



Die GCA Nachwuchs Liga powered by Müller – Die lila Logistik ist eine Rennserie des Bundes Deutscher Radfahrer e.V. in Zusammenarbeit mit Müller – Die lila Logistik und der Online-Plattform Zwift.

1 Start- Wertungsberechtigung

Die Rennen werden als „private“ Rennen auf Zwift durchgeführt.

Es sind Fahrerinnen und Fahrer der Jahrgänge 2002 bis 2009 startberechtigt.

Eine Teilnahme ist mit und ohne eine BDR Lizenz möglich.

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:

Jedes Rennen wird bei rad-net ausgeschrieben. Eine Meldung zu den jeweiligen Rennen ist zwingend notwendig und muss über das Meldetool von rad-net.de erfolgen.

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 Zwiftname! Zudem darf der Zwiftname 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)
- Fahrer/innen bis 16 Jahre können sich kostenlos auf Zwift anmelden und teilnehmen.
- **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 Turbomuini 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>)

Die Nutzung eines Wheel-on Smarttrainers ist nur erlaubt, solange die Zwift Software mit einem Zwift kompatiblen Powermeter verbunden ist.

- 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. 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

5 Wertungen

- U19 männlich
- U17 männlich und U19 weiblich
- U15 männlich und U17 weiblich
- U13 männlich und U15 weiblich

- Teamwertung in jeder Kategorie männlich/weiblich



Rang	Pkte	Rang	Pkte	Rang	Pkte
1	140	26	51	51	26
2	132	27	50	52	25
3	128	28	49	53	24
4	123	29	48	54	23
5	118	30	47	55	22
6	113	31	46	56	21
7	108	32	45	57	20
8	103	33	44	58	19
9	98	34	43	59	18
10	93	35	42	60	17
11	88	36	41	61	16
12	83	37	40	62	15
13	79	38	39	63	14
14	75	39	38	64	13
15	72	40	37	65	12
16	69	41	36	66	11
17	66	42	35	67	10
18	63	43	34	68	9
19	61	44	33	69	8
20	59	45	32	70	7
21	57	46	31	71	6
22	55	47	30	72	5
23	54	48	29	73	4
24	53	49	28	74	3
25	52	50	27	75	2

Jede/r Fahrer/in eines Teams der GCA Nachwuchs Liga powered by Müller – Die lila Logistik, der das Ziel erreicht, wird registriert. Die Punkte in der Tages-Teamwertung werden nach der Summe der errungenen Tagespunkte der drei besten Fahrer/innen eines Teams vergeben. Um in der Tages-Teamwertung zu punkten, müssen mindestens 3 Fahrer eines Teams der GCA Nachwuchs Liga powered by Müller – Die lila Logistik am Rennen teilnehmen. Bei Punktgleichheit von mehreren Teams entscheidet die bessere Platzierung des besten Fahrers eines Teams. Die Teams erhalten zur Übernahme in die Gesamt Teamwertung folgende Punkte:

Rang	Punkte	Rang	Punkte	Rang	Punkte
1	30	6	13	11	5
2	25	7	11	12	4
3	21	8	9	13	3
4	17	9	7	14	2
5	15	10	6	Ab 15	1

Die Gesamt-Einzelwertung ergibt sich aus dem Punktetotal der 3besten Tageseinzelwertungen. Bei Punktgleichheit entscheidet die bessere Platzierung im letzten Rennen, in dem Punkte erreicht wurden.

Die Gesamt-Teamwertung ergibt sich aus dem Punktetotal der Tages-Teamwertungen der besten 3 FahrerInnen eines Teams. Bei Punktgleichheit entscheidet die bessere Platzierung im letzten Rennen, in dem Punkte erreicht wurden.



Verifikation von Leistungen

Stichprobenweise und bei, sehr hohen Leistungswerten werden Ersatznachweise der Leistung angefordert werden.

Die Pflicht einer Verifikation der eigenen Leistung obliegt grundsätzlich dem jeweiligen Teilnehmer. Wir empfehlen deshalb generell ein möglichst aussagekräftiges Zwift-power-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.

Generell müssen alle Fahrer/innen in den Top10 ihre Leistung verifizieren, sollten sie gleichzeitig die folgenden Grenzwerte überschreiten:

Leistungsobergrenzen Junioren U19:

20min Leistung: 5,0 Watt/Kg
5min Leistung: 6,0 Watt/Kg
1min Leistung: 9,0 Watt/Kg
30sek Leistung: 11,0 Watt/Kg
15sek Leistung: 12,5 Watt/Kg

Leistungsobergrenzen Juniorinnen U19:

20min Leistung: 4,5 Watt/Kg
5min Leistung: 5,2 Watt/Kg
1min Leistung: 7,0 Watt/Kg
30sek Leistung: 9,2 Watt/Kg
15sek Leistung: 11,2 Watt/Kg

6 Wertungen und Ehrungen

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 Montag im Laufe des Tages bekannt gegeben und werden u. a. auf den Seiten der GCA (www.gercyclingacademy.de) und www.rad-bundesliga.net abrufbar sein. Einsprüche gegen die Wertungen sind bis Samstag 24 Uhr möglich.

Der/die Gesamtsieger/in der Klasse U17 werden zu einem Jugendlehrgang eingeladen.

Der/die Gesamtsieger/in der Klasse U19 werden zu einem BDR KLD Test eingeladen.

7 Termine

Die Serie beginnt am Donnerstag den 23.07.2020 und endet voraussichtlich am 20.08.2020.

1. 23.07.2020
2. 30.07.2020
3. 06.08.2020
4. 13.08.2020



5. 20.08.2020

Startuhrzeit und Kurs: Alle Rennen werden donnerstags durchgeführt.
17:30 Uhr GCA Nachwuchs Liga in 4 Blöcken

A: U19 männlich
B: U17 männlich und U19 weiblich
C: U15 männlich und U17 weiblich
D: U13 männlich und U15 weiblich

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

8 Schlussbemerkung

- 6.1 Änderungen an dieser Generalausschreibung bleiben vorbehalten.
- 6.2 JEDE/R Teilnehmer/In verpflichtet sich fair und ehrliche Angaben zu machen. Bei unrealistischer Fahrweise, kann der Teilnehmer aufgefordert werden sein Gewicht der GCA Nachwuchs Liga powered by Müller – Die lila Logistik zu beweisen.

gez: Patrick Moster, Leistungssportdirektor
Günter Schabel, Vizepräsident Leistungssport
Jan Schlichenmaier, Vorsitzender der Radsportjugend

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/>