



**SVENSKA CYKELFÖRBUNDETS**  
**RIKTLINJER FÖR MOTIONSLOPP PÅ**  
**LANDSVÄG**  
**(MR-LV)**



**2024**

## RIKTLINJER MOTIONSLOPP PÅ LANDSVÄG

Svenska Cykelförbundets (SCF) riktlinjer 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 riktlinjer MR-MTB XCM helt eller i tillämpliga delar. Riktlinjerna syftar till hög säkerhet och god kvalitet på arrangemang för cykelmotionärer.

Innehållsförteckning:

### Innehåll

1 ATT ARRANGERA MOTIONSLOPP .....	3
2 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM .....	4
3 BANA .....	5
4 TYP AV LOPP .....	6
5 FUNKTIONÄRER .....	7
6 STARTORDNING .....	8
7 OLYCKSBEREDSKAP .....	9
8 RESULTAT / LISTOR .....	10
9 DELTAGARBESTÄMMELSER .....	10
10 UTRUSTNING .....	11
11 BAKGRUND .....	11
12 DELTAGAREN INTYGAR VID TECKNANDET AV LICENS .....	13

I riktlinjerna är ordet **skall** tvingande och **bör** rådgivande. Men, ofta används ordet **rekommenderas**.

Notera skillnaden på **motionslopp** (resultatlista ej tillåten) och användandet av klassen **Sportmotion** (resultatlista tillåten, kommissarie nödvändig). Skillnaden, med motivering till varför dessa två klasser finns, är beskrivet både i riktlinjerna nedan samt i den avslutande bakgrunden. I det fall en arrangör vill genomföra sitt arrangemang som ren tävling (med eller utan motionsklass/Sportmotion) hänvisar vi till tävlingsreglerna här: [Tävlingsregler - Förbundet - Svenska Cykelförbundet \(scf.se\)](https://www.scf.se/tavlingsregler)

# 1 ATT ARRANGERA MOTIONSLOPP

## 1:1 Motionslopp

Motionslopp skall i första hand bereda cykelmotionärer tillfälle att pröva sina krafter under angenäma och säkra former. Till skillnad mot traditionell tävling utgörs syftet i första hand 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. Endast i de fall en arrangör kan påvisa att man uppfyller de krav på säkerhet som ställs för att kunna genomföra loppet med resultat kan SCF bevilja att loppet körs enligt regelverket för Sportmotion. Vid Sportmotion skall en kommissarie tillsättas för att säkerställa att loppet genomförs enligt SCF:s krav på säkerhet.

## 1:2 Sportmotion

I det fall en arrangör har möjligheten att vidta nödvändiga trafikåtgärder för att kunna säkerställa att genomförandet inte utgör en nämnvärd risk för vare sig deltagare eller allmänheten finns möjligheten att använda klassen Sportmotion. Vid nyttjande av denna klass är det obligatorisk med engångs-, motions-, eller tävlingslicens för deltagarna. SCF ställer krav på licens vid samtliga tävlingar, inklusive Sportmotion, för att kunna säkerställa att deltagare har kännedom om att exempelvis respektera arrangörens regler, trafikförordningar, hastighetsgränser, ge företräde i vissa situationer och undvika farliga eller olämpliga manövrar. Genom att ha en licens som kräver att deltagarna upprätthåller dessa regler kan SCF tillsammans med arrangören bidra till att skapa en säker miljö för både deltagare och andra trafikanter. Licensen ger också SCF möjlighet att identifiera en cyklist som agerat vårdslöst eller som brutit mot reglerna, med möjligheten att dra in licensen som konsekvens.

