



## Mountainbike

Vice Versa byder dig og dine kolleger velkommen til en uforglemmelig dag med fart og konkurrence. I vil her få mulighed for at prøve kræfter med orientingsløb på mountainbike – også kaldet MTB-O.

Kombinationen af korthåndtering med cyklens fart og de muligheder, der er på skovens grusveje gør, at det kan være en udfordring i sig selv ikke at blive væk!

Det bliver en dag med spænding, fart og motion, hvor jeres retningssans og planlægningsevner vil blive stillet på prøve, når I skal finde frem til de forskellige poster. Sporten kan dyrkes af alle - uden nogen egentlig forberedelse eller træning – da distance samt sværhedsgrad kan varieres efter den enkelte deltageres ønsker.

Inden I går i gang, vil vores professionelle instruktører afholde en kort briefing, hvor de bl.a. vil gennemgå ruten og sikre sig, at cyklerne er indstillet til den enkelte persons højde.

Alle poster vil være bemandede, og det vil under hele løbet være muligt at få hjælp til eventuelle problemer med cyklen.

Arrangementet kan med fordel gøres til en konkurrence mellem de ansatte – både som individuel, parallel holdkørsel.

MTB-O kan endvidere kombineres med en foto-konkurrence, hvor I på ruten skal nå at tage billeder af nogle forskellige objekter. For dette gives der ligeledes et antal point, og konkurrencen bliver dermed mere åben.

Efter et hårdt ræs er det tid til en afslappende middag. Under middagen vil der være præmieoverrækkelse samt en fremvisning af de forskellige billeder, der blev taget under dagens begivenheder.