



HJÓLREIÐASAMBAND ÍSLANDS

Keppnisreglur HRÍ

Uppfærðar 2020

Kafli 1 - Almennar upplýsingar	2
1.1 Skilgreiningar	2
1.2 Gildissvið	2
1.3 Keppnisgreinar innan HRÍ	3
Götuþjólagreinar	3
Fjallahjólagreinar	3
Cyclo-Cross	3
BMX (Bætist við 2021)	3
1.4 Keppnisdagatal	3
1.5 Keppnishaldari	3
1.6 Tímataka og dómgæsla	4
1.7 Úrslit og kærur	5
1.8 Auglýsingar	6
Kafli 2 - Almennar keppnisreglur	7
2.1 Íslandsmeistari	7
2.2 Stigamót	7
2.3 Keppnisreglur sem gilda í öllum greinum hjólreiða innan HRÍ	8
2.4 Lyfjæftirlit	9
2.5 Reglur um hjól og búnað	10
2.6 Tækniframfarir	10
Kafli 3 - Götuþjólagreinar	11
3.1 Götuþjólagreinar	11
3.2 Flokkar í stigamótum	11
3.3 Flokkar á íslandsmóti í götuþjólreiðum	13
3.4 Tafla um aldursskiptingu fyrir árið 2020	14
3.5 Götuþjólreiðar (RR)	14
3.6 Criterium (hringkeppnir) - Viðbótarreglur	16

3.7 Fjöldægrakeppnir - Viðbótarreglur	16
3.8 Tímataka - Viðbótarreglur	17
3.9 Liðatímataka	18
Kafli 4 - Fjallahjólagreinar	18
4.1 Flokkar í fjallahjólagreinum	18
4.2 Almennar reglur í fjallahjólagreinum	19
4.3 Fjallahjólreiðar (XC) og maraþonfjallahjólreiðar	19
4.4 Fjallabrun (Downhill)	20
Kafli 5 - Cyclo-Cross	22
5.1 Flokkar og tímalengdir	22
5.2 Keppnisbraut	22

Kafli 1 - Almennar upplýsingar

1.1 Skilgreiningar

1. *HRÍ*: Meirihluti stjórnar Hjólreiðasambands Íslands
2. *Keppnisdagatalsgjald*: Gjald sem HRÍ er heimilt að innheimta af keppnishaldara fyrir keppni sem óskað er eftir að sett verði á keppnisdagatal HRÍ og er hvorki íslandsmót né stigamót.
3. *Keppnishaldari*: Viðurkenndur aðili af HRÍ, til dæmis aðildarfélag eða mótsstjórn.
4. *Keppnishandbók*: Ítarlegar upplýsingar um viðkomandi keppni þar sem fram kemur a.m.k. rástími, flokkar, vegalengd og leiðarlýsing auk annarra nauðsynlegra upplýsinga fyrir keppendur.
5. *Mótsstjórn*: Mótsstjóri, yfirdómari og keppnishaldari. Heimilt er að hafa aðeins einn dómara í fámennum mótum og er hann þá yfirdómari. Ef þörf krefur er unnt að skipa fleiri aðila í mótsstjórn. Yfirdómari fer með æðsta vald varðandi ákvarðanir sem teknar eru og varða keppnina, eins og nánar er tilgreint í þessum reglum.
6. *Yfirdómari*: Eftirlitsaðili á vegum HRÍ.
7. *Þátttakandi*: Keppandi, áhorfandi, þjálfari, aðstoðarmaður keppanda, dómari, starfsmaður á vegum keppnishaldara, fjölmiðlafulltrúi o.þ.h.
8. *Keppnisstjóri*: Sá aðili sem er í forsvari fyrir keppnishaldara og er skráður tengiliður samkvæmt keppnishandbók.

1.2 Gildissvið

Reglur þessar gilda eingöngu um íslandsmót og stigamót sem haldin eru innan HRÍ. HRÍ mælist þó til þess að þessar reglur gildi í öllum hjólreiðamótum á Íslandi.

1.3 Keppnisgreinar innan HRÍ

Götuþjólagreinar

Götuþjólreiðar
Criterium
Tímataka
Liðatímataka

Fjallahjólagreinar

Fjallahjólreiðar XCO (Cross Country)
Maráþonfjallahjólreiðar XCM
Fjallabrun
Enduro (bætist við 2021)

Cyclo-Cross

BMX (Bætist við 2021)

1.4 Keppnisdagatal

1.4.1 Keppnisdagatal HRÍ er listi í tímaröð yfir stiga- og íslandsmót sem haldin eru innan HRÍ. Keppnisdagatalið skal vera aðgengilegt á vefsíðu HRÍ.

1.4.2 Drög að keppnisdagskrá skulu liggja fyrir á síðasta formannafundi árið áður. Keppnisdagskrá HRÍ skal fullbúin og kynnt tveimur vikum fyrir Hjólreiðaping.

1.4.3 Keppnishaldari getur óskað eftir að halda stigamót eða íslandsmót. Mótanefnd og stjórn HRÍ ákveða hvaða mót gilda til stiga í mótaröð. HRÍ getur heimilað keppnishaldara sem heldur íslandsmót að láta mótið einnig gilda sem stigamót.

1.4.4 HRÍ tekur keppnisgjald að fjárhæð 1.000 kr. fyrir hvern keppanda í stigamóti og íslandsmóti. Umsókn um stigamót og íslandsmót skulu fylgja upplýsingar um í hvaða grein skal keppt, keppnisfyrirkomulag og drög að keppnisbraut með áætluðum vegalengdum fyrir hvern flokk.

1.4.5 Öll íslandsmót og stigamót eru sett á keppnisdagatal HRÍ án endurgjalds. HRÍ er heimilt að innheimta gjald (keppnisdagatalsgjald) af keppnishaldara fyrir keppni sem óskað er eftir að sett verði á keppnisdagatal HRÍ og er hvorki íslandsmót né stigamót.

1.4.6 Í undantekningartilvikum getur HRÍ heimilað smávægilegar breytingar á keppnisdagatali eftir að það er gefið út, til dæmis varðandi dagsetningu keppni, vegalengd, flokka eða ef keppni er aflýst. Allar breytingar skulu tilkynntar á vefsíðu HRÍ. Mótanefnd HRÍ skal sjá til þess að tilkynningu verði sett á vefsíðu.

1.4.7 Keppnishaldari skal auglýsa og kynna viðkomandi keppni með því nafni sem fram kemur á keppnisdagatali HRÍ. Keppnishaldari getur óskað eftir að breyta nafni á keppni eftir að keppnisdagatal er gefið út, sömuleiðis getur HRÍ óskað eftir nafnabreytingu, til dæmis til að koma í veg fyrir misskilning eða nafnarugling við aðra keppni. Keppnishaldari skal forðast að auglýsa eða kynna keppni sína þannig að hún hafi aðra stöðu en hún hefur.

1.4.8 Skráning keppni á keppnisdagskrá HRÍ felur í sér að keppnishaldari hafi leyfi til að halda keppnina en felur ekki í sér að UCI eða HRÍ beri ábyrgð á framkvæmd og skipulagi keppninnar. Keppnisreglur HRÍ - Uppfært 2020

1.5 Keppnishaldari

1.5.1 Keppnishaldari skal viðurkenndur af HRÍ samkvæmt lögum þess.

1.5.1 Keppnishaldari ber einn ábyrgð á skipulagi og framkvæmd keppni í samræmi við reglur HRÍ gagnvart keppendum, þjálfurum, aðstoðarfólki, dómurum og áhorfendum. Keppnishaldari getur leitað til HRÍ sé eitthvað óljóst í keppnisreglum HRÍ.

Fyrir stigamót og íslandsmót tekur HRÍ gjald að fjárhæð 1.000 kr. fyrir hvern keppanda. Á stigamótum og íslandsmótum útvegur og greiðir HRÍ fyrir verðlaunagripi, tímatökubúnað og dómara.

1.5.2 Keppnishaldari skal tryggja eftir fremsta megni að ýtrasta öryggis sé gætt. Keppnishaldari skal tryggja að keppni fari fram við eins góðar aðstæður og hægt er fyrir alla sem að keppninni koma. Hér er meðal annars átt við keppendur, áhorfendur, þjálfara, aðstoðarfólk, dómara, starfsmenn, sjúkraþjónustu og björgunarsveitir.

