



4. juni – 5. juni 2022

Nilsbyen Race Weekend

NC6 – Rundbane (XCO) - UCI C2 for Elite og Junior

NC7 – Kortbane (XCC) - UCI C3 for Elite

NCF Rankingritt for 13-16 og Masters

Rekrutteringsritt for 6-12 og Sportsklasser

TVK – Trondhjems Velocipedklub

Tilsluttet Norges Cycleforbund og Norges Idrettsforbund





INNHOLD

1. Tid og sted	2
2. Rittbeskrivelse	2
2.1. Lørdag: Rundbane XCO – UCI cat 2	2
2.2. Søndag: Kortbane XCC – UCI cat 3	2
3. Ritt- og smittevernregler	3
4. Klasser	4
5. Seeding	4
6. Lisens	5
7. Påmelding	5
8. Lagtelt	5
9. Overnattingsmuligheter	6
9.1. Thon hotels:	6
9.2. Quality Hotel Panorama:	6
9.3. Scandic Lerkendal	6
9.4. Andre muligheter	6
10. Tidspunkt og Runder	7
10.1. Sekretariatets åpningstider - startnummer	7
10.2. Treningstider i løypa	7
10.3. Lagledermøte	7
10.4. Utstyrssjekk	7
10.5. Opprop før start	8
10.6. Tidsplan for lørdagsrittet (NC 6) – Rundbane XCO	9
10.7. Tidsplan for søndagsrittet (NC 7) – Kortbane/XCC	10
11. Arena og Løyper	11
11.1. Arenakart	11
11.2. Teknisk og langesone	13
11.3. Løyper	13
11.4. Startloop	13
11.5. Løypekart lørdag – Rundbane (XCO)	14
11.6. Løypekart søndag – Kortbane (XCC)	18
12. Resultater	20
13. Poeng og Premier	20
14. Parkering	22
15. Informasjon	24
16. Kontaktpersoner	24
16.1. Arrangementskomiteen	24
16.2. Kommissærer	24
17. Versjonshistorikk	24

1. TID OG STED

Lørdag 4. og søndag 5. juni 2022 i [Nilsbyen terrengsykkelpark](#) på Byåsen i Trondheim.

2. RITTBESKRIVELSE

Nilsbyen Race Weekend byr på to dager med sykkelritt i TVKs nye anlegg [Nilsbyen terrengsykkelpark](#). Løypene består av en blanding av:

- maskinbygde raske løyper med grusdekke, med god flyt og doserte svinger. I disse løypene fins det flere A-linjer, og her må man prøve seg fram for å finne det raskeste alternativet.
- bygde løyper av rød vanskelighetsgrad
- "naturlige" (gamle) stier.
- skitrasé med blandet overflate, hovedsakelig grus og jord.

Vi tror snittfarten blir høy, spesielt de i maskinbygge løypene. Vi forventer at enkelte vil synes at løypene er for lite teknisk krevende. Til det er å si at 1) vi tror det er bra med variasjon mellom de ulike lokasjonene i Norgescupen, og 2) neste år vil det bli større andel sti, fordi vi skal bygge flere stier i sommer.

Elite-klasser gir UCI- og NCF-poeng for hvert ritt. UCI cat 2 på XCO på lørdag, UCI cat 3 på XCC på søndag.

Klassene 13-14 og 15-16: NCF rankingritt, poeng for hvert ritt.

Master-klasser (fra 30 år): NCF Mastercup, poeng for hvert ritt.

Sportsklasser: Fra 17 år og opp, én felles klasse for hvert kjønn. Engangs-lisens tillatt. Inngår ikke i noen cup eller nasjonal ranking.

6 - 12 år: Inngår ikke i cup eller nasjonal ranking. Åpent for deltakere fra hele landet.

2.1. Lørdag: Rundbane XCO – UCI cat 2

På lørdagens rundbaneritt bruker vi det meste av løypene vi har til disposisjon. Ettersom Nilsbyen terrengsykkelpark ikke er ferdigstilt, og vi har prioritert å bygge løyper av blå og grønn kategori først, så går en relativt stor andel av løypene i de maskinbygde løypene. Det betyr høy fart snittfart. Vi har noen partier i skitrasé, og her gjelder det å kjøre forbi og rykke fra før neste stiparti. Rødløypa (den lengste) har en lang sugende stigning som vi tror vil skille ganske bra. Blå løype bøyer av etter halve bakken, og går da rett inn i den store hopplinja.

Lilla og grønn løype er selvsagt mye enklere, både teknisk og kapasitetsmessig. Lilla løype har en motbakke som nok er i bratteste laget for disse klassene, men bakken er ikke veldig lang, og bonusen er at etter denne bakken kommer man inn i Olalia, som med sin gode flyt vil bringe smilet tilbake hos de fleste! Bonus 2 er «Olalia Exit», hvor det går an å få mye luft under hjula, eller man kan kjøre ved siden av hoppet om man vil. Dette hoppet kan bli sperret av dersom vi finner grunn til å gjøre det. Grønn løype går i Ormen, som er den aller enkleste flytløypa som vi har å by på. Det beste er at Ormen ikke brukes for noen andre klasser, så når 6- og 7-åringene er ferdig med sitt ritt, så kan de kjøre så mange runder de bare orker i Ormen dagen lang mens de andre klassene har sine oppgjør i de andre løypene.

2.2. Søndag: Kortbane XCC – UCI cat 3

Kortbaneløypene er selvsagt mye kortere, og her har vi valgt en kombinasjon av de maskinbygde løypene og skitrasé tilbake til stadion. Ikke teknisk vanskelig, vi satser heller på høy fart og tette dueller.



3. RITT- OG SMITTEVERNREGLER

UCI og NCF sitt reglement følges. Godkjent hjelm er påbudt. Alle ryttere sykler på eget ansvar og skal følge arrangørens anvisninger. Bruk hjelm også når du besiktiger, trener, og varmer opp. Det er alltid risiko for uhell og sammenstøt. Hjelm beskytter. Vi ber ryttere, foreldre og ledere om å ta hjelmb Bruken alvorlig.

Dette er et rent arrangement. Anti-doping Norge foretar uanmeldte kontroller på alle NCF-registrerte ritt. Vi støtter Anti-doping Norge i gjennomføringen av dette. Alle ryttere og ledere skal følge instruksjoner gitt fra representanter fra Anti-doping Norge.

Det er ikke lov å slippe søppel i løypa.

Smitteverntiltak: Tidligere restriksjoner er opphevet. Vi ber allikevel om at personer med nyoppståtte luftveissymptomer eller feber holder seg hjemme.

4. KLASSER

Kvinner	Menn	Lørdag XCO	Søndag XCC
K 6-7 K 8-9 K 10	M 6-7 M 8-9 M 10	Rekrutteringsritt	Rekrutteringsritt
K 11-12	M 11-12	Rekrutteringsritt	Rekrutteringsritt
K 13-14 K 15-16	M 13-14 M 15-16	NCF Rankingritt	NCF Rankingritt
K junior (17-18)	M junior (17-18)	NC-ritt (UCI cat 2)	NC-ritt
K elite (senior, 19+)	M elite (senior, 19+)	NC-ritt (UCI cat 2)	NC-ritt (UCI cat 3)
K Master 30-34 K Master 35-39 K Master 40-45 K Master 45-49 K Master 50-55 K Master 55-59 K Master 60-64 K Master 65-69 K Master 70+	M Master 30-34 M Master 35-39 M Master 40-45 M Master 45-49 M Master 50-55 M Master 55-59 M Master 60-64 M Master 65-69 M Master 70+	Master Cup (NCF MC Kat. 2)	Master Cup (NCF MC Kat. 2)
K Sport 17+	M Sport 17+	Rekrutteringsritt	Rekrutteringsritt

5. SEEDING

Rytterne som er påmeldt innen den ordinære påmeldingsfristen og som har løst lisens for 2022, vil bli seedet. Siste publiserte UCI-ranking vil bli brukt som grunnlag for Elite og Junior. For ryttere uten UCI-poeng og i klasser uten UCI-ranking vil rytterne på søndagens ritt bli seedet etter resultatene fra lørdagens rundbaneritt, dette ut fra en betraktning om at det vil gi bedre flyt i startfeltene. Etteranmeldte ryttere vil ikke bli seedet.

