

### 3.8 CYKLING

#### UDSKRIVNING AF LØB

Afdelingen udskriver normalt 2-3 landevejsløb om året, hvoraf det ene afholdes som Jernbanemesterskab. Af praktiske grunde vil løbene normalt blive indlagt i etablerede motionsløb, dog tilstræbes det at Jernbanemesterskabet indlægges i et mere konkurrencepræget løb.

Afdelingen kan udskrive 1-2 konkurrencer i duathlon. Af praktiske grunde vil konkurrencerne normalt blive indlagt i eksterne arrangementer. I tilfælde af, at en konkurrence planlægges gennemført i Jernbanefritids eget regie, vil planlægning og gennemførelse ske i samarbejde med afdelingen Løb & Motion.

Ved de enkelte løb kan afdelingen udover den individuelle konkurrence udskrive en holdkonkurrence efter nærmere bestemmelser.

Afdelingen kan derudover udskrive et Jernbanemesterskab i Enkeltstart.

#### Løbsleder

Afdelingens løb ledes af afdelingens leder eller en af ham udpeget stedfortræder.

#### Klasseinddeling

Løbene udskrives med følgende aldersklasseopdeling for både damer og herrer på de enkelte distancer i det pågældende løb.

Børn:	Op til og med det år man fylder 13 år
Senior:	Fra og med det kalenderår man fylder 14 år
Klasse 40:	Fra og med det kalenderår man fylder 40 år
Klasse 50:	Fra og med det kalenderår man fylder 50 år
Klasse 60:	Fra og med det kalenderår man fylder 60 år
Klasse 70:	Fra og med det kalenderår man fylder 70 år

Der kåres en jernbanemester i hver aldersklasse.

Åben klasse kan etableres for ikke medlemsberettigede i Jernbanefritid

Deltagerne er frit stillet med hensyn til at stille op i en yngre klasse, end deres alder tilsiger.

Der skal stille mindst 2 deltagere til start for at en klasse gennemføres.

Med henblik på, at minimere antallet af deltagere der kommer til at køre uden for konkurrence som følge af for få startende deltagere i en klasse, sammenlægges klasser med mindre end 2 (dvs. kun 1) startende efter følgende regler:

1. En klasse, der som udgangspunkt har mindst 2 startende, må ikke rykkes ned i en yngre klasse. Klassen er åben for deltagere i ældre klasser, som ikke kan opfylde kravet om mindst 2 startende.

2. Klasser, der ikke opfylder kravet om mindst 2 startende rykkes ned i en yngre klasse indtil kravet om mindst 2 startende er opfyldt, jf. nedenstående kriterier. En klasse, der efter sammenlægning er nået op på 2 startende kan ikke rykkes yderligere ned i aldersklasse, jf. pkt. 1.

Sammenlægningen af klasser foretages i omvendt aldersmæssig rækkefølge. Dvs. at sammenlægningen starter med at rykke den deltager, som er tilmeldt den ældste aldersklasse, hvor der er mindre end 2 deltagere (dvs kun 1), ned i nærmeste 'aktive' yngre klasse.

Samme øvelse gentages for den ældste klasse hvor der nu er mindre end 2 (dvs kun 1) deltagere, indtil det ikke længere er muligt at komme op på minimum 2 deltagere i en aldersklasse.

Hvis der er få tilmeldinger til en specifik distance ved et løb, kan afdelingsledelsen beslutte, at der uanset alder og køn kun køres i én klasse på den pågældende distance.

Hjemmeboende børn - jfr. Jernbanefritids vedtægter § 4.3.1 samt bilag 2 til disse - kan deltage i afdelingens seniorklasser.

### **Holdkonkurrence**

Når der udskrives en holdkonkurrence i et landevejsløb fastlægger afdelingen på forhånd, på hvilken distance holdkonkurrencen afvikles.

For at holdkonkurrencen gennemføres, skal der mindst stille 3 hold til start.

### **Tidtagning**

Afdelingsledelsen afgør i hvert enkelt løb, om placeringerne afgøres efter netto- eller bruttotider. Det afhænger af, hvad der er praktisk muligt i det enkelte tilfælde. Hvis det er praktisk muligt bør bruttotider vælges ved mesterskabsløb. I enkeltstartsløb giver det sig selv.

### **Præmier**

Afdelingsbestyrelsen fastsætter præmiestørrelse og antal ud fra normale principper i Jernbanefritid.

Vandrepræmier kan kun udsættes efter aftale med bestyrelsen, og denne fastsætter betingelserne for erhvervelse.

### **Repræsentative hold**

Afdelingens bestyrelse udtager deltagerne til repræsentative hold.

## **Rytteren**

Rytteren møder til start i passende påklædning.

Rygnummer skal bæres iht. reglerne for det pågældende løb.

Hjelm er obligatorisk i alle klasser og skal bæres under hele løbet. Manglende hjelm medfører diskvalifikation.

## **Cyklen**

### Landevejsløb

Racercykler skal opfylde kravene i Danmarks Cykle Union's reglement, og der må derfor bl.a. ikke anvendes triathlonstyr.

MTB er tilladt og skal opfylde kravene i Danmarks Cykle Union's reglement.

Almindelige cykler er tilladt og skal opfylde færdselslovens krav.

### Enkeltstart

Cyklen skal opfylde kravene i Danmarks Cykle Union's reglement.

### Duathlon

Den aktive kan vælge at benytte almindelig racercykel, jf. ovenfor eller specialcykel, der opfylder kravene i Dansk Triathlonforbund.

## **Løbsafviklingen**

### Jernbanemesterskab i landevejsløb og enkeltstart.

Rytteren skal overholde færdselsloven, hvis ikke der helt eller delvis gælder særlige trafikale regler for det pågældende løb.

Rytteren skal uden tøven efterkomme enhver henvisning eller andet fra løbsledelse, officials eller politi.

Rytteren må kun benytte officiel service under løbet.

Rytteren skal således selv medbringe forplejning og evt. benytte officielle depoter.

Afhjælpning af defekter skal enten ske af rytteren selv eller ved officiel service.

Ingen ryttere må hjælpe hinanden.

Det er ikke tilladt at have egen ledsagevogn eller på anden måde egen service. Rytteren skal køre på en sådan måde, at hans kørsel ikke er til fare for andre ryttere eller hindrer eller generer deres kørsel i væsentligt omfang, ligesom hans kørsel ikke kan skønnes at tilsigte at forvanske resultatet.

### Øvrige løb.

Ovenstående gælder også ved øvrige løb med den undtagelse, at det her er tilladt at modtage assistance fra andre ryttere ved defekt eller andet.

### **Distancer**

Det skal tilstræbes, at der ved hvert løb - bortset fra mesterskabsløbene - er distancer for enhver smag, således at supermotionisten, den almindelige motionist og familien med børn alle kan få deres lyst og behov dækket.

### **Jernbanemesterskab på Landevej**

Distancen skal normalt være min. 100 km og maks. 135 km.

Det bør tilstræbes at afvikle Jernbanemesterskab på Landevej i et mindre men konkurrencepræget løb, hvor det er muligt at etablere samlet start for Jernbanefritids deltagere.

### **Jernbanemesterskab i Enkeltstart**

Distancen skal normalt være min. 20 km og maks. 35 km. Startrækkefølgen fastsættes af løbsledelsen ved seedning. Rytteren skal være klar senest 5 minutter før start.

Rytteren skal starte fra stillestående position. Han kan holdes og frigøres, uden skub, af en holder. Den samme holder, udpeget af løbsledelsen skal holde samtlige ryttere i samme klasse.

Rytteren skal starte under starterens kommando efter hans nedtælling. Hvis en rytter kommer for sent vil hans tid blive beregnet fra den fastlagte starttid.

Der køres efter 25 m reglen, dvs:

Ingen ryttere må tage føringer eller pace, hverken frivilligt eller ufrivilligt. Ved pace forstås enhver situation, hvor 25-meter reglen ikke overholdes.

Forbikørsel skal ske med mindst 2 meters sideværts afstand hvis det er muligt.

Efter 1 km skal rytteren som blev indhentet være mindst 25 meter bag den anden.

Hvis det er nødvendigt skal officials tvinge rytterne til at overholde de 2 hhv. 25 meter.

Jernbanemesterskabet kan også afvikles indendørs, i et lokale der er egnet til dette, med spinningcykler eller x-trainer/simulator. Her gælder "husets" regler, der hvor man lejer sig ind.

## Overtrædelser

Overtrædelse af løbets regler kan medføre straf i varierende grad

- Advarsel
- Deklassering eller idømmelse af tidsstraf
- Diskvalificering

Det er løbsledelsen eller en evt. udpeget jury, der idømmer straf.

Den hårdeste straf, diskvalificering, kan bl.a. komme på tale ved:

- Særligt risikobetonede overtrædelser af færdselsloven, f.eks. overkørsel for rødt lys passage eller forsøg herpå af jernbaneoverskæring, hvor bommene er nede eller på vej ned eller anden advarselgivning er påbegyndt osv.
- Særlig risikobetonet eller usportslig kørsel over for de andre ryttere.