

# INBJUDAN WEST HEATH XCO & XCC



## Starter / Rekommendation för startgrupp XCO

Starttid	Klass	Bana	Distans	
10:00	Ungdom Sport 10-14år	3,4	3 varv	
11:30	Damer Sport 15 år-> inkl Master	3,4	5 varv	
11:30	Herrar Sport 15 år-> inkl Master	3,4	6varv	

## Rekommendation för startgrupp

START 1	
4 Varv	Ungdom Sport 10-14 år Efter första målgång så går alla i mål
START 2	
5 Varv	Damer Sport . (Dam senior, Dam junior, F15-16 och Dam veteran) Banan är relativt tekniskt lätt, inga stora dropp eller hopp. Mer åt klassisk oldscool med lite grusade stigar. Även om banan inte är så tekniskt krävande så är den fysiskt krävande med e

6 Varv	Herrar Sport. (Herr senior, Herr junior, P15-16 och Herr veteran) Banan är relativt tekniskt lätt, inga stora dropp eller hopp. Mer åt klassisk oldscool med lite grusade stigar. Även om banan inte är så tekniskt krävande så är den fysiskt krävande med e
--------	--

## Starter / Rekommendation för startgrupp XCC

Starttid	Klass	Bana	Distans	
10:00	Ungdom Sport 10-14år	1,4 km	10 min	
10:30	Nybörjare	1,4 km	10 min	
11:00	Damer Sport 15 år-> inkl Master	1,4 km	20 min	
11:30	Herrar Sport 15 år-> inkl Master	1,4 km	20 min	

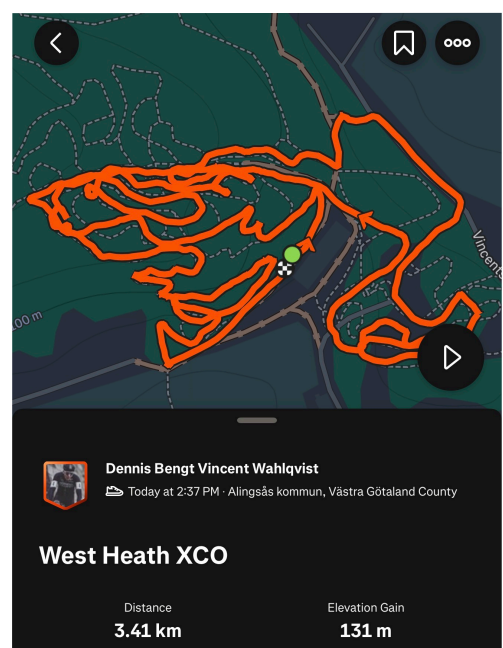
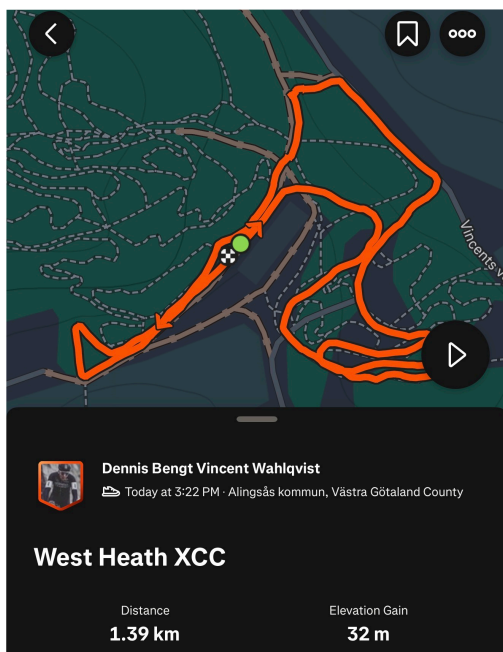
## Nybörjarbanan och XCCbanan ca 1,4km

En variant på den klassiska "emilbanan"

Inte så mycket höjdmeter och med en del svängar. Banan håller sig ner vid start och mål

## Målgång

När första går i mål flaggas alla av oavsett varv.