Klasse	Rekkefølge seeding	
	Lørdag XCO	Søndag XCC
Elite (senior)	UCI-poeng, NC-poeng, loddrekning	UCI-poeng, NC-poeng, resultat lørdag
Junior	UCI-poeng, NC-poeng, loddrekning	UCI-poeng, NC-poeng, resultat lørdag
K/M 15-16	NCF Ranking, loddrekning	Resultat lørdag
K/M 13-14	NCF Ranking, loddrekning	Resultat lørdag
K/M 11-12 og yngre	Loddrekning	Loddrekning, 11-12 år: Resultat lørdag
Master*	NCF-ranking, loddrekning	Resultat lørdag
Sport	Loddrekning	Resultat lørdag

*NCF-ranking for Masters Cup på tvers av klassene, deretter loddrekning. Det betyr for eksempel at første rekke på startstrekken kan bestå av ryttere fra forskjellige årsklasser. Hvis ryttere fra forskjellige klasser har samme antall NCF rankingpoeng, stilles den yngste opp først



6. LISENS

Alle ryttere som er 13 år og eldre må ha løst lisens for 2022 og er dermed forsikret gjennom lisensen. Ryttere opp til og med 12 år er forsikret gjennom NIFs barneidrettsforsikring. Som arrangører av et terminlistefestet ritt har vi ansvarsforsikring gjennom NCF/NIF.

Ryttere i Junior, Elite, og masterklassene må ha utvidet helårslisens (EXT), mens ryttere i aldersklassene (12 år og eldre) og sportsklassene kan velge mellom helårs- og engangslisens. Vi sjekker lisensen til påmeldte, norske ryttere mot NCFs register umiddelbart etter utløpet av ordinær påmelding. Ryttere som ikke har lisens, blir ikke seedet. Se NCF sine nettsider, sykling.no.

7. PÅMELDING

Det er åpent for **ordinær** påmelding til og med **23. mai 2022 kl 23:59**.

Link til påmelding ligger hos eQtiming, og fins på terminlista til NCF.

Direktelink til påmelding, pass på å melde på utøverne til begge dager (to påmeldinger må gjennomføres):
https://signup.eqtiming.com/?Event=TVK_NRW

Prisene er per ritt:

Klasse	Ordinær pris	Etteranmelding
6-12 år	Kr 50,-	Kr 75,-
13-16 år	Kr 170,-	Kr 255,-
Elite (junior og senior)	Kr 350,-	Kr 700,-
Masters	Kr 300,-	Kr 600,-
Sportsklasse 17+	Kr 300,-	Kr 600,-

Etteranmelding kan gjøres for alle klasser frem til 1 time før start i klassen. Påmelding via eQtiming stenger fredag 3. juni kl 16:00, deretter må all etteranmelding gjøres i sekretariatet, i åpningstiden. Vi seeder ikke etteranmeldte ryttere.

Påmeldingen er bindende og refunderes bare når du sender legeattest på at du er syk.

8. LAGTELT

Reserver plass til team/klubbtekt innen fredag kveld (men gjerne før):

<https://signup.eqtiming.com/?Event=Teltplass>

Det er plass til omkring 30 telt (3m x 3m) på arenaen. Vi skal prøve å sette opp et fellestelt for tilreisende. Det er mulig å kjøre til stadion og laste av telt og eventuelt annet utstyr på fredag.

Lagteltene står på skytebanens standplass, med åpning vendt mot stadion. Det blir ikke anvist plass for hver klubb eller team. Teltene skal settes opp helt inntil hverandre, og vi begynner i søndre ende av området. Det er asfaltgrunn, og mulighet for bardunering i bakkant. NB! Det skal ikke males eller merkes med permanent farge på asfalten!

Størrelse	Pris
3m x 3m	Kr 300,-
3m x 6m	Kr 600,-

9. OVERNATTINGSMULIGHETER

9.1. Thon hotels:

NCF har generell avtale med Thon-kjeden, og det er tre Thon-hoteller i Trondheim. Alle disse ligger i sentrum, og hvis dere bestiller her så husk å vise til avtalen med NCF.

9.2. Quality Hotel Panorama:

Et annet alternativ er Quality Hotel Panorama. Dette ligger på Tiller, som er sør for sentrum, og er en bra beliggenhet når man skal til Nilsbyen.

Gratis parkering utenfor hotellet, og de ordner også med innendørs oppbevaring av sykler, samt sykkelvask utendørs.

På Tiller finner man alt av dagligvarebutikker, sportsbutikker osv, og et bra utvalg av restauranter.

<https://www.nordicchoicehotels.no/hotell/norge/trondheim/quality-hotel-panorama/>

9.3. Scandic Lerkendal

Her er det litt større variasjon i type rom, og kan derfor kanskje være bedre for familier.

Trenger du familierom, så spør etter det. De har rom hvor det kan bo to voksne og to barn, med køyesenger til barna.

Parkering: Avgiftsbelagt i tiliggende parkeringshus.

<https://www.scandichotels.no/hotell/norge/trondheim/scandic-lerkendal>

9.4. Andre muligheter

- Det fins leiligheter på Airbnb, verdt å sjekke ut hvis man vil ha et alternativ til hotell.
- Campingplass: Øysand Camping er det nærmeste, ca 20 minutters kjøring fra Nilsbyen.



10. TIDSPUNKT OG RUNDER

I denne seksjonen finner du alle viktige tidspunkt fra du ankommer arenaen og til du drar.

10.1. Sekretariatets åpningstider - startnummer

Sekretariatet ligger i tidtakerhuset, midt på stadion (se Arenakart). Sekretariatet er åpent:

Dag	Tid
Fredag	18:00 – 20:00
Lørdag	07:30 – 17:30
Søndag	08:00 – 15:30

Alle ryttere må ha lisens for 2022.

Du kan løse engangslisens i sekretariatet i de klasser der det er tillatt.

Fest startnummeret med utlevert strips godt synlig på sykkelstyret. Elite og Juniorklassene skal i tillegg bruke ryggnummer. Ikke brett ryggnummeret. Tidbrikken er limt bakpå startnummeret. **Du skal bruke det samme nummeret begge dagene, så ta vare på det.** Dersom du mister nummeret, kan du kjøpe nytt i sekretariatet (50 kr).

10.2. Treningstider i løypa

De offisielle treningstidene kan bli endret dersom det er forsinkelser i rittet, lytt etter beskjeder fra speaker. Dersom det fremdeles er ryttere som konkurrerer i løypa, kan du ikke trene i den.

For treningstider, se tidtabellene.

Lørdag: [Tidsplan for lørdagsrittet \(NC 6\) – Rundbane XCO](#)

Søndag: [Tidsplan for søndagsrittet \(NC 7\) – Kortbane/XCC](#)

Regler for trening i løypa:

- Du må ha startnummer på sykkelen for å trene i løypa i de offisielle treningstidene.
- Det er ikke lov å sykle i løypa når det pågår ritt, det gjelder uansett hvilken klasse som sykler. Brudd på regelen kan føre til at du diskvalifiseres.
- All trening skal skje i fartsretningen.
- Det er ikke lov å endre løypa. Brudd på regelen fører til at rytteren bortvises fra løypa og eventuelt diskvalifiseres. Flytting av steiner, stokker og andre hindringer ved siden av løypa regnes også som endring.
- Vis hensyn til turgåere og hester.
- All trening skjer på eget ansvar.

Du finner lenke til GPS spor av alle løypene i kapittelet [GPX-filer](#). Løypa grovmerkes i løpet av torsdag 2. juni. Løypene for lørdag er ferdig merket på ettermiddagen fredag 3. juni. I de offisielle treningstidene er det sanitetspersonell på arenaen.

