

## KONKURRANSEREGLEMENT TERRENGSYKLING (MTB) KAPITTEL I - GENERELLE BESTEMMELSER

*Dette er de gjeldende generelle regler for Terrengsykling. Vennligst vær oppmerksom på at UCI og NCF kan vedta endringer i dette regelverk uten forutgående varsel.*

*I norske ritt/klasser som har UCI-kategori, gjelder UCIs regelverk.*

*Der det er avvik mellom UCI og norsk regelverk gjelder UCIs regelverk, dersom ikke annet er angitt i reglement for norske særregler.*

*Spesielle norske regler og tilpasninger er skrevet i egne dokumenter.*

**Eventuelle endringer/oppdateringer fra UCI er skrevet i rødt.**

### INNHOLD

		Emne	Side
<b>Kapittel I</b>		<b>Generelle bestemmelser</b>	
<b>§ 1</b>		<b>Konkurransformer</b>	<b>2</b>
	4.1.001	Konkurransformer og betegnelser	2
<b>§ 2</b>		<b>Klassebestemmelser og deltakelse</b>	<b>2</b>
	4.1.004	Rundbane – Olympisk format (XCO)	2
	4.1.005	Maraton (XCM) – Kort bane (XCC) – Utslagning (XCE)	3
	4.1.006	Utfør (DH)	3
	4.1.007	Four Cross (4X) – Enduro (END)	3
	4.1.008	Etapperitt (XCS)	3
	4.1.009	Masters	3
<b>§ 3</b>		<b>Terminliste</b>	<b>4</b>
	4.1.011	UCI kategorier	4
<b>§ 4</b>		<b>Teknisk delegert (TD)</b>	<b>5</b>
<b>§ 5</b>		<b>Løypevakter</b>	<b>5</b>
<b>§ 6</b>		<b>Gjennomføring</b>	<b>5</b>
	4.1.022	Sikkerhet	5
	4.1.023	Avlysning	6
	4.1.024	Før start	6
	4.1.031	Starten	7
	4.1.034	Rytternes opptreden	7
<b>§ 7</b>		<b>Utstyr</b>	<b>7</b>
<b>§ 8</b>		<b>Installasjoner</b>	<b>8</b>
<b>§ 9</b>		<b>Løypen</b>	<b>8</b>

**Kapittel 1 - GENERELLE BESTEMMELSER****§ 1 KONKURRANSEFORMER****4.1.001 Konkurransereformer og betegnelser**

<b>A</b>	<b>Cross-country</b>	<b>XC</b>	<b>Kapittel II</b>
	Cross-country Olympic	XCO	Rundbane
	Cross-country marathon	XCM	Maraton
	Cross-country point-to-point	XCP	Sted-til-sted
	Cross-country short track	XCC	Kort bane
	Cross-country eliminator	XCE	Sprint (Utslagning)
	Cross-country time trial	XCT	Individuell tempo
	Cross-country team relay	XCR	Stafett
	Cross-country stage race	XCS	Etapperitt
<b>B</b>	<b>Downhill</b>	<b>DH</b>	<b>Kapittel III</b>
	Individual downhill	DHI	Utfor individuelt
	Mass-start downhill	DNM	Utfor fellesstart
<b>C</b>	<b>Four Cross</b>	<b>4X</b>	<b>Kapittel IV</b>
<b>D</b>	<b>Enduro/Enduro-E</b>	<b>EDR/EDR-E</b>	<b>Kapittel V</b>
<b>E</b>	<b>Pump Track</b>	<b>PUM</b>	<b>Kapittel VI</b>
<b>F</b>	<b>MTB Alpin Snø sykling</b>	<b>ALP</b>	<b>Kapittel VII</b>
<b>G</b>	<b>E-Mountain Bike</b>	<b>E-MTB</b>	<b>Kapittel VIII</b>

**§ 2 KLASSEBESTEMMELSER OG DELTAKELSE**

**4.1.002** Rytterne deltar iht. klassebestemmelsene. For ritt med UCI kategori er klassebestemmelsene beskrevet i Artikkel 1.1.034 – 1.1.037.

