



Välkommen till Open Nordic Indoor Rowing Championship den 2 mars 2024.

eRoning och Dansk förening för Rosport bjuder in till Open Nordic Indoor Rowing Championship i eKaproning. Ett online-mästerskap som äger rum den 2 mars 2024.

Alla med tillgång till en Concept2 roddmaskin utrustad med PM3/PM4/PM5 monitor kan delta. Det finns lopp för juniorer, seniorer, para och mästare. Medlemskap i en roddklubb är inte nödvändigt för att delta.

I år erbjuder vi lopp på 6K, 2K, 1K, 100m, 200m samt stafett.

1. 6K open = Om det är mer än 8 kvinnor anmälda kommer loppet att delas upp i en dam- och en herrklass med egna vinnare.

2. 6K handikapp = Deltagarna korrigeras för ålder, kön och vikt. Om det är mer än 8 kvinnor anmälda kommer loppet att delas upp i en dam- och en herrklass med egna vinnare.

3. Paralopp = Delas upp i kvinnlig och manlig. Fast och rörlig säte.

4. Stafett = 4 x 500m. 4 roddare + 1 roddmaskin.

OBS: Vid färre än 3 deltagare i ett mästerskapslopp överförs deltagaren till ett mästerskapslopp för respektive kvinnor och män. Där kommer deltagaren att korrigeras för ålder och vikt.

Loppsschema

Loppsschemat finns här: <https://tilmeld.roning.dk/?regatta=nic2024&show=loebliste>

Anmälan

Skickas via <https://tilmeld.roning.dk/?regatta=nic2024> i det danska anmälningssystemet. Det är möjligt att välja språk och därigenom få all information på engelska, tyska, svenska och norska.

The screenshot shows the registration page for the Open Nordic Indoor Championship 2021. The page is in Danish. At the top, there is a navigation bar with the DFFR logo, a language dropdown set to 'Dansk', and links for 'Privatlivspolitik', 'Hjælp', 'Opret en konto', and 'Glemte kode'. There are input fields for 'Email' and 'Kode' and a 'Log Ind' button. Below the navigation bar, there are tabs for 'Regattahæftet', 'Open', 'Information', and 'Resultater'. The main content area is titled 'Aktuelle Regattaer' and lists several regattas, with 'Open Nordic Indoor Championship' selected. To the right, there is a summary for the 'Open Nordic Indoor Championship 2021' with 'Regatta Dato: 2021-03-20' and '2 Tilmeldinger'. A table shows the number of participants by country: DEN (Denmark) with 1 participant. Below this, there is a 'Tilmeld' button and information about registration deadlines: 'Ordinær tilmelding slutter: 10. marts kl.:12:00' and 'Eftertilmelding slutter: 12. marts kl.:22:00'. There is also an 'Information' section mentioning 'Holstebro Roklub er arrangør af OpenNordic Indoor Championships' and a 'Reglement' link for 'Reglement for Ergometer'.

**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 handikap	150,-		
Masters	+27	150,-	90,-	400,-

Alle priser er excl sædegebyr

Betaling sker online ved anmälan. Deltagare som inte har betalat senast den 28 februari 2024 kan inte delta.

Efteranmälan

Sista anmälningsdag är den 21 februari 2022 kl. 12:00. Det går inte att anmäla sig efter detta datum.

Startlistan

Startlistan kommer att vara tillgänglig från den 25 februari 2024 kl. 12:00 på följande länk: <https://tilmeld.roning.dk/?regatta=nic2024&show=startliste>

Regler

Loppen följer de danska reglerna för ergometerroning med tillägg för eKaproning.

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

Tävlingsledning

Tävlingsledningen kommer att vara tillgänglig under hela dagen. Kontaktperson: Søren Madsen: 6160 9000



Teknik för eKaproning

Tekniken för det virtuella kaproningsmästerskapet Open Nordic Indoor Rowing Championship tillhandahålls av det nederländska företaget TimeTeam och deras plattform Homerace.

