



INVITASJON



Har gleden av å invitere til

Regionsmesterskap Sør - Grimstad

31. august – Temporitt, Landvik.

01. september – Fellesstart, Bergmoen.



Grimstad Sykleklubb har gleden av å invitere til Regionsmesterskap for Region Sør helgen 31. august og 1. september 2019. Sykkelrittet er åpent for alle syklister eldre enn 10 år som sogner til regionen sør.

Påmeldingsinformasjon

Påmelding skjer via EQ-timing innen 24.08.2019. Det er separate påmeldinger for tempo og fellesstart.

Startkontingenter: 10-16 år 200kr, junior, senior og master 300kr

Startnummere

Utdeling av startnummere lørdag på lagledermøte. Nummerne plasseres på høyre side begge dager.

Lisens

Alle ryttere over 12 år må løse lisens. Ryttere under 13 år er forsikret gjennom NIF's barneidrettsforsikring. Lisenskontroll ved avhenting av startnummer.

Premiering

Full premiering i klasser opp til 12 år. Øvrige klasser: Pallpremiering.

Utdeling skjer fortløpende etter at resultater er godkjent av jury.

M/K 10-12 blir resultatene opplyst etter startlisten.

Andre klasser premieres det i henhold til NCF reglement.

Rittreglement

1. NCF sitt reglement for sykkelritt gjelder for gjennomføringen av Regions Mesterskapet.
2. Løypene er ikke sperret for trafikk, så trafikkreglene gjelder.
3. Hjelm er påbudt og skal alltid brukes, også utenom ritt.
4. Det vil bli gjennomført gir- og vektkontroll
5. Ryttere skal ikke passere mållinjen når de ikke kjører ritt. Ingen oppvarming i løypa.
6. Det er kun tillat med langing for menn senior.
7. Klubbene avtaler selv servicekjøring på fellesstarten.
8. Rytteren må skrive seg inn på fellesstarten
9. Brudd på reglene av deltakere, lagledere eller hjelpere kan føre til advarsler, tidsstraff, bøter eller diskvalifisering. Det er kommisærene som tar avgjørelser knyttet til advarsler, tidsstaff, bøter og diskvalifisering.

Garderober begge dager er ved Naturmurhallen (ved Landvik skole).

Program:

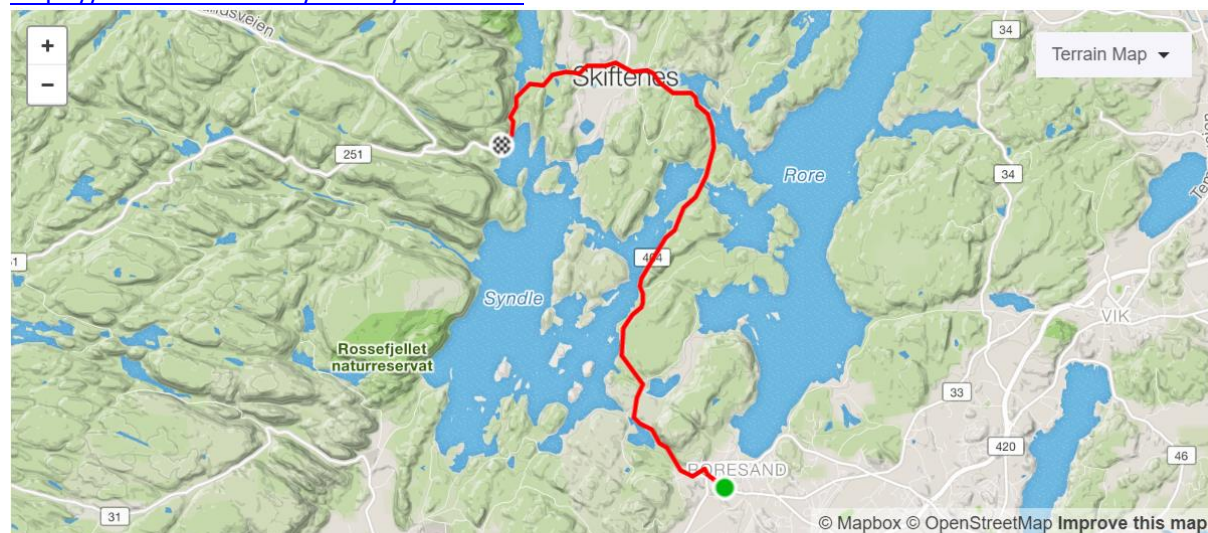
Lørdag 31.08., kl. 11.00:	Lagledermøte,	Sparebank Sør Amfi Grimstad (Terje Løvåsvei 10, Grimstad)
Lørdag 31.08., kl. 14.00:	Tempo	Start og mål ved Resvik barnehage (Gjærbrøndveien 284, Grimstad)
Søndag 01.09., kl. 09.00:	Fellesstart	Start og mål ved TR Båt og Fritid (Reddalsveien 65, Grimstad)

Tempo, Landvik, lørdag 31. august.