10.3. Lagledermøte

Det er lagledermøte begge dager. Utendørs på stadion ved finvær, innendørs: Sted annonseres senere.

Tidspunkt: Kl 0830 og kl 11:00, begge dager.

10.4. Utstyrssjekk

Ryttere har selv ansvar for å stille med godkjent hjelm, sykkel, og drakt. Kommissærene kan velge å sjekke dette både før start og etter målgang.



- NCF innførte fra og med 2019 krav om minimumsvekt på sykler for klassene K/M 10-16 år, les om dette i reglementet. Sørg for at syklene har korrekt vekt i god tid før start. Vi har vekter ved start/sekretariatet slik at dere kan kontrollveie sykkelen på egen hånd.
- Sjekk den registrerte drakten for din klubb på NCFs hjemmeside.

10.5. Opprop før start

Rytterne ropes opp for oppstilling ca. 10 minutter før start, begge dager. Vi gir nærmere beskjed på lagledermøtet. Rytterne har selv ansvar for å møte til oppropet, kommer de for sent får de ikke sin startposisjon.



10.6. Tidsplan for lørdagsrittet (NC 6) – Rundbane XCO

Klasse	Starttid	Løype	Startsløyfe	Rundelengde	Antall runder	Total lengde	Forventet vinnertid	Vinner i mål	Premieutdeling
Categories	Start time	Course	Start loop	Lap distance (km)	Laps	Total distance (km)	Expected winning time	Winner finishes	Ceremony
Trening i løypene fram til kl 08:45 begge dager									
Ingen ferdsel på sykkel i de deler av løypene hvor ritt pågår. Brudd på regler kan medføre disk (DQS)									
W 6-7 and M 6-7	08:50	Green		0,7	1	0,7	00:05	08:55	Fortløpende etter hver klasse
W 8-9 and M 8-9	08:55	Purple		1,5	1	1,5	00:08	09:03	
W10 and M10	09:05	Purple		1,5	2	3,0	00:13	09:18	
Trening i blå løype (den delen som ikke ligger på stadion) fram til kl 09:20. I kjøreretning									
M 11-12	09:30	Blue		3,2	2	6,4	00:22	09:52	11:10
W 11-12	10:00	Blue		3,2	2	6,4	00:22	10:22	
W 13-14	10:00	Blue		3,2	3	9,6	00:31	10:31	
M 13-14	10:30	Blue		3,2	3	9,6	00:30	11:00	
Trening i rød løype fra ca 11:00 til 11:35, etter anvisning fra arrangør/kommisær. I kjøreretning.									
M15-16	11:45	Red		5,6	3	16,8	00:48	12:33	13:00
M Masters 30-34 and 35-39	11:53	Red		5,6	3	16,8	00:49	12:42	13:10
M Masters 40-44 and 45-49	11:53	Red		5,6	3	16,8	00:51	12:44	
M Masters 50-54 and 55-59	11:53	Red		5,6	3	16,8	00:54	12:47	
M Master 60+	11:53	Red		5,6	2	11,2	00:44	12:37	
M Sport 17+	11:53	Red		5,6	2	11,2	00:40	12:33	
Trening i rød løype fra ca 12:50 til 13:15, etter anvisning fra arrangør/kommisær. I kjøreretning.									
Training in red course from 12:50 until 13:15, after the last rider, in the racing direction									
W Elite	13:30	Red		5,6	4	22,4	01:12	14:42	15:15
W Junior	13:30	Red		5,6	3	16,8	00:54	14:24	
W 15-16	13:30	Red		5,6	2	11,2	00:36	14:06	15:25
W Masters 30-34 and 35-39	13:30	Red		5,6	2	11,2	00:40	14:10	
W Masters 40-44 and 45-49	13:30	Red		5,6	2	11,2	00:40	14:10	
W Masters 50-54 and 55-59	13:30	Red		5,6	2	11,2	00:40	14:10	
W Master 60+	13:30	Red		5,6	2	11,2	00:48	14:18	
W Sport 17+	13:30	Red		5,6	2	11,2	00:42	14:12	
Trening i rød løype fra ca 14:45 til 15:05, etter anvisning fra arrangør/kommisær. I kjøreretning.									
Training in red course from 14:45 until 15:05, after the last rider, in the racing direction									
M Elite	15:30	Red		5,6	6	33,6	01:27	16:57	17:30
M junior	15:35	Red		5,6	4	22,4	01:00	16:35	

10.7. Tidsplan for søndagsrittet (NC 7) – Kortbane/XCC

Klasse	Starttid	Løype	Startsløyfe	Rundelengde	Antall runder	Total lengde	Forventet vinnertid	Vinner i mål	Premieutdeling	
Categories	Start time	Course	Start loop	Lap distance (km)	Laps	Total distance (km)	Expected winning time	Winner finishes	Ceremony	
Trening i løypene fram til kl 08:45 begge dager										
Ingen ferdsel på sykkel i de deler av løypene hvor ritt pågår. Brudd på regler kan medføre disk (DQS)										
W 6-7 and M 6-7	08:50	Green		0,7	1	0,7	00:05	08:55	Fortløpende etter hver klasse	
Trening i gul og oransje løype (den del som ikke sammenfaller med grønn løype) fram til kl 08:50.										
W 8-9 and M 8-9	08:55	Yellow		1,4	1	1,4	00:07	09:02		
W10 and M10	09:05	Yellow		1,4	2	2,8	00:12	09:17		
M 11-12	09:25	Yellow		1,4	2	2,8	00:09	09:34		
W 11-12	09:40	Yellow		1,4	2	2,8	00:09	09:49	10:00	
Trening i oransje løype fra 09:55 til 10:25										
M 13-14	10:30	Orange		1,7	2	3,4	00:12	10:42	11:10	
W 13-14	10:50	Orange		1,7	2	3,4	00:12	11:02		
Trening i oransje løype fra ca 11:05 til 11:35.										
M15-16	11:40	Orange		1,7	3	5,1	00:14	11:54	12:10	
M Masters 30-34 and 35-39	12:05	Orange		1,7	4	6,8	00:20	12:25	12:40	
M Masters 40-44 and 45-49	12:05	Orange		1,7	4	6,8	00:20	12:25		
M Masters 50-54 and 55-59	12:05	Orange		1,7	4	6,8	00:21	12:26		
M Master 60+	12:05	Orange		1,7	4	6,8	00:23	12:28		
M Sport 17+	12:05	Orange		1,7	3	5,1	00:17	12:22		
Trening i oransje løype fra ca 12:30 til 12:55.										
Training in orange course from 12:25 until 12:55.										
W Elite	13:00	Orange		1,7	4	6,8	00:21	13:21	13:35	
W Junior	13:00	Orange		1,7	3	5,1	00:16	13:16		
W 15-16	13:00	Orange		1,7	3	5,1	00:16	13:16	13:40	
W Masters 30-34 and 35-39	13:00	Orange		1,7	3	5,1	00:17	13:17		
W Masters 40-44 and 45-49	13:00	Orange		1,7	3	5,1	00:17	13:17		
W Masters 50-54 and 55-59	13:00	Orange		1,7	3	5,1	00:18	13:18		
W Master 60+	13:00	Orange		1,7	3	5,1	00:18	13:18		
W Sport 17+	13:00	Orange		1,7	2	3,4	00:13	13:13		
Trening i oransje løype fra ca 13:20 til 13:55.										
Training in orange course from 13:20 until 13:55.										
M Elite	14:00	Orange		1,7	5	8,5	00:21	14:21	15:00	
M junior	14:30	Orange		1,7	4	6,8	00:18	14:48		