[Norske klassebestemmelser ligger som eget dokument.](#)

**4.1.003 Utgår****Rundbane - olympisk format (XCO)**

**4.1.004** Med unntak av UCIs verdensmesterskap, kontinentale mesterskap og, i henhold til de nasjonale forbundenes beslutninger, nasjonale mesterskap kan U23-ryttere (menn og kvinner) delta i elitekonkurranser for menn og kvinner selv om det avholdes en egen konkurranse for U23-ryttere.

I World Cup arrangeres egne U23 XCO for menn og kvinner. De 5 første M-U23 og de 5 første K-U23 i den siste individuelle UCI XCO-rangeringen fra foregående år kan velge om de vil delta i elite- eller U23-klassen i hele verdenscupsesongen. Alle andre U23-ryttere skal delta i U23-klassen gjennom hele verdenscupsesongen.

Det er kan arrangeres egne U23 XCO klasser i HC eller kategori 1 ritt for hhv menn og kvinner. I disse tilfellene skal egne resultater settes opp for begge kategorier. I kategori 2 og 3 ritt kjører U23 klassen sammen med Elite klassen. Her settes det ikke opp egne resultatlistene for U23 klassen

**Maraton (XCM) – Utslagning (XCE) – Kort bane (XCC)**

**4.1.005** XCM-ritt er åpne for alle ryttere i alderen 19 år eller eldre, inkludert veteranklasser. Det skal ikke settes opp egne resultatlistor for U23 eller veteranklasser.

**Cross-country short track – XCC (kort bane)**

XCC-ritt er åpne for alle ryttere i alderen 19 år eller eldre.

**I VM (f.o.m. 2024) og UCI World Cup, arrangeres egne ritt for M-/K-U23**

**For andre ritt/kategorier** skal det ikke utarbeides egne resultatlistor for U23 eller **elite**klasser.

**Cross-country Eliminator – XCE (utslagning)**

XCE-ritt er åpne for alle ryttere i alderen 17 år eller eldre. Det skal ikke settes opp egne resultatlistor for junior, U23 eller veteranklasser.

**Utfor (DH)**

**4.1.006** Med unntak av verdensmesterskap er utforkonkurranser åpne for alle ryttere i alderen 17 år eller eldre.

I verdensmesterskap arrangeres det separate konkurranser for menn og kvinner junior (17 og 18 år). I verdenscupritt arrangeres det egen konkurranse for junior menn.

De 5 første menn junior og de 3 første kvinner junior i den siste individuelle UCI DHI rangeringen fra foregående år kan velge om de vil delta i elite- eller juniorklassen i hele verdenscupsesongen. Alle andre juniorryttere skal delta i juniorklassen i hele verdenscupsesongen.

For alle andre ritt på den internasjonale kalenderen gjelder følgende:

UCI-poeng tildeles i forhold til rytterens tid og ikke i forhold til rytterens kategori. For å sikre at denne regelen blir riktig anvendt, skal kun én kombinert resultatliste sendes til UCI.

Kommentar: Når en juniorrytter i utfor får beste tid i et nasjonalt mesterskap, må han/hun ha på seg elitetrøye. Juniortrøye tildeles ikke i dette tilfellet.

**Four Cross (4X)**

**4.1.007** 4X-ritt er åpne for alle ryttere i alderen 17 år eller eldre. Det skal ikke settes opp egne resultatlistor for junior, U23 eller veteranklasser. 4

**Enduro (EDR)**

**4.1.007** Enduro ritt er åpne for ryttere 17 år og eldre. Det skal ikke settes opp separate resultater for Junior, **Tillegg** U23 eller elite.

**Etapperitt – XCS**

**4.1.008** Etapperitt er åpne for alle ryttere i alderen 19 år eller eldre. Det skal ikke settes opp egne resultatlistor for U23-klassene.