## Banor

**XCO-bana ca 3,4km (Ungefär samma bana som junior och senior körde på SM 2024) XCC- & nybörjare-bana ca 1,4km**

Banan är relativt tekniskt lätt, inga stora dropp eller hopp. Mer åt klassisk oldschool med lite grusade stigar. Även om banan inte är så tekniskt krävande så är den fysiskt krävande med en del höjdmeter.

### **XCC- & nybörjare-bana ca 1,4km**

En variant på den klassiska "emilbanan"

Inte så mycket höjdmeter och med en del svängar. Banan håller sig ner vid start och mål

## Vad krävs för att vara med ?

- Vi väljer att testa att växla upp våran träning under tävlingsliknande förhållanden som brukar köras på våren. Men vi försöker hålla det så likt som möjligt för att få en härlig stämning för oss som gillar att köra oss trötta på en cykel.
- Licens behövs för att vi väljer att köra en sanktionerad tävling som då är godkänd från svenska Cykelförbundet och följer regler för att göra ett så säkert evenemang som möjligt.

## Avgifter

Bana	Avgift per dag	Efteranmälan per dag from 7/4
Ungdom	130 kr	180 kr
Damer / Herrar	150 kr	200 kr

## Anmälan

- Ordinarie anmälan skall ske via [www.sportstiming.se](http://www.sportstiming.se) senast den 6/4 kl. 23.59 2026.
- Anmälningsavgifter betalas direkt i Sportstiming.

- Efteranmälan är öppen till 1 timma innan. Efteranmälan kan göras på tävlingsplatsen fram till en timma innan start. Kontant/Swish betalning vid efteranmälan.

## Nummerlappar

Nummerlappar hämtas i kiosken som är vid start och målområdet, där finns enklare fika att köpa.

## Startordning

11/4

- Lottas startordning
- Upprop 15 minuter före respektive start.

12/4

- Efter resultat från den 11/4.
- Lottning.
- Upprop 15 minuter före respektive start.

## Priser

11/4 & 12/4

Varupriser till Ungdom Sport. Plats 1-3 flickor 1-3 pojkar

Varupriser till Herrar Sport. Plats 1-3

Varupriser till Damer Sport. Plats 1-3

Medaljer till alla nybörjare efter målgång. Finns vid start och målområdet

Pris till 1-3 plus ett antal priser som lottas ut till alla som deltar båda dagarna. Som startplatser till Mjörn runt, BBR Bergslagen gravel och Unmapping.

Varupriser från Allebike med mera.

## Nummerlappar och Efteranmälan på plats

Finns vid start och målområdet

## **BONUS** (Gäller klasserna U/H/D-sport)

Dam och herre med lägsta placeringssiffra (längsta) när man adderar resultat från tävlingarna 11/4 och 12/4. Tex

Cyklist A vinner(1) tävlingen 11/4 och kommer trea(3) 12/4 får totalsumman **4**  
Cyklist B kommer tvåa(2) i tävlingen 11/4 och vinner(1) 12/4 får

totalsumma 3  
Då vinner cyklist B.

**Om det blir samma totalsumma så är det cyklisten som har bäst resultat från tävlingen 11/4 som vinner**

## **Prispengen för bästa Ungdom (Tjej/ Kille) & Dam & Herr är 1000sek**

### Dusch/omklädning

Dusch och omklädning finns hos Allebike.

### Provkörning av banor

Banorna går på privat mark, vi önskar att cyklister och övriga visar hänsyn till detta. Banorna är klara att testas dagen innan från kl 17:00 till kl. 19:30 och tävlingsdagen från kl. 8:30 till första start. Under start 2 går det att cykla på den del av banan som inte Nybörjarna cyklar på.

Visa hänsyn och respekt för de som tävlar.

### Sjukvård

Finns på plats. Inträffar vurma så förväntas närmaste cyklist se så allt är okey och eventuellt tillkalla hjälp.

Tävlingsledare	Frågor om banan
Dennis Wahlqvist	Dennis Wahlqvist
westheathsc.com	westheathsc.com

Godkänd av:  
Kommissarie:  
Per Wolde