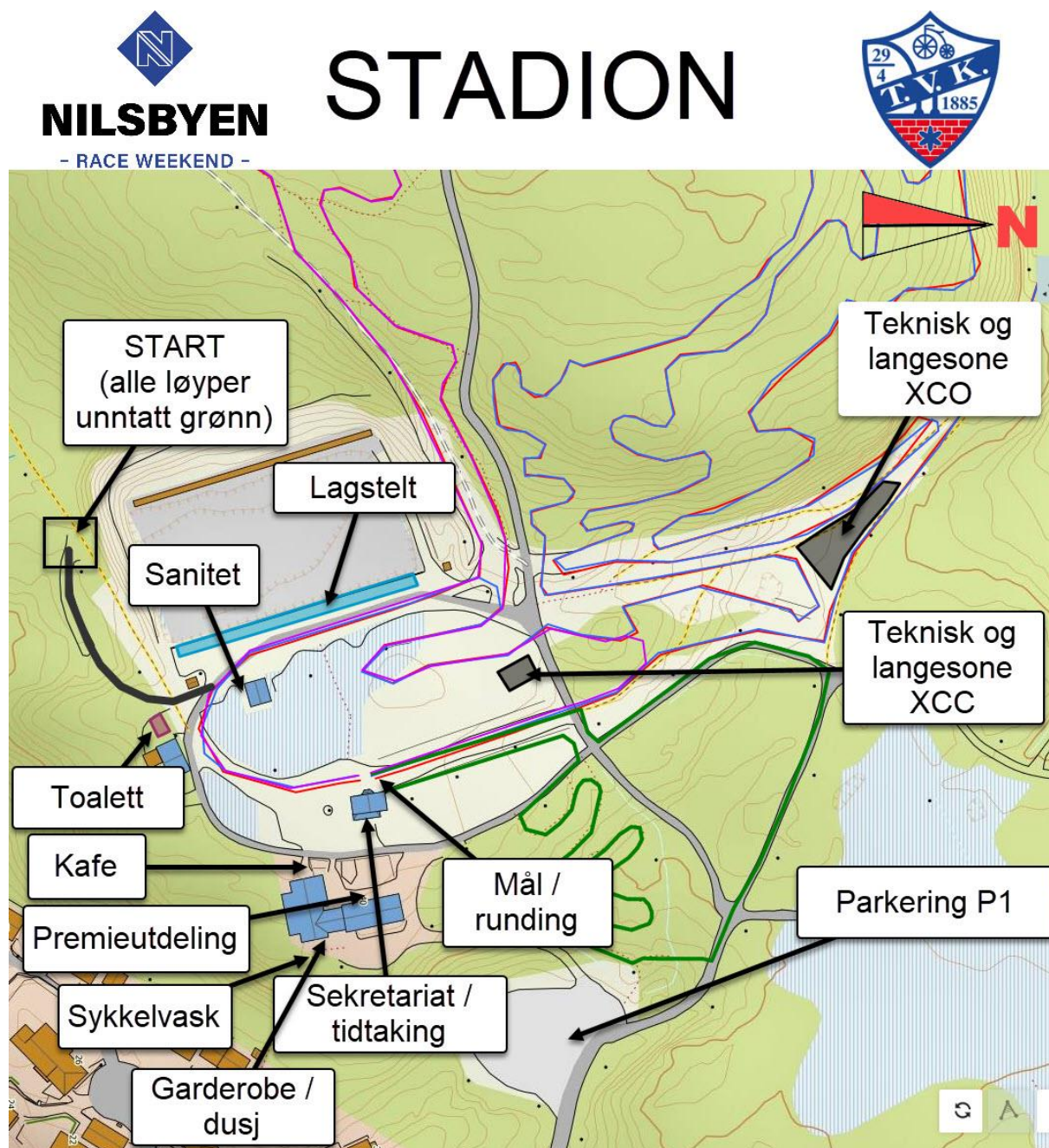


11. ARENA OG LØYPER

Vi har løypevakter der løypa krysser turveier. Deres oppgave er å hindre uvedkommende i å ferdes i løypa og å kontakte sanitet ved skade som krever behandling og hjelp på stedet. Rytterne har selv ansvar både for å finne veien i rittet og å vite hvor mange runder de skal kjøre og hvor mange de har igjen.

Dersom du bryter, skal tidtager ved mål eller kommissær gis beskjed så fort som mulig.

11.1. Arenakart



Førstehjelp

Hovedkvarteret til sanitetsgruppa er førstehjelpsteltet på arenaen. Sanitetsgruppa består av kvalifisert helsepersonell. De hjelper med skrubbsår, småskader, førstehjelp, samt at de koordinerer med offentlig akuttjeneste ved behov, som er legevakten ved St. Olavs Hospital.

Garderobe og toaletter

Garderobe med dusj er tilgjengelig i kjelleren under kafeen. Det settes opp mobile toalett på stadion.

Kiosk

Menyen er frukt, smørbrød, vafler, samt grillmat dersom været tillater grilling. I tillegg selger vi smoothie, saft og kaffe. Kun betaling med Vipps.

Kiosken åpner litt før lagledermøtet og stenger etter siste premieutdeling.

Sykkelvask

Sykkelvask etableres på baksiden av kafébygget.



11.2. Teknisk og langesone

På lørdag (XCO) har vi et område som består av tre tekniske soner og en langesone. Langesonen kommer ved siste gangs passering av området før runding. Sonen befinner seg øst for stadion, ca. 150 meter fra lagsteltene. De to lengste rundbaneløypene går innom sonen tre ganger i løpet av en hel runde.

På søndag (XCC) settes teknisk sone opp midt på stadion, og betjenes kun én gang pr. runde.

Publikum kan ikke stå i teknisk- og langesone. Vi oppfordrer klubbene til å hjelpe utenlandske ryttere uten støtteapparat om dere har kapasitet.

De som skal betjene tekniske- og langesoner må ha på seg klubb/teamklær. For M/K Elite og M/K Junior må støttepersonene i tillegg ha synlig akkrediteringskort. Fordi K Master-klassene konkurrerer sammen med K Elite og K Junior gjelder de samme reglene for deres støttepersoner. Klubbene/teamene henter akkrediteringskort i sekretariatet, 4-5 per klubb/team, og disse **må leveres tilbake** til oss etterpå. NC-arrangørene deler på disse kortene, så det er viktig at dere leverer dem tilbake når dere er ferdige med å støtte disse klassene.

11.3. Løyper

Oppsummering av løypelengder og høydemetre pr. runde, se tabell. Vi gjør oppmerksom på at tallene i tabellen kan avvike noe fra reelle tall, da løypene er planlagt i diverse kartverktøy som ikke nødvendigvis beregner helt korrekte data.

Løypelengder og høydemetre (pr runde)		
Løype	Km	Hm
XCO Grønn	0,7	6
XCO Lilla	1,5	37
XCO Blå	3,2	77
XCO Rød	5,6	137
XCC Grønn	0,7	6
XCC Gul	1,4	35
XCC oransje	1,7	40

GPX-filer

GPX-filer for alle løyper kan lastes ned fra denne adressen:

<https://drive.google.com/drive/folders/1Ykie6rx679f3Ume5SdPco2exJ-0HUyDU?usp=sharing>

11.4. Startloop

Alle løyper unntatt grønn løype starter i en skiløype til venstre for skytebanen, og går inn i vanlig løypetrasé ca 50 meter etter runding.

Blå løype har en liten variant, se løypekart for blå løype. Her går man rett inn i «Stivoli opp» etter starten, dvs. at den del av løypa som går over kollene og drop zone på stadion kuttes ut på første runde.

