



# Invitasjon



## Norges Cykleforbund

Spikkestad Røyk, Rock og Kross

Norges mesterskap 2023

Jokermesterskap 2023

Vårsol Velocipedclub

**ŠKODA**  
We **Løve** Cycling



**GARMIN.**

**ORACH**

## Innhold

1. Tid og sted .....	3
2. Rittbeskrivelse .....	3
3. Rittregler .....	3
4. Klasser .....	3
5. Seeding .....	6
6. Lisens .....	6
7. Påmelding .....	6
8. Lagstelt/Lagparkering .....	6
9. Overnattingsmuligheter .....	7
10. Tidspunkt og Runder .....	7
10.1. Sekretariatets åpningstider .....	7
10.2. Treningstider .....	8
10.3. Lagledermøte .....	8
10.4. Brikkesjekk før start .....	8
10.5. Utstyrsjekk før start .....	9
10.6. Opprop før start .....	9
11. Arena og Løyper .....	10
11.1. Arenakart .....	<b>Feil! Bokmerke er ikke definert.</b>
11.2. Teknisk- og langesone .....	10
11.3. Løypekart .....	11
12. Resultater .....	12
13. Poeng og Premier .....	12
14. Parkering og veibeskrivelse .....	12
15. Informasjon .....	12
16. Kontaktpersoner .....	12
16.1. Arrangementskomiteen .....	12
16.2. Kommissærer .....	13

## 1. Tid og sted

---

Arrangeres 11.11.2022. Naviger til Spikkestad i Asker Kommune.

Adressen er Kunnskapsveien 46.

## 2. Rittbeskrivelse

---

Her har det blitt arrangert syklekross siden 2015 og løypa har blitt brukt i utallige treningsritt, Norgescup og nasjonalt mesterskap i 2019. I 2023 arrangeres igjen Norgesmesterskap i den populære løypa. Løypa er svært publikumsvennlig, og vi ønsker alle velkommen til sykkelfest i Spikkestad!

### 2.1. Norgesmesterskap og Jokermesterskap

Gjennomføres lørdag 11.11.2023.

## 3. Rittregler

---

Rittet følger reglene i UCI og NCF sitt reglement. Godkjent hjelm er påbudt. Alle ryttere sykler på eget ansvar og skal følge arrangørens anvisninger. Bruk hjelm også når du besiktiger, trener, og varmer opp. Det er alltid risiko for uhell og sammenstøt. Hjelm beskytter. Rytterne, foreldre, og ledere; ta hjelmbruken alvorlig.

Det er ikke tillat å kaste søppel langs løypa.

Rittet er et rent arrangement. Anti-doping Norge foretar uanmeldte kontroller på alle NCF-registrerte ritt. Vi støtter Anti-doping Norge i gjennomføringen av dette. Alle ryttere og ledere skal følge instruksjer gitt fra representanter fra Anti-doping Norge.

Særegne regler: Ta med en plastpose til oppbevaring av skittent sykkelutrustning etter rittet.

## 4. Rittprogram

### PULJE 1

Klasser	Antall runder	Starttid	Forventet målgang
Åpen klasser M/K 10	1	09:30	09:40
Åpen klasse M/K 11-12	2	09:30	09:50
Åpen klasser M/K13/14	2	09:30	10:00

Befaring av løype		10:00	10:20
-------------------	--	-------	-------

### PULJE 2

Klasser	Sykletid	Starttid	Forventet målgang
M-Master 30 og 35 CX	00:40:00	10:30	11:10
M-Master 40 og 45 CX	00:40:00	10:30	11:10
M-Master 50 og 55 CX	00:40:00	10:30	11:10
M-Master 60 og 65 CX	00:40:00	10:30	11:10
M-Master 70+ CX	00:40:00	10:30	11:10

Befaring av løype		11:10	11:25
-------------------	--	-------	-------

### PULJE 3

Klasser	Sykletid	Starttid	Forventet målgang
M 15-16 CX	00:40:00	11:30	12:10

Befaring av løype		13:10	13:30
-------------------	--	-------	-------

### PULJE 4

Klasser	Sykletid	Starttid	Forventet målgang
M Junior CX	00:40:00	12:30	13:10

Befaring av løype		13:10	13:30
-------------------	--	-------	-------

## PULJE 5

Klasser	Sykletid	Starttid	Forventet målgang
K-Master 30 og 35 CX	00:40:00	13:30	14:10
K-Master 40 og 45 CX	00:40:00	13:30	14:10
K-Master 50 og 55 CX	00:40:00	13:30	14:10
K-Master 60 og 65 CX	00:40:00	13:30	14:10
K-Master 70+ CX	00:40:00	13:30	14:10
K 15-16 CX	00:40:00	13:30	14:10
K sport 17+ CX	00:40:00	13:30	14:10
K Senior og K junior	00:40:00	13:30	14:10

