



INVITASJON

NM bane fellesstarter



Arrangør:

IF Frøy

i samarbeid med andre klubber

Arena:

Velodromen i Asker

Datoer:

lørdag 29. november 2025

søndag 30. november 2025

Versjon 5 – 26. november 2025

SKODA
We Love Cycling

ORACH

GARMIN.

Tid og sted

Arrangeres i Velodromen i Asker, Langenga 62, 1386 Asker.

Rittbeskrivelse

NM er for junior og senior, kvinner og menn.

Syklister som deltok i Masters-NM bane 2025, og som ønsker å delta i elite-NM bane kan gjøre dette. Deltaker må da endre sin lisens til Senior. Lisensen skal da stå som Senior ut kalenderåret.

Det arrangeres omnium lørdag 29 november. Øvelsene er scratch, poenrace, eliminasjon og poengritt. Det arrangeres eliminasjon, scratch og poengritt søndag 30. november.

Rittreglement

Mesterskapet arrangeres etter følgende reglement:

- [Utstyrsreglement for bane](#)
- [UCI Regulations – Track](#)
- [Øvelsesprogram for mesterskap \(ØPM\)](#)
- [Reglement for straffer og bøter \(RSB\)](#)

Det er ikke tillat å kaste søppel i velodromen.

Rittet 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 instruks gitt fra representanter fra Anti-doping Norge.

Klasser

Kvinner	Menn	Lørdag	Søndag
Junior Senior	Junior Senior	Omnium	Eliminasjon Scratch Poengløp



Kvalifisering

Det er ikke kvalifisering i noen klasser.

Distanser

Dette er distansene for de forskjellige øvelsene:

Omnium lørdag

Menn senior

Scratch 10 km, 50 runder

Temporitt 10 km, 50 runder

Poengritt 25 km, 125 runder

Eliminasjon tas etter hver andre runde

Kvinner senior

Scratch 10 km, 50 runder

Poengrace 10 km, 50 runder

Poengritt 20 km, 100 runder

Eliminasjon tas etter hver andre runde

Menn junior

Scratch 7.4 km, 37 runder

Poengrace 7.4 km – 37 runder

Poengritt 20 km, 100 runder

Eliminasjon tas ut etter hver andre runde

Kvinner junior

Scratch 7.4 km, 37 runder

Poengrace 7.4 km, 37 runder

Poengritt 15 km, 75 runder

Eliminasjon tas ut etter hver andre runde

Enkeltritt søndag

Finaler scratch

Menn senior 10 km, 50 runder

Kvinner senior 10 km, 50 runder

Menn junior 7.4 km, 37 runder

Kvinner junior 7.4 km, 37 runder

Finaler eliminasjon

Siste rytter tas ut etter hver andre runde.

Finaler poengritt

Menn senior 30 km, 150 runder, 15 sprinter

Kvinner senior 20 km, 100 runder, 10 sprinter

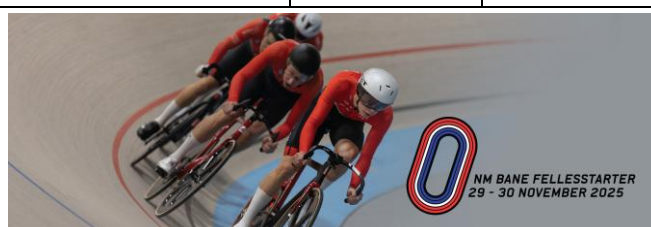
Menn junior 20 km, 100 runder, 10 sprinter

Kvinner junior 16 km, 80 runder, 8 sprinter



Endelig tidsplan

DAG/TID	ØVELSE/AKTIVITET	KLASSE	DELTAKERE	MINUTTER
FREDAG				
	Trening i velodromen ved kjøp av ordinær treningstid			
LØRDAG				
07.00	Velodromen åpner			
07.30	Trening	Alle		
10.00	Lagledermøte	Alle		
10.40	Trening avsluttes			
11.00	Scratch omnium 7.4 km – 37 km	K junior/ K senior	6	12
	Scratch omnium 7,4 km 37 runder	M junior	12	14
	Scratch omnium 10 km – 50 runder	M senior	12	17
12.00	Temporitt omnium 5 km – 25 runder	K junior/ K senior	6	12
	Temporitt omnium 7, 4 km – 37 runder	M junior	12	14
	Temporitt omnium 10 runder – 50 km	M senior	12	16
	PAUSE			
14.00	Eliminasjon omnium	K junior/ K senior	6	8
	Eliiminasjon omnium	M junior	12	15
	Eliminasjon omnium	M senior	12	20
	Poengløp omnium 15 km – 75 runde	K junior/ K senior	6	25
	Poengløp omnium 20 km – 100 runder	M junior	12	35
	Poengløp omnium 25 km 125 runder	M senior	12	35
Ca 16.00	Premieseremoni dag 1	ALLE		
	Dag 1 avsluttes			
17.00	Trening			



