

Die GCA Klassiker ALL ist eine Rennserie des Bundes Deutscher Radfahrer e.V. und der Online-Plattform Zwift.

1. Start- Wertungsberechtigung

Die Teilnahme an den GCA Klassiker ALL Rennen ist nur ohne eine Lizenz ab Jahrgang 2001 und ältersmöglich.

2. Teilnahmevoraussetzungen

Damit Fahrer/innen in die offizielle Ergebnisliste kommen, müssen sich diese sowie die Teams bei ZwiftPower registrieren (so funktioniert es: https://support.zwift.com/de/connecting-to-zwiftpower-SyldRc_4H).

Anmeldung für GCA Klassiker ALL Rennfahrer (ohne Lizenz):

„Die Meldung erfolgt ausschließlich über das Meldetool von rad-net.de!

Folgende Angaben müssen gemacht werden: Name, Vorname, Jahrgang, Team, Teamkürzel

WICHTIG! Auf Zwiftpower MUSS der richtige Name (der in der Meldung angegeben wurde) eingetragen werden, nicht der Zwifname! Zudem darf der Zwifname nicht vom Klarnamen abweichen. Nur dann kann ein Ergebnis erstellt werden. Der Name muss in folgender Form auf Zwiftpower eingetragen werden:

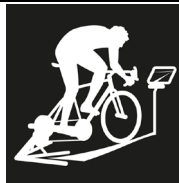
Vorname; Nachname; Jahrgang; Teamkürzel

Falls keine Namenszuordnung möglich ist, ist keine Aufführung im Ergebnis möglich.

3. Benötigte Hard- und Software, um zugelassen zu werden

- **Laptop, PC, iPad, AppleTV**
iPad und Apple TV funktionieren nur in Verbindung mit einem Smart-Trainer.
- **ANT+ Dongle** für Laptop, PC, iPad, AppleTV
falls man über keinen Smart-Rollentrainer oder Bluetoothfähigen PM verfügt.
- **Zwift Account** (15 Euro im Monat; Abo kann monatlich gekündigt werden)
- **Zwift Software** (im App-Store oder als Download unter <https://zwift.com/eu-de/download>)
- **Rollentrainer:** Es muss kein Smart-Trainer vorhanden sein, solange man über einen ANT+ - oder Bluetooth-fähigen Powermeter (PM) direkt am Fahrrad verfügt.
- **Herzfrequenz-Gurt:** ANT+ - oder Bluetoothfähig; empfohlen wird der Wahoo Tickr

Eine gute Übersicht über das Setup erhaltet ihr auch unter: <https://zwift.com/eu-de/video/how-to-cycling/what-you-need-to-ride-zwift>



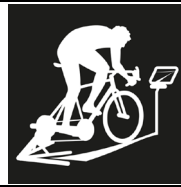
4. Allgemeine Regeln

- 1) Es dürfen nur Fahrer mit Powermeter oder Smart-Trainer teilnehmen. Eine Teilnahme mit Equipment, das die Power-Daten nur schätzt (ZPower) ist verboten und kann aufgrund des wettbewerbsverzerrenden Charakters auch zur Disqualifikation für zukünftige Rennen führen.
Ebenso verboten ist die Nutzung des Turbomuin Smarttrainers der Marke Elite gemäß Punkt 2.7.2 b der Zwift eRacing Regeln (<https://content-cdn.zwift.com/uploads/2020/04/Zwift-Cycling-Esports-Ruleset-v1.0.4-d2.pdf>)
- 2) Um eine erste Verifikation von Leistungen vornehmen zu können ist die Verwendung eines Herzratensensors und die Freigabe der Daten zur Einsicht auf Zwiftpower verpflichtend.
- 3) Im Falle von außergewöhnlichen Leistungen in Bezug auf w/kg, absolute Watt oder im Vergleich zu typischen Leistungen der Altersgruppe behalten wir uns vor, den Fahrer um eine Verifizierung seiner Leistung zu bitten. Bei Erreichen einer Top10-Platzierung und überschreiten gewisser Leistungsgrenzen ist diese verpflichtend und muss unaufgefordert erfolgen (siehe Verifikation von Leistungen). Die Pflicht des Nachweises obliegt dem jeweiligen Fahrer, deshalb empfehlen wir analog zu den Zwift eRacing-Regeln (<https://zwift.com/p/zwift-cycling-esports-rules/>) generell ein Dual Recording mit einer zweiten Power-Quelle (inkl. upload auf Zwiftpower), Gewichtsnachweis-Videos (z.B. über die Facebook-Gruppe ZwiftTransparency) und ein offenes Strava-Profil mit IRL-Fahrten mit Power-Messung. Eine Prüfung kann auch stichprobenartig erfolgen.
- 4) Fahrer, die aktuell durch Zwiftpower suspendiert sind („ZVRG“) werden auch für die GCA-Rennen disqualifiziert.
- 5) Um ein faires und positives Rennen für alle Teilnehmer zu ermöglichen behalten wir uns zudem vor, Fahrer für unsportliches Verhalten, Betrug und ähnliche Verstöße für das betroffene und zukünftige Rennen zu disqualifizieren.
- 6) Powerups sind erlaubt

