



Technische Gids



PLOEGENTIJDRIJKAMPIOENSCHAP

JEUGD 2019

zaterdag 21 september

dé test voor het NCK in Dronten

H.S.V. de Kampioen | Wheelerplanet

Zijkanaal C Weg 8 | Spaarndam

Programma **3e Jeugd-Ploegentijdritkampioenschap**

vanaf 09.00 uur

- afhalen startnummers, inschrijfgeld betalen
- Binnenbaan open om warm te rijden of uit te rijden (tot 14.00 uur)
- Buitenbaan open voor parcoursverkenning (tot 9.50 uur)

vanaf 10.00 uur

Start groep cat. 2+3+4, tijdritafstand 4 ronden : 6,8 km

circa 11.30 uur

Laatste start groep cat. 2+3+4

Aansluitend wordt de buitenbaan vrijgegeven voor parcoursverkenning (tot 11.55 u)

Om 11.45 uur

Huldiging groep cat. 2+3+4

vanaf 12.00 uur

Start groep cat. 5+6+7, tijdritafstand 6 ronden : 10,2 km

circa 13.30 uur

Laatste start groep cat. 5+6+7

Om 13.45 uur

Huldiging groep cat. 5+6+7

Tijden zijn indicatief en afhankelijk van aantal deelnemende ploegen.

Het staat de organisatie vrij lichtelijk af te wijken van de genoemde tijden.