SØNDAG				
07.30	Velodromen åpner			
07.30	Trening til 09.30	ALLE		
10.00	Scratch 7,4 km – 37 runder	Kvinner junior	5	15
	Scratch 10 km – 50 runder	Kvinner senior	6	17
	Scratch 7,4 km – 37 runder	Menn junior	12	15
	Scratch 10 km – 50 runder	Menn senior	11	17
11.15	Eliminasjon	Kvinner junior	5	8
	Eliminasjon	Kvinner senior	6	8
	Eliminasjon	Menn junior	12	10
	Eliminasjon	Menn senior	11	10
	Pause			
12.30	Poengritt 16 km – 80 runder	K junior	5	25
	Poengritt 20 km – 100 runder	K senior	6	30
1230	Poengritt 20 km – 100 runder	M junior	12	30
	Poengritt 30 km – 150 runder	M senior	11	40
Ca 1500	Premiseremoni alle øvelser			
Ca 15.30	Mesterskapet avsluttes			

Det kan bli justeringer av tidsplanen under mesterskapet.

Seeding

Ryttere med UCI-poeng seedes. Ingen annen seeding gjøres.

Lisens og akkreditering

Alle ryttere må ha løst aktiv helårslisens for 2025.

Alle ryttere må ha akkrediteringskurs A2 for banesykling,

Påmelding

Det er åpent for ordinær påmelding til og med mandag 24. november klokken 23.59.

Det er ikke etteranmelding i NM.



Påmelding til omnium lørdag skjer her:

<https://live.eqtiming.com/78898#dashboard>

Påmelding til scratch, eliminasjon og poengløp søndag skjer her:

<https://live.eqtiming.com/78897#dashboard>

Startkontigenter omnium lørdag:

Klasse	Ordinær påmelding
K/M junior	NOK 600,-
K/M senior	NOK 600,-

Startkontigenter eliminasjon, scratch og poengritt, pr øvelse:

Klasse	Ordinær påmelding
K/M junior	NOK 300,-
K/M senior	NOK 300

Påmeldingen er bindende og refunderes bare ved fremvisning av legeattest.

Oppvarming

Det settes opp båser for oppvarming på indre bane.

Det er også mulig å varme opp på spinningsykler i første etasje.

Overnattingsmuligheter

IF Frøy har inngått avtale med to hoteller:

- Quality hotell Expo på Fornebu
- Thon hotell Vettre

Quality hotell Expo på Fornebu har adresse Snarøyaveien 20, 1360 Fornebu.



Se lenke til Google maps her:

[Quality Hotel Expo - Google Maps](#)

Priser:

Dobbeltrom 1350 kroner

Enkeltrom 1150 rom

Prisen gjelder til 21 dager før ankomst. Rommet kan avbestilles innen 48 timer før ankomst.

Bestilling skjer via denne lenken:

[Quality Hotel™ Expo - New booking.](#)

Thon hotell Vettre har adresse Konglungveien 201, 1392 Vettre, og ligger i bunnen av bakken ned mot sjøen fra velodromen.

Priser:

Enkeltrom kr. 1145,- kroner pr. døgn

Dobbeltrom kr. 1345,- kroner pr døgn

Koden «NM sykling må brukes ved bestilling.

Rom kan også bestilles via denne lenken:

<https://www.thonhotels.no/event/norges-sykkelforbund2/>

Frist for å være garantert denne prisen er 14. november. Rommet kan avbestilles innen 16.00 ankomstdag.

Sekretariatets åpningstider

Startnummer hentes i sekretariatet, som ligger i sykkelstua fredag og på indre bane ellers. Sekretariatet er åpent:

Dag	Tid
Fredag	17.00-18.30
Lørdag	09.00 - rittslutt
Søndag	08:00 - rittslutt

Det benyttes samme startnummer begge dager. Ved tap av startnummer kan nytt hentes i sekretariatet mot 50 kroner i gebyr.

Det benyttes Mylaps tidtakerbrikker. Brikker kan leies for hundre kroner pr dag for de som ikke har egen brikke.

