

# XTERRA NORDIC Stævnereglement

## 1. Generelt

*Forudsætninger for at deltage i et XTERRA stævne:*

1.1. For at deltage i et XTERRA stævne skal man fylde 18 år i det pågældende år hvor stævnet ligger. Der er dog undtagelser – se punkt 1.1.1. og 1.1.2.

1.1.1. Aldersgrænsen for at deltage i XTERRA vinter Duathlon (Aarhus 22/11, Tisvilde 24/1, Helsingør 21/2 og Hedeland 20/3) og alle XTERRA Trail Run løb, er 14 år.

1.1.2. Der kan gives særlig dispensation til at deltage i et stævne, hvis man er mellem 14 og 18 år. Dette sker ved en skriftelig forældretilladelse, som skal godkendes af den pågældende stævneleder før tilmelding til stævnet.

1.2. Refundering af deltagergebyr og ændringer i tilmeldingen sker i henhold til XTERRA NORDICs regler herom ([www.xterranordic.com/registration/conditions](http://www.xterranordic.com/registration/conditions)).

1.3. Det er kun muligt at stille op i PRO feltet, hvis man har PRO licens.

1.4. Det er ikke tilladt at høre musik under stævnet, f.eks. i form af høretelefoner.

1.5. Det er ikke tilladt at klippe eller folde de udleverede startnumre.

## 2. Ruten

2.1. Det er ikke tilladt at afvige fra den markerede rute. Afvigelse fra ruten kan medføre diskvalifikation.

2.2. XTERRA Nordic markerer ruten bedst muligt, men det er deltageren selv, der har ansvar for at finde vej på ruten.

2.3. Det er ikke tilladt at bryde færdselsloven på ruten.

## 3. Svømning

3.1. Regler for våddragter:

3.1.1. Pro/elite atleter: Våddragt er tilladt hvis vand-temperaturen er under 20 grader.

3.1.2. Normale deltagere: Våddragt er tilladt hvis vand-temperaturen er under 22 grader.

3.1.3. Obligatorisk våddragt hvis vand-temperaturen er under 14 grader.

3.1.4. Temperaturene i punkt 3.1.1; 3.1.2; 3.1.3. henviser til vandtemperaturen målt i vandet dagen før stævnestart.

3.1.5. I tilfælde af temperaturer tæt på grænseværdier, tages beslutningen om punkt 3.1.1; 3.1.2; 3.1.3. en time før stævnestart.

3.2. Det er kun tilladt at svømme med den udleveret badehætte.

3.3. Svømmer en deltager inden om en bøje (skære hjørne) som afgrænser svømmeruten, kan deltageren modtage en tidsstraf på op til 2 minutter. Stævnelederen afgør tidsstraffen.

3.4. Det er tilladt at bruge neoprensokker-, handsker- og hætte.

3.5. Det er ikke tilladt at svømme med andre hjælpemidler end dem i punkt 3.4; herunder finner, håndplader, og pull buoy. Det er heller ikke tilladt at svømme med sikkerhedsbøje. Der gælder andre regler for XTERRA Swimrun (se gerne det separate reglement til Swimrun).

3.6. I tilfælde af at der skal svømmes flere omgange, har deltageren selv ansvar for at tælle omgange.

3.7. Det er ikke tilladt at modtage hjælp under svømningen.

#### **4. Cykling**

4.1. Cyklen og udstyr:

4.1.1. Det er kun tilladt at køre på 26", 27.5" og 29" mountainbikes og fat-bikes.

4.1.2. Det er ikke tilladt at køre på crosscykel eller andre cykler.

4.1.3. Cyklen skal godkendes i sikkerhedstjekket ved cykel-tjek-ind i skiftezone, før man kan stille til start med cyklen.

4.1.4. Deltageren har selv ansvar for at cyklen virker og at den ikke er farlig at køre på.

4.2. Det er kun tilladt at deltage, hvis man bærer en godkendt cykelhjelm på hele cykelruten.

4.3. Det er tilladt at ligge på hjul.

4.4. Det er ikke tilladt at cykle i skiftezone. Det er kun tilladt at løbe med cyklen.

4.5. Det er kun tilladt at have én cykel med i stævnet. Denne cykel skal tilbage i skiftezone, før deltageren må begynde på løberuten.

4.6. Hjælp udefra er kun tilladt i begrænset omfang. Se punkt 4.6.1; 4.6.2; 4.6.3.

4.6.1. Det er kun tilladt at modtage hjælp på cykelruten fra andre deltagere i samme stævne og officials tilhørende stævnet.

4.6.2. Der må benyttes simpelt værktøj til reparation af cykel eller energi/væske til hjælp.

4.6.3. Det er ikke tilladt at bytte cykel med- eller overtage en anden deltagers cykel.

4.7. Startnummer skal monteres på fronten af styret og være synlig.

4.8. I tilfælde af at der skal cykles flere omgange, har deltageren selv ansvar for at tælle omgange.

## **5. Løb**

5.1. Det udleverede startnummer skal bæres på fronten af kroppen under hele løbet.

5.2. I tilfælde af at der skal løbes flere omgange, har deltageren selv ansvar for at tælle omgange.

5.3. Det er kun tilladt at modtage hjælp på løberuten fra andre deltagere i samme stævne og officials tilhørende stævnet.

