



# INVITASJON



## Nes Terreng Rundbane 2025

NC nr: 14 - 15 NC XCO – NC XCC

Nes SK – Nes Ski- og Sykkelanlegg



## Innhold

1.	Tid og sted .....	3
2.	Arrangementsbeskrivelse .....	3
2.1.	Norges Cup Rundbane - XCO lørdag 13/9-25 .....	3
2.2.	Norges Cup Kortbane - XCC søndag 14/9-25 .....	4
2.3.	Program .....	4
3.	Rittregler .....	5
4.	Klasser .....	5
4.1.	Norges Cup Rundbane XCO og Kortbane XCC .....	5
5.	Seeding .....	6
6.	Lisens .....	6
6.	Påmelding .....	7
7.	Lagstelt .....	7
	Priser .....	7
8.	Overnattingsmuligheter .....	8
8.1.	.....	8
9.	Tidspunkter og kjøreplaner .....	8
9.1.	Sekretariatets åpningstider .....	8
9.2.	Treningstider .....	9
9.3.	Lagledermøter .....	9
9.4.	Brikkesjekk før start .....	9
9.5.	Utstyrssjekk .....	9
9.6.	Opprop før start .....	10
9.7.	Kjøreplan for XCO lørdag 13/9-25 .....	11
9.8.	Kjøreplan for XCC søndag 14/9-25 .....	12
10.	Arena og Løyper .....	13
10.1.	Arenakart .....	13



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



Førstehjelp.....	13
Garderobe og toaletter.....	13
Sykkelvask.....	14
10.2. Teknisk- og langesone .....	14
10.3. Løypekart XCO .....	14
10.4. Løypekart XCC.....	17
11. Resultater.....	18
12. Poeng og Premier.....	18
12.1. XCO .....	18
12.1.1. Norges Cup-klasser junior og elite .....	18
12.1.2. Ungdomsklasser 13-16 år .....	18
12.1.3. Klasser 6-12 år.....	18
12.1.4. Master.....	18
12.2. XCC.....	18
12.2.1. Norges Cup-klasser junior og elite .....	18
12.2.2. Ungdomsklasser 13-16 år .....	18
12.2.3. Klasser 6-12 år.....	18
12.2.4. Master.....	18
13. Parkering og veibeskrivelse.....	19
13.1. Parkering .....	19
13.2. Veibeskrivelse.....	19
14. Informasjon.....	20
15. Kontaktpersoner .....	20
15.1. Arrangementskomiteen .....	20
15.2. Kommissærer.....	20





## 1. TID OG STED

---

Lørdag 13. september XCO alle klasser.

Søndag 14. september XCC alle klasser.

Sted: Nes Ski og Sykkelanlegg

Adresse: Kampåvegen 248, 2170 Fenstad

Nordvest i Nes Kommune, Akershus Fylke

Kontaktpersoner:

Rittleder: Roy Arne Andersen, telefon: 47262641

Rittkontor: Erling Jellum, telefon: 90777112

## 2. ARRANGEMENTSBESKRIVELSE

---

Norges Cup terrensykling består av øvelsene rundbane XCO og kortbane XCC.

1. Elite-klassene: 2 individuelle ritt, gir NCF poeng for hvert ritt.
2. Klasse 15-16 og junior: 2 individuelle ritt, gir NCF poeng for hvert ritt.
3. Klasse 11-12-13-14 og master: 2 individuelle ritt.
  - NCF-ranking poeng 13-14
  - NCF Master Cup poeng i Master.

Klassen 6-10 år med rundbane løype på lørdag og søndag, som går på brede stier/veier med gode forbikjøringsmuligheter. Det er en publikumsvennlig løype, så her kan foreldre og andre følge med ryttere om de ønsker det.

### 2.1. Norges Cup Rundbane - XCO lørdag 13/9-25

Lørdag 13/9-25 arrangeres det Norges Cup Rundbane for elite og junior klassene, NCF Rankingritt for 13 - 15 år, Rekruteringsritt for 6 - 12 år og sportsklassene samt Mastercup for masterklassene.

Nes Sykkelklubb er 2. gangs arrangør av terreng rundbane i Norges Cupen.

Løypene er bygd opp med hjelp av ildsjeler i anlegget fra Nes Ski -og Sykkelanlegg.

Det har vært gjennomført befarings av nye traseer med representant fra Norges Cykleforbund, som mener dette blir en meget bra løype i fra det vi hadde i 2023. Noe av traseen ligger i samme terreng som blir brukt til skiarena på vinterstid, det er lagt til flere tekniske partier, artige nedkjøringer og krevende motbakker. Løypa inneholder flere brede partier hvor forbipasseringer kan gjøres uten hindring. Det er forskjellige traseer etter klasser, men noen felles partier.



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 2.2. Norges Cup Kortbane - XCC søndag 14/9-25

Søndag 14/9-25 arrangeres det Norges Cup Rundbane for elite og junior klassene, NCF Rankingritt for 13 - 15 år, Rekruteringsritt for 6 - 12 år og sportsklassene samt Mastercup for masterklassene.

Rittet på søndag 14. september NC nr. 15 XCC bruker det meste av trassene som XCO, men kortet ned. Det er en fartsfylt løype som veksler mellom flytstier og enkle momenter i terrenget. Dette er en veldig publikumsvennlig løype.

## 2.3. Program

	XCO	XCC	Tid	
Fredag 12.09			15.00-18.00	Sekretariat åpent
			Hele dagen	Åpen trening
Lørdag 13.09			07:00 - 18:00	Sekretariat åpent
			08:00	Lagledermøte
			07:00 - 08:50	Åpen trening
			09:00 - 11.00	XCO
			11.00	Lagledermøte
			11:00 - 11:50	Åpen trening
			12:00 - 16.30	XCO
				Banen er stengt fra kl 17.00 grunnet klargjøring for søndag.
Søndag 14.09			07:00 - 18:00	Sekretariat åpent
			08:00	Lagledermøte
			07:00 - 08:50	Åpen trening
			09:00 - 10:00	XCC (6-12 år)
			10:40	Lagledermøte
			11:45 - 15.00	XCC



**Aurskog**  
SPAREBANK





### 3. RITTREGLER

Rittet følger reglene i UCI og NCF sitt reglement. 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. Ryttere, foreldre, og ledere; ta hjelmbruken alvorlig.

