



Norges Cykleforbund

MEDLEM
UNION CYCLISTE INTERNATIONALE
UNION EUROPÉENNE DE CYCLISME
NORDIC CYCLING
NORGES IDRETTSFORBUND

Sak: Tolkning av regler for bruk i maratonritt med Turritt og Eliteklasser.

Dato: 11.08.2025

Sted: Oslo

Utvalg: Teknisk Utvalg

Saksbehandler: Bjørn Birkeland, Leder TU, bjoebirk@dommeroppsett.info

Versjon: 2.0

Revisjonshistorikk:

Versjon:	Dato:	Notater:	Utført av:
0.1	23.06.2024	Opprettet dokument	Bjørn Birkeland
0.2	23.06.2024	Første versjon	Bjørn Birkeland
0.3	24.06.2024	Korrekturlest	Bjørn Birkeland
1.0	24.06.2024	Publisert til Birken og NCF	Bjørn Birkeland
1.01	25.06.2024	Justering layout	Bjørn Birkeland
1.1	26.06.2024	Justering layout og språk	Bjørn Birkeland
1.2	18.06.2024	Oppfølging spørsmål	Bjørn Birkeland
2.0	11.08.2025	Oppdatering for Gravel, lagt til info om Soma Gullwing. Fjernet klasse om fritt sykkelvalg.	Bjørn Birkeland
2.1	31.08.2026	Lagt til info om tomme støtter	Bjørn Birkeland



Tolkning av regler for sykler brukt i Maratonritt med tur og eliteklasser – Birken.

UngdomsBirken:

Denne betraktningen gjelder ikke UngdomsBirken, som er underlagt særnorske regler for utstyr.

Generelt:

For den jevne deltaker: Dersom du kjøper en sykkel i en vanlig sykkelbutikk, det være seg terreng eller gravel og starter i korrekt klasse, uten å modifiserer sykkelen, så er du stort sett innenfor regelverket.

Anvendt regelverk terrengritt:

Birken arrangerer sitt terrengritt etter to sett regelverk:

Turritt:

Turrittreglementet, som finnes her:

https://sykling.no/app/uploads/2021/11/15-2_Reglement_turritt_terreng-RTT.pdf

Aktiv klasse/Eliteklassen:

Maraton, ligger under terrengregelverket, UCI 4. Det henvises til UCIs regelverk, som er gjeldende dersom det ikke er spesifikke norske regler. Det er ikke særnorske regler for utstyr i klassene for Birken. Det er spesielt to av UCIs regelverk som gjelder denne klassen:

UCI 1, kap 3:

https://assets.ctfassets.net/76117gh5x5an/wQympSG6EWIKq6o6HKw9E/dbf22e49f7cde9ae61df6180c7a90c8e/1-GEN-20240617_E.pdf

UCI 4, reglene for terrengritt.:

https://assets.ctfassets.net/76117gh5x5an/6qYIYIddcAPjN248n7tVDI/60971cf4716efc2679aed67a56acaa46/UCI_MTB_Rules_-_Part_IV_-_ENG_-_V01.2024.pdf

Utstyrsreglement:

Turritt og aktivt ritt har litt forskjellige protokoller og regler for selve gjennomføringen av rittet, men når det kommer til utstyr, er begge underlagt samme regelverk.

For turritt heter det i turrittreglementet i §5, avsnitt om deltakernes forhold, pkt b:

Racerstyre/bukkehornstyre og/eller tempobøyler er ikke tillatt (jfr. NCF Utstyrsreglement).

NCFs utstyrsreglement er likt UCIs utstyrsreglement. Prinsippene for utstyr generelt i sykling finner vi i UCI 1, kap 3.

Den enkle oppsummeringen finner vi i pkt 4.1.040, hvor det heter:

During MTB races no traditional road handlebars may be used. Clips-on extensions or inner bar ends are forbidden but traditional bar ends are authorized.

For den jevne ritttdeltaker betyr dette: Start rittet med det man er vant til å kalle en terrengsykkel, enten med fulldemper eller hardtail med frontdemper eller stiv gaffel, uten påmontert utstyr. Da er man garantert innenfor regelverket.

For ryttere som ønsker å gå inn i rollen som produsenter av sykler, har vi følgende regelverk: UCI 1.3.001 (ikke 1.3.001 bis), .002, .003, .006. I tillegg gjelder 1.3.008 og 1.3.009 som gjelder håndteringen av sykkelen og er definerende for resten:

De to siste først:



UCI 1.3.009:

Steering:

The bicycle should have handlebars which allow it to be ridden and manoeuvred in any circumstances and in complete safety.

