



Norges  
Cykleforbund

# INVITASJON



Norgescup Terreng  
Bærum

12. juni

Bærum og Omegn Cykleklubb  
BOC

***Velkommen alle som er glade i terrengsykling. Nå har du mulighet til å prøve noe nytt ! For norgescupklassene vil det bli kjørt terreng bakketempo (individuell start). BOC arrangerer Norgescup i Terrengsykling lørdag 12. juni med start på Rykkinn Nærsenter.***



**Ola Kjøren (Team Fokus Daniaca) leder Norgescupen i 2010.**

*Vi har gleden av å invitere ryttere, ledere, dommere,  
presse og andre interesserte til  
NC Terreng*

## **Start og mål**

Start finner sted ved Rykkinn Nærsenter:

<http://kart.gulesider.no/m/pfUjh>

Målgang vil være på toppen av Eineåsen.

## **Rittet:**

**NC Terreng nr 5 vil for norgescupklassene (fra M/K 15-16) være en bakketempo med individuell start.** Traseen vil starte på grussti, og etter hvert gå over i mer teknisk sti. Løypa er ca 3,5 km lang med en stigning på rundt 150 høydemeter. Vi har estimert vinnertid til i overkant av 15 min

Rekrutt og aldersbestemte klasser opptil M/K 13-14 vil kjøre en shorttrak/rundbane

## **Påmelding / henting av startnummer**

Påmelding via SportsAdmin og Min idrett. Påmeldingsfrist: 8. juni.

Startnummer hentes klubbvis fordelt på klasser, ta med kvittering, brikkeoversikt og lisenser.

Det blir ingen etteranmelding på rittdagen.

## **Startkontingent**

Rekrutter: 50kr

M/K10-16: 100kr

Junior/senior/veteran: 200kr

Betaling gjøres online innen 8.juni kl 2300, de som betaler etter dette betaler dobbel avgift på rittdagen.

Betaling må gjøres til:

**Bærum og Omegn Cyckleklubb**

**Bankkonto:** 1627 32 03595

Merk betalingen med klubb og navn på rytter(e)

(Eventuell lisens og brikkeleie kommer i tillegg og betales på rittdagen. )

## **Lisens**

Det er lisensplikt for rittet. Gyldig lisens må forevises ved registrering.

Eventuelt engangslisens kan løses på stedet.

Rekrutt: Gratis

Ungdomslisens: 50kr

Voksenlisens: 150kr

## **EMIT-brikke**

Alle ryttere må ha brikke, om du ikke har kan dette leies for kr 100, betales ved henting av startnummer. Det må også betales et depositum på kr 300 pr. brikke. Rekruttene låner brikke gratis.

## Rittregler

Rittet blir arrangert etter NCF's regler for Norges Cup rundbane. Disse er tilgjengelig på forbundets web-sider : [www.sykling.no](http://www.sykling.no)

Godkjent hjelm er påbudt, dette gjelder også trening! Følg arrangørens anvisninger.

## Trening

Løypa vil være åpen for trening frem til kl 12 på rittdagen. Det vil være begrenset merking fra fredag ettermiddag.

## Klasseinndeling / program.

Vi tar forbehold om endringer i programmet. ,eventuelle endringer blir da publisert på rittets hjemmeside. Gå inn på hjemmesiden og klikk på "program" i venstremenyen

Klasse	Start	Ant runder
Rekrutt	Fra 10.00	
M/K10	Fra 10.00	
M 13-14	Fra 10.00	
K 13-14	Fra 10.00	
M 11-12	Fra 10.00	
K 11-12	Fra 10.00	
K 15-16	Fra kl. 12.30	Bakketempo
M 15-16	Fra kl. 12.40	Bakketempo
K Jr/Sr	Fra kl. 13.00	Bakketempo
M Jr/Sr	Fra kl. 13.30	Bakketempo
M/K vet*	Fra kl. 14.30	Bakketempo

- Veteranklasser er: M/K 30-39, M/K 40-49 og M/K 50+
- Bakketempo foregår med 30 sek startintervall
- Besterangerte (NC) kjører sist ut
- Starttider for alle klasser bekjentgjøres senest fredag 11. juni kl 17.

## Løypekart

Løypekart finnes på vår hjemmeside:

[http://boc.idrett.no/index.php?option=com\\_content&view=article&id=146&Itemid=94](http://boc.idrett.no/index.php?option=com_content&view=article&id=146&Itemid=94)

Her vil vi også oppdatere med løypeprofiler i høydemeter og distanse.

## Langesone / service-sone

Blir ca 2 km fra start, påregn litt gange

**Garderober, parkering og sykkelvask ved Belset Skole.**

<http://kart.gulesider.no/m/pfPjl>

### **Sanitet:**

Det blir sanitet ved og ute i løypa

### **Premiering**

Alle i klassene under 13 år får premie.

13-16 år 1/3 i aldersbestemte klasser

Pengepremier i klassene M/K senior og M/K junior etter NCF regler.

Tid for premieutdelign, se program.

### **Veibeskrivelse**

Ta av E18 ved Sandvika, følg E16 ca 2 km, ta av Riksvei 168. Følg denne til andre rundkjøring, hold svakt høyre (Riksvei 160), rett frem i de to neste rundkjøringene, deretter venstre inn til start. NB! Det er ikke parkering ved start, kun mulighet for å sette opp lagstelt og lignende. Det er god parkering ved garderobe/skolen ca 200 å gå !!

Har du behov for ytterligere informasjon er det bare å ta kontakt.

Bjørn Haraldseth, Rittleder: [bjhara@online.no](mailto:bjhara@online.no) / 90562920

Klubb sponsorer:

