

INNBYDELSE TIL FOLKEFEST PÅ LYGNA
NM LANGRENN JUNIOR,
Lygna Skisenter
14.- 16.03.2025

På vegne av Norges Skiforbund har Lygna Skisenter gleden av å invitere til junior NM 2025 i langrenn.



© 2020 Lygna skisenter. All rights reserved

Rennprogram:

Vi kommer tilbake med endelig tidsplan for konkurransedagene.

Fredag 14. mars

- Kl. Åpning NM dagene på stadion
- Kl. 10 km menn, 17 år friteknikk
- Kl. 10 km menn, 18 år friteknikk
- Kl. 20 km menn, 19 og 20 år, friteknikk
- Kl. 5 km kvinner, 17 år, friteknikk
- Kl. 5 km kvinner, 18 år, friteknikk
- Kl. 15 km kvinner, 19 og 20 år, friteknikk

Lørdag 15. mars:

- Kl. 15 km menn 19 og 20 år, klassisk
- Kl. 10 km menn 18 år, klassisk
- Kl. 10 km menn 17 år, klassisk
- Kl. 10 km kvinner 19 og 20 år, klassisk
- Kl. 5 km kvinner 17 år, klassisk
- Kl. 7,5 km kvinner 18 år, klassisk

Søndag 16. mars:

- Kl. 4 x 5 km stafett 2 x klassisk, 2 x fristil
- Kl. 4 x 3,75 km stafett 2 x klassisk, 2 x fristil

Program med starttidspunkt legges ut på vår hjemmeside når påmeldingsfristen er ute.

Påmelding

All påmelding gjøres online via www.isonen.no

Påmeldingsfrist 10. mars kl. 23.59

Påmeldingslister legges ut for kontroll etter påmeldingsfristens utløp. Korrigeringer må meldes snarest, og senest innen onsdag 12. mars kl 23.59 Korrigerte påmeldingslister blir deretter lagt ut på vår hjemmeside.

Frist for etteranmelding settes 12.mars kl 23.59

Navn på utøvere og startrekkefølge til stafetten må være levert **innen kl. 18.00 lørdag 15.mars.**

Innsetting av reserve mulig i henhold til pkt. 313.4. Prosedyre for endringer av stafettlag kommer nærmere arrangementet og publiseres på hjemmesiden.

Alle løperne i individuelle NM-distanser må ha FIS-kode og ha underskrevet Athletes Declaration.

Startkontingent

Ifølge rennreglementet skal startkontingenten følge påmeldingen og betales i iSonen. Dette betyr at en påmelding ikke er gyldig før startkontingent er betalt.

Startkontingent individuelle distanser: Kr 200,- pr renn + serviceavgift til NSF kr 25,- + reisefordeling kr 150,-

Startkontingent stafetter: Kr 800,- pr lag + serviceavgift til NSF kr 25,- pr løper + reisefordeling kr 150,- pr løper.

Startnummer

Startnummer hentes av den enkelte løper i startområdet for individuelle øvelser. Løperen er ansvarlig for at startnummer leveres inn. Ved manglende tilbakelevering av startnummer etterfaktureres kretsen med kr 500,- pr. ikke tilbakelevert startnummer.

Rennkontor

Rennkontoret vil være på Lygna Skisenter.

mail: rennkontor@lygna-skisenter.no

Rennkontoret har følgende åpningstider:

Onsdag 12. mars kl.

Torsdag 13. mars kl.

Fredag 14. mars kl.

Lørdag 15. mars kl

Søndag 16. mars kl.

Vi kommer tilbake med åpningstider for onsdag-lørdag

Startlister

Offisielle startlister vil bli lagt ut på <https://www.skiforbundet.no/lygna>

Brikker

Vi bruker EMIT tidtakersystem. Husk å ta med egen brikke! Brikke kan leies hos arrangør ved henvendelse på rennkontoret for et gebyr på kr. 100,- pr. dag. Ved manglende tilbakelevering av brikke etterfaktureres kretsen med kr. 750,- pr. ikke tilbakelevert brikke.

Trekking/seeding

På distanserenne deles løperne inn i grupper på max 45 løpere etter gjeldende FIS punktliste. Deretter trekkes det innbyrdes i disse gruppene. Den gruppa med de løperne som har lavest poeng, starter til sist. De som ikke har FIS-poeng fra distanserenne trekkes helt først i klassene.

Vær oppmerksom på regel 201.3.2.2 som sier at i lagkonkurranser og stafetter, kan én utenlandsk statsborger delta på hvert lag, så lenge de er startberettiget etter pkt 203. Løperen kan konkurrere internasjonalt for sin opprinnelige nasjon, men ikke konkurrere nasjonalt i denne nasjonen.

