



# SVENSKA CYKELFÖRBUNDETS

## REGLER FÖR MOTIONSLOPP PÅ LANDSVÄG

(MR-LV)



2022

---

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

---

## KAP. 1 SANKTION

- 1:1 Motionslopp
- 1:2 Sanktion
- 1:3 Sanktionsansökan
- 1:4 Ansvar för motionslopp
- 1:5 Åtgärder före ansökan
- 1:6 Tillstånd för motionslopp
- 1:7 Innehåll i ansökan

## KAP. 2 MOTIONSLOPP

### 2:1 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM

- 2:11 Marknadsföring
- 2:12 Uppgifter i inbjudan
- 2:13 Anmälningsavgift
- 2:14 Deltagaravgift
- 2:15 Program

### 2:2 BANA

- 2:21 Startplats
- 2:22 Trafikinformation
- 2:23 Markering och bevakning
- 2:24 Depåer
- 2:25 Målplats
- 2:26 Omklädning

### 2:3 FUNKTIONÄRER

- 2:31 Allmänt
- 2:32 Arrangemangsledare
- 2:33 Startchef
- 2:34 Banchef
- 2:35 Säkerhetsvakter
- 2:36 Målchef
- 2:37 Kassör
- 2:38 Sekretariat

## 2:4 STARTORDNING

- 2:41 Startnummer
- 2:42 Gruppstart
- 2:43 Fri start

## 2:5 OLYCKSBEREDSKAP

- 2:51 Sjukvårdshjälp
- 2:52 Information
- 2:53 Cykelservice

## 2:6 Resultat / GDPR

## 2:7 Priser

## KAP. 3 DELTAGARE

### 3:1 DELTAGARBESTÄMMELSER

- 3:11 Efterrättelse och uteslutning
- 3:12 Minimiålder
- 3:13 Ansvar
- 3:14 Försäkring
- 3:15 Anmälningsavgift
- 3:16 Nedskräpning

### 3:2 UTRUSTNING

- 3:21 Cykel
- 3:22 Cykelhjälm
- 3:23 Nummerlapp
- 3:24 Följebilar

# REGLER FÖR MOTIONSLOPP PÅ LANDSVÄG

Svenska Cykelförbundets (SCF) regler för motionslopp på landsväg (MR-LV) gäller vid motionslopp som arrangeras av SCF eller därtill ansluten förening. För motionslopp som helt eller delvis går i terräng gäller SCF:s regler MR-MTB helt eller i tillämpliga delar. Reglerna syftar till hög säkerhet och god kvalitet på arrangemang för cykelmotionärer.

I reglerna är ordet **skall** tvingande och **bör** rådgivande.

*Notera att UCI:s "Cycling for All" gäller tävling på motionsnivå med licens . Således är inte våra sanktionerade motionslopp "Cycling for All" arrangemang.*

---

## KAP. 1 SANKTION

---

### 1:1 Motionslopp

Motionslopp skall bereda cykelmotionärer tillfälle att pröva sina krafter under angenäma och säkra former.

Till skillnad mot tävling utgörs syftet av fullföljande av distansen och inte av placeringen i jämförelse med andra deltagare. Eventuell tidtagning är främst för att deltagaren skall få uppgift om sin egen tid.

### 1:2 Sanktion

För anordnande av motionslopp på väg erfordras sanktion av SCF.

Sanktion innebär att motionslopp skall genomföras enligt dessa regler och på tidpunkt som angivits i ansökan eller tid som fastställs av SCF.

Arrangör som vid sanktionerat lopp inte följer dessa regler kan inte påräkna sanktion för efterföljande arrangemang.

### 1:3 Sanktionsansökan

Ansökan om sanktion avseende nästföljande års motionslopp skall göras av arrangör (förening) på webbsidan indTA.se senast den 1 december. I särskilt fall kan sanktion beviljas efter senare inkommen ansökan.