**Masters**

**4.1.009** Alle ryttere i alderen 35 år eller eldre som innehar en masterslisens, kan delta i terrengsykkelritt på den internasjonale UCI-kalenderen for masters, med følgende unntak:

1. Ryttere som i inneværende sesong som starter 1. januar har oppnådd ett eller flere UCI poeng i løpet av samme kalenderår som en UCI master konkurranse;
2. Ryttere som i inneværende år har vært medlem av et lag som er registrert hos UCI.

**4.1.010** I XC-Maraton **og** Enduro ritt, kan masters delta med en midlertidig lisens eller en endagslisens utstedt av det ansvarlige nasjonale forbundet.

Start- og sluttdatoene for lisensens gyldighetsperiode skal gå klart frem av lisensen.

Så lenge lisensen er gyldig, sørger det nasjonale forbundet for at en innehaver av en midlertidig lisens eller endagslisens drar fordel av den samme forsikringsdekningen og andre fordeler som vedkommende ville hatt krav på som innehaver av en årlig lisens.

Masters ryttere må inneha en årlig veteranlisens for å kunne delta i verdensmesterskap for masters

### § 3 TERMINLISTE

**4.1.011** Internasjonale terrengsykkelritt registreres på **UCIs** internasjonale kalender i henhold til følgende klassifisering:

- Olympiske leker (OG)

Ingen andre internasjonale terrengsykkelritt i samme gren (XC) kan arrangeres samtidig som rundbanerittet i OL.

- Verdensmesterskap (CM)

Ingen andre internasjonale terrengsykkelritt i samme øvelse kan arrangeres under verdensmesterskapet.

- Verdenscup (CDM)

Hors Class eller klasse 1 ritt i samme øvelse, kan ikke arrangeres på samme kontinent på samme dag som et verdenscupritt.

Det kan ikke arrangeres kontinentale mesterskap (CC) **eller nasjonale mesterskap** (CN) i en **øvelse som samtidig inngår i** et verdenscupritt.

- Masters verdensmesterskap (CMM)

- Kontinentale mesterskap (CC)

Ritt som er Hors Class eller klasse 1 i samme øvelse kan ikke arrangeres på samme kontinent på samme dag som et kontinentalt mesterskap.

- Etapperitt:

Kategorier: Hors class (SHC), Klasse 1 (S1), Klasse 2 (S2)

Ingen etapperitt **i kategori SHC** kan arrangeres samtidig som XCO i De olympiske leker, verdensmesterskap (XCO/XCC og XCM), verdenscupritt, på samme kontinent.

**Det kan ikke arrangeres etapperitt in HC eller C! på samme dag(er) som et kontinentalt mesterskap arrangerer XC ritt.**

- Endagsritt:

Hors class (HC)

Klasse 1 (C1)

Klasse 2 (C2)

Klasse 3 (C3)

- **UCI XCO Junior series:**

**Hvert år velger UCI et visst antall ritt som inngår UCI XCO Junior series.**

- **Norges mesterskap**

**NM-XC kan ikke arrangeres samtidig som XC i OL, VM eller World Cup.**

**NM kan arrangeres samtidig som det kontinentale mesterskapet, men ikke samme øvelse.**

**NM XCO og/eller XCC kan ikke arrangeres som del av et UCI-ritt.**

**For øvrige øvelser kan NM inkorporeres i et UCI-ritt, men rytterne får bare poeng fra en skala.**

**Ryttere fra den nasjonen som arrangerer ritt tildeles UCI-ranking poeng iht. NM-skala basert på plasseringen i rittet (eks: inkludert alle ryttere uavhengig av nasjonalitet). Øvrige ryttere tildeles poeng etter sin plassering i rittet.**

Kategorisering av etapperitt og endagsritt tildeles årlig av UCI, basert på kommissærenes rittrapport, **eller annen informasjon**, fra foregående år. En ny konkurranse kan kun tildeles status klasse 2 eller 3 det første året.

