



V3D

Vestfold 3-dagers

Rittmanual



Foto: Rål Westgaard

Innholdsfortegnelse

ORGANISASJON	3
KOMMISSÆRER.....	3
SYKEHUS	3
RITTREGLEMENT	4
SANITET	8
PARKERING	8
GARDERONE	8
TIDTAKING	8
LØYPEINFORMASJON	9

Organisasjon

Rittleder	Anders Eia Linnestad, ael@eventrix.no / 90068423
Sikkerhetssjef	Bjørn Erik Tuv, bet@eventrix.no / 41900400
Arenasjef	Per Johan Heierstad, 41407539
Sekretariatssjef	Ståle Røhmen, 91394166
Løypesjef	Joakim Vinsand
Rittkontor	Mariann Valla
Rittkontor	Bjørn Arild Øhre
Rittkontor	Steinar Adamsrød
Tidtaking, resultat	Svein Erik Sneisen, EQ timing
Seremoni	Thomas Vennerød Langedrag
Kortesje/kjøretøy	Halvard Knotten
Økonomi	Joackim Hagen Hansen
Speaker	Henning Larsen
Sanitet	Norsk folkehjelp, 48158221

Kommissærer

Sjefskommissær	Skjalge Kraglund, 90660354
Kommissær	Vidar Trohaug
Kommissær	Ronny Skjellum
Kommissær	Beate Kleiveland
Kommissær	Jorunn Steinnes
Kommissær	Veronica Dahle
Kommissær	Jon Olav Ødegaard

Sykehus

Sykehuset i Vestfold, Halfdan Wilhelmsens alle 17, 3103 Tønsberg
Telefon: 33342000

Rittreglement

Artikkel 1. Organisasjon/arrangør

Vestfold 3-dagers arrangeres av Tønsberg CK, Re SK og Horten OCK. Registrert i terminliste og hos Statens Vegvesen av Tønsberg Cykkelklubb, Postboks 2159, 3103 Tønsberg bedriftsenter (Org. nr.: 982910226).

Artikkel 2. Type arrangement og klassifisering

Rittet er klassifisert som et nasjonalt flerdagers rankingritt for klassene K/M 13-16 og K/M junior. I tillegg arrangeres det to enkeltetapper for K/M 6-9 år.

Det kjøres totalt tre etapper for K/M 10-junior: En bakketempo og to fellesstarter.

Sammenlagtresultat i klasse K/M 13 til junior. Ryttere som bryter en etappe eller blir tatt ut av rittet kommer ikke med på sammenlagtlisten, men får starte på neste etappe.

Det er ingen tidsbonuser ved målgang på fellesstartene.

Artikkel 3. Deltakelse

- Ryttere med lisens i klassene K/M 13 til junior.
- Ryttere i klassene K/M 10 til 12. (NIF barneidrettsforsikring inkludert)
- Ryttere i klasse K/M 6-9 år (NIF barneidrettsforsikring inkludert)

Artikkel 4. Rittkontor og lagledermøte

Lagledermøtet avholdes digitalt på Teams onsdag 8. juni kl. 20:00.

Startnummer hentes i sekretariatet i en vogn ved Tønsberg domkirke.

Sekretariatet er åpent:

Dag	Tid
Fredag	16:00-20:00 Startområdet, Tønsberg
Lørdag	07:30-15:00, Målområdet, Undrumsdal
Søndag	07:30-14:00, Målområdet, Undrumsdal

Artikkel 5. Samband

NCF stiller med samband til arrangementet. Radioer lånes ut til klubbene som ønsker å kjøre service.

Kanaler lørdag:
Kanal 6 for alle klasser

Kanaler søndag:
M junior: kanal 6,
K junior/M 15-16: kanal 4.
K 15-16/ K/M 13-14: Kanal 4
Øvrige klasser: Kanal 4

Artikkel 6. Service

For klassene M/K 13-16 år, kan det settes opp maksimalt 5 biler og disse skal opptre som et rullerende serviceteam, hvor alle server alle. Utover dette, henvises det til §1 i RS. I fellesstart er det ikke tillatt med servicebiler i klassene M/K10-12 år. Arrangøren setter opp en oppsamlerbil med utstyr (hjul) som hjelper alle, men som ligger bak siste rytter i hver klasse. Klubber som ønsker å kjøre service melder dette til: post@v3d.no

Artikkel 7. Innskrivning og oppstilling

Innskrivning før start på fellesstartene. Møt opp i god tid. Flere klasser vil bli stilt opp før forrige klasse er i mål.

