

# Copenhagen Warrior

## Raceguide

Tak for din tilmelding til Copenhagen Warrior Du modtager en mail med dit heat og startnummer 2-3 dage før løbet

## Location & Transport:

Valby Parken Tudsemindevej 2450 Valby

### Parkering:

Parkering kan ske i Valby Parken – Se billede



### Offentlig transport:

Se venligst [www.rejseplan.dk](http://www.rejseplan.dk)

## Waiver læses online:

Waiveren (ansvarsfraskrivelsen) skal være gennemlæst online via tilmeldingen på SportsTiming.  
**INGEN WAIVER = INGEN LØB – INGEN UNDTAGELSE**

## Afhentning af startnummer:

Eliten bliver sendt afsted kl 11.00 hvilket du er velkommen til at komme og overvære. Afhentning af dit startnummer kan dog først ske fra 60 min FØR din start.

**NB:** Det er VIGTIGT at du kender dit startnummer INDEN du kommer op til registreringen. **NB:** Ved afhentning af startnumre til dit team skal du oplyse startnumre & Team navn.

### **Undgå kø på Raceday**

Afhent dit startnummer i Valby Parken allerede

**Fredag d. 15 juni kl 12 - 18**

### **Tilmelding på dagen:**

Tilmelding på dagen er muligt, ved Check In bord "Walk in" fra kl 12:00 til 14:00 Kontant eller Mobilepay. Prisen er 599,- på dagen.

Efter betaling udleveres kuvert med, Start Nr & Tidstagningschip.

## **Start & afvikling:**

10 min før din start vil der være en KORT opvarmning ved CPHW Crew, og instruktion foran startportalen.

Hvert heat vil blive sendt afsted i mindre grupperinger for at undgå kødannelser på ruten. Hold sammen med dit hold/gruppe hvis I skal flere afsted.

### **Regler:**

-HUSK, "man springer ikke forbi forhindringer – Man springer over/under/igennem dem!!"

Elite Heat skal gennemføre alle forhindringer, for at kunne i betragtning til den endelige sejr.. En misset forhindring betyder man mister muligheden for sejren.

Alm. Heats skal/bør forsøge sig med en forhindring, før de løber videre.

## **Gear:**

Alm. Løbesko kan sagtens bruges til CPHW.

Handsker er en smagsag. De vil være en fordel på enkelte forhindringer.

Tøj bør ikke være bomuld, men blandingsprodukter af Elasten, Polyester og Spandex som tørre hurtigt og ikke suger for meget vand.

## Tilskuere/Fans:

Er meget velkommen. Ruten passere forbi Warrior Campen et par gange, så der kan heppes/klappes/grines flere gange.

Menuen: Se længere nede under "Mad & Drikke"



## Praktisk:

På Raceday vil der være toiletter og omklædningsmuligheder på Warrior pladsen. Der vil også være mulighed for at blive nogenlunde ren bagefter, med en kold skyller.

**NB:** Det er **STRENGT FORBUDT** at bade i havet.

**Det kan være en fordel at medbringe:**

- Skifte tøj inkl. sko
- Poser til sit beskidte tøj - Håndklæde
- Vådservietter

**Betaling:**

Betaling i diverse boder kan ske med Mobilepay eller kontant.

**NB:** Vi tager ikke imod kreditkort.

**Bagage:**

Det er muligt at få opbevaret sin bagage.

Bagagen vil blive registret under dit startnummer og der er opsyn. **NB:** Opbevaring af bagage er på eget ansvar.

## Mad & Drikke:

Der vil være udvalg af drikkevarer som kan købes i baren & Nocco lounge.

Der vil være mulighed for at købe mad hos vores madleverandør

Sallies, CaMam & Siesta Foodtrucks.

Det er **IKKE** tilladt at medbringe egen mad og drikke på Warriorpladsen.

## Dagen op til:

*"Uden mad & drikke – duer helten ikke"*

Få sovet godt, og fyldt en masse energi i depoterne inden eventet. Vi glæder os rigtig meget til at tage i mod jer.

### **HUSK**

*"Alle kan starte - Alle kan slutte"*

*"Vi ses på slagmarken Warriors" //Copenhagen Warrior*