**HC kategori når følgende kriterier er oppfylt:**

- **Rittet må være kategori C1 i 3-tre år på UCIs terminliste**
- **Eget ritt for U23 (begge kjønn)**
- **Minimum 8 ryttere av de 50 beste fra siste UCI ranking (begge kjønn)**
- **Minimum ryttere fra 10 nasjoner må ha deltatt i siste utgave.**

For HC-konkurranser, etapperitt og nye konkurranse, skal en detaljert teknisk veiledning oversendes UCI i løpet av prosessen med registrering i terminlisten. Mal for teknisk veiledning kan fås hos UCI på forespørsel.

Alle konkurranse registrert på den internasjonale terminlisten må overholde UCIs finansielle krav (i særdeleshet kalenderavgift og pengepremier) som er godkjent av UCI og publisert på UCIs hjemmeside.

Ryttere som tilhører et UCI ELITE MTB-lag er fritatt for startkontingent for konkurranse i UCIs internasjonale terminliste. Dette gjelder kun for den grenen hvor laget har status som UCI ELITE MTB-lag og gjelder ikke for etapperitt, UCI MTB Marathon Series, Eliminator (XCE) og Enduro (EDR).

## **§ 4 TEKNISK DELEGERT (TD)**

**4.1.012** UCI oppnevner TD for Olympiske Leker (OG), Verdensmesterskap (CM), Verdens Cup (CDM) og Kontinentale mesterskap (CC).

**4.1.013** Arrangørene har ansvar for forberedelser og gjennomføring av konkurranse. TD følger opp de tekniske sidene er kontaktpunkt mellom UCI og arrangørene. For øvrige ritt er TD kontaktpunktet mellom arrangørene og det nasjonale forbund.

**4.1.014** Hvis en konkurranse skal avholdes på en ny arena, skal den tekniske delegaten foreta en inspeksjon i god tid på forhånd (løype, distanse, plassering av langesone/teknisk sone, installasjoner, sikkerhet, konkurranseskjema osv.). Den tekniske delegaten skal møte arrangøren og uten forsinkelse utarbeide en inspeksjonsrapport som skal sendes til UCIs koordinator for terrengsykling.

**4.1.015** TD skal være til stede på arenaen minst én dag før første offisielle treningsdag og skal utføre inspeksjon på arena og løype sammen med arrangør og sjefskommissæren. TD skal samordne de tekniske forberedelsene til konkurransen og sikre at anbefalingene som er beskrevet i inspeksjonsrapporten, følges. TD er ansvarlig for den endelige versjonen av løypen med eventuelle endringer. I tilfeller der det ikke er krav om å utnevne en teknisk delegat i henhold til artikkel 4.1.012, vil denne oppgaven tilfalle sjefskommissæren.

**4.1.016** TD skal delta på lagledermøter.

## § 5 LØYPEVAKTER

**4.1.017** Alle arrangører skal ansette en vaktkoordinator som må snakke ett av UCIs to offisielle språk. Sjefskommissæren og UCIs TD (hvis utnevnt) møter vaktkoordinatoren før konkurransen for å optimalisere prosedyren for hvordan instruksjoner gis til vaktene (beredskapsplaner, utstyr, fløyter, flagg, radioer osv.) Rittarrangøren må skaffe nok vakter slik at rytternes og tilskuernes sikkerhet kan ivaretas under konkurransen og offisielle treningsøkter.

Alle arrangører skal utarbeide et detaljert vaktkart. Ved konkurranser hvor en TD er oppnevnt av UCI, artikkel 4.1.012, skal et vaktkart sendes til UCI for godkjenning før konkurransen. Ved konkurranser uten TD skal en vaktplan sendes til den oppnevnte sjefskommissæren for forhåndsgodkjennelse.

**4.1.018** Nedre aldersgrense for vakter er myndighetsalderen i det landet hvor konkurransen finner sted.

**4.1.019** Vaktene skal være lett gjenkjennelige ved hjelp av et kjennetegn eller en karakteristisk uniform.

**4.1.020** Alle vakter skal være utstyrt med en fløyte, og de som befinner seg på strategiske punkter (fastsatt av arrangøren) skal være utstyrt med en radio. De skal plasseres slik at de har en radioforbindelse som dekker hele løypen.

