

NDSF

norges downhill skateboard forbund

3.1 Teknisk kontroll

Alle kjørere skal gjennom en teknisk kontroll. Her sjekkes brettet og sikkerhetsutstyr. Se punkt 4.3 for mer informasjon om teknisk kontroll. Her sjekkes brettet og sikkerhetsutstyr. Se punkt 4.3 for mer informasjon om teknisk kontroll.

2 Riders meeting - Kjørermøte

Alle er pliktige å stille på kjørmøte. Her skal det gi informasjon om løypa, sikkerhet, osv. Det opplyses at ingen skal kjøre i løpa for man får klar signal fra starteren.

Free practice - Trening

Kjørere har krav på minst 2 trenings run i løpa før konkurransen. Kjøreren trenger ikke å ta disse. Alle kjøres fra start område på samme som i heats. Er det 4 mans heats, så foretas fri trening med 4 mann per. Det er starteren som bestemmer avstand mellom guppene. Det er vanlig at en gruppe slipper etter den første gruppe har passert første sving. INGEN får starte før starteren har gitt klarsignal.

Kvalifikasjon

Starteren og en og tiden tas. Dette er en tidskrevende del av konkurransen. Spesielt hvis det er manuelle klocker. Hvis mulig brukes timer utstyrs slik at man kan ha 2 i løypa samtidig. Husk at det skal alltid brukes manuelle klocker for backup. Hvis mulig brukes timer utstyrs slik at man kan ha 2 i løypa samtidig. Husk at det skal alltid brukes manuelle klocker for backup.



Arrangørhåndbok

www.ndsf.no

Innhold

Innledning.....	2
Forord	2
Om NDSF.....	2
1.0 Planlegging og hva som må til	3
1.1 Løypa	3
1.2 Tillatelse.....	3
1.3 Helsepersonell	3
1.5 Utstyr som trengs	3
1.6 Personell	4
1.7 Budsjett.....	4
2.0 Løypa	5
2.1 Startområde:.....	5
2.2 Løypa	5
2.3 Svinger	6
2.4 Sjikaner og insnnevring.....	7
2.5 Målområde	8
3.0 Gjennomføring av konkurransen	9
3.1 Oppmøte og påmelding.....	9
3.1 Teknisk kontroll	9
3.2 Riders meeting – Kjører møte.....	9
3.3 Free practice – Trening.....	9
3.5 Heats – Brackets eller Utslagning	10
3.6 Premieutdeling	10
3.7 Etter konkurransen	10
4.0 Personalets Oppgaver	11
4.1 TD.....	11
4.2 Påmelding og registrering.....	11
4.3 Teknisk kontrolanter.....	11
4.4 Starter og assistent.....	11
4.4 Flaggvakter	12
4.5 Målområde og tidtagere.....	13
4.6 Speaker	13
Sluttord.....	13

Innledning

Forord

Velkommen til NDSF's håndbok for arrangering av en downhill skateboard konkurranse. I denne håndboken vil du finne det meste av informasjon og tips for en velykket og sikker downhill skateboard konkurranse. Det kreves at man har gode medhjelpere og litt planlegging på forhånd.

Selv om denne håndboka kan virke veldig formell, så er den kun ment som en veiledning. Finn gjerne egne løsninger, men husk at sikkerhet er utrolig viktig selvom det skal være gøy.

Har du/dere kommentarer, tips og andre løsninger slik at denne håndboka kan forbedres, send dem inn til NDSF!

Cedric Cornell
Nestleder - NDSF

Om NDSF

Norges Downhill Skateboard Forbund ble startet etter et stort ønske fra det Norske Downhill miljøet. Forbundets vil fungere som et offetnlig talerør for sporten i Norge. Vi jobber for utviklingen av sporten. Dvs. At vi jobber for å få flere konkurranser i Norge, med høyere kvalitet en tidligere. Dette kommer tydelig fre i forbundets 1§ i vedtektene.

- Norges Downhill Skateboard Forbund, NDSF, er en interesseroganasjon for Downhill Skateboarding. NDSF's formål er å tilrettelegge for aktiviteter for Downhill Skateboarding, samt bidra til å øke antall Downhill Skateboardere

Forbundet er med andre ord spesifikt rettet mot Downhill grenen av longboard.