Befaring av løype		14:15	
-------------------	--	-------	--

## PULJE 5

Klasser	Sykletid	Starttid	Forventet målgang
M Senior CX	01:00:00	14:30	15:30

## 5. Seeding

---

Startrekkefølgen settes etter følgende kriterier

- a) Ryttere med UCI-ranking poeng
- b) Rangering etter stilling i NC
- c) Ryttere som ikke har UCI eller NC-poeng

## 6. Lisens

---

Alle ryttere som er 13 år og eldre må ha løst lisens for 2023. Ryttere opp til og med 12 år er forsikret gjennom NIF's barneidrettsforsikring. Ryttere i Elite, junior og masterklassene må ha helårslisens, mens ryttere i aldersklassene (12 år og eldre) og sportsklassene kan velge mellom helårs og engangslisens.

Lisensen til påmeldte vil bli sjekket. For norske ryttere mot NCFs register ved påmeldingens. For ytterligere informasjon om lisenser, se NCF sine [nettsider](#).

Utenlandske ryttere må vise lisens for å få startnummeret sitt.

## 7. Påmelding

---

Det er åpent for ordinær påmelding til og med 8. november 2023 kl. 2359.

Påmelding utføres her:

<https://signup.eqtiming.com/?Event=vaarsol&lang=norwegian>

**Startkontingentene Norgescup er:**

Klasse	Ordinær påmelding	Etteranmelding
K/M 10-16	NOK 200,-	NOK 300,-
K/M Elite (Senior)/Junior	NOK 500,-	NOK 700,-
K/M Master/Sport	NOK 500,-	NOK 700,-

Etteranmelding er mulig for alle klasser frem til en time før start i respektive klasser. Bruk påmeldingslenken over, eller gå til sekretariatet for å betale fra PC'er som er tilgjengelig der.

Påmeldingen er bindende og refunderes bare ved fremvisning av legeattest.

## 8. Lagstelt/Lagparkering

---

Det er ikke lov å benytte egne strømaggregat i lagsteltene på grunn av brannfaren, samt støy. Lagstelt skal settes opp ved barneskolen. Det er nære både løype og sekretariat.

## 9. Overnattingsmuligheter

---

Campingbiler kan parkere på parkeringsplassen ved skihytta på Spikkestad skistadion.

Thon hotell Vettre - <https://www.thonhotels.no/hoteller/norge/asker/thon-hotel-vettre/>

Robatt kan NCF sin kode benyttes: THC1425

## 10. Tidspunkt og runder

08:00 – Sekretariat åpner

09:30 – Start pulje 1

10:00 – Premieseremoni pulje 1

10:30 – Start pulje 2

11:20 – Premieseremoni pulje 2

11:30 – Start pulje 3

12:20 – Premieseremoni pulje 3

12:30 – Start pulje 4

13:20 – Premieseremoni pulje 4

13:30 – Start pulje 5

14:15 – Premieseremoni pulje 5

14:30 – Start pulje 6

15:45 – Premieseremoni pulje 6

### 10.1. Sekretariatets åpningstider

Startnummer hentes i sekretariatet, som ligger inne på skolen (se [Arenakart](#)). Sekretariatet er åpent:

	Tid
Lørdag	08:00-16:00

For å hente startnummer må lisens for 2023 være løst. Se [Lisens](#) for bestemmelser vedr lisens. Engangslisens i sekretariatet, det koster 50,- for klassene K/M 13-16 og 170,- for Sportsklassene. Engangslisens kan betales med Vipps.

Utenlandske ryttere må vise lisens for å få startnummeret sitt.

Fest startnummeret godt synlig på nedre del av rygg og begge skuldre. Startnummer gjenbrukes for ryttere som sykler på søndag.

Ved tap av nummer kan nytt nummer hentes i sekretariatet mot en avgift på kr 50,-.



## 10.2. Treningstider

Løypa er åpen for trening hele året så lenge det ikke er kjørt opp skiløyper.

