



Håndboken versjon 5.1, oktober 2021

Håndbok for arrangører av TrønderCup (TC)

TrønderCup er en klatrecup/konkurranse for barn og ungdom. Cupen er der for å dekke behovet for lokale konkurranser i Trøndelag og er ment å fungere som et samlingspunkt for de unge klatrerne og deres foreldre. Mestring og klatreglede skal være i fokus.

Hvem kan delta?

Barn og ungdom fra 9-19 år. **Deltager må være medlem i en klatreklubb for å delta.**

TrønderCup er kategorisert som en regional konkurranse. Det er ikke lov for barn under 9 år å delta i regionale konkurranser.

Det er også mulighet for yngre barn å delta, men da utenfor konkurranse, og ingen rangering selvfølgelig. Det må da kalles aktivitet/lek for de yngste, og er kun forbeholdt barn fra arrangørklubb. Rutene som skrus vil uansett være tilpasset fra 9 år og oppover. Absolutt nedre grense også for yngre barn er 6 år.)

Påmelding

Påmelding er ikke obligatorisk eller bindende, men gjør det mye enklere for arrangørene å forberede konkurransene. Det betales kr 100 pluss inngangsbillett til klatreanlegget, i påmeldingsavgift for konkurransen. Dette beløpet skal altså inkludere eventuelt inngangspenger til klatresenteret. Påmelding betales via nettløsningen til Min Idrett, fram til og med kvelden før konkurransen.

Det skal også være mulig å melde seg på selve konkurransedagen. Dette gjøres før konkurransestart (før kl.11.00) i sekretariatet, enten kontant eller via annen betalingsløsning (kort-terminal eller Vipps). Arrangør kan øke prisen med inntil kr. 100,- ved påmelding på selve konkurransedagen. (dette må være tydeliggjort i påmeldings-informasjon i forkant).

Konkurransen

Konkurransformen er veldig uhøytidelig og det klatres på **topptau**. Det vil være fem ulike aldersklasser og det er ruter med varierende vanskelighetsgrad.

Vanskelighetsgraden er markert med farger, og økende vanskelighetsgrad i denne rekkefølgen: gul, grønn, blå, rød og sort, så alle kan delta på et nivå de mestrer.

Deltakerne får utlevert et skjema (scorecard) som viser alle rutene. Deretter bestemmer man selv hvilke ruter man vil prøve seg på, og markerer på skjemaet hvilke av rutene man har klart eller prøvd forsøk på. Man skal summere de 4 hardeste rutene man har klart å toppe,

evt. supplere med forsøkspoeng (se lenger ned). (For de yngste kan det være greit å ha hjelp av en voksen til å gjøre dette.)

Det er også mulig å gjennomføre konkurransen med buldreruter– se eget avsnitt, «Buldreruter».

Konkurransen varighet:

Konkurransen varer i 3 timer.

Ved stor deltakelse/kø, kan arrangør velge å forlenge konkurransen med 30 minutter, samt kutte ut mulighet for «umiddelbart nytt forsøk» (se lenger ned). Kunngjøring om forlengelse av konkurransen bør være gjort kjent så tidlig som mulig under konkurransen, men senest 30 minutter før opprinnelig sluttidspunkt (kl.14.00).

Det er arrangør som på selvstendig grunnlag tar eventuell beslutning om forlenging. Beslutningen kan ikke påklages.

Grense for rangering – Klasser – Ruter som må skrus, gradering og poeng.

Fra det året barnet fyller 11 år kan det benyttes resultatlister, tabeller og rangering i konkurranser, dersom dette er formålstjenlig. Derfor rangeres ikke den yngste klassen, 10 år og yngre.

Det blir diplomer til alle, medaljer til alle deltagerne i de 2 yngste klassene og medaljer for pallplassering i de eldre klassene. Det er pallplass-premiering i de tre eldste klassene 13-14, 15-16, og 17-19 år.

Arrangør kan også velge å ha uttrekkspremier til deltakerne. Se lenger ned.

Det er ikke finale.

Barneidrettsbestemmelsene – [Link til NIF](#)

Alle klasser har både jente og gutteklasse. **Siden TrønderCup følger kalenderåret benytter vi oss av aldersklasser.**

Oversikt, premiering

Klasser i TC

	Medalje	Diplom	Premiering	Rangering
17 - 19 år	Topp 3	Alle	Topp 3	Ja
15 – 16 år	Topp 3	Alle	Topp 3	Ja
13 – 14 år	Topp 3	Alle	Topp 3	Ja

11 – 12 år	Alle	Alle	Uttrekks premier *	Nei
6– 10 år	Alle	Alle	Uttrekks premier *	Nei

*NB! Hvis det skal være uttrekks premier, så skal ALLE eller INGEN i de to yngste klassene ha premie, jfr.barneidrettsbestemmelsene.