Forbundets styre består idag av syv personer:

- Adam Sagedahl (Styreleder)
- Cedric Cornell (Nestleder)
- Alex Lyngaas (Styremedlem)
- Morten Bechstrøm (Styremedlem)
- Fredric Jacobsen (Styremedlem)
- Ali Al-Nasrallah (Styremedlem)
- Torbjørn Sunde (Styremedlem)

I tillegg til styret så hav vi en en vestlandsrepresentant (Mikko Aijalla).

Adam Sagedahl
Leder – NDSF

1.0 Planlegging og hva som må til

1.1 Løypa

Først må man ha en egnet vei. Passe bred, god asfalt, helst flere svinger og lett å sperre av for trafikk. Det er fordel med en vei uten mye gjennomskjørings trafikk.

1.2 Tillatelse

Det må søkes god tid i forveien hos politiet for å sperre av en vei. Som regel må man ha en politivakt tilstede under konkurransen. Dette koster rundt..... kr pr dag, så dette må tas med i budsjettet.

1.3 Helsepersonell

Det skal være kvalifisert helse personell på plass under hele arrangementet.

Røde Kors/Hjelpeskors må bookes god tid i forveien. Det er ikke sikkert at de er ledige den dagen man har tenk å arrangere konkurransen. Derfor er det en god ide å begynne tidlig med planleggingen. Litt dumt å sende ut invitasjon til konkurranse og så kan ikke Røde Kors stille den dagen.

1.4 Invitasjon/Plakater

Invitasjon. Det er vanlig å lage en flyer og poste på internett. Husk å få med det viktigste. Oppmøte tid, sted, hvilke krav som stilles til sikkerhets utstyr (husk minimum hjelm, hansker, kne og albue beskytter) eller skinndress og helhjelm.

NDSF logo skal være med. Hvis det brukes bilder av kjørere, så skal disse avbildes med hjelm.

Tenk også på navnet på konkurransen. Styr unna kontroversielle navn som "Dødens Downhill", "Massakeren i Bakken X" osv. Det er også viktig å vise at dette er en invitasjon til en seriøs sport med seriøse utøvere.

Sporten trenger ikke å bli hypet opp. Den er rå nok som den er!

1.5 Utstyr som trengs

- Sperrebånd. (fåes på Biltema for en billig penge). Kjøp mye, den kan brukes på andre arrangementer.
- Bord og stoler. Dette er for påmelding / registrering og teknisk kontroll.
- PC og printer, fint hvis det er strøm.
- Informasjons tavle – henge opp tidskjema, heat inndeling, kvalifikasjonstider osv.
- Flagg: gul, grønn og rød. En til hver sving/flaggpost. NDSF skal ha endel klar til sesongstart.
- Fløyter: en til hver flaggpost. Brukes til å varsle at kjører kommer ned løypa.
- Penner og papir.
- Tape, hvit til merking av start område/baner.
- Koster – minimum en per flaggvakt post. Det blir mye halm fra høyballene etterhvert.
- Løvblåsere er fine til å blåse bort løvs høy.
- Walkie Talkies: helst en pr flaggpost (NDSF jobber med å skaffe gode Walkie Talkies til utlån).
- Strips – til å henge opp sponsor banner osv.
- Ståltråd.
- Verktøy. Hammer, spiker, sag, skrutrekkere, tenger osv. Det er alltid noe som må festes eller fikses.
- Søppelsekker – NDSF er imot forsøpling!
- PA anlegg, musikk og mikrofon.
- Buss, biler eller lastebil. Frakte kjørere opp til toppen.
- Strøm og skjøteledninger. Lag en eske med mange ekstra grenkontakter osv.
- Strømaggregat, ikke sikkert at det er strøm på stedet.
- Strikksnor, for start av heatene.
- Stoppeklokker og/eller timing utstyr.

1.6 Personell

Det kreves flere stykker for å arrangere en forsvarlig konkurranse. Enkelte kan ha flere jobber, f.eks starteren kan jobbe i sekretariatet før selve konkurransen begynner. Se kapittel 4.0 for mere utdypende gjennomgang av arbeids oppgavene.

