



Tørst-cup

I 2023 arrangerer vi Tørst-cup på Vår Energi Arena Sola! Det blir en miks av både sprint og utholdenhet. Det kjøres både A- og B-klasse.

Dette er ikke et sykkelritt, men økter der vi trener samme distanser som du finner i vanlige baneritt. Vi går gjennom øvelsene grundig før hver start.

Du må ha A1-akkreditering og Folkekort, dagspass eller klippekort.

Deltakere er selv ansvarlige og selv om det ikke behøves lisens, anbefaler vi NCF-lisens som dekker utøvers forsikring, denne dekker også trening.

Siste løp i cupen er 15. mars. Det blir det kjørt en omnium med både utholdenhet- og sprintøvelser for både A- og B-klasse:

17.00-18.00: Oppvarming

18.00-18.15: 20 runder scratch, A-klasse

18.15-18.30: 20 runder scratch, B-klasse

18.40-18.55: 1 runde stillestående start, A-klasse

18.55-19.10: 1 runde stillestående start, B-klasse

19.15-19.30: Flying 500m, A-klasse

19.30-19.45: Flying 500m, B-klasse

19.50-20.15: 60 runder tempo-poengritt, A-klasse

20.15-20.40: 40 runder tempo-poengritt, B-klasse

På de første 3 øvelsene gis det poeng etter omniumskala (40, 38, 36, 34 osv.)

Regler tempo-poengritt: Etter en nøytral runde deles det ut 1 poeng til første rytter over streken hver runde. Hver 10. runde deles det ut 5, 3, 2, 1 poeng til de 4 første. Det gis ikke doble poeng på siste spurt. Alle poengene legges på poengene som er samlet ved de første 3 øvelsene. Ved lik poengsum sammenlagt er det laveste tid på de to tidsøvelsene som avgjør.

Og, for moro skyld kjører vi poengsystem som dette;

Det gis poeng til sammenlagtvinner på hvert løp. Enkeltøvelser gir ikke poeng i sammendraget.

Plass	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Poeng	20	17	15	13	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1