**4.1.021** Vaktene må være godt orientert om sin rolle og utstyrt med løypekart som gir enkle referansepunkter for å lokalisere ulykker.

## § 6 GJENNOMFØRING

### Sikkerhet

**4.1.022** Løypen skal kun sykles av rytterne under konkurranser og i offisielle treningsperioder. I offisielle treningsperioder vil vakter og medisinsk personell være til stede. Alle andre personer skal holdes utenfor løypen.

### Avlysning

**4.1.023** Ved dårlig vær kan sjefskommissæren beslutte å avlyse konkurransen etter samråd med arrangøren og UCIs TD (hvis utnevnt).

### Før start

**4.1.024** Løypa til alle konkurranser skal være klart definert før start og være tilgjengelig på kart ved registrering. Adgang til løypa er under UCI-kontroll fra det tidspunktet UCIs TD eller sjefskommissæren (hvis utnevnt) ankommer (løypeinspeksjon).

Før de ankommer, er adgang til løypa underlagt lokale lover og forskrifter. Arrangøren skal ikke nekte adgang til løypa av andre grunner.

**4.1.025** Før den offisielle treningsperioden starter, skal UCIs TD kontrollere at løypa er riktig og sikkert merket. Det skal lages en rapport av denne kontrollen til sjefskommissæren og arrangøren. Ved fravær av en UCI TD, skal løypekontrollen og rapporten utføres av sjefskommissæren.

**4.1.026** Ved de olympiske leker, verdensmesterskap, kontinentale mesterskap, hors class-ritt og alle etapperitt må lagledere eller deres representanter delta på lagledermøte(r). Tid og sted for disse møtene skal oppgis i konkurransens offisielle program.

**4.1.027** Kontroll av lisenser og registrering foregår på et kontor på konkurranseområdet. Offisiell trening er kun tillatt etter at lisenser er kontrollert, øvrige registreringsformaliteter er fullført og startnumre er utdelt.

- 4.1.028** Den endelige deltakerlisten skal utarbeides før rittet starter. I tillegg til rytternes navn skal den også inneholde deres eventuelle UCI-lag, UCI-ID, klasse, type ritt og starttid.
- 4.1.029** Arrangøren av konkurransen skal gi minst seks (6) sambandsradioer til kommissærene, én (1) til UCIs TD (hvis oppnevnt) og én (1) til UCIs sekretariat, slik at kommissærene kan kommunisere ordentlig. Disse sambandsradioene skal ha én kanal reservert utelukkende til bruk for kommissærene, og en annen kanal som gjør det mulig for kommissærene å kontakte arrangementets leder.  
Ved 4X-ritt skal arrangøren sørge for at radioene er utstyrt med headset.

### Starten

- 4.1.030** Ved de olympiske leker, verdensmesterskap, verdenscupritt, kontinentale mesterskap og «hors class»-ritt skal arrangøren sørge for at det er et tilstrekkelig stort område for oppvarming i nærheten av startområdet. Øvrige arrangører oppfordres også til å opprette et slikt område for oppvarming.
- 4.1.031** Ved fellesstartritt skal rytterne kalles til start tidligst 20 minutter før start. Denne tiden kan reduseres dersom antall ryttere tillater det.

Rytterne skal stille opp i den rekkefølgen de kalles til start. Antall ryttere ved hver startstrek bestemmes av sjefskommissæren og kontrolleres av en kommissær. Rytteren bestemmer selv hvor han/hun vil plassere seg på startstreken han/hun tildeles.

### **Når rytterne har stilt opp, er oppvarming ikke lenger tillatt innenfor eller startområdet.**

Starten gis av en kommissær med følgende prosedyre:  
varsler 2, 1 minutter og 30 sekunder før start, deretter en siste annonsering om at starten gis i løpet av de neste 15 sekundene.

En startpistol eller startlys, hvis ingen av disse er tilgjengelig, en fløyte brukes til å gi starten.

### **4.1.032 Utgått fra og med 01.01.2020**

- 4.1.033** Starten gis ved bruk av minst en av UCIs offisielle språk.

