



Foto: Pål Westgaard
westgaardfoto.no

TEKNISK GUIDE NM TEMPO OG LAGTEMPO



Innholdsfortegnelse

ORGANISASJON.....	3
KOMMISSÆRER.....	3
SYKEHUS	3
RITTREGLEMENT	4
SMITTEVERN	8
PREMIERING	8
PARKERING	8
LØYPEINFORMASJON	9

Organisasjon

Leder hovedkomité	Bjørn Halvorsen	40639530
Daglig leder KCK	Jan Fredrik Stiansen	99094662
Rittleder	Morten Messelt	92800339
Assisterende rittleder	Sondre Linstad-Hurum	99459980
Arenasjef	Rasmus Øsleby	47637541
Sikkerhetssjef	Martin Ugland	90675980
Løype og vaktssjef	Sondre Linstad-Hurum	99459980
Vaktsjef	Tore Kvarsnes	92620344
Bil/kortesje	Thor Inge Kostøl	91317905
Bil/kortesje	Arild Jensen	90734976
Rittkontor	Janne Stiansen	95920201
Rittlege		
Sanitetsansvarlig	Cecilie Eliassen	46421359
Frivillighetskoordinator	Joel Pantin	47978732
Presse og media	Leif A. Westberg	48868399

Kommissærer

Sjefskommissær:	Gunnar Elvsveen, Brumunddal SK	90513124
Jury:	Leif Birger Kleppa, Sandnes SK	46633036
Jury:	Vegard Gimre, Sola CK	99483441
Mål:	Skjalge Kraglund, Eiker CK	90660354
MC #1:	Morgan Grindalen, Ringerike SK	95731081
Pilot #1:	Kjell Westby	
Utstyr:	Heidi Stenbock-Haakestad, Halden CK	92804303
Ass kommisærer:	Pål Gundersen, Birkenes IL	
Ass kommisærer:	Terje Johnsen, Arendal CC	
Ass kommisærer:	Aslak Homdal, Dølemo IL	
Ass kommisærer:	Joel Allan Pantin, Kristiansand CK	

Sykehus

Sørlandet sykehus Kristiansand
Egsveien 100, 4615 Kristiansand Telefon: 90610600
Nødnummer: 113

Rittreglement

Artikkel 1. Organisasjon/arrangør

NM landevei 2021 arrangeres av Kristiansands Cykleklubb (Org. Nr.: 975654745).

Adresse: Idrettens hus, Henrik Wergelandsgate 4, 4612 Kristiansand.

kck@kck.no

Artikkel 2. Type arrangement

Rittet er klassifisert som et UCI-ritt av type ITT og klasse CN (nasjonalt mesterskap) for klasse herrer og damer elite.

UCI poeng tildeles etter følgende skala:

1. 50 poeng
2. 30 poeng
3. 20 poeng
4. 15 poeng
5. 10 poeng
6. 5 poeng
7. 3 poeng
8. 3 poeng
9. 1 poeng
10. 1 poeng

Artikkel 3. Deltakelse

Rittet er åpent for ryttere i klasse M/K junior og elite. I henhold til ØPM (NCF øvelsesprogram for mesterskap) kan følgende ryttere delta:

§ 15

I tempo for Menn og Kvinner Elite kan følgende delta:

- Ryttere med lisens fra UCI registrerte lag
- Ryttere med lisens i klasse Elite og U23.

I tillegg kan ryttere med Masterlisens delta, men ved behov for begrenset deltagelse, prioriteres aldersklassene t.o.m. 39 år for menn og 49 år for kvinner. Eldre ryttere vurderes ut fra dokumentert sportslig nivå.

NB! En rytter med masterlisens kan ikke delta i både NM-Elite (NM-Senior) og NM-Masters i samme øvelse i samme sesong.

I lagtempo for kan følgende lag delta:

- Klubblag
- Regionlag

Alle lagene må ha ryttere som oppfyller kravene i ØPM §2, 1-8.