Det beste er å ha en uttrekkspremie til hver eneste deltaker (også i de tre eldste klassene), hvis man først skal ha slike premier.

Man kan nemlig risikere at alle, unntatt noen få som ikke kom på pallen i de 3 eldste klassene, får premie. Det vil oppleves surt for de få som ikke får premie.

Det samme gjelder medaljer. Hvis man har nok medaljer, så kan gjerne alle i de 3 eldste klassene også få.

Premier

Arrangørkomiteen for TrønderCup har kontakt med NKF vedrørende premier. NKF kan sponse premier til TC som et regionalt tiltak, slik at dette ikke regnes som klubbtiltak for arrangørene. **Fra og med høsten 2019 er det ikke automatikk i at NKF sponser med premier, dette må i så fall avklares med NKF via hovedarrangør.**

Premier til alle pallplassvinnere i de tre eldste klassene (13-14, 15-16 og 17-19 år) og 10-15 uttrekkspremier. Arrangørene må gjerne bidra med ekstrapremier, spesielt stas i de yngste klassene som ikke rangeres. Det er fint om noen har kontakter og kan bidra til å fylle opp uttrekkspremiebanken til TC.

Alle deltakere skal ha på seg startnummer, dette for å synliggjøre hvem som er utøvere og ikke, med tanke på HMS.

Fargekoder, grader og poeng:

Sonetak også på gul?

FARGE	GRAD	Antall Ruter	Godkjent tak	Poeng
	3 til 4+	4	Topp	4
	5- til 5+	3	Sonetak	5
			Topp	6
	6- til 6+	4	Sonetak	7
			Topp	8
	7- til 7+	3	Sonetak	10
			Topp	12
	8- til 8+	2	Sonetak	14
			Topp	16
Totalt antall ruter: 16				

Ruter og gradering

Gule ruter skrur spesielt med tanke på de yngste utøverne (9-10 år) og må ha korte flytt.

Sonetak er innført for å gi uttelling for forsøk på vanskeligere ruter, selv om det ikke toppes. Rute med sonetak skal være vanskeligere enn ruten under. F.eks blå topp er 6+, opp til rødt sonetak er grad 7, så grad 7 videre til topp, eller 7 til sone og 7+ videre. På samme måte for sort.

TrønderCup er en topptaukonkurranse og alle rutene bør skrur for topptau.

Dersom det av sikkerhetsmessige årsaker, fare for pendel over på andre ruter el, kan en eller to av de sorte rutene skrur for klatring på led. Det åpnes også for å skru ruter som stopper før toppen av veggen.

Buldreruter

Gradering på bulder skal være lik som på topptaurutene (gul, grønn, blå, rød og sort)
Hvis det er både topptau og buldring i samme konkurranse skal bulder og topptauruter kalibreres til ca. lik vanskelighetsgrad.

Bulder skal ha markerte start og topptak i tillegg til sonetak hvis det er aktuelt. Starttak er for hender, ikke føtter.

Bulderne skal ha en høyde og avslutning som gjør at man i størst mulig grad unngår skader da mange av Trøndercupens deltager ikke er så vant med buldring.

Dommerene ved buldring skal spotte barna for å gjøre klatringa sikrest mulig. Alternativt kan foresatte/klubbledsagere stå for spotting. Viktig også at andre deltakere som venter på tur holdes unna fallsonen under forsøk.

Dette er viktig å presisere til dommerne på domtermøte før konkurransen starter.

1 poeng for forsøk.

Alle får 1 poeng for å prøve seg på ei rute/bulder, selv om man ikke lykkes med å toppe ut eller klare ruta. Dette for å sikre at ALLE får poeng, selv om man skulle komme i den situasjonen at man ikke lykkes i å toppe noen ruter. Hvis man på et senere forsøk i konkurransen klarer å gå samme ruta, erstatter poeng for å klare ruta (f.eks. 4 poeng) det ene poenget som ble gitt for forsøk tidligere. Det skal også sikre at flest mulig har totalt 4 ruter å summere opp når konkurransen er ferdig. (f.eks. 4 (topping) + 1 + 1 + 1 (3 ruter med forsøk) = totalt 7 poeng).

Grense for rangering: Fra 11 år og oppover.

Poengsystem

Utøverne melder seg på i en av aldersklassene som vist over.