11.5. Løypekart lørdag – Rundbane (XCO)

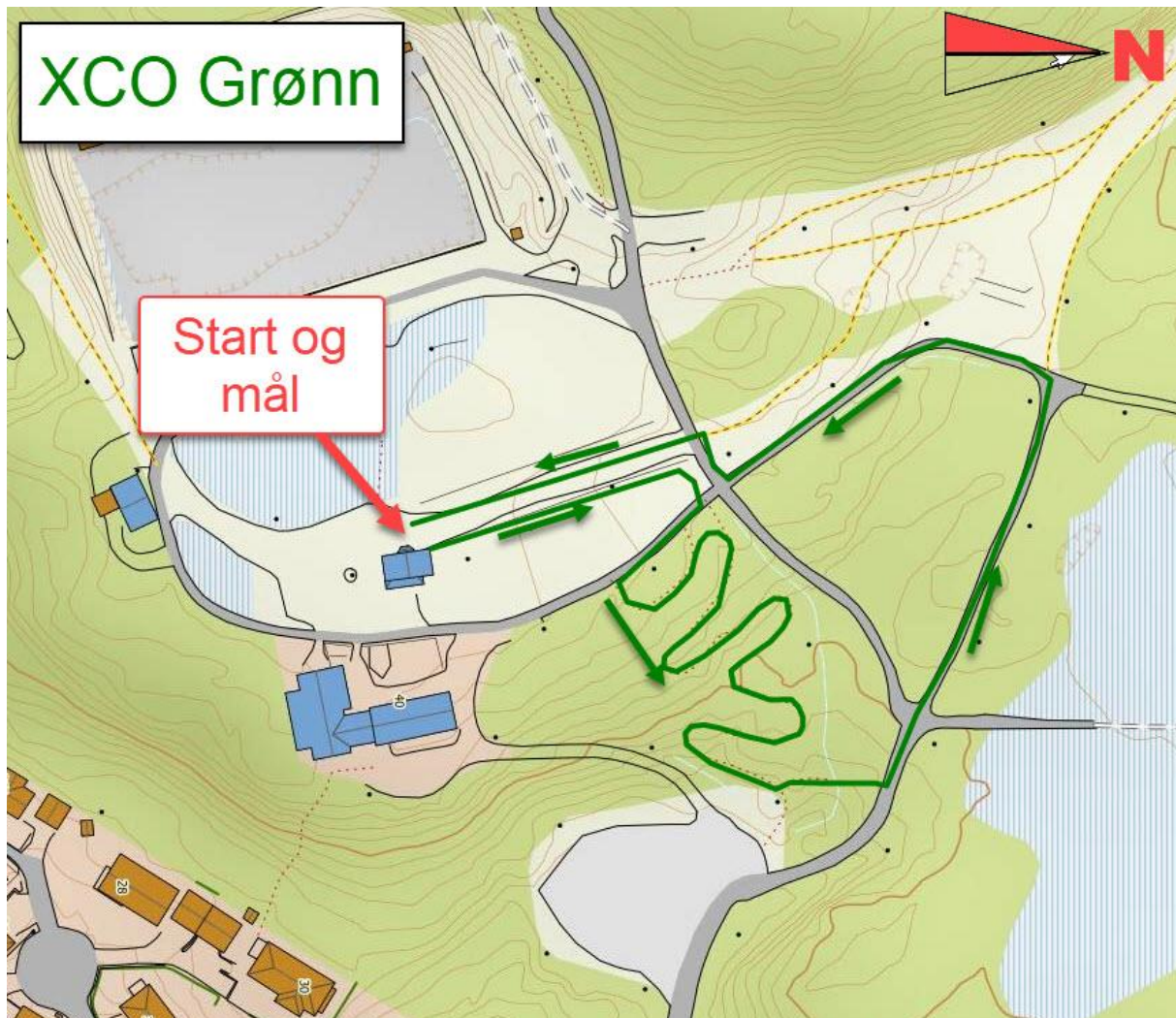
NB! Alle kartutskriftter er rotert 90° til høyre, dvs. at Nord er ikke opp, men til høyre.

XCO Grønn løype

Klasser: 6/7.

Løypa går ned «Ormen», som er en grønn lavterskelløype med lett doserte svinger og god flyt for de minste. Retur til stadion via grusvei og bittelitt asfalt. OBS: Start og mål på samme sted, starten går ned oppløpet mot mål (i motsatt retning).

Link til kart (kartet på denne lenken er ikke helt korrekt): <https://www.alltrails.com/explore/map/map-bf40d1c--40>



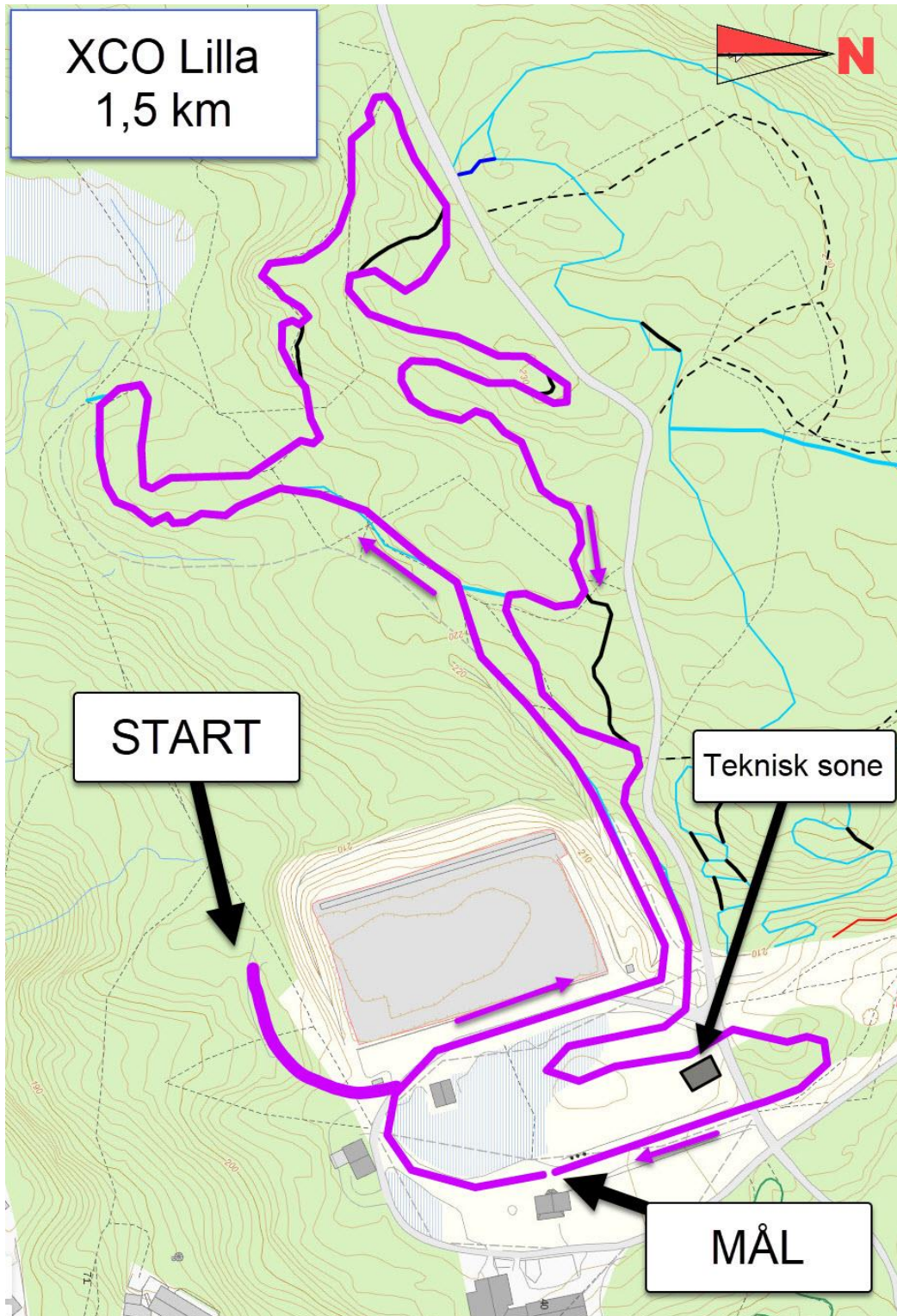


XCO Lilla løype

Klasser: 8/9 og 10.

Løypa går i «Olalia», som er en artig flytløype som avsluttes med et luftig hopp, som man også kan velge å trille over eller ved kjøre siden av.