I lagtempo for menn kan lagene bestå av følgende ryttere, som:

- Er tilsluttet UCI registrerte lag
- Har lisens i klasse Menn Elite og U23
- Har lisens i Mastersklassene.
- Har lisens i Menn Junior, - i konkurranseåret fyller 18 år, og som etter søknad til Forbundsstyret har fått dispensasjon til å starte i NM-Lagtempo menn. Kun en rytter fra menn Junior per lag.

I lagtempo for Kvinner kan lagene bestå av følgende ryttere, som:

- Er tilsluttet UCI registrerte lag.
- Har lisens i klasse Kvinner Elite/Kvinner U23/Kvinner Junior.
- Har lisens i Mastersklassene.

I lagtempo for Menn Junior kan lagene bestå av følgende ryttere, som:

- Har lisens i klasse Menn Junior.
- Som i konkurranseåret fyller 16 år, og som etter søknad til Forbundsstyret har fått dispensasjon til å starte i NM-Lagtempo Menn Junior. Kun en 16-åring per lag.

Artikkel 4. Rittkontor og lagledermøte

Rittkontoret/hovedkvarter er lokalisert på følgende sted: Thon Hotel Norge, Dronningens gate 5, 4610 Kristiansand.

Det etableres også midlertidig rittkontor på Evje ved start og mål.

Åpningstid for registrering/henting av startnummer: Mandag 14. juni og onsdag 16. juni, kl 1500-1900. Klubbene får tildelt tidsvindu på 5 minutter grunnet smittevern.

Tider offentliggjøres på <https://www.sykkelnm2021.no/sporsmal-og-svar/program/> .

Tidtakerbrikker innleveres klubbvis på midlertidig rittkontor på arena.

Kommissærmøte er planlagt til følgende tidspunkt: 16:00 – 16:45 dagen før ritt.

Lagledermøtet vil på grunn av smittevern bli holdt som videomøte på Teams. Mandag 15. juni og onsdag 16. juni kl. 17:00 – 18:00. Påmelding til lagledermøtet skal skje på følgende link:

[Påmelding gjøres her.](#)

Artikkel 5. Radio-Tour

Ingen kontinuerlig Radio Tour, men lag-/servicebilene anbefales å ta denne med for ev. varsel om utrykningskjøretøyer eller andre hendelser i løypa.

Rittinformasjon/ Radio-Tour vil bli kringkastet på følgende frekvens: 154.925, NCF kanal 6. Ved behov kan radioer lånes, i såfall må det meldes pr e-post til: Heikki.Dahle@sykling.no . Radioene vil bli utlevert av NCF ved start/målområdet.

Artikkel 8. Premier

Premiering iht ØPM.

Artikkel 9. Anti-Doping

De nasjonale (NIF/ADNO) og internasjonale (UCI / ITA) antidoping-bestemmelsene er gjeldende for arrangementet. Alle ryttere kan bli plukket ut til antidoping-kontroll.

Artikkel 10. Premieseremoni

Seremonien forgår på scenen etter målgang. De tre første rytterne møter bak scenen umiddelbart etter målgang, og blir informert om prosedyren.

Artikkel 11. Straffer

NCF sitt konkurransereglement for landevei inkludert [straffer og bøter](#) er gjeldende for arrangementet.

Artikkel 12. Servicebil

Tiltatt

2.4.023 Følgebiler skal legge seg minst 10 meter bak rytteren. Den kan ikke kjøre forbi eller legge seg på siden av rytteren. Ved teknisk uhell skal assistansen utføres når rytter og bil er stillestående. De skal plassere seg slik at de ikke er til hinder for andre.

2.4.024 Når en rytter blir tatt igjen av en annen, og avstanden mellom de to er mindre enn 100 meter, skal innkjørte rytters følgebil legge seg bak den andre rytterens følgebil.

2.4.025 Følgebilen til den rytter som tar igjen en annen rytter, skal ikke kjøre opp til sin rytter før avstanden mellom rytterne er minst 50 meter. Dersom avstanden reduseres igjen, må følgebilen legge seg bak den andre rytteren.