## 1:3 Kommissarie

Arrangören av ett lopp med klassen Sportmotion ska ansöka och få tilldelning av en kommissarie via sitt DCF (distriktsförbund). Inte alla DCF har verksamhet och i det fall man har svårt att få svar från sitt DCF uppmanas man att kontakta kommissariekommittén:

[kommissarie@scf.se](mailto:kommissarie@scf.se)

## 1:4 Säkerhet

Arrangemangets säkerhet är av yttersta vikt för samtliga aktörer. Allt ifrån deltagaren och arrangören, till myndigheter, SCF och allmänheten. Som förening ansluten till SCF förväntas man följa och förstå motiven till de olika typer av genomförande. En enskild arrangörs dåliga omdöme kan innebära framtida indragna tillstånd för andra arrangörer. Arrangemang med omdömeslöst genomförande utsätter således inte bara deltagare och allmänheten för stor risk, utan hela cykelsportens rätt till arrangemang på väg. Längre ner finns olika typer av genomförande specificerade.

## 1:5 Sanktion

För anordnande av motionslopp på väg erfordras sanktion av SCF. Sanktion innebär att motionslopp skall genomföras enligt dessa (RIKTLINJER FÖR MOTIONSLOPP PÅ LANDSVÄG) regler, med godkännande av berörda myndigheter, samt på tidpunkt som angivits i ansökan eller tid som fastställs med SCF. Arrangör som vid sanktionerat lopp inte följer dessa (RIKTLINJER FÖR MOTIONSLOPP PÅ LANDSVÄG) regler kan inte påräkna sanktion för efterföljande arrangemang.

## 1:6 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.

### **1:7 Ansvar för motionslopp**

SCF eller DCF (Distriktskykelförbund) ikläder sig inget ansvar för ordnat motionslopp.

### **1:8 Åtgärder före ansökan**

Före insändandet av ansökan till Länsstyrelsen bör arrangör rådgöra med Länsstyrelsen om en inledande kontakt bör tas med 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.

### **1:9 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. Det åligger också arrangören, med stöd av punkten "4 TYP AV LOPP" beskriva och förklara i ansökan hur loppet kommer gå till.

### **1:10 Innehåll i ansökan**

I tillståndsansökan anges:

- a) arrangemangets namn
- b) arrangerande förening
- c) arrangemangsledare
- d) datum och ort för arrangemanget
- e) banans längd
- f) karta på banan
- g) särskilda regler för arrangemanget
- h) eventuell anmälan om avvikelser från viss del av dessa (RIKTLINJER FÖR MOTIONSLOPP PÅ LANDSVÄG) regler.
- i) typ av lopp
- j) sanktion av SCF = försäkringsskydd för deltagarna
- k) hur man anmäler sig till loppet.

## **2 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM**

### **2:1 Marknadsföring**

Inbjudan till motionslopp utfärdas av arrangören

### **2:2 Uppgifter i inbjudan**

Inbjudan rekommenderas innehålla uppgifter om:

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

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

### **2:3 Anmälningsavgift**

Arrangör äger rätt att uttaga anmälningsavgift vars storlek bestäms av arrangör. Avgiften rekommenderas stå i rimlig proportion till motionsloppets distans och komplexitet samt utbud av service, förtäring etc.

### **2:4 Deltagaravgift till SCF**

Arrangör är skyldig att till SCF, per deltagare erlægga av SCF:s förbundsmöte fastställd deltagaravgift, vilken skall inkludera genom SCF kollektivtecknad olycksfall- och ansvarsförsäkring. Försäkringsskyddet gäller till, från och under ett sanktionerat lopp. Värt att veta är att en deltagares hemförsäkring i regel inte täcker olycksfall vid deltagande i olika typer av lopp. Villkoren för SCF:s försäkring går det att läsa om här: [Försäkringar - Förbundet - Svenska Cykelförbundet \(scf.se\)](#) Deltagaravgift behöver ej betalas för licensierade deltagare (gäller ej deltagare med E-cyclinglicens) då dessa redan innehar motsvarande olycksfallsförsäkring i licensen.

### **2:5 Uppgifter i anmälan för avräkning mot SCF:s licensregister**

Arrangörerna som vill kunna göra avräkning mot SCF:s licensregister för slopad deltagaravgift för licensierade cyklister behöver ta in fullständigt personnummer för alla svenska cyklister från de anmälda i motionslopp/motionsklass/Sportmotion för att kunna ge en korrekt rapportering.

