



INVITASJON

Jokermesterskapet

UL/UM 2022

6 - 7. august



Velkommen til Jokermesterskapet

ungdomslekene (UL) og ungdomsmesterskapet (UM) 2022!

Vi har gleden av å ønske alle landets barn og ungdomssyklister i alderen 10-16 år velkommen til to fartsfylte dager sammen med foreldre, trenere og støtteapparat.

Velkommen skal dere være alle sammen!

Invitasjon til mesterskapet og program over øvelsene følger vedlagt.

Sykelhilsen

Samir Tawfiq

Rittleder

Jokermesterskapet UL/UM 2022

#Jokersykel



Sted	Lørdag 6. august 2022 Fellesstart UL – Rudskogen Gokartbane Tempo UL/UM – Fylkesvei 1214 Søndag 7. august 2022 Fellesstart UM – Rudskogen hovedbanen
Påmelding	Påmelding: EQTIMING Link: Fellesstart UL: https://live.eqtiming.com/62180#dashboard Tempo UL/UM: https://live.eqtiming.com/62256#dashboard Fellesstart UM: https://live.eqtiming.com/62257#dashboard Påmelding innen tirsdag 2. august 2022 kl 23:59
Startkontigent	Deltakeravgift er 160 kroner pr øvelse
Klasser	- M/K 10 (UL) - M/K 11-12 (UL) - M/K 13 (UM) - M/K 14 (UM) - M/K 15 (UM) - M/K 16 (UM)
Premiering	- M/K 10-12, Premier til alle deltakere på hver øvelse. - M/K13-16, Deltakerpremier til alle. Medaljer til 1. 2. og 3. plass. Mestertrøye til vinnere.
Premieutdeling	Premieutdeling fellesstart og tempo for UL samt tempo for UM gjøres etter tempo'n på lørdag 6. august. Sted: Historica, Ertevanneveien 4, 1890 Rakkestad Ordfører i Rakkestad Kommune, Karoline Fjeldstad, deler ut premier. Premiering UM fellesstart – Gjennomføres rett etter fellesstarten på Rudskogen Hovedbane.
Parkering	Parkering på anviste plasser. Stor parkeringsplass ved Rudskogen Motorsenter. (Fellesstart) Historica, Ertevanneveien 4, 1890 Rakkestad (Tempo)
Sekretariat	Lørdag 6. august 2022 Fellesstart UL – Smaalenene Sykkelklubbs telt på parkeringsplassen ved Gokartbane. Åpner kl 08:00 Tempo UL/UM – Åpner kl 12:00 ved Historica, Ertevanneveien 4, 1890 Rakkestad Søndag 7. august 2022 Fellesstart UM – Smaalenene Sykkelklubbs telt på Parkeringsplassen ved Hovedbanen på Rudskogen åpner 07:00.



Lagledermøte	Fredag 5. August klokken 20:00 på Teams. Obligatorisk. Påmelding og link til møte publiseres på Jokermesterskapets facebook side.			
Kontakter	Rittleder	Samir Tawfiq	90012549	stawfiq@hotmail.com
	Vaktsjef / Assisterende rittleder	Øystein Fundingsrud	99040168	oystein.fundingsrud@fsc.no
	Arenasjef	Roger Mørby	97461900	Rmdesign.mrby9@gmail.com
	Sekretariatsjef	Dagfinn Haug	95016020	dh_1958@hotmail.com
	Norsk Folkehjelp	Hildegunn Holmen	91602737	askim@folkehjelp.no
Kommisærer	Sjefskommisær: Kåre Stokke (Åsane CK) – stokke.bergen@gmail.com			
Regler og lisenser	Rittregler i henhold til NCF sitt reglement. Se http://sykling.no Godkjent hjelm er påbudt. Alle sykler på eget ansvar og skal følge arrangørens anvisninger. Spesielt nevnes: Ryttere som i, eller like etter, sluttspurten løfter begge hendene fra styret skal, hvis det skjer i tett sprintformasjon, deplasseres til siste rytter i puljen Alle ryttere over 12 år må løse lisens. Ryttere opptil 12 år er forsikret gjennom NIFs barneidretts-forsikring. Lisens medbringes for kontroll. Engangslisens fås kjøpt ved påmelding gjennom EQ-Timing.			
Tidtaking og Resultater	EQ Timing benyttes. Hjelmbrikker deles ut sammen med startnummer.			
Sanitet	Førstehjelp (Teltet til Norsk folkehjelp) på parkeringsplassen ved Rudskogen og på start/målområde. Ved Historica (Ertevanneveien 4, 1890 Rakkestad) på tempo. Helsepersonell er tilgjengelig på alle øvelser.			
Doping	UL og UM er et rent arrangement. Anti-doping Norge kan foreta uanmeldte kontroller på alle NCF registrerte ritt. Som arrangør vil vi tilrettelegge forholdene for en eventuell kontroll etter gjeldene rutine. Alle ryttere og ledere skal forholde seg til instruksjer gitt fra representanter fra Anti-doping Norge. Ingen utøvere under 16 år skal til kontroll uten eskorte.			



