



Invitasjon



Foto: Ingrid B. Helljesen

NM junior, U23/elite og Masters 2025

Ungdoms-NM 2025

Ungdomsleker 2025

XCO (rundbane) lørdag 14. juni

XCC (kortbane) søndag 15. juni



Norges Cykleforbund



Versjon 2 01062025

Rittbeskrivelse



IF Frøy er glad for å invitere til NM i rundbane og kortbane på Skullerud i Oslo. Dette er en av de mest tradisjonsrike terrengsykkelarenaene i Norge. Her ble det arrangert NM så tidlig som 1995, og Norgescup i mer enn 25 år.

Lørdag 14. juni arrangeres XCO-ritt (rundbane) for alle aldersklasser:

- NM kvinner og menn, junior, U23/elite
- NM Masters for alle Mastersklasser.
- Ungdoms-NM kvinner og menn 13, 14, 15 og 16 år
- Ungdomsleker fra 6 til 12 år
- Sportsklasse 17+ kvinner og menn

Det kjøres felles ritt for U23 og Elite. Dette er en formell eliteklasse, men det gjennomføres egen premieseremoni for de tre beste U23-rytterne.

Søndag 15. juni arrangeres XCC-ritt (kortbaneritt) for alle aldersklasser:

- NM kvinner og menn, junior, U23/elite
- NM Masters for alle Mastersklasser.
- Ungdoms-NM kvinner og menn 13, 14, 15 og 16 år
- Ungdomsleker fra 6 til 12 år
- Sportsklasse 17+ kvinner og menn

Det kjøres felles ritt for U23 og Elite. Dette er en formell eliteklasse, men det gjennomføres egen premieseremoni for de tre beste U23-rytterne.

Rittene går i traseer rett ved Skullerud idrettsarena. Løypene er krevende med mange høydemeter og inneholder bratte motbakker. Det er flere tekniske elementer som har omkjøringsmuligheter og partier med gode flyttstier som gir muligheter for stor fart og brøde smil. Vi tror løypene gir utfordringer for alle kategorier av ryttere.

Rittregler

Rittet følger reglene i UCI og NCF sitt reglement. Godkjent hjelm er påbudt. Alle ryttere sykler på eget ansvar og skal følge arrangørens anvisninger. Bruk hjelm også når du besiktiger, trener, og varmer opp. Det er alltid risiko for uhell og sammenstøt. Hjelm beskytter. Rytterne, foreldre, og ledere; ta hjelmb Bruken alvorlig.

Det er ikke tillatt å kaste søppel langs løypa. Bruk merkede søppelsone. Brudd på dette kan medføre bot.

Rittet er et rent arrangement. Anti-doping Norge foretar uanmeldte kontroller på alle NCF-registrerte ritt. IF Frøy støtter Anti-doping Norge i gjennomføringen av dette. Alle ryttere og ledere skal følge instruksjoner gitt fra representanter fra Anti-doping Norge.

NCF innførte i 2019 krav om **minimumsvekt** på sykler for klassene K/M 10-16 år, les om dette i [reglementet](#). Sørg for at syklene har korrekt vekt i god tid før start. Vi har vekter ved sekretariatet slik at dere kan kontrollveie sykkelen selv.

Klasser

Kvinner	Menn	Lørdag XCO	Søndag XCC
K 6-7 K 8-9 K 10	M 6-7 M 8-9 M10	Ungdomsleker	Ungdomsleker
K 11 K 12	M 11 M1 2	Ungdomsleker	Ungdomsleker
K 13 K 14 K 15 K 16	M 13 M 14 M 15 M 16	Ungdoms-NM	Ungdoms-NM
K junior (17-18)	M junior (17-18)	Norsk mesterskap	Norsk mesterskap
K Elite (Senior, 19+) K U 23	M Elite (Senior, 19+) K U 23	Norsk mesterskap	Norsk mesterskap
K Masters 30-34 K Masters 35-39 K Masters 40-45 K Masters 45-49 K Masters 50-55 K Masters 55-59 K Masters 60-64 K Masters 65-69 K Masters 70-74 K Masters 75-79 K Master 80+	M Masters 30-34 M Masters 35-39 M Masters 40-45 M Masters 45-49 M Masters 50-55 M Masters 55-59 M Masters 60-64 M Masters 65-69 M Masters 70-74 M Masters 75-79 M Masters 80+	Norsk mesterskap	Norsk mesterskap
K Sport 17+	M Sport 17+	Rekrutteringsritt	Rekrutteringsritt

Seeding

Rytterne som er påmeldt innen den ordinære påmeldingsfristen og som har løst lisens for 2025, vil bli seedet. Siste publiserte UCI-ranking vil bli brukt som grunnlag for elite og junior. For ryttere uten UCI-poeng og i klasser uten UCI-ranking vil rytterne bli seedet etter siste publiserte sammenlagtlister i Norges Cup Terreng Rundbane eller NCF Ranking. Seeding oppdateres ikke gjennom arrangementet..

Ryttere som er etteranmeldt i de klassene der det er tillatt vil ikke bli seedet.

Klasse	Lørdag XCO	Søndag XCC
Elite (Senior)	1. UCI poeng 2. NC-poeng 3. loddtrekning	1. UCI poeng 2. NC-poeng 3. Loddtrekning
Junior	1. UCI poeng, 2. NC-poeng 3. loddtrekning	1. UCI poeng, 2. NC-poeng 3. Loddtrekning
K/M 13, 14, 15 og 16 år	NCF seeding	NCF seeding
K/M 12 år og yngre	Ingen seeding	Ingen seeding
Masters	NCFs Masterscup	NCF Masterscup
Sport	Ingen seeding	Ingen seeding

Lisens

Alle ryttere som er 13 år og eldre må ha løst lisens for 2025. Ryttere opp til og med 12 år er forsikret gjennom NIF's barneidrettsforsikring. Ryttere i Elite, U 23, junior og Mastersklassene må ha helårslisens, mens ryttere i aldersklassene (12 år og eldre) og sportsklassene kan velge mellom helårs og engangslisens.

Lisensen til påmeldte vil bli sjekket. For norske ryttere gjøres det mot NCFs register ved påmeldingens. For ytterligere informasjon om lisenser, se NCF sine [nettsider](#).

Eventuelle utenlandske ryttere må vise lisens for å få startnummeret sitt.

Påmelding

Det er åpent for ordinær påmelding til og med mandag 9. juni 2025 kl. 23.59.

Etteranmelding er ikke tillatt for klasser med offisielt Norgesmesterskap, dvs. junior, U-23, senior elite og Masters. For øvrige klasser er etteranmelding mulig på nett fram til fredag 13. juni kl 12.00. For klassene 6-9 år, 10 år, 11 år og 12 år deretter fram til to timer før start ved oppmøte i sekretariatet. Påmeldingen er bindende og refunderes bare ved fremvisning av legeattest.