För utländska deltagare som saknar de sista fyra siffrorna i personnumret behövs i stället födelsedata (år-månad-dag exklusive de fyra sista siffrorna, xxxx-xx-xx) och nationalitet genom tvåbokstavskod anges (finns [här](#)).

Lär mer om detta här: [NY – Avgiftsmodell motionslopp 2023 - Förbundet - Svenska Cykelförbundet \(scf.se\)](#)

### **2:6 Program**

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

## **3 BANA**

### **3:1 Startplats**

Samlingsområdet för start rekommenderas vara avspärrat för obehöriga och skall vara förlagt så att minsta möjliga olägenhet vållas i trafikhänseende.

### **3:2 Trafikinformation**

Vid större arrangemang ska arrangören genom press och webb (möjligen även radio och tv) informera allmänheten och ge förslag till alternativa vägar för övrig trafik.

### **3:3 Markering och bevakning**

Banan rekommenderas vara väl markerad genom skyltning, kritning eller på annat sätt, så att denna lätt kan följas av deltagarna.

Flaggvakter 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.

### **3:4 Depåer**

Depåer rekommenderas anpassas efter banans längd och svårighetsgrad. Depå bör placeras på vägens högra sida och markeras minst 200 meter före infart.

### **3:5 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.

### **3:6 Omklädning**

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

## **4 TYP AV LOPP**

### **4:1 Allmänt om olika typer av lopp**

Ett motionslopp kan genomföras på olika sätt beroende på målgrupp och trafikåtgärder. Exempel på olika typer av lopp specificeras nedan. Vilken typ av lopp man ansöker tillstånd om att få arrangera skall kommuniceras och beskrivas tydligt i tillståndsansökan. Olika typer av lopp påverkar trafiken och omfattning av anpassningar av trafikförordningar i olika grad. Detta i sin tur kommer påverka väghållarnas krav på arrangören samt inskränkningen på övriga remissinstansers verksamheter. Typ av lopp och trafikregler som gäller skall även kommuniceras tydligt till deltagarna i inbjudan.

### **4:2 LVG Motionsrunda**

Ett motionslopp som genomförs utan avlysta vägar eller upphävda trafikförordningar. Detta typ av lopp arrangeras med fördel genom startgrupper á max 30 cyklister med 2–5 minuters mellanrum. Tidtagning är inte en nödvändighet. Cyklisterna ska följa trafikförordningar samt visa hänsyn mot övriga trafikanter. Syftet ska vara att genomföra distansen, inte att nå en viss

medelhastighet eller genomföra distansen på en snabb tid.

### **4:3 LVG Motionslopp**

Ett motionslopp som genomförs med delvis anpassade trafikförordningar för att skapa en bättre upplevelse för cyklisterna och övrig trafik. Exempel på detta kan vara hävd stopp- eller väjningsplikt, enkelriktad (medgående) trafik, osv. Flaggvakter kan användas för att säkerställa att cyklisterna följer gällande trafikförordningar vid exempelvis stopp- eller väjningsplikt. Detta typ av lopp arrangeras med fördel genom startgrupper à max 30 cyklister med 2–5 minuters mellanrum. Även här gäller att cyklisterna ska följa trafikförordningar samt visa hänsyn mot övriga trafikanter.

### **4:4 LVG Motionslopp med fartgrupper och motionärer**

Ett motionslopp med olika förutsättningar för olika startgrupper där utvalda startgrupper ges förutsättningar för "snabb-grupper". Detta typ av lopp arrangeras med fördel genom startgrupper à max 30 cyklister med 2–5 minuters mellanrum. Snabbgrupper bör ha motorcyklist som leder gruppen för att uppmärksamma övriga trafikanter. Arrangören skall ha skapat förutsättningar för att cyklisterna ska ha begränsat kontakt med övrig trafik. Snabbgrupper bör hanteras som Sportmotion dvs med krav på licens. Snabbgrupperna är således medvetna om sitt ansvar samt kan vårdslöst beteende leda till konsekvenser så som indragen licens.