1.5.3 HRÍ getur skipað eftirlitsaðila með keppnum til að taka út framkvæmd mótshaldara.

1.5.4 Keppnishaldari skal gefa út keppnishandbók um viðkomandi keppni og skal hún vera birt ekki minna en viku áður en skráningu lýkur. HRÍ getur krafist endurbóta teljist keppnishandbók ekki innihalda nauðsynlegar upplýsingar að mati HRÍ. Hægt er að finna sniðmát að keppnishandbók á vefsíðu HRÍ ásamt leiðbeiningum um hvaða grunnupplýsingar verða að koma fram í handbókinni.

1.5.5 Öll keppnisgjöld skulu greidd við skráningu og er keppnishaldara heimilt að hafna greiðslu og þar af leiðandi skráningu frá keppanda sem berst eftir auglýstan greiðslufrest. Keppnishaldari getur einnig meinað keppanda þátttöku hafi hann ekki greitt keppnisgjald eða vegna skulda keppanda frá fyrri keppnum.

1.5.6 Keppnishaldari hefur alla yfirstjórn á keppnissvæðinu og þarf að tryggja nægilegt öryggi keppenda og áhorfenda í samráði við lögreglu og Vegagerðina, eftir því sem við á. Keppnishaldari skal útvega öll tilskilin leyfi fyrir keppni fyrir notkun vega og landsvæðis.

1.5.7 Það er hlutverk keppnishaldara að afla allra tilskilinna leyfa fyrir keppni, þ.e. frá veghaldara og lögreglu og sveitarfélags ef við á.

1.5.8 Keppnishaldari skal tryggja að keppnisbraut og keppnissvæði bjóði ekki upp á staði eða aðstæður þar sem öryggi keppenda, áhorfenda, dómara, starfsmanna og annarra er stefnt í sérstaka hættu. Yfirdómari getur skilgreint slíkar aðstæður.

1.5.9 Í samráði við HRÍ getur keppnishaldari ákveðið að fresta, aflýsa eða stöðva keppni vegna ófyrirsjáanlegra aðstæðna. Sé móti frestað skal keppnishaldari ákveða nýja tímasetningu í samráði við HRÍ.

1.5.9 Keppnishaldari skal tryggja að nærliggjandi heilbrigðisstofnun sé upplýst um hjóltreiddamót, tilkynna skal tímasetningar, keppnisbraut og hvernig komast má á staðinn, sé það ekki augljóst. Sömu leiðis skal keppnishaldari tryggja að einhverjir starfsmenn hafi lokið skyndihjálparnámskeiði og geti veitt fyrstu hjálp.

1.6 Tímataka og dómgæsla

1.6.1 HRÍ gerir þjónustusamning varðandi tímatöku fyrir stigamót og íslandsmót. HRÍ ber kostnað af leigu á tímatökubúnaði en keppnishaldari þarf að greiða fyrir eða útvega starfsmann til að sjá um tímatöku. Á þeim mótum þar sem gerð er krafa um endamarksmyndavél greiðir HRÍ fyrir þann búnað ásamt nauðsynlegum starfsmanni.

Keppendur geta leigt tímatökuflögu af þjónustuaðila og fá þeir þá á móti afslátt af keppnisgjaldi sem HRÍ tekur fyrir hvern keppenda.

1.6.2 Dómari skal vera viðstaddur öll íslandsmót.

1.6.3 Dómari skal vera viðstaddur stigamót þegar keppendafjöldi fer yfir viðmiðunarmörk sem skilgreind eru af HRÍ.

1.6.4 Í öðrum mótum skal vera skilgreindur dómari sem keppnishaldari getur haft samband við símleiðis komi upp ágreiningsmál sem bera þarf undir dómara.

1.6.5 HRÍ greiðir laun dómara en HRÍ og keppnishaldari þurfa að semja sérstaklega sín á milli fyrir hvert mót varðandi ferðakostnað og upphald dómara.

1.6.6 Nánari upplýsingar um hlutverk dómara má finna á vefsíðu HRÍ.

1.7 Úrslit og kærur

1.7.1 Úrslit sem birtast jafnóðum í lifandi tímatöku eru ekki staðfest úrslit. Úrslit eru ekki staðfest fyrr en yfirdómari hefur afgreitt þær kærur sem berast innan 30 mínútna eftir að síðasti keppandi kemur í mark. Staðfest úrslit eru kynnt í verðlaunaafhendingu og svo birt á hri.is.

1.7.2 Kærufrestur vegna atvika í keppni er 30 mínútum eftir að keppandi kemur í mark. Sé atvik kært hafa dómara 60 mínútna frest frá því að síðasti keppandi kemur í mark til að ákveða hvort kæra verður tekin til greina. Verði kæra tekin til greina hafa dómara frest til miðnættis næsta dag til að kveða upp úrskurð.

1.7.3 Verði keppandi var við brot á reglu í keppni ber honum að tilkynna keppnisstjóra eða yfirdómara það innan 30 mínútna frá því að hann lauk keppni. Yfirdómari túlkar reglurnar, tekur við ábendingum, kvörtunum, kærum, dæmir tímavíti og ákveður brottvísun úr keppni.

1.7.4 Yfirdómara er þó heimilt að víkja frá reglu 1.7.3 meti hann aðstæður svo að þörf sé á að taka ábendingu til formlegrar umfjöllunar.

1.7.5 Formlegt eyðublað fyrir kærur má finna á vefsíðu HRÍ. Mótstjórn skal vera með tilbúin kærublöð í endamarki en einnig er hægt að senda kæru rafrænt á keppnisstjórn og yfirdómara. Netfang þeirra aðila á að vera í hverri keppnishandbók.

1.7.6 Þegar meint brot á keppnisreglum er kært þarf eftirfarandi að koma fram í kæru:

1. Hvaða keppnisregla er talin hafa verið brotin.
2. Hvar og hvenær hafi viðkomandi brot átt sér stað.
3. Hverjir hafi orðið uppvísir að broti.
4. Nákvæm lýsing á broti.

1.7.7 Sé til myndband eða myndir sem sýna brotið má senda það sem viðhengi eða sýna yfirdómara og keppnisstjórn það þegar kæran er lögð fram.

1.7.8 Úrskurður yfirdómara er bindandi en aftur á móti er unnt að kæra úrskurðinn til dómstóls ÍSÍ viku frá því að atvik átti sér stað.

1.7.9 Geri keppandi athugasemd við tíma í staðfestum úrslitum ber keppnisstjóra að taka slíkar athugasemdir strax til umfjöllunar. Athugasemd verður að berast eigi síðar en einni viku eftir að staðfest úrslit voru birt á vef HRÍ.

1.8 Auglýsingar

1.8.1 Í samræmi [reglugerð ÍSÍ um auglýsingar](#) er keppanda, aðildarfélagi, liði eða keppnishaldara óheimilt að auglýsa eða tengja sig við vörumerki sem tengjast tóbaki, áfengi, klámi eða öðrum vörum eða vörumerkjum sem gætu skaðað ímynd HRÍ eða hjólreiða á Íslandi.

Brot á grein 1.8.1 getur leitt til þess að:

1. Keppanda sé meinuð þátttaka í keppni.
2. Félagi sé meinuð þátttaka í keppni.
3. Liði sé meinuð þátttaka í keppni.
4. Keppni sé fjarlægð af keppnisdagskrá HRÍ.

Kafli 2 - Almennar keppnisreglur

2.1 Íslandsmeistari

2.1.1 Rétt til þátttöku á íslandsmótum hafa íslenskir ríkisborgarar sem eru fullgildir meðlimir í viðurkenndu hjólreiðafélagi eða hjólreiðadeild innan vébanda ÍSí (skráð í umsjónarkerfi ÍSí). Sá sem öðlast íslenskan ríkisborgararétt frá og með 1. janúar á keppnisárinu getur keppt um Íslandsmeistaratitil.

2.1.2 Erlendur ríkisborgari öðlast ekki þátttökurétt á íslandsmóti fyrr en eftir að hafa átt lögheimili á Íslandi í þrjú ár, að því gefnu að viðkomandi sé fullgildur meðlimur í félagi innan ÍSí.

2.1.3 Sigurvegari á íslandsmóti í hverri grein hlýtur titilinn Íslandsmeistari sem viðkomandi ber þangað til næsta íslandsmót í þeirri grein fer fram.