Det er ikke tillat å kaste søppel langs løypa. Slinger, dekk, gel poser, drikkeflasker etc. medbringes til nærmeste tekniske sone eller til mål.

NC terrensykling 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.

### 4. KLASSER

#### 4.1. Norges Cup Rundbane XCO og Kortbane XCC

Kvinner	Menn	Lørdag 13.09.25	Søndag 14.09.25		
K 6-7	M 6-7	XCO	XCC		
K 8-9	M 8-9				
K 10	M 10				
K 11-12	M 11-12				
K 13-14	M 13-14	XCO	XCC		
K 15-16	M 15-16				
K Junior (17-18)	M Junior (17-18)	XCO	XCC		
K Elite (19+)	M Elite (19+)				
K Master 30-34	M Master 30-34	XCO	XCC		
K Master 35-39	M Master 35-39				
K Master 40-44	M Master 40-44				
K Master 45-49	M Master 45-49				
K Master 50-54	M Master 50-54				
K Master 55-59	M Master 55-59				
K Master 60-64	M Master 60-64				
K Master 65-69	M Master 65-69				
K Master 70-74	M Master 70-74				
K Master 75-79	M Master 75-79				
K Master 80+	M Master 80+				
K Sport 17+	M Sport 17 +			Rekutteringsritt	Rekutteringsritt



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 5. SEEDING

Ryttere som er påmeldt innen den ordinære påmeldingsfristen og som har løst lisens for 2025, 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 bli seedet etter siste publiserte sammenlagliste i Norges Cup Terreng Rundbane eller NCF Ranking. I klassene opp til 12 år avgjøres startrekkefølgen etter loddrekning, og startrekkefølgen på søndag er motsatt av lørdag. Seeding oppdateres ikke gjennom arrangementet. Ryttere som er etteranmeldt vil ikke bli seedet.

Klasse	NC XCO	NC XCC
Elite	1. UCI poeng, 2. NC poeng, deretter loddrekning	1. UCI poeng, 2. NC poeng, deretter loddrekning
Junior	1. UCI poeng, 2. NC poeng, deretter loddrekning	1. UCI poeng, 2. NC poeng, deretter loddrekning
K/M 13-16	NCF Ranking, deretter loddrekning	NCF Ranking, deretter loddrekning
K/M 11-12 og yngre	Loddrekning	Loddrekning
Master	Master Cup, deretter loddrekning	Master Cup, deretter loddrekning

## 6. LISENS

Alle ryttere som er 13 år og eldre må ha løst lisens for 2025. Ryttere opp til og med 12 år er forsikret gjennom NIF's barneidrettsforsikring. Ryttere i Elite – og juniorklassene må ha helårslisens, mens ryttere i aldersklassene (13 år og eldre) kan velge mellom helårs og engangslisens.

Lisensen til påmeldte norske ryttere vil bli sjekket mot NCFs register umiddelbart etter påmeldingens utløp. **Norske** ryttere som ikke har lisens ved den sjekken, blir **ikke seedet** (gjelder klassene som seedes). For ytterligere informasjon om lisenser, se NCF sine nettsider [www.sykling.no](http://www.sykling.no)



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 6. PÅMELDING

Ordinær påmelding er åpen til og med kl. 23.59 8/9-25

Påmelding gjøres på: <https://signup.eqtiming.com/?Event=NesSK>

Startkontingentene er:

Klasse	XCO lørdag 13. september		XCC søndag 14. september	
	Ordinær påmelding	Etter-anmelding	Ordinær påmelding	Etter-anmelding
K/M 6-9	NOK 50,-	NOK 75,-	NOK 50,-	NOK 75,-
K/M 10-12	NOK 170,-	NOK 255,-	NOK 170,-	NOK 255,-
K/M 13-16	NOK 170,-	NOK 400,-	NOK 170,-	NOK 400,-
K/M Junior /Senior	NOK 300,-	NOK 500,-	NOK 300,-	NOK 500,-
K/M 17+	NOK 300,-	NOK 500,-	NOK 300,-	NOK 500,-
K/M Master	NOK 500,-	NOK 650,-	NOK 500,-	NOK 650,-

I Norges Cup er etter anmelding mulig for alle klasser fram til kl. 18.00 dagen før rittet. Bruk påmeldingslenken over, eller gå til sekretariatet. Etteranmeldte ryttere starter bakerst.

Påmeldingen er bindende og refunderes bare ved fremvisning av legeattest.

## 7. LAGSTELT

Teltplass reserveres på: <https://signup.eqtiming.com/?Event=NesSK> for å reservere plass til team/klubbtekt.

Påmeldingsfrist 8/9-25 Reserverte plasser blir merket med klubbnavn på arena. Har du glemt å reservere, så kan vi ikke garantere at det er plass. Ta kontakt med Erling Jellum, tlf. 907 77 112, ved ankomst for evt. ledige plasser.

Telt skal sette opp på anvist plass ved ankomst.

### Priser

Størrelse	Pris
3x3 meter	Kr. 300,-
3x6 meter	Kr. 600,-
3x9 meter	Kr. 900,-



**Aurskog**  
SPAREBANK





## 8. OVERNATTINGSMULIGHETER

---

### 8.1.

Nes Ski- og Sykkelanlegg har avtale med Best Western Plus på Gardermoen.

Pris kr 995,- for enkelt/dobbelrom. For å bestilling rom må det sende mail til [konferanse@bwosloairport.com](mailto:konferanse@bwosloairport.com) og referere til "Sykkelløp Fenstad, 13-14 september 25" for å få den avtalt pris.

Utover dette må hver og en om å ordne overnatting selv.

Camping/hytte mulighet på Sanngrund Servering/Overnatting [booking@sanngrund.no](mailto:booking@sanngrund.no).

Det vil være mulighet for bobil og campingvogn i anlegget kr. 1250,- inkl. strøm og sanitær.