Artikkel 8. Premier

Premiering i henhold til NCF sitt reglement. Det deles ut ledertrøye til beste rytter i klassene M/K 13-14 og oppover, og denne må bæres på de påfølgende etapper.

Artikkel 9. Utstyr

Godkjent hjelm er påbudt.

NCF sitt [utstyrsreglement](#) er gjeldende:

I klassene M/K til og med 16 år (M/K 6-16) skal det kun nyttes følgende utstyr:

- Vekt
 - En komplett konkurransesykkel for landevei skal veie minst 8 kg, ferdig klargjort for ritt, inkl. flaskeholder.
- Styret
 - Standard bukkehornstyre uten påmonterte bøyler av noe slag. Forholdet høyde:bredde i konstruksjonen skal ikke overstige 1:3.

- Hjul
 - Det kan kun benyttes hjul med aluminiumsfelg, uten karbon eller andre kunststoffoverbygg, med minimum 16 eiker.
- Gir
 - Elektronisk girsystem og skivebrems er nå tillatt.

Artikkel 10. Girutveksling

Girutveksling i henhold til NCF sine [bestemmelser](#).

Artikkel 11. Anti-Doping

De nasjonale (NIF/ADNO) antidoping-bestemmelsene er gjeldende for arrangementet. Alle ryttere kan bli plukket ut til antidoping-kontroll.

Artikkel 12. Premieseremoni

Seremonien forgår i målområdet så raskt som mulig etter at alle ryttere er i mål.

Artikkel 13. Straffer

NCF sitt konkurransereglement for landevei inkludert [straffereaksjoner](#) er gjeldende for arrangementet.

Artikkel 14. Langing

Ingen langing for ryttere i klassene K/M 10 til 14. Langesone ca. 500 m før mål for klasse K/M 15-junior. Langing fra bil er kun tillatt i K/M junior mellom 30km fra start og inntil 20km før mål.

Artikkel 15. Frafalte ryttere

Av trafikkmessige hensyn kan ryttere som ligger langt bak de øvrige tas ut av rittet. Det er ikke satt noe maksgrense på tid, men vil bli tatt på skjønn i løpet av rittet. For klassene som kjører lang runde i fellesstart vil ryttere som tas igjen av annen klasse tas ut av rittet.

Artikkel 16. Miljøvern

NCF sitt regelverk for miljøvern er gjeldende under mesterskapet. Arrangøren har plassert søppelsone på følgende plass:

- Etter langesone.

Artikkel 17. Spesielle instruksjoner

Arrangementet har i henhold til forskrift om sykkelritt på veg søkt Statens Vegvesen om unntak fra §4, §5 og §6 i Vegtrafikkloven. Dette unntaket gjelder kjøretøy med gul akkreditering. Vi minner om at det til enhver tid skal vises hensyn, og at Vegtrafikklovens §3 om varsomhet alltid vil være gjeldende.

Vi ønsker å understreke følgende punkt:

Varsomhet under kjøring:

1. Bruk alltid nærlys. Enkelte biler har kun kjørelys på frontlykter. Det er ikke tilstrekkelig.
2. Bruk alltid bilbelte. Bruk av bilbelte er obligatorisk for alle i bilen. Unntaket er kommissærer i de situasjoner hvor takluke må/skal benyttes.
3. Vær ekstra bevisst på din hastighet selv om arrangøren har fått innvilget et unntak fra Vegtrafikkloven. Maksimalt 30 km/t til 50 km/ t i tettbebygde strøk og områder med mye tilskuere, maksimalt 80 km/ t utenfor tettbebygde strøk eller publikumsområder.
4. Bruk av mobiltelefon under kjøring er forbudt. Hands-free skal alltid benyttes til eventuelle samtaler under rittet.
5. Nulltoleranse på promille og rus. Promillegrense 0,0g/liter blod. Kontroller kan bli utført under arrangementet.

Sanitet

Norsk folkehjelp bemanner to ambulanser pluss en sanitetspost i start/målområdet. Se kontaktinfo i starten av dokumentet.