2.1.4 HRÍ veitir Íslandsmeisturum í Elite-flokkum karla og kvenna Íslandsmeistaratreyju við afhendingu verðlauna.

Íslandsmeistara er að auki heimilt að framleiða sína eigin Íslandsmeistaratreyju í samráði við HRÍ og nota hana meðan viðkomandi er ríkjandi Íslandsmeistari.

2.1.5 Íslandsmeistara er einungis heimilt að keppa í Íslandsmeistaratreyju sé viðkomandi ríkjandi Íslandsmeistari í þeirri keppnisgrein. Ekki má keppa í Íslandsmeistaratreyju á íslandsmóti, enda er þá verið að keppa um Íslandsmeistaratitil.

2.1.6 Fyrrum Íslandsmeistara er heimilt að hafa fánarendur á keppnisgalla og hjóli sem tákna að hann sé fyrrum Íslandsmeistari, þó hann sé ekki ríkjandi Íslandsmeistari. Þetta skal gert í samráði við HRÍ.

2.2 Stigamót

2.2.1 Rétt til þátttöku á stigamótum hafa fullgildir meðlimir í viðurkenndu hjólreiðafélagi eða hjólreiðadeild innan vébanda ÍSí (skráð í umsjónarkerfi ÍSí).

2.2.2 HRÍ hefur heimild til að leyfa þátttöku erlendra hjólreiðamanna og aðila utan íþróttahreyfingarinnar í opnum mótum sem þannig eru auglýst.

HRÍ ákveður með hvaða hætti skráning í keppnir á keppnisdagdagatali fer fram.

Almennt skal skráning fara fram á hri.is og vera lokið eigi síðar en 72 tímum fyrir fyrstu ræsingu í keppni.

2.2.3 Stigakerfi í stigamótum

Sæti	Stig	Sæti	Stig	Sæti	Stig
1.	50	11.	10	21.	1
2.	40	12.	9	22.	1
3.	32	13.	8	23.	1
4.	26	14.	7	24.	1
5.	22	15.	6	25.	1
6.	20	16.	5	26.	1
7.	18	17.	4	27.	1

8.	16	18.	3	28.	1
9.	14	19.	2	29.	1
10.	12	20.	1	30.	1

2.2.4 Í stigamótum þarf að halda að lágmarki fjórar keppnir innan eftirfarandi hjólréiðagreina:

1. Fjallahjólréiða.
2. Götuhjólréiða.
3. Tímatöku.
4. Fjallabrunns.
5. Cyclo-Cross.

Íslandsmót getur talið til stiga ef erfitt reynist að fá keppnishaldara eða dagsetningu fyrir fjögur stigamót.

2.2.5 Í stigakeppnum gilda stig úr öllum stigamótum nema einu.

Til að geta talist stigameistari verður að ná stigum úr 3 keppnum að lágmarki. Stigahæstu keppnir viðkomandi hjólréiðamanns gilda. Ef tveir hjólréiðamenn eru jafnir að stigum eftir öll mót telst sá sigurvegari sem oftast er í fyrsta sæti, ef enn er jafnt þá sá sem er oftast í öðru sæti o.s.frv. Ef keppendur eru enn jafnir þá mun sá hjólréiðamaður sem var ofar í síðustu keppni ársins verða Stigameistari.

2.3 Keppnisreglur sem gilda í öllum greinum hjólréiða innan HRÍ

2.3.1 Hjólréiðamenn mega aðeins keppa fyrir eitt félag á sama keppnistímabili.

2.3.2 Hjólréiðamenn mega aðeins keppa í einum flokki í hverri grein á sama keppnistímabili.

2.3.3 Hjálmaskylda er í öllum keppnum á keppnisdagskrá HRÍ. Keppendur skulu klæðast viðeigandi hjólréiðafatnaði eftir hverri keppnisgrein. Sjá sérreglur keppnisgreina.

2.3.4 Keppendur sýna ávallt ýtrustu varúð í samræmi við aðstæður. Keppendum ber að fara eftir keppnisreglum HRÍ og öllum þeim viðbótareglum sem komið geta fram í keppnishandbók keppnishaldara.

2.3.5 Þátttaka er að öllu leyti á ábyrgð keppenda. HRÍ, yfirdómari eða keppnishaldari hafa rétt til að meina keppanda þátttöku sé talið að ástand (ölvun, víma, þreyta eða annað sem hefur áhrif á getu) eða getustig viðkomandi stofni öryggi hans sjálfs eða annarra í hættu.

2.3.6 Keppendur skulu sýna af sér íþróttamannslega hegðun sem er hjólréiðaíþróttinni til framdráttar. Keppendur skulu ávallt koma heiðarlega og drengilega fram við aðra þátttakendur, jafnt í keppni og utan keppni. Hótanir og niðrandi ummæli um aðra þátttakendur eru hvorki leyfð í keppni né utan keppni.

2.3.7 Keppnishaldari getur vikið keppanda úr keppni brjóti hann einhverja reglu í undirgreinum keppnisreglum HRÍ. Jafnframt getur stjórn HRÍ meinað keppanda þátttöku í móti hafi hann gerst uppvís að því að brjóta reglur.

2.3.8 HRÍ getur ekki undir nokkrum kringumstæðum orðið ábyrgt fyrir slysum sem geta orðið í keppni vegna hættu í braut eða mistaka við framkvæmd.

2.3.9 Keppendum ber að kynna sér keppnisbraut fyrir keppni. Keppendum er óheimilt að yfirgefa keppnisbraut nema vegna beinna fyrirmæla frá lögreglu eða keppnishaldara.

Yfirgefi keppandi keppnisbraut vegna misskilnings, ábendingar frá utanaðkomandi aðila eða vegna lélegrar þekkingar á keppnisbraut hefur keppandi lokið keppni án tíma eða sætis og getur ekki gert neinar kröfur á keppnishaldara eða HRÍ um áætlaðan tíma eða sæti í viðkomandi keppni. Yfirgefi keppandi keppnisbraut getur hann einungis haldið áfram í keppninni með því að koma aftur á sama stað inn á braut og ljúka sömu vegalengd og aðrir keppendur í sama flokki.

2.3.10 Yfirgefi keppandi keppnisbraut tímabundið og komi hann inn á brautina á öðrum stað en hann yfirgaf hana og með þeim hætti að dómari meti að keppandi hafi brotið reglu samkvæmt grein 2.3.9 getur dómari áminnt keppanda eða vikið honum úr keppni. Yfirdómara er heimilt að veita keppanda áminningu eða banna frekari þátttöku keppanda í öðrum mótum teljist brot á reglu samkvæmt grein 2.3.9 alvarlegt.

2.3.11 Ef einn eða fleiri keppendur yfirgefa auglýsta keppnisbraut vegna fyrirmæla lögreglu eða keppnishaldara er ekki hægt að refsa þeim samkvæmt grein 2.3.10. Ef slík fyrirmæli gefa umræddum keppendum forskot á aðra keppendur skulu þeir hefja keppni aftur á sama stað miðað við aðra keppendur (sama sæti) eða bíða eftir fyrirmælum keppnishaldara ef hann er til staðar eða öðrum aðila á hans vegum. Ef allir keppendur eða hluti þeirra fara ranga leið skal keppnishaldari gera allt sem í hans valdi stendur til að leiðbeina og koma keppendum aftur á réttan stað í keppnisbraut, þó ekki þannig að það valdi keppendum tjóni.

2.3.12 Þegar margir keppendur koma saman í mark hljóta þeir allir sama tímann (en mótsstjórn úrskurðar um röð þeirra). Annar tími verður skráður á keppanda eða keppendur í öðrum hóp sem koma í mark meira en sekúndu á eftir þeim keppanda sem kom síðastur í mark (í hóp þar á undan).

2.3.13 HRÍ getur leiðrétt röð keppanda (leiðrétt úrslit lifandi tímatöku) innan viku frá birtingu þeirra komi eitthvað fram sem sýnir fram á að röð keppenda hafi verið röng.

2.3.14 HRÍ er skylt að upplýsa keppnishaldara og hlutaðeigandi keppendur um leiðréttingar á úrslitum samkvæmt grein 2.3.13. HRÍ ber að tryggja að úrlausn slíkra leiðréttinga sé skýr og leiði ekki af sér frekari leiðréttingar.

2.4 Lyfjaeftirlit

2.4.1 Lög ÍSÍ um lyfjamál gilda í öllum keppnum á vegum HRÍ. Misnotkun lyfja samkvæmt lista WADA er bönnuð. HRÍ skuldbindur sig til að leyfa Lyfjaeftirliti Íslands og UCI að framkvæma lyfjapróf í keppni eða utan keppni á einstaklingum innan vébanda HRÍ.

