



**ENDURO-OHJE: LÄHTÖPAIKKA KINTURINKUJA 2, 11120 RIIHIMÄKI,
tai muu erikseen sovittu lähtöpaikka.**

Tervetuloa MotoJyskyn järjestämälle Endurosafarille tai Endurostart-kurssille. Tässä muutama ohje, joita noudattamalla päivästäsi tulee mahdollisimman hauska ja turvallinen. Lisäksi pyydämme sinua ilmoittamaan kysymämme asiat.

1. Ilmoita meille nettisivujemme ilmoittautumislomakkeella viimeistään kolme päivää ennen safaria omat varustekokosi seuraavin mitoin:
 - kypärä xs-xxl tai pään ympärys sentteinä otsan korkeudelta
 - takki xs-xxl tai pukumitoin 46 - 56
 - housujen vyötärömitta esim. farkkujen w-mitta 28 - 48 tuumaa
 - kengän koko tai erikseen mainittuna ajosaappaan koko 38 – 51 (tai 7 – 15)
 - käytätkö silmälaseja ajaessa?
2. Ilmoita meille ilmoittautumislomakkeella viimeistään kolme päivää ennen, jos sairastat sellaista sairautta, mikä oppaan pitää tietää. Näitä ovat esim. hengitys- ja verenkiertosairaudet, voimakkaat allergiat, sekä diabetes.
3. Edellisenä päivänä kannattaa tankata nestettä vähän varastoon – etenkin lämpimänä vuodenaikana. Vesi on yksi parhaista tähänkin tarkoitukseen, mutta myös suoloja sisältävistä urheilujuomista on monelle apua. **Turvallisuuden takia on promilleraja tasan nolla!**
4. Energian riittävyyden takia on hyvä syödä edellisenä päivänä pastaa tai muuta hiilihydraattipitoista ruokaa sekä vaikkapa ruisleipää magnesiumin riittävyyden takia. Safaripäivän aamuna pitää syödä tukeva aamupala. Myös aamulla kannattaa juoda normaalia enemmän.
5. Safarille kannattaa varata mukaan juotavaa ajotakin taskuun tai vyölaukkuun sopivassa astiassa. Energiapatukka voi olla myös hyvä eväs.
6. Ota mukaasi sään vaatima alusvaatetus. Alle 10 asteen lämpötilaan suosittelen pitkiä kalsareita ja aluspaitaa. Varsinkin tauon jälkeen ajoviima voi tuntua turhan pirteältä. Alusvaatetuksen pitäisi siirtää kosteutta seuraavaan kerrokseen, jona kosteutta sitova paita on hyvä. Kotimatkaa varten kannattaa varata kuivat vaatteet. Pakkasraja on -10C astetta.
7. Mikäli olet tilannut saunan, ota pyyhe ja muut tarvitsemasi saunavarusteet mukaan. Tämä tarkoittaa myös saunajuomia. Mikäli saunominen tapahtuu uimahallilla, varustaudu myös uima-asulla.
8. Mikäli olet tilannut ruokailun, on hyvä huomioida, että ruokaa tehdään tilatun henkilömäärän mukaan. Mikäli haluat laktoosittoman tai muun ruokavalion mukaisen ruuan, muista mainita siitä jo ilmoittautumislomakkeessa. Ruokailu voi tapahtua esim. uimahallin tilaussaunalla, joissa omien alkoholijuomien nauttiminen on sallittua. Me emme saa myydä juomia.

9. Oikean reittivalinnan takia kerro meille mahdollisimman totuuden mukaisesti, minkä verran ajokokemusta sinulla on mopolla tai moottoripyörällä? Sekä lisäksi minkä verran sinulla on ajokokemusta enduro- tai motocrosspyörällä?

Varsinaiset ajo-ohjeet saat oppailtamme. He ovat kokeneita endurokuljettajia. Koko ajon ajan voit kysyä heiltä ajamiseen, pyöriin ja varusteisiin liittyviä asioita.

Ajaminen kiviä, juuria yms. yllätyksiä sisältävällä reitillä on haastava tehtävä kaikille niille, joilla ei ole säännöllistä tuntumaa maastossa ajamiseen. Siksi oppaamme yrittävät sovittaa reitin ja nopeuden vastaamaan aina ryhmän tasoa. Näin olemme pystyneet minimoimaan sattuvat vahingot.

Esinevahingoissa enimmäisomavastuu jokaisesta ajokista ja ajovarusteista on 500€ sis. alv 24 %. Tyypillisimpiä vahinkoja ovat alle 100€ maksavat kahvat ja muovit.

Liikennevakuutuksen käyttöön johtavista henkilövahingoista veloitamme aina 500€ bonusluokan alentumisen takia.

Endurotallimme osoite Kinturinkuja 2, Riihimäki.

Safarin vastuullinen järjestäjä on:

J. TENGMAN OY Hämeenkatu 7 11100 Riihimäki puh 0400 733 833
y-tunnus 1635322-2

Safariterveisin
Jysky

Jyri Tengman
gsm 0400 733 833 jyri.tengman@motojysky.fi