UCI 1.3.008:

Position:

The rider shall normally assume a sitting position on the bicycle. This position requires that the only points of support are the following: the feet on the pedals, the hands on the handlebars and the seat on the saddle.

Når man sitter på sykkelens sete og holder i styret så skal det gi full kontroll over sykkelen.

UCI 1.3.002:

The UCI shall not be liable for any consequences deriving from the choice of the equipment used by licence holders, nor for any defects it may have or its non-compliance. Equipment used must meet all relevant ISO quality and safety requirements (as referenced for illustration purposes in the Clarification Guide published on the UCI website) as well as any other standards applicable in the country of the event.

The licence-holder shall use the equipment which is certified and compliant with quality and safety standards as provided by the manufacturer, without any modification whatsoever. The licence-holder shall be entirely and exclusively liable for any modification made to the equipment, in particular in the event of an incident, and may be subject to disciplinary sanctions in accordance with the UCI Regulations.

UCI 1.3.006:

Denne regelen gjelder kommersialisering. Kortversjonen er at utstyret man bruker må være tilgjengelig for alle.

Oppdateringer 28.06.2024

Stiv gaffel:

Det er tillatt å kjøre med stiv gaffel. Dette er nå oppdatert i beskrivelsen av en «standard sykkel».

Posisjon for hendene:

Når du kjører, skal du ha en posisjon der du når bremsehendlene. Det er ikke tillatt å ligge i en tempoposisjon der underarmene hviler på styret, eller å holde inn mot midten på styret. Det er heller ikke tillatt å styre ved å holde på toppen av gaffelen.

Bredde på styret:

Man skal bruke standard styre, og ikke et egenprodusert styre. Disse kommer i forskjellige bredder, og er i dag normalt mellom 70 og 80 cm. Det er lov å ha et smalere styre. Det er et minstemål på 350 mm for styrrer i både elite- og åpen klasse.

Bruk av blips:

Blips kan brukes, men endrer ikke kravet i 1.3.008 om full kontroll av sykkelen under alle forhold og kontakt med bremseser.

Oppdatering 11.08.2025

Flatt styre:

Flat styre for å konvertere en landeveissykkel eller gravelsykkel til bruk i terrengsritt er ikke tillatt. Eksempler på dette er Soma Gullwing, som omgjør bremseser til "inner barends".

<https://www.sjscycles.co.uk/handlebars/soma-gullwing-handlebar-318mm-clamp-620mm-black/?geoc=SE>



Oppdatering 31.08.2026

Det er ikke tillatt med inner barends. Dette inkluderer enkle tommelstøtter festet mellom håndtak og bremses, eller liknende.

Gravel-klassen:

Birken har en egen klasse for Gravel. Heller ikke i denne klassen er det tillatt med egenproduserte deler eller tilpasninger som ikke hører sammen, ref tilpasninger, ref UCI 1.3.002, 1.3.006, samt 1.3.008 og 1.3.009.

Norske regler for Gravelsykler:

<https://sykling.no/app/uploads/2026/07/Regler-for-turritt-gravel-i-Norge-redigert.pdf>

I norske regler for Gravelsykler heter det:

§ 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.
- Eلسykler 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.

Konklusjon:

Konklusjonen er at dersom en rytter velger å sette sammen en sykkel selv, så må denne settes sammen av standardkomponenter ment å fungere som en enhet. Et flatt styre består f.eks. av stem, styret, girhendler og bremses som alle er designet til å passe sammen. UCI 1.3.008 og 1.3.009 skal alltid oppfylles. Utstyr laget av rytteren selv, enten det er ved dreining, 3D-printing, laserskjæring, støping, sveising, tilpasning med egenlagete foringer eller andre metoder er ikke tillatt. En rytter som bygger en sykkel selv må, i tråd med 1.3.002, kunne dokumentere at utstyret passer sammen og at sluttresultatet er i tråd med produsentens sikkerhetsstandarder.

Konsekvens ved sykkel som underkjennes:

Dersom man ved kontroll i tråd med UCI 1.3.003, før, under eller etter rittet, finner at en sykkel ikke oppfyller disse krav så er konsekvensen hhv startnekt, uttaking av rittet eller diskvalifikasjon. Dette kan utføres av kommissær oppnevnt av NCF, eller av representant for arrangør som er utpekt til utstyrskontroll. Det er opp til kontrollør å vurdere at 1.3.008 og 1.3.009 er oppfylt.