Påmelding XCO:

[NM XCO \(rundbane\) - Oslo Terrengsykkelfestival 2025](#)

Påmelding XCC:

[NM XCC \(kortbane\) Oslo Terrengsykkelfestival 2025](#)

Startkontingentene pr. ritt er:

Klasse	Ordinær påmelding	Etteranmelding
K/M 6-9	NOK 50,-	NOK 75,-
K/M 10-16	NOK 200,-	NOK 400,-
K/M Junior	NOK 400	Ikke tillatt
K/M Elite	NOK 500	Ikke tillatt
K/M Masters	NOK 500,-	Ikke tillatt
K/M Sport 17+	NOK 300,-	600

Lagstelt/lagparkering

Gå inn på EQ Timing for å reservere plass til team/klubbtekt. Skriv teltplass i søkefeltet, så kommer påmeldingen opp. Påmeldingsfrist for lagstelt er onsdag 11. juni 2025. Reserverte plasser blir merket med klubbnavn på arena. Har du glemt å reservere, så kan vi ikke garantere at det er plass. Ta kontakt med arenasjef ved ankomst for evt. ledige plasser. Prisen er 300 kr per 3m x 3m telmodul. Det vil si 600 kr for 6m x 3m og 900 kr for 9m x 3m osv.

Det er ikke lov å benytte egne strømaggregat i lagsteltene på grunn av brannfaren, samt støy.

Overnattingsmuligheter

Hotell

IF Frøy har inngått avtale med Quality Hasle Linie, Østre Akers vei 33, 0581 Oslo

Prisene er:

Enkeltrom, pris per rom/natt: 1190 kroner inkludert frokost.

Dobbeltrom, pris per rom/natt: 1290 kroner inkludert frokost.

Trippeltrom, pris per rom/natt: 1490 kroner inkludert frokost.

Disse prisene er garantert til 24. mai, men kan avbestilles til 48 timer før ankomst.

Rom bestilles her:

<https://app.mews.com/distributor/412e5017-e982-4b77-9613-b10f00e86c13?mewsAvailabilityBlockId=4285313f-860e-4e88-b770-b2b40095a912&mewsStart=2025-06-13&mewsEnd=2025-06-16>

Les mer om hotellet her:

[Quality Hotel™ 33 | Hotell på Økern i Oslo | Strawberry](#)

Hotellet har låst rom for sykkelparkering. Husk å vaske syklene på forhånd. Hotellet eller IF Frøy tar intet ansvar for syklene. De bør låses sikkert.

Bobilparkering

Det er bobilparkering rett ved arenaen. Bestilling skjer til Thomas Götz, epost materialforvalter@froy.no. Pris for hele helgen er 500 kroner.



Oslo

[Oslo Terrengsykkelfestival \(froy.no\)](https://froy.no)

Tidspunkt og runder

Sekretariatets åpningstider

Startnummer hentes i sekretariatet som er hos Sørensen Sport, (se [Arenakart](#)). Sekretariatet er åpent:

Dag	Tid
Fredag	18:00-20:00
Lørdag	07:30-16:00
Søndag	07:30-17:00

For å hente startnummer må lisens for 2025 være løst. Se [Lisens](#) for bestemmelser vedr lisens. Engangslisens kan løses i sekretariatet, det koster 50,- for klassene K/M 13-16 og 150,- for Sportsklassene. Engangslisens kan betales med Vipps.

Fest startnummeret godt synlig på sykkelstyret. Elite og juniorklassene skal i tillegg bruke ryggnummer. Tidbrikken er limt bak på startnummeret. Det skal benyttes samme nummer lørdag og søndag. Startnummer bør demonteres før transport av sykkel, da det normalt fører til tap av nummer når sykkel transporteres på bil. Ved tap av nummer kan nytt nummer hentes i sekretariatet mot en avgift på kr 50,-.

Treningstider

Dag	Offisielle treninger	Andre treningstider
Fredag	18.00-20.00	
Lørdag	08.00-09.00 12.00-12.45	
Søndag	08.00-09.00 11.00-11.30	

Regler for trening i løypa:

- På offisiell trening skal startnummer på være montert på sykkel.
- Det er ikke lov å sykle i løypa mens rittet pågår, det gjelder uansett hvilken klasse som sykler. Brudd på regelen vil medføre diskvalifikasjon.
- All trening i de offisielle treningstidene skal skje i fartsretningen.

- Det er ikke lov å endre løypa, for eksempel flytte merkebånd/sperring eller grave/flytte deler av bygde elementer. Brudd på regelen fører til at rytteren bortvises fra løypa og eventuelt diskvalifiseres.
- Vis hensyn til turgåere.
- All trening skjer på eget ansvar

Utstyrssjekk

Rytteren har selv ansvar for å gjennomføre brikkesjekk for å sjekke tidsbrikken (integrert i startnummeret) samt. Gjør dette minst 30 minutter før din start. Brikkesjekk gjennomføres ved start.

Ryttere har selv ansvar for å stille med godkjent hjelm, sykkel og drakt. Sykkelen skal tilfredsstille de nye vektkravene for klassene K/M 10-16 år.

NCFs kommissær kan velge å sjekke dette både før start og etter målgang. Bryter du reglementet kan du bli disket og/eller få bot (gjelder først og fremst senior, junior og Masters klassene). Sjekk den registrerte drakten for din klubb på dommeroppsett.info.

Opprop før start

For XCO ropes rytterne opp for oppstilling til start tidligst 10 minutter før start. Kommer de for sent, får de ikke startposisjon i henhold til seedingen sin.

For XCC ropes rytterne opp for oppstilling til start tidligst 5 minutter før start. Rytterne har selv ansvar for å møte til oppropet i tide. Dersom rytteren er for sent ute til start vil det ikke bli gjort fratrekk i tid.

De åtte beste seedede i kvinner og menn junior og senior får et eget oppstillingsområde. De ropes opp til slutt av speaker. Ryttere fra nummer ni ropes opp av kommisærene.

