



28-30. mars 2025

## Åpent mesterskap for utøvere med utviklingshemming ALPINT - LANGRENN - TRUGER

«Kick The Limits» er et åpent mesterskap for utviklingshemmede i grenene alpint, langrenn og truger. hvor også våre nordiske venner Finland, Sverige og Danmark er invitert  
Dette er en helg med konkurranser i alle tre grener - en møteplass med høy faktor av sosialt samvær

# KICK THE LIMITS

I mars 2025 kommer Kick The Limits «hjem» til Furutangen, hvor det hele startet i 2018.  
Med Friidrettsforbundet på laget utvides arrangementet i 2025 med grenen truger

### STED:

Furutangen, Fuglåsveien47, 2460 Osen  
ca 45 km fra Rena og ca 180 km fra Gardermoen  
Alpinbakke og arena for langrenn og truger ligger på samme plass med noen få minutters gange imellom.

### ARRANGØR:

Norges Skiforbund og Norges Friidrettsforbund med Rena IL og Åslia Skilag som tekniske arrangører

### KONKURRANSEPROGRAM:

**Alpint:** Slalåm, Storslalåm og Parallellslalåm  
**Langrenn:** sprint, distanserenn (1,3, 5km) og stafett  
**Truger:** 100m, distanse og stafett  
Mer utfyllende informasjon om konkurranseprogrammet og klasser finnes på skiforbundet.no

### PÅMELDING — åpner 1. januar 2025

For nordmenn gjøres det via ISONen; direktelenker på nettsidene

Utlendinger: melder seg på via e-post, se mer informasjon på [arrangementets hjemmeside](#)

**Påmeldingsfrist:** 7. februar 2025

### SKILISENS

Alle over 13 år må ha løst skilisens  
Engangslisens, pr renn betales ved påmelding

### STARTKONTINGENT:

Jenter/Gutter: 130 kr pr. øvelse  
Junior/Senior: 170 kr pr øvelse

### INNKVARTERING/BESPISNING:

- 1) 1 hytter med 4-8 sengeplasser (2 personer pr. rom) i området rundt stadion/bakke
- 2) Osen Adventure — hotell ca 10 km fra stadion/bakke

Det vil være lunsj og middagsbufte på stadionområdet for alle deltakere  
Lørdag er det festmiddag

Mer detaljert informasjon om reservasjon av overnatting og priser finner du på arrangementets hjemmeside

### LAGLEDERMØTER:

Det vil bli avholdt informasjonsmøte i forkant av konkurransene på stadionområdet

### KONTAKTINFORMASJON FØR RENNHELG:

Generelle henvendelser kan gjøres på E-post til: [anne.kroken@skiforbundet.no](mailto:anne.kroken@skiforbundet.no)

Spørsmål om overnatting/bespising sendes på E-post til [Jan@furutangen.no](mailto:Jan@furutangen.no)

Spørsmål som gjelder truger sendes på E-post til [Runar.Steinstad@friidrett.no](mailto:Runar.Steinstad@friidrett.no)

FØLG [ARRANGEMENTETS HJEMMESIDE](#) FOR MER INFORMASJON  
denne siden vil bli oppdatert fortløpende