



## Et gøyalt turritt for alle damer/jenter

### LØYPELENGDER

19 km: 2 runder (11.5 og 7.5 km)

33 km: 4 runder (11.5, 7.5, 7.5 og 7.5 km)

### STARTKONTINGET

kr. 350,- + kr 15,- i adm gebyr ved påmelding frem til og med 06.08.2016

Kr. 500,- + kr. 15,- i adm.gebyr i perioden 07.08.2016 til en halv time før start 20.08.2016

Det blir trukket ut deltagere som får gratis kontingent, helt frem til august.

### LISENS

Deltakerne må enten ha helårslisens eller engangslisens gjennom Norges Cykelforbund.

### PÅMELDING

Påmelding gjøres via "[Min Side](#)" hos EQ Timing

### BILDER

Alle som deltar på rittet vil kunne laste ned bilder en side på nettet – bilde tjenesten er gratis.

### FELLESTRENINGER I LØYPA

- Onsdag den 15. juni, oppmøte kl 1800 på MIF hytta.
- Tirsdag den 21. juni, oppmøte kl 1800 på MIF hytta.
- Mandag den 15. august, oppmøte kl 1800 på MIF hytta.

Følg med på [Facebook](#)

Strava segment for [lang 11.5 km](#) og kort [runde 7.5 km](#) ligger ute og kan lastet ned.

### OVERNATTING

**Comfort Hotell** Union Brygge, Drammen [www.nordicchoicehotels.no](http://www.nordicchoicehotels.no)

Andre overnattingsforslag:

[Clarion Collection Hotel Tollboden, Drammen](#)

[Hokksund Camping, Sanden hotell](#)

### STED / ARENA

Startområdet er på MIF hytta i Mjøndalen, Nedre Eiker Kommune se [Link](#)

## **PARKERING**

Det er parkeringsplasser i umiddelbar nærhet av både start og målområdet.

## **RITTKONTOR OG STARTNUMMER**

Rittkontoret er på arenaen på MIF hytta. Her avhentes startnummer og tidtakerbrikke.

Rittkontoret åpner 08:00 på rittdagen.

Deltagerne er selv ansvarlig for å hente ut startnummer og tidtakerchip i tide.

Deltagerne kan bli krevd legitimasjon ved avhenting startnummer og lisens sjekk.

## **TIDTAKERBRIKKER**

Det benyttes engangs tidtakerbrikker fra EQ Timing.

## **RITTREGLER**

Rittet følger reglene i NCF sitt reglement for turritt. Godkjent hjelm er påbudt. Alle ryttere sykler på eget ansvar og skal følge arrangørens anvisninger. Vi regner det som en selvfølge at du bruker hjelm også når du besiktiger, trener, og varmer opp. Det er alltid risiko for uhell og sammenstøt. Hjelm beskytter. Vi ber dere, om å ta hjelmb Bruken alvorlig.

Rypejakta 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.

## **TRENING I LØYPA**

Trening og oppvarming kan skje i løypa fem til kl. 08.30 på rittdagen, og all trening skal foregå i fartsretningen.

Det er ikke lov å varme opp, trene el. sykle i den del av løypa hvor rittet pågår.

All trening skjer på eget ansvar.

## **DRIKKESTASJONER**

Ved hver passering av MIF hytta for hver runde.

## **TEKNISK SERVICE**

Det finnes teknisk service flere steder i løypa, og vil være til bruk for alle ryttere.

## **GARDEROBER og SYKKELVASK**

Garderobe med dusj, samt toaletter finnes på MIF-hytta, og er åpent på rittdagen.

Garderobene er

ubetjente, og vi fraråder derfor å oppbevare verdisaker o.l. i garderoben..

Sykkelvask på arena.

## **FØRSTEHJELP**

Røde Kors er stasjonert på arena og i løypa under rittet og 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.

## **MATSERVERING**

Alle deltakere som fullfører rittet får mat servert etter målgang.

## **PREMIERING**

Premier i lang og kort runde:

1. plass
2. plass
3. plass

Det vil bli uttrekkspremier på startnummer.