Arbeidsoppgave	Antall personer
TD (teknisk delegert/Leder)	1
Påmelding/registering	2 - 3
Teknisk kontroll	2
Starter og assistent	2
Flaggvakter og assisenter	1 Flaggvakt pr sving
Målområde og tidtaker	2-3
Speaker	1

1.7 Budsjett

Det må settes opp et budsjett på forhånd. På denne måten får man oversikt over alle kostnader rundt konkurransen. Her er en liten liste over noe man kanskje må regne med å betale for.

- Rødekors/helsepersonell.
- Politivakt.
- Premier.
- Høyballer/Halmballer.
- Mat til medhelpere.
- Innkjøp materialer og rekvisita.
- PA anlegg –leiekostnader.
- Trykking av flyers/plakater.
- Frakte buss/lastebil.

2.0 Løypa

Denne har startområde, selve veien eller løypa og et målområde. Løypa skal sikkes med høyballer og/eller sikkerhetsmatter.

2.1 Startområde:

Denne merkes opp med enten hvit tape eller spraymaling. Det skal merkes opp en startstrek og "baner" i helst 5 meter. Dette er for at kjørere ikke skal være borti hverandre under igangsparking.

"Push Zone" Der etter hvor langt det er lov å sparke. Det er fritt for arrangøren å velge om det skal være "push zone" eller ikke, og hvor lang denne eventuelt skal være.



*Her ser vi start område tapet opp. Den bakerste streken er oppsamlingsplass for neste "heat"
Bilde er fra Maryhill hvor det kjøres 6 og 6 samtidig. Her er del lov å sparke så langt man vil.....*

Det er en fordel om området rundt startplata sperres av. Innen for dette området skal det bare være de som skal kjøre og startpersonellet.

2.2 Løypa

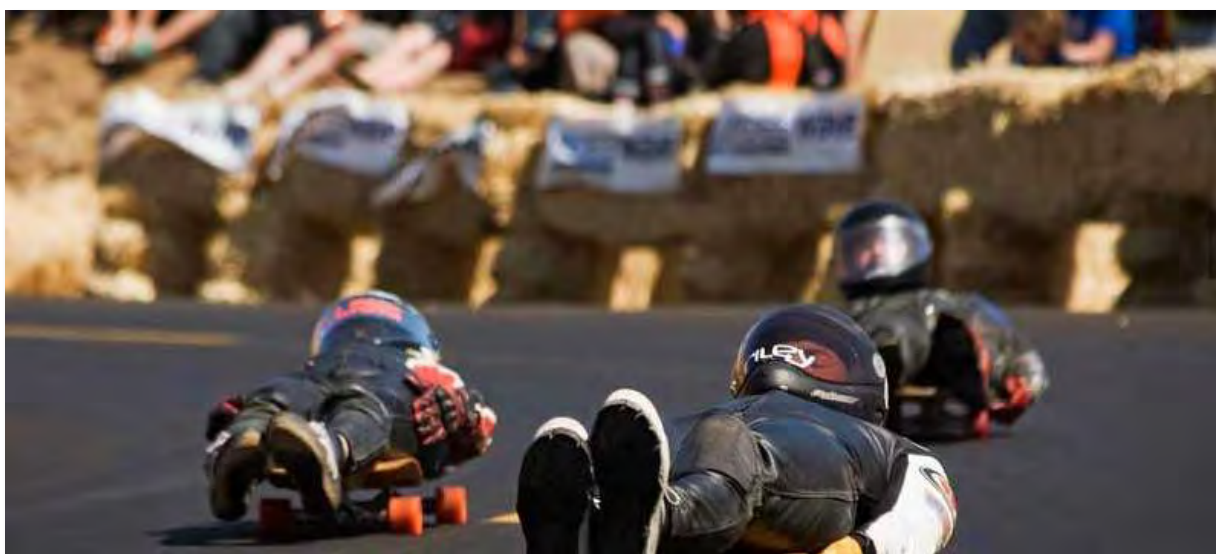
Denne må være fri for stein og hull. Skulle det være hull og ujevnheter på utsiden av banen så kan denne unngås med bruk av høyballer ved å snervre inn litt. Det skal unngås å snerve inn mye. Er hullet i selve løypa, så må denne repareres god tid i forveien. Litt hurtig sement kan brukes.

