



SVARSTAD IDRETTSLAG
SKIGRUPPA

Innbydelse til Svarstadrennet 2025

KM - langdistanse & sprint 25-26 januar 2025
Borgen skiarena Svarstad IL

HOVEDSPONSORER TIL SVARSTAD IL



SVARSTAD

ROY
Hogstad
AS



NORDISK
FJELLSIKRING



PROGRAM KM - LANGDISTANGSE FRISTIL, LØRDAG 25 JAN.

Kl. 10.00. Barneskirenn G/J. 0-7 år. Ca. 400 m. Uten tid, premier ved målgang. Påmelding rennkantor fram til kl. 10.00
Startkontingent kr. 50,- betales på rennkantor.

Sonerenn

Kl. 11:00 Jenter/Gutter 8-9 og 10 år 2 km. sonerenn. Individuell start.
Jenter/Gutter 11 - 12 år 3 km.

Individuell start 15 sekunder startintervall.

KM – Langdistanse **Individuell start alle klasser**

Individuell start 15 sekunder startintervall.

Kl. 11:30 Jenter/Gutter 11 - 12 år 3 km.

Kl. 12:00. Jenter/Gutter 13 - 14 år 4 km.

Info. 11-14 år går sine distanser i konkurranseløypene i Borgen, disse er ferdige før 15 år og eldre starter.

Kl. 12.45. Start 15 år og eldre.

Individuell start 15 sekunder startintervall.

- 15 – 16 år Gutter 7.5 km. (Er lovlig lengde etter reglementet).
- 15 – 16 år Jenter 6 km. (Er lovlig lengde etter reglementet).
- Menn junior/senior 15 km.
- Kvinner junior/senior 10 km.
- FH menn Distanse avtales ved henvendelse.
- FH kvinner Distanse avtales ved henvendelse.

Info: 15 år og eldre starter samtidig klassevis etter distanse, og går sine runder som er merket. Brikker skal brukes. Leiebrikker til de som ikke har (se info under).

For å hensynta løpere i konkurranse stenges løypene 15 min før første start. Arrangør oppfordrer alle til å vise hensyn og god sportsånd. Det vil bli lagt opp til at oppvarming og skitesting kan foregå i løypenettet innenfor barneleik området (øst for servicebygget).



PROGRAM KM SPRINT KLASSISK, SØNDAG 26 JANUAR

Kl. 11.00. Enkeltstart 15 sekunder intervallstart klassisk.

Kl. 12.30. Start heatene.

Info om opplegg og gjennomføring av sprinten.

- 08-10 år. Sonerenn - kort løype. Prolog – 2 heat.
- 11-12 år. KM sprint - kort løype. Prolog – 3 heat.
- 13-16 år. KM sprint - mellomlang løype. Prolog – 3 heat.
- 17 år og eldre. KM sprint - lang løype. Prolog – 3 heat.
- FH menn Distanse avtales ved henvendelse. - 3 heat. (eventuelt etter antall startende)
- FH kvinner Distanse avtales ved henvendelse. - 3 heat. (eventuelt etter antall startende)

Løyper kan ha kuler- hopp og ellers alt en sprintløype skal inneholde 😊

Arrangør prøver å legge opp til en publikumsvennlig sprint, da løypene vil bli lagt i stadion området.

- Ingen tidtaking i heatene.
- Brikker skal brukes i prologen.

PS: Leiebrikker til de som ikke har (se info under).

Prologtiden avgjør rekkefølgen i heatene der det er flere enn 6 i hver klasse. Klasser kan bli slått sammen i heatene der det er få løpere. I prologen og de 2 første heatene er det plass siffer som avgjør hvem som går til finaleheatet. I finaleheatene nulles plass sifrene ut, og det er plassering i finalen som blir endelig resultat.

Sprintløype stenger 15 min før første start. Øvrige løypenett kan benyttes til skitesting og oppvarming. Arrangør oppfordrer alle til å vise god sportsånd og vise hensyn til løpere i konkurranse.

PÅMELDING OG STARTKONTIGENT

- Jenter/Gutter 08 - 16 år: kr 130,- pr. løp
- Junior: kr 150,- pr. løp
- Senior: kr.170,- pr. løp

Påmelding innen torsdag 23 januar kl. 23.59 i isonen. Langdistanse og sprint.

- *iSonen hjemmeside:* <https://isonen.no/event/cm0f4btck02c8yv59191qo6k6/>

Etteranmelding frem til 1 time før start kl. 10:00 renndagen. Henvendelse sekretariatet.

Engangslisens for de som ikke har lisens fra 13 år, eldre junior og senior.

Engangslisens for løpere 13 - 25 år koster kr 100,-.