Uavhentede premier ettersendes ikke.

## **BAKGRUNN**

Rypejakta er et ritt for damer/jenter av menn i Eiker CK. Dette er et lav terskel terrengritt for alle damer. Rittet er enkelt og er delt i to alternativer lang og kort. Rittet er omtalt på [Terrengsykkel.no](http://Terrengsykkel.no) som er morsomt og fint ritt for damer. Det er for de damene som synes det er skummelt og eller plagsomt å bli meid ned av en ivrig mann på 40 + 😊.

### **Når blir løypa merket?**

Vi merker løypa dagen før arrangementet. De som ønsker å gjøre seg kjent i traseen henvises til kart på nettsiden samt fellestreningene. I tillegg kan du laste ned Strava segment for **lang 11.5 km** og kort **runde 7.5 km**.

## **PERSONOPPLYSNINGER**

Ved påmelding godkjenner man automatisk at informasjon knyttet til deltakerens navn, klasse, klubb og passeringer legges ut på internett.

Påmelding innebærer også samtykke i at bilder av deg kan bli lagt ut på våre hjemmesider, og andre sosiale nettsteder som Facebook, Instagram, mm. Bildene vil også bli lagt i vårt fotoarkiv og kan bli gjenstand for gjenbruk av arrangøren eller tredjepart i forbindelse med våre internettsider, nyhetsmailer, reportasjer, annonser og med mer

## **FORSIKRING – ANSVAR**

Alle deltagere deltar på eget ansvar og de er pålagt å følge gjeldene lover for trafikk på allmenn vei, og arrangørens anvisninger i løypa.

Det er ikke lov å delta under en annen persons navn.

Sykkelparkering, sykkelvask er gratistjenester. Å benytte disse tjenestene, skjer på deltakernes eget ansvar.

Utenlandske deltakere som ikke er medlem av norsk folketrygd (NAV), må selv sørge for egen forsikring før de starter. Det henvises til NSF/NCF sine nettsider for utfyllende opplysninger.

## **FORSØPLING**

Rypejakta ønsker å holde naturen ren og grunneiere blide, så hjelp oss med dette. Forsøpling uten for avsatt området kan medføre tilleggsgeld.

Det er ikke tillat å kaste søppel langs løypa. Slinger, dekk, gelposer, drikkeflasker etc medbringes til nærmeste «Drop-zone» eller til mål.

## **VÅRT KVALITETSLØFTE !**

Norges Cykelforbund 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.

## **FORMALIA**

**Arrangør** Rittets arrangør er **EIKER CYKLEKLUBB** som er tilsluttet Norges Cykelforbund (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.

**Tillatelser** Rittet har innhentet nødvendige tillatelser hos:

- Nedre Eiker Kommune
- Grunneiere

**Varsling** Rittet er varslet omgivelsene ved:

- Pressedekning
- Sosiale medier
- Oppslag

**Regler** Rittet følger NCF sine lover og regler for gjennomføring av ritt. Rittleder har det øverste ansvaret for gjennomføringen av konkurransen.

**Sanitet** Det er førstehjelpere / sanitet tilstede. VestViken 110 er varslet om arrangementet.

## **Sikkerhetsansvarlig**

Vidar Uthne tlf. 970 930 84

## **Prosedyre ved ulykker**

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.

**Vakthold**

Løypevakter er satt ut ved kritiske punkter i løypa.

Vi har ca. 15 -20 løypevakter.

Vaktens oppgave er å holde uvedkommende unna løypa og varsle ulykker og tilkalle hjelp.

Det er rytterens egen plikt å vite hvor løypa går og hvor mange runder som skal kjøres.

**Økonomi**

Deltageravgiften dekker kostnader ved blant annet ovennevnte tiltak, samt arenautstyr, tidtaking, premier osv.

Overskudd av arrangementet tilfaller klubbens satsing på:

- Utvikling av klubben
- Ytterligere styrking av rittets bærekraft og kvalitet

Klubben og arrangementet er for øvrig drevet på frivillig innsats.

