacka med likasinnade om dagens gemensamma cykeltur, lyssna på artistframträdande.

Observera att målet stänger kl 16.00

Musikframträdanden med JESSICA SJÖHOLM & NINO TIRITIELLO börjar ca. 12.00 i det stora tältet, Ringsjöskolans idrottsplats i Höör.



Utlottningen på ditt startnummer är också i det stora tältet ca. 13.30

Servering av mat och dryck vid målgången

Det finns möjlighet att köpa korv, chili och grillat, dryck, kaffe. Publiken är naturligtvis också mycket välkommen!

Företag och Föreningar

som inte har något företagspaket kan vända sig direkt till Farmshack BBQ

Farmshack BBQ fixar mat

Tel 0708 - 94 94 85

stefan@farmshack.se

www.farmshack.se



SKÅNSKA 
DAGBLADET
Med hjärtat mitt i Skåne.



Ringsjön Runt medalj

En exklusiv minnesplakett utdelas till alla deltagare efter fullgjord tur. Särskilda plaketter delas ut till alla som kört 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35, 40, 45 eller 50 gånger och fullföljt. Notera i anmälan om du är jubilar.

Service

Arrangörerna ger all service som behövs för att deltagarna skall kunna ägna sig åt färden runt Ringsjön. Servicebilar cirkulerar hela tiden på banan samt vid mål och vid depåerna. Material för enklare reparationer bör dock medtagas.

Försäkring och sjukvård

Olycksfallsförsäkring för deltagarna ingår i startavgiften. Längs färdvägen finns bilburen sjukvårdspersonal. Deltagarna startar dock på egen risk.

Hjälm

är obligatoriskt enligt Svenska Cykelförbundets regler för motionsarrangemang. Med ca 4000 cyklister på vägarna kan något hända, då är cykelhjälm en billig livförsäkring. Hjälm finns att köpa vid startplatsen.

Regler för Ringsjön Runt

Alla måste följa trafiklagarna. Som deltagare i Ringsjön Runt har du inga privilegier gentemot övrig trafik. Du är trafikant med ansvar. Cyklande skall färdas efter varandra. Cyklande får inte färdas i klunga. Allt deltagande sker på egen risk.



Ringsjön Runt för alla åldrar!
Cykla tillsammans i härlig natur





Höör
kommun

www.hoor.se

Välkommen till Höör!



Mitt i Skåne

Folkfest på hjul Ta med familj, arbetskamrater, vänner och bekanta.
Koppla av och upplev den Skånska Cykelfesten! Vi välkomnar även publik.





Vid depåerna finns servering av kaffe, bulle, blåbärssoppa, nyponsoppa, saft, vatten och HERBALIFE NUTRITION vätske ersättning som gör Ringsjön Runt till en härlig försommarupplevelse både för nybörjare och återkommande entusiaster.

CITY GROSS

Där maten gör skillnad

Ringsjön Runt®

Arrangeras av:

Skånes Cykelförbund, Kvarngatan 17, 291 54 Kristianstad,
i samarbete med 300 funktionärer och tillsammans med våra samarbetspartners.

MEDIASPONSOR:

SKÅNSKA
DAGBLADET
Med hjärtat mitt i Skåne.



www.ringsjonrunt.se