2.3 Svinger

Alle svinger skal sikres med høyballer. Igjen, skal løypa følge veien mest mulig. Husk å gi plass til publikum på utsiden. Helst skal det strekkes bånd minst 1 meter bak høyballene igjen. Publikum skal holde seg bak denne. Er det ikke mulig å strekke bånd, så skal flaggvakten hold publikum på god avstand. Når det gjelder plassering av høyballen er det ikke noe fasitt på hva som fungerer best. Løsning på bildet under fungerer bra og brukes mere og mer. Forden med denne løsningen er at høyballene har mulighet til å flytte seg. På denne måten dempes kraften bedre og man får mindre skader. Trenger man høyere sikkring så kan det lages en "bro" mellom åpningene.



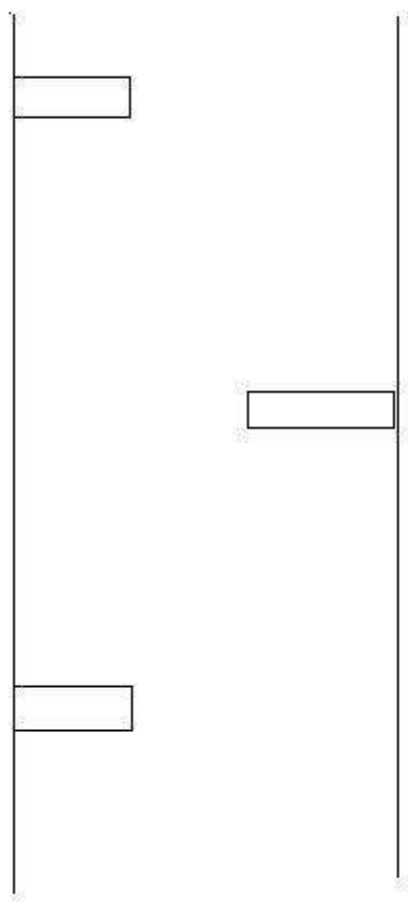
Høyballer lagt på tvers med mellomrom.



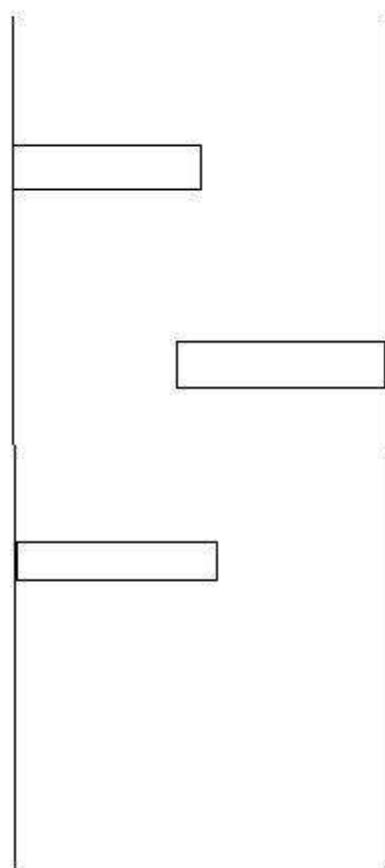
Dobbel høyde på høyballene

2.4 Sjikaner og insnevring

Sjikaner og insnevring skal helst unngås da det er større sjangse for sammenstøt mellom kjører. Hvis det skal brukes sjikaner, så skal disse ha stor plass slik at flere kjører kan passere ved siden av hverandre. Det er nesten ikke tillfelle av buk av sjikaner eller insnevringer på internasjonale konkurranser. Figuren under er ikke til målestokk. Den er til å vise at sjikanen bør ha en åpen linje gjennom.



Sjikane med god plass og åpen "linje" gjennom. Sikker.
Denne løsningen brukes under USA mesterskapet



Eksempel på for tett og farlig sjikane.
Ingen mulighet for mere en kjører av gangen. Tegningene er ikke i målestokk.

2.5 Målområde

Det er her man trenger god plass. Denne skal sperres av med merkebånd.

Det skal merkes en strek over mållinjen. Hvis man har mulighet til å spenne over et "MÅL" seil så er det fint. Kanskje man kan låne fra den lokale alpin klubben?

I tabellen under ser vi fart og avstand man tilbakelagget i sekundet. Hvis farten over mållinjen er f.eks. 65km/t og kjøreren bruker 2 sekunder FØR han/hun begynner å bremse, så tilbakelegger kjøreren hele 36meter! M.a.o. Legg opp rikelig med plass!