Tidsplan for XCO lørdag 14. juni

Klasse	Starttid	Løype	Runde- lengde	Antall runder	Lengde totalt	Antatt vinnertid	Vinner i mål ca kl
Lagledermøte kl 07:30 for K/M 6-14							
Trening i løypa frem til 08:30 (i løyperetning)							
K 6-7 og M 6-7	08:30	Gul	0,74	1	0,74	00:04	08:34
K 8-9 og M 8-9	08:40	Gul	0,74	2	1,48	00:07	08:47
K 10 og M 10	08:50	Gul	0,74	4	2,96	00:14	09:04
M 12	09:10	Grønn	2,08	3	6,24	00:24	09:34
M 11	09:12	Grønn	2,08	3	6,24	00:25	09:37
K 12	09:45	Grønn	2,08	3	6,24	00:28	10:13
K 11	09:47	Grønn	2,08	3	6,24	00:29	10:16
Premieutdeling for Gul og Grønn løype når rytterne kommer i mål.							
M 14	10:30	Blå	2,63	3	7,89	00:32	11:02
M 13	10:33	Blå	2,63	3	7,89	00:34	11:07
K 14	11:15	Blå	2,63	2	5,26	00:28	11:43
K 13	11:18	Blå	2,63	2	5,26	00:29	11:47
Lagledermøte kl 11:00 for K/M 15, 16, Junior, Senior og Master							
Premieutdeling for Blå løype kl 12:15							
M 16	12:00	Rød	3,61	3	10,83	00:42	12:42
M 15	12:05	Rød	3,61	3	10,83	00:44	12:49
Premieutdeling for M 15 og M 16 kl 13:30							
Løypen åpen for trening ca 12:45 - 13:15 (fra startområdet og først når siste rytter M15-16 har lagt ut på siste runde.							
K-Elite / U23	13:15	Rød	3,61	6	21,66	01:26	14:41
K-Junior	13:15	Rød	3,61	4	14,44	01:00	14:15
K 16	13:15	Rød		3			
K 15	13:15	Rød	3,61	3	10,83	00:40	13:55
K Master 30-34 og 35-39	13:15	Rød	3,61	3	10,83	01:00	14:15
K Master 40-44 og 45-49	13:15	Rød	3,61	3	10,83	01:00	14:15
K Master 50-54 og 55-59	13:15	Rød	3,61	3	10,83	01:05	14:20
K Master 60+	13:15	Rød	3,61	2	7,22	00:47	14:02
Premieutdeling K Elite/U23/Junior, K 15, K 16 og K Master kl 15:10							
M-Elite / U23	15:00	Rød	3,61	7	25,27	01:28	16:28
M-Junior	15:02	Rød	3,61	5	18,05	01:04	16:06
Premieutdeling M Elite/U23 og Junior kl 17:00							
M Master 30-34 og 35-39	16:45	Rød	3,61	4	14,44	01:01	17:46

M Master 40-44 og 45-49	16:45	Rød	3,61	4	14,44	01:01	17:46
M Master 50-54 og 55-59	16:45	Rød	3,61	4	14,44	01:02	17:47
M Master 60+	16:45	Rød	3,61	3	10,83	00:51	17:36

Premieutdeling M Masters kl **18:00**

Antall runder for alle klasser kan endres grunnet vær-/løypeforhold og/eller basert på avgjørelse fra NCF's Sjefskommisær. Endelig beslutning på antall runder pr klasse vil bli kunngjort på lagledermøtet.

Tidsplan for XCC søndag 15. juni

Klasse+A1:I32	Startid	Løype	Runde-lengde	Antall runder	Lengde totalt	Antatt vinnertid	Vinner i mål ca kl
Lagledermøte for klassene K/M 6-14 år kl 08:15							
Trening frem til kl 09:00 – fra start og i rittretning							
K 6-7 og M 6-7	09:00	XCC Kort	0,74	1	0,74	00:04	09:04
K 8-9 og M 8-9	09:10	XCC Kort	0,74	2	1,48	00:06	09:16
K 10 og M 10	09:20	XCC Kort	0,74	4	2,96	00:11	09:31
Premiering av K/M 6-10 år når rytterne kommer i mål							
M 12	09:40	XCC Lang	1,13	3	3,39	00:11	09:51
M 11	09:42	XCC Lang	1,13	3	3,39	00:12	09:54
K 12	10:00	XCC Lang	1,13	3	3,39	00:12	10:12
K 11	10:02	XCC Lang	1,13	3	3,39	00:13	10:15
M 13	10:20	XCC Lang	1,13	4	4,52	00:14	10:34
M 14	10:40	XCC Lang	1,13	4	4,52	00:13	10:53
K 14	11:00	XCC Lang	1,13	4	4,52	00:15	11:15
K 13	11:02	XCC Lang	1,13	4	4,52	00:16	11:18
Premieseremoni for K/M 11-14 år kl 11:45							
Offisiell trening i XCC løypa fra kl 11:30 - 12:00 – fra start og i rittretning							
Lagledermøte kl 11:00 (K/M Elite/U23/Junior, K/M 15-16, Master og Sport)							
M 15	11:45	XCC Lang	1,13	6	6,78	00:19	12:04
M 16	12:10	XCC Lang	1,13	6	6,78	00:18	12:28
K-Elite/U23	12:45	XCC Lang	1,13	6	6,78	00:20	13:05
K-Junior	13:15	XCC Lang	1,13	5	5,65	00:18	13:33
K 16	13:15	XCC Lang	1,13	5	5,65	00:18	13:33
K 15	13:15	XCC Lang	1,13	5	5,65	00:19	13:34
K Master	13:15	XCC Lang	1,13	5	5,65	00:20	13:35
K Sport 17+	13:15	XCC Lang	1,13	5	5,65	00:22	13:37
M Elite/U23	14:00	XCC Lang	1,13	8	9,04	00:21	14:21
M Junior	14:30	XCC Lang	1,13	7	7,91	00:20	14:50
Premieseremoni M 15 og 16 kl 12:50 . Premieseremoni K Elite og K U23 kl 13:45							
Premieseremoni Kjr, K16, K15, K Master og K Sport +17 kl 14:20							
Premieseremoni M Elite, U23 og Junior kl 15:10							

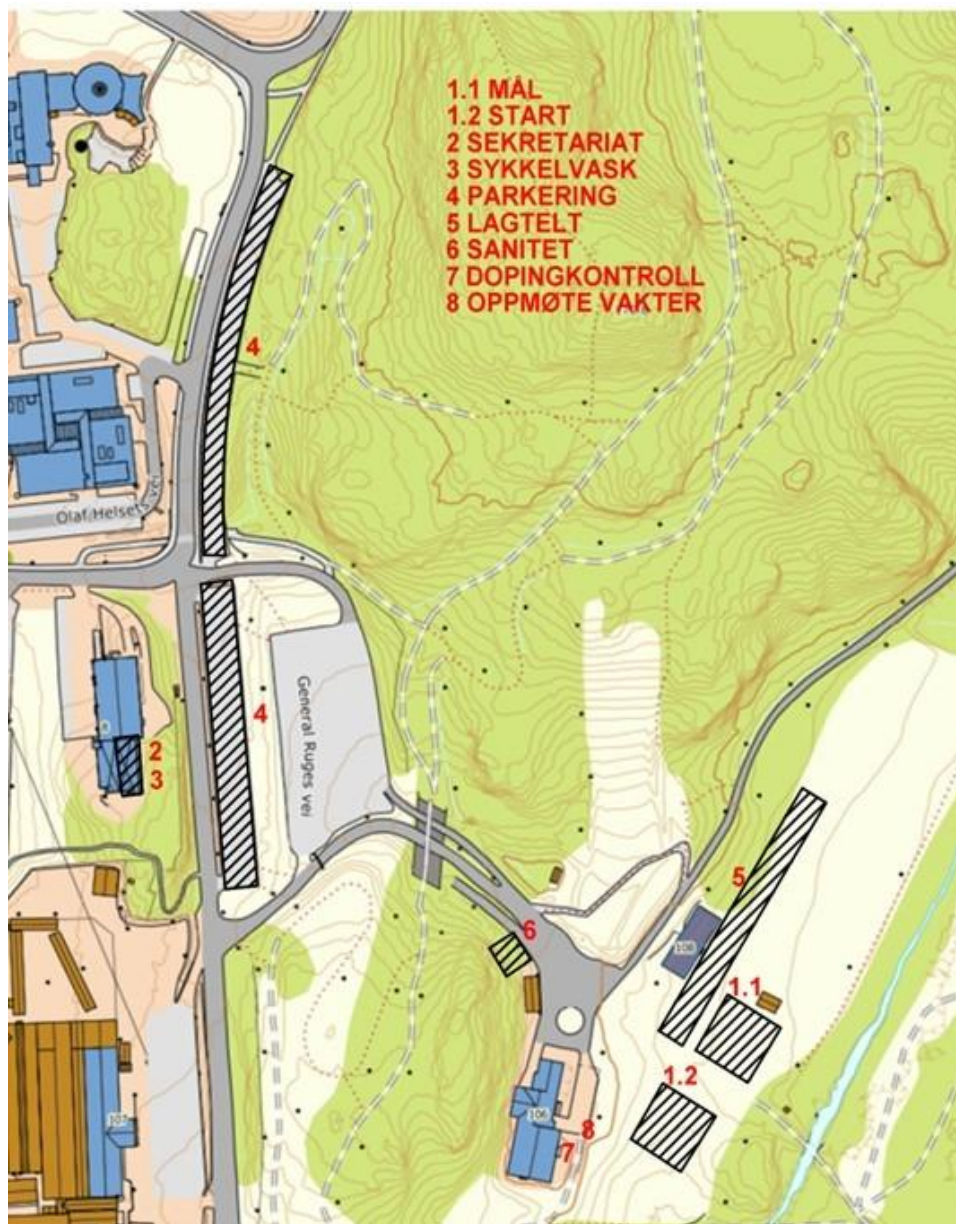
M Master 30-34 og 35-39	15:00	XCC Lang	1,13	6	6,78	00:18	15:18
M Master 40-44 og 45-49	15:00	XCC Lang	1,13	6	6,78	00:19	15:19
M Master 50-54 og 55-59	15:00	XCC Lang	1,13	6	6,78	00:19	15:19
M Master 60+	15:00	XCC Lang	1,13	5	5,65	00:23	15:23
M Sport 17+	15:00	XCC Lang	1,13	5	5,65	00:21	15:21