Regler for trening i løypa:

- Det er ikke lov å sykle i løypa mens rittet pågår, det gjelder uansett hvilken klasse som sykler. Brudd på regelen vil medføre diskvalifikasjon.
- All trening i de offisielle treningstidene skal skje i fartsretningen.
- Det er ikke lov å endre løypa, for eksempel flytte merkebånd/sperring eller grave/flytte deler av bygde elementer. Brudd på regelen fører til at rytteren bortvises fra løypa og eventuelt diskvalifiseres.
- Vis hensyn til turgåere/publikum.
- All trening skjer på eget ansvar

## 10.3. Lagledermøte

Det gjennomføres ikke lagledermøte.

## 10.4. Brikkesjekk før start

De som ikke har tidtakerbrikke må leie for kroner 50 per dag, betales Vårsol Velocipedclub via Vipps #767133. Det skal benyttes samme startnummer og tidtakerbrikke lørdag og søndag. Ved tap av nummer kan nytt nummer hentes i sekretariatet mot en avgift på kr 50,-.



Rytteren har selv ansvar for å gjennomføre brikkesjekk for å sjekke tidsbrikken (integret i startnummeret) samt. Gjør dette minst 30 minutter før din start. Brikkesjekk gjennomføres ved sekretariatet.

Ved tap av brikke må kroner 500 betales til Vårsol Velocipedclub via Vipps #767133

Dersom du glemmer å levere brikke i sekretariatet så må du sende den i posten til:

Jostein Tofte  
Fagernesvegen 23  
2093 Feiring

### **10.5. Utstursjekk før start**

Ryttere har selv ansvar for å stille med godkjent hjelm, sykkel og drakt. Sykkelen skal tilfredsstillende de nye vektkravene for klassene K/M 10-16 år.

NCFs kommissær kan velge å sjekke dette både før start og etter målgang. Bryter du reglementet kan du bli disket og/eller få bot (gjelder først og fremst senior, junior og master klassene). Sjekk den registrerte drakten for din klubb på dommeroppsett.info.

### **10.6. Opprop før start**

Gjennomføres 10 minutter før start.

## 11. Arena og Løyper

---

### 11.1. Teknisk- og langesone

Det er passering i teknisk sone to ganger på hver runde. Teknisk sone er merket på løypekart. Det vil være to vaskeplasser en ved teknisk sone og en ved skihytta. Den ved skihytta skal brukes til vask av sykler etter at ryttere er ferdige. Her er det to høytrykkspylere.

Vaskeplass ved teknisk sone er forbeholdt hjelpemansker til ryttere som konkurrerer i løypa.

Adgang i depot: Hjelpepersonell som har ryttere i aktuelt Pulje, med klubbtoy for identifikasjon.

Ikke adgang: Tilskuere, fotografer, heiagjeng

Langing: IKKE tillatt. Rytter må ha med flaske på sykkel, eller drikke etter målgang.

Rytter kan: Bytte sykkel, få hjelp til å mekke sykkel, bytte hjul, vaske etc. Snu, gå tilbake og inn i depot så lenge man ikke har passert utgang av depot.

Rytter kan ikke: Kjøre rett gjennom depot uten å få teknisk assistanse eller dra tilbake til depot etter at utgang er passert.