2.5 Reglur um hjól og búnað

2.5.1 Keppnisreiðhjól er faratæki með tvö hjól (dekk á gjörð) sem hafa sama þvermál¹. Hægt er að beygja með framhjólinu. Hjólið er knúið áfram í gegnum pedala sem tengjast afturhjóli með keðju.

2.5.2 Keppnisreiðhjól og aukahlutir þeirra eru gerðir til notkunar fyrir hjólréiðar sem íþrótt. Notkunar búnaðar sem hannaður er sérstaklega til að bæta árangur er ekki leyfilegur nema í samræmi við undirgreinar 2.5.

2.5.3 Keppnishjól er hannað þannig að keppandi situr á hjólinu (oftast). Í þeirri stöðu hefur keppandi fætur á pedölum, hendur á stýri og situr á hnakk.

2.5.4 Keppnisreiðhjól hefur stýri sem er hannað þannig að hægt sé að hjóla og stjórna hjólinu á öruggan hátt við allar aðstæður.

2.5.5 Einungis er hægt að knýja hjólið áfram með hringlaga fótahreyfingum í gegnum pedala áföstum tannhjóli sem tengist tannhjóli á afturhjóli með keðju. Þessi hreyfing fer fram án rafmagns eða utanaðkomandi aðstoðar eða mótors.²

2.5.6 Keppanda er skylt að tryggja að búnaður hans (hjólið með leyfilegum aukahlutum, hjálmur, föt og annar búnaður til notkunar í keppni) sé þannig hannaður og af þeim gæðum að hann valdi hvorki sér né öðrum keppendum hættu.

2.5.7 Keppanda er skylt að tryggja að búnaður hans í keppnum sé samþykktur af UCI og í samræmi við tilgreinda tæknistaðla og reglur hverju sinni á vefsvæði UCI. HRÍ getur veitt undanþágu frá kröfum UCI í ákveðnum mótum og skal það tilkynnt í auglýsingu með keppni eða á keppnisdagskrá.

2.5.8 HRÍ ber ekki ábyrgð á þeim afleiðingum sem kunna að leiða af vali keppanda á búnaði né heldur vegna galla í búnaði eða vali á búnaði sem ekki samræmist tæknistöðlum og kröfum UCI. Búnaður skal uppfylla gæða- og öryggisstaðla.

2.6 Tækniframfarir

2.6.1 Tækniframfarir eða tækninýjungar³ sem ekki hafa verið samþykktar af UCI eru ekki leyfðar. Hér er átt við hvað það sem snertir keppanda og keppnishjól, svo sem það sem keppandi ber með sér eða klæðist í keppni, hjálmur, hjól, breytingar á hjóli, búnaður á hjóli, samskiptatækni o.s.frv. Keppandi getur óskað eftir samþykki fyrir tækninýjung með umsókn ásamt nauðsynlegum gögnum til UCI.

2.6.2 Verði yfirdómari eða keppnishaldari þess var að keppandi mæti til keppni með búnað eða aðferð sem ekki hefur verið fjallað um eða samþykkt af UCI skal viðkomandi aðili meina keppanda þátttöku með slíkan búnað eða aðferð.

2.6.3 Verði keppandi uppvís að því að nota slíkan búnað eða aðferð í keppni verður hann dæmdur umsvifalaust úr keppni. Þessa ákvörðun er ekki unnt að kæra til HRÍ eða dómstóls ÍSÍ.

¹ Í fjallahjólréiðum er leyfilegt að hafa sitt hvora stærð dekkja undir hjólinu.

² Frekari smáatriði eru tilgreind í kafla III, hluta 2 (technical specification) í 1. part keppnisreglna UCI.

³ Tækninýjung samkvæmt þessari grein telst ekki tækninýjung ef hún samræmist því sem fram kemur í tæknistöðlum og kröfum UCI

2.6.4 Komist keppandi upp með notkun óleyfilegs búnaðar sem skilgreindur er í reglum 2.6.1–2.6.3 án refsingar eða brottvísunar úr keppni getur HRÍ eða yfirdómari dæmt keppanda til brottvísunar eða refsingar eftir keppni.

Kafli 3 - Götu hjólagreinar

Mismunandi keppnisreglur geta átt við við mismunandi greinar keppnishjólrreiða.

3.1 Götu hjólagreinar

Götu hjólrreiðagreinar innan HRÍ eru fimm:

- A. Götu hjólrreiðar (RR)
- B. Fjöldægrakeppnir (e. Stage Race)
- C. Criterium
- D. Tímataka (TT)
- E. Liðatímataka (TTT)

3.2 Flokkar í stigamótum

Flokkar í stigamótum í götu hjólrreiðum eru eftirfarandi:

- A. Karlar A, konur A
- B. Karlar B, konur B (ef fjöldinn er nægur)
- C. U19 karlar/U19 konur
- D. U17 drengir/U17 stúlkur
- E. U15 drengir/U15 stúlkur
- F. Master H40, H50, H60, D40, D50, D60

Þar að auki er keppnishaldara frjálst að hafa opinn C-flokk fyrir almenna keppendur. Sá flokkur keppir ekki til stiga og ekki er krafa um að keppendur í C-flokki séu meðlimir í hjólrreiðafélagi innan HRÍ.

3.2.1 A-flokkur - karlar og konur

- A. Flokkurinn er eingöngu fyrir þá sem eru skráðir í félag á vegum HRÍ.
- B. Flokkurinn er opinn fyrir þá sem á almanaksári ná 19 ára aldri og hafa náð í stig til að keppa í A-flokki.
- C. Annars árs U19 (junior) keppendur sem hafa keppnisreynslu erlendis geta sótt um leyfi í A-flokki frá byrjun tímabilsins.
- D. Keppendur sem ná ekki a.m.k. 16 stigum á tímabili geta fært sig í B-flokk á næsta tímabili. Um það þarf að sækja fyrir 1. febrúar ár hvert.
- E. Vegalengdir fyrir eins dags keppni:
 - a. Karlar: RR: 100-200 km, TT: 20-50 km, Criterium 30-70 mín.
 - b. Konur: RR: 75-140 km, TT: 20-40 km, Criterium 30-60 mín.
- F. Keppendur í A-flokki mega einungis nýta kjölsög (draft) frá keppendum af sama kyni í A-flokki.
- G. Ef konur í A-flokki eru færri en 15 má ræsa þær með B-flokki karla eða Masters-flokkum. Þær mega þá nýta kjölsög frá öðrum keppendum í sama ráshóp, óháð kyni.

3.2.2 B-flokkur - karlar og konur

- A. Flokkurinn er eingöngu fyrir þá sem eru skráðir í félag á vegum HRÍ.
- B. Flokkurinn er opinn fyrir þá sem á almanaksári ná 19 ára aldri. Uppfærsla í A-flokk gerist sjálfkrafa ef keppandi hefur náð 82 stigum í B-flokki.
- C. Þeir sem eru gjaldgengir aldurs vegna í Masters-flokka geta valið um að vera í Masters eða B-flokki áfram eftir tímabilið án tillits til stigafjölda.
- D. Vegalengdir fyrir eins dags keppni:
 - a. Karlar: RR: 80-120 km, TT: 20-40 km, Criterium 30-60 mín.
 - b. Konur: RR: 60-80 km, TT: 20-40 km, Criterium 30-60 mín.
- E. Keppendur í B-flokki mega nýta kjölsög (draft) frá keppendum af báðum kynjum í B-flokki eða Masters-flokkum sem ræstir eru á sama tíma. Nánari upplýsingar um þetta veitir keppisstjórn hverju sinni.

3.2.3 Junior - drengir og stúlkur

- A. Flokkurinn er eingöngu fyrir þá sem eru skráðir í félag á vegum HRÍ.
- B. Flokkurinn er opinn fyrir keppendur sem verða 17 og 18 ára á almanaksárinu.
- C. Hæsta leyfilega gírhlutfall er 7,93 metrar á einum pedalastrúningi.
- D. Lágmarksvegalengd fyrir einsdags keppni:
 - a. Karlar: RR: 90-140 km, TT: 20-30 km.
 - b. Konur: RR: 60-80 km, TT: 20-30 km.
- E. Þegar U19 flokkar eru keyrðir með öðrum flokkum fá þeir sérverðlaun og -stig.