Start kl.14.00. fra Resvik Barnehage (Gjærbrøndveien 284) – løypa følger RV 404 nordover

Klasser	Vending	Distanse
M10, K10	2,5 km	5 km
M11-12, K11-12, M13-14, K13-14, K15-16, K junior	5 km	10 km
M15-16, M junior, M master, K master, M senior, K senior	10 km	20 km

<https://www.strava.com/routes/19052650>



Arena:



Fellesstart, Bergmoen, søndag 1. september.

Første start kl. 09:00 ved TR Båt og Fritid (Reddalsveien 65). Rittet vil bli syklet i en lang runde på om lag 40 kilometer og en kort på om lag 5, 5 kilometer.

Den lange runden er en spektakulær løype i naturskjønne omgivelser. Løypa inneholder kraftige stigninger (ei kneik på 4 kilometer med opptil 10% stigning), et parti på 8 km med grus, flere raske partier og et oppløp opp Prestegårdsknekkeren.

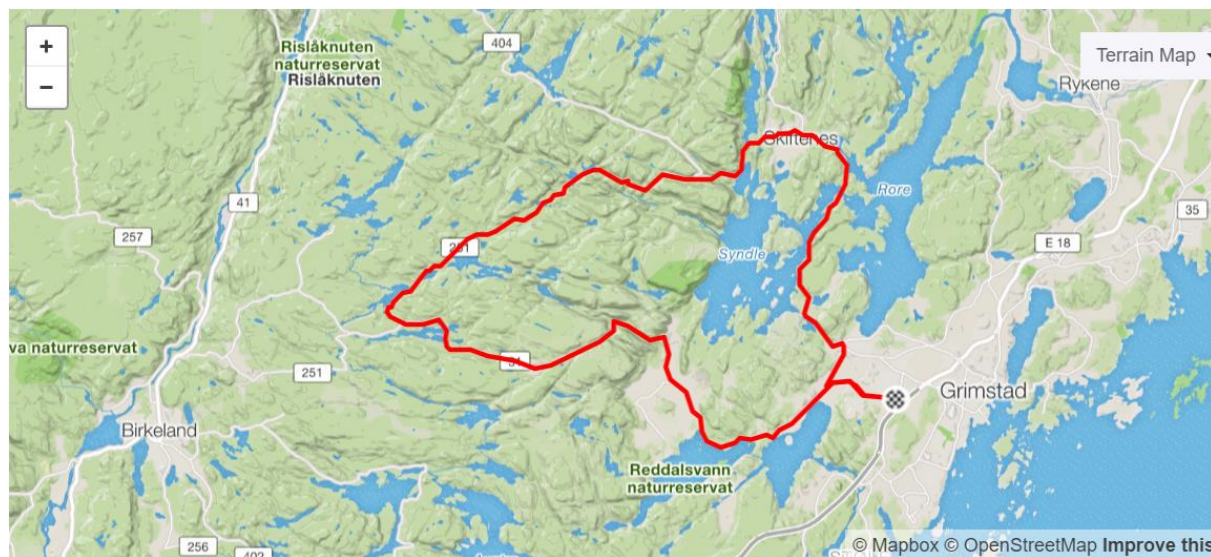
Den korte runden er den tradisjonelle Landvik løypa, men motsatt vei.