### 1:4 Ansvar för motionslopp

SCF eller DCF ikläder sig inget ansvar för ordnat motionslopp.

### 1:5 Åtgärder före ansökan

Före insändandet av ansökan till Länsstyrelsen bör arrangör kontakta polismyndighet och annan instans som har att ta del av ärendet, exempelvis berörd kollektivtrafik, Trafikverket, enskilda vägföreningar och räddningstjänster. Arrangör bör rådgöra med polismyndighet och ha god kontakt med Trafikverket i frågor som rör bevakning av bana och åtgärder för deltagarnas och medtrafikanterns säkerhet och liknande. Arrangör bör, när säkerheten så motiverar, ansöka om tillfälliga lokala trafikregler, exempelvis upphävande av stopplikt.

### 1:6 Tillstånd för motionslopp

För anordnande av motionslopp kan tillstånd av berörda väghållare, markägare och myndigheter erfordras. Det åligger arrangör att förlägga loppet till sådan plats och även i övrigt på sådant sätt att största möjliga säkerhet uppnås för deltagarna samt att minsta möjliga olägenhet vållas övriga intressenter i området.

### 1:7 Innehåll i ansökan

I sanktionsansökan anges:

- a) arrangemangets namn
- b) arrangerande förening
- c) arrangemangsledare
- d) datum och ort för arrangemanget
- e) banans längd
- f) särskilda regler för arrangemanget
- g) eventuell anmälan om avvikelser från viss del av dessa regler.
- h) hur man anmäler sig till loppet.

## KAP. 2 MOTIONSLOPP

### 2.1 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM

#### 2:11 Marknadsföring

Inbjudan till motionslopp utfärdas av arrangören.

#### 2:12 Uppgifter i inbjudan

Inbjudan bör innehålla uppgifter om:

- a) datum och tidpunkt för arrangemanget
- b) Kontaktinfo, telefon, email, hemsidan, Facebook mm.
- c) banbeskrivning och distanser
- d) eventuell maximitid för godkänt genomförande
- e) eventuell indelning i gruppstarter
- f) plats och tid för omklädning
- g) plats och tid för utlämning av nummerlappar
- h) dag för anmälningstidens utgång
- i) kontaktuppgifter för anmälan
- j) anmälningsavgift och senaste inbetalningsdatum
- k) utrustningskrav som går utöver dessa regler, exempelvis krav på belysning eller förbud mot viss utrustning.

Inbjudan bör i övrigt ge korrekta och så fullständiga upplysningar som möjligt om arrangemanget.

#### 2:13 Anmälningsavgift

Arrangör äger rätt att uttaga anmälningsavgift vars storlek bestäms av arrangör.

Avgiften bör stå i rimlig proportion till motionsloppets distans och komplexitet samt utbud av service, förtäring etc.

#### 2:14 Deltagaravgift

Arrangör är skyldig att till SCF, per deltagare erlägga av SCF:s förbundsmöte fastställd deltagaravgift, vilken skall inkludera genom SCF kollektivteknad olycksfall- och ansvarsförsäkring.

#### 2:15 Program

För arrangemang av större omfattning bör program utges med uppgifter om bansträckning och distanser, depåers läge.

### 2.2 BANA

#### 2:21 Startplats

Samlingsområdet för start bör vara avspärrat för obehöriga och skall vara förlagt så att minsta möjliga olägenhet vållas i trafik-hänseende.

#### 2:22 Trafikinformation

Vid större arrangemang skall arrangören genom press och radio/TV/web informera allmänheten och ge förslag till alternativa vägar för övrig trafik.

#### 2:23 Markering och bevakning

Banan bör vara väl markerad genom skyltning, kritning eller på annat sätt, så att denna lätt kan följas av deltagarna. Säkerhetsvakter bör utplaceras i den omfattning som säkerheten kräver. Speciell omsorg ägnas bevakning av järnvägs-korsningar, trafiksignaler och andra dylika hinder. Andra trafikanter informeras på lämpligt sätt, exempelvis genom skyltar om vad som pågår på de vägar som berörs av arrangemanget. All markering skall tas bort genom arrangörens försorg snarast efter avslutat arrangemang.