Overnatting Scandic SARPSBORG Sandesundsveien 1 1706 Sarpsborg 18 km til Rudskogen	  Tilbud, sport pris fra 5 -7 august. <table> <tr> <td>Singelrom</td><td>1290,-</td></tr> <tr> <td>Twin rom</td><td>1490,-</td></tr> <tr> <td>3 senger</td><td>1690,-</td></tr> <tr> <td>4 senger</td><td>1890,-</td></tr> </table> Oppgitt pr.natt og inkluderer frokost. Gjestene kan ta kontakt på 69 12 42 00 eller sarpsborg@scandichotels.no for booking til priser over. Oppgi «Jokermesterskapet» som referanse. Hotellet holder ingen rom, men det kan bookes til priser oppgitt helt til hotellet eventuelt er fullbooket.	Singelrom	1290,-	Twin rom	1490,-	3 senger	1690,-	4 senger	1890,-
Singelrom	1290,-								
Twin rom	1490,-								
3 senger	1690,-								
4 senger	1890,-								
Bye Kro og Vertshus Rakkestad Trivelig lite hotell midt i Rakkestad sentrum Ta kontakt med Rittleder for booking 11 Km til Rudskogen	<table> <tr> <td>4 enkeltrom Pris kr 890 pr rom pr natt Ekstra seng Kr 200.</td><td rowspan="4">  </td></tr> <tr> <td>4 dobbeltrom Pris Kr 1090 pr rom pr natt Ekstra seng kr 200.</td></tr> <tr> <td>1 trippelrom Pris kr 1090 pr rom pr natt. (samme som dobbeltrom) Extra seng kr 200</td></tr> <tr> <td>1 «Suit» Dobbeltrom med stua med plass til totalt 5 senger Pris 1090. Extra seng. 200 (max 3 senger)</td></tr> </table>	4 enkeltrom Pris kr 890 pr rom pr natt Ekstra seng Kr 200.		4 dobbeltrom Pris Kr 1090 pr rom pr natt Ekstra seng kr 200.	1 trippelrom Pris kr 1090 pr rom pr natt. (samme som dobbeltrom) Extra seng kr 200	1 «Suit» Dobbeltrom med stua med plass til totalt 5 senger Pris 1090. Extra seng. 200 (max 3 senger)			
4 enkeltrom Pris kr 890 pr rom pr natt Ekstra seng Kr 200.									
4 dobbeltrom Pris Kr 1090 pr rom pr natt Ekstra seng kr 200.									
1 trippelrom Pris kr 1090 pr rom pr natt. (samme som dobbeltrom) Extra seng kr 200									
1 «Suit» Dobbeltrom med stua med plass til totalt 5 senger Pris 1090. Extra seng. 200 (max 3 senger)									



**Bjørnstad
hytteutleie**

**2 km fra
Rakkestad**

**8 Hytter med 4
køyesenger på
hver.
Lite kjøkken
med
kokeapparat og
kjøleskap**

**WC og dusj i
servicebygget**

**Kr 500 pr hytte
pr natt**

**Ta kontakt
med Rittleder
for booking**

**13 km til
Rudskogen**



Servicebygget med WC og Dusj





Ca 2 km utover Haldensveien mot Degernes svinges det av ved gården Bjørnstad søndre.





Quality Hotel Entry Kolbotn Nær Oslo og 10 km til Tusenfryd, for de som vil kombinere UL og ferie? Det gis 20% rabatt på dagens pris. 77 km (1,5 t) til Rudskogen	 Bestilles ved å sende epost til: linda.overby@choice.no eller ringe: 66 99 78 08 Oppgi «Jokermesterskapet» som rabattkode



Utteksling og girtabell

Klasse	Max. meter pr. omdr.	Maksimaldistanser i km.		
		Tempo	Lagtempo	Fellesstart
K10	6,68	5	10	10
M10	6,68	5	10	10
K11-12	6,68	10	10	20
M11-12	6,68	10	10	20
K13-14	6,68	10	20	30
M13-14	6,68	20	30	40
K15-16	7,17	15	20	60
M15-16	7,17	30	50	80
K Junior	7,93	15	30	80
M Junior	7,93	30	70	140
M U23	-	40	-	180
K Senior	-	40	50	120
M Senior	-	80	-	200
K Veteran	-	30	30	80
M Veteran	-	30	-	150