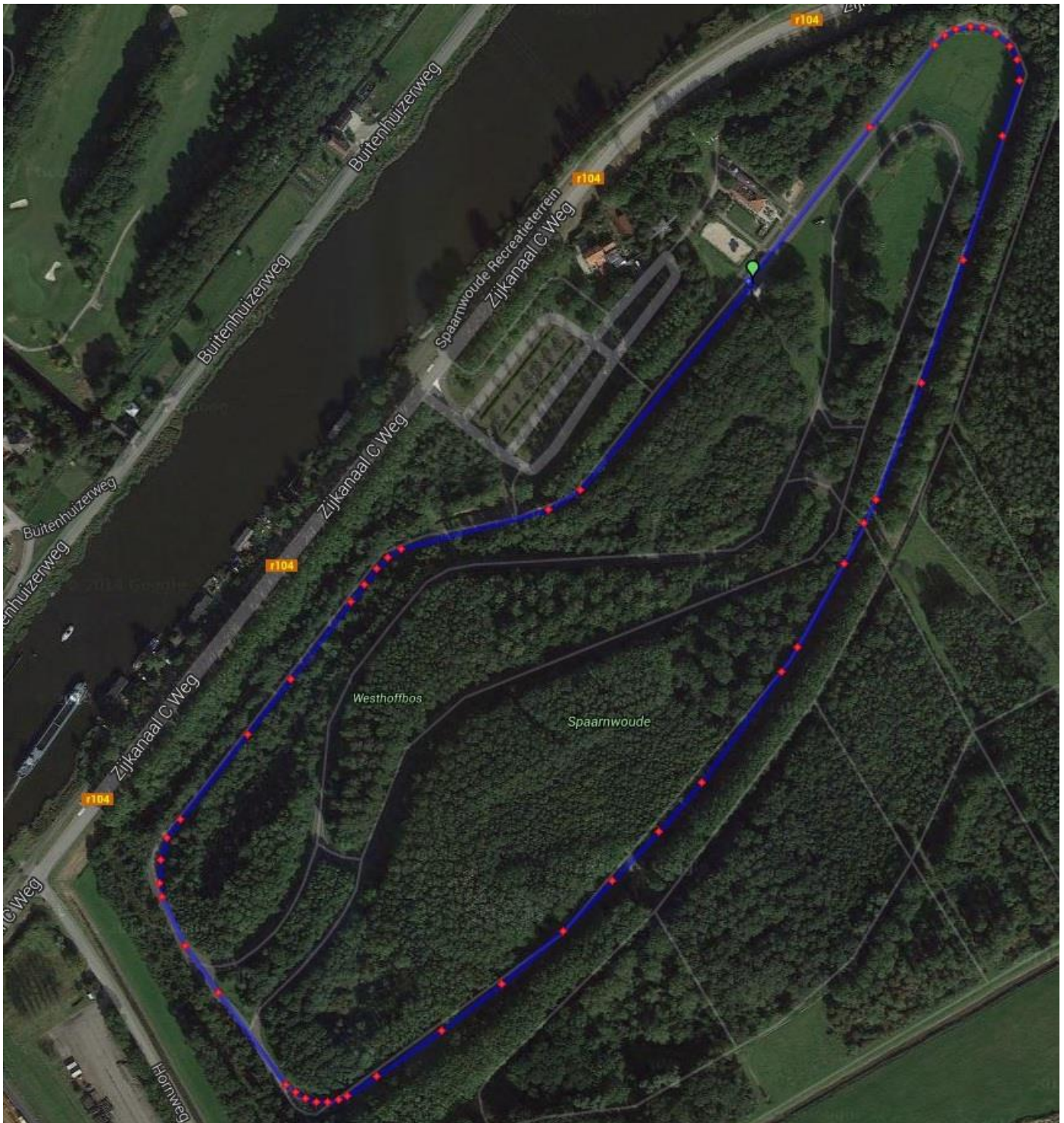


Inschrijfprocedure

- Deelname staat open voor alle KNWU-jeugd-basisleden, uit geheel Nederland. Bezit van een wedstrijdlicentie is dus niet vereist, maar tevens ook geen bezwaar.
- Er kan worden ingeschreven in startgroep cat. 2+3+4 of startgroep cat. 5+6+7.
- Een ploeg bestaat uit 3 of 4 renners, plus evt. 'n 5e renner als reserve.
- Een ploeg bestaat uit alleen jongens, alleen meisjes of gemengd.
- Een ploeg mag evt. uit renners bestaan van maximaal 2 verschillende verenigingen. Maar alleen in die gevallen waar een club zelf geen volledige (extra) ploeg kan formeren.
Zulks ter beoordeling van de organisatie na ontvangst van de vooraanmelding.
- Desgewenst mag een renner in 2 verschillende ploegen meerijden/ingedeeld worden, bv. als reserve.
- een cat. 2-3-4 renner mag evt. ook ingedeeld worden in een cat. 5-6-7 ploeg, andersom uiteraard niet.
- Evt. dispensatie (omlaag) moet worden aangetoond met een brief van de consul.
- Het inschrijfgeld bedraagt 8 euro per ploeg en moet contant worden voldaan op de wedstrijddag bij het afhalen van de rugnummers.
- Inschrijven via e-mail via uw eigen vereniging.
- Wij verzoeken verenigingen z.s.m. via e-mail een vooraanmelding te doen via : hsvdekampioenjeugdsecretariaat@gmail.com waarna een inschrijfformulier wordt toegezonden.
- Definitieve namen doorgeven kan nog tot in de laatste week voorafgaand aan de wedstrijd via het aan u toegestuurde inschrijfformulier.
- Evt. wijzigingen hierop mogen bij het afhalen van de rugnummers nog worden doorgegeven.
- **Iedere renner dient deel te nemen met een werkende transponder.**
Leen er evt. een binnen uw vereniging of van een renner in andere startgroep.