For bestilling kontakt Erling Jellum mobil 907 77 112, epost: [erling.jellum@hotmail.com](mailto:erling.jellum@hotmail.com)

## 9. TIDSPUNKTER OG KJØREPLANER

---

### 9.1. Sekretariatets åpningstider

Startnummer hentes i sekretariatet. Sekretariatet er åpent:

Dag	Tid
Fredag 12/9	15:00-18.00
Lørdag 13/9	07:00-18:00
Søndag 14/9	07:00-16:00

For å hente startnummer må lisens for 2025 være løst. Se

6. Lisens for bestemmelser vedr lisens. Engangslisens i sekretariatet, det koster 50,- for klassene K/M 13-16.

Engangslisens løses i forbindelse med påmelding på EQ-timing.

Fest startnummeret godt synlig på sykkelstyret. Elite og juniorklassene skal i tillegg bruke ryggnummer.

Tidbrikken er limt bakpå startnummeret. **NB! Det skal benyttes samme nummer alle dager.** Startnummer bør demonteres før transport av sykkel, da det normalt fører til tap av nummer når sykkel transporteres på bil. Ved tap av nummer kan nytt nummer hentes i sekretariatet mot en avgift på kr 50,-.



**Aurskog**  
SPAREBANK





## 9.2. Treningstider

Dag	Offisielle treninger	Andre treningstider
Fredag 12/9		Hele dagen
Lørdag 13/9	07:00-08:50 11:30-12:10	
Søndag 14/9	07:00-08:50 11:05-11:40	

Regler for trening i løypa:

- På offisiell trening skal startnummer være montert på sykkelen.
- Det er ikke lov å sykle i løypa mens rittet pågår, det gjelder uansett hvilken klasse som sykler. Brudd på regelen vil medføre diskvalifikasjon.
- All trening i de offisielle treningstidene skal skje i fartsretningen.
- Det er ikke lov å endre løypa, for eksempel flytte merkebånd/sperring eller grave/flytte deler av bygde elementer. Brudd på regelen fører til at rytteren bortvises fra løypa og eventuelt diskvalifiseres.
- Vis hensyn til turgåere.
- All trening skjer på eget ansvar.

Løypene skal, om mulig, være grovmerket senest fredag uka før rittet og skal være ferdig merket senest to dager før første rittdag.

## 9.3. Lagledermøter

Lagledermøte blir avholdt i hallen (se arena kart)

Dag	Tid
Lørdag 13/9	11:30
Søndag 14/9	11:30

## 9.4. Brikkesjekk før start

Brikkesjekk gjennomføres ved avhenting av startnummer i sekretariatet.

## 9.5. Utstyrsjekk

Ryttere har selv ansvar for å stille med godkjent hjelm, sykkel og drakt. UCI/NCFs kommissær 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. Vekter er tilgjengelig på arenaen for kontrollveing av sykkelen på egen hånd.

Sjekk den registrerte drakten for din klubb på <https://www.dommeroppsett.info>



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 9.6. Opprop før start

Rytterne ropes opp for oppstilling til start tidligst 10 minutter før start. Nærmere beskjed blir gitt på lagledermøtet. Varsel om opprop vil bli gitt 5 minutter før oppropet begynner. Rytterne har selv ansvar for å møte til oppropet. Kommer de for sent, får de ikke startposisjon i henhold til startnummeret sitt. Evt. annen informasjon vedrørende opprop blir gitt på lagledermøtene.



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 9.7. Kjøreplan for XCO lørdag 13/9-25

Klasse	Starttid	Løype	Løype- lengde	Runder	Km totalt	Forventet vinnertid	Vinner i mål	Premie- seremoni
<b>Trening i løypene til kl 08:50</b>								
K/M 6-9	09:00	Orang e	1,6	1	1,6	0:10	09:10	09:40
K/M 10	09:10	Grønn	2,5	1	2,5	0:15	09:25	09:55
M 11-12	09:30	Grønn	2,5	2	5	0:25	09:55	10:25
K 11-12	09:33	Grønn	2,5	2	5	0:30	10:03	10:30
M 13-14	10:05	Blå	3,8	2	7,6	0:30	10:35	11:05
K 13-14	10:08	Blå	3,8	2	7,6	0:35	10:40	11:10
M 15-16	10.30	Rød	4,7	3	14,1	0:55	11:25	12:00
<b>Pause fra 11:30-12.15 Trening i løypa fra 11:30- 12:10</b>								
M Elite	12:15	Rød	4,7	6	28,2	01:25	13.40	14:00
M Junior	12:20	Rød	4,7	4	18,8	01:12	13:32	14:00
K Elite	13:40	Rød	4,7	4	18,8	01:20	14:00	14:30
K Junior	13:40	Rød	4,7	3	14,1	01:10	14:50	15:20
K 15-16	13:40	Rød	4,7	2	9,4	00:50	14:30	15:00
K Master (30-34) - (35-39) -(40-44)- (45-49)- (50-54) (55-59)- 60+	13:40	Rød	4,7	2	9,4	00:50	14:30	15:00
K Sport 17+	13:45	Rød	4,7	2	9,4	01:00	14:45	15:15
M Master (30-34) (35-39) - (40-44)- (45-49)- (50-54) (55-59)- 60+	14:55	Rød	4,7	3	14,1	01:00	15:55	16:20
M Sport 17+	14:55	Rød	4,7	2	9,4	00:50	15:40	16:10

NB!! Endringer kan forekomme. Evt endringer vil bli gjennomgått på lagledermøtet.



