



**DRAMMEN  
RIVERCUP  
REGATTA**

**#BYDUELLEN**

**20. April  
2024**

# Byduellen 2024



Etter suksessen i 2023 byr vi også i år opp til næringslivets elveduell; BYDUELLEN.

Her kan utrente mannskaper fra bedriftene i byen ta årene fatt og vise hvilken bedrift som mestrer utfordringen best.

Byduellen er hovedinnslaget under Drammen Rivercup Regatta, hvor årets regatta markerer klubbens 100-års jubileum og roernes sesongstart.

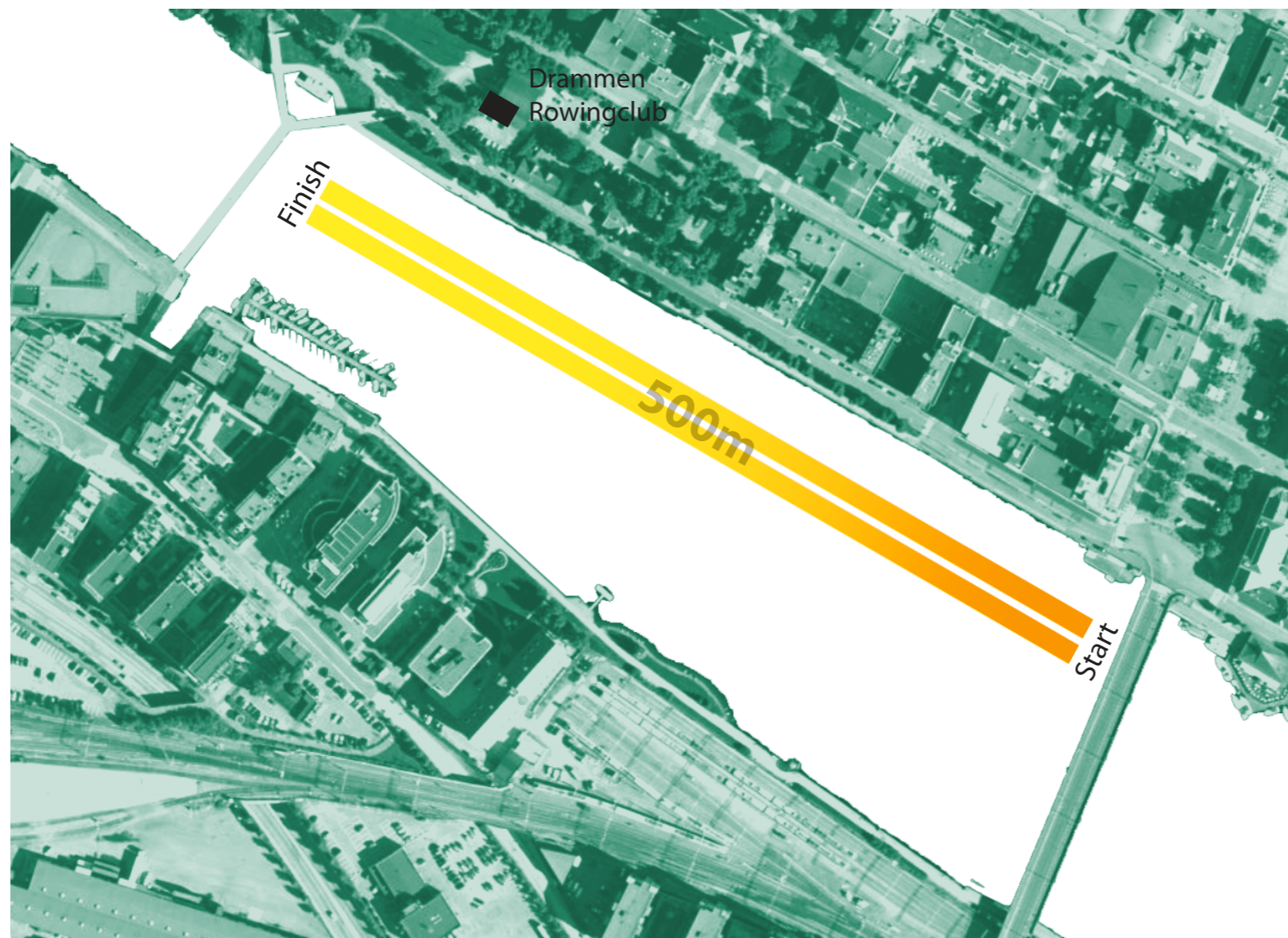
# Byduellen 2024



Alle deltakere vil få tilgang til innendørs treningsfasiliteter i Drammen Roklubb gjennom hele perioden.

