



Skallrennet 2015

FROL IL innbyr til det tradisjonelle Skallrennet 5 juledag (tirsdag 29.desember 2015).

Rennet går i friteknikk i **Frolfjellet skisenter**. Årets renn er KM for junior og senior. Rennkontor, restaurant og premieutdeling i idrettshytta på stadion. Det er ikke garderobe og dusjmuligheter i hytta.

Klasse	Starttid	Løype	Tidspunkt premieutdeling	Merknad
G12	12.00	2 km	13.30	15 sek. intervall
G11		2 km	13.30	15 sek. intervall
J 12		2 km	13.30	15 sek. intervall
J 11		2 km	13.30	15 sek. intervall
G14	12.25	3 km	14.00	Fellesstart
G 13	12.30	3 km	14.00	Fellesstart
J 14	12.35	3 km	14.00	Fellesstart
J 13	12.40	3 km	14.00	Fellesstart
G 16	12.45	5 km	14.30	Fellesstart
G 15	12.50	5 km	14.30	Fellesstart
J 16	12.55	5 km	14.30	Fellesstart
J 15	13.00	5 km	14.30	Fellesstart
K 17	13.05	5 km	15.00	Fellesstart
K 18	13.05	5 km	15.00	Fellesstart
K19-20	13.10	10 km	15.00	Fellesstart
K Sen	13.10	10 km	15.00	Fellesstart
M 17	13.15	10 km	15.00	Fellesstart
M 18	13.20	10 km	15.00	Fellesstart
M 19-20	13.25	15 km	15.00	Fellesstart
M sen	13.30	15 km	15.00	Fellesstart

Påmelding: Kun online påmelding: www.minidrett.no/sportsadmin

Påmeldingsfrist: 27.12.14 kl 23.59. Startliste vil foreligge på www.frolil.no så snart den er klar. Det benyttes **Emit-brikker**. Løpere som ikke har brikke, får låne mot **30 kr** i brikkeleie. Ikke returnerte brikker belastes løperens klubb med **1000 kr**.

Startkontigent: Til og med 16 år - 100 kr

Junior - 115 kr

Senior - 130 kr

Etteranmelding belastes med dobbel startkontigent.

Startkontigenten faktureres i etterkant av rennet. Betaling på kontonr.

4420.3016619. Unntak: Utenlandske løpere må betale ved påmelding eller ved avhenting av startnummer.

Lisens: Klubbene er ansvarlig for at alle løpere fra fylte 13 år har betalt skilisens. Mangler løper lisens må det kjøpes engangslisens av arrangør (kr. 60,- for 13-25 år og kr 150,- for 26 år og eldre)

Info: Rennleder Bente Sundsvik, tlf 41223458. E-post: *bente.sundsvik@ntebb.no*