



Invitasjon



Norges Cykleforbund

Regionmesterskap bane 2025

For regionene

Øst, TeVeBu og Innlandet

Alle klasser

Velodromen i Asker, 11.-12. januar 2025

Asker CK i samarbeid med flere andre klubber og regioner



Tid og sted

På vegne av NCF Regionene Øst, TeVeBu og Innlandet inviterer Asker CK i samarbeid med flere andre klubber til regionmesterskap i banesykling lørdag og søndag 11.-12. januar 2025 i Velodromen i Asker. Mesterskapet er åpent for alle klasser, Ungdom, Junior, Senior og Masters.

Klassene M/K 10-12 år arrangeres som regionleker for barn med deltagerpremier til alle.

For følgende klasser blir det kåret en regionmester:

Ungdom: M/K 13-14 år, M/K 15-16 år

Jun/Sen: M/K Jun, M/K Sen

Masters: M/K 30-39, M/K 40-49, M/K 50-59, M/K 60+

Beste utøver i sin klasse fra hver region blir regionmester. For å bli regionmester må rytteren ha en gyldig lisens fra en norsk klubb og være medlem i en klubb i regionen. Ryttere fra andre regioner kan delta, men vil ikke få plassering i regionmesterskapene.

Øvelser og klasser:

Klasse	Sprint (Kval./heat)	Tempo	Ind. forfølg.	Fellesstart	Poengritt	Utslagnings- ritt
M 10-12	200m/2 runder	500 m	1 km	2 km / 10 r	3 km / 15 r	x
K 10-12	200m/2 runder	500 m	1 km	2 km / 10 r	3 km / 15 r	x
M 13-14	200m/3 runder	500 m	1 km	4 km / 20 r	6 km / 30 r	x
K 13-14	200m/3 runder	500 m	1 km	2 km / 10 r	3 km / 15 r	x
M 15-16	200m/3 runder	500 m	2 km	5 km / 25 r	8 km / 40 r	x
K 15-16	200m/3 runder	500 m	2 km	4 km / 20 r	6 km / 30 r	x
M Jun	200m/3 runder	1000 m	3 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x
K Jun	200m/3 runder	1000 m	3 km	4 km / 20 r	6 km / 30 r	x
M Sen	200m/3 runder	1000 m	4 km	10 km / 50 r	20 km / 100 r	x
K Sen	200m/3 runder	1000 m	4 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x
M 30-39	200m/3 runder	1000 m	3 km	10 km / 50 r	20 km / 100 r	x
K 30-39	200m/3 runder	1000 m	3 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x
M 40-49	200m/3 runder	800 m	3 km	10 km / 50 r	20 km / 100 r	x
K 40-49	200m/3 runder	800 m	3 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x
M 50-59	200m/3 runder	500 m	2 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x
K 50-59	200m/3 runder	500 m	2 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x
M 60+	200m/3 runder	500 m	2 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x
K 60+	200m/3 runder	500 m	2 km	5 km / 25 r	10 km / 50 r	x



Fra og med 2025 kjører K-jun/sen samme distanser som M-jun/sen.

Tempo (ITT): Direkte finale. Ryttere starter 2 og 2 sammen.

Individuell forfølgelse: Ryttere starter 2 og 2 sammen i kvalifiseringen. De 2 beste tidene i kvalifiseringen kjører finale, 3-4. tid kjører bronsefinale.

Sprint: De 2 beste tidene i kvalifiseringen kjører finale, 3-4. tid kjører bronsefinale.

NB: Basert på endelig påmelding kan flere klasser starte samtidig i ett felt og distanser justert, men med separat premiering per klasse/region.

Antall heat og finaler kan bli justert basert på endelig påmelding.

Rittprogram

Lørdag 11. januar

Øvelser	Klasser	Tidspunkt
Banen åpen for trening	Alle	08:00 – 09:45
Lagledermøte	Alle	09:00
Tempo 500/800/1000 m	Alle	10:00
Individuell forfølgelse, kvalifisering 1/2/3/4 km	Alle	11:00
Lunsj/pause		13:15
Individuell forfølgelse, finaler 1/2/3/4 km	Alle	14:00
Pause		14:30
Fellesstart (Scratch)	Alle	15:00
PREMIEUTDELING	Alle	16:30

Se endelig kjøreplan for detaljert program.

