

# Uno-X Sykkelgledecup 2024

**Uno-X sykkelgledecup** har mål om å kunne skape glede og engasjement på sykkelen!! Alle fra 6 år og oppover kan delta! Lavterskelritt kun for sykkelglede og for å skape sosiale relasjoner!

Uno-X sykkelgledecup ble arrangert for første gang i 2019 med 3 ritt i løpet av sesongen. I 2020 ble det noe amputert pga koronapandemien, men i 2021/22 klarte vi å arrangere alle 6 rittene. I 2023 ble det bare 5 ritt pga for mye snø på første rittet. Målet for 2024 er 6 ritt!

Det er ingen startkontingent for å delta. **GRATIS!!!**

Opp til 10 år stiller dere med den sykkelen som dere vil og sykler da klippkorrunder. Men er du eldre enn 10 år og syntes klippkort er gøy så er det også fullt mulig å melde seg på i klippekorrunde også.. Fra 11 år anbefales landeveissykkel. Det er fullt mulig å benytte den sykkelen man har, men vær da bevisst på hvilken fargekode du da melder deg på.

Åpent for alle deltakere fra 6 år og til og med master old boys og girls. Det som er unikt med sykkelgledecup er at du kan melde deg på etter nivå og ikke utelukkende alder. Ønsker du å prøve deg mot dem som er litt eldre, er det lov. Og er du en masterutøver som synes det går litt for fort i din gruppe kan du melde deg på i fargekode med færre runder neste gang. Se anbefalt fargekoder for alder. NYTT i 2024: Vinner rytter 2 ganger på rad i poengklassene må du rykke opp en gruppe

**Sted:** Birkebeiner Skistadion i egen asfaltert rundbaneløype som er sperret for trafikk .

**Start:** kl. 17.30 ( 6.ritt kl 1700)

**Premiering:** for alle som har deltatt på minst 4 ritt . Deles ut på sesongavslutningen for LCK

Lilla gruppe er det ingen rangering

Premiering for de tre beste og ledertrøye sammenlagt i brun, rød, mørkegrønn og svart, samt uttrekkspremier. I disse gruppene er det også gultrøyer). Må ha deltatt 4 ganger for sammenlagt premie. Stillingen i poenggruppene kan sees på hjemmesiden under sykkelgledecupen.

Alle benytter det samme startnummeret gjennom hele sesongen, dersom en ikke vil/må bytte fargekode underveis i cupen. Det leveres inn hver gang!

**Påmelding:** Via denne [linken](#) , eller møt opp 30 minutter før start i sekretariatet ved det gamle målhuset på rittdagen. Har du meldt deg på en gang trenger du ikke melde på resterende ritt resten av sykkelgledecupen. Ved spørsmål om påmelding kontakt: [terje.torseth@hotmail.com](mailto:terje.torseth@hotmail.com) eller 47616565.

**ANBEFALINGER OM GRUPPE, SE PÅ TRYKKNAPP PÅ LCK, ARRANGEMENT, SYKKEGLEDECUP, VEILEDNING GRUPPER**

Hvit, blå og lysgrønn er fargekodeklasse som kjører klippkorrunde. Det kjøres en master første runde og når bilen passer mål starter tiden der alle sykler i 20 minutter. Masterbil kjører siste runde når det har gått 20 min. Deles ut diplom med klipp hver gang. Poengklassene skal sykle med de som sykler klippkort og heier frem av de som skal sykle fargekodene spurtduellklassene senere. Fin oppvarming!!!!

Runden er ca 500 meter

## Spurt og målpoengrunder (spurtduellklasser)

Lilla, brun, rød, mørkegrønn og svart fargekodegruppene kjøres master mellom hver fargekode.

For alle fra 11 år . Anbefalt landveissykkel

Det deles ut poeng på spurt for hver runde(unntatt Lilla gruppe) og målpoeng i alle grupper. Alle får 10 deltakerpoeng for hver gang de deltar. Se oversikt egen trykknapp på hjemmesiden( poengoversikt/grupper)

Løypa er 1 km flatt

DET ER VIKIG AT ALLE I DISSE GRUPPENE SYKLER FRA START SAMMEN NÅR DE STARER LILLA GRUPPE OG DA POENGGRUPPENE STARTER HOLDER DE ØVRIGE GRUPPENE TETT BAK SISTE RYTTER SOM KONKURERER OM POENG . DET ER IKKE LOV TIL Å STÅ OVER NOEN RUNDER NÅR DU SYKLER BAK FELTET/GRUPPEN SOM KONKURERER. OM EN MÅ STÅ OVER SKAL RITTELEDER INFORMRES