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 9.8. Kjøreplan for XCC søndag 14/9-25

Klasse	Start	Løype	Runde- lengde	Antall runder	Lengde totalt	Antatt vinnertid	Vinner i mål ca kl	Premie- seremoni
<b>Trening i løypene frem til kl 08:50</b>								
<b>K/M 6-7</b>	<b>09:00</b>	<b>Gul</b>	<b>970m</b>	<b>1</b>	<b>970m</b>	<b>0:06</b>	<b>09:06</b>	<b>09:35</b>
<b>K/M 8-9</b>	<b>09:15</b>	<b>Gul</b>	<b>970m</b>	<b>2</b>	<b>1,9</b>	<b>0:10</b>	<b>09:25</b>	<b>09:55</b>
<b>K/M 10</b>	<b>09:30</b>	<b>Gul</b>	<b>970m</b>	<b>2</b>	<b>1,9</b>	<b>0:08</b>	<b>09:38</b>	<b>10:10</b>
<b>K/M 11-12</b>	<b>09:45</b>	<b>Gul</b>	<b>970m</b>	<b>3</b>	<b>2,9</b>	<b>0:15</b>	<b>10:00</b>	<b>10:30</b>
<b>K 13-14</b>	<b>10:05</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>2</b>	<b>3,4</b>	<b>0:15</b>	<b>10:20</b>	<b>10:50</b>
<b>M 13-14</b>	<b>10:25</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>2</b>	<b>3,4</b>	<b>0:12</b>	<b>10:37</b>	<b>11:10</b>
<b>M 15-16</b>	<b>10:40</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>5</b>	<b>8,5</b>	<b>0:25</b>	<b>11:05</b>	<b>11:30</b>
<b>Pause 11:30-11.45 Trening i løypa 11:05-11.40</b>								
<b>M Elite</b>	<b>11:45</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>6</b>	<b>10,2</b>	<b>0:24</b>	<b>12:09</b>	<b>12:40</b>
<b>M-Junior</b>	<b>12:15</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>5</b>	<b>8,5</b>	<b>0:20</b>	<b>12:35</b>	<b>14:05</b>
<b>K-Elite</b>	<b>12:45</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>5</b>	<b>8,5</b>	<b>0:25</b>	<b>13:10</b>	<b>13:40</b>
<b>K Junior</b>	<b>13:15</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>4</b>	<b>6,8</b>	<b>0:22</b>	<b>13:37</b>	<b>14:10</b>
<b>K 15-16</b>	<b>13:15</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>4</b>	<b>6,8</b>	<b>0:24</b>	<b>13:39</b>	<b>14:10</b>
<b>K Master 30-34 – 80+</b>	<b>13:15</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>4</b>	<b>6,8</b>	<b>0:25</b>	<b>13:40</b>	<b>14:10</b>
<b>K Sport 17+</b>	<b>13:15</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>4</b>	<b>6,7</b>	<b>0:25</b>	<b>13:40</b>	<b>14:10</b>
<b>M-Master</b>	<b>13:45</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>4</b>	<b>6,8</b>	<b>0:22</b>	<b>14:07</b>	<b>14:30</b>
<b>M Sport 17+</b>	<b>13:45</b>	<b>Rød</b>	<b>1,6</b>	<b>4</b>	<b>6,8</b>	<b>0:22</b>	<b>14:07</b>	<b>14:30</b>

**NB!! Endringer kan forekomme. Eventuelle endringer vil bli gjennomgått på lagledermøtet.**



**Aurskog  
SPAREBANK**

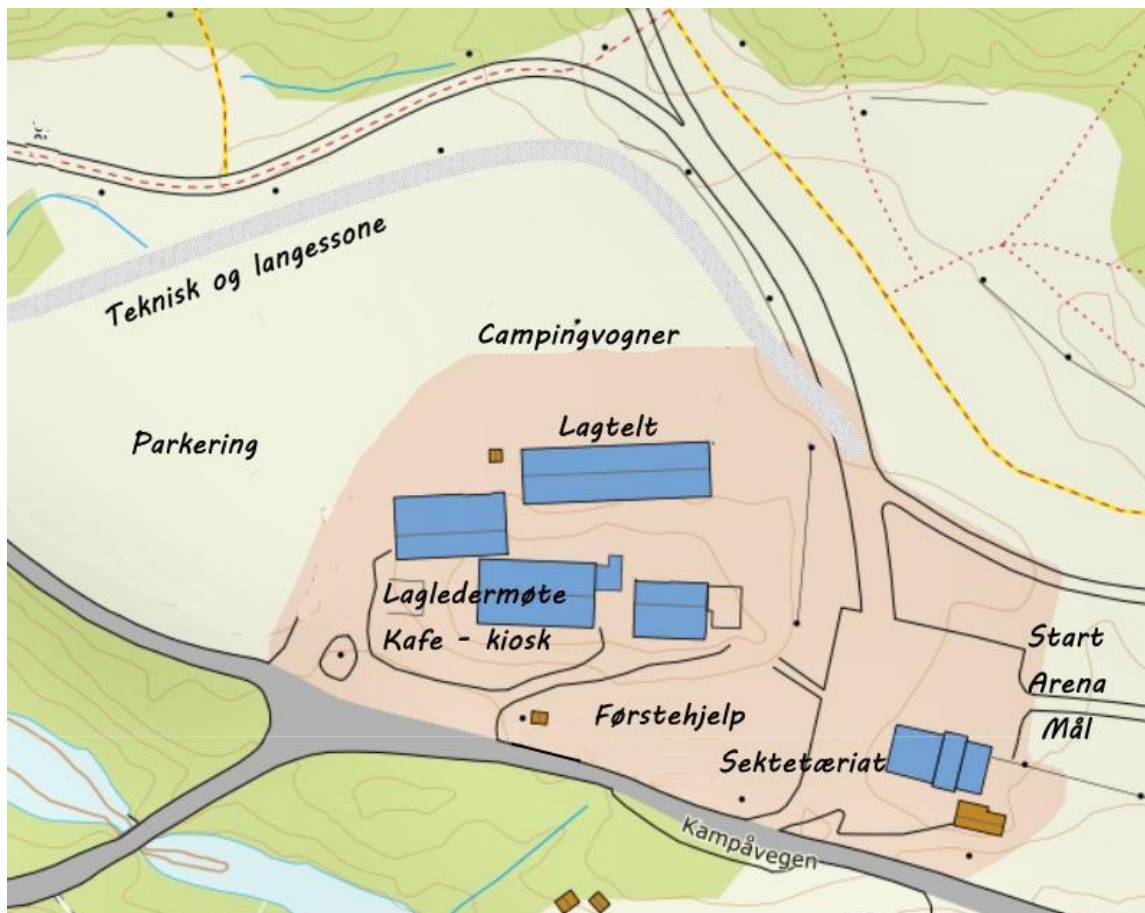
**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 10. ARENA OG LØYPER

### 10.1. Arenakart



#### Førstehjelp

Lege og helsepersonell er stasjonert på arena og i løypen under rittet. Disse vil bli tilkalt ved behov. Ryttere melder evt. ulykke til nærmeste løypevakt, som vil gi beskjed til helsepersonellet.

