



INNSTRANDA  
IDRETTSLAG



Norges  
Skiforbund  
Nordland Skikrets

# Invitasjon til KM del 2 og Nordlandscup renn 7 og 8

## Bodø 10. -11. februar 2024

Tverlandet IL og Innstranda IL har gleden av å invitere til KM del 2 i Bodø helga 10.- 11. februar. Distansene i KM er også renn nummer 7 og 8 i Nordlandscup for klassene 13-16 år.

Kretsmester kåres fra 13 år (født 2011). Det opprettes egen rekruttklasse for 12 år. Det kåres kretsmestere begge dagene.

Vi har for tiden meget gode snøforhold og ser fram til et kretsmesterskap der vi kan boltre oss i flotte løyper.

- Lørdag er det langrennscross fristil for klasse 8-16 år i Hopen på Tverlandet. For junior og senior er det fristil 5 og 10 km. Det blir også rekrutteringsrenn for gutter og jenter 1-7 år.
- Søndag blir det skiatlon fra og med klasse 12 år på Bestemorenga i Bodø. Sonerenn (klassisk) for 8-11 år og rekrutteringsrenn 1-7 år.

For begge dager avtales distanse og løyper for FH-klasser med rennledere.

### Påmelding

Påmelding via [iSonen.no](https://www.isonen.no) (Søk KM del 2 og meld på hvert enkelt renn)

**Egen påmelding rekrutteringsrenn søndag (1-7 år):** Send e-post til [elceha@online.no](mailto:elceha@online.no), Vipps kr 50,- til 14135 (merk navn utøver). Kvittering framvises ved henting av startnummer.

Påmeldingsfrist torsdag 8.2 kl.23.59.

**NB! Det er ikke anledning for å etteranmelde etter at påmeldingsfristen er gått ut.**



INNSTRANDA  
IDRETTSLAG



Norges  
Skiforbund  
Nordland Skikrets

## Løypekart

Løypekart legges ut på facebooksider og iSonen.

## Startkontigent og lisens

Startkontingent etter NSF sine satser. Utøvere 13 år og eldre må ha lisens, engangslisens kan kjøpes på VIPPS, se Skilisens (skiforbundet.no).

## Startlister

Startlister legges ut på facebookside til Tverlandet IL ski/ Innstranda IL langrenn og eq-timing.

## Tidtaking og brikker

Løpere som ikke har egen brikke kan leie hos arrangør fra 11 år og eldre kr. 50,- (gratis 8-10 år). Brikker som ikke blir levert tilbake faktureres med kr 750.- pr stk. til løperens klubb. Startnummer avhentes klubbvis på rennkontoret. Ikke tilbakeleverte startnummer faktureres med kr 300.- til løperens klubb. Vi oppfordrer flest mulig til å stille med egen brikke.

## Rennkontor

Rennkontoret er på Skihytta i Hopen/ Bestemorstua. Startnummer hentes av hver klubb, ikke enkeltvis, på rennkontoret. Rennkontoret er åpent fra kl.09:45

## Parkering

Gratis parkering ved Skihytta i Hopen. Da det er begrenset med plass oppfordres det til samkjøring. Gratis parkering ved Bestemorstua eller på parkeringsplassen ved tidtakerbua. Det er også mulig å parkere på parkeringsplassen ved gamle tidtakerbu.

## Servering

Kafe på skihytta i Hopen/Bestemorstua.

## Garderobe og toaletter

Garderober og toaletter på skihytta i Hopen/Bestemorstua

## Premieutdeling

På skihytta i Hopen lørdag og Bestemorstua søndag etter målgang. KM medaljer begge dager fra 13 år. På søndag blir det også delt ut premier i Nordlandscupen

## Bilder

Ved å melde deg på rennet samtykker du også til at bilder av deg kan bli lagt ut på våre hjemmesider eller i media.

## Overnatting

Ved behov for overnatting kan Anniken Aune kontaktes på tlf 90848014 for formidling av avtalepriser hos våre samarbeidspartnere.



**Norges  
Skiforbund**  
Nordland Skikrets

## Lørdag 10. februar, KM del 2 Tverlandet

**Rennstart kl. 11.00**

### Gjennomføring av renn

Kretsmesterskap og Nordlandscup renn 7 arrangeres som skicross fristil. Rekruttklasse KM 12 år skicrossfristil

Sonerenn (skicross) for 8-11 år og rekrutteringsrenn (fristil) 1-7 år.

### Klasser og distanser lørdag

Klasse	Distanse
<b>Rekrutteringsrenn</b>	
Gutter og jenter 1-7 år	Ca. 500 meter (Fri)
<b>Sonerenn</b>	
Gutter og jenter 8-10 år	1 km skicross
Gutter og jenter 11 år	1 km skicross
<b>KM</b>	
Gutter og jenter 12-14 år	1 km skicross
Gutter og jenter 15-16 år	1 km skicross
Junior og senior	5 og 10 km fristil
FH etter behov	5 og 10 km fristil

### Kontaktinfo og funksjoner lørdag

<b>Rennleder</b>	Ingvild Gabrielsen	95798463
<b>Ass rennleder</b>	Anniken Aune	90848014
<b>Tidtaker</b>	Lars Martin Dale Anbakk	47616424
<b>Løyper</b>	Robert Sandnes	97504654
<b>Rennkontor</b>	Ida Pinnerød	94359763
<b>TD</b>	Marit Elveos	95456648



**Norges  
Skiforbund**  
Nordland Skikrets

## Søndag 11. Februar, KM del 2 Bestemorenga

Rennstart kl 11.00

Rekrutteringsrenn 1-7 år starter kl 10.15

### Gjennomføring av renn

Kretsmesterskap og nordlandscup renn 8 arrangeres som skiatlon. Rekruttklasse KM 12 år.

Sonerenn (klassisk) for 8-11 år og rekrutteringsrenn 1-7 år.

### Klasser og distanser søndag

Klasse	Distanse
<b>Rekrutteringsrenn</b>	
Gutter og jenter 1-7 år	Ca 500 meter (Fri)
<b>Sonerenn</b>	
Gutter og jenter 8-10 år	1 km (Klassisk)
Gutter og jenter 11 år	2 km (Klassisk)
<b>KM skiatlon, fellesstart</b>	
Gutter og jenter 12-14 år	2 km + 2 km
Gutter og jenter 15-16 år	3,5km + 3,5 km
Junior og senior	7,5 km + 7,5 km
FH etter behov	Distanse etter avtale

### Kontaktinfo og funksjoner søndag

<b>Rennleder</b>	Elin Haugland	90611844
<b>Ass rennleder</b>	Hans Jørgen Sevatdal	95908854
<b>Tidtager</b>	Lars Nystadbakk	91541903
<b>Løyper</b>	Sveinung Bertnes Råheim	91868186
<b>Rennkontor</b>	Lisbeth B Leite	93091186
<b>TD</b>	Kristian Amundsen	90829822