



**SVENSKA CYKELFÖRBUNDETS REGLER
FÖR INSTEGSTÄVLINGAR PÅ
MOUNTAINBIKE ENDURO OCH DOWNHILL**

(IR-MTB EDR/DH)



**SWE
CYCLING**

2026

REGLER FÖR INSTEGSTÄVLINGAR PÅ MOUNTAINBIKE ENDURO OCH DOWNHILL

Svenska Cykelförbundets (nedan kallat SCF) regler för instegstävlingar på mountainbike Enduro och Downhill (IR-MTB EDR/DH) gäller vid instegstävlingar som arrangeras av SCF eller därtill ansluten förening.

Reglerna syftar till hög säkerhet och god kvalitet på arrangemang med banor av enklare karaktär för ungdomar och cykelmotionärer, snarare än för inbitna tävlingscyklister.

Innehållsförteckning:

Innehållsförteckning

1 ATT ARRANGERA INSTEGSTÄVLING	3
2 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM.....	4
3 BANA	5
4 FUNKTIONÄRER	6
5 STARTORDNING	6
6 OLYCKSBEREDSKAP	7
7 RESULTAT / LISTOR	7
8 DELTAGARBESTÄMMELSER.....	8
9 UTRUSTNING	9

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

Notera skillnaden på **tävling** (resultatlista tillåten, kommissarie nödvändig) och **motionslopp** (resultatlista ej tillåten). Skillnaden, med motivering till varför dessa två klasser finns, är beskrivet både i inledande bakgrunden nedan samt längre ner i reglerna. I det fall en arrangör vill genomföra sitt arrangemang som nationell tävling hänvisar vi till tävlingsreglerna här:

[Tävlingsregler - Förbundet - Svenska Cykelförbundet \(scf.se\)](https://www.scf.se/tavlingsregler)

1 ATT ARRANGERA INSTEGSTÄVLING

1:1 Tävlning

I det fall en arrangör har möjligheten att vidta nödvändiga säkerhetsåtgärder för att kunna säkerställa att genomförandet inte utgör en nämnvärd risk för vare sig deltagare eller allmänheten finns möjligheten att anordna tävlingsklasser.

1:2 Licens

Vid nyttjande av tävlingsklass är det obligatorisk med licens för deltagarna. SCF ställer krav på licens vid samtliga tävlingar för att kunna säkerställa att deltagare har kännedom om att exempelvis respektera arrangörens och SCF:s regler, samt de risker som är förknippade med cykelsport. 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 allmänheten. Licensen ger också SCF och arrangören möjlighet att identifiera en cyklist som agerat vårdslöst eller som brutit mot reglerna, med möjlighet att utfärda disciplinära åtgärder.

1:3 Kommissarie

En kommissarie är cykelsportens domare och ska finnas vid en instegstävling. Kommissarien ska ses som både ett stöd och en hjälp för arrangören för att säkerställa att loppet sker säkert och rättvist. Arrangören rekommenderas ta kontakt med utsedd kommissarie/DCF i god tid innan loppets genomförande för att kommissarien ska kunna vara ett bollplank till arrangören. Desto senare en kontakt tas mellan arrangören och utsedd kommissarie, desto större är risken att saker behöver justeras i ett sent skede. Endast i det fallet ingen kommissarie kan utses får tävlingen arrangeras utan sådan närvarande.

Svenska Mästerskap, internationella tävlingar och SWE Cup får kommissarie tilldelad av kommissariekommittén. Övriga tävlingar får sin tilldelning via sitt DCF (distriktsförbund) eller av SCF/kommissariekommittén. 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. Läs mer om vad en kommissarie gör här: [Kommissarier - Förbundet - Svenska Cykelförbundet](#)

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 typen 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.

1:5 Sanktion

För anordnande av instegstävling erfordras sanktion av SCF. Sanktion innebär att instegstävlingen skall genomföras enligt dessa 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 regler kan inte påräkna sanktion för efterföljande arrangemang.