Link til kart: <https://www.alltrails.com/explore/map/map-42e77b6--65>





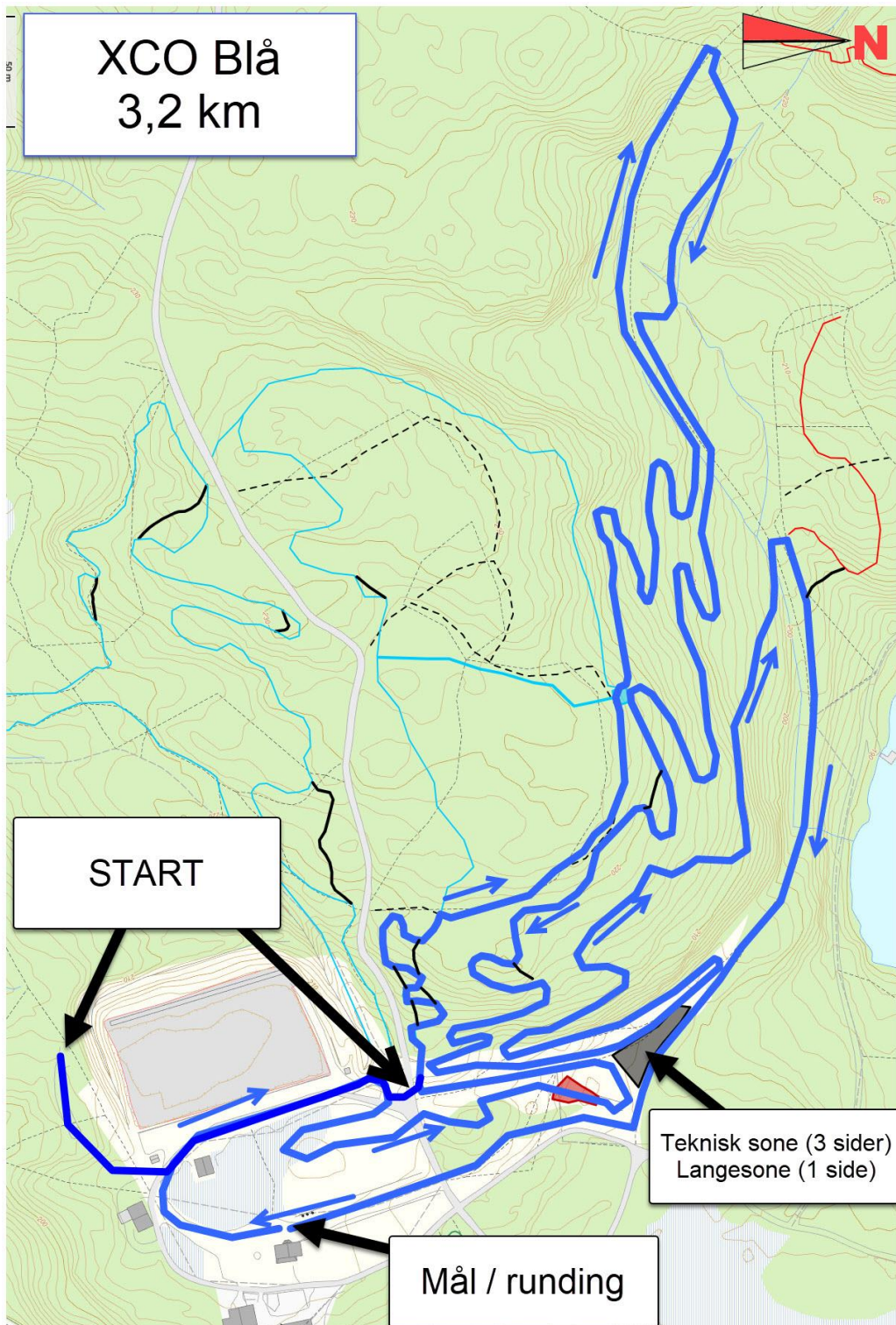
XCO Blå løype

Klasser: 11/12 og 13/14.

Blå løype går i en blanding av maskinbygde stier, røde stier og skiløype.

På første runde kjører man rett inn i Stivoli, uten å ta runden over kollene på stadion og drop zone.

Link til kart: <https://www.alltrails.com/explore/map/map-215a71a--53>



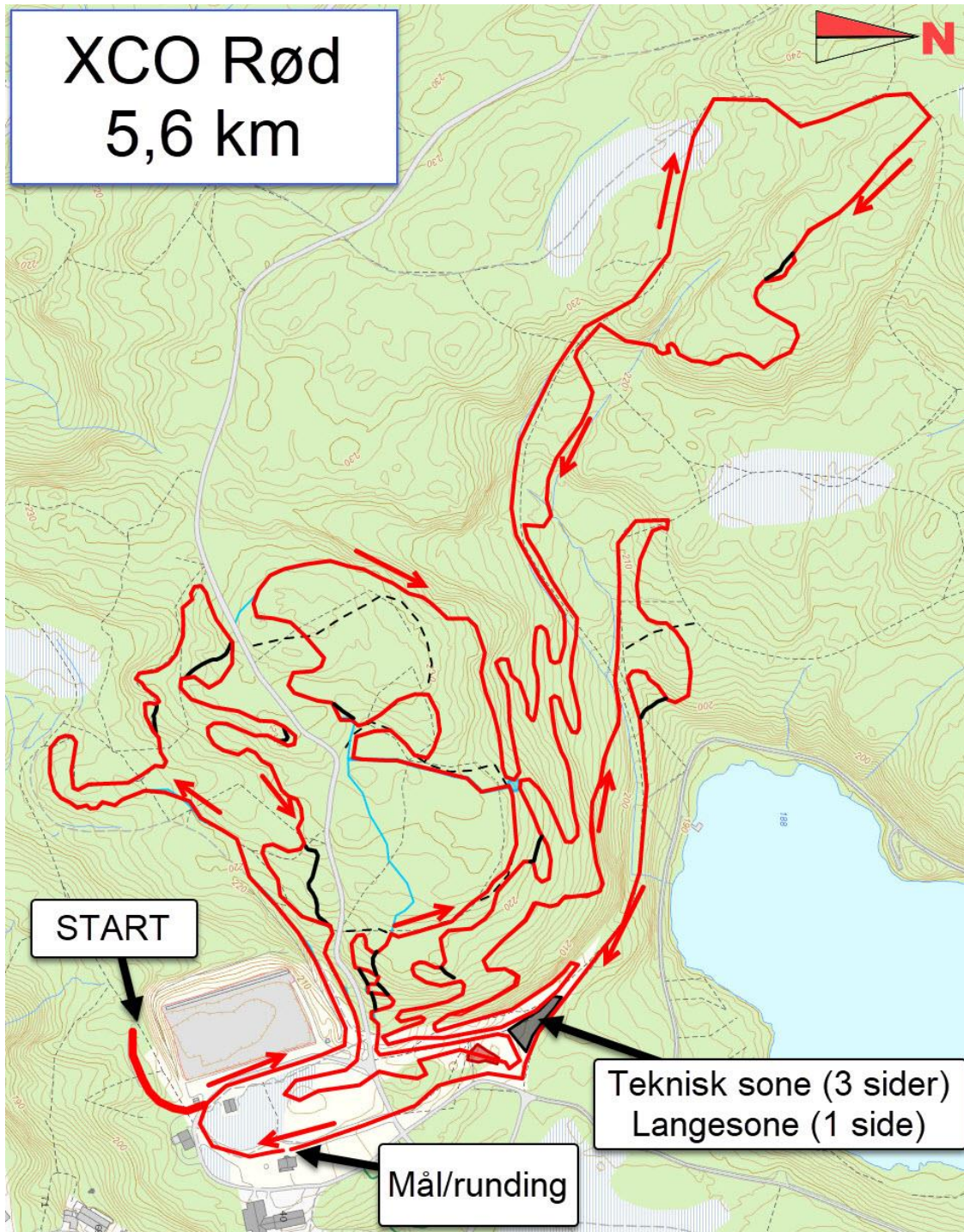


XCO Rød løype

Klasser: 15/16 og opp.

Rød løype består av det meste vi har å by på i Nilsbyen terrengsykkelpark - så langt!

