



SVENSKA CYKELFÖRBUNDETS
REGLER FÖR SPORTMOTION PÅ
LANDSVÄG
(SM-LV)



2026

REGLER FÖR SPORTMOTION PÅ LANDSVÄG

Svenska Cykelförbundets (SCF) regelverk för Sportmotion på landsväg (SM-LV) gäller vid tävlingar som arrangeras av SCF eller därtill ansluten förening. För tävlingar med Sportmotion som helt eller delvis går i terräng gäller SCF:s riktlinjer för Gravel eller Gravity. Riktlinjerna syftar till hög säkerhet och god kvalitet på arrangemang för tävlingar med i huvudsak cykelmotionärer.

Innehållsförteckning:

Innehåll

1 ATT ARRANGERA SPORTMOTION.....	3
2 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM.....	4
3 BANA	5
4 TYP AV LOPP	6
5 FUNKTIONÄRER.....	7
6 STARTORDNING.....	8
7 OLYCKSBEREDSKAP	8
8 RESULTAT / LISTOR.....	9
9 DELTAGARBESTÄMMELSER.....	9
10 UTRUSTNING.....	10
11 MILJÖHÄNSYN.....	10

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

Notera skillnaden på **motionslopp** (resultatlista ej tillåten) och användandet av tävlingsklassen **Sportmotion** (resultatlista tillåten, kommissarie nödvändig). Skillnaden, med motivering till varför dessa två klasser finns är beskrivet i regelverket. I det fall en arrangör vill genomföra sitt arrangemang som ren tävling (med eller utan motionsklass/Sportmotion) eller som rent motionslopp hänvisar vi till tävlings- och motionsreglerna här: [Tävlingsregler - Förbundet - Svenska Cykelförbundet \(scf.se\)](#)

1 ATT ARRANGERA SPORTMOTION

1:1 Resultat – endast i tävlingsklass

I det fall en arrangör har möjligheten att vidta nödvändiga åtgärder för att kunna säkerställa att genomförandet inte utgör en nämnvärd risk för vare sig deltagare eller allmänheten finns möjligheten att använda tävlingsklass. Tävlingsklass ställer högre krav på säkerhet och bevakning, vilket ofta sker i samförstånd med tillståndsgivaren som i regel är Länsstyrelsen. Motionslopp har inte rätt att ge resultat och har därför inte heller samma krav som tävlingsarrangörer.

1:2 Licens

Vid nyttjande av tävlingsklass är det obligatorisk med engångs-, motions-, eller tävlingslicens 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, trafikförordningar, fair-play, anti-doping och undvikandet av 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, allmänheten och andra trafikanter. Licensen ger också SCF möjlighet att identifiera en cyklist som agerat vårdslöst eller som brutit mot reglerna, med möjlighet att utfärda disciplinära åtgärder.

1:3 Sportmotion

Sportmotion är en tävlingsklass som i huvudsak riktar sig till motions- och långloppsinriktade landsvägscyklisterna som efterfrågar en utmanande, välorganiserad och inspirerande cykeltävlingsupplevelse. Läs mer om användandet av Sportmotion i avsnitt "4 TYP AV LOPP".

1:4 Kommissarie

Arrangören av ett lopp med klassen Sportmotion ska ansöka och få tilldelning av en kommissarie via sitt DCF (distriktsförbund). Kommissariens roll är att säkerställa att tävlingen sker säkert och enligt dessa och allmänna regler. Det rekommenderas starkt att ha kontakt med sin utsedde kommissarie i god tid innan tävlingen för att gå igenom, diskutera och bestämma eventuella detaljer inför tävlingen. 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](#)

1:5 Säkerhet

Det är viktigt att varje arrangör gör genomför någon form av riskanalys vid val av start/mål, bansträckning och säkerhetsarrangemang kring tävlingen. 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 och i skogen. Längre ner finns olika typer av genomförande specificerade.

1:6 Sanktion

Sanktion innebär att en tävling 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 lopp.

1:7 Sanktionsansökan

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

1:8 Åtgärder före ansökan

Före insändandet av ansökan bör arrangör rådgöra med Länsstyrelsen samt inleda kontakt med polismyndighet och annan instans som har att ta del av ärendet exempelvis väghållare, markägare, enskilda vägföreningar och räddningstjänster.

Arrangör bör under tillståndsprocessen rådgöra med polismyndighet och ha god kontakt med Trafikverket (om loppet berör statliga vägar) och kommunen (om loppet berör kommunala vägar) i frågor som rör bevakning av bana och åtgärder för deltagarnas och medtrafikanters säkerhet och liknande.

Arrangör bör, när säkerheten så motiverar, ansöka om tillfälliga lokala trafikregler, exempelvis upphävande av stopplikt.

1:9 Tillstånd för tävling

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 till berörda instanser hur tävlingen kommer gå till. För anordnande av tävling erfordras i regel tillstånd för "Tävling på väg" av Länsstyrelsen, vilket inkluderar tillstånd av berörda väghållare, markägare och/eller andra påverkade instanser.

Det krävs ofta en separat ansökan för "Offentlig tillställning" som söks hos Polisen.

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 regler.
- i) typ av lopp (se "4 TYP AV LOPP")
- j) sanktion av SCF = försäkringsskydd för deltagarna
- k) hur man anmäler sig till loppet.

1:11 Ansvar för tävling

SCF eller DCF (Distriktscykelförbund) ikläder sig inget ansvar för ordnad tävling.