1:6 Sanktionsansökan

Ansökan om sanktion avseende nästföljande års instegslopp skall göras av arrangör (förening) på webbsidan www.swecyclingonline.se senast den 1 november (gäller MTB). I särskilt fall kan sanktion beviljas efter senare inkommen ansökan.

1:7 Ansvar för instegstävling

SCF eller DCF ikläder sig inget ansvar för ordnad instegstävling.

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 markägare, och räddningstjänster.

Arrangören bör rådgöra med polismyndigheten och ha god kontakt med markägare i frågor som rör bevakning av bana och åtgärder för deltagarnas och allmänhetens säkerhet.

1:9 Tillstånd för instegstävling

För anordnande av instegstävling kommer tillstånd av berörda 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 att beskriva och förklara i ansökan hur loppet kommer gå till.

2 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM

2:1 Marknadsföring

Inbjudan/program till instegstävling utfärdas av arrangören.

2:2 Uppgifter i inbjudan/program

Inbjudan/program rekommenderas innehålla uppgifter om:

- a) Datum och tidpunkt för arrangemanget
- b) Kontaktinfo, telefon, e-mail, hemsidan, Facebook mm.
- c) Ansvarig tävlingsledare
- d) Sanktion från SCF = gällande olycksfallsförsäkring i licensen
- e) Beskrivning av banornas svårighet, karaktär och längd
- f) Placering av depåer
- g) Eventuell maxtid för godkänt genomförande
- h) Klasser
- i) Information om sjukvård och säkerhet
- j) Plats och tid för utlämning av nummerlappar
- k) Dag för anmälningstidens utgång
- l) Länk/kontaktuppgifter för anmälan
- m) Anmälningsavgift och senaste sista anmälningsdatum

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

2:3 Anmälningsavgift

Arrangören äger rätt att uttaga anmälningsavgift vars storlek bestäms av arrangören. Avgiften rekommenderas stå i rimlig proportion till instegsloppetets distans, komplexitet, etc.

2:4 Deltagaravgift till SCF

Arrangör är skyldig att till SCF, per anmäld deltagare, erlægga av SCF:s fastställda deltagaravgift. Avsaknad av licens i tävlingsklass innebär att deltagaren ej omfattas av SCF:s försäkringsvillkor samt att arrangören riskerar att åläggas böter. För aktuella avgifter se: <https://scf.se/forbundet/tavlingsavgifter/>

3 BANA

3:1 Enduro

Banan skall bestå av minst TVÅ (2) specialsträckor där merparten av sträckningen är klassad som utförsykling. Varje sträcka bör köras 2 ggr och totaltiden på samtliga sträckor ger deltagarens sluttid.

Banan, inklusive transporter, skall utformas så att den har max 600 höjdmeter per tävling. Arrangören skall planera banornas svårighetsgrad och utformning så att de även lämpar sig för mindre erfarna deltagarna. Vid svåra passager ska det finnas enklare alternativa spår tillgängliga eller ett B-spår.

3:2 Downhill

Banan skall bestå av EN (1) specialsträcka där merparten är klassad som utförsykling. Varje sträcka skall köras 1-2 ggr.

Max fallhöjd på sträckan skall vara 200m. Arrangören skall planera banornas svårighetsgrad och utformning så att de även lämpar sig för mindre erfarna deltagarna. Vid svåra passager ska det finnas enklare alternativa spår tillgängliga eller ett B-spår.

3:3 Startområde

Starten för specialsträckorna skall utformas så att inga obehöriga kan komma in på banan. Bredden på startområdet skall vara 1m-1.2m brett och bandas av så att minst 2m i alla riktningar ej blir tillgängligt för andra deltagare eller åskådare.

3:4 Arrangemangsområde

Vid större arrangemang där ett större område berörs ska arrangören genom press och webb informera allmänheten och ge förslag till alternativa, ej påverkade rutter/områden.

3:5 Markering och bevakning

Enduro - Banan skall vara väl markerad genom bandning och skyltning så att denna lätt kan följas av deltagarna utan risk för att oavsiktligt avvika från banan.