## **6. Skiftezone**

6.1. Det er ikke tilladt at stige på cyklen før skiftezone er forladt.

6.2. Deltageren skal træde af cyklen før adgang til skiftezone når deltageren kommer tilbage.

6.3. Overtrædelse af punkt 6.1; 6.2. kan medføre op til 2 minutter tidsstraf. Stævneleder afgøre tidsstraffen.

6.4. Det er først tilladt at forlade skiftezone, når cykelhjelm er spændt fast på hovedet.

6.5. Cykelhjelme skal være spændt fast på hovedet, når deltageren kommer tilbage til skiftezone.

6.6. Overtrædelse af punkt 6.4; 6.5. kan medføre op til 2 minutter tidsstraf. Stævneleder afgøre tidsstraffen.

6.7. I forbindelse med cykeldelen af stævnet, defineres skiftezonens ind- og udgang af en mount line. Mount line vil være tydeligt markeret.

6.8.1. Deltageren har selv ansvar for at vide hvor mount line er placeret, før stævnestart.

6.9. Der er kun adgang til skiftezone for deltagere og officials.

6.9.1. Deltageren skal kunne fremvise sit fysisk udleveret startnummer for at få adgang til skiftezone.

6.9.2. For at hente sin cykel fra skiftezone efter målgang (cykel-tjek-ud), skal deltageren fremvise sit udleveret fysiske startnummer. Startnummeret på cyklen skal være identisk med det fremviste startnummer.

6.9.3. Skiftezone-officials bestemmer hvornår cykel-tjek-ud må foretages efter stævnet. I tilfælde af at mange deltagere fortsat er i gang med stævnet, afgøre officials hvornår der er plads til cykel-tjek-ud.

6.9.4. Cykel-tjek-ud er kun tilladt af deltageren selv. Der kan dog gives dispensation til at pårørende kan afhente deltagerens cykel og udstyr. Det er skiftezone-officials der giver dispensation, forudsat at pårørende lever op til punkt 6.9.2.

6.10. Det er kun tilladt at modtage hjælp i skiftezone fra andre deltagere og officials.

6.10.1 Der må benyttes simpelt værktøj til reparation af cykel eller energi/væske til hjælp.

6.11. Cyklen skal godkendes i sikkerhedstjekket ved cykel-tjek-ind i skiftezone, før man får adgang til skiftezone med sin cykel.

6.11.1. Ved cykel-tjek-ind skal cyklen placeres på den dertilhørende plads på bike-racken.

6.11.2. Cykel skal hænges i sadlen under hele stævnet. Hvis dette ikke er muligt, skal der før stævnet, tages kontakt til officials, for at få dispensation til en anden opstilling.

6.12. Alt tøj og udstyr medbragt i skiftezone, skal opbevares i den udleveret skiftezonepose under hele stævnet. Det er dog tilladt at have sko ved siden af skiftezoneposen.

6.12.1. Det er ikke tilladt at fylde unødigt med udstyr, tøj og cykel, ved sin plads på bike-racken. Officials kan lave en henstilling til, at deltageren samler sine ting.

6.12.2. Det er kun tilladt at medbringe tøj og udstyr til skiftezonen, som skal bruges under stævnet. Anden bagage m.m. skal opbevares et andet sted.

## **7. Deltageransvar**

7.1. Som deltager skal man kende alle regler før start og følge alle regler under stævnet.

7.2. Som deltager skal man respektere andre deltagere, organisationen, tilskuere og de mennesker der bor i og omkring ruten.

7.3. Som deltager i et XTERRA stævne, accepterer man at deltagelse sker på eget ansvar og man kan ikke holde XTERRA NORDIC og Running26 ansvarlig for ulykke under og efter stævnet.

7.4. Det er ikke tilladt at smide affald i naturen og på ruten. Sker dette bliver man diskvalificeret.

7.5. Deltageren har selv ansvar for, at få nok væske og energi i forbindelse med stævnet. Ofte vil der være forplejning under og efter stævnet, så nyd godt af det, så du ikke går kold.

7.6. I tilfælde af usportslig opførsel, kan officials henstille advarsler til den pågældende deltager og i alvorlige tilfælde kan stævneleder diskvalificere deltageren.

## **8. Protester**

Det er muligt at indgive en protest

8.1. En protest skal afgives skriftligt til stævneleder, senest en time efter at indehaveren af protesten er kommet i mål.

8.2. En protest skal indeholde følgende:

- Tid og placering, for hvor årsagen til protesten fandt sted.
- Startnummer og underskrift fra indehaveren af protesten.
- Evt. startnummer på den deltager som protesten henvender sig mod (kan udelades).
- Årsagen til protest.

8.3. En protest der ikke opfylder kriterierne i punkt 8.2. bliver ignoreret.

8.4. Afgørelsen vil blive truffet hurtigst muligt efter stævnet, af stævneledelsen.

## **9. Medie- og Sponsoreksponering**

9.1. Som deltager giver du XTERRA NORDIC og Running26 accept på, at billeder og video taget af dig i forbindelse med stævnet, kan blive brugt kommercielt og offentligt.

## **10. Accept af regler**

Som deltager i et XTERRA stævne, acceptere man XTERRA NORDICs stævneregler fuldt ud.