



Norges Cykleforbund

MEMBER

UNION CYCLISTE INTERNATIONALE

UNION EUROPÉENNE DE CYCLISME

NORDIC CYCLING

NORGES IDRETTSFORBUND OG OLYMPISKE OG PARALYMPISKE KOMITÉ

Reglement for gravelsykling (RTG)

Del 1: Generelle bestemmelser

§ 1.1 - Definisjon

Gravelsykling er en konkurranseform som følger prinsippene lagt til grunn i UCIs regelverk for "Cycling for all", det vil si sykling for alle, der hver rytter i utgangspunktet skal klare seg selv gjennom rittet, uten assistanse utenfra.

I Norge har vi tre grunnformer, som hver har spesielle regler for gjennomføringen:

- Trimritt, som henvender seg til utøvere som ønsker et treningsmål uten resultatmål, eller som en introduksjon for yngre utøvere som ønsker å delta i lengre konkurranser.
- Turritt, som henvender seg til utøvere som ønsker et treningsmål med resultatmål for sin aldersgruppe
- Eliteklasser, som henvender seg til utøvere som er interessert i matching på tvers av aldersklasser.

Alle tre kategorier behandles i dette reglementet.

Rytter må velge kategori/klasse før start. Det er ikke anledning til å endre kategori eller klasse etter at rittet har startet.

Alle arrangører av Gravelritt på NCFs kalender må være tilknyttet NCF, uansett nivå.

§ 1.2 - Løype

Distanse: Anbefalt løypelengde er 50–200 km, men både lengre og kortere distanser tillates. Arrangøren står fritt til å tilby én felles distanse eller egne distanser for trim, tur og aktive ritt.

Oppbygging: Løypen kan enten bestå av runder eller gå fra punkt A til punkt B. Løypen bør følge eksisterende stier og grusveier. Dersom det skal lages nye stier eller sykles over jorder, må dette avklares med grunneier. Minst 60 % av løypen må være off-road/grus (brostein regnes som off-road), og asfalt kan ikke utgjøre mer enn 40 %.

Karakter: Hele løypen bør kunne sykles under normale værforhold, og mesteparten bør være rundt 3 meter bred. Smale partier (singletrack) bør begrenses. Typiske terrengsykkel- og cyclocross-elementer som trapper, hopp, kunstige sandpartier eller bakker så bratte at man må gå av sykkelen bør begrenses.

Skilting: Ved aktivt ritt bør det tydelig skiltes med markeringer de siste, 10 km, 5 km, 1 km og 500 m med unntak av ritt som skal sykles på GPS-spor. Særskilt farlige svinger bør merkes tydelig.

Lange- og servicesoner: For aktive ritt bør det være langesoner med drikke og evt. servicestasjoner hver 25.–30. kilometer.

Trimritt og turritt: Anbefales mat-/drikke-/servicestasjoner for hver 40.–50. kilometer



Det skal være definerte kastesoner for søppel i traseen.

Avvik: For distanser over 200 km meldes dette inn til NCF sin arrangementsavdeling for registrering.

Tillatelser: For konkurranser på offentlig vei må arrangøren innhente tillatelse fra politiet og veimyndighetene. For konkurranser på privat grunn må arrangøren innhente tillatelse fra grunneier.

Lovhjemmel: Alle sykkelritt som går på offentlig vei må forholde seg til "[Forskrift om sykkelritt på veg](#)"

§ 1.3 - Utstyr og sikkerhet

- Du kan bruke følgende typer sykler:
 - Gravelsykkel
 - Landevei
 - Terreng
 - Hybrid
 - Cyclocross
- Det er ikke tillatt med ettermonterte tempobøyler eller tempohjul.
- Sittestilling:
 - Rytteren skal holde hendene på styret, sitte på setet, og ha fremdrift kun ved menneskelig kraft.
 - Simulert tempostilling, hvor armene hviler på styret eller øverst på gaffelen, er forbudt.
- Elsykler er tillatt dersom arrangøren setter opp en egen kategori for elsykkel i både trimritt og turritt som ikke rangeres og har egen startpulje.
- Alle sykler må forholde seg til UCI 1.3.001 til og med 1.3.010.