Mekaniker kan: Gå frem med sykkel når egen rytter nærmer seg

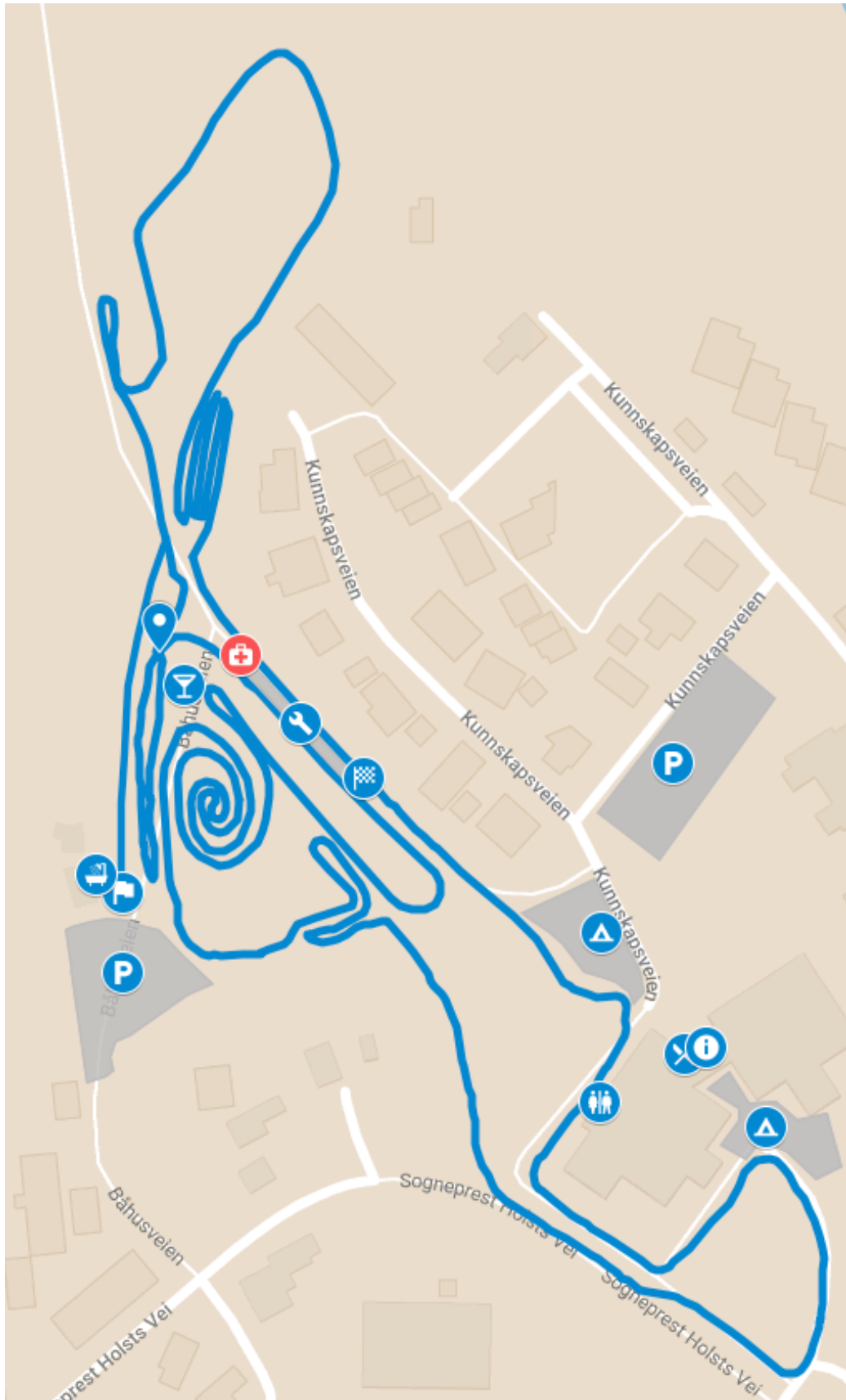
Gå tilbake og gi plass til andre så fort egen rytter har passert.

Bytte sykkel, mekke, bytte hjul, vaske etc.

Mekaniker kan ikke: Lange flasker til rytter eller hindre andre ryttere som skal gjennom depot.

## 11.2. Løype- og arenakart

[Link til løypekart på google](#)



## 12. Resultater

---

Info angående resultater og live resultatservice på [eqtiming.no](http://eqtiming.no)

Uoffisielle og offisielle resultatlistene blir publisert på arenaen så snart de er ferdige. Resultatene publiseres senere på [www.sykling.no](http://www.sykling.no).

## 13. Poeng og Premier

---

Premieseremoni avholdes umiddelbart etter målgang for samtlige klasser.

## 14. Parkering og veibeskrivelse

---

Kjør til Spikkestad skistadion som ligger ved det trivelige tettstedet Spikkestad.

De miljøbevisste kan ta Spikkestadbanen som har endestasjon ett par steinkast fra sekretariatet.

GPS: Naviger til Spikkestad i Asker kommune og adresse Kunnskapsveien 46.

## 15. Informasjon

---

Garderober er i år ikke tilgjengelig på grunn av vedlikehold.