2.4.026 Følgebilen kan ha med nødvendig utstyr for eventuelle hjul- eller sykkelbytte.

2.4.027 Det er forbudt å forberede, reparere eller holde utstyr/sykler på utsiden av følgebilen. De som sitter på i følgebilen skal ikke lene seg ut.

2.4.028 Dersom det er tillatt med service fra MC, så kan MC kun ha med reservehjul.

2.4.029 Det er tillatt å bruke høyttalere, megafoner ol.

Artikkel 13. Gjennomføring

Det vil bli gjennomført sykkelkontroll før start. Nærmere info kommer.

2.4.017 Når en rytter blir tatt igjen av en annen rytter, skal han ikke legge seg rett foran eller rett bak denne rytteren, for å unngå «pacing».

2.4.018 Rytteren som tar igjen en annen rytter, skal i god tid legge seg 2 m til siden for denne. Etter 1 km skal avstanden mellom disse to rytterne være minst 25 meter.

2.4.019 Ved behov, skal kommissæren tvinge rytterne til 2 meters sideveis avstand og 25 meters avstand etter hverandre. Dette har ingen påvirkning på øvrige straffer som er beskrevet i sanksjonsreglementet, artikkel 2.12.007.

2.4.020 Rytterne kan ikke gi hverandre noen form hjelp eller assistanse.

Det er ikke tillatt å bryte gul midtlinje.

Langing er ikke tillatt under rittet

Artikkel 15. Miljøvern

UCI og NCF sitt regelverk for miljøvern er gjeldende under mesterskapet. Arrangøren har plassert søppelsoner.

Disse er plassert i forkant av vendepunkt (300 - 0 meter).

Artikkel 16. Spesielle instruksjoner

Arrangementet har i henhold til forskrift om sykkelritt på veg søkt Statens Vegvesen om unntak fra §4, §5 og §6 i Vegtrafikkloven. Dette unntaket gjelder kjøretøy med gul akkreditering. Vi minner om at det til enhver tid skal vises hensyn, og at Vegtrafikklovens §3 om varsomhet alltid vil være gjeldende.

Vi ønsker å understreke følgende punkt:

Varsomhet under kjøring:

1. Bruk alltid nærlys. Enkelte biler har kun kjørellys på frontlykter. Det er ikke tilstrekkelig.
2. Bruk alltid bilbelte. Bruk av bilbelte er obligatorisk for alle i bilen. Unntaket er kommissærer i de situasjoner hvor takluke må/skal benyttes.
3. Vær ekstra bevisst på din hastighet selv om arrangøren har fått innvilget et unntak fra Vegtrafikkloven. Maksimalt 30 km/t til 50 km/ t i tettbebygd strøk og områder med mye tilskuere, maksimalt 80 km/ t utenfor tettbebygd strøk eller publikumsområder.

4. Bruk av mobiltelefon under kjøring er forbudt. Hands-free skal alltid benyttes til eventuelle samtaler under rittet.
5. Nulltoleranse på promille og rus. Promillegrense 0,0g/liter blod. Kontroller kan bli utført under arrangementet.

Smittevern

Nasjonale og lokale smittevernsregler er alltid gjeldende. NCF har i tillegg utarbeidet en egen smittevernsprotokoll for arrangementet som på enkelte områder er strengere enn myndighetenes bestemmelser.

Vi understreker spesielt følgende punkter:

- Alle ryttere skal bruke munnbind på startstreken frem til rittet starter.
- Alle funksjonærer og støtteapparat skal bruke munnbind på arena, i biler og langesone.
- Alle ryttere, støtteapparat, kommissærer, sjåfører og funksjonærer må kunne vise frem bevis på negativ PCR-test innenfor 72 timer før start. Protokollen viser enkelte unntak.
 - Dokumentasjon fremvises lagsvis på rittkontoret ved henting av startnummer.
 - Husk å benytte utskriftsvennlig dokument fra Helse Norge, slik at fullt navn blir synlig.