Søndag 12. januar

Øvelser	Klasser	Tidspunkt
Banen åpen for trening	Alle	07:30 – 08:45
Lagledermøte	Alle	08:00
200 m. flying, Sprint kvalifisering	Alle	09:00
Sprint finaler	Alle	10:15
Lunsj/pause		12:00
Poengritt	Alle	12:45
Pause		14:15
Utslagningsritt	Alle	14:30
PREMIEUTDELING	Alle	15:30

Se endelig kjøreplan for detaljert program

NB! Tidsplanen er foreløpig. Endelig tidsplan og detaljer legges ut på nettsiden <https://trackcycling.no> når antall påmeldte i de enkelte klasser og øvelser er klart.



Girbegrensning - Ungdom

GIRUTVEKSLING – Regulert per aldersgruppe

Aldersgruppe	Utrulling i meter	Eks. m/28» hjul
10-12år	6.03m	48x17
13-14år	6.40m	48x16
15-16år	6.96m	50x15

NB! Valg av tannhjul er avhengig av hjul- og dekk dimensjon.

Rittregler

Mesterskapet arrangeres etter følgende reglement:

- Utstysreglement for Bane (legge til Link)
[Bane Utstysreglement.pdf \(sykling.no\)](#)
- UCI Regulations – Track
https://assets.ctfassets.net/76117gh5x5an/6jGCKQEr7a5NTvzdo1mzzl/39480e1a71b2de62e9b1a129ecf8f658/3-PIS-20230801-E_Regulations_update_2023.pdf
- Øvelsesprogram for mesterskap (ØPM)
https://sykling.no/app/uploads/2022/04/OPM_2022.pdf
- Reglement for straffer og bøter (RSB).
[15-RSB-Straffer-2012.pdf \(sykling.no\)](#)

Lisens

VIKTIG: Alle deltakere må ha bestilt og **betalt lisens for 2025** EQTiming for å kunne starte. Kvittering for betalt lisens må fremvises til sekretariatet før start for å få startnummer.

Lisensen trenger ikke være godkjent av klubben (fordi ikke alle klubber har sendt ut krav om klubbkontingent for 2025 enda)

Påmelding

All påmelding skal skje via EQ timing: [Regionsmesterskap Øst, TeVeBu og Innlandet](#)

Påmeldingsfrist for alle øvelser er onsdag 8. januar 2025 kl. 23:59.

Det er ingen etter-anmelding i RM.



Startkontingent

M/K 10-16 år:	kr 100,- pr øvelse
M/K junior/senior:	kr 150,- pr øvelse
M/K Masters:	kr 200,- pr øvelse

Overnattingsmuligheter

Vi har avtale med Strawberry hotell Leangkollen, som ligger 1,5 km fra arenaen. Bruk denne lenken for priser og bestilling:
[Quality Hotel™ Leangkollen - New booking \(mews.com\)](https://www.mews.com/quality-hotel-leangkollen) Det finnes også flere andre hoteller i nærområdet.

Tidspunkter

Sekretariatets åpningstider

Sekretariatet er i Velodromen og åpent fra kl. 08.00, lørdag og søndag.

Trening

Det er mulig å trene på banen i dagene før mesterskapet. Tid bookes via velodromen.no.

Lagledermøte

Lagledermøter holdes i Sykkelstua i Velodromen i Asker (rett ved inngangen):

- Lørdag kl 09.00
- Søndag kl 08.00

Det er viktig at lagleder melder fra om ryttere som **ikke** starter på dagens øvelser på lagledermøtet!

Brikkesjekk før start

Alle må ha tidtakerbrikker festet på sykkel (fremre gaffel) i alle øvelser. Vi bruker «MyLaps» tidtakerbrikke. Ryttere må enten bruke sin egen brikke eller en leie brikke. Det er også mulig å få kjøpt brikker i resepsjonen Velodromen i Asker.

Startnummer og eventuelt leiebrikke utdeles i sekretariatet til leder eller enkeltutøver. Lisens må fremvises. Dersom leiebrikke ikke leveres tilbake, påløper et gebyr på 2500 kroner.



