



INNBYDING TIL SSF SPRINT OG DISTANSERENN – LANGELAND SKISENTER

Laurdag 18. januar 2025 kl. 12:00
Rennstad: Langeland Skisenter

Stilart: Fri teknikk. NB - dobbeltrenn: langrennscross + kort distanse

Informasjon om klasser, løypelengde og startkontingent:

10 år og yngre: Enkeltstart langrennscross, ca 1 km.

11 år og eldre:

- 1) Enkeltstart langrennscross
- 2) Enkeltstart kort distanserenn (sjå oversikt distansar under)

For 11 år og eldre blir tider frå dei to ulike renna blir slått saman. Samanlagt tid gir den teljande resultatlista og tel i SSF-cup'en. Ved påmelding er du automatisk påmeld til begge renna.

Oppgitt løypelengde er med forbehold om snøtilhøve og tilgjengeleg løypetrasé. Mindre justeringar kan forekome.

Klassar	Løypelengde	Startkontingent
Gutar/ jenter 7 år og yngre	1 km langrennscross	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 8 år	1 km langrennscross	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 9 år	1 km langrennscross	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 10 år	1 km langrennscross	Kr. 130,-
Para gutar/ menn	1 km	Kr. 130,-
Para jenter/ kvinner	1 km	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 11 år	1) 1 km langrennscross 2) 1 km distanserenn	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 12 år	1) 1 km langrennscross 2) 1 km distanserenn	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 13 år	1) 1,5 km langrennscross 2) 2 km distanserenn	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 14 år	1) 1,5 km langrennscross 2) 2 km distanserenn	Kr. 130,-
Gutar/ jenter 15 år	1) 1,5 km langrennscross 2) 3 km distanserenn	Kr. 130,-
Gutar / jenter 16 år	1) 1,5 km langrennscross 2) 3 km distanserenn	Kr. 130,-



Menn 17, 18, 19/20 år	1) 1,5 km langrennscross 2) 5 km distanserenn	Kr. 150,-
Kvinner 17 år, 18 år, 19/20 år	1) 1,5 km langrennscross 2) 3 km distanserenn	Kr. 150,-
Menn senior	1) 1,5 km langrennscross 2) 5 km distanserenn	Kr. 170,-
Kvinner senior	1) 1,5 km langrennscross 2) 3 km distanserenn	Kr. 170,-

Estimert program

- Kl. 12.00: Start langrennscross alle klassar. Premiering klassar 10 år og yngre ved målgang.
- Kl. 13.30: Start distanserenn 11 år og eldre.
- Kl. 15.00: Estimert tid for premieutdeling 11 år og eldre
- Merk at tidsskjema er eit estimat og at det kan bli mindre justeringar ut frå kor mange påmelde på rennet og løypetilhøva
- Tidsskjema og startliste for gjennomføring blir publisert dagen før rennet. Tid frå begge renna gir samla resultatliste 11 år og eldre.

Informasjon om gjennomføring

Startliste, tidsskjema og løypekart blir publisert på arrangøren sine nettsider og Facebook. Nettside Førde IL langrenn; <https://langrenn.fordeidrettslag.no/>

Påmelding og tidtakarbrikker

Påmelding gjer ein online via iSonen innan torsdag 16. januar 2025 kl. 23.59. Startkontingent betalar ein online ved påmelding på iSonen.

Arrangøren sine EMIT tidtakarbrikker skal brukast av **alle** deltakarar. NB! Utøvarar som har personlege brikker vert ikkje fakturert for brikkeleige. Elles er det krav om skilisens i høve til gjeldande reglement.

Premiering

Premiering etter NSF gjeldande reglement. Klassene 10 år og yngre får premie ved målgang. Klassene 11 år og eldre har felles premieutdeling.

Parkering

For dei som ikkje har årskort gjeld følgende: Betalingsplikt blir utløyst ved parkering, dvs stopp meir enn 15 minutt, og blir styrt av kamera med skiltgjenkjenning ved innkøyringa. Dagskort kr. 90,- betalast hos inpark.no

Kiosk og garderober

Open kiosk og garderober i Skihytta.



Arrangøren ynskjer velkommen til Langeland!

Førde IL Langrenn

Anders Bjørkhaug
Leiar

Gaular IL Langrenn

Bodil Ryste
Leiar