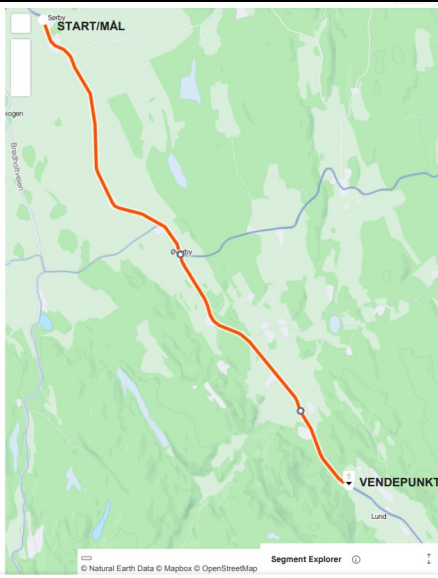
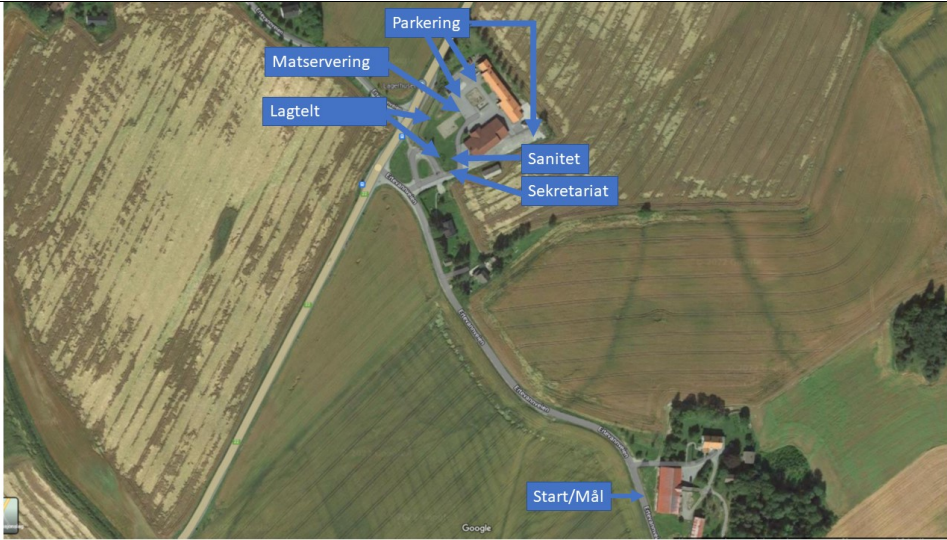
Tabellen angir hvor mange meter sykkelen kommer frem pr. pedalomdreining

GEARTABELL

	12	13	14	15	16	17	18
37	6,58	6,08	5,64	5,26	4,94	4,64	4,39
38	6,76	6,24	5,79	5,41	5,07	4,77	4,51
39	6,94	6,41	5,95	5,55	5,20	4,89	4,62
40	7,12	6,57	6,10	5,69	5,34	5,02	4,74
41	7,29	6,73	6,25	5,83	5,47	5,15	4,86
42	7,47	6,90	6,40	5,98	5,60	5,27	4,98
43	7,65	7,06	6,56	6,12	5,74	5,40	5,10
44	7,83	7,23	6,71	6,26	5,87	5,52	5,22
45	8,01	7,39	6,86	6,40	6,00	5,65	5,34
46	8,18	7,55	7,01	6,55	6,14	5,78	5,45
47	8,36	7,72	7,17	6,69	6,27	5,90	5,57
48	8,54	7,88	7,32	6,83	6,40	6,03	5,69
49	8,72	8,05	7,47	6,97	6,54	6,15	5,81
50	8,90	8,21	7,63	7,12	6,67	6,28	5,93
51	9,07	8,38	7,78	7,26	6,81	6,40	6,05
52	9,25	8,54	7,93	7,40	6,94	6,53	6,17
53	9,43	8,70	8,08	7,54	7,07	6,66	6,29
54	9,61	8,87	8,23	7,69	7,20	6,78	6,40

Eksempel: I M13-14 kan sykkelen trille max. 6,68 meter på en pedalomdreining. Vi ser ut fra tabellen at gunstigste utveksling vil være 50-16. Dette vil gi 6,67 meter. Ved å bruke 52-klinge foran, må rytteren opp på 17 bak. Skal han ha 15 klinge bak, må han ned på 46 foran.



