**NORM FOR NORGESCUP TERRENG ENDURO**

Arrangører som av NCF blir tildelt ritt med cup-status, plikter å gjennomføre disse etter denne norm. Om det ønskes spesifikke fritak fra norm skal dette gjøres ved skriftlig søknad til NCF.

**Generelt/forberedelser**

Arrangøren er ansvarlig for gjennomføring av arrangementet etter de regler som gjelder.

NCF sin arrangementsansvarlig skal sørge for kvalitetssikring av arrangementet, spesielt med tanke på organisering og sikkerhet. Arrangør skal presentere sin plan for sikring av løype og avvikling av arenaområdet i et oppstartsmøte. Arrangør organiserer oppstartsmøte lokalt/digitalt hvor NCF også skal delta.

**Kategorier:**

Alle Norgescupritt er kategori 3.

**Rittformat**

Enduroritt er ett etapperitt. Det betyr at tiden på alle fartsetapper legges sammen til en totaltid. Beste totaltid vinner rittet. Mellom fartsetappene må rytterne sykle til etappene. Denne strekningen mellom to etapper kalles en transportetappe. Tiden rytterne bruker på transportetappene påvirker ikke rytterens totaltid, men rytterne må sykle transporteappen innenfor ett oppgitt tidsrom for sin klasse.

Enduroritt foregår enten som endagsritt eller todagersritt. I tillegg skiller vi mellom to typer rittformat: «blindt-ritt» og «ritt med gjennomkjøring».

«blindt ritt»

* Etappene er ukjent for rytterne. Det betyr at rytterne ikke får se løypekartertet før rittet, eller at de ikke får trene i etappene etter at løypekartet er offentliggjort.
* Selve rittet kan gjennomføres enten over en eller to dager, ikke inkludert trening.

Ritt med gjennomkjøring:

* Løypekartet publiseres 1-2 dager før rittet og rytterne har lov til å trene i løypene frem til rittstart.
* Arrangør står fritt til å begrense antall gjennomkjøringer per etappe per rytter under treningen.
* Gjennomkjøring av løypene før rittet er ikke påkrevd. Ryttere kan velge å kjøre rittet «blindt».
* Selve rittet kan kun gjennomføres på en dag, ikke inkludert trening.

Rittarrangør velger selv rittformat og om løypekart skal offentliggjøres før rittet eller holdes hemmelig.

Alle ritt skal gjennomføres i løpet av en helg(lørdag-søndag). Dersom rittet har gjennomkjøring, kan det legges opp til trening også på fredagskvelden (fom. kl:18).

**Løypekart og etapper**

Løypekart:

* Det skal utarbeides ett løypekart for rittet som minimum markerer transportetapper, fartsetapper og depot.
* skal minimum hemmeligholdes frem til rittet.
* skal spesifisere vanskelighetsgraden på fartsetappene.
* endringer på løypekartet etter gjennomkjøring/trening eller offentliggjøring av løypene, skal gjøres i samråd med kommisær.

Transportetapper:

* Alle transportetapper skal skiltes slik at det er mulig å finne frem uten å ha syklet transporten tidliggere. Minimum alle veiskiller må merkes.
* Transportetapper bør legge vekt på effektiv og trygg transport. Arrangør velger selv om heis/shuttle er tillatt, forutsatt at dette blir rettferdig for alle.
* En transportetappe kan gjenbrukes for flere etapper.
* Transportetapper skal kun foregå på traffikert vei dersom ytterst nødvendig for gjennomføring av en fornuftig tidsplan.
* Dersom en transportetappe krysser en fartsetappe, skal det utplasseres en løypevakt ved krysningen, forutsatt at etappen som krysses fortsatt er åpen.
* Ryttere 10-14 år skal ledsages på alle transportetapper. Flere ryttere kan ha felles ledsager.
* Rytterne må få god tid på transportetappene. Det skal være mulig å sykle i pratetempo for den gjennomsnittlige rytter. For å finne riktig tid på transporten bør transporten sykles av minimum to personer med ulike fysiske forutsetninger og vurderes ut ifra tiden disse bruker. Legg inn litt sikkerhetsmargin for tekniske stropp. NB: husk at de tregeste syklistene gjerne bruker dobbelt så lang tid som de raskeste på fartsetappene, som igjen gir dem mindre tid på transporten.