Tablel over fart/avstand:

Km/t	M/s (meter i sekundet)	2 sek	3 sek
50	14m	28m	42m
55	15m	31m	46m
60	17m	33m	50m
<u>65</u>	18m	36m	54m
70	19m	39m	58m
75	21m	42m	63m
80	22m	44m	67m
85	24m	47m	71m

3.0 Gjennomføring av konkurransen

Her er en gjennomgang av en vanlig konkurranse. Mere detaljer finner vi under punkt 4.0, Personalets Oppgaver.

3.1 Oppmøte og påmelding

Det er en fordel om alle er forhåndspåmeldt og har riktig beløp klar.

Deltager skal vise medlemskapsbevis i NDSF. Eventuelt tegne start pakke.

Deltager tildeles et startnr. som festes på hjelmen. Den skal festes slik at nummeret er synlig for personellet ved målområdet.

3.1 Teknisk kontroll

Alle kjørere skal gjennom en teknisk kontroll. Her sjekkes brettet og sikkerhetsutstyr. Se punkt 4.3 for mere informasjon.

3.2 Riders meeting – Kjører møte

Alle er pliktige til å stille opp på kjørermøte. Her skal det gis informasjon om løypa, sikkerhet, osv.

Det opplyses at ingen skal kjøre i løypa før man får klar signal fra starteren.

3.3 Free practice – Trening

Alle kjører har krav på minst 2 trenings run i løypa før konkurransen. Kjøreren trenger ikke å ta disse.

Dette kjøres fra start område på samme som i heats. Er det 4-mans heats, så foretas fri trening med 4-mans grupper. Det er starteren som bestemmer avstand mellom guppene. Det er vanlig at en gruppe slippes etter at foregående gruppe har passert første sving. INGEN får starte før starteren har gitt klarsignal.

3.4 Kvalifikasjon

Her starter en og en og tiden tas. Dette er en tidskrevende del av konkurransen. Spesielt hvis det er manuell tidtaking. Hvis mulig, brukes timer utstyr slik at man kan ha 2 i løypa samtidig. Husk at det helst skal kjøres manuelle stoppeklokker for backup.

Ved bruk av manuelle stoppeklokker skal det brukes minst 2 klokker, og midt tiden av disse to tider er det som gjelder, rundet opp.

Eks.

Klokke 1 =1.52,4

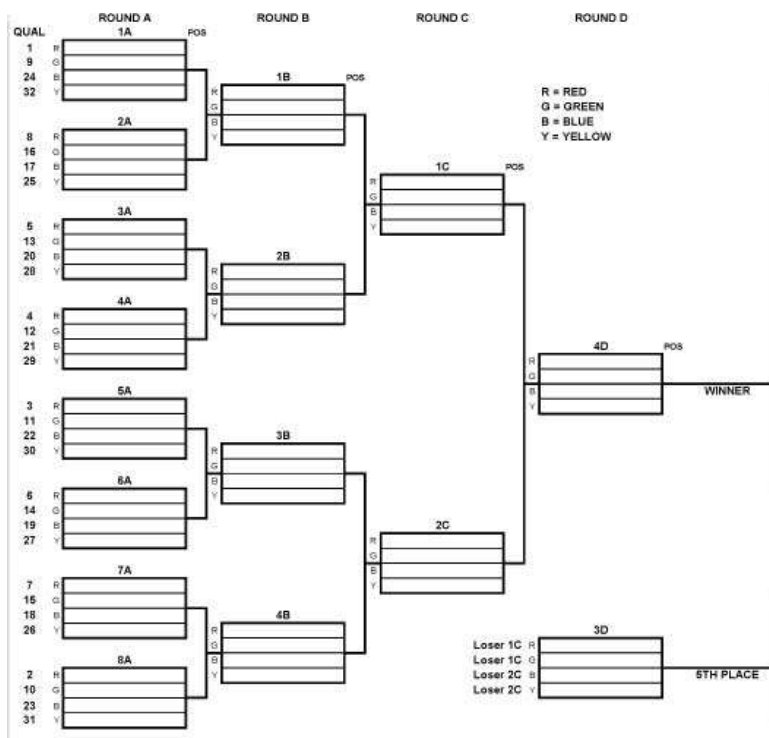
Klokke 2=1.52,9

Gjeldende tid = 1.52,7

Det kjøres etter startnr. Starteren har en medhjelper som passer på at deltakerne er klar til start og i riktig rekkefølge. Det holder med en kvalifikasjons omgang. Hvis det er tid til to, så gjelder den raskeste tiden til deltakeren.

