



**VELKOMMEN
til
Norgescup bane
og
Sola banecup**



Presentasjon av kommissærer

Opprop

LØRDAG	Øvelse/aktivitet	Klasse	Deltagere
07:30	Banen åpen for trening frem til kl 08:50	Alle	
08:30	LAGLEDERMØTE		
09:00	Scratch BLÅ klasse, 2km (Omnium 1/4)	Aldersbestemt	5
09:06	Scratch SORT klasse, 4km (Omnium 1/4)	Aldersbestemt	5
09:20	Tempo race BLÅ klasse, 2km (Omnium 2/4)	Aldersbestemt	5
09:27	Tempo race SORT klasse 4km (Omnium 2/4)	Aldersbestemt	5
09:40	Eliminasjon BLÅ klasse (Omnium 2/4)	Aldersbestemt	5
09:47	Eliminasjon SORT klasse (Omnium 3/4)	Aldersbestemt	5
10:10	Poengritt BLÅ klasse 3km (Omnium 4/4)	Aldersbestemt	5
10:21	Poengritt SORT klasse 6km (Omnium 4/4)	Aldersbestemt	5
10:34	PAUSE - Premiesermomi	Blå og Sort	
11:00	Scratch GUL klasse, 6km (Omnium 1/4)	Aldersbestemt + Kjr NC	9
11:15	Scratch M-junior, M-senior, Master 7,5km (Omnium 1/4)	Mjr/Msr/Master	18
11:45	Tempo race GUL klasse 6km (Omnium 2/4)	Aldersbestemt + Kjr NC	9
11:59	Tempo race M-junior, M-senior, Master 7,5km (Omnium 2/4)	Mjr/Msr/Master	18
12:25	Eliminasjon GUL klasse (Omnium 3/4)	Aldersbestemt + Kjr NC	9
12:37	Eliminasjon M-junior, M-senior, Master (Omnium 3/4)	Mjr/Msr/Master	18
13:05	Poengritt GUL klasse 7,5km (Omnium 4/4)	Aldersbestemt + Kjr NC	9
13:20	Poengritt M-junior, M-senior, Master 15km (Omnium 4/4)	Mjr/Msr/Master	18
13:45	PAUSE - Premiesermomi	Alle	
14:15	Team Sprint Masterklasser og M/K jr og M/K sr	Master/Mjr/Kjr/Ksr/Msr	4 lag
15:15	Premiesermomi		
15:35	DAG 1 FERDIG		

Sola banecup – girutveksling

	Gul	Sort	Blå
Omtrentlig NCF klasser:	M/K15-16	M/K13-16	M/K10-13
Girutveksling m/28" hjul Valg av tannhjul er avhengig av hjul- og dekk dimensjon	49x15 (Utrulling 6.96m)	48x16 (Utrulling 6.40 m)	48x17 (Utrulling 6.03m)

Info:

Det er laget klar oppvarmingsområder nede ved siden av håndballbanen.

Viktig at sykler som brukes for oppvarming i oppvarmingsområder må ha nyvasket kjede/drivverk og det må være oljefritt.

VIKTIG – ikke gå inne på håndballbanen (gultfelt) med sykkelsko!!
Premipall er inne på håndballbanen, **HUSK TA AV SYKKELSKO** når dere skal til sermoni

Vi ønsker ikke mye personer oppe på banenivå, syklister og støtte personell (1 pr syklist) kan gå opp til banenivå ca 10 min før start.

Startnummer og tidtakerbrikke

2 startnummer høyre/venstre side vridt 90 grader
festet tidtaker brikke på sykkelens framgaffel



Norgescup bane - M/K senior og junior.

Sola banecup - rekrutteringsritt som skal legge til rette for at flest mulig ønsker å delta i bane konkurranser (egne regler for klasseinndeling)



Stryking av deltakere:

Noen som ikke stiller?

Gi beskjed i sekretariatet

Norgescup bane - M/K senior og junior.

Tildeling av ledertrøye sammenlagt iht:

Plass #	LØRDAG		SØNDAG			NC Sammenlagt
	Omnium		Scratch	Poengritt		
	Poeng Omnium	NC poeng Omnium	NC poeng Scratch	Poeng Poengritt	NC poeng Poengritt	
1		600	600		600	
2		480	480		480	
3		420	420		420	
4		360	360		360	
5		330	330		330	
6		300	300		300	
7		270	270		270	
8		240	240		240	
9		210	210		210	
10		180	180		180	

Sola banecup

- Rekrutteringsritt - Rytterne konkurrerer på sitt eget prestasjonsnivå, uavhengig av alder og kjønn.
- Rytterne stiller i Klasse Gul/Sort/Blå og Master klasse slik at man selv velger det nivået man ønsker å delta på.
- Gul klasse er åpen for rytter i M/K junior, M/K senior og Master som mangler erfaring eller av andre årsaker ikke er på nivå med sine jevnaldrende.
- M junior og M senior som velger å stille i Gul klasse deltar ikke i Norgescup konkurransen. K junior starter i sammen med Gul klasse og deltar i Norgescup
- ALLE må bruke maks girutveksling som angitt for de forskjellige farge klassene