Fartsetapper:

* Ett ritt må ha minimum 3 fartsetapper og maksimalt 8.
* Løypeprofil på fartsetappene vil naturligvis variere fra sted til sted avhengig av topografi, men de skal primært gå nedover.
* Alle fartsetapper skal skiltes slik at det er mulig å sykle etappene forsvarlig uten tidliggere gjennomkjøring av etappen.
* Alle elementer (hopp/dropp etc.) skal unne rulles over. Alternative linjer må være på plass dersom det ikke er mulig. Alternative linjer skal ikke gi maks 3 sek tap av tid.
* Treelementer i etappene må være sklisikret for vått føre.
* Etapper med store og mange hindringer er ikke tillatt for ryttere 12-14år. Det kan brukes samme løype som NC- klassene, men da må de ledes gjennom alternative linjer som er mindre risikofylte. Alternative linjer må være tregere enn hovedlinjen.

Maks tillatt totaltid, antall fartsetapper og vanskelighetsgrad per klasse:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Klasse** | **Tillatt****totaltid** | **Antall fartsetapper** | **Vanskelighets-grad** |
| 13-14 | 2t | 4 | More difficult |
| 15-16 | x | x | x |
| Junior (17-18) | x | x | x |
| Åpen klasse (17+) | x | x | x |
| Senior (19+) | x | x | x |
| Master (35+) | x | x | x |
| Funduro | x | x | Very difficult |
| Elduro | x | x | x |

x i tabellen betyr at det ikke er noen begrensninger og at arrangør står fritt til å ha egne begrensninger om ønskelig.

Klassifisering av vanskelighetsgrad på fartsetapper baseres på IMBS sitt ratingsystem. Unntak fra denne tabellen må godkjennes av kommisær. Eksempel på unntak er når en etappe, f.eks. en grønn etappe, har noen få partier med høyere vanskelighetsgrad. Denne etappen kan da allikevell godkjennes som en grønn etappe av kommisær.

Vanskelighetsgrad er kun basert på tekniske ferdigheter, ikke fysiske. Dersom det er to linjevalg i en seksjon, så vil kun det letteste linjevalget påvirke vanskelighetsgraden på etappen.

Formålet med klassifisering av vanskelighetsgrad er å gi rytterne forutsigbarhet og informasjon om hvilke klasser som er innenfor deres ferdighetsnivå.



IMBA klassifisiner av vanskelighetsgrad.

**Gjennomføring av rittet**

* Det er ingen seeding. Rytterne starter puljevis per klasse.
* HUSK å kontrollere at tidtakerchippen til rytteren er aktivert. Dette må gjøres før rytterne sendes avgårde fra rittarenaen. En person fra arrangørteamet må overvåke dette.
* Når rytterne ankommer starten av etappen, er det «første mann til mølla» prinsippet. Rytterne stiller seg opp selv etter ønsket startrekkefølge.
* Rytterne må sykle etappene i en fast rekkefølge. Først etappe 1, så etappe 2 osv.
* Før hver etappe åpnes, skal en sweeper sykle gjennom etappen for å sikre at det ikke er uvekommende/sabotasje i løypen. Sweeper skal sykle tidligst 30min før første startende.
* Dersom en rytter kommer for sent til starten av en etappe, er det opp til arrangør å vurdere om rytteren får lov til å starte.
* Ryttere skal starte med minimum 30sek intervall. Det er ikke tillatt å kjøre «tog». Dvs. at flere ryttere starter samtidig for å sykle på rekke/sammen.
* Det skal være minimum 5min opphold mellom her klasse.
* Unngå opphopning på startstreken (samt kalde ryttere) ved å åpne etappene så tidlig som mulig. Når hver etappe åpnes, bør være basert på forventet tid til den raskeste syklisten. NB: de raskeste syklistene sykler gjerne dobbelt så fort, også på transportetappene.
* Rytterne får kun lov til å sykle hver etappe en gang.