Parkering

Se skisse og informasjon på www.v3d.no

Det er satt av plass til 1 bil per klubb i arenaområdet på fellesstartene, øvrige biler må parkeres på henviste plasser i området rundt. Parkering fredag ved Slottsfjellskolen (se kart).

Garderobe

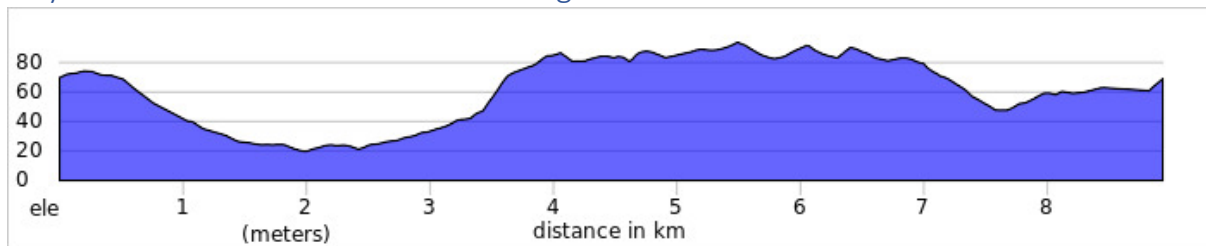
Garderobe lørdag og søndag på Dalheim. Kåpeveien 697 (Ved idrettsplassen).

Tidtaking

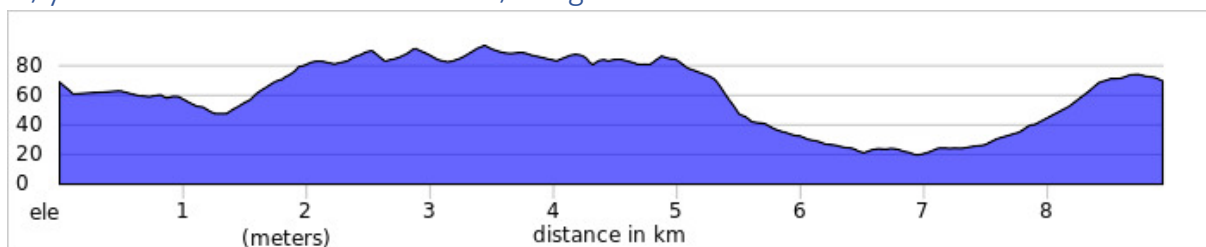
EQ timing er ansvarlige for tidtakingen. Det deles ut ett ryggnummer + rammenummer som benyttes hele helgen. (Engangs tidtakerbrikke til å feste på hjelmen).

Løypeinformasjon

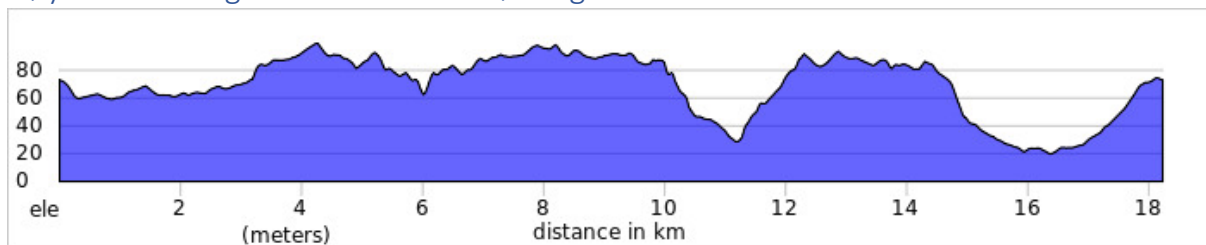
Høydekurve kort runde fellesstart lørdag