Bruksanvisning På danska - <https://roning.dk/kernejdelse/kap-og-bredderoning/ekaproning/>

Direktsändning från evenemanget

Evenemanget kommer att direktsändas på Facebook-sidan dansk roning. <https://www.facebook.com/danskroning>

Vi arbetar på att sätta ihop ett nordiskt kommentarteam så kommentarerna kan bli en kombination av danska, norska, engelska och färöiska.

Viktig information om tävlingen

Vi uppmanar alla deltagare att noggrant läsa följande information: Hälsoråd Ergometerroning innebär maximal belastning på din kropp, och organisationen ansvarar inte för obehag eller skador som kan uppstå som följd av detta. Om du är osäker bör du rådfråga en läkare innan du deltar.

Tävlingsdistanser:

- 1 000 m: lopp: para och mästare.
- 2 minuters lopp: Jun E, D
- 3 minuters lopp: Jun CII
- 4 minuters lopp: Jun C
- 2 000 m: lopp: junior b till senior.
- Stafett = 4x500m. 4 roddare + 1 roddmaskin.
- 100 m: lopp: sprint för u13.
- 200 m: lopp: sprint för u15 och äldre

Lopplobby

Deltagarna måste logga in i "lopplobbyn" direkt före tävlingen, senast 10 minuter före start. Lopplobbyn öppnar 45 minuter före start. Vi rekommenderar att deltagarna loggar in i god tid innan den planerade starttiden. Sen ankomst till lobbyn kan leda till diskvalifikation. Vi rekommenderar att man har datorskärmen inom synhåll för deltagaren/tränaren, eftersom viktiga meddelanden kan visas direkt innan start på skärmen. Start och under loppet Deltagarna bör vara medvetna om att avståndet mellan "Attention" och "Row" meddelandena på

DANSK FORENING FOR ROSPORT



PM5/PM4/PM3 är längre än normalt, vilket gör det svårare att falskstarta. Falskstarter kommer fortfarande att upptäckas. När loppet har startat och ingen falskstart har inträffat, fortsätt att ro även om anslutningen förloras. Om anslutningen återställs under loppet är allt i ordning. Om anslutningen har förlorats permanent och inte kan återställas innan loppet avslutas, ta omedelbart en bild av PM5/PM4/PM3 och skicka den till eKaproning@roning.dk

Coachning

Det är tillåtet för varje roddare att ha en tränare (eller annan person) bredvid roddmaskinen för att coacha under loppet.

Domare och funktionärer

Ett antal danska domare och funktionärer kommer att övervaka evenemanget, deras instruktioner måste följas.

Åldersinformation

Åldersgrupperna fastställs enligt följande: www.regatta.roning.dk/?l=aldersklasser

Lättvikt (LW) Vägning:

Kan göras tidigast 2 timmar före och senast 1 timme före roddarens första start på tävlingsdagen. Detta dokumenteras med bildbevis på vikt, datum och deltagare/roddare och skickas till eKaproning@roning.dk.

Viktgränser

- Senior/mästare kvinnor: 61,5 kg
- Senior/mästare män: 75,0 kg

Medaljer

Danska medaljvinnare kan hämta sina medaljer på DFfRs årliga generalförsamling den 16 mars i Dalum. Medaljer till utländska medaljtagare kommer att skickas till den postadress som anges av lagledaren vid anmälan. Om adressuppgifterna är ofullständiga kommer inga medaljer att skickas. Medaljer delas ut till de 3 första i varje lopp.

Resultat

Resultaten kommer att vara tillgängliga kontinuerligt under evenemanget på roning.dk och ergometertider.dk.

Protester/klagomål

Protester eller klagomål angående loppets genomförande eller andra förhållanden kring ett enskilt lopp måste skickas skriftligen så snart som möjligt och senast 5 minuter efter loppets slut till eKaproning@roning.dk



Annat loppinformation Beroende på antalet deltagare kan flera lopp genomföras samtidigt (i en block) - se loppsschema med preliminär tidtabell. Startlistan och tidtabellen kommer att vara tillgängliga senast 6 dagar före regattan. De olika blocken kommer att genomföras med ett varierande intervall (10-20 minuter).

Dopingkontroll

Anti Doping Danmarks regler gäller. Anti Doping Danmark kan genomföra dopingkontroller under evenemanget.