### Rytternes opptreden

- 4.1.034** En rytter skal til enhver tid opptre på en sportslig måte og skal alltid la en raskere rytter passere uten å hindre vedkommende.
- 4.1.035** Hvis en rytter av en eller annen grunn forlater løypen, må han/hun returnere tilbake til løypen mellom de samme løypemarkørene som han/hun forlot den.  
Dersom en rytter ikke returnerer tilbake i løypen som beskrevet her, kan juryen diskvalifisere rytteren.
- 4.1.036** Rytterne må ta hensyn til naturen og sørge for at de ikke forsøpler konkurransearenaen.
- 4.1.037** Alle som tas i å forandre løypen, mister sin akkreditering. Dersom vedkommende er en rytter, blir han/hun diskvalifisert (DSQ).

### § 7 UTSTYR

- 4.1.038** Det er forbudt å bruke radiokommunikasjon eller andre former for fjernsamband med rytterne.  
**I UCI World Cups kan slikt utstyr benyttes, etter godkjenning fra UCI.**
- 4.1.039** Det er ikke tillatt å bruke dekk med metallpigger eller skruer.  
I Alpin Snø sykling er det tillatt med pigger med maksimal lengde på 5 mm.
- 4.1.040** I alle MTB-ritt er typiske landeveisstyrer (bukkestyrer) ikke tillatt.

Styreforlengere av den typen som brukes i triatlon eller temporitt, er forbudt, men typiske barends er tillatt.

**4.1.041** I alle MTB-ritt er det ikke tillatt å kjøre med E-MTB sykler i løypen, hverken under trening eller konkurranse.

Det er kun i egne E-MTB konkurranser dette er tillatt (ref. kapittel VIII)

**4.1.042** Det er ikke tillatt å bære kameraer i rundbane finaler og i kvalifiseringsrunder og finaler i utfor, 4X og eliminator. Ved tillatt bruk er rytterne selv ansvarlig for å sikre at kameraet er forsvarlig festet, slik at mulige skader kan unngås. UCI kan bestemme at kamera kan brukes i en finale. Dette kameraet er kun for TV selskapet.

*Kommentar:*

- 1) Ref. UCI reglene - Part 1, artiklene 1.3.001-1.3.003 og 1.3.031
- 2) Kameraer kan bæres i treningskjøringene i DHI (ref. artikkel 4.3.021), i forhold det som er beskrevet ovenfor.

**4.1.043** Når tidtaker distribuerer et elektronisk instrument som skal identifisere og lokalisere rytterne, så skal rytterne også bruke de utdelte startnumre iht. artikkel 1.3.073

Dette elektroniske instrumentet, distribuert av tidtaker, skal være lik for alle ryttere som deltar i samme konkurranse. Instrumentet skal anses som en identifikasjon, tilsvarende det som er beskrevet i artikkel 1.3.073. Artiklene 1.3.076, 1.3.077, 1.3.080 og punkt **2.6, 3 og 15** i tabellen over hendelser i rittet (ref. Kapittel **XX**).

**4.1.044** I utfor og enduro er det tillatt å bruke hjul med forskjellig diameter. Dette er avvik fra de generelle bestemmelsene (ref. artikkel 1.3.007)

**I utfor kan sykkelens drivverk være kjede eller som et sammenhengende belte.**

## § 8 INSTALLASJONER

**4.1.045** Oppblåsbare portaler som krysser løypen er forbudt, med mindre de holdes opp av et reisverk.

**4.1.046** Arrangøren skal sørge for et område for sykkelrengjøring.

## § 9 LØYPEN

**4.1.047** Så langt det er mulig skal løypen til konkurranser i cross-country, four cross og utfor holdes atskilt fra alle andre konkurranser som arrangeres på samme sted. Hvis dette ikke er mulig, må det opprettes et tidsskjema for trening og ritt, slik at løypene ikke kan brukes samtidig.

**4.1.048** Det skal ikke være noen hindre i start- og målområdene som kan forårsake fall eller kollisjon.