Øvrige utstyrskrav:

- **Hjelm:** Det er påbudt med CE-godkjent hjelm.
- **Ørepropper:** Det er forbudt med øreplugger, airpods eller lignende, uavhengig av om det er til underholdning eller kommunikasjon.

Arrangørtilpasninger:

- Dersom arrangør ønsker det, kan arrangør sette ytterligere begrensninger for sitt ritt med tanke på sykler eller utstyr til sykler, som f.eks. å kreve bukkehornstyre.
- Arrangør kan stille krav til sikkerhetsutstyr, GPS, sekk med eventuelt innhold og lignende krav.
- Arrangør har anledning til å gi dispensasjon for deltakere på tandemsykkel for synshemmede.
- Arrangør har ikke anledning til å gi dispensasjon fra UCI 1.3.001 til og med 1.3.010

§ 1.4 - Jury og kommissærer

- **Sammensetning:** I aktive ritt består juryen av oppnevnte kommissærer fra NCF. I trim- og turritt uten offisielle NCF-kommissærer fungerer rittledelsen som jury. NCF's kommissær kan etter avtale også tre inn i juryen for tur- og trimritt.
- **Myndighet:** Juryen har det øverste sportslige ansvaret. Juryen håndterer brudd på reglementet, ilegger sanksjoner (tidsstraff/diskvalifikasjon) og behandler eventuelle protester.
- **Protester:** Eventuelle protester mot hendelser i rittet eller foreløpige resultatlistene må leveres skriftlig til juryen senest 30 minutter etter målgang for hendelser i rittet, eller innen 30 minutter etter at de uoffisielle resultatlistene er offentliggjort. Juryens avgjørelse er endelig.
- **Teknisk delegert:** NCF har anledning til å oppnevne TD for tur- og trimritt der det ikke er oppsatt jury av NCF. TD finansieres i slike tilfeller av NCF.



Del 2: Arrangørens forpliktelser og sikkerhet

§ 2.1 - Sanitet

- Arrangøren plikter å stille med en godkjent sanitetstjeneste/førstehjelp som er tilpasset løypens geografiske utforming og antall deltakere. En skriftlig beredskapsplan skal foreligge.

§ 2.2 - Løypesikring

- **Faremerking:** Utover ordinær løypeskiltning skal arrangøren sørge for tydelig merking av spesielt farlige partier, hindringer eller uoversiktlige svinger i traseen.
- **Løypevakter:** Arrangøren skal sørge for tilstrekkelig vakthold ved kritiske kryss. Vakter som har myndighet til å regulere eller stanse ordinær biltrafikk, skal inneha et gyldig kompetansebevis i samsvar med gjeldende forskrifter.

§ 2.3 - Oppsamling

- **Oppsamling / sluttpatrulje:** Arrangøren skal stille med en dedikert sluttpatrulje (koste-bil eller koste-rytter) som følger bak den siste rytteren i rittet for å ivareta sikkerheten til deltakere som bryter.

§ 2.4 - Arrangørens ansvar

- **Ansvar:** Konkurransen gjennomføres i tråd med gjeldende bestemmelser fra NCF. All deltakelse skjer på utøverens egen risiko, og arrangøren kan ikke holdes erstatningsansvarlig for skader på person eller medbrakt sykkelutstyr i løpet av arrangementet.

Del 3: Rytteres forpliktelser

§ 3.1 - Søppel

- Det er totalt forbudt å kaste ting utenfor de angitte kastesonene. Forsøpling kan medføre diskvalifikasjon eller tillegg i tid.

§ 3.2 - Nødhjelp

- Alle ryttere som ser en skadet konkurrent, plikter å stanse for å yte bistand. Estimert tid for bistand kan kreves fratrukket målgangstiden.