Høydekurve kort runde fellesstart søndag



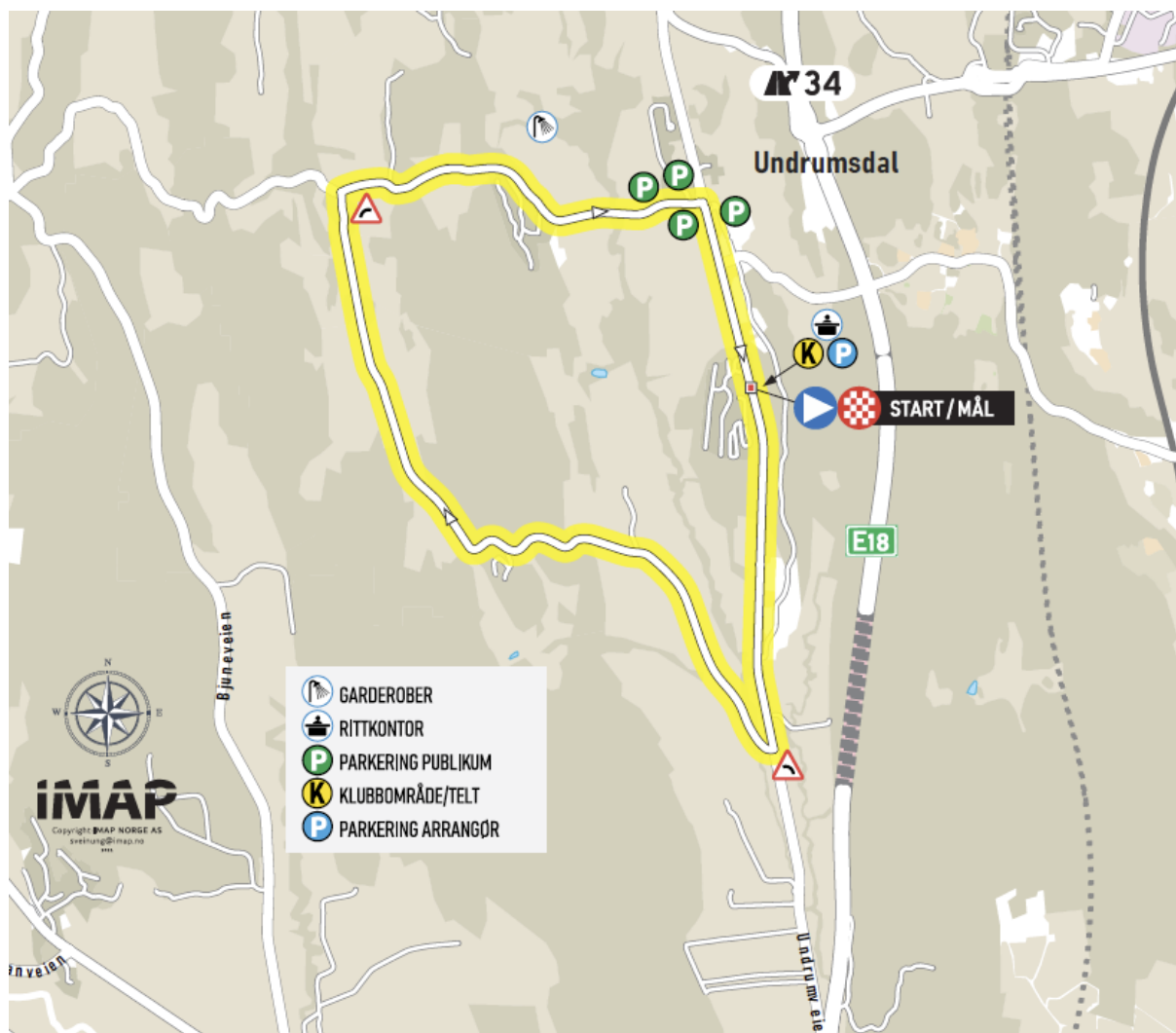
Høydekurve lang runde fellesstart søndag



