



Bokn
Sykkelklubb
For alle

boknsk.no

Inviterer til

Bokn Terrengfest

Ritt #7 Terrengcupen 2018

Lørdag 29. September 2018

Sted

Lørdag 29. Oktober 2018 Føresvik, Vestre Bokn.

Parkering og garderober ved Bokn Arena



Klasser

M/K 6-9 og M/K 10-12

M/K 13- Senior

Master klasser. M/K30-39, 40-49, 50-59, osv.

Tidskjema:

Foreløpig tidskjema. Antall påmeldinger i hver klasse vil avgjøre et endelig tidskjema.

Klasse	starttid	Antatt slutt-tid	Runde	Ca lengde pr.runde	Runder	Antatt rundetid
Gjennomsykling M/K6-12 K13-14	11:00		Kort			
MK6-9 valgfri 1 eller 2 runder	12:00	12:20	Kort	Ca 1000m	2runder	Ca 5min
Pr.utdel. M6-9, K6-9	Snarest					
M/K 10, K11-12 M11-12, K13-14	12:30	12:50	Kort	Ca 1000m	3runder	Ca 7min
Pr.utdel. M10-12, K10-16	snarest					
Åpent for trening i lang løype	13:00					
M-Sen, M-Jun	13:45	14:40	Lang	Ca 2000m	5runder	Ca 11min
M15-16, M-Master, K- senior	13:46	14:34	Lang	Ca 2000m	4runder	Ca 12min
K-Jun, K-Master, M13-14, K15-16	13:47	14:26	Lang	Ca 2000m	3runder	Ca 13min
Pr utdeling	snarest					

Påmeldingsinformasjon

Påmeldingen skjer via EQ- timing. <http://www.eqtiming.no/>

Påmeldingsfrist: 28.september 2018. Etterpåmelding på rittdagen.

Startnummer

Utdeling av startnummer i sekretariatet

Startnummer plasseres synlig i front av styret.

Lisens

Alle ryttere over 12 år må løse lisens. Ryttere opp til og med 12 år er forsikret gjennom NIF`s barneidretts-forsikring. Lisens medbringes for kontroll. Engangslisens for ungdom 13-16 år koster kr. 50,- per ritt.

Premiering

Full premiering i alle klasser opp til junior.

Øvrige klasser: Sammenlagt premiering ved cupen`s slutt. (Kaffi etter målgang)

Utdeling skjer fortløpende etter jury/måldommer har godkjent resultatene. I klassen

M/K 6-9 ingen tidtaking. M/K 10-12 blir resultatene opplyst etter startlisten.

Rangering i de øvrige klassene.

Resultatene vil bli publisert på egen nettside og eqtiming.no

Toalett og garderober

Toalett og garderober i Bokn Arena

Kiosk

Det vil bli servert pølser, kaker og kaffi

Sikkerhet

Førstehjelp vil være tilgjengelig.

Rittregler

Rittregler i henhold til NCF sitt reglement. Se www.sykling.no . Godkjent hjelm er påbudt og anbefales også brukt av lagledere. Alle sykler på eget ansvar og skal følge arrangørens anvisninger.

Anti-doping

Terrengcupen og regioncupen er et rent arrangement. Anti-doping Norge vil foreta uanmeldte kontroller på alle NCF registrerte ritt. Som arrangør vil vi tilrettelegge forholdene for en eventuell kontroll etter gjeldene rutine. Alle ryttere og ledere skal forholde seg til instruksjer gitt fra representanter fra Anti-doping Norge. Dersom utøver blir plukket ut til kontroll vil vi bruke samme kontaktliste som nevnt under sikkerhet. Ingen utøvere under 16 år skal til kontroll uten eskorte.

Kommisærer

Nærmere info kommer på egen nettside.

Organisasjonskomite

Nærmere info, www.terreng-cupen.no og boknsk.no