Verifikation von Leistungen

- 1) Die Pflicht einer Verifikation der eigenen Leistung obliegt grundsätzlich dem jeweiligen Teilnehmer. Wir empfehlen deshalb generell ein möglichst aussagekräftiges Zwiftpower-Profil. Im Idealfall gehören dazu z.B. der Upload verschiedener Dual Recordings aus der Vergangenheit inkl. Angabe der jeweiligen Powerquelle (mit repräsentativen 1/5/20/60 min Werten), Links zu den besten Labortest-/Outdoor-Strava-Leistungen über 1/5/20/60 min und beste Outdoor-Resultate. Alle Outdoor Leistungen müssen inklusive Herzfrequenz aufgezeichnet sein und die jeweiligen Bestwerte (1/5/20/60min) müssen aus verschiedenen Dateien stammen.

Dies macht den konkreten Leistungsnachweis im Falle von Top-Ergebnissen oder -Leistungen in den GCA-Events einfacher und schneller.



Generell müssen alle Fahrer in den Top10 der GCA Klassiker ALL Rennen ihre Leistung verifizieren, sollten sie gleichzeitig die folgenden Grenzwerte überschreiten:
Leistungsobergrenzen Männer:

1. Durchschnittsleistung gesamtes Rennen (avg): 4,6 Watt/Kg
2. 20min Leistung: 4,9 Watt/Kg
3. 5min Leistung: 6,25 Watt/Kg

Leistungsobergrenzen Frauen:

1. Durchschnittsleistung gesamtes Rennen (avg): 3,9 Watt/Kg
2. 20min Leistung: 4,0 Watt/Kg
3. 5min Leistung: 6,0 Watt/Kg

Die Verifizierung muss spätestens 24h und ohne Aufforderung erfolgen (siehe 3) und 4)). Sollte keine glaubhafte Verifizierung der erbrachten Leistung erfolgen, wird der Fahrer vom Rennen disqualifiziert und ist erst wieder startberechtigt, wenn er seine Leistung glaubhaft nachweisen kann. Sollte nachgewiesen werden, dass durch bspw. fehlerhaftes Material, (Smarttrainer o. Powermeter) die Leistung auch von bereits gefahrenen Rennen Abweichungen zur der realen Leistung zeigen, werden auch rückwirkend alle Ergebnisse gestrichen.

3) Erreicht ein Teilnehmer der GCA Klassiker ALL Rennen die unter 2) genannten Grenzwerte (erkennbar auf Zwiftpower) muss er innerhalb von 24 Stunden unaufgefordert ein „Weigh in video“ seines Körpergewichtes an gca@bdr-online.org schicken. Ein Beispiel für ein weigh in Video findet man hier: <https://www.youtube.com/watch?v=0ObegPKUoio>

4) Erreicht ein Teilnehmer der GCA Klassiker ALL Rennen die unter 2) genannten Grenzwerte (erkennbar auf Zwiftpower) muss er außerdem innerhalb von 24 Stunden unaufgefordert ein sogenanntes dual recording bei Zwift Power hochladen.