Utøverne kan selv velge vanskelighetsgrad på rutene de vil gå, og poengene for hver rute av gitt farge er angitt i tabellen over. Utøver summerer de 4 hardeste rutene som er gått, eller de få, om noen, ruter som er gått, og legger til forsøk på ruter (1 poeng) slik at det uansett kan bli summert fra 4 ulike ruter.

Musikk og Speakertjeneste

Det er opp til hver enkelt arrangør om man ønsker å bruke bakgrunnsmusikk under konkurransen. Musikken skal i så fall ikke ha et volum som skjemma konkurransen, men skal være et bidrag til en god atmosfære/stemning. Musikken, sjanger og tekster skal være tilpasset utøverne (barn og ungdom) og skal ikke ha et støtende innhold. Bruk av musikk under premieutdeling må ikke skjemma det som skal sies/kunngjøres.

Det bør være speakertjeneste, som opplyser om praktiske opplysninger, samt repeterer for utøverne regler og tidsbruk, og presiseringer som det måtte være behov for. NB! Det skal minimum opplyses om at det er 5 minutter til konkurransen starter, når konkurransen er i gang, når det er 2 timer igjen, 1 time igjen, 30 minutter, 10 minutter, 5 minutter og nedtelling fra 10 sekunder til stans. Viktig at det i sluttminuttene presiseres at påbegynt rute (begge beina har forlatt bakken) kan fullføres og vil i så fall bli godkjent også etter at tiden er ute.

Skjema og resultatservice

Alle arrangører av TC skal bruke Excel dokument som er utviklet av Jeanette Wagelid, og føre resultatene i denne. Slik blir det enklere å summere opp alle konkurransene, og lettere ha oversikt når alle gjør det likt.

Når scorecardene blir levert legges de fire hardeste rutene deltageren har gått, inn i Resultatservice arket, og poeng og plassering regnes ut automatisk.

Klassen 9–10 år og 11-12 år skal ha poeng i resultatlista, men ikke presenteres i rangert liste, men alfabetisk.

Så snart alle har levert kan resultatlistene publiseres, på Facebook og/eller klubbens hjemmeside på internett. Forutsetter nettilgang. Resultatliste sendes også til kontaktperson Hovedarrangørklubb for sammenlagt-registrering i cupen totalt.

Scorecard.

Mal med gradering og poeng distribueres til arrangørklubbene, som legger inn hvor de ulike rutene er og trykker opp i forkant av konkurransen.

Regler for selve klatringen

Ved fall skal utøver fires ned og må starte forsøk på nytt. Hvis det er kø, må utøver stille seg bakerst i køen hvis det er ønske om å prøve ruta på nytt. Det skal påpekes hvis utøver prøver å bruke, eller bruker tak som *ikke tilhører ruta* – spesielt de yngste trenger kanskje litt veiledning fra sikrer på dette. [Blå](#) rute er [blå](#) rute, ikke noe annet.

Det er ikke anledning til å *hvile eller henge* i tauet. Utøver skal ikke sikres på stramt tau.

Mulighet for «umiddelbart nytt forsøk»

Hvis utøver faller av ruta før en av hendene har passert første mellomforankring på første forsøk på ruta gis det mulighet for straks å gjøre et (1) nytt forsøk, før nestemann i køen.

Påbegynt rute (begge beina har forlatt bakken) **kan fullføres og vil i så fall bli godkjent** også etter at konkurransetiden er erklært slutt. Man kan da bruke maks 5 minutter på å fullføre ruta.

Sammenlagt resultat i TrønderCup

Det er samme mulighet for poengsanking i alle konkurransene og alle konkurransene teller i sammenlagtresultatet. Vi bruker samme mal som i Norgescup og NM. Det er hovedarrangørklubb som har ansvaret for sammenlagtresultatene og publiseringen av dette, mens siste arrangørklubb i Cup'en har ansvaret for å utrope sammenlagtvinnerne og premie til disse (basert på akkumulerte poeng fra alle tidligere runder fra Hovedarrangørklubb).

Sammenlagtvinneren i hver klasse blir premiært.

Plassering	Poeng	Plassering	Poeng	Plassering	Poeng
1	100	11	31	21	10
2	80	12	28	22	9
3	65	13	26	23	8
4	55	14	24	24	7
5	51	15	22	25	6
6	47	16	20	26	5
7	43	17	18	27	4
8	40	18	16	28	3
9	37	19	14	29	2
10	34	20	12	30	1

Sikrere

Arrangørklubb er ansvarlig for å ha nok sikrere. Det bør være faste sikrere på alle rutene. Samtidig er det viktig med rullering/avløsning for sikrere underveis. Klubbene har ansvar for å prøve å tilrettelegge at sikrere får nødvendige pauser/avløsning. Å stå og sikre i 3 timer sammenhengende er IKKE god HMS.