Dersom en rytter bryter, skal tidtager ved mål eller kommissæren gis beskjed så fort som mulig.

#### Garderobe og toaletter

Toaletter er tilgjengelig

#### Kiosk

Kiosk på arena med variert meny. Betaling med Vipps.



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



### Sykkelvask

Det er mulig å benytte sykkelvask.

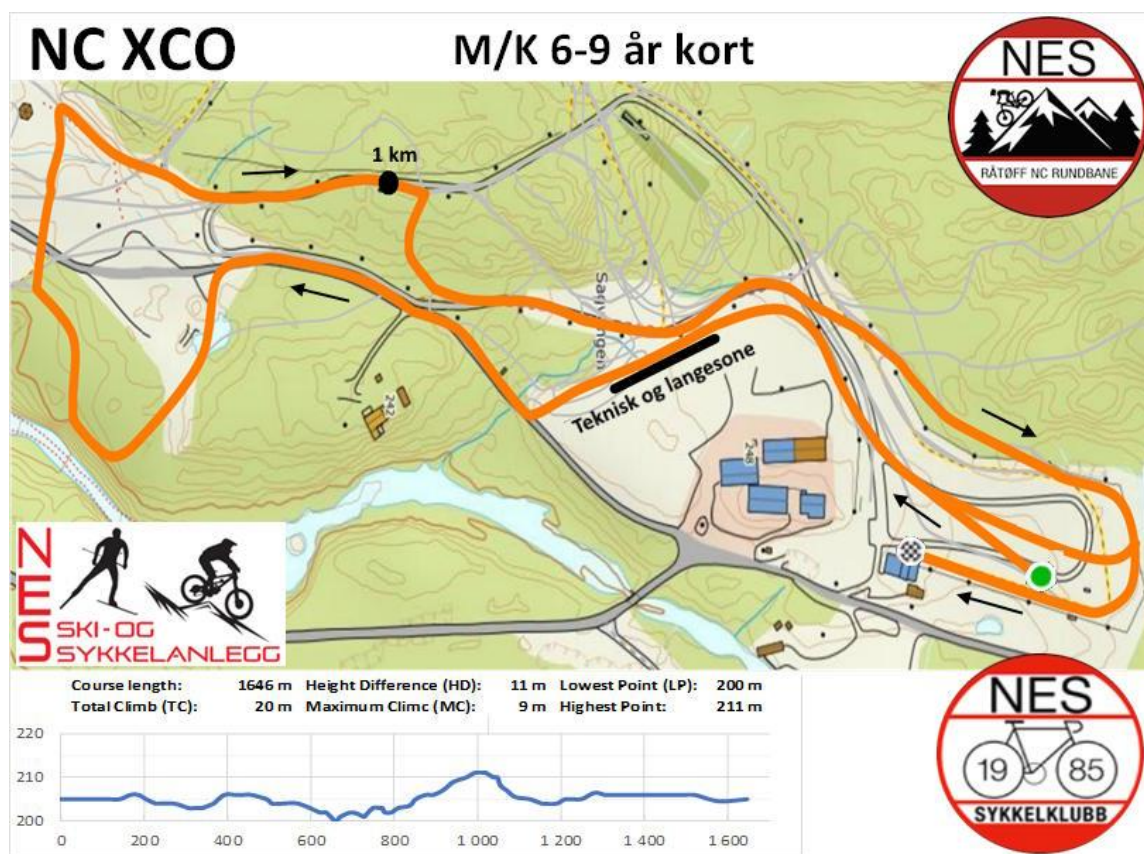
### 10.2. Teknisk- og langesone

Teknisk- og langesone i merket område (se løypekart) Beskrives nærmere, med tydelig illustrasjon. Det skal bæres klubb/teamtrøye i teknisk- og langesone for alle klasser. Publikum har ikke adgang til teknisk- og langesone.

**For å få tilgang til teknisk- og lange sone i NC-klassene, må det bæres akkrediteringskort.** Klasser som starter samtidig som NC-klassene må også ha akkrediteringskort for adgang til denne sonen.

Akkrediteringskort kvitteres ut i sekretariatet. Max 4 -5 stk pr lag/team. **Akkrediteringskort skal leveres inn etter rittet.**

### 10.3. Løypekart XCO





### NC XCO M/K 10-12 år

Course length: 2523 m    Height Difference (HD): 18 m    Lowest Point (LP): 196 m  
 Total Climb (TC): 54 m    Maximum Climb (MC): 8 m    Highest Point: 214 m

### JC XCO M/K 13-14 år

Course length: 3808 m    Height Difference (HD): 32 m    Lowest Point (LP): 196 m  
 Total Climb (TC): 116 m    Maximum Climb (MC): 21 m    Highest Point: 228 m