**Organisasjon**

 Arrangør skal bekrefte følgende roller ved signering av dette dokument:

|  |  |
| --- | --- |
| Rittleder: |  |
| Løypevaktansvarlig |  |
| Løypeansvarlig: |  |
| Påmeldingsansvarlig: |  |
| Tidtakeransvarlig: |  |
| Media-/Presseansvarlig: |  |
| Arena-ansvarlig: |  |
| Sekretariatsansvarlig: |  |
| Leder av klubb: |  |

En person kan inneha flere roller.

**Sikkerhet**

 Arrangøren plikter å sørge for godkjenning av alle løyper hos grunneiere.

* Arrangøren skal lage vakt- og bemanningsplan for løyper, start- og målområdet. Denne skal godkjennes av sjefskommissær, senest 2 uker før første konkurransedag.
* Løypevakter skal bære refleksvest og minimum plasseres ved start og mål på alle etapper, samt i alle krysningspunkter hvor det kan oppstå kollisjon eller hvor turgåere kan risikere å gå inn i etappene.
* Det anbefales å lage ett løypekart som viser alle poster hvor løypevakter skal stå utplassert. Dette kartet må deles med alle løypevakter og sanitet.
* Løypen skal sikres på alle punkt hvor dette er nødvendig. Se mer info under avsnittet om «etapper»
* Sanitets oppsett gjennomføres i.h.t NCFs reglement, med mulighet for lokale tilpasninger som godkjennes av sjefskommissær, senest 2 uker før første konkurransedag.
* Det skal lages en beredskapsplan ved ulykker, antall sanitetspersonell under trening, antall sanitetspersonell under rittet, plassering av personell og nærmeste sykehus.
* Ryttere under 15 år må ha ledsager på transportetappene. Det gjelder både under eventuell gjennomkjøring og under selve rittet. Det anbefales at rittarrangør stiller opp med en felles ledsager (helst lokalkjent, og teknisk flink nok til å sykle/sweepe etappen først) for denne puljen.

**Klasser og påmeldingsveiledning**

Klasseinndeling og tilhørende lisenskrav:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Klasse** | **Godkjent lisens** | **Kommentarer** |
| 13-14 | Utvidet lisens/engangslisens |  |
| 15-16 | Utvidet lisens/engangslisens |  |
| Junior (17-18) | Utvidet lisens |  |
| Åpen klasse (17+) | Grunnlisens/utvidet lisens/engangslisens |  |
| Senior (19+) | Utvidet lisens | Høyeste konkurranse nivå |
| Master (35+, valgfritt) | Utvidet lisens | 35+ kan stille i senior |
| Funduro | Grunnlisens/ Utvidet lisens/engangslisens | Valgfri klasse for arrangør |
| Elduro | Grunnlisens/ Utvidet lisens/engangslisens | Valgfri klasse for arrangør.  |

\*Klasseinndelingen gjelder fra det året man fyller oppgitt nedre alder

\*\* Det er ikke tillatt å melde seg på klasser med høyere aldersinndeling enn egen alder.

\*\*\*Det er kun sammenlagtcup for aktive klasser (der det er krav om utvidet lisens)

\*\*\*\*for å kunne løse utvidet lisens må man ha tilhørende gyldig klubbmedlemskap, da kan man delta i alle typer ritt. Lisensen inneholder også en utvidet forsikring. Les mer her:

<https://sykling.no/lisens/info-om-lisens/>

**Tidsplan og startrekkefølge**

Tidsplan:

Eksempel på en tidsplan for ett «blindt» endagsritt:

|  |
| --- |
| **Dagen før rittet** |
| 18:00 | Løypekart offentliggjøres (valgfritt for arrangør) |
| **Rittdag (lørdag eller søndag)** |
| 08:00-08:30 | Utdeling av startnummer og tidtakerchip |
| 08:30 og 10:30 | Ryttermøte  |
| 09:00- | Start første pulje – alltid fra rittarenaen  |
| 10:00- 15:30 | Ritt |
| 16-16:30 | Premieutdeling |