Downhill – Hela banan ska vara markerad och skyddad med säkra och synliga banmarkeringar som inte utgör någon säkerhetsrisk för åkarna. I särskilt snabba och farliga sektioner, där åkarnas linje ligger nära banavgränsningen, ska en "buffertzona" på bägge sidor ordnas mot publiken.

Flaggvakter bör utplaceras i den omfattning som säkerheten kräver.

Andra brukare av tävlingsområdet och allmänheten ska informeras på lämpligt sätt, exempelvis genom skyltar om vad som pågår i det område som berörs av arrangemanget. All markering skall tas bort genom arrangörens försorg snarast efter avslutat arrangemang.

3:6 Depåer - Enduro

Depåer rekommenderas anpassas efter banans längd och svårighetsgrad. Depå bör placeras på partier där deltagarna passerar flera gånger under sina transporter tillbaka upp till start av nästa specialsträcka.

3:7 Målområde

Enduro - Målområdet skall bandas av och en tydlig målskylt skall finnas placerad vid varje specialsträckas slut. Målområdet skall vara 1,5-3m brett och avbandat så att inga deltagare eller åskådare kan ta sig nära målgången.

Downhill - Målområdet bör vara minst 6 meter brett. Det bör finnas ett minst 35 – 50 meter långt bromsområde efter mållinjen med lämpliga skydd och helt avskärmat från publiken. Utgången för cyklisterna ska vara sådan att farten är den minsta möjliga. Detta område ska vara fritt från hinder.

4 FUNKTIONÄRER

4:1 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.

4:2 Tävlingsledare

Tävlingsledaren tillser att tävlingen anordnas regelrätt och programenligt samt avgör frågor, vilka inte regleras av befintliga bestämmelser. Tävlingsledare ska ha genomgått SCF:s tävlingsledarutbildning.

4:3 Banansvarig

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

4:4 Sekretariat

Sekretariatet bör:

- a. Upprätta deltagarlista
- b. Hantera anmälan och inläsning av tidtagningsschip efter utförd tävling
- c. Till SCF rapportera händelser i instegsloppet, vilka kan vara av intresse.

5 STARTORDNING

5:1 Startnummer

För identifiering av deltagare ska nummerlapp användas på cykel (på styret). Arrangören bör tydligt informera om hur/var nummerlapp ska fästas. 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 oturen skulle vara framme.

6 OLYCKSBEREDSKAP

6:1 Sjukvård

Vid varje arrangemang ska det finnas minst en (1) utbildad sjuksköterska och två (2) grundutbildade sjukvårdare. Minst en sjukvårdsstation ska finnas samt möjlighet till transport av skadad deltagare i terräng.

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.

6:2 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.

6:3 Cykelservice

Enklare uppsättning cykelverktyg bör finnas vid området runt sekretariatet eller endurodepån.

7 RESULTAT / LISTOR

7:1 Resultat / GDPR

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

7:2 Priser

Något typ av bevis på genomfört lopp rekommenderas att utdelas till fullföljande deltagare.

Premie efter prestation får endast förekomma i tävlingsklasser, ej i motion. Instegstävlingar får endast ge varupriser eller presentkort upp till 500kr. Penningpriser får endast förekomma i övriga nationella tävlingsklasser.

8 DELTAGARBESTÄMMELSER

8:1 Efterrättelse och uteslutning

Deltagare är skyldig följa arrangörens (och tillståndets-) regler och av funktionär givna direktiv. Deltagare som under tävlingen ej iakttagit gällande bestämmelser uteslutes ur tävlingen efter arrangörens eller kommissariens bestämmande. Beslut om uteslutning bör redovisas i deltagarlista.

8:2 Minimiålder

Minimiålder fastställs av arrangören med beaktande av loppets längd och svårighetsgrad. Lägre minimiålder kan fastställas när deltagare deltar under vuxen persons uppsikt. Minimiåldern för deltagande i tävlingsklass utan målsman är 13 år. Om Nybörjarklasser 7-12 år erbjuds skall de hänvisas till en enklare bana.