### **4:5 LVG Gran Fondo (Sportmotion + motionsklass)**

Ett lopp av typen Gran Fondo (rullande avspärningar) körs blandat med Tävlingsklass, Sportmotion och motionsklass. Tävlingsklass samt Sportmotion kräver licens medan motionsklass ej har krav på licens. Motionsklasser skall starta längst bak och ska ej ge cyklisterna resultat. Cyklister som deltar i Tävlingsklass ska ha för klassen behörig licens medan deltagare i Sportmotion ska ha engångs-, motions- eller tävlingslicens. Tävlingsklasserna bör starta först, därefter följer Sportmotion med en eller flera egna startfallor. Arrangören skall vara tydlig både inför och under loppet kring vilka som ingår i den rullande avspärningen. Hamnar en deltagare bakom bilen eller motorcykeln som representerar "repet" gäller ordinarie trafikförordningar för deltagaren. Olika klasser (framför allt herr och dam) kan ha olika starttider/platser samt bör beröra varandra så lite som möjligt. Hjälps mellan cyklister i olika klasser (herr- och damklasser) ska inte vara tillåten.

### **4:6 LVG-lopp med sportmotion och motionsklass på avstängda eller säkrade vägar**

Ett lopp med helt avlysta eller säkrade vägar med förutsättningar för att tillåta sportmotion med masstart och resultat. Arrangören ansvarar för att loppet sker på ett säkert sätt. Framför allt starten bör ske på sådant sätt så klungan tidigt kan "dras ut" till mindre grupper. Sportmotion ska ha en eller flera egna startfallor. Herr och dam sportmotion kan ha olika starttider/platser samt bör beröra varandra så lite som möjligt. Hjälps mellan herr- och damklasser ska inte vara tillåten. Cyklister som deltar i sportmotion (tävlingsklass) ska ha engångs-, motions- eller tävlingslicens. Cyklister som inte vill mäta sig mot andra utan uppleva loppet utan hets och stress ska starta längst bak i motionsklass (utan resultat).

## **5 FUNKTIONÄRER**

### **5:1 Allmänt**

Funktionärer bör finnas tillgängliga i tillräckligt antal för arrangemangets genomförande i

enlighet med dessa regler. Funktionärer på ledande poster rekommenderas vara väl kvalificerade och insatta i dessa regler och övriga för arrangemanget föreskrivna bestämmelser. Övriga funktionärer bör genom arrangemangsledningens försorg instrueras om sina uppgifter.

## **5:2 Arrangemangsledare**

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

## **5:3 Startchef**

Startchef tillser att start sker enligt fastställd startordning och deltagarlista.

## **5:4 Banchef**

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

## **5:5 Flaggvakter**

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

## **5:6 Målchef**

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

## **5:7 Ledarfordon**

Ledarfordon bör åka 15 sekunder – 1 minut före första cyklist för att uppmärksamma allmänheten om att cyklister är på ingående. Arrangören kan även använda fordon i cyklisternas åkriktning för att kunna hjälpa till vid mekaniska problem eller olycka. Vid Sportmotion bör arrangören använda flera motorcyklar för att "skydda" klungor, varna cyklisterna för faror, samt höja säkerheten för både cyklisterna och allmänheten.

## **5:8 Deltagaravgift till SCF**

Arrangören skall snarast, dock senast 10 dagar efter arrangemanget, inkomma med uppgifter om antalet anmälda cyklister antingen till kansliet eller via Cardskipper. I Cardskipper kan avräkning göras mot SCF:s licensregister. SCF ställer därefter ut en faktura som ska betalas inom 30 dagar, för att försäkringar skall gälla.

## **5:9 Sekretariat**

Sekretariatet bör:

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

## **6 STARTORDNING**



## **6:1 Startnummer**

För identifiering av deltagare ska nummerlapp användas. Nummerlapp (eller annan identifikation) bör bäras väl fastsatt och synlig. Det rekommenderas att deltagarna fäster nummerlapp på ryggfickan. Ingen får starta på annans startnummer. Det rekommenderas att ha en plats på baksidan av nummerlappen där deltagaren kan ange kontaktinformation till närmast anhörig - om aturen skulle vara framme.