§ 3.3 - Veitrafikkloven

- Veitrafikkloven gjelder i sin helhet gjennom hele rittet, med mindre annet eksplisitt er kommunisert av arrangøren (f.eks. ved politistyrte kryss, avsperrert vei, ambulerende avsperring osv.). Ryttere har vikeplikt og plikter å holde til høyre.

§ 3.4 - Assistanse/Langing

- Rytter har ikke anledning til å motta teknisk assistanse eller langing andre steder enn i oppsatte mat- og servicestasjoner.
- Det er ikke tillatt med følgebil.
- Uautorisert bistand kan medføre diskvalifikasjon.
- Ryttere må starte og avslutte på samme sykkel. Det er tillatt å bytte hjul, men ikke ramme.

Ovenstående gjelder i alle kategorier, inkludert eliteklasser, ref. § 1.1.



Del 4: Rittgjennomføring

§ 4 - Trimritt

§ 4.1 - Definisjon og målgruppe

- Trimritt for gravelsykling henvender seg til utøvere som ønsker et treningsmål uten resultatmål eller som en introduksjon for yngre utøvere som ønsker å delta i lengre konkurranser.

§ 4.1.1 - Lisenser og påmeldingsavgift.

- Arrangør kan fritt sette deltakeravgift.
- Utøver trenger lisens for å delta. [Alle lisenser utstedt av NCF er gyldige.](#)
- Dersom utøveren endrer kategori til trimritt etter å ha meldt seg på eller kjøpt engangslisens, vil påmeldings- og lisenskostnader ikke bli refundert. Arrangøren kan ta et endringsgebyr.

§ 4.2 - Klasser/Kategorier:

§ 4.2.1 - Trimritt, Kategori I

- Ingen nedre aldersgrense er fastsatt, men utøvere under 13 år må ledsages av en foresatt dersom ritt-traseen benytter trafikkert vei.
- Maksimal tillatt distanse på gravel-trimritt, kategori I, er 60 km.

§ 4.2.2 - Trimritt, Kategori II

- Utøvere må fylle minst 13 år i løpet av det aktuelle kalenderåret.
- Den maksimale tillatte distansen for gravel trimritt kategori II er 120 km.

§ 4.3 - Startprosedyre

I Trimritt starter hver kategori i en stor, samlet pulje. Ved store felt kan feltet deles opp ved tilfeldig utvalg.

§ 4.4 - Premiering og resultatservice

- For å ivareta sikkerhet og kontroll kan tidtakerbrikker benyttes, men det er ikke tillatt å publisere offentlige resultatlistene fra trimritt.
- Alle deltakere som fullfører, skal motta lik premiering; selve utformingen av denne velges av arrangøren.
- Dette forbudet mot differensiering er ikke til hinder for at arrangøren gir ut særskilte, men like premier til:
 - Utøvere som har deltatt og fullført rittet gjentatte ganger.
 - Ryttere som har gjennomført et spesifisert antall ritt i en serie.
- Uttrekkspremier kan utdeles basert på tilfeldig utvalgte startnumre.

Det skal ikke forekomme utmerkelse basert på sportslige resultater i trimrittene.

§ 5 - Turritt

§ 5.1 - Definisjon og målgruppe

Turritt for gravelsykling henvender seg til utøvere som ønsker både et treningsmål og et resultatmål.

§ 5.1.1 - Lisenser og påmeldingsavgift.

- Arrangør kan fritt sette deltakeravgift.
- Utøver trenger lisens for å delta. [Gyldige lisenser er helårslisens eller engangs turlisens](#)
- Dersom utøveren endrer kategori etter å ha meldt seg på eller kjøpt engangslisens, vil påmeldings- og lisenskostnader ikke bli refundert. Arrangøren kan ta et endringsgebyr. Dersom rytteren endrer til en klasse med høyere avgifter, kan det påløpe en tilleggsbetaling.

§ 5.2 - Klasser/Kategorier:

Det settes opp separate klasser for kvinner og menn.
Klasseinndeling defineres av arrangør.