Du finner protokollen her: <https://sykling.no/om-ncf/info-om-korona/> .

Premiering

Det er hot seat for den en til hver tid ledende syklist ved scenen. Obligatorisk tilstedeværelse umiddelbart etter målgang til eventuell ny leder er på plass.

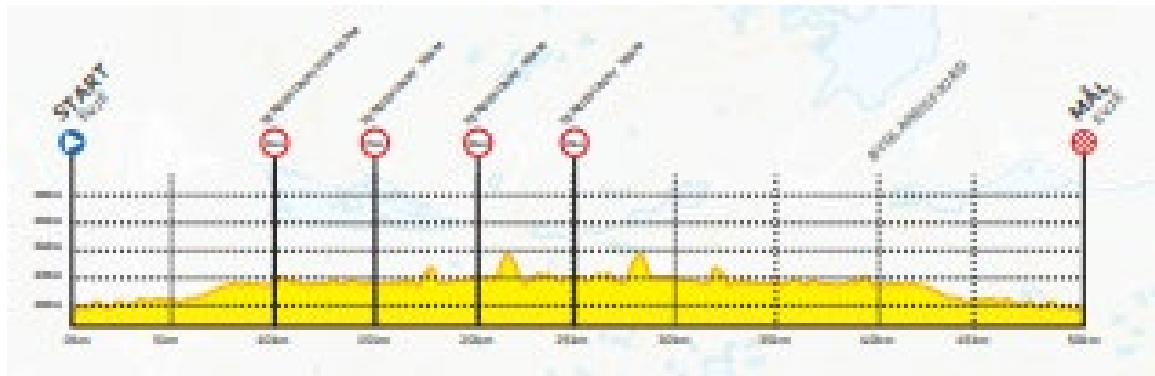
Umiddelbart etter målgang (når alle deltakere har kommet i mål), og så snart sjefskommissær gir klarsignal, startes seiersseremonien ved at de tre beste ropes frem. Oppmarsj til pall foregår under fanfare. Medaljevinnerne stiller seg bak seierspallen, og ropes opp på pallen. Rekkefølge: 3-2-1. Vinner tildeles mesterskapstrøye. Premiering skjer i henhold til kapprittsreglementet.

Parkering

Akkrediterte biler har tilgang til parkering ved garderobe (Garderobe adresse: Alfred Uglands veg 34). Det vil også være noen begrensede parkeringsmuligheter ved start mål. Disse er prioritert para, elite og de som har siste oppvarming før start.