3.2.4 Mastersflokkar - herrar og dömur

- A. Flokkarnir eru eingöngu fyrir þá sem eru skráðir í félag á vegum HRÍ.
- B. H40 og D40 er fyrir karla og konur sem ná á almanaksárinu 40-49 ára aldri.
- C. H50 og D50 er fyrir karla og konur sem ná á almanaksárinu 50-59 ára aldri.
- D. H60 og D60 er fyrir karla og konur sem ná á almanaksárinu 60 ára aldri eða meira.

3.2.5 U17 drengir og stúlkur

- A. Flokkurinn er eingöngu fyrir þá sem eru skráðir í félag á vegum HRÍ.
- B. Flokkurinn er opinn fyrir keppendur sem verða 15 og 16 ára á almanaksárinu.
- C. Hæsta leyfilega gírhlutfall er 7,01 metrar á einum pedalastrúningi.
- D. Hámarksvegalengd fyrir eins dags keppni RR: 80 km, TT: 15 km.
- E. Keyra má flokkana saman og með U15 flokkum en veitt eru verðlaun fyrir hvern flokk.

3.2.6 U15 drengir og stúlkur

- A. Flokkurinn er eingöngu fyrir þá sem eru skráðir í félag á vegum HRÍ.
- B. Flokkurinn er opinn fyrir keppendur sem verða 13 og 14 ára á almanaksárinu.
- C. Hæsta leyfilega gírhlutfall er 6,35 metrar á einum pedalastrúningi.
- D. Hámarksvegalengd fyrir eins dags keppni RR: 45 km, TT: 15 km.
- E. Keyra má flokkana saman og með U17 flokkum en veitt eru verðlaun fyrir hvern flokk.

3.2.7 Samkeyrslur flokka.

- A. Þegar flokkar eru keyrðir saman er valin stysta hámarksvegalengd.
- B. Mótsstjórn er heimilt að breyta samkeyrslu flokka frá auglýstri dagskrá. Skal það tilkynnast í síðasta lagi 1 klst. fyrir ræsingu.
- C. Ef almenningismót er keyrt samhliða stigamóti skal aðskilja ræsingu þannig að almenningflokkar blandist ekki öðrum flokkum.

3.2.8 Áður en keppnistímabil í götuhjólreiðum hefst er keppanda heimilt að færa sig um flokk sem hann skal vera í allt tímabilið. Ef keppandi færir sig um flokk fyrir upphaf tímabils er óheimilt að færa sig aftur um flokk eftir að tímabilið er hafið.

3.3 Flokkar á Íslandsmóti í götuhjólreiðum

Eftirfarandi flokkar skulu vera í boði á Íslandsmótum í götuhjólreiðum:

- A. U13 (11-12 ára)
- B. U15 (13-14 ára)
- C. U17 (15-16 ára)
- D. Junior (17-18 ára)
- E. U23 (19-22 ára)
- F. Elite (19 ára og eldri)
- G. Master 40+ óopinbert⁴
- H. Master 50+ óopinbert
- I. Master 60+ óopinbert

3.3.1 Hámarksvegalengdir flokka á Íslandsmóti miðast við UCI-reglur.

3.3.2 Flokka má keyra saman ef það eru færri en 10 keppendur í flokki. Mótsstjórn getur leyft samvinnu á milli kynja.

3.3.3 Jafnan eru U23 og Elite flokkar keyrðir saman á Íslandsmótum og vinni keppandi sem er í U23 flokki þá verður hann Íslandsmeistari auk þess sem hann verður Íslandsmeistari í U23 flokki.

3.3.4 Ef aðrir flokkar eru keyrðir saman á Íslandsmóti eru veitt verðlaun fyrir hvern flokk.

3.3.5 Ekki má blanda kynjum á Íslandsmóti.

3.3.6 Ef almenningismót er keyrt samhliða Íslandsmóti skal aðskilja ræsingu þannig að almenningflokkar blandist ekki öðrum flokkum.

3.3.7 Aldur miðast við fæðingarár en ekki afmælisdag.

3.3.8 Á Íslandsmótum og stigamótum fyrir U11, U13, U15 og U17 ber keppnishaldara að halda mótið á braut með mikið takmarkaðri umferð.

⁴ Óopinbert Íslandsmót gefur ekki UCI stig
Keppnisreglur HRÍ - Uppfært 2020

3.4 Tafla um aldursskiptingu fyrir árið 2020

Fæðingarár	Götu hjólræiðar stigamót		Götu hjólræiðar íslandsmót	
2008-2015	U13		U13	
2007	U15		U15	
2006	U15		U15	
2005	U17		U17	
2004	U17		U17	
2003	Junior		Junior	
2002	Junior		Junior	
1998-2001	A flokkur	B flokkur		U23
1986-1997				Elite
1981-1985				
1971-1980		B flokkur	Elite	Master 40+
1961-1970				Master 50+
1900-1960				Master 60+

3.5 Götu hjólræiðar (RR)

3.5.1 Keppni í götu hjólræiðum er skilgreind skv. 39. gr. umferðarlaga sem akstursíprótt. Því gilda umferðarlög í götu hjólakeppnum.

3.5.2 Keppnisnúmer skulu vera þrjú, tvö á baki keppenda og eitt á sætisþípu.

3.5.3 Upphaf keppni þar sem ræst er í hóp skal gefið til kynna með skýrum hætti, svo sem með rásbyssuskoti, bjöllu, flautu eða rásfána.

3.5.4 Endamark skal vera skýr svört lína sem er 4 cm breið á hvítum fleti sem er 72 cm breiður þannig að það séu 34 cm af hvítum fleti hvorum megin við svörtu línuna. Í tímatökukeppnum getur HRÍ leyft að tímatökumotta eða tímatökuvírar séu nægilega skýrt endamark ef notast er við rafræna tímatöku.

3.5.5 Keppandi telst kominn í mark á því augnabliki þegar fremsti hluti framhjólss ber við svarta endamarkslínu.

3.5.6 Í götu hjólræiðum skal vera myndavél sem getur skorið úr um röð keppenda komi margir í mark samtímis.

3.5.7 Tímataka skal vera með rafrænum hætti, en handtímataka er leyfileg í þeim tilfellum þar sem hún skilar sömu nákvæmni eða ef keppendur eru fáir.

3.5.8 Keppandi sem veldur truflun á keppni með því að hindra eða stofna öðrum keppanda í hættu, svo sem í endaspretti, skal dæmast úr leik. Á síðustu 100 metrunum í endaspretti skal keppandi undantekningalaust halda beinni línu og hafa a.m.k. aðra hönd á stýri. Við brot á þessari reglu skal dæma keppandann í síðasta sæti í þeim hóp sem hann var í. Hafi hegðunin ekki haft nein áhrif á úrslit sprettsins er dómara heimilt að láta áminningu nægja.

3.5.9 Keppnisbraut á Íslandsmótum og stigamótum skal vera á malbiki eða bundnu slitlagi. Keppni má fara á malarveg en þá aldrei meira en 3% af heildarvegalengd. Keppnishaldari skal hafa samband við veghaldara (Vegagerðina) og kanna hvort framkvæmdir séu fyrirhugaðar á þeim vegkafla sem til stendur að halda mót og tilkynna keppendum ef framkvæmdir standa yfir eða hafa nýlega farið fram.

3.5.10 Áberandi merkt ökutæki skal fara á undan fyrsta keppanda fari keppni fram á opnum vegum.

3.5.12 Öll ökutæki sem notuð eru í keppni af mótisstjórn skulu merkt með skýrum hætti. Nánari upplýsingar um merkingar ökutækja má finna í sérskjali á vefsíðu HRÍ.

3.5.13 Ökutæki sem ekki er á vegum mótisstjórnar en tengist keppanda eða keppendum í keppni, þ.e. fylgdarbíll, þarf að fá sérstakt leyfi mótisstjórnar til að vera í skilgreindri keppnisbraut meðan á keppni stendur. Sé slíkt leyfi ekki til staðar og/eða mótisstjórn telur að slíkt ökutæki hafi truflandi áhrif á framgang keppni getur mótisstjórn vikið tengdum keppanda eða keppendum úr keppni.

3.5.14 Það er skylda keppanda að fylgja auglýstri og kynntri keppnisbraut. Ef keppandi yfirgefur brautina þarf hann að koma inn á hana aftur á sama stað. Nánar er kveðið á um þetta í greinum 2.3.10 og 2.3.11.

