



Vælkomin til Open Nordic Indoor Rowing Championship tann 2. mars 2024!

eRoning og Dansk forening for Rosport bjóða teg vælkomin til Open Nordic Indoor Rowing Championship í eKaproning. Ein onlini mestarapróvur, ið verður hildin tann 2. mars 2024.

Øll, ið hava atgongd til eitt Concept2 roðriergoð útstøðað við PM3/PM4/PM5-monitor, kunnu deltaka. Tað verða kappakoyringar fyri juniørar, senjorar, para og masters. Eingin meðlimursskapur í roðrafelagum er kravdur fyri at deltaka.

Í ár bjóða vit upp á kappróðrar á fylgjandi løngdum: 6K, 2K, 1K, 100m, 200m, og holdkappróður.

1. 6K open = Um tað eru fleiri enn 8 kvinnur skrásettar, verða kappróðrar skiltar í kvinna- og gentakappar við hvør sína sigurskonu.

2. 6K handicap = Deltakararnir verða rættir eftir aldri, kyni og vekt. Um tað eru fleiri enn 8 kvinnur skrásettar, verða kappróðrar skiltar í kvinna- og gentakappar við hvør sína sigurskonu.

3. Parakappar = Skilt í kvinnu- og gentakappar, har fasti seðil og rodastóli verða nýttir.

4. Kappróður = 4 x 500m. 4 roðrarar + 1 roðriergoð.

MERK: Við minni enn 3 deltakarum í eitt masterskappróði, verða teir fluttir til eitt masterskappróð hjá kvinnum ella monnum, har deltakarinn verður rættur eftir aldri og vekt.

Kappskráin

Kappskráin framgongur her: <https://tilmeld.roning.dk/?regatta=nic2024&show=loebliste>

Skrásetan

Skrásetan fer fram á heimasíðuni <https://tilmeld.roning.dk/?regatta=nic2024> í danska skrásetingarskipanini. Tað er møguligt at velja mál og fá øll upplýsingar bæði á ensku, tysku, sænsku og norsku.

The screenshot shows the registration page for the Open Nordic Indoor Rowing Championship 2021. The page is in Danish and features a navigation menu with options like 'Regattahæftet', 'Open', 'Information', and 'Resultater'. The main content area displays the event details, including the date (2021-03-20) and the number of registrations (2). A table shows the current registration status for Denmark (DEN) with 1 participant. There is a prominent green 'Tilmeld' (Register) button. The page also includes a sidebar with links to 'Anden information', 'Løbsliste', 'Tilmeldinger', 'Tidsplan', 'Startliste', 'Homerace secrets', 'Resultater', and 'Kontakt'. The footer of the page contains the DFFR logo and the text 'DANSK FORENING FOR ROSPORT'.

**Aldersklasser og pris for deltagelse**

Betegnelse	Roerens alder	Pris DK kr.	Sprint	Stafet
Junior E	U11	80,-	60,-	200,-
Junior D	U12	80,-	60,-	200,-
Junior C	U14	80,-	60,-	200,-
Junior B	U16	110,-	80,-	300,-
Junior A	U18	110,-	80,-	300,-
Senior B	U23	150,-	80,-	300,-
Senior	Åben	150,-	90,-	400,-
Para	Roere med handicap	150,-		
Masters	+27	150,-	90,-	400,-

Alle priser er excl sædegebyr

Tað verður goldið á netinum tá ið tilmeldað verður. Luttakarar, sum ikki hava goldið áðrenn 28.02.2024, kunnu ikki byrja.

Eftirtilmelding

Seinasta freist fyri tilmelding er 21. februar 2022 kl. 12:00. Tað er ikki møguligt at eftirtilmelda.

Startlistin

Startlistin kann síggjast frá 25. februar 2024 kl. 12:00 á:

<https://tilmeld.roning.dk/?regatta=nic2024&show=startliste>

Reglugerð

Der rógvast eftir danska reglugerðini fyri ergometurróður og eykaviðmerking fyri eKaprøning.

<https://roning.dk/om-dffr/viden/dffrs-love/>

Kappingarleiðslan

Kann kontaktast allan dagin: Søren Madsen: 6160 9000

Tøknin til eKaprøning

Til tann virtuella kappróður Open Nordic Indoor Rowing Championship verður tøknin veitt av hollensku fyrirkuni TimeTeam og teirra palli Homerace.



Livestreyms frá kappingini

Der verður livestreymað frá kappingini á Facebook síðuni dansk roning.

<https://www.facebook.com/danskroning>

Vi arbeiða við at seta saman eitt norðurlandskt viðmerkjaratoymi, so viðmerkjaratungan kann vera ein kombinatión av donskum, norskum, enskum og feroyskum.