Premiseremoni M Master og M Sport 17+ kl 16:00

Antall runder for alle klasser kan endres grunnet vær-/løypeforhold og/eller basert på avgjørelse fra NC's sjefskommisær. Endelig beslutning på antall runder pr klasse vil bli kunngjort på lagledermøtet. For alle klasser fra 15 til og med elite bestemmes antall runder av sjefskommisær etter første runde.

Arena og løyper

Arenakart



Førstehjelp

Helsepersonell fra Røde Kors er stasjonert på arena og i løypen under rittet. Disse 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.

Garderobe og toaletter

Det er garderober tilgjengelig på Skullerudstua. Det settes også opp toaletter på stadion. Disse blir vasket med jevne mellomrom gjennom arrangementet. Toalettene skal ikke benyttes som garderober.

Kiosk

Salg av mat og drikke på arena og i Skullerudstua.

Sykkelvask

Sykkelvask er ved Sørensen Sport Skullerud. Det er samme sted som sekretariatet

Langesone og teknisk sone

Teknisk- og langesone i merket område (se løypekart). En trippel teknisk sone. Langesonen er stengt for publikum.

For M/K elite og M/K junior må støttepersonene ha synlig akkrediteringskort. Fordi K Master-klassene og K15 og K16 konkurrerer sammen med K elite og K junior gjelder de samme reglene for deres støttepersoner. Klubbene/teamene henter akkrediteringskort i sekretariatet, 4 per klubb/team, og disse må leveres tilbake etterpå. NC-arrangørene deler på disse kortene, så det er viktig at dere leverer dem tilbake når dere er ferdige med å støtte disse klassene.

Det skal bæres klubb/teamtrøye i teknisk- og langesone for alle klasser.

Flasker som skal langes skal merkes med navn og evt. nummer for å unngå bytting av flasker.

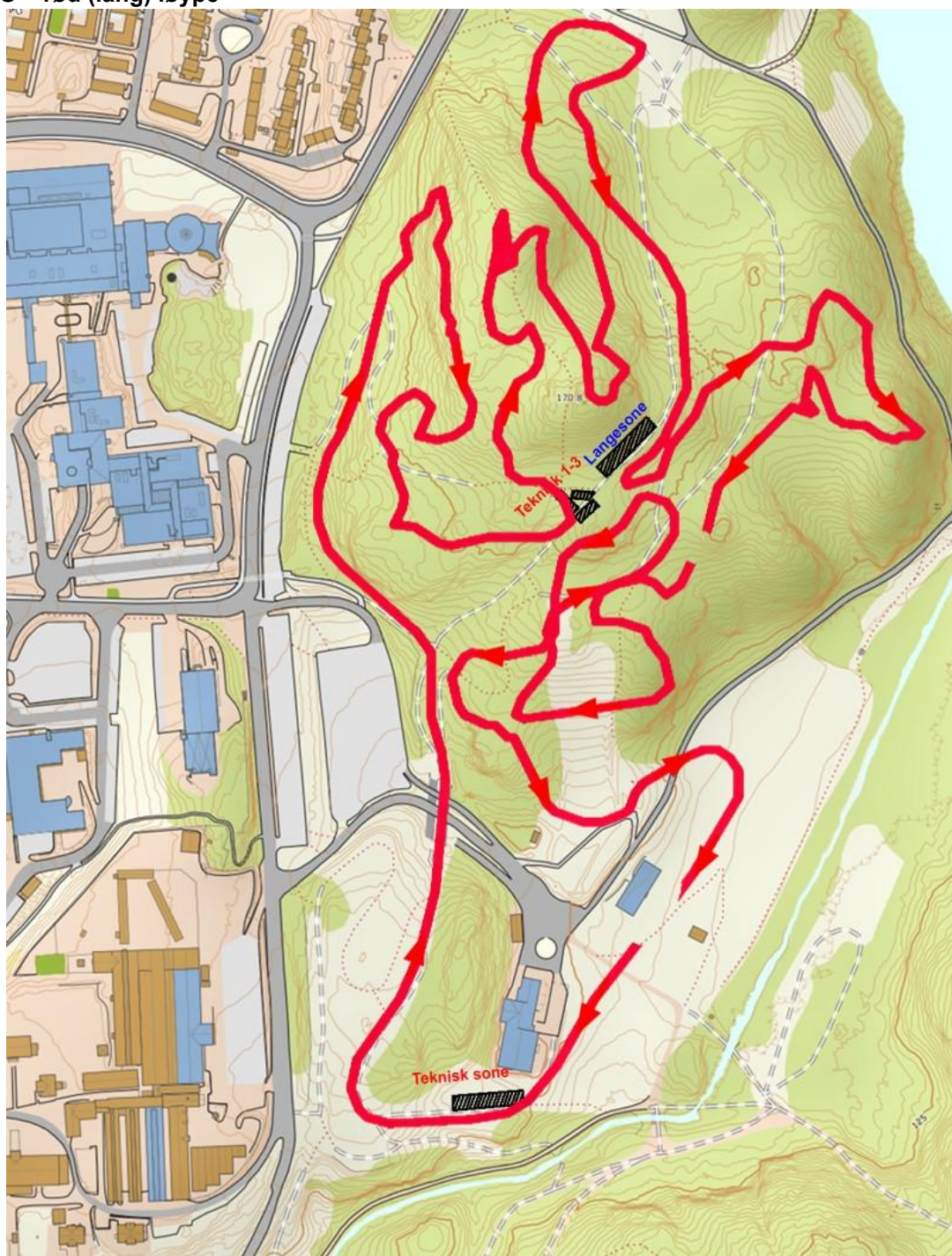
Teknisk- og langesone



Det er langesone og tre tekniske soner ute i løypa. Det er også en teknisk sone rett etter passering. Husk at de som står i langesonene skal ha akkreditering (hentes i sekretariatet) og klubb/lag-tøy.