## 16. Kontaktpersoner

---

### 16.1. Arrangementskomiteen

Rolle	Navn	Email	Telefon
Rittleder	Eirik Thorgersen	<a href="mailto:eirikthorgersen@gmail.com">eirikthorgersen@gmail.com</a>	90667191
Presse/informasjon	Eirik Thorgersen	<a href="mailto:eirikthorgersen@gmail.com">eirikthorgersen@gmail.com</a>	90667191
Løypesjef	Eirik Thorgersen	<a href="mailto:eirikthorgersen@gmail.com">eirikthorgersen@gmail.com</a>	90667191
Arena	Steffen Ambjørnrød	<a href="mailto:ambjornrod@gmail.com">ambjornrod@gmail.com</a>	48630002
Sekretariat	Sigve Oltedal		
Påmelding og resultater	Jostein Tofte	<a href="mailto:jostein.tofte@dnb.no">jostein.tofte@dnb.no</a>	90076614
Premier	Øivind Moen		
Sanitet	Norsk folkehjelp Sande og Drammen	<a href="mailto:sande@folkehjelp.no">sande@folkehjelp.no</a>	99262147
Dugnadsansvarlig	Bjørnar Volden	<a href="mailto:bjvolden@start.no">bjvolden@start.no</a>	48993757
Kiosk			
Økonomi	Eirik Thorgersen	<a href="mailto:eirikthorgersen@gmail.com">eirikthorgersen@gmail.com</a>	90667191

## 16.2. Kommissærer

Rolle	Navn	Klubb	Merknader
PCP/Sjefskommissær	Henning Andersen	Grenland SK	
MCP/Jurymedlem	Gjermund Holtan	Driv IL Sykkel	
MCP/Jurymedlem	Pål Gulliksen	IF Frøy	
MCP/Jurymedlem	Asgeir Mamen	Asker CK	

Kommissærer skal benyttes billigste reisemåte iht Statens satser.

Kilometergodtgjørelse skal godkjennes av rittleder på forhånd – ut fra hensiktsmessighet og kostnad.

### Vårt kvalitetsløfte!

Norges Cykleforbund ønsker at du som deltager skal være trygg på at rittene du deltar på skal være trygge og følge en forholdsmessig kvalitet. Vi ønsker at du som deltager skal vite hva du kan forholde deg til og hva du får som deltager på vårt ritt.

<b>Arrangør</b>	<b>Rittets arrangør er Vårsol Velopedclub som er tilsluttet Norges Cykle Forbund (NCF) og NIF.</b>
<b>Forsikringer</b>	Rittet er terminlistefestet, noe som betyr at rittets arrangør har ansvarsforsikring gjennom NCF/NIF og du som utøver er forsikret gjennom helårslisensen eller engangslisensen som du bruker under rittet.
<b>Tillatelser</b>	Rittet har innhentet nødvendige tillatelser hos: Asker Kommune
<b>Varsling</b>	Rittet er varslet omgivelsene ved: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Spikkestad Vel</li> <li>• Pressedekning</li> <li>• Sosiale medier</li> <li>• Oppslag</li> </ul>
<b>Regler</b>	Rittet følger NCF sine lover og regler for gjennomføring av ritt. Rittet er pålagt å følge trafikkreglene, og alle vegkryssninger blir håndtert av kvalifisert/kurset personell  Sjefskommissær har det øverste ansvaret for gjennomføringen av konkurransen.
<b>Sanitet</b>	Det er førstehjelp tilstede
<b>Sikkerhetsansvarlig Prosedyre ved ulykker</b>	Kontaktinfo: Vakter skal rapportere alle hendelser til sikkerhetsansvarlig. Sikkerhetsansvarlig skal ha liste med kontaktnumre på utøver og pårørende. Det er utøverens plikt å oppgi dette til arrangør. Vakter rapporterer tiltak til sikkerhetsansvarlig. Sikkerhetsansvarlig varsler pårørende og andre instanser. Utøvere som er utsatt for uhell, men som klarer seg på egenhånd, skal varsle om hendelsen til sikkerhetsansvarlig eller sekretariat. Dette av hensyn til lisensordningen og evt bruk av forsikring.
<b>Vakthold</b>	Info angående vakter. Det er <u>rytterens egen plikt</u> å vite hvor løypa går og hvor mange runder som skal kjøres.
<b>Økonomi</b>	Deltageravgiften dekker kostnader ved blant annet ovennevnte tiltak, samt kommissærer, arenautstyr, tidtaking, premier osv. Overskudd av arrangementet tilfaller klubbens satsing på: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barn og ungdomstiltak i klubben</li> <li>• Ytterligere styrking av rittets bærekraft og kvalitet</li> </ul> Klubben og arrangementet er for øvrig drevet på frivillig innsats.



**VARSOL VELO**  
SPIKKESTAD