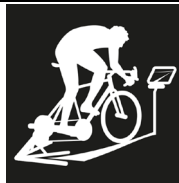
Ein dual recording bedeutet: Über ein zweite Leistungsquelle werden Leistungsdaten erhoben und auf Zwiftpower im Profil, verknüpft mit dem jeweiligen Event, hochgeladen. Beschreibung der Leistungsquellen, bspw. SRM Powermeter, Wahoo Kickr Modell, mit Bildnachweis. Die Teilnehmer können in Zweifelsfällen gebeten werden, die ordnungsgemäße Kalibrierung ihres Equipments für folgende Rennen anhand eines Videos nachzuweisen

5) Eine Verifikation gemäß 3) und 4) kann auch stichprobenmäßig

5. Wertungen

Die Ranglisten des Zieleinlaufes werden direkt nach dem Rennen auf Zwiftpower veröffentlicht. Diese Ergebnisse sind provisorisch und werden anschließend noch bis zum Nachfolgenden Mittwoch nach Unregelmäßigkeiten überprüft und ggf. angepasst.

Die endgültigen Rennergebnisse werden am Mittwoch im Laufe des Tages bekannt gegeben und werden u. a. auf den Seiten der GCA (www.germancyclingacademy.de) und www.rad-bundesliga.net abrufbar sein. Einsprüche gegen die Wertungen sind bis Donnerstags 24 Uhr möglich.



6. Termine 2020

Die Serie beginnt am Samstag den 06.06.2020 und endet voraussichtlich am 20.06.2020.

1. 06.06.2020
2. 13.06.2020
3. 20.06.2020

Startuhrzeit und Kurs:

Alle Rennen werden samstags durchgeführt.
Männerblock GCA Klassiker ALL, Start 18:10 Uhr
Frauenblock GCA Klassiker ALL: Start 18:15 Uhr

Die Rennkurse werden mittwochs während des #gca-ballern Rennen bekanntgegeben zudem ab Donnerstag auf Instagram: #gca-ballern und Facebook: <http://www.facebook.com/BundDeutscherRadfahrer>

Dauer:

Die Distanz wird zwischen 35 -60 km gehalten. Die Rennzeit liegt in etwa bei 1:00h-1:30h (beim Abschlussrennen: +25 – 30 min).

7. Schlussbemerkung

1. Änderungen an dieser Generalausschreibung bleiben vorbehalten.



Anhang:

Kurzanleitung für die Anmeldung auf Zwift:

- Jede/r Fahrer/In muss sich selbst auf ZwiftPower registrieren, um in die Wertung zu kommen.
- Jede/r Teilnehmer/In hat sich bei der Kategorie, die Zwift aufgrund der W/Kg FTP-Leistung vorgibt, zu registrieren. Da alle Rennen in der Liga von allen Kategorien gleichzeitig gefahren werden, hat die Kategorie-Einteilung für die GCA Liga powered by Müller – Die lila Logistik keinerlei Auswirkungen.
- Jedes Team muss sich selbst auf ZwiftPower mit dem gleichen Teamnamen registrieren, um in die Teamwertung der GCA Liga powered by Müller – Die lila Logistik zu kommen (die Anzahl sowie das Alter der Mitglieder eines Teams spielt hierbei keine Rolle). Dafür auf ZwiftPower auf „Team“ und dann „Create new Team“ navigieren. Anschließend müssen die einzelnen Fahrer noch dem neu erstellten Team beitreten.

Die Fahrer werden außerdem gebeten ihr 3-Buchstaben Teamkürzel hinter dem Nachnamen bei Zwift einzufügen. Ein Beispiel: Max Mustermann (ABC)
Das Teamkürzel legt der Teamleiter bei der Zwiftpower Anmeldung fest.

Weitere Informationen zu Zwift Power unter <https://zwiften.de/2018/12/04/zwiftpower-anleitung/>