3.5.15 Keppendum í götuhjólakeppni ber að virða almennar umferðarreglur og gæta ýtrustu varúðar í sprettum eða þegar einn eða fleiri slíta sig frá meginhópnum. Fylgja skal þeim umferðarmerkjum sem eru á keppnisbraut. Hægt er að áminna eða vísa keppendum úr keppni sem hjóla ógætilega eða fylgja ekki þessum reglum. Ekki má hjóla yfir brotna miðlínu ef það þýðir að keppandi yfirgefi auglýsta keppnisbraut.

3.5.16 Keppandi í götuhjólakeppni sem fer fram á hring skal hætta í keppni ef hann verður hringaður af forstakeppanda nema að annað hafi verið skýrt auglýst og kynnt af keppnisstjórn. Keppandi skal tilkynna mótisstjórn brottfall sitt í keppnismiðstöð með skýrum hætti.

3.5.17 Ef keppanda, sem hefur verið hringaður, er leyfilegt að halda áfram keppni má hann ekki aðstoða forstakeppanda eða aðra sem hafa hringað hann með því að stjórna hraða eða kljúfa vind. Einungis keppendur á sama hring mega kljúfa vind hver fyrir annan og aldrei nota skjól eða kjölsog sem myndast vegna annarra farartækja.

3.5.18 Keppandi sem hjólar fram fyrir fremsta ökutæki á vegum mótisstjórnar getur átt það á hættu að verða vísað úr keppni.

3.5.19 Keppandi sem lendir í slysi meðan á keppni stendur þarf að tilkynna slysið (eða láta tilkynna það fyrir sig) til HRÍ innan þriggja daga. HRÍ hefur vald til að dæma keppanda úr keppni eða banna frekari þátttöku í keppnum hans tímabundið hafi viðkomandi átt þátt í slysi með gáleysislegum hætti eða ef viðkomandi hefur átt þátt í meira en einu slysi á innan við 15 mánuðum.

3.5.20 Keppnishaldari í götuhjólakeppni getur sett takmarkanir á ferðir ökutækis sem tengt er keppanda eða keppendum, þ.e. fylgdarbíls. Keppendur geta þegið þjónustu fylgdarbíls eða hlutlauss fylgdarbíls á vegum keppnishaldara. Öll samskipti milli keppanda og fylgdarbíls skulu fara fram þegar keppandi er aftast í sínum keppnishópi og keppandi er á hægri helmingi vegar. Bannað er að smyrja keðju keppanda á ferð. Aðstoðarfólk í fylgdarbíll má rétta drykkjarföng og aðra næringu úr bílnum á ferð, en er ekki heimilt að teygja sig eða halla sér út úr

fylgdarbílnum á ferð. Ef fylgdarmótorhjól er leyft í keppni má það einungis bera aukagjarðir og ekkert annað.

3.5.21 Keppnishaldara ber að auglýsa og kynna vel staðsetningu á drykkjarstöðvum áður en keppni hefst.

3.5.22 Keppnismiðstöð skal vera við rásmark þar sem keppendur staðfesta þátttöku, sækja keppnisnúmer og flögur og láta skoða búnað sinn reynist það nauðsynlegt samkvæmt ákvörðun mótsstjórnar. Einnig skal vera keppnismiðstöð til staðar við endamark (getur verið sama keppnismiðstöðin ef rásmark og endamark eru á sama stað) þar sem keppendur skila tímátökuflögu. Keppnismiðstöð skal staðsett þannig að hún valdi ekki truflun á annarri umferð.

3.6 Criterium (hringkeppnir) - viðbótarreglur

3.6.1 HRÍ getur skilgreint hámarksfjölda keppenda sem má ræsa í einu eða vera í brautinni á sama tíma. Slíkt ræðst af stærð og lögun brautar og brautarlokunum.

3.6.2 Í hringkeppnum þar sem hringurinn er 2,0 km eða styttri má keppandi sem lendir í óhappi, slysi, hjóltreifabilun eða sprengir dekk sleppa einum hring og koma inn í keppni aftur á sama stað og hann var þegar atvikið átti sér stað og að fengnu leyfi yfirdómara. Slíkt er þó ekki leyfilegt ef innan við sex hringir eru eftir af keppninni. Keppandi sem fær slíkt leyfi telst vera á sama hring og þeir keppendur sem hann hjólar með þó hann hafi hjólað einum hring styttra. Sá keppandi getur því keppt til sigurs í endaspretti.

Einungis er leyfilegt að missa einn hring úr hverri keppni vegna áðurtalinna atvika nema yfirdómari ákveði annað. Í sérstökum veðurskilyrðum sem geta haft áhrif á yfirborð keppnisbrautar er yfirdómara heimilt að veita áðurnefndar undanþágur á brautum sem eru 3,0 km eða styttri (í stað 2,0 km).

3.6.3 Ef keppandi er hringaður í keppni er það á hans ábyrgð að hætta keppni og tilkynna mótsstjórn um brottfall sitt við endamark.

3.7 Fjöldægrakeppnir - viðbótarreglur

3.7.1 Lendi keppandi eða keppendur í atviki á síðustu þremur kílómetrum dagleiðar, svo sem óhappi, slysi, hjóltreifabilun eða sprungnu dekki, má skrá sama tíma á viðkomandi og sá keppandi hlaut sem var síðastur í mark í þeim hópi sem viðkomandi var í þegar atvikið átti sér stað að því gefnu að viðkomandi keppandi klári samt dagleið innan tímamarka.

3.7.2 Í fjöldægramótum þarf að kynna staðsetningu á drykkjarstöðvum fyrir upphaf hvernar dagleiðar. Aðrar drykkjarstöðvar eru ekki leyfilegar nema mótsstjórn heimili.

3.7.3 Endanleg úrslit einstaklinga og röðun í sæti er reiknuð sem samanlagður heildartími hvers keppanda úr öllum dagleiðum að viðbættum tímavítum ef þau eiga við eða að frádregnum tímabónusum ef þeir eiga við.

3.7.4 Endanleg úrslit liða/félaga og röðun er ákvörðuð með eftirfarandi hætti: Fyrir dagleiðir og heildarúrslit gilda bestu tímar þriggja efstu keppenda hvers liðs/félags fyrir hverja dagleið. Heildartími liðs fæst þannig með því að leggja saman bestu tíma þeirra þriggja keppenda sem ná bestum tíma fyrir sitt lið/félag í hverri dagleið.

3.7.5 Samkvæmt grein 3.7.3 telst einstaklingssigurvegari fjöldægrakeppni vera sá keppandi sem hefur stýstan samanlagðan heildartíma. Ef tveir eða fleiri keppendur hafa sama heildartíma að teknu tilliti til refsinga og tímabónusa skal taka tillit til úrslita í hverri dagleið (röðun í sæti) og sá keppandi sem hefur læstu samanlögðu töluna þegar sætisröð er lögð saman telst sigurvegari. Ef tveir eða fleiri keppendur eru ennþá jafnir eftir þann útreikning skal innbyrðis röðun þeirra í síðustu dagleið gilda sem lokaúrslit.

3.7.6 Samkvæmt grein 3.7.4 telst liða-/félagssigurvegari vera það lið/félag sem hefur lægsta heildartíma. Ef tvö eða fleiri lið/félög enda með sama tíma skulu endanleg úrslit ákvörðuð eftir fjölda dagleiðasígra sem hvert lið/félag hefur hlotið og því næst fjölda skipta sem viðkomandi lið/félag náði 2. sæti ef fjöldi dagleiðasígra er jafn o.s.frv.

3.8 Tímataka - viðbótarreglur

3.8.1 Keppendur hjóla einir í tímatökukeppni og án utanaðkomandi aðstoðar. Keppendum er óheimilt að hjóla með öðrum hjólréiðamönnum eða nýta sér skjól eða kjölsog af öðrum hjólréiðamönnum eða ökutækjum sem kunna að vera í keppnisbraut. Ef keppandi nær öðrum keppanda sem ræstur var á undan þarf hraðari keppandinn að taka fram úr þeim hægari með því að vera a.m.k. 1,5 metra til hliðar við hann og án þess að nýta sér skjól af honum. Það er skylda hægari keppandans að vera kominn a.m.k. 25 metra fyrir aftan þann hraðari innan næstu 1.000 metra. Óheimilt er fyrir hægari keppanda að reyna að taka fram úr þeim hraðari nema hafa fyrst farið a.m.k. 25 metra fyrir aftan þann hraðari.