Týðningarmikil kappingarupplýsing

Øll luttakarar skulu lesa hesa upplýsing væl:

Heilsuráð

Ergometurróður setir kropp tín undir maksimalan trúst, og fyriskipararnir taka ikki ábyrgd fyri vanluksum ella skaðum, ið kunnu standast av hesum. Ert tú í iva, eigur tú at søkja heilsuráð fyri luttøku.

Kappingarteinar:

- 1.000 m: kapping: para og masters.
- 2 minuttir: Jun E, D
- 3 minuttir: Jun CII
- 4 minuttir: Jun C
- 2.000 m: kapping: junior b upp til og við senior.
- Stafett = 4x500m. 4 rógvarar + 1 ergometer.
- 100 m: kapping: sprint fyri u13.
- 200 m: kapping: sprint fyri u15 og eldri

Race Lobby

Ítróttarfólk skulu logga seg inn í 'race lobby' beint áðrenn kappingina, í seinasta lagi 10 minuttir áðrenn byrjan

"Race Lobby Ítróttarfólk skulu logga seg inn í 'race lobby' beint áðrenn kappingina, í seinasta lagi 10 minuttir áðrenn byrjan. Race lobby opnar 45 minuttir áðrenn byrjan. Viðmæla vit luttakarunum at logga seg inn í góðari tíð áðrenn ætlaða byrjan. Ov seint innkomu í lobby kann føra til diskvalifikatión. Viðmæla vit at tann tilsluttaða PC skermin er innanfyri sjónarhorn hjá luttakara/venjara, tí týðningarmiklar boð kunnu koma á skerminum beint áðrenn byrjan. Start og Ímeðan kapping Luttakarar skulu vera varugir við, at frástøðan millum 'Attention' og 'Row' boðini á PM5/PM4/PM3 er longri enn vanligt, so tað verður truplari at sníkstarta. Sníkstart verður framvegis detekteraður. Tá ið kappingin er sett í gongd og ongin sníkstartur er, halda vit áfram at rógva, hóast sambandið móguliga missast. Um sambandið verður endursett undir kapping, er alt í lagi. Um sambandið missist fullkomiliga og ikki kann endursetast áðrenn



kappingin er liðug, verður tikið eitt mynd av PM5/PM4/PM3 beint eftir kappingina og sent til eKaproning@roning.dk. Venjing Tað er loyvt fyri hvønn rógvara at hava ein venjara (ella aðra persón) sitandi við síðuna av ergometrinum til at venja undir kapping. Dómarar og officials Eitt tal av donskum dómarum og officials fara at eftirlíta stævnið, teirra instruktiónir skulu fylgjast.

Upplýsing um aldur Aldursbólkur verður ásett sum lýst: www.regatta.roning.dk/?l=aldersklasser

Letvigt (LW) Veiing

Kann gerast tíðligast 2 tímar áðrenn og seinast 1 tími áðrenn rógvarans fyrsta start á kappingardegnum. Hetta skal dokumenterast við myndadokumentatióin av: vekt, dato og luttakari/rógvari og sendast til eKaproning@roning.dk

Vektmarkir

- Senior/masters kvinnur: 61,5 kg
- Senior/masters menn: 75,0 kg

Medaljur

Danskar medaljuvinnarar kunnu heinta teirra medaljur til DFFRs høvuðsgeneralforsamling 16. mars í Dalum. Medaljur til útlenskar medaljutakarar verða sendar til postadressuna, sum er upplýst frá mannskaparleiðara við tilmelding. Eru adressuupplýsingarnar ikki fullførðar, verða medaljur IKKI sendar. Medaljur verða útlutaðar til 1., 2., og 3. í øllum kappingum.

Úrslit

Úrslit verða tøk undir stævninum á roning.dk og ergometertider.dk. Protest/kæurur Protest ella kæurur viðvíkjandi kappingaravgreiðslu ella øðrum viðurskiftum í sambandi við einstaka kapping skulu sendast skrivliga sum skjótast og í seinasta lagi 5 minuttir eftir kappingarenda til eKaproning@roning.dk. Annað kappingarupplýsing Til ber at avgreiða fleiri kappingar samstundis (í einum blokki) - sí kappingarlista við fyribils tíðarætlan. Startlistin og tíðarætlanin verða klárar í seinasta lagi 6 dagar áðrenn regattuna. Ymiskir blokkar verða avgreiddir við variabli intervalli (10-20 min).

Dopingkontrol

Reglurnar hjá Anti Doping Danmark eru galdandi. Anti Doping Danmark kann framføra dopingkontrol undir stævninum."