Akkreditering indre bane

Lagledere og trenere på ha akkreditering for å ha adgang på indre baner.

Det gis maksimalt to akkrediteringer pr klubb. Disse kan byttes internt i klubben.

Alle andre henvises til tribunen.

Akkreditering deles ut i resepsjonen ved inngangen.



Klubber som ønsker akkreditering bes registrere dette ved å sende en epost til ritt@froy.no senest onsdag 27. november klokken 17.00

Treningstider og lagledermøte

Dag	Offisielle treninger	Andre treningstider
Fredag		Treningstid kan kjøpes. Se velodromen.no for tider
Lørdag	07.30-10.30 13.00-13.40 (i pausen) Fra rittslutt til 18.00	
Søndag	07.30 -09.30	

Lagledermøte

Lagledermøte for begge dager er i Sykkelsstua rett ved inngangen klokken 10.00 lørdag 29. november.

Utstyrsjekk før start

Ryttere har selv ansvar for å stille med godkjent hjelm, sykkel og drakt.

Det blir sjekk av at syklene er i henhold til gjeldende reglement for hver øvelse.

Sykler kan presjekkes fredag fra 17.00 til 19.00 slik at eventuelt mangler kan rettes. Presjekk erstatter ikke ordinær sjekk før start.

Opprop før start

Det er ikke opprop før start. Alle deltakere har ansvar for selv å være på plass.



Førstehjelp

Asker Røde Korst er på plass i arenaen med sanitetspersonell
AMK holder til under fem minutter unna.

Garderober og toaletter

Garderober og toaletter er i første etasje.

Cafe

Det er kafe i sykkelstua begge dager. Enkelt kiosk finnes også på tribunen.

Uoffisielle og offisielle resultatlistor blir hengt opp på arenaen så snart de er ferdige. Resultatene publiseres så raskt som mulig på velodromen.no

Poeng og premier

Det er medaljer til de tre beste i alle klasser i omnium lørdag og i alle øvelser søndag. Det er mestertroyster til alle norgesmestre.

Det gis UCI-poeng etter gjeldende regelverk.

Parkering og veibeskrivelse

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.

Adresse til velodromen: Langenga 60, 1386 Asker.

Informasjon

All viktig informasjon legges under Arrangementer på trackcycling.no. Se direkte lenke her:

<https://trackcycling.no/event/nm-fellesdistanser/>

Følg også med i rittets Facebook-gruppe, «NM fellesstarter bane 2025». Her lenkes det også opp til informasjon på nettsiden. Du finner gruppen via denne nettsiden:

[NM fellesdistanser bane 2025 | Facebook](#)



Kontaktpersoner

Arrangementskomiteen

Rolle	Navn	Email	Telefon
Rittleder	Jørn Michalsen	ritt@froy.no	91345748
Presse/informasjon	Jørn Michalsen		
Arena	Truls Veslum	Truls.veslum@velodromen.no	97509211
Tidtager	Jon Braathen	jon@braathen.info	90792691
Sekretariat	Sidsel Grøndalen	sidsel@micmedianor.no	91335105
Vaktsjef	Svein Olav Lindtveit		
Speaker	Tom Remman		
Lege			
Sanitet	Asker Røde Kors		
Dugnadsansvarlig	Svein Aalrust		
Kiosk			
Økonomi			

Kommissærer

Rolle	Navn	Epost	Telefon
Sjefskommisær/juryleder	Martin Feldmann	martin@feldmann.no	959 05 160
Jurymedlem	Geir Henning Larsen	gibsen64@gmail.no	934 88 137
MCP/Jurymedlem	Torleiv Harrystad	torleiv@harrystad.no	957 48 892
MCP/Måldommer	Lars Gaarder	larsgaa@gmail.com	414 55 575
Utstyrskommisær	Geir Bringsli		
Kommisær	Henning Andresen	Henning.andresen@outlook.com	481 28 219
MCP/Ass Kommisær	Eystein Westgaard	eywe@online.no	:918 50 044

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 IF Frøy 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 på bane



Sjefskommissær har det øverste ansvaret for gjennomføringen av konkurransen.

Sanitet	Det er sanitet til stede, med nødvendig antall førstehjelpere.
Sikkerhetsansvarlig Prosedyre ved ulykker	Kontaktinfo: 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.
Økonomi	Deltageravgiften dekker kostnader ved blant annet ovennevnte tiltak, samt kommisærer, arenautstyr, 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.