- Egentrening etter eget ønske
- 4 uker med treneroppfølging
- Minimum 4 økter i båt

# Byen som arena



Regattaen gjennomføres på “ælvå”, midt i sentrum av Drammen.

Distansen utgjør ca. 500m og har en sluttid på ca. 3 minutter.

Byduellen er høydepunktet under den nasjonale sesongåpningen Drammen Rivercup.

# Byliv og samhold



Arrangementet gir liv til byen og skal bidra til gratis underholdning for de som ønsker å se.

Rammene utover regattaen kan deltagende bedrifter selv være med å sette!

# Bonustid

## 1. Kilometerkonkurransen

Antall rodde kilometer på C2 romaskin i perioden frem til regattastart dokumenteres og oversendes trener.

Lagene rangeres og premieres med 1 sekund per plass i rekkefølge. (4-3-2-1)

## 2. SOME konkurranse

Innlegg eller foto som publiseres på sosiale medier merket #Byduellen rangeres etter antall likes.

Topp 3 innlegg rangeres og premieres med 1 sekund per plass i rekkefølge. (3-2-1)

## 3. Romaskin stafett

Det vil avholdes en romaskin stafett 4x500m siste uken før regatta.

Lagene rangeres og premieres med 1 sekund per plass i rekkefølge. (4-3-2-1)

## 4. Publikumsprisen

Lagene står fritt til publikumsfrieri siste uken opp mot regatta.

Mest effektfulle bidrag belønnes med 3 sekunder ved en eventuell finalestart.

# Trening



Opplæringen tar 4 uker.

Lagene kan supplere med egentrening innendørs dersom ønskelig.

Siste to ukene før regatta (08-20. april) vil være de kritiske treningsukene.

I denne perioden vil lagene trene på elven og opparbeide seg nødvendige ferdigheter for å gjennomføre regattaen.

Det er obligatorisk deltagelse i denne perioden for alle utøvere som skal delta i regatta.



# Regattadagen

Regattadagen starter med frokost i Drammen Roklubb kl. 10.00.

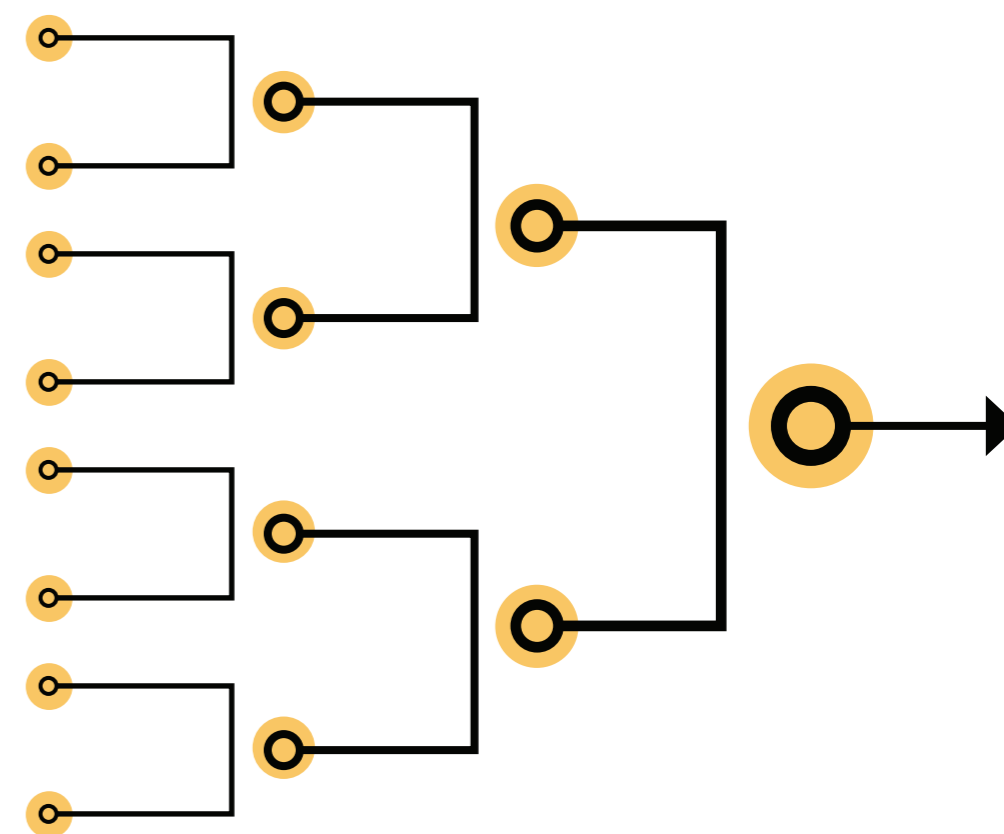
Rodueller planlegges avholdt:

**kl. 12.00-15.00**

Arrangementet blir sendt direkte på dt.no som livestream.