Løypeinformasjon

Høydekurve

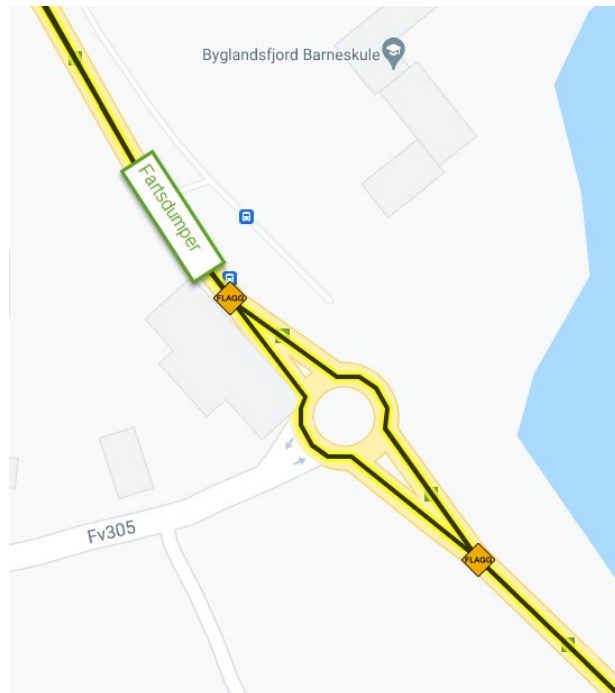


Løype

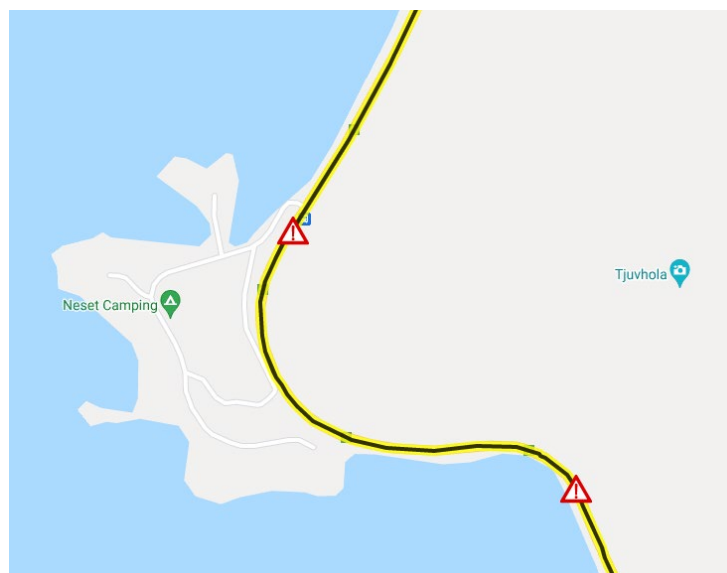


Farer

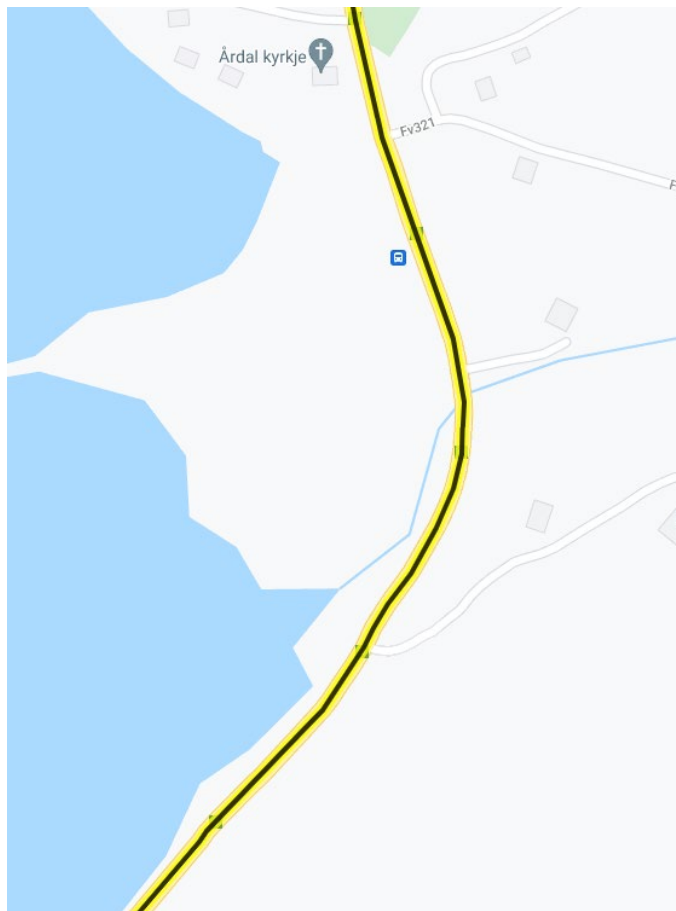
Gjelder ikke Para og K-Jun, ved 10,2 km fra start
Rundkjøring og fartsdump