Nummerlapp kan användas på rygg, mage och/eller styret/huvudröret. Arrangören bör tydligt informera om hur/var nummerlapp ska fästas.

Vid Sportmotion bör nummerlapp användas på ryggen och vara enligt SCF tävlingsreglemente (Del 1, 3.075), dvs:

Nummerlapp rygg LVG  
Höjd: 18 cm  
Bredd: 16 cm  
Höjd på siffror 10 cm  
Tjocklek på siffror: 1,5 cm

Om dubbla ryggnummerlappar används ska dessa fästas med minst 5 cm mellanrum.

## **6:2 Gruppstart**

Start bör ske gruppvis med minst 2 minuters mellanrum. Vid angiven förväntad hastighet bör snabbast starta först, för att undvika antalet omkörningar. Masstart kan användas om trafiksäkerhetsåtgärder, tillstånd och förutsättningar för ett säkert start- och genomförandeförlopp finns.

## **6:3 Startfällor**

Om tillstånd och säkerhet medger kan seedade startfällor användas. Seedning bör göras på angiven medelhastighet i anmälan och/eller beroende på licenstyp. Snabbast angiven medelhastighet och/eller Sportmotion bör starta först.

## **6:4 Fri start**

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

# **7 OLYCKSBEREDSKAP**

## **7:1 Sjukvård**

Sjukvårdshjälp skall kunna lämnas genom personal med goda kunskaper. Sådan personal skall 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 från larmcentral.

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, antingen av arrangörens sjukvård

eller från larmcentral.

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.

## 7:2 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.

## 7:3 Cykelservice

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

# 8 RESULTAT / LISTOR

## 8:1 Resultat / GDPR

Genom att anmäla sig till loppet så godkänner man publicering i startlista och ev. resultatlista (gäller endast vid användning av Sportmotion och/eller tävlingsklass), om inte man fransäger sig detta skriftligen vid registrering. Var tydlig med denna information redan i inbjudan till loppet.

Motionsloppsarrangör får endast presentera tider på deltagarna i slumpvis- eller bokstavsordning. Resultatlistor sorterade på tid får bara förekomma i samband med klassen Sportmotion. Det är arrangören som ansvarar för att en eventuell inhyrd tidtagningsleverantör följer SCF:s riktlinjer gällande resultatlistor.

## 8:2 Priser

Något typ av bevis på genomfört lopp rekommenderas att utdelas till fullföljande deltagare. Detta kan även ges digitalt - i miljöhänsyn. Eventuella priser skall lottas ut bland deltagare som fullföljt.

Premie efter prestation får endast förekomma i klassen **Sportmotion och då endast varupriser. Penningpriser (inklusive presentkort över 500 kr) får endast förekomma i övriga tävlingsklasser.**

# 9 DELTAGARBESTÄMMELSER

## 9:1 Efterrättelse och uteslutning

Deltagare är skyldig följa arrangörens (och tillståndets-) 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.

## 9:2 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, bör minimiålder vara 15 år. Minimiåldern för deltagande i Sportmotion utan målsman är 15 år.

## 9:3 Ansvar

Deltagande sker på egen risk. Arrangör ansvarar för att informera om gällande trafikförordningar till deltagarna. 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.

## 9:4 Försäkring

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

## 9:5 Anmälningavgift

Deltagare är skyldig erlägga av arrangören fastställd anmälningavgift.

## 9:6 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.

# 10 UTRUSTNING

## 10:1 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.

## 10:2 Cykelhjälm

Cykelhjälm av godkänd typ skall användas. Klassificering som CE EN 1078. Hjälmens skall bäras på huvudet och vara synlig för övriga deltagare och funktionärer. Således är uppblåsbar nackkrage, exempelvis modell Hövding, inte godkänd. Vad innebär CE märkning, läs mer här: [CE](#)

## 10:3 Följebilar

Andra följevagnar än arrangörens bör ej vara tillåtna vare sig bakom cykelklungor eller på banan (undantag för arrangörens sponsor). Arrangör bör, när möjligt, rekommendera rutt till langningsdepåer i det fall arrangören tillåter personlig langning. Följebil som inte följer arrangörens anvisningar kan leda till uteslutning av deltagare som utnyttjar sådan service. Antalet fordon på banan påverkar trafiken, riskerna och upplevelsen av arrangemanget.