Starttider og distanser:

Start	Klasse	Kort runde	Lang runde	Distanse	Mål
09:00	M15-16, K-junior, K-senior og K-master		2	80	11:30
09:03	M13-14, K 13-14 og K 15-16		1	40	10:25
09:05	M11-12, K 11-12	4		22	09:50
09:05	M 10, K 10	2		11	09:30
12:00	M-senior		3	120	15:30
12:05	M-junior og M-master		2	80	14:20

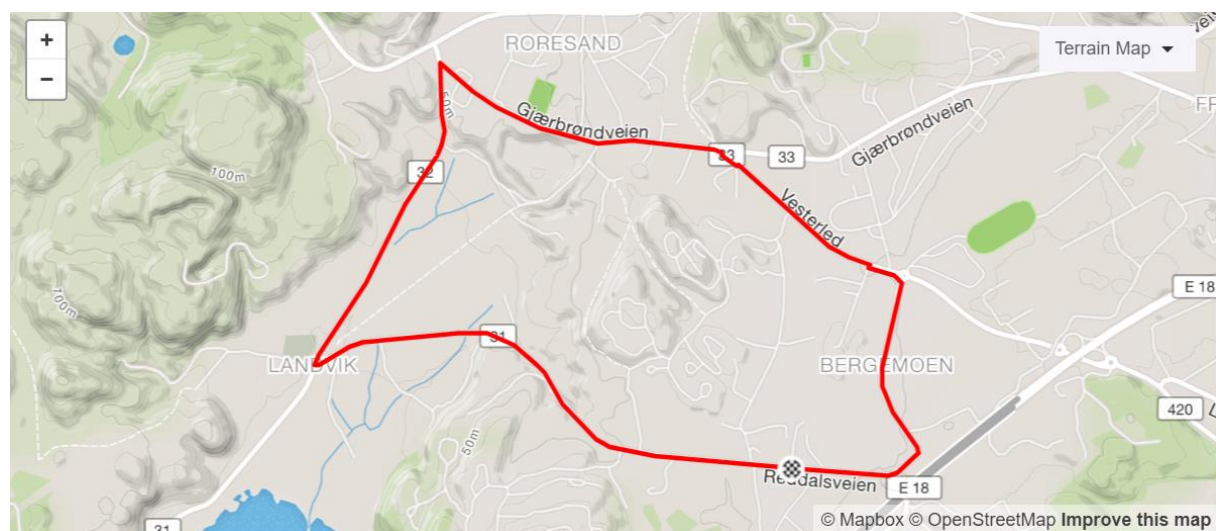
Langløype:

<https://www.strava.com/routes/19552894>



Kortløype:

<https://www.strava.com/routes/19052475>



Arena:



Sekretariat i kiosk/sekretariat-vogn på parkeringen ved start- og målområde.

Kontaktpersoner begge dager:

Navn	Rolle	Mail	Telefon
Guttorm Fevang	Rittleder	g-fevang@online.no	918 81 014
Jon Magne Bjerga	Påmelding, tidtaking og resultat	jmbjerga@gmail.com	928 85 784
Sindre Levinsen	Løypesjef og vaktansvarlig	Sindre.levinsen@gmail.com	950 84 596
Ingunn Rustekaas	Sanitetsansvarlig	inrustek@online.no	920 68 085
Margaret Tønseth Hansen	Kioskansvarlig	mtoenseth@yahoo.no	98675631
Rune Johannessen	Speaker		
	Sjef kommisær		
LEGEVAKT	VED ARENDAL SYKEHUS		116 117

Forslag til overnattingssteder:

Scandic

Scandic Hotel Grimstad, Kirkegaten 3, 4878 Grimstad. Rom må bestilles per telefon 37 25 25 25 eller e-post til cecilie.hodnebrog@scandichotels.com

Ved å henvise til Grimstad Sykleklubb vil dere denne helgen få følgende priser.

Enkeltrom:	1000 kr
Dobbeltrom:	1160 kr
Tre-mannsrom:	1520 kr
Fire-mannsrom:	1680 kr

Dette er priser per døgn og inkluderer frokost.

eller

Grimstad Vertshus, Frivollveien 11/13, 4877 Grimstad. Rom må bestilles på tlf 37 04 25 00 eller til firmapost@grimstad-vertshus.no. Og oppgi koden «ritthotell».

Enkeltrom	850.-
Dobbeltrom	1000.-
Liten leilighet	(1 soverom til 2 pers + evnt oppredning stue) 1300.-
Stor leilighet	(2 soverom med 2 senger i hvert rom) 1600.-

Dette er priser pr døgn og inkluderer frokost

eller

Bie Apartment og Feriesenter, Grimstad. Arendalsveien 85, 4878 Grimstad

Telefon: (+47) 37 04 03 96

Mail: post@bieapart.no