



# 'THE RULES'

Alle etappes werken met het zelfde punten systeem (zie spelregels).

Zo zal de berg etappe de tussensprints en finish boven op de berg hebben en de sprint etappe een vlakke (technische) aankomst.

De Team Time Trial etappe zal bestaan uit 2 koppelritten en een ploegen tijdrit (3-5 renners) op 1 dag. Bij de koppeltijdritten zijn de punten van de 'tussensprints' te behalen en bij de ploegentijdrit de 'finish punten'.

## SPELREGELS EN PUNTEN SYSTEEM:

Een ploeg bestaat uit 3 tot 5 renners.

Elke koers bestaat uit 2 tussensprints en een finish sprint.

De eerste sprint wordt met nog 1 ronde te gaan na 20 minuten aangegeven middels de bel.

De 2e sprint wordt met nog 1 ronde te gaan na 40 minuten aangegeven.

De finish wordt na 60 minuten 3 rondes van te voren aangegeven middels ronde bordjes.

De laatste ronde gaat in middels de bel.

Bij elke sprint kun je met je team punten behalen.

Wie er ook van je ploeg over de lijn gaat, de punten gaan naar de ploeg.

Na elke tussensprint wordt het peloton hergroepeert d.m.v een 'safety bike\*'.  
Afsnijden op het parcours is hierbij niet toegestaan.

De ploeg met de meeste punten aan het eind van een koers is koerswinnaar.

De ploeg met de meeste punten is aan het eind van het seizoen is RLAP 2018 kampioen.

Bij de berg etappe zal de finish boven op de berg liggen.

Bij de TTT etappe zijn punten te verdienen bij 2 koppeltijdritten en 1 ploegentijdrit.

Bij de TTT etappe zijn net zo veel punten te verdienen als bij de berg of sprint etappes.

- tussensprint punten: 1e plek 15 ptn, 2e plek 9, 3e plek 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1

- finish sprint punten: 1e plek 25 ptn, 2e plek 9, 8, 7, 6, 5, 4, 3, 2, 1

\*De safety bike is afgeleid uit de formule een. NA de tussensprint is het verboden om de safety bike in te halen. Zodra deze het signaal geeft wordt de koers weer vrijgegeven. Dit wordt altijd zo spoedig mogelijk gedaan na de tussensprint.

Sponsors:

**GELDERBLOM**  
SPORT FYSIOTHERAPIE





# 'REGLEMENT'

Challenge: Ride Like a Pro' seizoen 2018

Rijden zoals de professionals! Welke renner wil dat nou niet? Je bent onderdeel van een team, het zijn inmiddels je vaste koers maten geworden. Kopmannen en knechten komen te vervallen, vanaf nu zijn jullie ploeggenoten. Jij maakt je team sterker, het team maakt jou sterker. Koers na koers leer je van elkaar, van het koersplan, van het resultaat. We zien het al bij de pro's: samen sterker. Dit is het reglement waarin de renner wordt uitgedaagd te gaan koersen met een team. Maak een gezamenlijk strijdplan, improviseer als team tijdens de koers en ga voor de sportieve overwinning!

## **Inschrijving**

Wil je inschrijven met een team? Leuk! De inschrijving en uitslag regelt de organisatie van 'Project: Ride like a Pro'. De organisatie communiceert uitsluitend via de ploegleiders. (Ploegleiders kunnen ook renners zijn.)

1 team bestaat uit 3 tot 5 renners. 5 heren of 5 dames.

De ploegleider mailt de aanmelding naar [challenge@ridelikeapro.nl](mailto:challenge@ridelikeapro.nl) met daarin:

- De Teamnaam
- Heel seizoen 2018 (6 wedstrijden volgens RLAP kalender) of 1 koers (locatie + datum koers).
- Voor-, achternaam, email en telefoonnummer van de ploegleider.
- Foto van de teamjersey (in het peloton mogen verschillende teams niet de zelfde jersey dragen, ploegen die zich hebben ingeschreven voor het hele seizoen krijgen voorrang)

## **Wat zijn de kosten?**

Seizoen 2018, 6 wedstrijden: € 150,- per team (1 team mag uit verschillende renners bestaan gedurende het hele seizoen, licenties moeten vooraf worden afgegeven bij de RLAP tent)  
Daginschrijving: € 30,- per team, per koers. (3-5 renners, inschrijving, (basis)licenties en betaling 1 uur voor de start bij de RLAP tent)

## **Kleding**

Als team wil je goed herkenbaar zijn en draag je hetzelfde tenue (jersey). Ook de organisatie vindt dit belangrijk. Daarom geef je dit al bij inschrijving aan. Wanneer er 2 teams in hetzelfde tenue willen rijden zal het laatst aangemelde team een vervangend tenue moeten regelen. Teams die zich voor het hele seizoen hebben ingeschreven krijgen altijd voorrang. De organisatie zal dit per ommegaande laten weten.

## **Melden voor aanvang wedstrijd**

Vanaf een uur tot maximaal een kwartier voorafgaand aan de wedstrijd kunnen ploegleiders zich aanmelden bij de RLAP tent. Alle licenties van de renners moeten hier worden afgegeven door de ploegleiding. Na afloop van de koers kan uitsluitend de ploegleiding de licenties weer ophalen.

## **Start**

Starttijden zijn per koers aangegeven.