# 11 BAKGRUND

## 11:1 Varför riktlinjer på motionslopp?

Att arrangera ett motionslopp på cykel innebär att man samlar ett stort antal cyklister på vägarna, vilket kan medföra potentiella risker och utmaningar. Det är viktigt att ta hänsyn till trafiksäkerheten, särskilt med tanke på att motionslopp sällan eller aldrig har avstängda vägar eller anpassade trafikförordningar. Här är några skäl till varför arrangören inte bör ge resultat kopplat till riskerna i trafiken:

**Trafiksäkerheten är av yttersta vikt:** En av de största utmaningarna med motionslopp på allmänna vägar är att cyklisterna delar utrymme med andra fordon. Det kan finnas ökad risk för olyckor, kollisioner och incidenter som kan leda till allvarliga skador. Genom att inte fokusera på resultaten kan arrangören sätta trafiksäkerheten i första hand och vidta åtgärder för att minimera farorna. Det kan innefatta att noga planera rutten för att undvika farliga korsningar eller tung trafik, samt att samarbeta med lokala myndigheter och polis för att säkerställa en så säker miljö som möjligt.

**Olika erfarenhetsnivåer bland deltagarna:** Många motionslopp lockar cyklister med olika erfarenhetsnivåer och kunskap om trafikregler och cykelsäkerhet. Genom att lägga för stor vikt vid resultaten kan deltagare, särskilt de som är mindre erfarna, känna sig pressade att prestera bättre och riskera att ta riskfyllda beslut i trafiken. Arrangören bör istället fokusera på att informera om trafiksäkerhet, och uppmuntra deltagarna att cykla ansvarsfullt och följa trafikreglerna. Arrangören kan också hänvisa till utbildningsmöjligheterna som finns kopplad till licensen.

**Juridiska och ekonomiska risker för arrangören:** Om arrangören fokuserar på resultaten utan att ta hänsyn till riskerna i trafiken ökar det ansvaret för både arrangören och deltagarna. Deltagare kan vara benägna att ta större risker för att uppnå bättre tider eller placeringar, vilket kan leda till olyckor och skador. För arrangören innebär kopplingen mellan resultat och risker en större juridisk och ekonomisk risk om deltagare skulle drabbas av olyckor eller skador. Genom att undvika denna koppling kan arrangören minska dessa risker och skapa en säker och ansvarsfull miljö för deltagarna att njuta av loppet.

Det är av yttersta vikt att arrangörer av motionslopp på cykel är medvetna om riskerna i trafiken och vidtar åtgärder för att minimera dem. Genom att inte koppla resultaten till prestationen kan arrangören främja en säker och ansvarsfull miljö där deltagarna kan cykla i enlighet med trafikregler och fokusera på att njuta av loppet utan att ta onödiga risker.

## 11:2 Försäkring

SCF tillhandahåller en olycksfallsförsäkring som gäller för samtliga anmälda cyklister. För olicensierade och deltagare med engångslicens gäller försäkringen till-, från och under ett lopp. Licensierade cyklister har gällande olycksfallsförsäkring i licensen. Samtliga deltagare är också skyddade av en ansvarsförsäkring om annan försäkring saknas. OBS: Licensierade cyklister som deltar i osanktionerat lopp omfattas inte av SCF:s olycksfallsförsäkring. Här finns mer information om SCF:s olycksfallsförsäkring: [Försäkringar - Förbundet - Svenska Cykelförbundet \(scf.se\)](https://www.scf.se) Deltagarna kan också ha en egen hemförsäkring som kan täcka vissa kostnader om olyckan skulle vara framme. Men, det är viktigt att förstå att en hemförsäkrings giltighet kan påverkas om en deltagare medverkar i tävling. Att hävda att man deltagit i/arrangerat ett motionslopp, fast man i själva verket medverkat i/arrangerat en tävling (med resultat) kan innebära att hem- eller annan personlig försäkring inte gäller. Ytterst kan arrangören bli vållande om det vill sig riktigt illa. Likaså kan försäkringsvillkoren anses ogiltiga om en cyklist eller arrangör utsätter sig själv eller andra för grov vårdslöshet i trafiken. Här är några saker att tänka på:

**Grov vårdslöshet:** Olycksfallsförsäkringar kan ha villkor som specificerar att de inte gäller vid medverkan i tävling eller vid fall av grov vårdslöshet i trafiken (detta gäller exempelvis i SCF:s försäkringsvillkor). Begreppet "grov vårdslöshet" kan variera mellan olika försäkringsbolag och jurisdiktioner, men det kan innebära att man uppsåtligt eller medvetet utför farliga handlingar som kan leda till olyckor eller skador. Om en deltagare eller arrangör bedöms ha agerat grovt vårdslöst i trafiken, kan det finnas en risk att försäkringen inte täcker eventuella skador eller olyckor som inträffar i samband med det agerandet.

**Försäkringsvillkor:** Det kan vara specifika krav och begränsningar som gäller för att en försäkring ska vara giltig, till exempel att försäkringen inte gäller vid tävlingsarrangemang, att arrangören måste ha följt specifika säkerhetsåtgärder, eller att deltagarna måste följa gällande trafikregler. Slutgiltig bedömning av giltigheten av en hem-/olycksfallsförsäkring görs alltid av försäkringsbolaget baserat på omständigheterna kring olyckan eller skadan. Det kan innebära att de utreder om försäkringstagaren deltagit i tävlingsarrangemang eller motionsarrangemang samt om det har förekommit grov vårdslöshet i trafiken. Utifrån detta bedöms om eventuella undantag eller begränsningar i försäkringsvillkoren därför är tillämpliga.

## 12 DELTAGAREN INTYGAR VID TECKNANDET AV LICENS

### 12:1 Text i Cardskipper

Vid tecknande av Motions-, Engångs- och tävlingslicens finns följande information i Cardskipper-appen (licensinnehavaren måste godkänna nedan innehåll för att licensen ska anses giltig):

#### ”Jag intygar att:

Genom att ha tecknat en licens förstår och godkänner du de risker och trafiksäkerhetsaspekter som är förknippade med deltagande i cykellopp. Du intygar även att du avser följa principen om fair play och agera i enlighet med antidopingregler. Nedan följer en beskrivning av dessa faktorer:

#### Tävling, motion och sanktion

Som licensierad cyklist är du medveten om att det finns skillnader mellan vad som definieras som tävling och som motionslopp. Den huvudsakliga är att motionslopp inte får ge resultat, då dessa sällan (eller aldrig) är avlysta för övrig trafik. Motionslopp innebär således att riskerna är betydligt högre och att det därmed inte heller finns förutsättningar för säkra och rättvisa lopp. Vårdslöst beteende i trafik kan leda till att din olycksfallsförsäkring (både licens- och annan personlig hemförsäkring, osv) inte gäller. Olycksfallsförsäkringen i licensen gäller inte heller vid deltagande i ett osanktionerat cykellopp. Cyklister med tävlingslicens som deltar i osanktionerat cykellopp riskerar även bestraffning (i enlighet med SCF:s, RF:s och UCI:s reglementen). Vill du som har en tävlingslicens med UCI ID delta i ett lopp som inte är sanktionerat av SCF har du möjlighet att söka dispens för det här: [Dispensansökan - Förbundet - Svenska Cykelförbundet \(scf.se\)](https://www.scf.se/Dispensansokan-Forbundet-Svenska-Cykelforbundet)

#### Risker:

Som cyklist är du medveten om att cykellopp, både på vägar, en arena och i skogsmiljöer, innebär vissa risker och att trafiksäkerheten är av yttersta vikt. Genom att teckna en licens förbinder du dig att följa följande riktlinjer och bestämmelser för att minimera riskerna och främja en säker miljö och upplevelse.

