



IL Aasguten

Respekt
Samhold
Trivsel



TINGHAUGEN RUNDT PÅ RULLESKI

IL Aasguten ski arrangerer rulleskirennet *Tinghaugen Rundt* på Frosta.

Om traseen:

Veien er skiltet med skirenn pågår og traseen vil være enveiskjørt. Det vil være utplassert trafikkvakter, det blir kjørt følgebiler før hver startpulje. Det vil ikke bli anledning for foresatte og deltakere å kjøre bil i traseen.

Tidspunkter og klokkeslett:

Lørdag 27.september 2015 kl. 13.00

Arena, parkering, sekretariat og kiosk:

Tinghaugen, Frosta

Klasseinndeling / distanse /stilart:

- | | | |
|-----------------------|------------------|-----------------------------------|
| • J/G 11 og 12 år: | 1 avkortet runde | 2 km fristil. |
| • J/G 13 og 14 år: | 1 runde | 4,2 km fristil. |
| • J/G 15 og 16 år: | 2 runder | 4,2 km klassisk + 4,2 km fristil. |
| • Mosjon | 1 runde, | 4,2 km valgfri stilart |
| • K junior og senior: | 2 runder | 4,2 km klassisk + 4,2 km fristil |
| • K veteran (35+): | 2 runder | 4,2 km klassisk + 4,2 km fristil |
| • M junior og senior: | 3 runder | 4,2 km klassisk + 8,4 km fristil |
| • M veteran (35+): | 2 runder | 4,2 km klassisk + 4,2 km fristil |

Alder regnes etter ny skisesong, dvs. sesongen 2015/2016 (alder regnes pr. 31/12.16).

Start og mål:

Jenter og gutter 11 og 12 år starter ved Østre Rygh, mål ved Tinghaugen. De andre klassene har start og mål ved Tinghaugen



IL Aasguten

Respekt
Samhold
Trivsel

Lisens:

Skilisens må være gyldig iht. skiforbundets regler. Engangslisens kan kjøpes av arrangøren på stedet.

Utstyr:

Løperne benytter egne rulleski med hjultype 2. Kontroll av ski vil bli foretatt. Hjelmer er påbudt.

Påmelding:

Innen 22. september kl. 20.00 sendes til jos46@netcom.no eller pr.tlf 404 52 583. Husk navn, fødselsdato og klubb.

Etteranmelding inntil 1 time før start mot dobbel startkontingent for 13 år og eldre.

Startkontingent:

Betales ved uthenting av startnummer.

J/G 11-16 år: kr. 100,-

Mosjon: kr. 100,-

K/M junior: kr. 120,-

K/M senior og veteran: kr. 130,-

Premiering:

Etter NSF's regler.

Full premiering tom.14 år, 50 % premiering 15-16 år, Øvrige klasser 1/3 premiering.

Uttrekkspremier i mosjonsklassen.

Startlister, resultater og informasjon:

<http://aasguten.com/>

Kontaktperson:

Jostein Øien, tlf. 404 52 583, e-post jos46@netcom.no



IL Aasguten

Respekt
Samhold
Trivsel