8:3 Tävlingsklasser

Instegstävlingar genomförs med fokus på ungdomar och cykelmotionärer och genomförs som klassen Sportmotion. Instegstävlingar får endast delas upp i följande klassindelning:

Benämning klass	Tillåtna licenser
Damer 19+	E, M, U23, B, EN, MO
Herrar 19+	E, M, U23, B, EN, MO
Damer Junior (17-18 år)	J, B, EN, MO
Herrar Junior (17-18 år)	J, B, EN, MO
Damer 35+	M, B, EN, MO
Herrar 35+	M, B, EN, MO
Herrar 45+	M, B, EN, MO
P/F 15-16	Y, EN, MO
P/F 13-14	Y, EN, MO
MTB E-Bike Damer (15+ år)	E, M, U23, J, Y, B, EN, MO
MTB E-Bike Herrar (15+ år)	E, M, U23, J, Y, B, EN, MO

Förkortning	E	M	U23	J	U	U11	B	EN	MO
Licenstag	Elit	Master	U23	Junior	Ungdom	Under11	Bas	Engång	Motion

Samtliga licenser tecknas på licens.scf.se.

8:4 Motionsklasser

Instegstävlingar ger också arrangören möjlighet att ha motions- och nybörjarklass som inte ställer krav på licens. Motionsklass skall bereda motionärer tillfälle att pröva sina färdigheter under angenäma och säkra former på en enklare bana. Till skillnad mot övriga klasser utgörs syftet att genomföra sträckorna och inte av placeringen i jämförelse mot andra deltagare.

Eventuell tidtagning i motionsklass är främst för att deltagaren skall få uppgift om sin egen tid. Resultat- och/eller cupställning/poäng får ej ges. Motion- och nybörjarklass får delas upp i följande klassindelning:

- Nybörjare (mixklass 7-12 år)
- Motion Dam
- Motion Herr

Notera att annan deltagaravgift i motionsklass gäller än tävlingsklass. Läs mer om deltagaravgifter i stycke 2:4.

8:5 Ansvar

Deltagande sker på egen risk. Arrangör ansvarar för att informera om gällande regler till deltagarna samt att informera andra brukare av området/stigarna om tävlingen. Deltagare ansvarar själv för överträdelser av arrangemangets gällande bestämmelser. Arrangör ansvarar icke för skada som vållas av deltagare eller som denne drabbas av.

8:6 Försäkring

Deltagare i tävlingsklass som erlagt fastställd avgift är olycksfallsförsäkrad genom sin licens via SCF. Deltagare i motionsklass utan licens som erlagt fastställd avgift är olycksfallsförsäkrad genom arrangörens deltagaravgift till SCF.

8:7 Anmälningavgift

Deltagare är skyldig erlägga av arrangören fastställd anmälningavgift.

8:8 Nedskräpning

Deltagare får ej kasta skräp utefter banan eller transporter 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. Avsiktlig nedskräpning bör leda till att deltagaren diskvalificeras.

9 UTRUSTNING

9:1 Cykel

Deltagares cykel skall vara av typen MTB och i fungerande skick.

Enduro:

Endast en ram, gaffel, dämpare och en uppsättning hjul får användas under tävlingen. Byte kan ske om detta meddelas sekretariatet, tidstillägg på 1min utfärdas per byte.

9:2 Cykelhjälm

En godkänd så kallad fullfacehjälm ska bäras på fastställt sätt både vid tävling och träning på tävlingsbanan, inklusive transporter mellan specialsträckor. Hjälmen ska vara utrustad med skärm. Andra typer av hjälmar är inte tillåtna.

9:3 Kroppskydd

Enduro - Cyklisten skall under både träning och tävling bära godkänt ryggskydd och knäskydd, Arrangören kan föreskriva eller rekommendera ytterligare skydd likt långärmad tröja, handskar, goggles och armbågsskydd.

Downhill - Cyklisten skall under både träning och tävling bära godkänt rygg-, knäskydd och bör använda armbågsskydd samt goggles. Dessutom skall fullängdsbyxor eller vida shorts i rivsäkert material, långärmad tröja samt heltäckande handskar användas.