Link til kart: <https://www.alltrails.com/explore/map/map-1fe46a0-49>



11.6. Løypekart søndag – Kortbane (XCC)

Grønn løype

Klasser: 6/7.

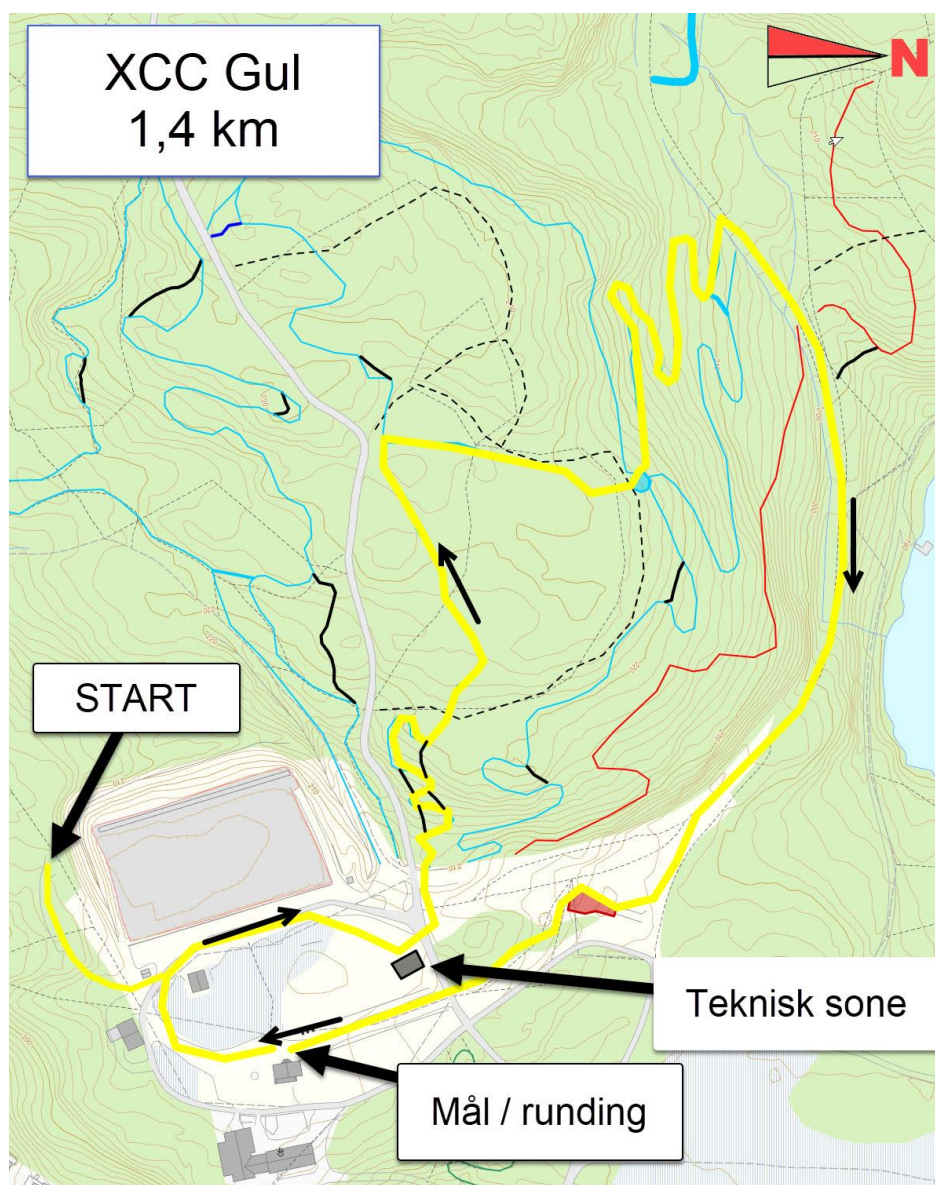
Dette er samme løype som gårdagens, se [XCO Grønn løype](#)

Gul løype

Klasser: 8/9, 10, 11/12.

Rask løype. Maskinbygde løyper og skitrasé. Løypa går opp Stivoli, og deretter inn på E6 til Navet, deretter ned Stivoli. Så er det skiløype tilbake til stadionområdet, opp den letteste rockgarden i Drop zone, og skiløype til mål/runding.

Kartlink: <https://www.alltrails.com/explore/map/map-6855456--49>



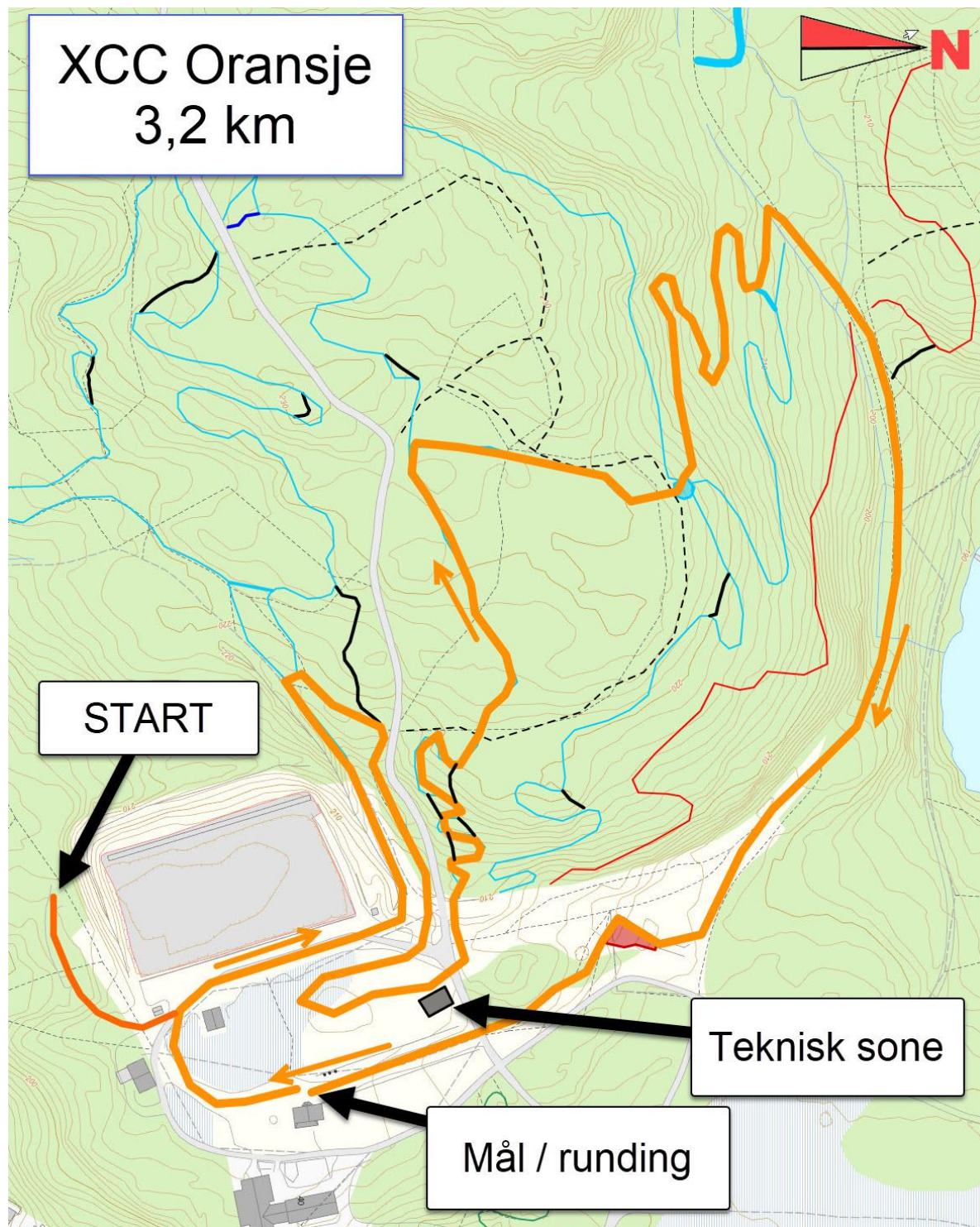


Oransje løype:

Klasser: 13 år og opp.