§ 5.3 - Startprosedyre

I Turritt kan alle starte i en stor, samlet pulje. Ved store startfelt kan feltet deles opp basert på seeding eller antatt sluttid. Kvinner og menn kan starte samtidig.



§ 5.3.1 - Drafting

- Drafting i turklassen er tillatt, også mellom kvinner og menn.

§ 5.4 - Premiering og resultatservice

- Arrangøren står fritt til å velge metode for rangering, enten ved individuell tidtaking eller ved å gi samme tid til grupper som fullfører samlet.
- Valgt fremgangsmåte for rangering og tid skal fremgå tydelig av rittets offisielle regelverk og innbydelse.
- Endelige resultatlistene må gjøres tilgjengelige for offentligheten innen 48 timer etter målgang.
- Samtlige deltakere som fullfører rittet, skal motta lik deltakerpremie; utformingen av denne bestemmes av arrangøren.
- Dette generelle forbudet mot differensiering begrenser ikke muligheten til å dele ut særskilte, men identiske utmerkelse til:
 - Ryttere som klarer kravet til maksimaltid eller deltakere som har fullført rittet gjentatte ganger.
 - Utøvere med et bestemt antall fullførte ritt i en serie. Arrangøren kan i tillegg tildele en større gjenstandspremiere til de tre beste i hver klasse.
- Det er forbudt å tildele pengepremier eller andre verdier som kan omsettes basert på plassering i et turritt.
- Gavepremier kan derimot trekkes tilfeldig blant alle startnumrene som deltar i rittet.
- Spurtpriser, klatrepriser eller lignende konkurranseelementer er ikke tillatt i turrittsammenheng.

§ 6 - Aktivt ritt

§ 6.1 - Definisjon og målgruppe

Aktivt ritt for gravelsykling henvender seg til utøvere som ønsker matching på tvers av aldersgrupper.

§ 6.1.1 - Lisenser og påmeldingsavgift.

- Arrangør må forholde seg til deltakeravgiften fastsatt av NCF.
- Utøver trenger en aktiv helårslisens for å delta. [Oversikt over gyldige lisenser.](#)
- Dersom utøveren endrer kategori fra turritt til elite etter å ha meldt seg på eller kjøpt engangslisens, vil påmeldings- og lisenskostnader ikke bli refundert, selv om rytteren i dette tilfellet vil måtte oppgradere til helårslisens.
- Arrangøren kan ta et endringsgebyr, og dersom rytteren endrer til en klasse med høyere avgifter, kan det tas en tilleggsbetaling.

§ 6.2 - Klasser/Kategorier:

Følgende klasser anbefales:

- Kvinner/Menn Elite
- Kvinner/Menn Junior
- Kvinner/Menn Master 30-34
- Kvinner/Menn Master 35-39
- Kvinner/Menn Master 40-44
- Kvinner/Menn Master 45-49
- Kvinner/Menn Master 50-54
- Kvinner/Menn Master 55-59
- Kvinner/Menn Master 60-64
- Kvinner/Menn Master 65-69
- Kvinner/Menn Master 70-74
- Kvinner/Menn Master 75+

Klasse Elite er åpen for ryttere fra og med 19 år som har [gyldig lisens for aktive klasser.](#)

Klasse Junior er åpne for ryttere alder 17-18 som har [gyldig lisens for aktive klasser](#)

Masterklasser er åpne for ryttere fra og med 30 år som har [gyldig lisens for aktive klasser](#)



§ 6.3 - Startprosedyre

- I et aktivt ritt starter alle i en samlet pulje i sin klasse. I små klasser kan flere klasser starte sammen i en pulje. Kvinner og menn starter separat.

§ 6.3.1 - Drafting

- Drafting i aktivt ritt er tillatt innad i klassen, men er forbudt mellom kvinner og menn.
- Drafting kan medføre diskvalifikasjon eller et tidstillegg.

§ 6.4 - Premiering og resultatservice

- I aktivt ritt kan arrangøren fritt velge premiering.
- Pengepremier er tillatt i aktivt ritt for eliteklassen.