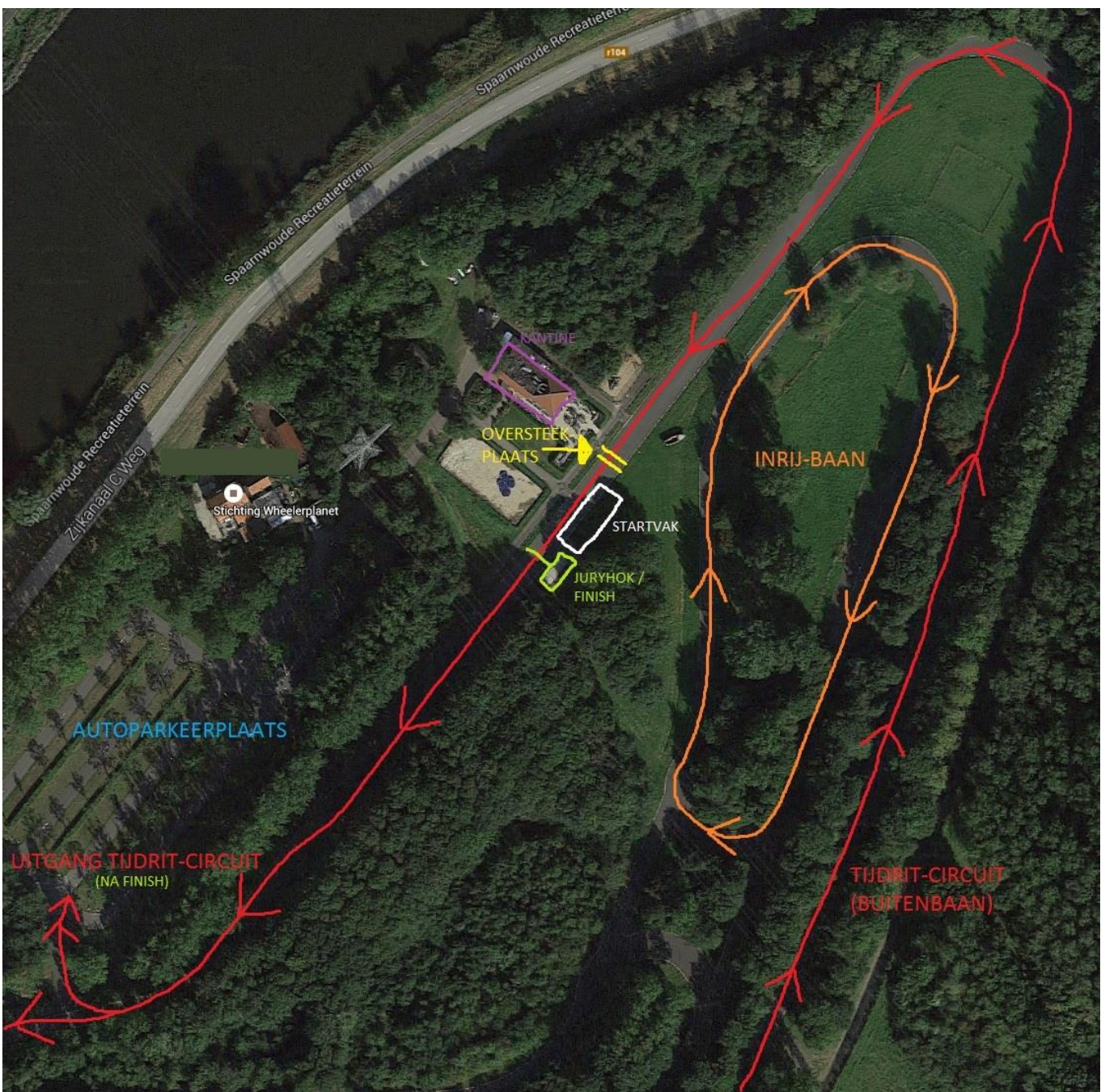
Parcours **Ploegentijdritkampioenschap**

Ploegen rijden de buitenronde (1.700 meter) op Wheelerplanet, tegen de klok in.



Startprocedure **Ploegentijdritkampioenschap**

- De starttijden van de ploegen worden door de organisatie bepaald a.d.h.v. de uitslagen van de voorgaande editie(s) en worden daags voorafgaand aan de wedstrijd bekendgemaakt
- Tot 9.50u en tussen ca. 11.45/11.55u kan ingereeden worden op het tijdrit-circuit (buitenbaan)
- De gehele dag tot 14.00 uur kan in- of uitgereden worden op de inrij-baan (binnenbaan)
- Toegang tot de buiten- en binnenbaan **uitsluitend** via oversteekplaats bij kantine
- Begeleiders zijn **niet** toegestaan op het binnenterrein, uitgezonderd één ploegleider per ploeg
- Het startvak is aan de binnenzijde van de wielersbaan en uitsluitend toegankelijk voor renners
- Hier vindt ook de fietskeuring en mogelijk verzetcontrole plaats
- Er rijden twee ploegen gelijktijdig hun tijdrit
- De starts vinden plaats met een interval van circa negentig (90) seconden
- De start is gelijkvloers, ingeklikt vanuit stand, desgewenst vastgehouden door een helper van de organisatie
- Verlaat na de finish de baan aan de rechterzijde na de eerste flauwe bocht bij 'door het **schuifhek**
- Volg aanwijzingen van verkeersregelaars a.u.b. op
- Negeren hiervan door renner of begeleider kan leiden tot uitsluiting van de wedstrijd