Rask løype. Maskinbygde løyper og skitrasé. Samme løype som gul, bortsett fra at den tar en tur opp skiløypa mot Olalia, og ned igjen i «Olalia Exit» (dvs. hoppet i Olalia).

Kartlink: <https://www.alltrails.com/explore/map/map-fa14d4f--46>



12. RESULTATER

Live resultat finnes på www.eqtiming.no

13. POENG OG PREMIER

Senior Elite-klassene

Det deles ut UCI-poeng i henhold til UCIs poengsystem kategori C2 (XCO) og kategori C3 (XCC). NCF-poeng i henhold til NCFs poengsystem.

Pengepremier ihht. UCIs reglement.

Pengepremier XCO (cat 2), Senior Elite:

Plass	Premie (Euro)
1	250
2	200
3	150
4	125
5	100
6	90
7	80
8	70
9	60
10	50

Pengepremier XCC (cat 3), Senior Elite

Plass	Premie (Euro)
1	200
2	150
3	100
4	75
5	50



Junior-klassene

De beste i Junior får UCI-poeng kategori C2 (XCO) og NC-poeng i henhold til NCFs poengsystem.

Pengepremier ihht. UCIs reglement for XCO, og NCFs reglement for XCC.

Pengepremier XCO (cat 2), Junior Elite

Plass	Premie (Euro)
1	80
2	65
3	50
4	30
5	25

Pengepremier XCC (Norgescup), Junior Elite

Plass	Premie (NOK)
1	1000
2	600
3	400

M/K 13-14 og 15-16

NC-poeng i henhold til NCFs poengsystem for kat. 4. Premie til alle deltakere.

M/K 6-7, 8-9, 10, og 11-12

Alle får premie.

Masterklassene

De beste tildeles poeng i Master Cup i henhold til NCF poengsystem for Master Cup kategori 2 og en tredel får premie.

Sportsklassene

Den beste tredelen får premie.

14. PARKERING

Nilsbyen terrengsykkelpark ligger på Byåsen i Trondheim. Det er lett å finne fram, og det enkleste er å søke på «Nilsbyen terrengsykkelpark» i Google Maps.

Som alle andre, så ønsker vi å ha et godt forhold til våre naboer. All aktivitet i Nilsbyen medfører stor trafikk i Overlege Bratts vei, både med biler og sykler. Dette er en boliggate i et boligstrøk, og vi anmoder alle om å kjøre (og sykle) med spesiell varsomhet her.

Det skal ikke parkeres i Overlege Bratts vei, eller i andre gater utenom våre anviste parkeringsplasser!

Parkeringsavgift

Kr 75,- pr dag. Betalingsmiddel: Vipps TVK, #524068.

Det kan hende at vi ikke får lov til å kreve inn parkeringsavgift i Granåsen (P4). I så fall oppfordres man til å vipse frivillig. Som alle vet er økonomien i et slikt arrangement begrenset, og en frivillig «parkeringsdonasjon» er en bekreftelse for oss som arrangør på at dere setter pris på innsatsen som legges ned.

Parkeringsplasser (se kart under)

P1: Dette er parkeringsplassen ved stadion. Begrenset kapasitet. Her blir det satt opp en sone for av- og pålessing av utstyr, før man må kjøre til parkeringsplass som har ledig kapasitet.

P2: Utbyggingstomt. Parker kun på anviste plasser.

P3: Nedlagt Shell bensinstasjon, parker på anviste plasser

P4: Granåsen. Avstand fra Granåsen til Nilsbyen: 1,4 km med sykkel. Flatt, bortsett fra siste bakke opp Overlege Bratts vei.

Telt og annet utstyr:

Det er mulig å kjøre opp til P1 for å lesse av utstyr. På fredag er det tilgang helt opp til stadion, men bare for nødvendig utsetting av lagstelt osv. Man kjører da langs en tur- og hestevei, og det skal da kjøres i **gangfart**. På lørdag og søndag skal det ikke kjøres helt opp til stadion, unntatt i helt nødvendig ærend eller andre spesielle forhold. Koordineres i så fall med parkeringsvakt.

15. INFORMASJON

Vi oppdaterer all informasjon om rittet på Facebook og på vår hjemmeside, <http://www.tvk.no/nrw/>. Denne invitasjonen ligger også der. Viktig informasjon om rittet, for eksempel endringer på tekniske soner eller antall runder, blir opplyst på lagledermøtene. Nyheter om rittet finner du både på vår Facebookside og på Facebook-siden «Norges Cup Terreng Rundbane».

16. KONTAKTPERSONER

16.1. Arrangementskomiteen

Race Director	Gjermund Jakobsen	sportslig@tvk.no	+47 915 67 900
Assisting race director	Ola Resell	ola.resell@gmail.com	+47 480 80 201
Course Manager	Anders Jernberg	anders.jernberg@ntebb.no	+47 915 63 756
Marshal Manager	Harald Løvdal	lovdal@ntebb.no	+47 922 36 840
Arena Manager	Ole Einar Brækken	oleina@online.no	+47 959 24 131
Race Office	Knut Hergot	Knut.hergot@gmail.com	+47 905 06 761
Ceremony	Roger Sand	supersand82@gmail.com	+47 406 22 944
Doctor	Brage Høyem Amundsen	brageha@gmail.com	+47 995 21 496
Timing	Erlend Hoksrud Aakre	erlend@aakre.com	+47 932 48 754
Registration	EQ-Timing	support@eqtiming.no	+47 611 59 020
Press and information	Øyvind Vikan	oyvind.vikan@gmail.com	+47 901 46 357
Traffic and parking	Svein Ole Eimhjellen	svein.ove.eimhjellen@gmail.com	+47 992 57 602
Kiosk	Linda Stenhaug	linda.stenhaug@gmail.com	+47 913 79 181
Speaker	Terje Drøyvold	te-droe@online.no	+47 970 27 601

16.2. Kommissærer

Sjefskommisær (PCP/SK): Heikki Dahle, NCF

Jury: Tore Elvedal, Gauldal SK

Jury: Morten Sæterhaug, TVK

Ass. Komm: Asbjørn Andersen-IL Stjørdals-Blink, Tove Moan Andersen-IL Stjørdals-Blink

17. VERSJONSHISTORIKK

Dato	Endring
15. mai 2022	Versjon 1 – første publisering av invitasjonen.
01. juni.2022	Versjon 2. Endringer <ul style="list-style-type: none"> • Parkering • Løypekart og løypedetaljer, bl.a. starten, og XCC Oransje som er kortet ned • Kommisærer (oppdatert) • Startsted • Arenakart • Diverse mindre endringer
01. juni.2022	Versjon 3. Endringer <ul style="list-style-type: none"> • Kiosk: Kun Vipps-betaling
	Versjon 4. Endringer: <ul style="list-style-type: none"> • XCO Lilla løype: Satt inn teknisk sone



Fair Play i Terrengsykling

Fair Play for utøveren

- Vis respekt for trenere, kommisærer og arrangører
- Vis respekt for treningskamerater og konkurrenter
- Vi jukser ikke, men følger de reglene som gjelder
- Ikke vær med på mobbing, rasisme eller annen dårlig oppførsel
- Bidra til at alle trives og har det gøy med syklingen
- Stopp og hjelp andre utøvere om du ser han/hun er alvorlig skadet
- Tap og vinn med samme sinn

Foreldrevettregler

- Gi oppmuntring til alle utøvere
- Gi oppmuntring både i medgang og motgang
- Hjelp ditt barn til å tåle både seier og tap
- Respekter gjeldende regelverk
- Støtt arrangører og kommisærer – kom gjerne med konstruktiv tilbakemelding og forslag til forbedringer i egnede kanaler
- Vis respekt for det arbeid klubben og arrangører gjør – tilby din hjelp