3.5 Heats – Brackets eller Utslagning

Utifra kvalifikasjonen settes det opp såkalte "brackets" eller "heats" Det mest vanlige er 4-mans brackets. Her ser man oppsett med 32 stk til finalen etter kvalifikasjonen. Alle oppsett finner man i IGSA Rules and Regulations & Technical Inspection Manual. Denne pdf'en kan lastes ned fra www.ndsf.no under "Konkuranse regler & guider".



Under 4-mans heats, er det de 2 raskeste som går videre. Resultatet av de siste 4 gir plassering 1 til 4. Det skal også kjøres et heat med de 4 som tapte i semifinalen. Resultat av disse gir plass 5 til 8.

3.6 Premieutdeling

Premieutdeling går så raskt som mulig etter at siste heat er kjørt. Deltagere ropes opp nedenfra og opp. Vinneren ska innta pallen sist!

Det er fint hvis eventuelt politi, Røde Kors og andre hjelpere får litt oppmerksomhet under avslutningen av konkurransen.

3.7 Etter konkurransen

Det er viktig at veien ikke brukes til frikjøring rett etter konkurransen. Vei åpnes som regel for trafikk og alt av høyballer og sikkerhets utstyr skal ryddes vekk. Det siste man trenger er en ulykke etter endt konkurranse.

Resultat listen skal sjekkes for eventuelle feil og renskrives. Alle skal ha en plassering. Resultater sendes så fort som mulig ut til media.

4.0 Personalets Oppgaver

4.1 TD

TD står for Technical Delegate. På godt norsk så er dette konkurranse leder. Han/hun er den som tildeler oppgavene og sørger for at alt går som det skal. TD'n skal holde Riders Meeting der det gjennomgås litt om konkurransen, tidskjema, forandringer og svare på spørsmål fra deltakere.

Under selve konkurransen skal TD'en holde god oversikt og koordinerer informasjon mellom start, flaggvakter, mål og helsepersonell.

TD'n skal ta beslutninger og har høyeste myndighet under hele konkurransen.

4.2 Påmelding og registrering

De som sitter her skal ta imot påmeldinger, registrere inn, tildele startnr., ta imot startavgift.

Det vil være en hektisk jobb i en kort periode, da alle har en tendens til å komme samtidig. Det er en fordel om at en del er klargjort på forhånd. Hvis deltagere er påmeldt og har betalt på forhånd så blir arbeidet lettere. Det bør være 2-3 stykker som jobber med dette på konkurransedagen og bør tenke gjennom hvordan dette gjøres mest fornuftig. En jobber med registrering, en tar imot penger, en annen tildeler startnr. og sjekker medlemskap i NDSF.

Ordensans, pen håndskrift og vekselpenger er stikkord her!

4.3 Teknisk kontrollanter

Etter at deltakere har ordnet påmeldingen, så skal han/hun til teknisk kontroll og vise frem brettet og sikkerhetsutstyret.

Kontrolanten skal gjennomgå følgende:

- Brettet for skarpe kanter og fliser/brudd.
- Truck montering skal sjekkes. HJULMUTTERE- ALLE SKAL SJEKES – SLITTE MUTTERE SKAL SKIFTES ELLERS STARTNEKT.
- Hjelmen sjekkes for skader og at hakeremmen fungerer. Hakeremmen skal ikke være løs.
- Skinndress for hull og fungerende glidelaser. Dressen skal være av skinn, ikke gaffatape!
- Hansker, sjekkes for hull og løse tråder, remmer etc. Slide pucken skal sitte godt.
- Kne og albue beskyttere skal sitte godt. Remmer og borrelås skal være i god stand.

4.4 Starter og assistent

Starteren skal sende ned deltakere fra start område. Han skal bare gjøre dette når det er gitt klar signal fra målområdet og ikke fått noe stopp beskjed fra enten flaggvaktene eller TD'en.