Rittprogram Tempo	Klassene starter kronologisk etter alder i henhold til startliste. Første start er klokken 14:00. (Se din starttid på EQ-timing) M/K 10, 5 km M/K11-12, 10 km M/K 13-14, 10 km M/K 15-16, 10 km								
Løypekart Tempo Start og mål: Ertevangveien 36. Vendepunkt: Ertevangveien 573.	<table data-bbox="419 1240 700 1285"><tr><th></th><th>Distance</th><th>Elevation Gain</th><th>Elevation Loss</th></tr><tr><td>5</td><td>5.00 km</td><td>50 m</td><td>59 m</td></tr></table>		Distance	Elevation Gain	Elevation Loss	5	5.00 km	50 m	59 m
	Distance	Elevation Gain	Elevation Loss						
5	5.00 km	50 m	59 m						
Arenakart Tempo Adresse: Historica Ertevangveien 4, 1890 Rakkestad									



Rittprogram <i>Fellesstart UL</i>	Klasser M/K 10 M/K 11/12	Starttider 9:00 9:30	Distanse 9,7 km 24,2 km	
Løypekart <i>Fellesstart UL</i> <i>Gokartbanen på Rudskogen Motorsenter AS Motorsportveien 180 1894 Rakkestad</i> <i>Banen er 1210m</i>	Starttider er ca tider og kan bli justert etter antall påmeldte. Endelig starttider og distanser vil bli offentliggjort på Jokermesterskapets offisielle side på facebook og på lagledermøte. 			
Arenakart <i>Fellesstart UL</i>				



Rittprogram	Klasser	Starttider	Antall runder	Distanse
Fellesstart UM	K 13-14	8:00	10	32,4
	M 13-14	8:00	11	35,6
	K 15-16	9:30	16	51,8
	M 15-16	9:30	22	71,2

Løypekart

Fellesstart
UM

Rudskogen
Motorsenter AS
Motorsportveien 180
1894 Rakkestad

Lengde: 3,254 km
Svinger: 14
Høydeforskjellen er på
42 meter



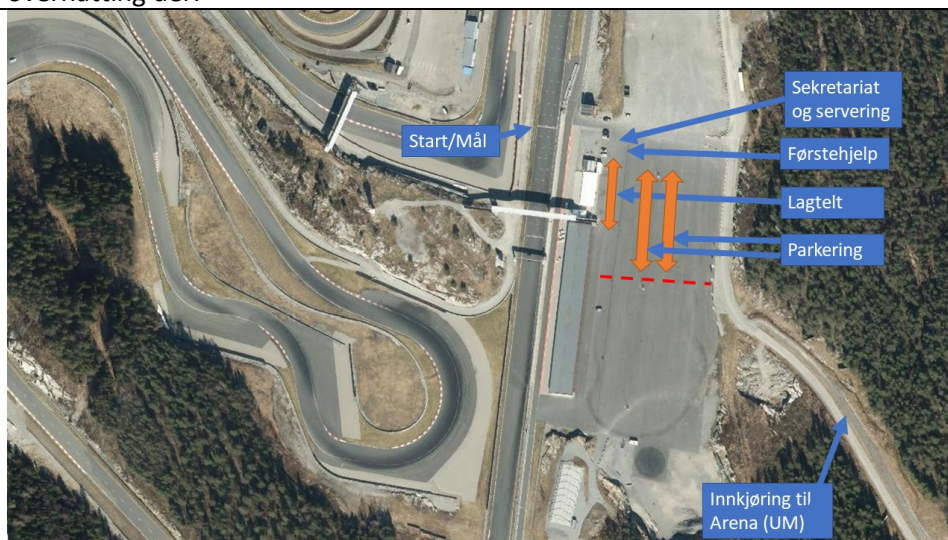
Det er planlagt rene årsklasser, noe avhengig av antall påmeldte kan klasser bli kjørt sammen.

Starttider er derfor ca. tider og endelig starttider og eventuelt distanser, kan bli justert avhengig av antall deltakere ved påmeldingsfristens utløp 2. august kl. 23:59.

PS! Rudskogen er stengt kvelds -og natt så det er dessverre ikke mulighet for overnatting der.

Arenakart

Fellesstart (UM)





Hovedsponsor



Samarbeidspartnere



Norsk Folkehjelp Indre Østfold

Scandic
SARPSBORG