Regels **Ploegentijdrit**kampioenschap

Bij deze interclub-tijdrit zijn de volgende KNWU-tijdritregels voor jeugd van toepassing :

- Specifieke tijdritfiets, opzetsturen of dichte wielen etc. zijn **niet** toegestaan
- (alle soorten) Specifieke goedgekeurde (tijdrit)helmen zijn **wel** toegestaan
- Een toegestaan wiel heeft minimaal 12 spaken met dwarsdoorsnede van max. 2,4mm
- In groep cat. 2 t/m 4 mag men **niet** met een bidon rijden.
- **In groep cat. 5 t/m 7 geldt voor álle renners het maximale verzet van cat.7 !!!**
Deze regel geldt ook bij het NCK en zorgt voor een gelijk speelveld

verder geldt :

- Renners dienen handen aan het stuur te houden, niet op onderarmen fietsen.
- Bij materiaalpech (buiten het zicht van de jury) geen herstart of tijdcorrectie
- Bij valpartij/hinder buiten schuld deelnemer herstart of tijdcorrectie mogelijk
- Transponder verplicht voor alle renners in de ploeg
- Jurybeslissing altijd bindend
- **Stayeren** verboden:
 - ploegen blijven minimaal 10 meter achter voorwiel van laatste voorligger rijden
 - bij passeren vanaf diezelfde afstand minimaal 1,5 meter 'naast' voorliggers rijden
 - jury ziet streng toe, o.a. met surveillance op en naast de baan
 - op schending van stayerverbod volgt mogelijk uitsluiting van de wedstrijd
- Evt. protesten kunnen tot een halfuur na de wedstrijd worden ingediend bij de jury

MyLaps

Tijdwaarneming geschiedt met behulp van MyLaps-transponders.

Voor deelnemers die niet over een eigen transponder beschikken adviseren wij er een te lenen binnen uw vereniging. Vergeet ook niet de KNWU-pas van de renner mee te nemen.

Deelnemers zijn zelf verantwoordelijk voor de juiste werking van hun transponder, evenals voor het rijden van (minimaal) het juiste aantal ronden.

Over eventuele foutieve (of foutief geïnterpreteerde) informatie van de speaker kan niet gereclameerd worden.

Begeleiders wordt geadviseerd deelnemers vanaf de zijlijn te assisteren bij het tellen van de ronden. Bij geconstateerde onregelmatigheden is de beslissing van de jury bindend.

Er wordt een netto tijd per ploeg vastgesteld.

D.w.z. de tijd gaat in op het moment dat de 1e renner van de betreffende ploeg de startlijn voor de eerste maal passeert, circa 10 meter na het starten uit stand.

De tijd stopt als de 3e renner van de betreffende ploeg de finishlijn passeert na het aantal door de ploeg te rijden ronden.

Klassement

Nadat alle ploegen hun race verreden hebben wordt het klassement van de startgroep opgemaakt en volgt aansluitend de huldiging.

De uitslagen worden zo spoedig mogelijk na afloop van de wedstrijd op de [website](#) en de [Facebookpagina](#) van H.S.V. De Kampioen geplaatst. Ook zullen de (ronde)tijden via de [MyLaps](#) worden gepubliceerd.

Deelname geschiedt op eigen risico maar tevens onder de voorwaarden van de KNWU-verzekeringsdekking behorende bij het KNWU-lidmaatschap.

Prijzenschema

Per startgroep worden de eerste 3 geklasseerde ploegen gehuldigd.

De ploegleider draagt er zorg voor dat alle renners hun clubtenu (weer) aan hebben.

Ploegentijdrit-**maand**

De maand september kan voor uw vereniging een echte ploegentijdritmaand worden.

Op zaterdag 14 september is er een KNWU-ploegentijdrit in Rijswijk

<https://www.knwu.nl/wegwielrennen/evenement/114066>

Op zaterdag 21 september dus ons evenement

<https://www.knwu.nl/wegwielrennen/evenement/114431>

Op zaterdag 28 september het <http://www.nckdronten.nl/>

Op de trainingsavonden kan er speciaal aandacht besteed worden aan ploegentijdrit-rijden.

Als suggestie hebben wij wat trainings-tips verzameld op de volgende pagina.

Door het ploegentijdrit rijden “breed neer te zetten” binnen het uw vereniging

maakt dit het toegankelijk voor alle jeugdleden, op meerdere niveau’s.