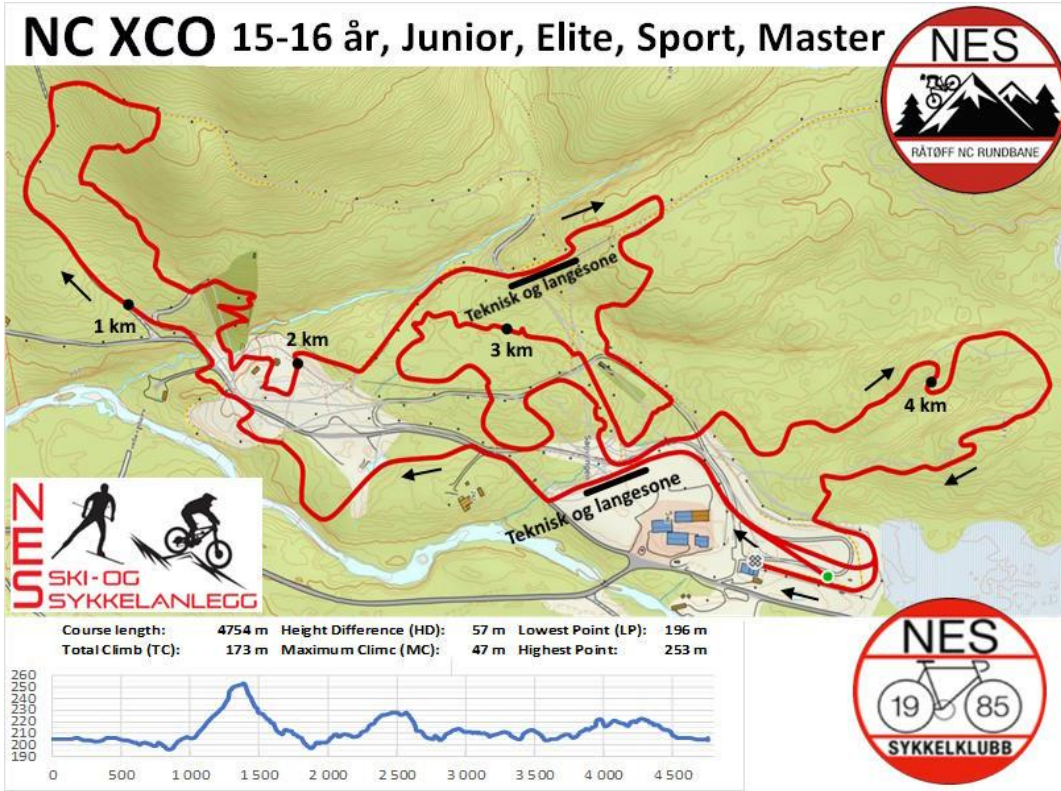
**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



# NC XCO 15-16 år, Junior, Elite, Sport, Master



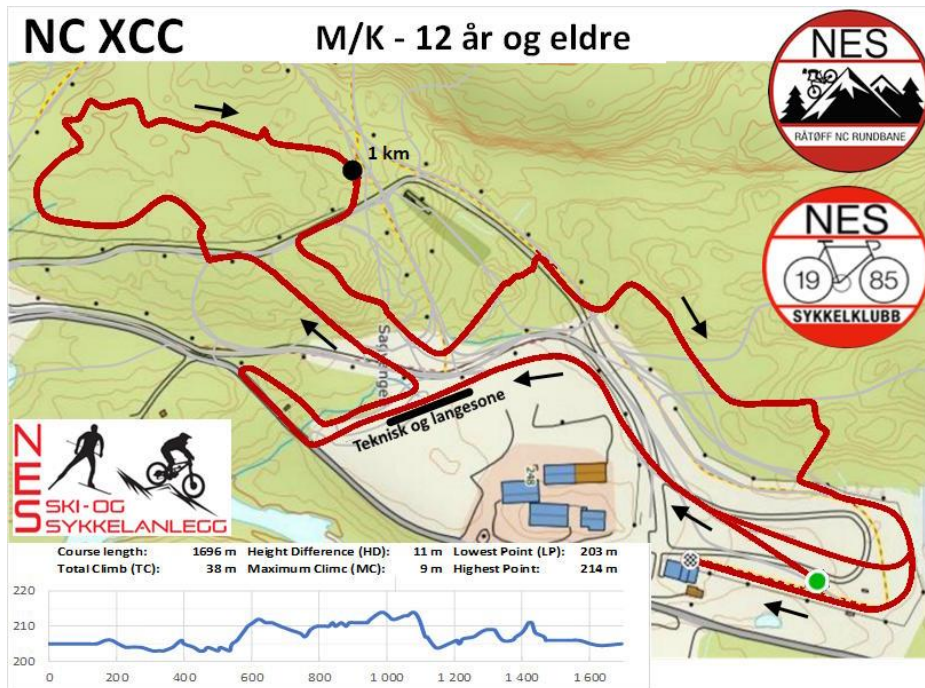
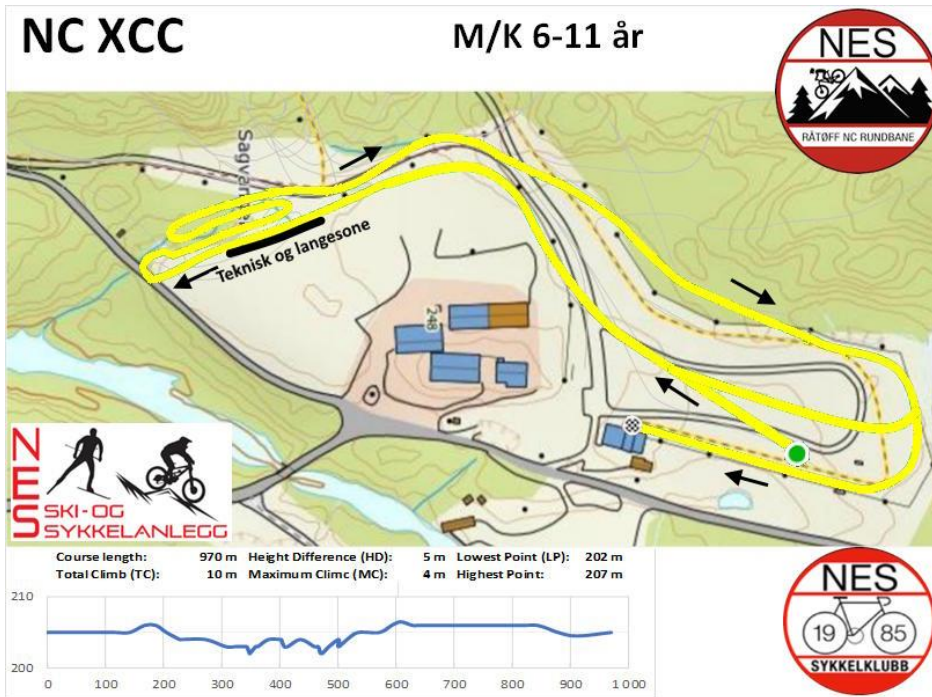
**Aurskog  
SPAREBANK**

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



10.4. Løypekart XCC



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 11. RESULTATER

---

Live resultatservice på [www.eqtiming.no](http://www.eqtiming.no). Evt. annen kilde.