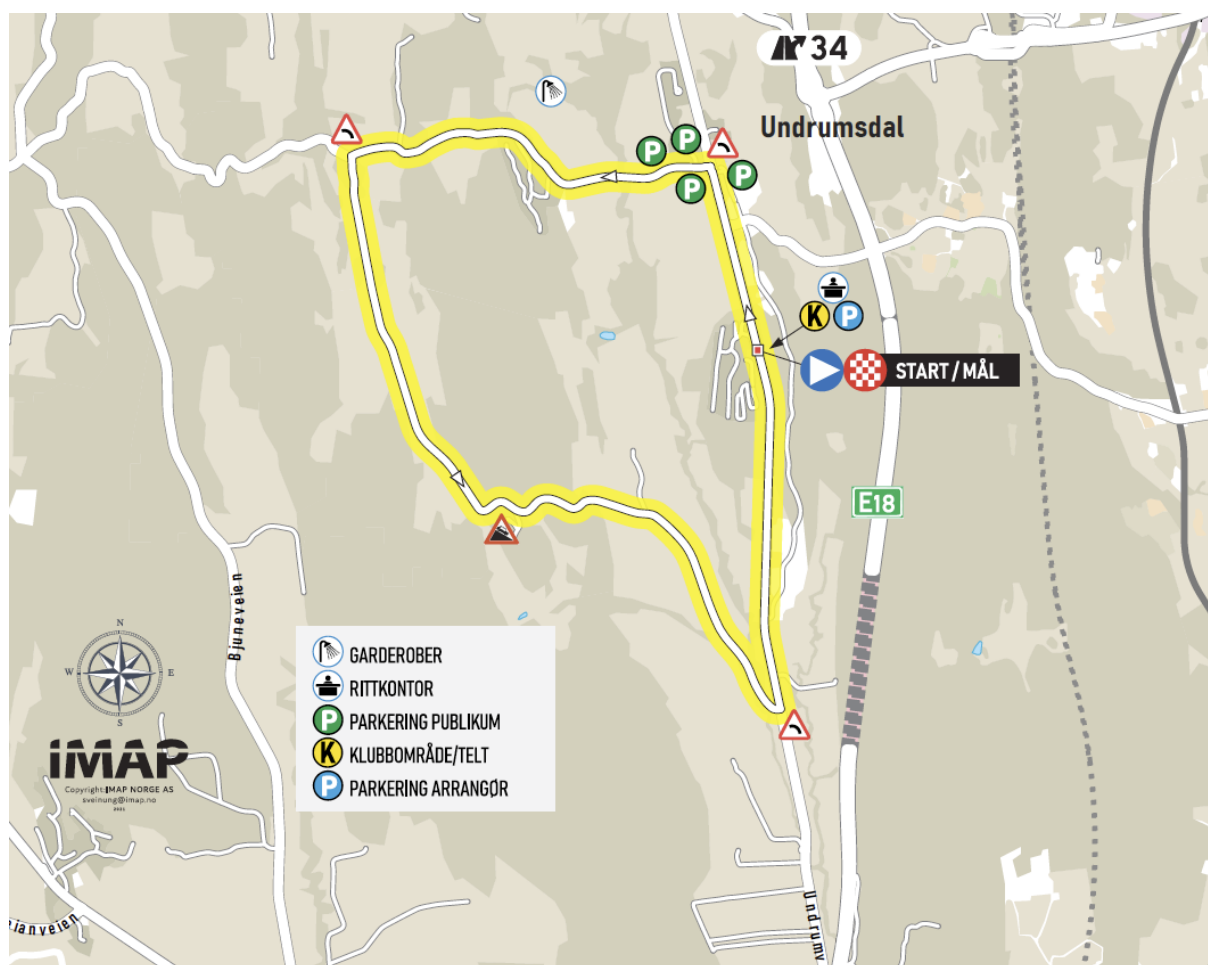
Løypekart bakketempo



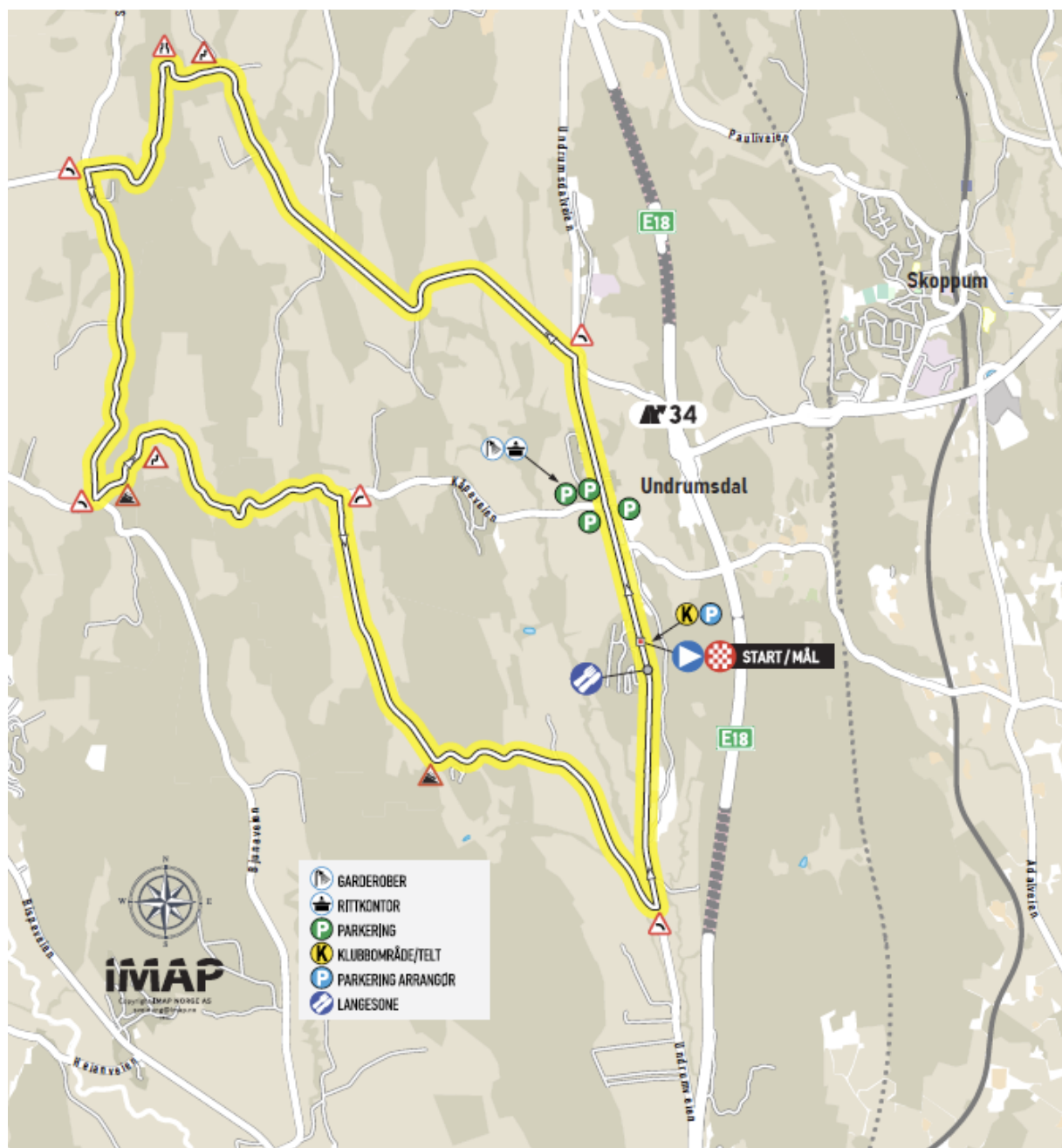
Løypekart kort runde fellesstart lørdag



Løypekart kort runde fellesstart søndag



Løypekart lang runde fellesstart søndag



Online kart og gpx: www.v3d.no

Løypebeskrivelse / tidsskjema

Bakketempo

600 m. Start ved Tønsberg domkirke, mål ved Slottsfjellstårnet.

Tidsskjema bakketempo

Første start kl. 18:00. 30 sekunders startintervall. Se eqtiming.no for startliste.

Tidsskjema fellesstarter lørdag

	Kort runde, 9 km	Distanse	Varighet	Start	Slutt ca.
M JR	9 runder	81 km	2,5 timer	08:00	10:30
M 15-16 og K-junior	7 runder	63 km	2,3 timer	10:30	12:45
K/M 13-14 og K 15-16	4 runder	36 km	1,5 timer	12:45	14:15
K/M 11-12	2 runder	18 km	45 minutter	14:15	15:00
K/M 10	1 runde	9 km	25 minutter	14:15	14:35
Rekrutt 6-9 år	Spesialløype	4 km		15:15	15:45

Tidsskjema fellesstarter søndag

	Kort runde, 9 km (motsatt vei av lørdag)	Lang runde, 18 km	Distanse	Varighet	Start	Slutt ca.
M JR		5 runder	90 km	3 timer	08:00	11:00
M 15-16 og K-junior		4 runder	72 km	2,5 time	08:10	10:40
K/M 13-14 og K 15-16		2 runder	36 km	1,5 time	11:00	12:30
K/M 10	1 runde		9 km	0,5 timer	12:45	13:15
K/M 11-12	2 runder		18 km	1 time	12:45	13:45