

Handicap er et kajakløb, hvor alle kan deltage uanset styrke og alder. Handicap hedder det fordi deltagerne får sin starttid i forhold til løbstider. Starttiderne bliver reguleret efter en beregning således alle burde komme i mål samtidig.

Den med flest point igennem sæsonen vinder den eftertragtede handicappokal og får sit navn indgraveret i pokalen. Er der pointlighed, er det den med flest bedste placeringer.

**Hvem:** Alle kan deltage.

**Hvornår:** Afholdes hver onsdag fra den første onsdag i maj til den første onsdag i september. Første start er kl. 18. Sommerferiepausen på to uger besluttet hvert år så tidligt som muligt af tidtagerne.

**Hvad:** Man vælger fra starten af sæsonen om man vil ro K1 eller K2. Vælger man K2, så er det den kajaktype, der er 1. prioritet og tæller med i stillingen. Dvs. vil Jens ro K2 med Hanne, så vil dette være deres 1. prioritet, og de får kun point, når de ror K2 sammen. Vælger en af dem at ro K1 de gange, hvor den anden ikke kan, så får ingen af dem point for dagens resultat, men vedkommende får 100 point for at deltage. Den samlede pointtælling på dagen må ikke regnes ud fra at vedkommende kom først over mål.

Det er tilladt at skifte imellem alle de kajaktyper, der findes indenfor f.eks. K1, dvs. tur, kap, hav og surfski. Man må gerne bruge GPS-ur og lignende.

**Hvor:** Banen er 5 km. Den normale rute starter mellem Houg-broerne og går ud forbi Odden med vending ved 2,5 km bøjen. Bøjen skal man have på sin venstre side i vendingen. I tilfælde af dårligt vejr kan den udpegede ansvarlige (kan uddelegeres ved forfald) f.eks. beslutte, om der skal omlægges til ca. 2 x 2,5 km rute med vending før Odden. Der udlægges en ekstra bøje 1,25 km fra startlinjen. Ved ændret rute gives der point efter samme system som under normale forhold, men tiderne bliver ikke korrigeret.

**Hvordan:** Du melder dig til tidtagerne senest kl. 17.45, gerne tidligere. Du bliver noteret og får din starttid samt bådnummer. Vær gerne klar ved start mindst et par minutter før du skal starte. Husk din starttid. Dit navn/bådnummer bliver råbt op, og du må starte, når der bliver sagt GO.

## Starttiderne:

Definitioner:

- "Nultid" er den tid en roer i sit allerførste løb har til rådighed. Den er 40 minutter.
- "Starttid" kaldes også "handikaptid". F.eks. 5 min "starttid/handikaptid" betyder at vedkommende starter kl. 18:05 og har en løbstid på 35 minutter.
- "Løbstid" er den tid det tager at gennemføre de 5 km.

I sæson 2022 er der forsøgsvis ændret i reglerne, så starttider beregnes ud fra de seneste 5 gennemsnitlige løbstider. Desuden er "nultiden" ændret fra tidligere 38 min til 40 min, så nye roere har bedre tid til at nå i mål.

Beregning af første starttidspunkt (1. løb i maj)

- Roere der har deltaget før: Starttidspunktet for første løb beregnes ud fra et gennemsnit af de sidste 5 løbstider fra året før. Efter at dette gennemsnit er beregnet, tillægges yderligere 5 % til løbstiden. Starttiden = handikaptiden beregnes dernæst ved at fratække den beregnede starttidspunkt fra 40 minutter. Dog kan man ikke starte før nultid, som er kl. 18.

- Nye deltagere og deltagere, som ikke var med året før: De starter første løb på ”nultid” kl. 18 og fra løb nr. 2 følger de samme beregning som de andre deltagere.

Beregning af starttider fra løb nr. 2 og frem

- Løb nr. 2: Starttid = gennemsnit af starttid til 1. løb og starttid fra 1. løb.
- Løb nr. 3: Starttid = gennemsnit af starttid til 1. løb samt 1. og 2. starttider
- Løb nr. 4: Starttid = gennemsnit af starttid til 1. løb samt 1., 2. og 3. starttider
- Løb nr. 5: Starttid = gennemsnit af starttid til 1. løb samt 1., 2., 3. og 4. starttider
- Fra løb nr. 6: Starttid = gennemsnit af de 5 seneste starttider, hvor man har deltaget.

Har man roet mindre end 5 ture sidste år, bliver starttiden beregnet på baggrund af de ture man har roet.

Note: Der er ingen krav om at handikappedeltagerne kender reglerne! Tidtagerne skal nok holde styr på alle tider. Det eneste væsentlige er at møde rettidigt op til start, dvs. kl. 18.00.

**Pointgivning:** Den første båd over målstregen får 500 point. Følgende både får 500 point minus 1 point for hvert sekund, man er efter første båd i mål. Derved kan det betale sig at ro hurtigere for at få flere point. F.eks. A kommer i mål først og B kommer ind 20 sekunder efter. A få 500 point og B vil få 480 point. Man kan ikke få mindre end 100 point, uanset om man f.eks. kæntror og udgår, eller ikke kan ro turen på 40 minutter.

Nye deltagere, som ikke var med året før, får i første løb 100 point. Fra løb nr. 2 indgår de på lige fod med de andre deltagere. Deltagere, som ikke ror i deres 1. prioritets valg af K1 eller K2, får ligeledes tildelt 100 point.

Vurderer den/de løbsansvarlige, at et løb ikke kan gennemføres pga. blæsevejr, får alle fremmødte deltagere 100 point.

Hjælper man en væltet roer (som ikke kan klare sig selv) og herved mister tid og point, vil man blive tildelt point, som svarer til gennemsnittet af sine egne point opnået hidtil i sæsonen.

De 2 dårligste resultater/gange man ikke har deltaget i sæsonen, vil ikke tælle med i det samlede resultat.

Der skal være mindst 5 både til start før et løb bliver afholdt. De op til 4 både der møder op for at ro, får dog 100 point.

### **2,5 km tur med start kl. 18**

For roere som syntes at 5 km er for langt eller som ikke ønsker at ro om kap forsøges der som noget nyt med en 2,5 km. tur med fælles start kl. 18. Der tages som udgangspunkt ikke tid.