Når kjørerne stiller opp på start streken, så skal starteren sjekke at hjelmens hakerem til deltakeren er festet skikkelig og ikke for løs. Starteren kan nekte en kjøre hvis dette ikke er i orden.

Når det kjøres trening eller kvalifikasjon holder det å og si "Klar – Ferdig – **KJØR!**" samtidig som man hever armen bestemt opp. Hvis det er manuell tidtaking under kvalifikasjon så må Walkie Talkie'n vær på "TALK" slik at de som sitter med stoppeklokkene i målområde, kan starte stoppeklokkene.

Det er starteren som bestemmer avstand mellom guppene. Det er vanlig at en gruppe slippes etter at foregående gruppe har passert første sving. INGEN får starte før starteren har gitt klarsignal.

Under "heats" (2 og 2, 4 og 4 osv) skal det brukes en strikksnor som spennes over banen. Starteren sier høyt "Klar – Ferdig, så slippes strikken. Det skal være lik pause mellom "Klar" og "Ferdig" og når strikken slippes.

Assistenten: Han/hun skal sørge for at alle stiller opp i grupper god tid før de skal kjøre. Assistenten trenger også en kopi av startlisten for denne jobben. Assistenten skal også passe på at starteren kan jobbe uforstyret. Det blir mange spørsmål fra nervøse deltakere!

4.4 Flaggvakter

Flaggvakten har en viktig oppgave. Flaggvakten skal stå slik at han/hun kan se at deltakerne kommer i god tid før svingen og varsle kjøpere med flagg. Flaggvakten skal også holde TD'en innformert over Walkie Talkie om eventuelle hendelser. Det er viktig at man er enig på forhånd om hva de forskjellige flaggvaktene skal hete i forhold til hvor de står. F.eks. Første sving: Flaggpost 1. osv. Dette kan gjøre kommunikasjon lettere og samtidig unngå forvirring.

Hvis det brukes fløyter, så kan denne blåses når deltakerer kommer mot svingen. Det gjør det litt spennede for publikum og gjør det lettere for fotografer å ta skikkelige bilder.

Flaggvakten har oransje vest slik at alle ser at det er han som er vakten. Ikke bruk gul vest, da den kan oppfattes som gult flag!



Flaggvakten gir beskjed at løypa er klar. Han har gulflagget klart. Rødflaget ser vi på bakken.

Flaggvakten bruker flaggene slik:

Grønn – løypa er klar.

Gul – noen har ramlet eller det ligger hindringer i banen. Andre deltakere i løypa ska ta det rolig.

Rød – stopp! Alle deltakere skal stoppe og avbryte kjøringen og trekke seg ut til siden.

4.5 Målområde og tidtagere

Her skal det helst sitte 2 til 3 stykker, spesielt under kvalifikasjon. De skal ha en startliste og føre inn tidene etterhvert som deltakerne fullfører sin runs. Det er viktig at de som jobber her kan gjøre dette uforstyrret. Det er en god ide å øve litt på bruken av stoppeklokkene under treningen. Dette kan samordnes med starteren. Det kan brukes et video kamera ved mållinjen for fotofinish. Det hender at flere kommer samtidig over målstreken under heats.

4.6 Speaker

Speakeren skal holde alle (spesielt publikum) oppdatert om hva som foregår under hele konkurransen. Det er derfor en fordel at han/hun har bra kjenskap til sporten. Speakeren tildeles en startliste og på den kan han/hun samle inn litt notater om de forskjellige deltakere. Speakeren kan være seriøs, morsom og undeholdene, men holde seg til saken. Har konkurransen sponsorer, så skal disse nevnes jevnlig. Litt ok musikk er med å lage stemning.

Sluttord

Som man ser, så er det endel som skal til. Det kan fort bli mye på engang. Vi anbefaler at man begynner i god tid før og at man jobber jevnlig. Det beste er å sørge for at de som skal jobbe med dette har konkrete arbeidsoppgaver som blir gjennomført på dagen. Ingen av personalet skal være i tvil om hva han/hun skal gjøre. Et godt og gjennomførbart tidskjema som holdes er også en del av løsningen!

Denne håndbok skal oppdateres jevnlig. Vi håper på innspill og ideer som kan tas med.

Kontakt informasjon

www.ndsf.no velg meny "Styret"