Vinnerlag premieres med ettårig treningsabonnement i Drammen Roklubb og tittelen:

**“BYMESTER I KAPPROING”**







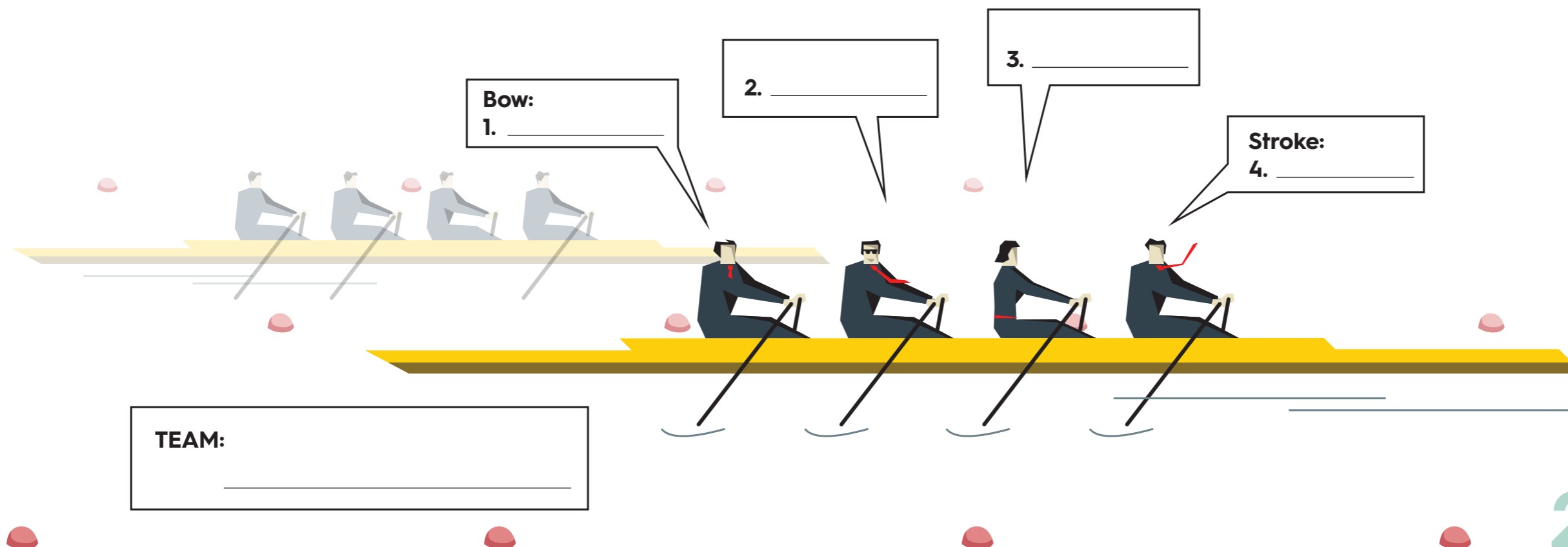
# Påmelding

- Hver deltakende bedrift må stille med 4 roere som sammen utgjør ett lag.
- Alle lag skal inneha en kjønnsmiks.
- Krever ingen forkunnskaper
- Samarbeidsevner og koordinasjon er fordelaktig.
- Svømmeferdigheter anbefales.

Regattaen har en kapasitetsbegrensing i år på maksimalt 10 båter.  
Fortrinnsvis et lag per bedrift, med mindre det viser seg å være ledige plasser.

Deltageravgift:  
**20 000kr. eks mva**  
(per lag a 4 roere)

Påmelding innen:  
**1. februar**



**20. April**



DRAMMEN  
RIVERCUP  
REGATTA

*Drammen Roklubb*

**Kontakt**

Morten Gundro Adamsen  
Tlf: 993 17 527  
Mail: mgundro@hotmail.com

Jan Henrik Helen  
Tlf: 958 94 959  
Mail: jan.henrik@imolo.no

**#BYDUJELLEN**  
**20. April**  
**2024**