### Trafikregler och säkerhet:

Du förbinder dig att respektera och följa samtliga gällande trafikregler under cykellopp som går på väg. Du förbinder dig att vara hänsynsfull och visa respekt för övriga trafikanter. Det innebär att du ska cykla på rätt sida av vägen, följa hastighetsbegränsningar (när sådana gäller), ge företräde när det krävs och vara medveten om och anpassa dig efter andra trafikanter. Vidare ska du undvika farliga omkörningar, undvika otillåten drafting på fordon, ge tydliga signaler och varningar vid behov, och att vara medveten om och anpassa din körning efter andra trafikflöden. Du förbinder dig också att vara medveten om och respektera de instruktioner och direktiv som ges av kommissarierna, arrangören och funktionärerna.

### Ansvarsfullt beteende:

Du förbinder dig att agera ansvarsfullt och undvika farliga situationer eller manövrar som kan utsätta dig själv, andra deltagare, åskådare eller trafikanter för risk. Arrangören och dess funktionärer kommer att vidta rimliga åtgärder för att skapa en säker miljö, men det är ditt eget ansvar att följa ovanstående riktlinjer och agera på ett säkert och ansvarsfullt sätt under loppet, oavsett om det äger rum på vägar, på en arena eller i skogen.

### Utrustning och cykelsäkerhet:

Du förbinder dig att använda godkänd och säkerhetsgodkänd cykelutrustning under loppet. Det inkluderar att ha en välunderhållen cykel, använda godkänd cykelhjälm, samt ha fungerande bromsar.

### Informera om medicinska tillstånd:

Om du har några medicinska tillstånd eller allergier som kan påverka din säkerhet eller prestation under loppet, förbinder du dig att informera arrangören om detta i förväg.

### Trygg tävlingsmiljö:

Genom att godkänna och teckna en licens visar du ditt engagemang för trafiksäkerhet och skapar en tryggare miljö för alla deltagare och trafikanter. Tillsammans kan vi främja säkerheten och njuta av spänningen med cykellopp, både på vägar och i skogen, på ett ansvarsfullt sätt.

### Ren idrott:

Genom att teckna en licens för deltagande i cykellopp förbinder du dig att följa principen om fair play och agera i enlighet med antidopingregler. Fair play handlar om att upprätthålla en rättvis och ärlig tävlingsmiljö, medan antidopingregler syftar till att främja en ren idrott, skydda idrottarnas hälsa, samt säkerställa integriteten och trovärdigheten i cykelsporten.

### Fair play:

Du förbinder dig att delta i cykellopp på ett ärligt och sportsligt sätt, och att inte delta i några former av fusk eller oetiska metoder för att erhålla fördel gentemot andra deltagare. Du förbinder dig att respektera och följa arrangörens regler och anvisningar, samt att visa respekt och hänsyn gentemot andra deltagare, funktionärer och publiken.

### Antidoping:

Du förbinder dig att följa de antidopingregler och -föreskrifter som fastställs av internationella och nationella antidopingorganisationer, inklusive World Anti-Doping Agency (WADA) och Svensk Antidoping.

Du förbinder dig att inte använda eller inneha några förbjudna substanser eller metoder enligt de officiella antidopinglistorna.

Du förbinder dig att godkänna dopingkontroller och att tillhandahålla alla nödvändiga prover för att bekräfta din renhet och överensstämmelse med antidopingregler.

Genom att teckna en licens förstår och godkänner du vikten av fair play och att bekämpa dopning inom cykelsporten. Du förstår att oetiska metoder och användning av förbjudna substanser inte bara underminerar rättvisan i cykellopp, utan också kan ha negativa konsekvenser för din egen hälsa och välbefinnande.

Genom att agera i enlighet med fair play och antidopingregler bidrar du till att upprätthålla integriteten och trovärdigheten i cykelsporten. Tillsammans kan vi främja en rättvis och ren miljö där alla deltagare har lika möjligheter och där sportens värden prioriteras.”