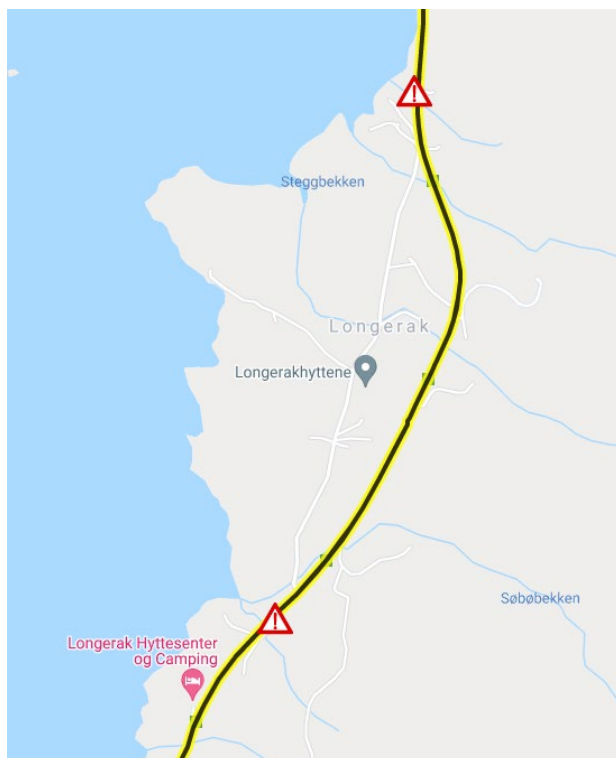
Uoversiktlig område 12 km fra start



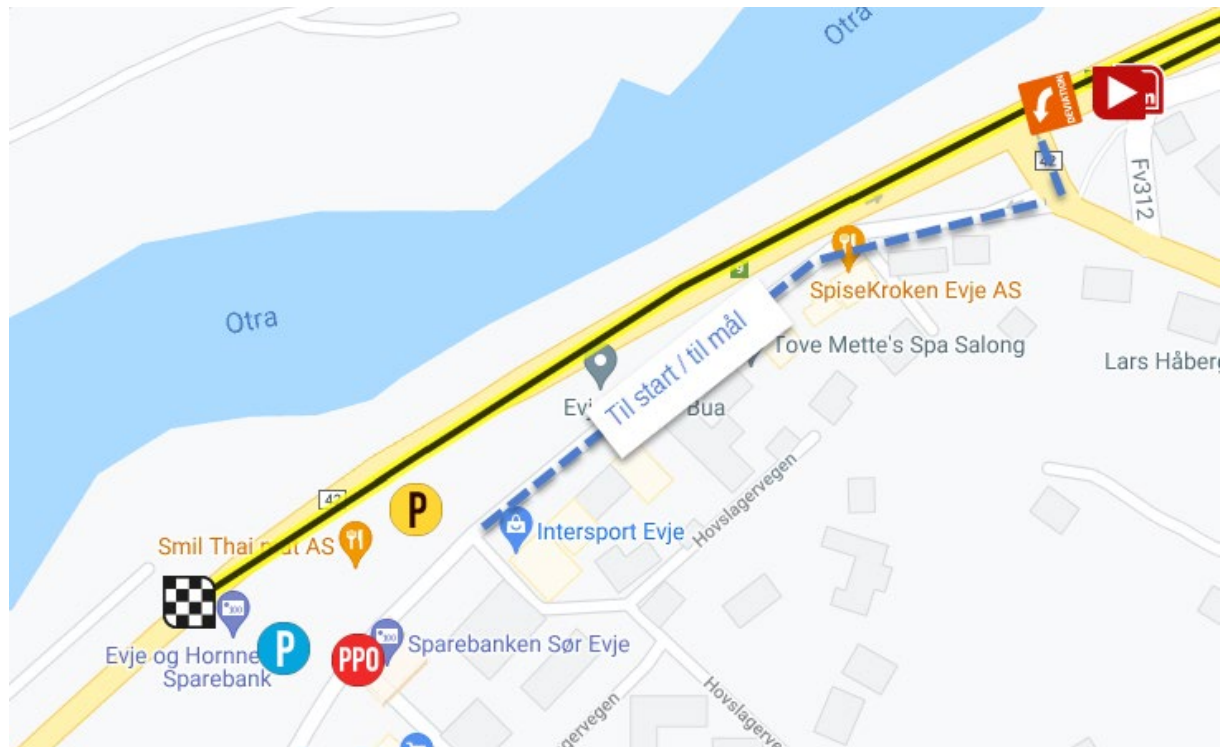
Uoversiktlig område 15 km fra start