## 12. POENG OG PREMIER

---

Premieutdelingen gjøres på arenaen, se Arenakart. Tidsplanen angir tidspunkt for premieutdeling for de respektive klassene.

### 12.1. XCO

#### 12.1.1. Norges Cup-klasser junior og elite

Norges Cup uten UCI-kategori har 1/3 premiering av antall påmeldte, rundes oppover der antall deltagere ikke er delelig med tre.

#### 12.1.2. Ungdomsklasser 13-16 år

1/3 premiering av antall påmeldte, rundes oppover.

Ryttere tildeles NCF rankingpoeng i henhold til NCF poengsystem for gjeldende rittkategori.

#### 12.1.3. Klasser 6-12 år

Full premiering.

#### 12.1.4. Master

1/3 premiering av antall påmeldte.

Ryttere tildeles NCF mastercup-poeng i henhold til NCF poengsystem for gjeldende rittkategori.

### 12.2. XCC

#### 12.2.1. Norges Cup-klasser junior og elite

Norges Cup uten UCI-kategori har 1/3 premiering av antall påmeldte.

#### 12.2.2. Ungdomsklasser 13-16 år

1/3 premiering av antall påmeldte.

Ryttere tildeles NCF rankingpoeng i henhold til NCF poengsystem for gjeldende rittkategori.

#### 12.2.3. Klasser 6-12 år

Full premiering.

#### 12.2.4. Master

1/3 premiering av antall påmeldte.

Ryttere tildeles NCF mastercup-poeng i henhold til NCF poengsystem for gjeldende rittkategori.



**Aurskog**  
SPAREBANK



Sport 1 Kløfta





## 13. PARKERING OG VEIBESKRIVELSE

### 13.1. Parkering

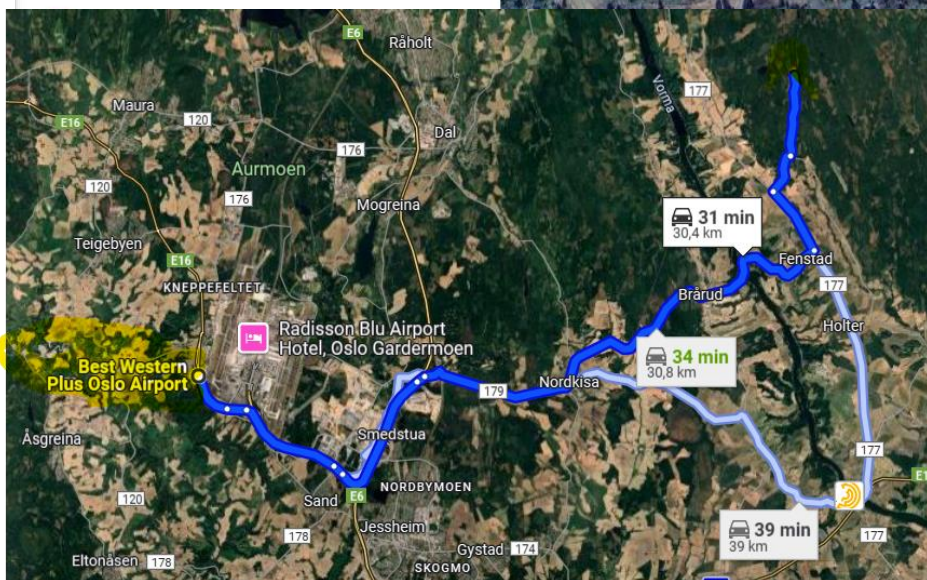
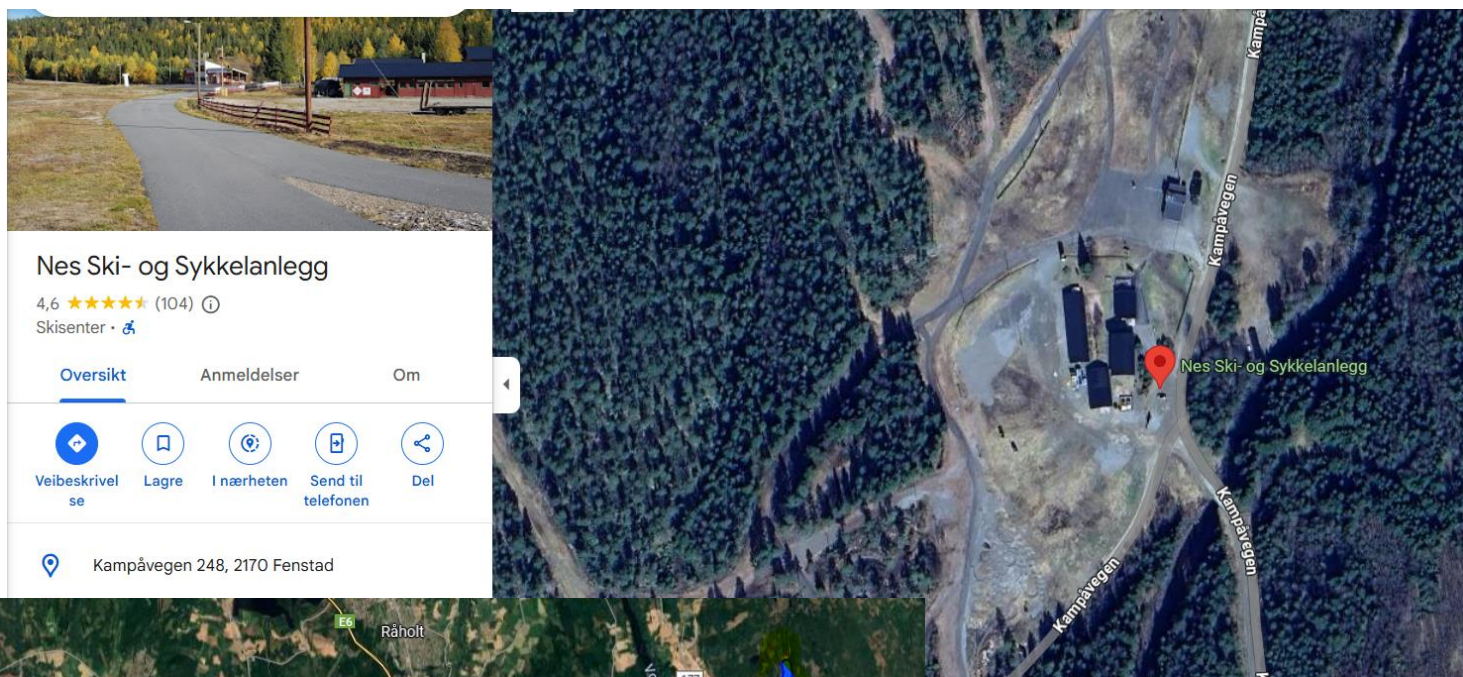
Det er mulighet for parkering i anlegget.