3.8.2 Keppendur skulu ræstir út með a.m.k. mínútu millibili. Undantekning er frá þessu vegna keppna sem eru styttri en 10 km og hafa ekki sama rásmark og endamark og keppendur munu ekki hjóla í gagnstæða átt. Rásröð skal miðast við úrslit síðustu sambærilegu tímatökukeppni, þ.e. brautarlengd og brautarstæði.

Keppnishaldari ræður röð keppenda á ráslista sem ekki eiga tíma úr fyrri keppnum. Þó skulu verðlaunahafar úr síðustu sambærilegu keppni ræstir í þeirri röð í síðustu þremur ræsingunum.

3.8.3 Í ræingu skal halda keppendum og skulu allir keppendur fá slíka aðstoð frá starfsmanni á vegum keppnishaldara. Keppendum er frjálst að afþakka hald kjósi þeir svo. Ekki má ýta keppendum af stað.

3.8.4 Keppandi sem er ekki er tilbúinn á ráslínu þegar hann á að ræsa samkvæmt fyrirfram útgefnum tímasettum ráslista skal tilkynna mótsskjórá þegar hann er tilbúinn og kominn á ráslínu. Mótsskjórá getur ákveðið hvenær sá keppandi fær að hefja keppni. Sá keppandi tapar einungis þeim tíma frá því að hann átti að hefja keppni og þar til hann tilkynnir mótsskjórá að hann sé tilbúinn að hefja keppni og kominn á ráslínu.

3.8.5 Keppendur mega ekki þiggja fylgd eða hvatningu frá aðila í ökutæki á ferð. Mótsskjórá getur ákveðið í sérstökum tilfellum að leyfa einum fylgdarbíl að fylgja hverjum keppanda.

3.8.6 Fulltrúi frá HRÍ skal vera í öllum leyfilegum fylgdarbílum og skal ökutækið alltaf vera a.m.k. 20 metrum fyrir aftan viðkomandi keppanda. Þurfi keppandi aðstoð úr fylgdarbíl verður keppandi að stöðva áður en fylgdarbíll má nálgast keppanda.

3.9 Liðatímataka

3.9.1 Reglur undirgreina 3.8 fyrir tímatöku gilda einnig í liðatímatöku.

3.9.2 Lið geta verið samsett af tveimur, þremur eða fjórum keppendum en í hverri keppni skulu þó alltaf vera jafn margir liðsmenn sem telja til heildartíma. Lið skulu ræst út með a.m.k. mínútu millibili ef tveir eru í liði en annars með a.m.k. tveggja mínútna millibili.

3.9.3 Lið sem ekki eru fullmönnuð mega hefja keppni en geta ekki keppt um verðlaun. Undantekning er þegar þrír liðsmenn hefja keppni í fjögurra manna liðakeppni.

3.9.4 Lið geta skráð einn varamann í þriggja manna lið og tvo varamenn í fjögurra manna lið. Slíkir varamenn þurfa að vera skráðir á nafnalista þegar lið er skráð til keppni.

3.9.5 Liðsmönnum er óheimilt að nýta skjól eða kjölsog af öðrum keppendum eða farartækjum í brautinni. Ef lið fer fram úr hægfara liði er hægara liðinu skylt að vera komið a.m.k. 25 metrum fyrir aftan hraðara liðið á næstu 1.000 metrum. Hraðara liðið þarf að taka fram úr til hliðar við hægara liðið með ákjósanlegu bili án þess að hætta skapist.

3.9.6 Öllum liðsmönnum í hverju liði er skylt að fylgjast með því sem er fyrir framan liðið og á ábyrgð allra liðsmanna að fylgja umferðarreglum, umferðarmerkjum og tilmælum lögreglu.

3.9.7 Skráður tími liðs er sá tími þegar síðasti liðsmaður kemur í mark nema í þeim tilfellum þegar fjögurra manna lið keppa. Þá gildir tími þriðja liðsmanns í mark sem skráður lokatími liðsins. Verðlaun hljóta allir meðlimir liðs sem hófu keppni á ráslínu og hljóta þeir allir sömu verðlaun.

3.9.8 Lið mega ekki þiggja fylgd eða hvatningu frá aðila í ökutæki á ferð. Mótsstjórn getur ákveðið í sérstökum tilfellum að leyfa einum fylgdarbíl að fylgja hverju liði. Sá fylgdarbíll verður að vera merktur liðinu bæði að framan og aftan. Fylgdarbíll þarf að vera a.m.k. 20 metrum fyrir aftan aftasta liðsmann viðkomandi liðs eða þriðja liðsmanns í fjögurra manna liði ef fjórði liðsmaður hefur hætt keppni.

3.9.10 Liðsmenn geta aðeins þegið búnað, drykki eða mat frá öðrum liðsmönnum sama liðs.

3.9.11 Liðsmönnum er óheimilt að ýta hver öðrum.

Kafli 4 - Fjallahjólagreinar

Í fjallahjólreiðum er keppt í eftirtöldum greinum innan HRÍ:

- A. XCO - fjallahjólreiðum (Cross Country)
- B. XCM - maraþonfjallahjólreiðum
- C. DH - fjallabruni (Downhill)
- D. Enduro - væntanlegt 2021

4.1 Flokkar í fjallahjólagreinum

Í stigamótum og íslandsmótum í fjallahjólagreinum eru eftirtaldir flokkar:

- A. U13 (11-12 ára)
- B. U15 (13-14 ára)
- C. U17 (15-16 ára)
- D. Junior (17-18 ára)
- E. U23 (19-22 ára)
- F. Elite (23 ára og eldri)
- G. Master 35+

4.1.1 Keppendur í U13, U15, U17 og Junior geta ákveðið að keppa í næsta aldursflokki fyrir

ofan. Ekki er þó leyfilegt að færa sig milli flokka á miðju keppnistímabili.

Keppendur 35 ára og eldri geta ákveðið hvort þeir taki þátt í Masters 35+ eða Elite, en þeir verða að keppa í sama flokki allt keppnistímabililíð.

4.1.2 Ef keppandi í U23 ákveður að færa sig upp í Elite-flokk þá telja UCI-stig hans í Elite-flokknum ekki í U23. Keppandi getur ekki unnið aðra flokka og fengið stig í þeim.

Í Íslandsmótum og stigamótum í frjálsri aðferð er lágmarksaldur keppanda sjö ára og verður viðkomandi að hafa náð þeim aldri á keppnisdegi. Kvenna- og karlaflokkar eru youth (7-14 ára) og Elite (15 og eldri). HRÍ getur í samráði við mótshaldara breytt flokkum eftir aldri eða getu. Heimilt er að hafa opinn flokk í frjálsri aðferð.

4.2 Almennar reglur í fjallahjólagreinum

4.2.1 Keppnisnúmer skulu vera fest framan á stýri og á bak keppenda. Keppnisnúmer á stýri skal festast þannig að ekki sé hætt á að það flettist upp og sé ólæsilegt í endamarki.

4.2.2 Rásmark og endamark skal skilgreint með afgerandi hætti, svo sem milli staura, stika, merkt í jörðu eða á annan hátt svo ekki sé um að villast.

4.2.3 Upphaf keppni þar sem ræst er í hóp skal gefið til kynna með skýrum hætti, svo sem með rásbyssuskoti, bjöllu, flautu eða rásfána. Í einstaklings ræsingum skal keppnisræsir gefa keppenda skýrt merki um að keppni sé hafin.

4.2.4 Verði þjófstart getur ræsir annaðhvort endurtekið rásmerkið eða með skýrum hætti leyft keppni að halda áfram. Yfirdómari getur þá dæmt keppanda úr keppni.

4.2.5 Yfirdómari tryggir að keppendur á ráslínu uppfylli reglur þessar um klæðaburð, hjálmanotkun, notkun rásnúmera og keppnishjól.

4.2.6 Keppandi telst kominn í mark á því augnabliki þegar fremsta hluta framhjól ber við endamarkslínu. Sé notast við rafræna tímatöku telst keppandi kominn í mark á þeim tímapunkti sem tímatökuflaga er lesin af tímatökukerfi. Sé um handtímatöku að ræða skal hafa myndavél við endamark sem getur skorið úr um vafaatriði.