## **Locaties + kalender**

8 april RWV de Spartaan, Rijswijk (sprint)

6 Mei RWC Ahoy, Rotterdam (Ovale parcours, sprint)

17 juni Het stadion, Utrecht (berg)

1 juli Zevenhuizen, WA roeibaan, CS010 (TTT-event)

19 aug GRTC Excelsior, Gouda (sprint)

2 sep RWC Ahoy, R'dam (sprint, lange parcours)

## **Voorschriften**

Het dragen van een passende en goedgekeurde wielrenhelm en het hebben van een KNWU basislicentie is verplicht.

## **Regels en puntentelling**

Een ploeg bestaat uit 3 tot 5 renners. Gedurende het RLAP seizoen 2018 mag er gewisseld worden van renners.

Elke koers bestaat uit 2 tussensprints en een finish sprint.

De eerste sprint wordt met nog 1 ronde te gaan na 20 minuten aangegeven middels het geluidsignaal.

De 2e sprint wordt met nog 1 ronde te gaan na 40 minuten aangegeven middels het geluidsignaal.

Na elke tussensprint wordt het peloton gehergroepeerd d.m.v een 'safety bike\*'. Afsnijden op het parcours is hierbij niet toegestaan. (voorste renners houden hun benen stil, achterste renners fietsen door om aan te sluiten).

Safety bike geeft de koers weer vrij.

De finish wordt 3 rondes van te voren aangegeven middels ronde bordjes. De laatste ronde gaat in middels de bel.

Bij elke tussensprint en finish kun je met je team punten behalen. Wie er ook van je ploeg over de lijn gaat, de punten gaan naar de ploeg.

De ploeg met de meeste punten aan het eind van een koers is koerswinnaar, de ploeg met de meeste punten aan het eind van het seizoen is RLAP 2018 kampioen.

Bij de berg etappe zal de finish boven op de berg liggen.

## **Tussensprint:**

1e plaats : 15 punten voor het team

2e plaats : 9 punten voor het team

3e plaats : 8 punten voor het team

4e plaats : 7 punten voor het team

5e plaats : 6 punten voor het team

6e plaats : 5 punten voor het team

7e plaats : 4 punten voor het team

8e plaats : 3 punten voor het team

9e plaats : 2 punten voor het team

10e plaats : 1 punt voor het team

### **Finishpunten:**

1e plaats : 25 punten voor het team  
2e plaats : 9 punten voor het team  
3e plaats : 8 punten voor het team  
4e plaats : 7 punten voor het team  
5e plaats : 6 punten voor het team  
6e plaats : 5 punten voor het team  
7e plaats : 4 punten voor het team  
8e plaats : 3 punten voor het team  
9e plaats : 2 punten voor het team  
10e plaats : 1 punt voor het team

Als er 2 ploegen na de eindsprint exact hetzelfde aantal punten hebben, wint het team met de meeste punten behaald tijdens de finish. Wanneer dit ook hetzelfde is wint de ploeg met de eerste renner over de streep in de eindsprint.

Dagwinnaars ontvangen de wisselbeker. De wisselbeker dient voorafgaand de volgende koers weer ingeleverd te zijn bij de RLAP tent door de ploegleider.

### **TTT Etappe**

Deze etappe bestaat uit 2 koppeltijdritten en 1 ploegentijdrit en wordt gereden op Willem Alexander Roeibaan. Een ploeg bestaat uit 3-5 renners. Met deze renners worden de 2 koppeltijdritten en de ploegentijdrit gereden. Het team bepaald wie de koppeltijdritten rijdt. De ploegentijdrit wordt met het hele team gereden.

1 Ronde op de Willem Alexander Roeibaan is ongeveer 5,5km.

De koppeltijdrit bestaat uit 2 rondes , de ploegentijdrit uit 4 rondes.

De winnaars van de koppeltijdritten krijgen 15 punten.

De winnaar van de ploegentijdrit krijgt 25 punten.

De organisatie heeft veiligheid als prioriteit. Daarom streven wij ernaar om een situatie te voorkomen waarbij koppels of ploegen elkaar moeten passeren. Startijden worden verdeeld in start heats met een maximaal aantal koppels of ploegen per heat. Het eerste koppel zal starten om 9 uur. Alle andere exacte starttijden zullen in de periode voorafgaand aan de etappe worden bekend gemaakt. Houd er rekening mee dat deze etappe meer tijd in beslag zal nemen dan de andere koersen.

### **Veiligheid**

Dit is een nieuw koers-concept. De verwachting is dan ook dat de snelheden hoger zullen liggen dan normaal. Hou rekening met elkaar en geef veiligheid altijd voorrang! Vinden er toch ongeregelheden plaats? Dan beoordeeld de jury de ernst en daarmee gevolgen voor het team.

Deelname houdt in dat je er van bewust bent dat racefietsen met schijfremmen worden toegestaan mits deze voldoen aan de Richtlijnen Algemene Productveiligheid. Daarbij is ieder individu op de hoogte dat deze regelgeving in strijd gaat met de huidige regelgeving van de KNWU.

De inhoud van dit reglement is eigendom van de B.G.S.O. en mag niet worden gekopieerd door derden.

\*De safety bike is afgeleid uit de formule een. NA de tussensprint is het verboden om de safety bike in te halen. Zodra deze het signaal geeft wordt de koers weer vrijgegeven. Dit wordt altijd zo spoedig mogelijk gedaan na de tussensprint.

*Sponsors:*

**GELDERBLOM**  
SPORT FYSIOTHERAPIE