Det er mange som kan mobiliseres; egne instruktører/trenere, foreldre i klubben med brattkort/topptaukort. Man kan også mobilisere voksne i klatreklubber som deltar, men dette er ikke noe man kan kreve eller forvente.

Hvis mulig kan arrangørklubb bruke klubb skjorter eller skjorter spesielt laget for TrønderCup. Det anbefales å ikke bruke årstall på skjortene, med tanke på gjenbruk året etter.

Servering, Kafè

Det kan være kiosk med salg av vafler, saft og kaffe eller lignende, men det er opp til arrangøren.

Tidskjema for konkurransen

(uten behov for 30 minutter forlenging – se eget punkt om dette)

1000 - 1100 Registrering og oppvarming

1100 - 1400 Konkurranse

1400 - 1430 Poengberegning og rangering

1430 - 1500 Publisering av resultater og premieutdeling

Økonomisk støtte fra NKF (tall gjeldende for 2022)

NKF støtter hver klubb (hver konkurranse) med kr 10 000,- og hovedarrangørklubb med kr ?. Dette skal hovedsakelig dekke kostnader til ruteskruing (honorar/leie), samt til TrønderCup-materiell (startnr., t-skjorter til crew/sikrere, bannere/beach-flagg, premier osv.) Kun dokumenterte utgifter dekkes, på eget søknadsskjema til NKF.

Klubbene sender selv inn søknad i etterkant av arr, med bla antall deltagere. Skjemaet ligger på NKF sine nettsider. Hovedarrangørklubb hjelper gjerne til med å finne skjema og utfylling

Arrangørklubb står fritt til å bruke støtten de får på det en selv ønsker (10.000). De fleste har nok brukt mye av beløpet til å betale rutesetter.

Hovedarrangørklubb får ?. Beløpet brukes bla til innkjøp til cupen (reklame, t- skjorter, vi har betalt for å få utarbeidet logo til diplom mm). Beløp står beskrevet i kontrakten mellom cupen og NKF.

NB! Dette punktet er antagelig ikke veiledende ved senere sesonger – viser til NKF sine støtteordninger som vil endres årlig/jevnl.

Arbeidsfordeling mellom klubbene, Hovedarrangørklubb TC, og NKF

Oppgaver	Beskrivelse	Ansvarlig/frist:
Plakater med logo og sponsorer	Design og distribusjon til aktuelle klubber	Arrangørklubb/1 mnd. før arr.
Påmelding	Forhåndspåmelding via Min Idrett - <u>skal</u> brukes som betalingsplattform	Arrangørklubb/1 mnd. før arr.
Resultatservice	Skjemaer/publisering Facebook eller hjemmeside	Arrangørklubb/på arr. dato
Regler	Oversikt over reglene, Gradering, antall ruter, fargekoder med mer	Hovedarrangørklubb, med bakgrunn i håndboken for TC
Ruteskruing	Ruteskruere, leie inn kompetanse anbefalt av NKF, samt bruke klubbens ruteskruere Legge til rette med tilstrekkelig mengde rene klatretak, lift, tilgang til klatreanlegget	Arrangørklubb, i samarbeid med NKF
ScoreCard	Fylle ut ScoreCard med ruteanvisning og annen beskrivelse og trykker opp	Arrangørklubb, i samarbeid med Hovedarrangørklubb.
Sikrere	Faste sikrere på alle ruter	Arrangørklubb

	Instruktører eller andre med rett kompetanse (Brattkort/topptaukort)	
Kafé	Enkel servering, kaffe, vafler, frukt, etc.	Arrangørklubb
Sekretariat	Påmelding, utdeling av ScoreCard, Resultatservice	Arrangørklubb
Musikk og Speakertjeneste	Bakgrunnsmusikk, praktisk info og tidskjema oppdatert underveis	Arrangørklubb
Premier og premieutdeling	Pall, opprop og kunngjøring under arrangementet	Arrangørklubb
Sammenlagtseier i TrønderCup	Premier, opprop og kunngjøring	Representant for NKF/Hovedarrangørklubb/ siste arrangørklubb i Cupen
Diplomer	Arrangørklubb/Hovedarrangørklubb	

Håndboken for TrønderCup er laget med utgangspunkt i håndboken 2018 ØstlandsCup av Oslo klatreklubb

