



Velkommen til Kynna Triatlon!

Vi inviterer med dette til en annerledes triatlon på Kynna 03.09.23

Det spesielle med dette løpet er at svømmingen er byttet ut med padling. Vi tar utgangspunkt i Kynndalens kvaliteter og inviterer til 5 km padling på Kynna, ca. 14 km sykling på asfalt/grusveg og 5 km løp på variert underlag, men mest skogssti. (kortere variant for turklassen)

Start, vekslinger og innkomst på festplassen ved Kynnbrua, langs FV 2094.

Det er påbudt med redningsvest på padleetappen.

Start konkurranseklasse og stafettklasse fra klokka 11.00 Turklassen kan starte etter dette.

Vi har kun to konkurranseklasser, menn og kvinner, men alle som ønsker delta på tid kan melde seg på i konkurranseklassen.

Det blir egen stafettklasse for tre personer, en i hver disiplin.

Tida blir registrert med EQ-timing og påmelding kan gjøres her:

[Kynna Triatlon: kajakk-sykkelløp \(eqtiming.com\)](http://kynna.com)

Startkontingenten ved forhåndspåmelding innen 31.08 er kr 180 pr person. Kr 250 ved påmelding ved start. Leie av brikke til tidtakingen kr 50. Startkontingenten i stafettklassen er kr 300.

Det vil være mulig å leie kajakk og kano på stedet. For kajakkleie kontakt Tor Cristian Røed i Vaaler IF torchristianroed@gmail.com 99468533. Kanoleie: lrunnberget@gmail.com 950 63 634 / 918 08 538.

Kort løypebeskrivelse:

Første etappe er padling og går på Kynna nordover til nordenden av Silksjøen, her skal bøyen rundes fra venstre mot høyre. Deretter padles det samme veg tilbake til Kynnbrua. Det gjelder venstreregel i padledelen av løpet. Hold alltid til venstre for møtende båter og eventuelle bøyer.

Ved ankomst Kynnbrua bringes kajakken opp på land og legges på tilvist plass. Det er ikke lov å sykle inne på festplassen, og sykkel må trilles til en har passert porten og er ute på fylkesvegen. Det sykles østover fylkesvegen i 6 km, til høyre etter Bølsjøen, rundt Søndre Bølsjøen og tilbake til søndre Bølla på ulike skogsbilveger, nordover langs Kynna og ut på fylkesvegen hvor det svinges til venstre, ca 500 meter langs fylkesvegen før en er tilbake på festplassen. Ingen av vegene er stengt for trafikk, og deltagerne SKAL følge trafikreglene.

Sykkelen trilles tilbake på anvist plass og det løpes ca. 5 km i traseen til den korte løypa i Risberget rundt. <https://ut.no/turforslag/1111765473/risberget-rundt-5-km>

Innkost er inne på Festplassen. Her er det også mulig å få kjøpe mat i kiosken.

Det er enkle skiftefasiliteter på Kynna, og vi anbefaler et bad i elva!

All parkering skal skje på plassen nord for fylkesvegen.

For mer info om løpet kontakt:

Per Ivar Antonsen i Solør Cykleklubb, perivar63@outlook.com tlf. 91127800

Björg Risberg i Risberget Idrettslag, bjrisber@online.no tlf. 99691238

eller Asgeir Rustad i Vaaler IF padling, asgeirus@gmail.com tlf. 95052270

Mer om Kynndalens kvaliteter her: <https://opplevkynna.no/>

Støttet av:



Innlandet
fylkeskommune