Løypekart

XCO – rød (lang) løype



GPS-spor fra Garmin:

<https://connect.garmin.com/modern/activity/8928675735>

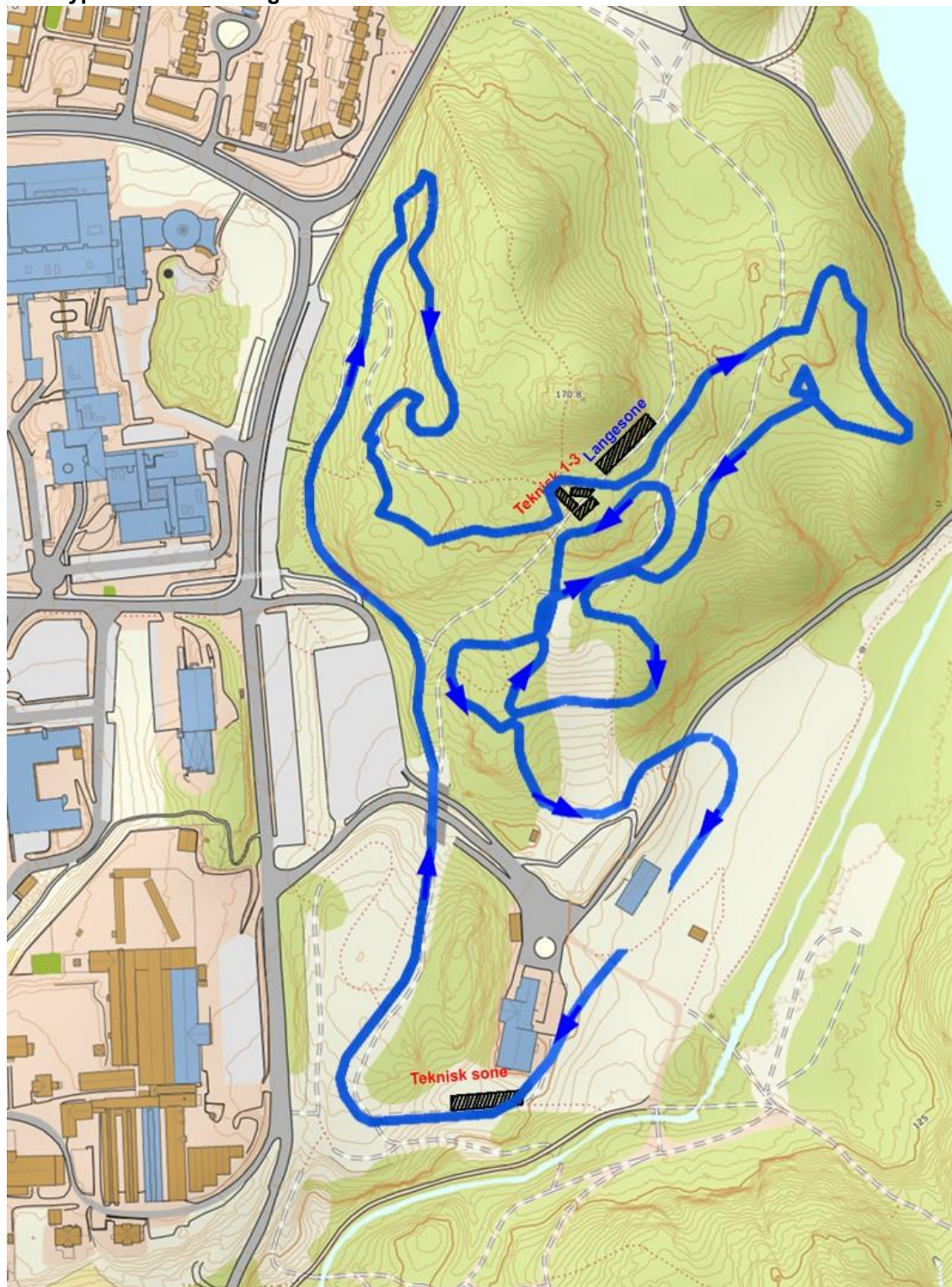


Oslo

[Oslo Terrensykkelfestival \(froy.no\)](https://froy.no)

SKULLERUD 
PARK

Blå løype XCO – menn og kvinner 13-14 år



GPS-spor fra Garmin:

<https://connect.garmin.com/modern/activity/8928478215>

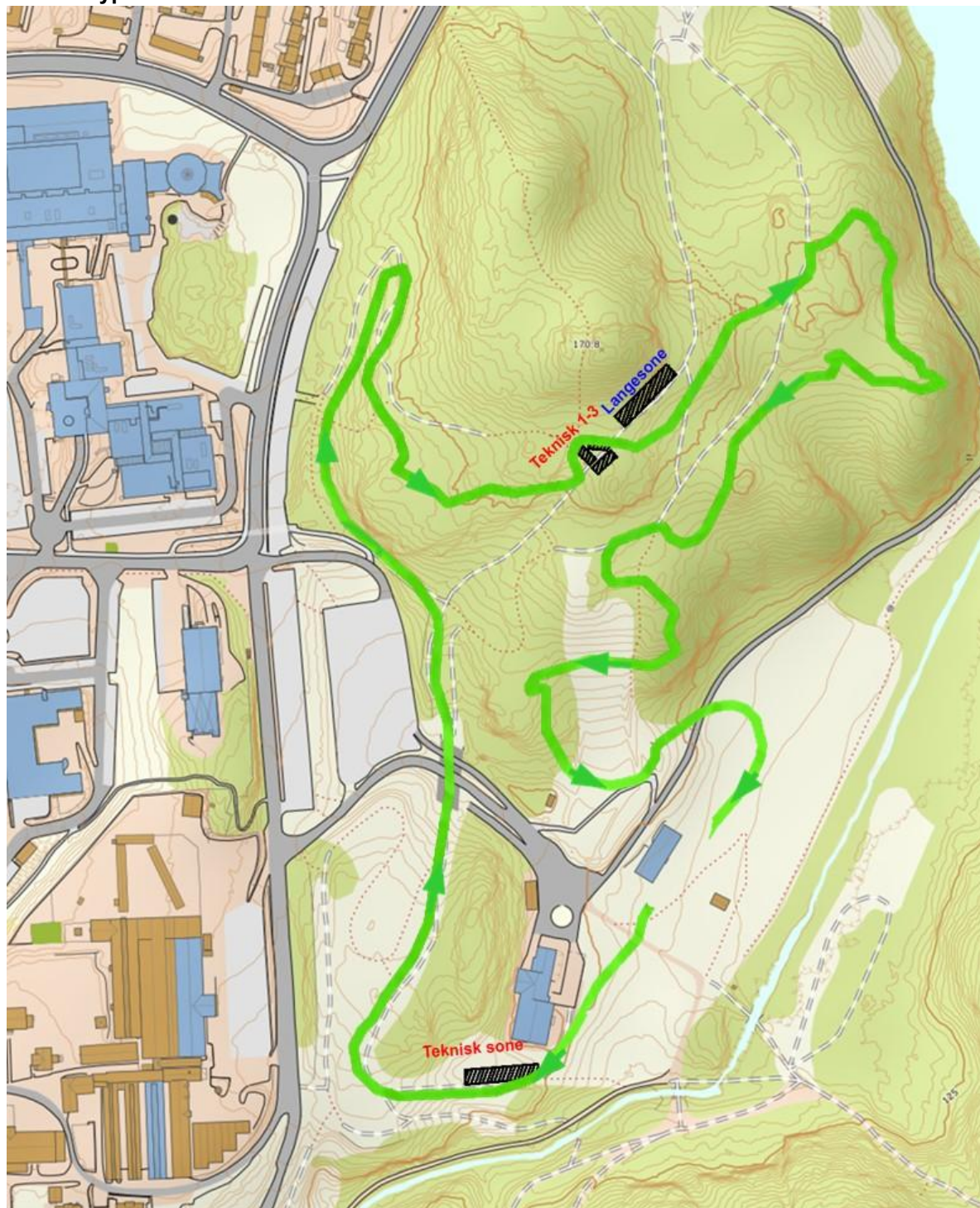


Oslo

[Oslo Terrengsykkelfestival \(froy.no\)](http://froy.no)

**SKULLERUD
PARK**

Grønn løype XCO – menn kvinner 11-12 år



GPS-spor fra Garmin:

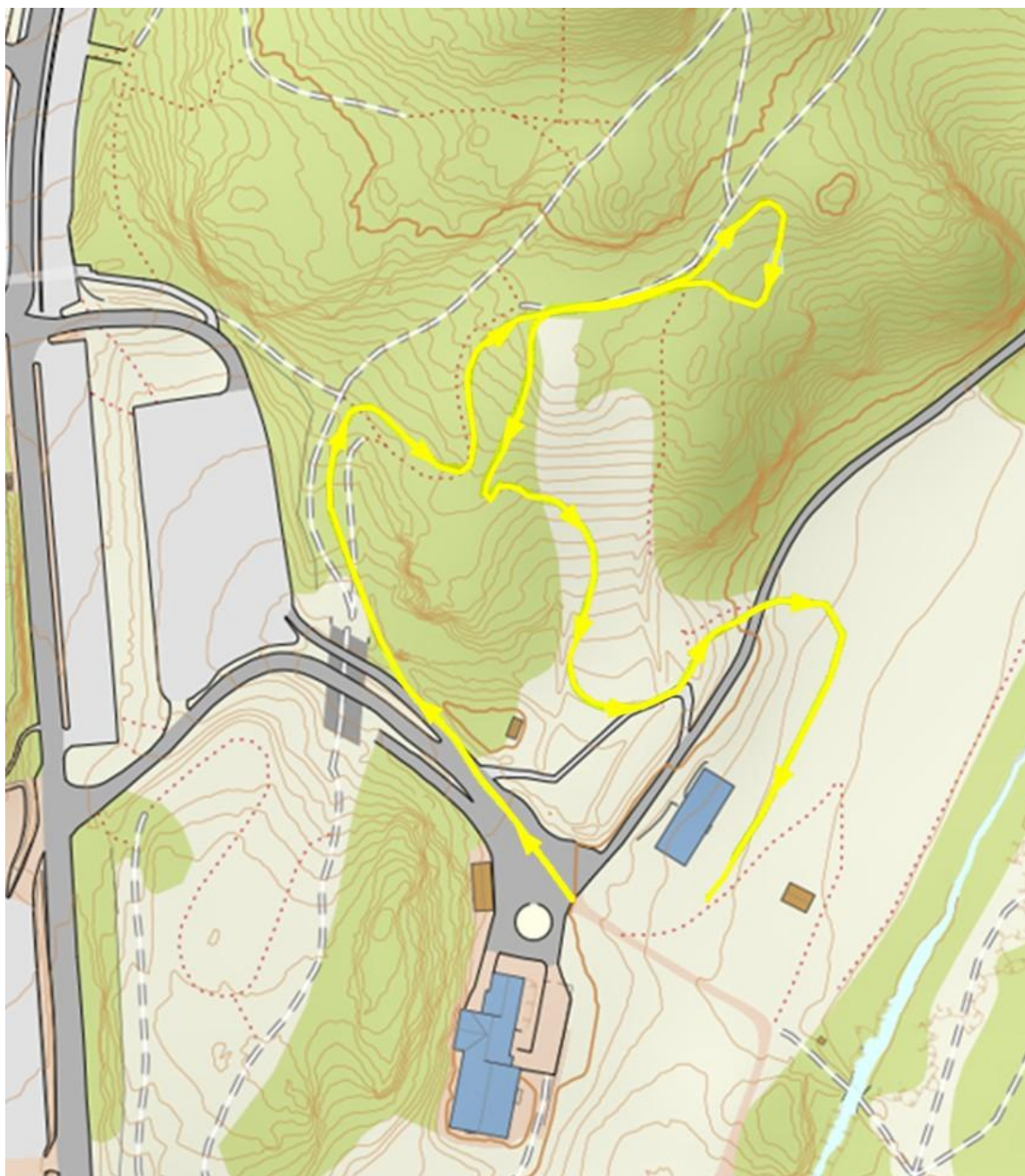
<https://connect.garmin.com/modern/activity/9009397237>



Oslo

[Oslo Terrengsykkelfestival \(froy.no\)](https://froy.no)

SKULLERUD
PARK



GPS-spor fra Garmin:

<https://connect.garmin.com/modern/activity/9009325416>

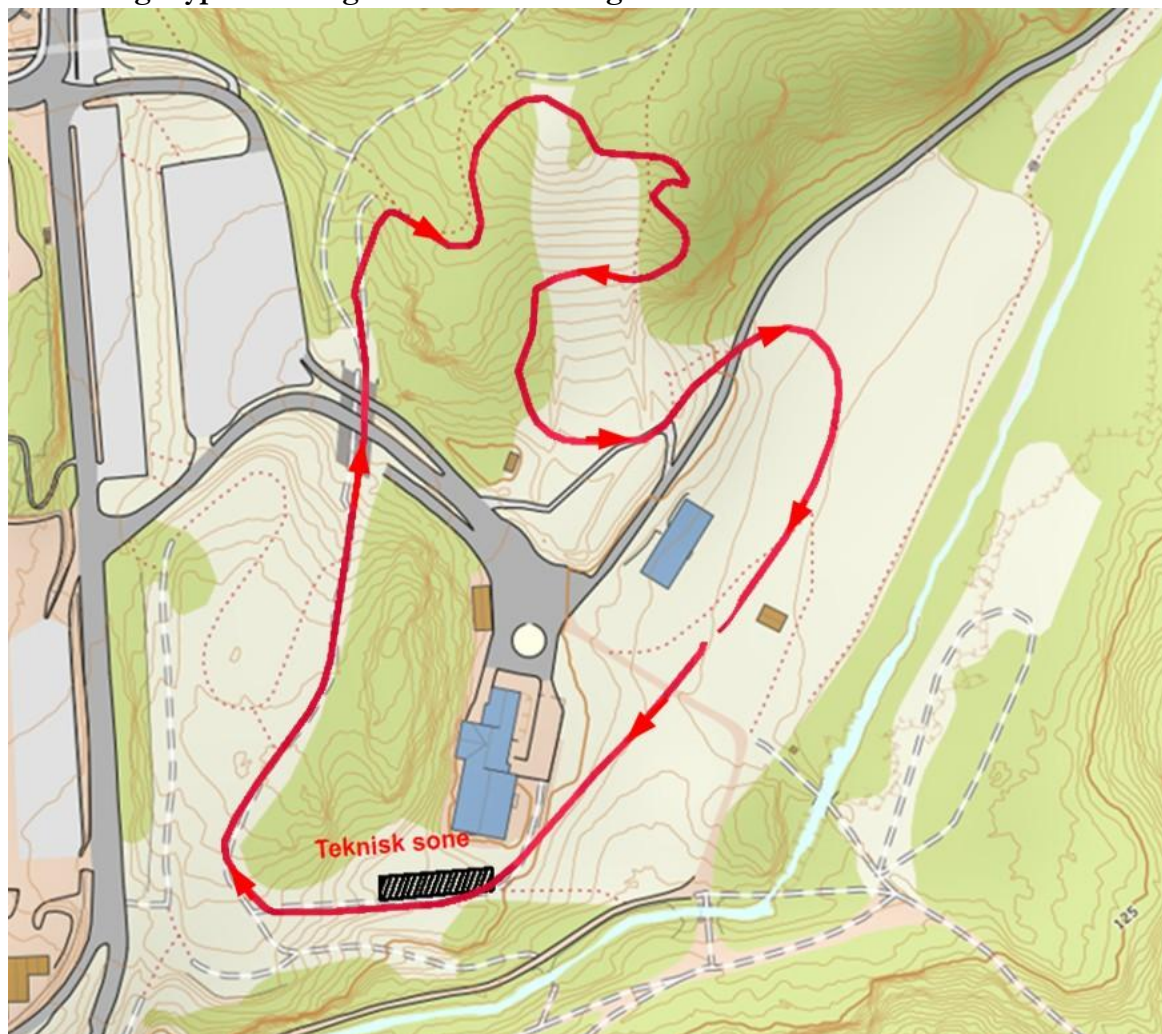


Oslo

[Oslo Terrengsykkelfestival \(froy.no\)](https://froy.no)

SKULLERUD
PARK

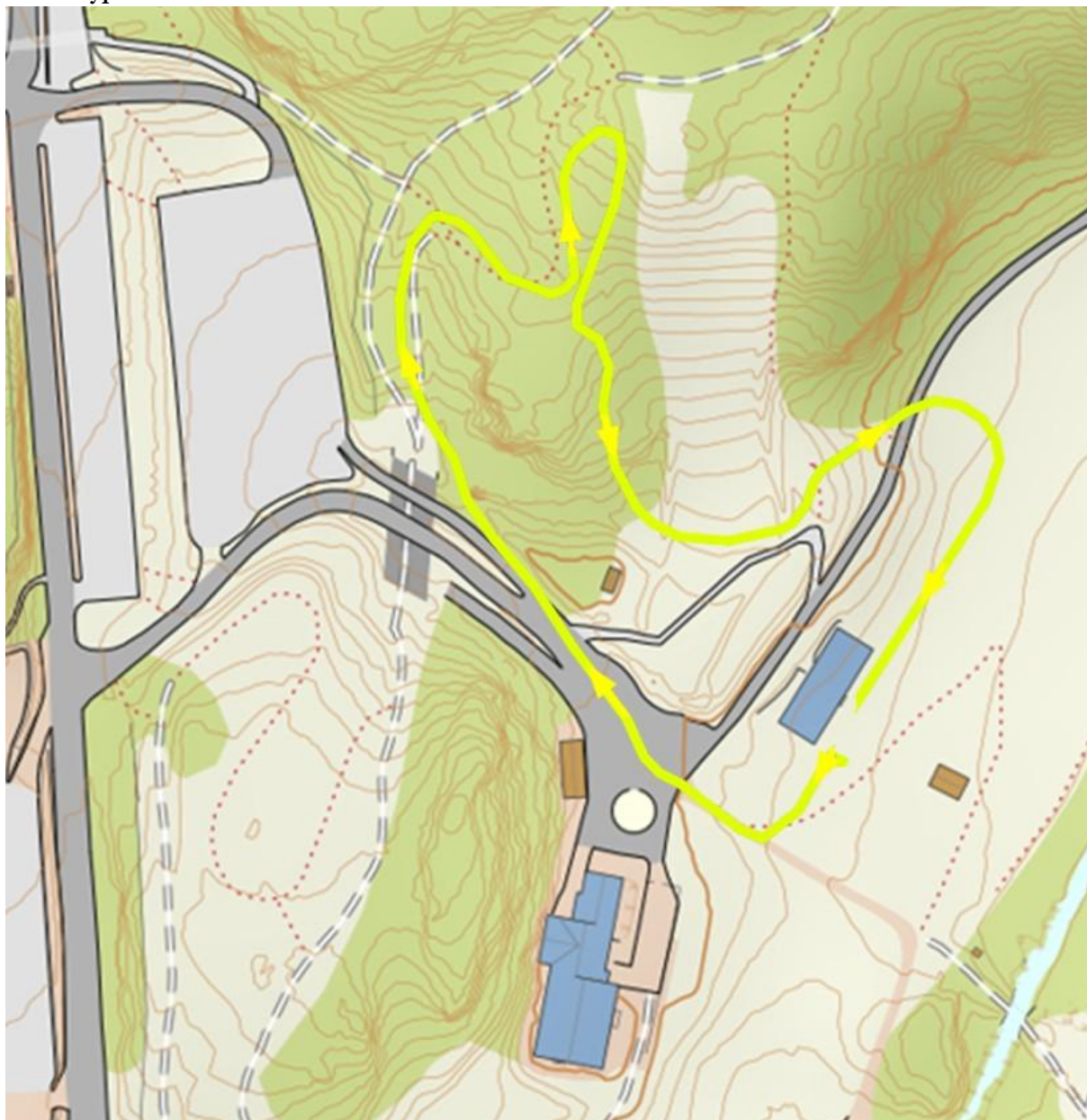
XCC -lang løype menn og kvinner fra 11 år og eldre



GPS-spor fra Garmin:

<https://connect.garmin.com/modern/activity/11509898916>

XCC-løype for 6-10 år



Alle resultatene finnes i pdf-format her:

[Løypekart NM25.pdf](#)

Resultater

Live resultatservice på www.eqtiming.no | [EQ Timing](#)

Resultatlistar blir hengt opp på arenaen så snart de er ferdige. Resultatene publiseres senere på www.sykling.no og <https://terrengsykkelfestival.froy.no>

Poeng og premier

Klassene 6 – 12 år (UL):

Premie til alle deltakere

Klassene 13 – 16 år (UM):

Pall premiering til 1-3plass. Minne/deltaker premie til alle.