#### 2:24 Depåer

Depåer bör avpassas efter banans längd och svårighetsgrad. Depå bör placeras på vägens högra sida och markeras minst 200m före infart.

#### 2:25 Målplats

Målplatsen anordnas på samma sätt som gäller för startplatsen och bör vara förlagd på höger sida av vägen eller på plats som är avstängd för annan allmän trafik.

#### 2:26 Omklädning

Plats för omklädning med dusch bör tillhandahållas om möjligt i närheten av målplatsen.

## 2:3 FUNKTIONÄRER

### 2:31 Allmänt

Funktionärer bör finnas tillgängliga i tillräckligt antal för arrangemangets genomförande i enlighet med dessa regler. Funktionärer på ledande poster bör vara väl kvalificerade och insatta i dessa regler och övriga för arrangemanget föreskrivna bestämmelser.

Övriga funktionärer bör genom arrangemangsledningens försorg instrueras om sina uppgifter.

### 2:32 Arrangemangsledare

Arrangemangsledaren tillser att motionsloppet anordnas regelrätt och programenligt samt avgör frågor, vilka inte regleras av förefintliga bestämmelser.

### 2:33 Startchef

Startchef tillser att start sker enligt fastställd startordning och deltagarlista.

### 2:34 Banchef

Bancheffen ansvarar för banans markering och bevakning samt leder och fördelar säkerhetsvakternas och depåpersonalens arbetsuppgifter.

### 2:35 Säkerhetsvakter

Säkerhetsvakter skall genom lämpliga åtgärder öka deltagarnas säkerhet. Säkerhetsvakt bör vara utrustad med telefon/radio, röd flagga, visselpipa samt klädd i fluorescerande färg.

### 2:36 Målchef

Målchef tillser att ankomsten för deltagarna noteras samt att ordningen vid området upprätthålls. För uppgiften bör finnas tillräckligt antal funktionärer.

### 2:37 Sanktionsavgift

Arrangören **skall** snarast, dock senast 30 dagar efter arrangemanget, insätta fastställd deltagaravgift på SCF:s bankgirokonto, för att försäkringar skall gälla.

### 2:38 Sekretariat

Sekretariatet bör:

- a) upprätta deltagarlista
- b) till SCF rapportera händelser i motionsloppet, vilka kan vara av intresse.

## 2:4 STARTORDNING

### 2:41 Startnummer

För identifiering av deltagare ska nummerlapp eller annan form av markering användas.

### 2:42 Gruppstart

Start bör ske gruppvis med minst 2 minuters mellanrum.

### 2:43 Fri start

Fri start kan anordnas mellan två fastställda tider där deltagare kan välja egen starttid.

## 2:5 OLYCKSBEREDSKAP

### 2:51 Sjukvård

Sjukvårdshjälp bör kunna lämnas genom personal med goda kunskaper. Sådan personal bör finnas tillgänglig på lämpliga platser och till det antal som antalet anmälda och bansträckning påkallar. Vid depå bör enklare sjukvårdsmaterial finnas tillgänglig.

Telefon- eller radiosamband bör upprättas mellan arrangemangsledning och sjukvårdare.

Arrangemangsledningen bör före loppet förvissa sig om att möjlighet finns att på plats tillkalla ytterligare sjukvårdsresurser om så krävs.

Kontakt bör före arrangemanget tas med larmcentral för information om att loppet kommer att anordnas och därvid ange tid och plats.

Kvalificerad läkarvård bör kunna erhållas inom 45 minuter.

Arrangörer rekommenderas låta funktionärer genomgå kurs (via t.ex. RK) i olycksfallsvård.