Ploegentijdrit rijden is leuk, leerzaam, het verbreedert en het kan zo

een eerste kennismaking zijn met deze volwaardige discipline binnen het wegwielrennen.

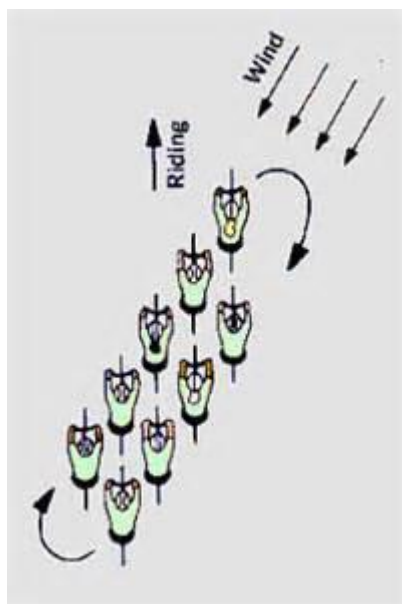
Ons affiche voor 21/9 vindt u [HIER](#) als u die evt. binnen uw club wilt gebruiken ter promotie.

Ploegentijdrit-training

Onderstaand vindt u wat oefeningen en tips die deelname nog succesvoller kunnen maken :

Bij de eerste training: basisuitleg van in formatie rijden:

- * Altijd of links of rechts achter het wiel van de voorganger rijden, dus nooit op het wiel, dit vermindert kans op valpartijen
- * Rijden in een waaier, let op de evt. wind, zie plaatje
Filmpje over [waaierrijden](#).



- Oefening 1: doel: leren rijden bij een constante snelheid
Afhankelijk van de categorie wordt bijvoorbeeld 3-5 ronden een constante snelheid gereden
bv 30 km/uur, oefen constante overname tijdens oefening, of maximaal 3 seconden op kop
Trainer: let erop dat bij het overnemen niet wordt versneld
- Oefening 2: doel: leren onderling communiceren
Spreek bv. het volgende commando af: "tussen" , renner slaat een beurt over
Oefen dit 3-5 ronden met iedere renner op constante snelheid zoals oefening 1
Trainer: let erop dat er hard genoeg wordt geroepen, oefenen van één commando
is in de praktijk al moeilijk genoeg, later kunnen meer commando's worden toegevoegd.
- Oefening 3: doel: bepalen van de snelheid van de groep
Groep bepaald nu zelf de snelheid, dit moet een constant tempo zijn,
1^e keer gaat dit meestal mis, er wordt te hard overgenomen, er moet iemand
lossen, trainer laat dit gebeuren en bespreekt na de oefening wat er mis
ging, bv. te hard overnemen of geen communicatie
- Oefening 4: doel: start oefenen, meestal gaat het in de wedstrijd bij de start mis,
aanzetsnelheid/niveau van de renners verschilt
ZET DE LANGZAAMSTE RENNER VOOROP EN DE SNELSTE ACHTERAAN !,
hiermee voorkom je dat de groep bij de start uit elkaar gereden wordt.
Oefen de start met één uitrij-ronde en herhaal dit iedere training

Met dank aan onze voormalige trainer Edwin de Lig.

Affiche

ZATERDAG
21
SEPTEMBER



PRESENTEERT

INTERCLUB JEUGO PLOEGEN TIJDORIT KAMPIOENSCHAP 2019

UNIEK IN
NOORD-HOLLAND

10 UUR STARTGROEP CAT.2-3-4 (6,8KM)
12 UUR STARTGROEP CAT.5-6-7 (10,2KM)

LOCATIE

WHEELERPLANET
ZIJKANAAL C WEG 8
SPAARNDAM

WWW.HSVDEKAMPIOEN.NL

DEELNAME

- OPEN VOOR ALLE KNUU-BASISLEDEN
- TESTWEDSTRIJD VOOR HET NCK
- 3/4 RENNERS PER PLOEG/CLUB
- 2 LEEFTIJDGROEPEN
- INSCHRIJFGELD €8,- PER PLOEG
- INSCHRIJVEN VIA EIGEN VERENIGING

Sponsors



SCHÖLVINCK & JAGER
NOTARISSEN

Just Cycle



WANZ ILLUSTRATIES & ANIMATIES