

# Tour de Porkala - Cykelhajak 2018



## Kom med på sommarens cykelhajak till Porkala!

Cykelhajken är ämnad för spejarscouter och äldre. Vi startar på lördagen den 9 juni från Lyan och cyklar via Esbo och Kyrkslätt till Porkalaudd, och på söndagen cyklar vi tillbaka samma rutt. Allt som allt så cyklar vi ca. 110km, alltså ca. 55km per dag.

Vi samlas vid Lyan kl. **10:30 på lördagen**, då går vi igenom regler, och försäkrar att alla har sin utrustning i skick. Vi siktar på att starta 11:00. Vi tar en matpaus ca. halvvägs, och korta pauser vid behov. Vi torde komma fram före 16, varefter vi lagar middag och sätter upp tält.

På söndagen äter vi morgonmål och startar hemåt när tältet är packat. Vi siktar på att komma tillbaka klockan **15:00 på söndagen**.

### Utrustningslista(far med bil till Porkala)

Sovsäck, liggunderlag, byteskläder, ficklampa, tandborste, tandkräm, pyjamas, matkärl + bestick.

### Utrustningslista(deltagaren har med sig under cykelutfärden, i en rygsäck eller dylikt)

Cykel och cykelhjälm, scouthalsduk, kläder enligt väder, vattenflaska, skor som är bekväma att cykla och gå i, matsäck(ett par smörgåsar eller dylikt), lite pengar om man vill köpa något på vägen.

### Förberedelser

Granska cykeln; se till att den är hel, och fungerar som den skall. Bekanta dig med cykelns delar och hur man reparerar vanliga skador såsom punktering eller att kedjan hoppar av. Granska att hjälmen är hel, sprickor på hjälmen sänker förmågan att skydda huvudet. Ta även med reservinnerslangar om du har.

### Pris och Anmälning

Priset på hajken är **15€** och betalningen sker på kårens, Scoutkåren Nybyggarna, FI7240553510000615.

Anmälningen sker via Kuksa <https://kuksa.partio.fi/Kotisivut/login.aspx?Id=21178>

### Vid frågor

Kontakta Ville Hellström på [ville.hellstrom@nybyggarna.net](mailto:ville.hellstrom@nybyggarna.net) / 050 587 1663