Olyckor som inträffat under loppet bör följas upp och lämpliga åtgärder vidtas för att undvika upprepning.

### 2:52 Information

Polis, räddningstjänst och ambulanscentraler skall vara informerade om arrangemanget och bansträckningen. Arrangören bör kontrollera vilka akutmottagningar som hålls öppna under loppet, samt informera dessa om arrangemanget.

## 2:53 Cykelservice

Cykelservice bör finnas vid fasta depåer och beroende av distans och bansträckning eventuellt även genom följefordon.

## 2:6 Resultat / GDPR

Genom att anmäla sig till loppet så godkänner man publicering i startlista och ev. resultatlista, om inte man fransäger sig detta skriftligen vid registrering. Var tydlig med denna information redan i inbjudan till loppet.

Resultatlistor\* får bara förekomma i samband med tävlingar.

*\*Observera att ett motionslopp som inte genomförs på allmänna vägar och/eller på helt avstängda vägar kan få presentera en resultatlista efter ett godkännande från SCF.*

## 2:7 Priser

Plakett eller motsvarande bevis på godkänt deltagande bör utdelas efter målgång.

Eventuella priser skall lottas ut bland deltagare som fullföljt.

Premie efter prestation bör ej förekomma.

# KAP. 3 DELTAGARE

## 3:1 DELTAGARBESTÄMMELSER

### 3:11 Efterrättelse och uteslutning

Deltagare är skyldig följa dessa regler och av funktionär givna direktiv.

Deltagare som under arrangemang ej iakttagit gällande bestämmelser uteslutes ur arrangemanget efter arrangörens bestämmande. Beslut om uteslutning bör redovisas i deltagarlista.

### 3:12 Minimiålder

Minimiålder fastställs av arrangören med beaktande av loppets längd och svårighetsgrad. Lägre minimiålder kan fastställas när deltagare deltar under vuxen persons uppsikt. Vid längre lopp, mer än 160 km, borde minimiålder vara 15 år.

### 3:13 Ansvar

Deltagande sker på egen risk. Deltagare ansvarar själv för överträdelser av gällande vägtrafikförordningar samt för arrangemanget gällande bestämmelser. Arrangör ansvarar icke för skada som vållas av deltagare eller som denne drabbas av.

### 3:14 Försäkring

Deltagare som erlagt fastställd avgift är kollektivt försäkrad enligt arrangörens försorg.

### 3:15 Anmälningavgift

Deltagare är skyldig erlægga av arrangören fastställd anmälningavgift.

### 3:16 Nedskräpning

Deltagare får ej kasta skräp utefter banan annat än i arrangörens angivna skräpzoner. Hänvisningar vart skräpzoner är placerade utefter banan, bör finnas tydligt beskrivet i inbjudan.

Förbud mot nedskräpning på allmän plats råder och arrangören bör se till att sopkärl, i tillräcklig utsträckning, finns vid start-, målområde, omklädningsrum och depåområden.

## 3:2 UTRUSTNING

### 3:21 Cykel

Deltagares cykel skall befinna sig i trafikdugligt skick. Arrangör kan föreskriva särskilda krav på utrustning exempelvis belysning eller förbud för viss utrustning, såsom triathlonstyren eller täckta hjul. Sådana särskilda krav skall på ett tydligt sätt framgå av inbjudan och program.

### 3:22 Cykelhjälm

Cykelhjälm av godkänd typ skall användas. Klassificering som CE EN 1078.

Vad innebär CE märkning, läs mer här: [CE](#)

### **3:23 Nummerlapp**

Nummerlapp eller annan identifikation enl. 2:41 bör bäras väl fastsatt och synlig. Ingen får starta på annans startnummer.

### **3:24 Följebilar**

Andra följevilar än arrangörens är ej tillåtna efter banan. Överträdelse mot detta kan leda till uteslutning av deltagare som utnyttjar sådan service.