

# RENNINVITASJON

Midt-Norsk mesterskap langrenn 2025

13-16 år



Osmarka skistadion

22-23. mars 2025



IL-Hjelset Fram, Torvikbukt IL og Osmarka IL har gleda av å innby til Midt- Norsk mesterskap i langrenn for alderen 13-16 år. Arrangementet finn stad 22-23. mars 2025 på Osmarka skistadion. Oppdatert informasjon vil de finne arrangementet si side.

<https://www.skiforbundet.no/more-og-romsdal/langrenn/midt-norsk-mesterskap/>

## KONTAKTINFORMASJON

Rolle	Namn	E-post	Mobil
Leiar organisasjonskomiteen	Asbjørn Dahlen	asbjorn.dahlen@hotmail.com	90790139
Rennleiar	Leif Ståle Engdahl	lengdah@online.no	90117897
Løypesjef	Arvid Dalen	arvid.dalen@gmail.com	92626277
Kommunikasjon/presse	Stig Aambø	stig.aambo@skiforbundet.no	99509792
Rennkontor	Magnhild Solli Sorthe	ma_heib@hotmail.com	46625657
Ass rennkantor	Iselin Mork	iselin_mork@hotmail.com	91674694
Bevertning	Siri Engdahl	siribeng@online.no	95468410
Overnatting	Siri Ask fredriksen	siriaskfredriksen@gmail.com	41900996
TD 1	Ivar Øyen	ivar.oyen22@outlook.com	90827709
TD 2	Tor Olav Øyen	tor_olav_0104@hotmail.com	93286188
Representant M&R skikrets	Stig Aambø	stig.aambo@skiforbundet.no	99509792



**Romsdalsbanken**

**SpareBank**   
SMN





## **GARDEROBAR OG TOALETT**

Garderobar, skiftehøve og toalett i Osmarka Aktivitetssenter som ligg ved Osmarka skistadion.

## **PREMIEUTDELING**

Premiering ihht til retningslinjer frå NSF.

Premieseremoni for dei respektive klassar, så snart som råd etter at offisielle resultatlistar er klare i den enkelte klasse. Samanslåing av enkelte seremoniar kan skje. Premieutdelinga vil vere i arenaens kafe.

## **KAFE**

Høve til å kjøpe mat og drikke på vår kafe i Osmarka Aktivitetssenter.

Du kan betale med VIPPS til #118690

## **OVERNATTING**

Tilbod om overnatting på skular i nærområdet. Sjå elles spesifisert info på arrangementet si heimeside.

Dei tre klubbane IL- Hjelset Fram, Torvikbukt IL og Osmarka IL ønskjer alle velkommen til Midt-Norsk mesterskap 2025 på Osmarka skistadion.

<https://www.skiforbundet.no/more-og-romsdal/langrenn/midt-norsk-mesterskap/>



## **RENNKONTOR**

Rennkontor er inne på Osmarka Aktivitetssenter.

### Opningstider rennkontor:

Laurdag 22.mars: 08.00-15.00

Søndag 23.mars: 08.00-15.00

Rennkontor kan kontaktast på telefon 46625657 utanom opningstidene.

## **Startnummer**

Startnummer hentast av den enkelte utøvar på rennkantoret konkurransedagen.

For sprint brukast samme startnummer gjennom heile konkurransen.

Startnummer leverast tilbake like etter målgang.

*Ikkje innleverte startnummer som er henta ut vert belasta løpars klubb med kr 500,- per nummer.*

## **LAGLEIARMØTE**

Fredag 21.mars klokka 19.00 på Teams.

Følg med på Whats app gruppe for oppdatert informasjon om arrangementet.

Lenke ligg på arrangementets si heimeside.

## **TRENINGSTIDER**

Oppdatert informasjon vil ligge på arrangementet si heimeside og i Whats app.



## **START OG RESULTATLISTER**

### **Startlister**

Startlister ligg på arrangementet si side, Eqtiming og i Whats app.

### **Offisielle reultatlister**

Resultatlister ligg på arrangementet si side, Egtiming og i Whats app.

Live resultat ligg på Eqtiming.

### **Jury**

Protest må leverast til rennkantoret skriftleg på eige skjema.

Jury er TD 1 og TD 2(Ivar Øyen og Tor Olav Øyen) og rennleiar(Leif Ståle Engdahl).

Arrangør kan utvide sin jury i forkant av kvar konkurranse. Dette skal arrangør/TD opplyse om seinast ved lagledarmøte fredag 21.mars 2025.

### **Sprint**

J 13/14, G 13/14, J 15/16 og G15/16 går saman i dei nemnde klassar. Premiering skjer for kvar klasse under premieutdeling. Det vil kårast Midt-Norsk mester i alle aldersklassar, sjølv om dei konkurrerer i aldersblanda klassar på to år.

### **SMØRING**

Obligatorisk felles smøring av glid både laurdag og søndag.

Detaljert beskriving av opplegg og tidspunkt ligg i arrangementet si side og i Whats app.

Arenakart vert lagt ut når arrangement nærmar seg.

### **PARKERING**

Parkering ved skistadion. Følg anvisning frå parkeringsvakter.

Betal gjerne parkeringsavgift før ankomst i VIPPS og vis aktuell kvittering til parkeringsvakt når du kjem til skistadion.

VIPPS # 118690 100 ,- kr per dag



## **PÅMELDING**

All påmelding via Isonen

Online betaling. Påmelding er ikkje gyldig før startkontingent er betalt.

Startkontingent: 190,- kr per øvelse. Inkludert felles smøring (60,-kr)

Påmeldingsfrist 18.3.2025

Etteranmelding mot dobbel startkontingent.

Startlister vert lagt ut på arrangementet si side, Eqtiming og i Whats app seinast 20.3.25.

Spørsmål vedrørende påmelding, ta kontakt med rennkontor.

## **Tidtaking**

Emit tidtakersystem med brikke.

Mogleg å leige brikke, 50,- kr per utøver per dag/enkeltkonkurransar, eller 100,- kr per utøver for heile helga. Betalast til VIPPS #118690 ved utlevering av brikke på rennkoret.

Utøveren er sjølv ansvarleg for innlevering av brikke før heimreise. Leigebrikkar som ikkje returnerast, fakturerast med 750,- kr.



Sjå oppdaterte starttidspunkt på arrangementet si side og i Whatsapp.

# Rennprogram

## Laurdag 22. mars Sprint

J 13/14 år prolog	G 13/14 år prolog
J 13/14 år heat	G 13/14 år heat
J 15/16 prolog	G15/16 år prolog
J 15/16 år heat	G 15/16 år heat

Sprint vert gjennomført med prolog + 3 heat og opp/nedrykks- system.

Prologen dannar grunnlaget for startliste i heata. To utøvarar rykker opp og to utøvarar rykker ned frå kvart heat. Nøyaktig program vert oppdatert på arrangementet si side og i Whats app.

## Søndag 23. mars klassisk

G 16 år 6 km klassisk	G15 år 6 km klassisk
J 16 år 6 km klassisk	J 15 år 6 km klassisk
G 14 år 4 km klassisk	G 13 år 4 km klassisk
J 14 år 4 km klassisk	J13 år 4 km klassisk

## Løypekart

Løypekart vert lagt ut på arrangementet si side.