Eksempel på tidsplan for ett «blindt» todagersritt:

|  |
| --- |
| **Fredag** |
| 18:00 | Løypekart offentliggjøres (valgfritt for arrangør) |
| **Rittdag 1 - Lørdag** |
| 08:00-08:30 | Utdeling av startnummer og tidtakerchip |
| 08:30 og 10:30 | Ryttermøte  |
| 09:00- | Start første pulje – alltid fra rittarenaen  |
| 10:00- 15:30 | Ritt |
|  |  |
| **Rittdag 2 -Søndag** |
| 09:00- | Start første pulje – fra forhåndsbestemt sted |
| 10:00-15:30 | Ritt |
| 16-16:30 | Premieutdeling |

Ett todagers ritt bør ofte ha kortere dager enn ett endagersritt. Hver rittdag bør ikke overstige mer enn 5t totaltid for en gjennomsnittlig rytter.

Eksempel på en tidsplan for ritt med gjennomkjøring

|  |
| --- |
| **Fredag** |
| 18:00 | Løypekartet offentliggjøresFri trening i løypene  |
| **Lørdag** |
| 10:00 – 15:00 | Fri trening i løypene  |
| **Søndag** |
| 08:00-08:30 | Utdeling av startnummer og tidtakerchip  |
| 08:30 og 08:45 | Ryttermøte  |
| 09:00- | Start første pulje – alltid fra rittarenaen  |
| 10:00- 15:30 | Ritt  |
| 16-16:30 | Premieutdeling |

* Alle ryttere skal delta på ryttermøte. Det anbefales å ha flere ryttermøter for å unngå tidlig oppmøte, og dermed flere timer venting for sent startende.
* Utdeling av startnummer og ryttermøte kan, som ett tillegg, også gjennomføres dagen før. Dette tilbudet må da også gis på rittdagen.
* Ryttere må vise frem godkjent lisens ved utdeling av startnummer. Det er tillatt at andre henter ut startnummer for rytteren, forutsatt at de kan vise frem rytterens lisens(et bilde av lisensen er godkjent).
* Alle ryttere skal starte fra rittarenaen på oppgitt starttid for sin klasse.
* Arrangør velger selv om det skal være vakter og sanitet tilsted under fri trening. Det anbefales på lørdagen, spesielt om det er mange yngre deltakere med.
* Under gjennomkjøringen kan arrangøren sette en begrensing på antall gjennomkjøringer per etappe per rytter, om hensyn til turgåere, slitasje på sti etc tilsier det.
* Sanitet og løypevakter skal være på plass under rittet.

Tidsplanene over er kun veiledende og må tilpasses hvert enkelt ritt. Det er lurt å planlegge ut ifra en ønsket sluttid. Premieutdelingen bør ikke være senere enn kl: 16:30. Planlegg heller tidliggere start om nødvendig. Mange rytter har lang reisevei hjem.

 Startrekkefølge:

Det er tillatt å slå sammen flere klasser til en startpulje så lenge det ikke endrer startrekkefølgen. Det betyr blant annet at senior herrer og master herrer kan slås sammen, men ikke ungdom gutter og junior herrer.

Hvis arrangøren finner det praktisk, kan de velge og skille mellom puljene i de større klassene.

Arrangør velger selv hvor de valgfrie klassene funduro og elduro skal plasseres i startrekkefølgende. De kan enten være en egen pulje eller inkluderes i puljer som ikke er rene elite puljer ( pulje3 og 4).

Følgende startrekkefølge skal brukes:

1. Barn/ungdom (gutter/jenter 12-14år)
2. Ungdom (gutter/jenter 14-16år)
3. Kvinner(junior, åpen klasse, senior, master)
4. Åpen klasse herrer
5. Master herre
6. Junior herrer
7. Senior herrer

Unntak for startrekkefølge kan gis ved godkjennelse fra kommisær.