For løpere som er 26 år og eldre koster engangslisensen kr 250,-



Ved vippsbetaling (skirenn utenfor iSonen og EQ-timing): Navn på deltaker, navn på arrangement og arrangementsdato må skrives i meldingsfeltet. Uten navn, arrangement og dato er lisensen ugyldig.



QR-kode for engangslisens:

PREMIEUTDELING FOR SONERENN OG KM LANGDISTANGSE OG SPRINT

- For de som går sonerenn, til og med jenter og gutter 16 år, vil det være 100% premiering.
- 1/3 premiering fra klassene junior og senior.
- Langdistanse lørdag:
Premieutdelingen er i Borgen. Senest 45 min etter målgang, siste løper per klasse.
- Sprint søndag:
Premieutdelingen er i Borgen. Senest 45 min etter målgang siste heat.

NB: ved få løpere i klassene kan premieringen bli gjennomført med flere klasser samtidig. Info kommer på oppslagstavle og via Spiker på stadion.

RENNKONTOR

Du finner rennkontoret i underetasjen i servicebygget på Borgen skiarena

- Lørdag i Borgen fra kl.08.30.
- Søndag i Borgen fra kl. 09.00

Mistet startnummer/ikke levert inn renndagen faktureres til løpers klubb med kr.750,- (navn på løper vil bli opplyst).

Mistet/ikke innlevert leiebrikke vil bli fakturert løpers klubb med kr.250,- (navn på løper vil bli opplyst).

Arrangørene har lagt opp til utleie av brikker etter NSF sinne anbefalinger og har satt leieprisen til:

- kr. 100,- pr. renndag for junior og senior
- kr. 50,- pr. renndag for 11-16 år.



VEIBESKRIVELSE OG PARKERING

- Ta av fylkesvei 40 i Svarstad, og følg kommunal vei (*Krokenveien 2762*) merket fra fylkesvei til Nordre Svartangvei og Borgen skiarena ca. 6 km.
- Parkering på stadion. P-avgift kr 100,- betales før ankomst (for god trafikk flyt) på VIPPS til 519604

STARTLISTER/RESULTATLISTER

Startlister/resultatlister blir lagt ut på EQ-timing sine sider, ski kretsen sine sider.

Start og resultatlister offentliggjøres fortløpende på oppslagstavle på stadion.

Aktuelt løypekart med distanse (eventuelt runder) vil være slått opp på infotavle på Borgen skiarena.

OVERNATNING

- Det er mulighet for overnatting/madrasser i Borgen for inntil 40 personer. Her blir det førstemann til mølla prinsippet. Overnattingen inkluderer middag på lørdag og enkel frokost på søndag, for kr 350,- pr.pers. Meld inn klubbvis med antall.
- Fakturaadresse sendes til oberrefjord@gmail.com innen 20.01.2025.

NB: alle overnattingsgjester må rydde bort madrass og personlig rekvisita innen kl. 08:00, da lokalet skal gjøres klart til frokost, og renn søndag.

Alle klubber må ha en leder/foresatt over 18 år, som overnatter i Borgen sammen med sine løpere.

Det er mulig for ledere og utøvere som har andre overnattings alternativer å bestille middag på lørdag for kr 180,- pr.pers. Klubbvis med antall og fakturaadresse sendes til oberrefjord@gmail.com innen 15.01.2025.

- Gavelstad Gjestegård - Østsideveien 545, 3275 Svarstad +47 33 15 59 59 - [Forside | Gavelstad Gjestegård](#)
- Lindsverk Gjestegård – Østsideveien 332, 3275 Svarstad +4791871759 - [Lindsverk Gjestegård | Leiligheter nær Høyt&Lavt aktivitetspark og laksefiske nummedalslågen](#)
- Vindfjelltunet Gjestegaard - Nordgardseterveien 16, 3277 Steinsholt – Tlf. 33 12 93 23 - [Vindfjell – Vindfjelltunet Gjestegård](#)



ANDRE OPPLTSTNINGER

- Garderober og toaletter i Borgen skiarena.
- Kiosk og kafeteria inne i servicebygget på arenaen.
- Brikker begge dager, blir leiebrikker for de som ikke har.

Viktige telefonnummer:

Rennleder:	Ronny Nelson	+47 91321207	e-post: post@honestatakst.no
Ass. Rennleder:	Ove Berrefjord	+47 92263088	oberrefjord@gmail.com
Rennkontor:	Marian Nelson	+47 99531241	marianjn@gmail.com
Løypesjef:	Anders Archem	+47 97983980	anders_aschjem@hotmail.com
TD:	Per Kristian Hegg	+47 98220625	per.kristian.hegg@betonmast.no