2 INBJUDAN, AVGIFTER OCH PROGRAM

2:1 Marknadsföring

Inbjudan till tävling 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) starttider
- f) eventuell maximitid för godkänt genomförande
- g) eventuell indelning i gruppstarter
- h) langning och teknisk support
- i) plats och tid för omklädning
- j) plats och tid för utlämning av nummerlappar
- k) dag för anmälningstidens utgång
- l) länk/kontaktuppgifter för anmälan
- m) anmälningsavgift och senaste inbetalningsdatum
- n) 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 bestämmes av arrangör.

2:4 Deltagaravgift till SCF

Arrangör är skyldig att till SCF, per anmäld deltagare erlagga SCF:s fastställda deltagaravgift inom 10 dagar efter genomfört arrangemang. Se aktuella deltagaravgifter här: [Deltagaravgifter och sanktion - Förbundet - Svenska Cykelförbundet](#)

2:5 Program

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

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 plats som är avstängd för allmänheten och trafik. Upploppet bör vara rakt minst 100 meter före mållinjen och 50 meter efter.

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

En tävling 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 trafikföreskrifter 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 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 á 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 cyklister 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.

4:3 LVG Gran Fondo (Sportmotion + motionsklass)

Ett lopp av typen Gran Fondo (med rullande avspärningar) kan genomföras blandat med Elit/Master, Sportmotion och motionsklass. Elit/Master samt Sportmotion kräver licens medan motionsklass ej har krav på licens. Motionsklasser skall starta längst bak och ska ej ges resultat. Cyklister som deltar i Elit/Master ska ha för klassen behörig licens medan deltagare i Sportmotion ska ha minst engångs-, motions- eller tävlingslicens. Elit-/Masterklasserna bör

starta först, därefter följer Sportmotion med en eller flera egna startfällor. 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. Hjälpmellan cyklister i olika klasser (herr- och damklasser) är inte tillåten.

4:4 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. 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 kan ha en eller flera egna startfällor. Herr och dam Sportmotion kan med fördel ha olika starttider/platser samt bör beröra varandra så lite som möjligt. Hjälpmellan herr- och damklasser i Sportmotion är inte tillåten. Cyklister som deltar i Sportmotion (tävlingsklass) ska ha minst 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 att resultat ges).

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 Tävlingsledare

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

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

5:8 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 på rygg och kan även användas på cykel (på styret eller fram på ramens styrrör). Arrangören ska tydligt informera om hur/var nummerlapp ska fästas. Det rekommenderas att deltagarna fäster nummerlapp (som ska sitta på kroppen) 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 outhälsan skulle vara framme.

Nummerlappar av storlek enligt SCF tävlingsreglemente (Del 1, 3.075) bör användas, 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. Viktigt att informera deltagarna om detta.

6:2 Gruppstart

Start kan ske gruppvis med minst 2 minuters mellanrum. Masstart kan användas om trafiksäkerhetsåtgärder, tillstånd och förutsättningar för ett säkert start- och genomförandeförlopp finns. Seedade startfallor kan i så fall användas. Seedning bör göras på angiven medelhastighet i anmälan och/eller beroende på licenstyp. Snabbast angiven medelhastighet bör starta först, för att undvika antalet omkörningar.

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 om inte man fransäger sig detta skriftligen vid registrering. Var tydlig med denna information redan i inbjudan till loppet.

8:2 Priser

Något typ av bevis på genomfört lopp rekommenderas att utdelas till fullföljande deltagare. Detta kan även ges digitalt - i miljöhänsyn. Premie efter prestation får endast förekomma i klassen Sportmotion och då endast varupriser. Penningpriser (inklusive presentkort över 500 kr) får endast förekomma i ordinarie 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 och kommissariens bestämmande. Beslut om uteslutning bör redovisas i deltagarlista.

9:2 Minimiålder

Minimiålder i tävlingsklass 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 i tävlingsklass som erlagt fastställd avgift är försäkrad genom sin licens via SCF. I motionsklass är deltagare som erlagt fastställd avgift försäkrad genom arrangörens deltagaravgift.

9:5 Anmälningavgift

Deltagare är skyldig erlægga 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. Avsiktlig nedskräpning bör leda till att deltagaren diskvalificeras.

10 UTRUSTNING

10:1 Cykel

Deltagares cykel skall befinna sig i trafikdugligt skick. I tävlingsklasser är endast cykel med bockstyre tillåten. Mountainbikecykel (med rakt styre), täckta hjul, triathlonstyre, tempobågar, samt andra extra anordningar på styret är förbjudna i tävlingsklasser med masstart. Arrangör kan föreskriva särskilda krav på utrustning exempelvis belysning eller förbud för viss utrustning, såsom täckta hjul. Sådana särskilda krav skall på ett tydligt sätt framgå av inbjudan och program. El-cykel är ej tillåtet.

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 följevilar 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 MILJÖHÄNSYN

11:1 Miljö och hållbarhet

Cykellopp kan motivera och inspirera fler att välja cykeln som både livsstil och träningsverktyg. Cykling har en viktig roll i omställningen mot ett hållbart samhälle. Men även cykelarrangemang behöver aktivt jobba med hållbarhet och minimerandet av sitt miljöavtryck. Riksidrottsförbundet har tagit fram ett digitalt verktyg för att hjälpa arrangörer med just detta. Lär mer här:

hallbaraidrottsevenemang.se