Løypekart/løypeprofil

Løypekart/løypeprofil finner du på <https://www.skiforbundet.no/lygna/arena---og-loypekart/>

Lagledermøte

Lagledermøter avholdes på Lygna Skisenter servicehuset og teams:

Torsdag 13.mars kl. 18.00 for alle dager

Link til teams møte publiseres på <https://www.skiforbundet.no/lygna/lagledermoter/>

Fluor-reglement

All bruk av fluorholdig smøring eller produkter som inneholder fluor er forbudt i alle grener og på alle nivåer.

- Regler som omhandler fluorforbudet, er omtalt i FIS og NSF sitt rennreglement.

Dopingkontroll

Dopingkontroll kan bli gjennomført iht. NIFs og Antidoping Norge sine regler.

Premiering/Deltakerpremie

Deltakerpremie til alle deltakere.

De tre beste i hver NM-distanse blir tildelt NSF's medalje i henholdsvis gull, sølv og bronse. Premiering for øvrig iht. NSF's nye vedtekter for NM. De seks beste i hvert renn premies ved seremoni.

Premieutdeling fortløpende etter offisielle resultater.

Treningstider:

Torsdag 13.mars kl. 10.00 – 18.00 (Offisiell trening 10.00 – 14.00)

Løypene er åpne for trening etter konkurransene hver dag.

Parkering

All parkering vil foregå på anviste områder - se detaljert informasjon på vår hjemmeside

Pris pr. dag kr 100,- evt. kr. 300,- for alle dager, som betales med Vipps evt. kontant til parkeringsvakt.

Garderober

Det er garderober/dusj i servicehuset på Lygna stadion.

Kafe/kiosk

Det vil være salg av diverse mat og drikke i kafe og kiosker på skistadion og smøreområdet. Betaling med Vipps og kontant

Program

Rennprogram for den enkelte dag med startlister vil være tilgjengelig på rennkantoret hver dag.

Resultatlist

Resultatlist vil bli lagt ut på <https://www.skiforbundet.no/lygna> og vil bli å finne på oppslagstavler og rennkantoret på Lygna Skisenter.

Jury

TD, Ass.TD, Rennleder, Ass rennleder

TD-er

TD: Geir Colbjørnsen

Ass. TD: Anders Hermansson

Smøreplasser

Mulighet for å leie smøreplasser i oppvarmet hall eller plass for egen smørevogn, -bil eller eget telt tett inntil oppvarming/glitestområde og start. **Det vil være vakthold på området, men utstyr oppbevares på eget ansvar.**

	Pris
12 m ² smøre plass m/1 fas 16A kontakt inkl. 1 parkering	Kr 9 000,-
Smørevogn/-bil/eget telt m/1 fas 16A kontakt	Kr 4 600,-
Smørevogn/-bil/-trailer m/3 fas 32A kontakt	Kr 9 200,-

Frist for bestilling og betaling av smøreplass er 15. januar 2025. Senere bestilling og betaling øker prisen med 30%.

Ved sen bestilling/betaling kan vi ikke garantere plass. Ved fullt vil vi være behjelpelige med å finne alternative løsninger.

Bestilling sendes: terje@tsblikk.no

Oppgi kontaktopplysninger (mail/telefonnummer) og fakturaadresse ved bestilling.

Plassbestilling blir fakturert fortløpende og betalt faktura innen 15.01.25 fungerer som bekreftelse på tildelt plass. Vi bygger smøreplasser og tilpasser oppstillingsplasser etter bestilling kommet inn innen fristene som er gitt ovenfor.

Leietakere er ansvarlig for at skjøteledninger og elektrisk utstyr er uten feil som slår ut overspenningsvern og jordfeilbrytere. Dersom man har med egen smørevogn er man personlig ansvarlig for at installasjon og øvrig elektrisk utstyr er godkjent og uten feil. Utsyr med isolasjonsfeil(jordfeil) vil bli frakoblet.

Dokumentasjon på innbetalt leie må framlegges før plassen kan tas i bruk.

Overnatting

Se informasjon om overnatting på vår hjemmeside <https://www.skiforbundet.no/lygna>

Generell kontaktinformasjon

Arrangementsleder	Terje Nilsen	97579691	terje@granhoi.no
Rennleder	Hans Jørgen Kvåle	41929199	hansjorgen@lygna-skisenter.no
Tidtakeransvarlig	Nils Prestkvern	40400886	nils@prestkvern.net
Serviceområde	Terje Sørbråten	91821034	terje@tsblikk.no

VELKOMMEN TIL FOLKEFFEST PÅ LYGNA OG STRÅLENDE NM-DAGER I GRAN!

Terje Nilsen
Arrangementsleder

Erik Husby
For Norges Skiforbund