Junior, U-23, Elite og Masters (NM):

Medaljer til de tre beste i hver klasse, og NM-trøye til vinner av hver klasse.

UCI- og NCF-poeng ihht. Reglement

Parkering og veibeskrivelse

Parkering

Parkering etter anvisning rett utenfor arenaområdet.

Parkering kr 100,- pr dag eller 175 kroner for begge dager. Bruk Vipps nummer #695029. Det er mulig å betale for begge dager ved ankomst lørdag.

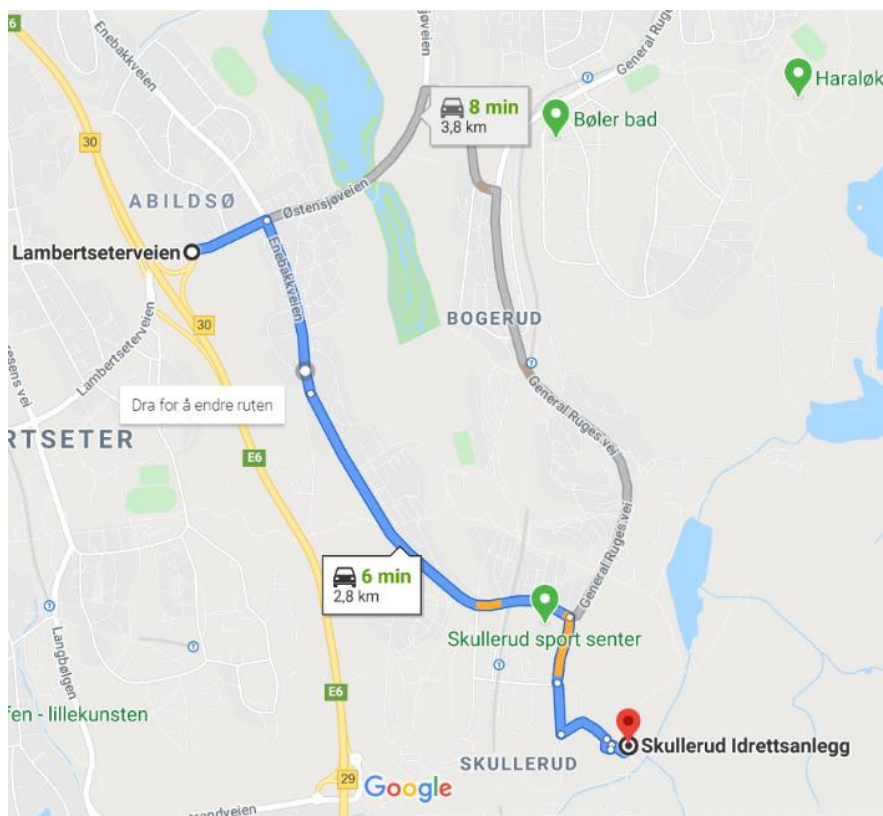
Veibeskrivelse

Ta av avkjøring 30 på E6 ved avkjøring. Kommer du sørfra svinger du til høyre. Kommer du nordfra, svinger du til venstre over E6.

Distansen til arenaen er 2,8 km

Kjør Østensjøveien til lyskryss. Ta til høyre i Enebakkveien/Skullerudveien. Ta til høyre inn General Ruges vei,

GPS-adresse: Skullerud Idrettsanlegg, General Ruges vei 106, 0692 Oslo. Det er enkel tilgang til arenaen med T-banens linje 3. Skullerud T-banestasjon ligger 650 meter fra arenaen.



Informasjon

All informasjon finnes på rittets hjemmeside:
[Oslo Terrensykkelfestival \(froy.no\)](http://Oslo Terrensykkelfestival (froy.no))

Kontaktpersoner

Arrangementskomiteen

Rolle	Navn	Email	Telefon
Rittleder	Jørn Michalsen	ritt@froy.no	+47 91345748
Ass. rittleder	Vidar Handal	Hanvid@online.no	+47 90748828
Presse/informasjon	Jørn Michalsen	ritt@froy.no	+47 91345748
Løyper	Morten Forland	leder@froy.no	
Arena	Thomas Götz	materialforvalter@froy.no	+47 45005758
Sekretariat	Sidsel Grøndalen	sidsel@micmedianor.no	+47 91335105
Påmelding og resultater	EQ Timing	participant@eqtiming.com	+47 61159020
Premier			
Tidtaking	Jostein Tofte	Jostein.tofte@dnb.no	+47 90076614
Sanitet	Røde Kors		
Dugnadsansvarlig			
Kiosk			
Økonomi			

Kommissærer

Rolle	Navn	Klubb	Merknader
SK XCO lørdag	Lars Gaarder	Sagene IF	
SK XCC søndag	Krister Granstrøm	Lillehammer CK	
Jurymedlem	Heikki Dahle	Kongsberg IF	
Jurymedlem	Bjørn Birkeland	IF Frøy	
Ass Kommissær			
Ass Kommissær			
Ass Kommissær			

Samarbeidspartnere

IF Frøy takker våre samarbeidspartnere, som gjør det mulig å gjennomføre Oslo Terrensykkelfestival.



Vårt kvalitetsløfte!

Norges Cykleforbund 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.

Arrangør	Rittets arrangør er IF Frøy, som er tilsluttet Norges Cykleforbund (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: • Oslo kommune, bymiljøetaten • Grunneier
Varsling	Rittet er varslet omgivelsene ved: • Nabovarsel • Pressedekning • Sosiale medier • Oppslag
Regler	Rittet følger NCF sine lover og regler for gjennomføring av ritt. Rittet er pålagt å følge trafikkreglene, og alle vegkryssninger blir håndtert av kvalifisert/kurset personell Sjefskommissær har det øverste ansvaret for gjennomføringen av konkurransen.
Sanitet	Det er førstehjelpspersonale til stede.
Sikkerhetsansvarlig Prosedyre ved ulykker	Kontaktinfo: 91345748 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	Info angående vakter. Det er <u>rytterens egen plikt</u> å vite hvor løypa går og hvor mange runder som skal kjøres.
Økonomi	Deltageravgiften dekker kostnader ved blant annet ovennevnte tiltak, samt kommisærer, arenautstyr, tidtaking, premier osv. Overskudd av arrangementet tilfaller klubbens satsing på: • Barn og ungdomstiltak i klubben • Ytterligere styrking av rittets bærekraft og kvalitet Klubben og arrangementet er for øvrig drevet på frivillig innsats.