Det kjøres det med 30 sekunders intervall mellom de startende, samt minimum 5 min mellom hver pulje. I klasser med stor spredning fra raskeste til langsomste kjører kan startere på etappene øke tidsintervallet om etappens åpningstid tillater det. Det overordnede målet er at alle ryttere har tid til å kjøre i mål uten å bli tatt igjen, så langt det er praktisk mulig.

**Jury - kommissærer - funksjonærer.**

* NCF skal oppnevne jury, og på forespørsel også teknisk rådgiver. Arrangør skal ta kontakt med sjefskommissær senest 2 måneder før arrangementet. I løyper hvor det ikke har blitt arrangert enduroritt tidligere, bør det skje en befaring senest 4 uker før rittet. Utover den jury som er oppsatt av NCF, plikter NCF etter avtale med sjefskommissær, å skaffe det nødvendige antall kommissærer for gjennomføring av arrangementet. Alle kommissærer skal bære offisielt kommissærantrekk og tegn på sin funksjon.
* Arrangøren bør stille separat juryrom til disposisjon.
* og sekretariat med nødvendig utstyr og bemanning.

**Samband.**

* Det skal være eget samband som dekker alle kommissærer, mål, vaktsjef og rittleder. Samband kan lånes av NCF ved behov.
* Det bør være eget samband mellom speaker, løypespeaker og eventuelle løypevakter
* Sambandsplan skal godkjennes av sjefskommissær.

**Invitasjon- og informasjonsmateriell**

* Innbydelse skal lages etter NCFs mal og skal inneholder de obligatoriske punktene (se § 11 i Generelle bestemmelser i NCFs reglement). Den skal sendes NCF senest to mnd før rittet. Husk å legge inn GPS-adresse.
* Arrangøren skal sørge for tilstrekkelig informasjon til publikum, presse og lagledere/deltakere før, under og etter rittet. Tidsskjema for hver klasse, trafikkinformasjon, løypekart, løypeprofil, startlister og resultatlister skal komme tydelig frem.

**Påmelding og tidtaking**

* Arrangør skal benytte elektronisk påmeldings- og tidtakersystem.
* Resultater lastes inn i NCF rankingen og sendes NCF senest 24 timer.
* Påmeldingsfristen er onsdag kl 23.59 samme uke som rittet.Arrangør står fritt til å åpne opp for etteranmelding og privatsalg av startnummer.

**Startnummer og starttider**

* Startnummer skal være utformet etter fastlagte normer, se siste punkt i Utstyrsreglement.
* Startnummeret skal være festet på sykkelens styre under hele rittet. Rittarrangør avgjør om startnummer skal være på sykkelen under trening. NB: vær obs på at startnummer kan bli ødelagt under trening i våte forhold. Det anbefales derfor ofte at startnummer ikke brukes under trening.
* Ryttere får utdelt en lapp med sine etappetider/frister – denne må kunne festes på sykkelen ved hjelp av teip eller i form av ett klistermerke.

**Resultater og Seiersseremoni.**

* Seiersseremoni gjennomføres i verdige former på et forhånds annonsert tidspunkt..
* Rekkefølge skal være nr 3, så nr. 2 og vinner.
* Uoffisielle resultatlister skal fortløpende offentliggjøres med oppsatt frist for protest. Offisielle resultatlister offentliggjøres etter protestfristens utløp.
* Umiddelbart etter seiersseremonien overrekkes ledertrøye til lederen av NorgesCup . Denne fremskaffes og bekostes av NCF, og skal bæres av rytteren ved neste NC-ritt.

Det er ingen sammenlagtcup for turklasser. Åpen klasse (17+) skal ha premiering og resultatliste. Funduro og Elduro vil ha en urangert resultatliste og dermed ingen premiering.

**Media.**

* NCF har medierettighetene. (ref. NIFs lov. kap 14-3) Norges Cykleforbund – Lov og Regelverkshefte 2016 Del 20.
* Arrangøren bør kontakte lokalpresse på forhånd.
* Arrangør skal ha en presse- eller media ansvarlig.