Opprop før start

Det er ikke opprop før start. Det er rytternes ansvar å komme tidsnok til start. Ryttere må være klare ved start når forgående heat starter.

Arena

Garderobe og toaletter

Garderobe alle dager i velodromen.

Alle fasiliteter som garderobe, møterom, lagerrom, verksted og kafe finnes i Velodromen i Asker. For mer informasjon om anlegget, se velodromens egen nettside: Velodromen.no

Resultater

Oppdaterte starttider og resultater vil bli publisert på Trackcycling.no

Parkering og veibeskrivelse

Parkering

Nærmeste parkering er i Risenga p-hus (Varner Arena), som ligger 450 meter unna velodromen. Det finnes også flere andre parkeringsplasser i området.

Parkering utenfor velodromen er ikke tillatt for deltakere og lagledere.

Veibeskrivelse

Adresse: Velodromen i Asker, Langenga 60, 1386 Asker

Informasjon

Info om RM vil bli publisert på Trackcycling.no.



Kontaktpersoner

Arrangementskomiteen

Rolle	Navn	Mobil	E-post
Rittleder	Steffen Karstoft	940 53 269	steffenkarstoft@gmail.com
Ass. Rittleder	Eystein Westgaard	918 50 044	eywe@online.no
Ass. Rittleder	Espen Hillmann	908 80 877	nestleder@froy.no
Sekretariat	Anne Lise Katle	900 20 516	
Tidtager	Jon Braathen	907 92 691	jon@braathen.info
Funksjonærsjef	Jørn Michalsen	913 45 748	ritt@froy.no
Sanitet	Anne V. Eiksund Øksnes	992 74 965	anne.eiksund@gmail.com
Ansvarlig velodromen	Truls Veslum	975 09 211	truls@velodromen.no
Kafé/Kiosk	Asker CK		

Kommissærer

Navn	Rolle	Mobil	E-post
Lars Gaarder	SK	414 55 575	larsgaa@gmail.com
Torleiv Harrystad	Starter 1	957 48 892	torleiv@harrystad.no
	Starter 2		
Geir Bringsli	Kommissær	908 72 154	fujigeir@frisurf.no
	Kommissær		



Vårt kvalitetsløfte!

Norges Cykleforbund ønsker at du som deltager skal være trygg på at rittene du deltar på skal være trygge og følge en forholdsmessig kvalitet. Vi ønsker at du som deltager skal vite hva du kan forholde deg til og hva du får som deltager på vårt ritt.

Arrangør	Rittets arrangør er Asker CK, som er tilsluttet Norges Cykleforbund (NCF) og NIF.
Forsikringer	Rittet er terminlistefestet, noe som betyr at rittets arrangør har ansvarsforsikring gjennom NCF/NIF og du som utøver er forsikret gjennom helårslisensen eller engangslisensen som du bruker under rittet.
Regler	Rittet følger NCF sine lover og regler for gjennomføring av ritt. Sjefskommissær har det øverste ansvaret for gjennomføringen av konkurransen.
Sanitet	Det er sanitetspersonell til stede.
Sikkerhetsansvarlig Prosedyre ved ulykker	Kontaktinfo: Espen Hilmann, tlf 90 88 08 77 Vakter skal rapportere alle hendelser til sikkerhetsansvarlig. Sikkerhetsansvarlig skal ha liste med kontaktnumre på utøver og pårørende. Det er utøverens plikt å oppgi dette til arrangør. Vakter rapporterer tiltak til sikkerhetsansvarlig. Sikkerhetsansvarlig varsler pårørende og andre instanser. Utøvere som er utsatt for uhell men som klarer seg på egenhånd, skal varsle om hendelsen til sikkerhetsansvarlig eller sekretariat. Dette av hensyn til lisensordningen og evt bruk av forsikring.
Økonomi	Deltageravgiften dekker kostnader ved blant annet ovennevnte tiltak, samt kommisærer, arenaustyr, tidtaking, premier osv. Overskudd av arrangementet tilfaller klubbens satsing på: • Barn og ungdomstiltak i klubben • Ytterligere styrking av rittets bærekraft og kvalitet Klubben og arrangementet er for øvrig drevet på frivillig innsats.