Uoversiktlig område stor hastighet

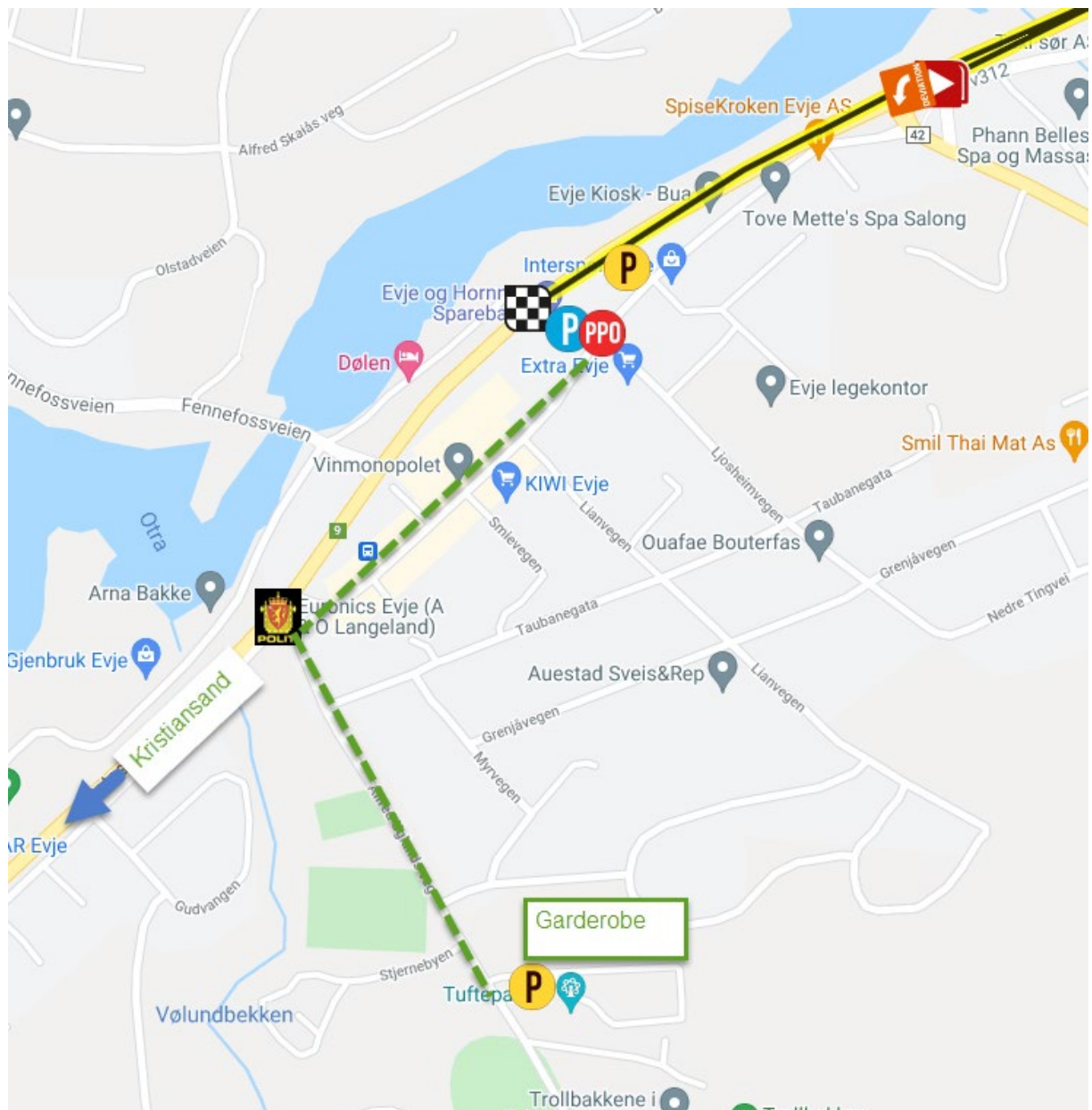


Start – og målområde



PPO koordinater:
58.5869861, 7.807779

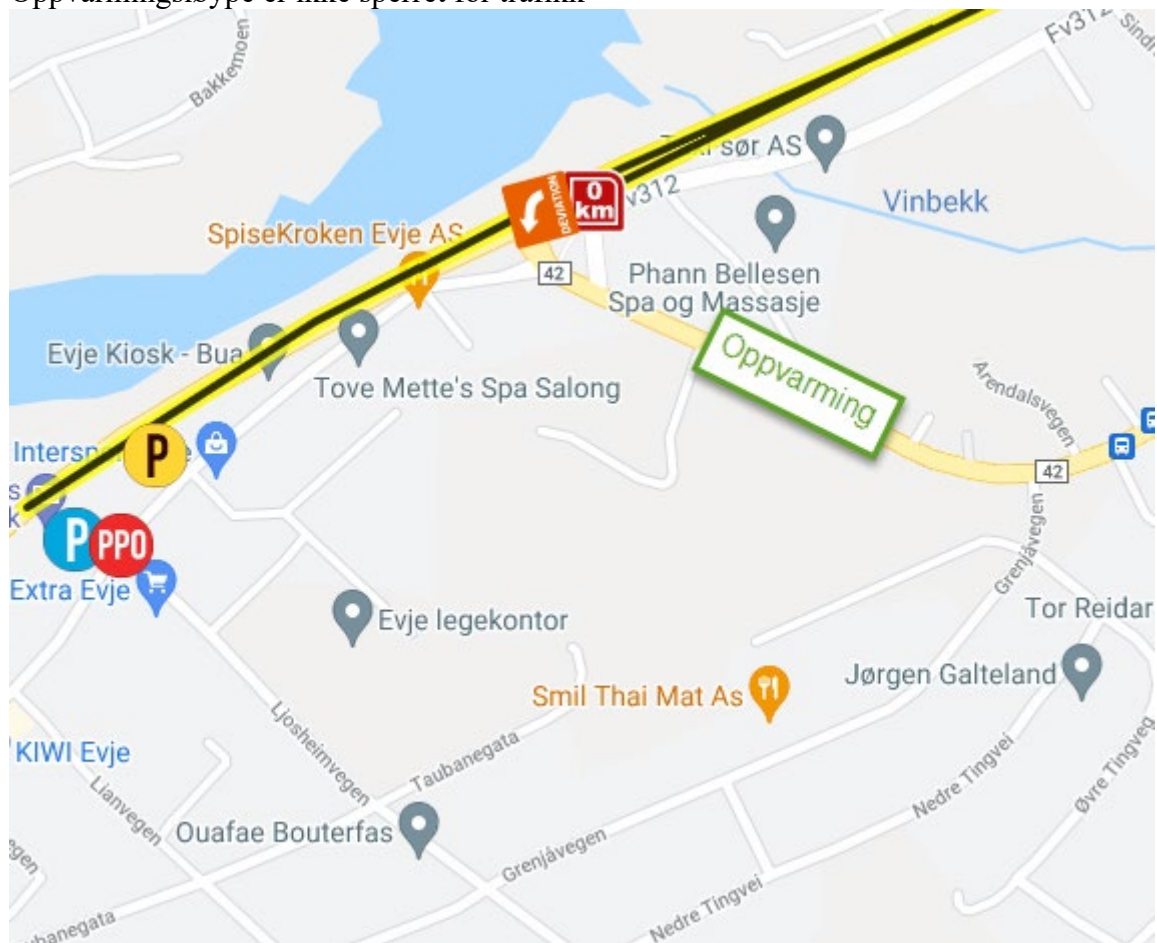
Parkering:



PPO koordinater:
58.5869861, 7.807779

Oppvarming

Oppvarmingsløype er ikke sperret for trafikk



Vendemål
10 km



15 km



20km



25 km

