

Å starte med cross

I 2001 ble aldersgrensen for å kjøre motocross ble senket til 5 år. Vær oppmerksom på at man må ha fylt 5 år før man starter med motorsykkel kjøring ellers er reglene slik at de er virksomme fra 1/1, gyldige fra det året du fyller.

På Basserudåsen startet vi med mini cross som de første i Norge i 2001. Her er vi gutter og jenter som kommer sammen og trener. Vi har tre baner: stor bane, liten bane og en knøttebane.

For å starte med motorcross må du melde deg inn i klubben. Deretter må du ha løse lisens.

Lisenstype	Alder	Pris	Kommentar
Barnelicens	5 – 12 år	330,-	Sammenslåing av lisenser for 5 – 8 år og 9 – 12 år. Hvis man er 8 år eller yngre, kan man løse microlisens det første året til kr. 130,-
Ungdomslisens	13 – 19 år	1300,-	
Nasjonal lisens	Over 20 år	2430,-	Gjelder for trening og konkurranse i Norden
Treningslisens	Over 20 år	1350,-	Gjelder for trening i Norden
Internasjonal lisens	Over 20 år	3370,-	Gjelder for trening og konkurranse i og utenfor Norden
Classic lisens	Over 20 år	1350,-	Gjelder i Norden ved bruk av eldre sykler
Introduksjonslisens		160,-	Kan løses for en dag/helg hvis man skal ta et kurs eller prøve en gang.
Rekrutteringslisens		320,-	Kan løses for en sesong hvis man vil prøve. Neste sesong må man løse ordinær lisens.

Lisenskurs

Fra og med det året utøveren fyller 9 år skal alle som trenger en lisens gjennomgå et lisenskurs. Lisenskursene arrangeres av klubbene. Et lisenskurs skal sørge for at utøver, og foresatte, får den utdanningen som er påkrevd, både teoretisk og praktisk. Etter gjennomført lisenskurs må det sendes inn en lisenssøknad til Norges Motorsportforbund for å få tilsendt lisens. Søknaden skal inneholde informasjon om søker, hva slags lisens det søkes

om og hvilken klubb det skal kjøres for. I tillegg til søknadsskjemaet skal det også sendes inn en helseerklæring. Lisenskurset består av to moduler: en teoretisk og en praktisk del.

Du må være medlem i en klubb som er tilsluttet NMF. Dette for at forsikringer skal være i orden. Lisensen må underskrives av en foresatt. Er det noe ved helsen din så må det dokumenteres av en lege. Lisens kjøpes i kiosken på Basserudåsen.

Følgende krav gjelder angående kjøring i aldersklassene inntil 16 år:

- en person over 18 år må ledsage deltaker ved konkurranse
- ved trening kan en person over 18 år ledsage 2 deltakere

Treningsregler MX

Følgende regler gjelder under trening

- Det bør være flaggvakter på alle uoversiktlige hopp
- Forbudt å trene uten godkjent kjøreutstyr
- Forbudt å kjøre i depot, sykkelen skal trilles
- Forbudt å kutte banetrasé
- Hold sporet (ikke vingle fra side til side)
- Forbudt å stoppe unødvendig i banen
- Informasjon fra trenere, leder og foresatte skal foregå i banedepot
- Ta hensyn når du passerer andre førere
- Den som kjører BAK har ansvaret!
- Forhold deg til klubbens vakter sine anvisninger under trening
- Vis hensyn!

Brudd på våre treningsregler og NMFs reglement kan føre til bortvisning fra baneområdet. Kart over flaggposter henger som oppslag i kiosken og flagg settes ut slik at alle kan enkelt være med å trygge sikkerheten under treningene!

Sikkerhetsutstyr

Skal du begynne å kjøre er det viktig at en har riktig utstyr når man begynner. Det er dumt å si at sykkelen kostet så mye at vi må kjøpe utstyr etter hvert. Du er den VIKTIGSTE!! Du trenger minimum følgende utstyr:

- Hjelm
- Briller
- Brystskjold
- Albue og kne beskyttere
- Hansker
- Støvler av god kvalitet

Kjøper du brukte støvler pass på at de er "stive" fra leggen og opp. Er de ikke det så er de ikke noe hjelp hvis ulykken skulle skje. Du bør også ha en bukse og genser av solid kvalitet som dekker hele kroppen. Nå får man kjøpt gensere med all beskyttelse innsydd. Når du kommer så langt at du begynner å hoppe litt er det viktig å holde nyrene på plass, bruk derfor nyrebelte. Her er det mye penger for nybegynnere å spare ved å kjøpe brukt utstyr.