4.3 Fjallahjólreiðar (XC) og maraþonfjallahjólreiðar

4.3.1 Auglýst braut verður að vera 100% hjólanleg óháð undirlagi og veðuraðstæðum. HRÍ getur leyft keppni á brautum þar sem keppendur þurfa að fara af hjóli í stutta stund til að komast brautina.

4.3.2 Brautarskoðun (fótgangandi eða hjólandi) verður að vera auglýst og fara fram a.m.k. fimm dögum fyrir keppni.

4.3.3 Keppnishaldara er heimilt að takmarka neyslu matar við ákveðin matarsvæði. Einnig má keppnishaldari skilgreina leyfileg útskipti gleraugna á sömu svæðum.

4.3.4 Hvert matarsvæði skal staðsett á flatlendi eða í halla upp í mót þar sem hraði er lítill og nægt rými er fyrir aðstoðarfólk keppanda sem og hlutlaust drykkjarsvæði á vegum keppnishaldara. Aðstoðarfólk keppenda skal merkt á áberandi hátt.

4.3.5 Keppnishaldara er heimilt að leyfa aðstoð við keppendur í keppni. Sú aðstoð takmarkast

við viðgerðir á hjóli og búnaði þess án þess þó að skipta um hjólastell. Ekki er heldur leyfilegt að skipta um hjól í keppni og keppandi verður að klára keppni með sama keppnisnúmer á stýri og hann hóf keppni með.

4.3.6 Ef aðstoð við keppendur er leyfð í keppni skal sú aðstoð fara fram á sérstöku skilgreindu viðgerðarsvæði sem tekur við af matarsvæði. Einungis eitt slíkt viðgerðarsvæði er leyfilegt á hring í keppnisbraut.

4.3.7 Varabúnaður og áhöld til viðgerða verða að vera staðsett á viðgerðarsvæði. Hver keppandi má gera sjálfur við hjól eða þiggja aðstoð við viðgerðir innan viðgerðarsvæðis.

4.3.8 Keppendum er heimilt að hafa á sér varahluti og áhöld til viðgerðar sé það tryggt að slík áhöld eða hlutir valdi keppanda eða öðrum keppendum ekki hættu.

4.4 Fjallabrun (Downhill)

4.4.1 Í fjallabruni er annaðhvort keppt í einni umferð eða tvöfaldri umferð.

Keppni með einfaldri umferð er annaðhvort:

- A. Útsláttarkeppni með undanúrslitum og úrslitum þar sem hraðasti tími gildir til sigurs.
- B. Forkeppni með einfaldri umferð. Tímar keppenda í forkeppni ráða röðun þeirra í lokakeppni með einfaldri umferð og tímar úr lokakeppni gilda.

Í keppni með tvöfaldri umferð fá keppendur tvær umferðir og betri tíminn gildir. Keppendum er frjálst að nota einungis aðra umferðina kjósi þeir svo.

4.4.2 Óheimilt er að klæðast götuhjólaklæðnaði og öðrum þröngum, lycra-elastane fötum.

4.4.3 Nota skal hjálm sem ver allt andlit (full-face) bæði í keppni og við æfingar. Hjálmurinn verður að vera með skyggni. Opnir hjálmur án kjálkahlífar eru bannaðir. Einnig skal vera með augnhlífar (gogglur eða hlífðargleraugu).

4.4.4 Sérstaklega er mælt með eftirfarandi aukahlífðarbúnaði:

- A. Bak-, olnboga-, hné- og axlahlífum úr stífum efnum.
- B. Vörn fyrir háls og hryggjarliði.
- C. Vörn fyrir sköflunga og læri.
- D. Víðum buxum úr rifvörðu efni með innbyggðum hlífum fyrir hné og kálfa, eða stuttbuxum úr rifvörðu efni ásamt hné og kálfahlífum.
- E. Síðerma treyju.
- F. Hönskum.

4.4.5 Keppnishöldurum er heimilt að gera kröfu um aukinn hlífðarbúnað fyrir einstaka mót.

4.4.6 Fari keppandi út úr braut skal fara inn í hana á sama stað og hún var yfirgefin annars er umferðin ógild.

4.4.7 Glerílát af öllu tagi eru bönnuð í eða við brautina.

4.4.8 Keppendum er óheimilt að hjóla með heyrnartól.

4.4.9 Keppandi skal hleypta hraðari keppanda framhjá sér án truflana.

4.4.10 Keppendur skulu vera á fjallahjóli sem er í góðu standi með heil dekk og bremsur í lagi. Fulldempað hjól er æskilegt en þó ekki skilyrði. Mótsstjórn áskilur sér rétt til að meina keppendum þátttöku ef hjólið þykir ekki öruggt. Leyfilegt er í fjallabruni að hafa misjafna dekkjastærð að framan og aftan.

4.4.11 Undanfari á vegum keppnishaldara skal fara brautina áður en fyrsti keppandi fer í braut í hvorri umferð fyrir sig til að tryggja að hún sé í keppnishæfu ástandi.

4.4.12 Mótshaldara ber að yfirfara brautina eftir mót til að tryggja að þannig sé frá henni gengið að hún sé örugg fyrir almenna hjólara eftir að móti lýkur.

4.4.14 Rafræn tímataka, með hliði í rásmarki og endamarki er nauðsynleg í fjallabruni. Miðað skal við að nákvæmni búnaðar sé sem næst einum þúsundasta úr sekúndu. Nægilegt er að birta úrslit með sekúndu nákvæmni sé röð keppenda rétt með nákvæmari tíma.

4.4.15 Tímataka hefst þegar keppandi fer yfir tímatökuhlið í rásmarki og lýkur þegar keppandi fer yfir tímatökuhlið í endamarki.

Kafli 5 - Cyclo-Cross

5.1 Flokkar og tímalengdir

5.1.1 Í stigamótum- og íslandsmótum í Cyclocross eru eftirtaldir flokkar:

- A. Junior (17-18 ára)
- B. U23 (19-22 ára)
- C. Elite (19 ára og eldri)
- D. Master 35+

5.1.2 Keppnislengd skal vera sem næst:

- A. 40 mínútur fyrir Junior
- B. 50 mínútur fyrir U23 karla
- C. 40 mínútur fyrir U23 konur
- D. 60 mínútur fyrir Elite karla
- E. 50 mínútur fyrir Elite konur og Master 35+

5.1.3 Þegar keppendur hafa hjólað uppgefinn tíma skal síðasti hringur tilkynntur með bjöllu.

5.1.4 Sé fleiri en einn flokkur í braut á sama tíma skulu keppendur aðgreindir með lit, númeraröð eða öðrum hætti svo auðvelt sé að sjá í hvaða flokki keppendur eru.

5.2 Keppnisbraut

5.2.1 Brautin skal vera lokaður eða vel afmarkaður hringur sem er að lágmarki 1,5 km og að hámarki 3,5 km og a.m.k. 90% af braut þarf að vera hjólanleg.

5.2.2 Brautin skal innihalda vegi, gras og stíga til skiptis þannig að tryggt sé að keppnishraði breytist í hverjum hring og til að tryggja að keppendur fái einhvern tíma til að jafna sig eftir mjög erfiða kafla í brautinni.

5.2.3 Braut skal ávallt vera vel merkt og afmörkuð. Brautarverðir gæta brautar. Banna skal notkun hluta í braut sem geta verið hættulegir keppendum, svo sem víra, málmluta og málmostaura. Braut má ekki heldur innihalda aðra hluti sem eru hættulegir keppendum.

5.2.4 Ef viðarplankar eru notaðir sem hindrun í braut þarf að staðsetja þá með 4-6 metra bili. Viðarplankar þurfa að vera heilir og ná sem hindrun yfir alla brautina. Hámarkshæð þeirra er 40 cm. Notkun planka úr málmi eru óheimil.

5.2.5 Braut skal vera tilbúin og uppsett a.m.k. 60 mínútum fyrir keppni þannig að keppendur geti skoðað endanlega braut tímanlega og æft sig í henni.

5.2.6 Enginn skal hjóla brautina síðustu 5 mínútur fyrir ræsingu.

5.2.7 Ef viðgerðaraðstoð er leyfð í keppni skal hún fara fram á sérstöku skilgreindu viðgerðarsvæði. Einungis eitt slíkt svæði er leyfilegt á hring.

5.2.8 Viðgerðaraðstoð og hjólaútskipti eru einungis leyfð á skilgreindu viðgerðarsvæði.