**Arena og reklame.**

* NCF har rett til plassering av reklameseil, beachflagg og annen visuell profilering for NCFs sentrale samarbeidspartnere i målområdet og etappene. Dette er ikke eksklusivt og arrangøren står fritt til å promotere egne sponsorer. NCF plikter å gi beskjed til arrangør senest 3 uker før rittet om hvilket promoteringsmateriell som skal være med.
* I målområdet reserveres nok plass til salgstelt for NCFs sentrale samarbeidspartnere, og for kampanje- eller profileringsmateriell fra NCF. Dette er ikke eksklusivt og arrangøren står fritt til å ha salgstelt fra egne sponsorer og samarbeidspartnere. NCF plikter å gi beskjed til arrangør senest 3 uker før rittet om arealbehov for eventuelle salgstelt.
* Arrangøren sørger for at det er tilstrekkelig med strømuttak på arena hvis praktisk mulig.
* (merk at enkelte enduroritt arrangeres på steder med begrenset infrastruktur)
* Arena bygges opp etter NCFs arenaprofil så langt det er praktisk mulig. Arenareklame for arrangørens egne sponsorer er arrangørens ansvar. NCFs samarbeidspartnere og arrangørens sponsorer skal begge ha nok plass i området, men kan ikke kreve eksklusivitet. Det bør også tilrettelegges for sykkelvask og depot, samt toalet.
* Arrangøren skal bruke NCFs målportal på siste etappe, der det er praktisk mulig
* Arrangøren stiller med nok mannskap til å rigge opp og ned alt reklamemateriell. Målportalen krever minimum 6 personer.
* Forbundets avtalefestede samarbeidspartnere kan kontakte arrangøren for å tilpasse aktiviteter minst 3 uker før rittet.

**SANITET.**

* Det skal være sanitet til stede under rittdagen.
* Dersom det er gjennomkjøring dagen før rittet, er det anbefalt å ha sanitet tilstede under den offisielle treningstiden.
* Sanitet skal ha sin egen base/telt på rittarenaen.
* Det anbefales å varsle nærmeste sykehus/legevakt om at det gjennomføres ritt 1-2 uker før rittet.

**SÆRSKILT REGLEMENT ENDURO:**

Arrangøren plikter å informere rytterne om følgende reglement:

* Det er strengt forbudt å hive søppel/slanger/papir i naturen. Dette kan føre til diskvalifisering.
* Rytter skal bruke hjelm under rittet og denne skal være festet skikkelig. Det gjelder også ved sykling på transportetappene.
* Ryttere skal følge merkinger og anvisninger satt av arrangør. Ryttere skal holde seg til stien, ikke kappe svinger eller ta snarveier som opplagt gir en tidsfordel. Bryter man merkebånd må man tilbake i løypa der man brøyt båndet. Bryter du et sperrebånd uten vilje så er det viktig at du stopper og knyter det sammen igjen, det er retingsanvisende for alle rytterne bak deg. Det kan gi tidsstraffe å ikke gjøre det.
* I enduro er man selvhjulpen. Man kan låne utstyr av medryttere, men ikke motta hjelp utenifra eller oppbevare ekstra utstyr i bilen sin. Man skal bruke samme sykkel under hele rittet. Arrangør kan tilby depot for oppbevaring av mat/drikke. Nærmere informasjon om dette vil bli gitt.
* Det er ikke lov å bruke elektrisk terrengsykkel
***– Unntatt de som er påmeldt el-sykkelklassen i FunDuro (***
* Er du første syklist som ankommer en skade SKAL du stoppe og sikre stedet, ringe sanitet/rittleder dersom det er behov for det. Siden rittet er spredt utover et større geografisk område er det viktig at vi alle bidrar til alles sikkerhet. Du vil få en  idealtid basert på de andre etappene og dermed ikke tape noe særlig på å være kompis. Kanskje til og med tjene litt på det.