Kr 100,- pr dag. For hele helgen kr. 200- inkl fredag.

VIPPS 551144 Parkering

Du vil motta et parkeringsbevis ved ankomst.

### 13.2. Veibeskrivelse



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 14. INFORMASJON

Informasjon om rittet ligger på nettsiden: [www.nes-sykkelklubb.no](http://www.nes-sykkelklubb.no)

Denne invitasjonen ligger også der. Viktig informasjon om rittet, for eksempel endringer på tekniske soner eller antall runder som gjøres i dagen før rittet blir informert om på Facebook gruppen «Norges Cup Terreng Rundbane». Senere endringer blir opplyst på lagledermøtene.

Nyheter om rittet finner du både på nettsiden vår og på Facebook gruppen «Norges Cup Terreng Rundbane».  
<https://www.facebook.com/NCrundbane>

## 15. KONTAKTPERSONER

### 15.1. Arrangementskomiteen

Rolle	Navn	Email	Telefon
Rittleder	Roy Arne Andersen	<a href="mailto:royarne@online.no">royarne@online.no</a>	47262641
Løyper	Thomas Brenni	<a href="mailto:Thomasbrenni76@gmail.com">Thomasbrenni76@gmail.com</a>	94011239
Arena	Thomas Fjeldberg	<a href="mailto:thomas@signtext.no">thomas@signtext.no</a>	91805699
Marked og kommunikasjon	Rune Aaslund	<a href="mailto:raaslund@online.no">raaslund@online.no</a>	90163137
Sekretariat	Erling Jellum/ Ingvild Brenni	<a href="mailto:Erling.jellum@hotmail.com">Erling.jellum@hotmail.com</a> <a href="mailto:ingvildbrenni@outlook.com">ingvildbrenni@outlook.com</a>	90777112 97081460
Påmelding og resultater	Erling Jellum	<a href="mailto:Erling.jellum@hotmail.com">Erling.jellum@hotmail.com</a>	90777112
Tidtaking	Jostein Tofte		900 76 614
Kiosk	Vegar Johansen	<a href="mailto:vegar.johansen@avarnsecurity.com">vegar.johansen@avarnsecurity.com</a>	90529559
Premier	Grete Sjøli	<a href="mailto:grete.sjoli@yahoo.no">grete.sjoli@yahoo.no</a>	90956793
Lege	Fredrik Wehinger	<a href="mailto:Fredrik_rw@hotmail.com">Fredrik_rw@hotmail.com</a>	99587922

### 15.2. Kommissærer

Rolle	Navn	Klubb
PCP/Sjefskommissær - UCI	TBA	
MCP/Jurymedlem	Henning Andresen	Grenland SK
MCP/ Måldommer	TBA	
MCP/Ass Kommissær	Oppnevnes av region e. avtale med SK	



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



## 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.

<b>Arrangør</b>	<b>Rittets arrangør er Nes Sykkelklubb som er tilsluttet Norges Cykleforbund (NCF) og NIF.</b>
<b>Forsikringer</b>	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.
<b>Tillatelser</b>	Rittet har innhentet nødvendige tillatelser hos: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Grunneiere</li> </ul>
<b>Varsling</b>	Rittet er varslet omgivelsene ved: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nabovarsel</li> <li>• Pressedekning</li> <li>• Sosiale medier</li> <li>• Oppslag</li> </ul>
<b>Regler</b>	Rittet følger NCF sine lover og regler for gjennomføring av ritt. Rittet er pålagt å følge trafikkreglene, og alle vegkryssinger blir håndtert av kvalifisert/kurset personell  Sjefskommissær har det øverste ansvaret for gjennomføringen av konkurransen.
<b>Sanitet</b>	Det er 1 lege, 1 sykepleier og ambulansepersonell til stede.
<b>Sikkerhetsansvarlig</b>	Erling Jellum 90777112
<b>Prosedyre ved ulykker</b>	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.
<b>Vakthold</b>	Løpevakter er satt ut ved kritiske punkter i løypa. Vi har ca 20 løpevakter. Vaktens oppgave er å holde uvedkommende unna løypa og varsle ulykker og tilkalle hjelp. Det er <u>rytterens egen plikt</u> å vite hvor løypa går og hvor mange runder som skal kjøres.
<b>Økonomi</b>	Deltageravgiften dekker kostnader ved blant annet ovennevnte tiltak, samt kommisærer, arenautstyr, tidtaking, premier osv. Eventuelt overskudd av arrangementet tilfaller klubbens satsing på: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Barn og ungdomstiltak i klubben</li> <li>• Ytterligere styrking av rittets bærekraft og kvalitet</li> </ul> Klubben og arrangementet er for øvrig drevet på frivillig innsats.



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**



Norges Cykleforbund

## 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 - husk at dette er frivillig arbeid. Tilby gjerne din hjelp

**Fair play handler om hvordan vi alle oppfører oss mot hverandre, både på og utenfor arenaene og løypene.**



**Aurskog**  
SPAREBANK

**sport 1**  
Sport 1 Kløfta

**sign text**