



INVITASJON TIL SJUSJØCUP 1 – SPRINT

Lørdag 2. januar 2016

MjøsSki inviterer til første renn i Sjusjøcupen 2016 med sprintrenn.

Sted:	Sjusjøen skisenter Natrudstilen
Type renn:	Sonerenn 8-10 år puljestart fristil – et heat pr løper Sprint fristil: Kretsrenn 11-16 år – prolog og A, B, C, ... finaler avhengig av deltagerantall. Kretsrenn junior/senior – prolog og fullt sprintprogram. (Sjusjøcup-poeng tildeles klassevis etter prologresultat)
Distanser:	8-10 år ca 500 m 11-12 år ca 500 m 13-16 år ca 800 m Junior-senior ca 1,3 km
Påmelding:	Via Min idrett /Sportsadmin innen onsdag 30. desember kl 23.59 . Etteranmelding renndagen på rennkontoret senest en time før start.
Startkontingent:	Etter NSFs satser: 8-16 år: 100,- junior 115,- og senior 130,-. Etteranmelding: Dobbel startkontingent for 13 år og eldre. Klubbene faktureres samlet i etterkant.
Lisens:	NSFs obligatoriske skilisens må være betalt for løpere som har fylt 13 år. Evt. må engangslisens betales på renndagen til arrangør.
Første start:	Sonerenn kl 11.30 Kretsrenn 11-12 år og Sjusjøcup 13 år og eldre kl 12.00
Brikker:	Det benyttes Emit-brikker. Alle løpere i aldersbestemte klasser som ikke har egne brikker låner hos arrangøren. Fra 11 år og oppover koster dette 30,- pr brikke.
Program:	Tidsplanen er foreløpig og avhenger av deltagerantall. 11.00 Lagledermøte SC1 - sprint 11.30 Klasse 8-10 år fristil puljestart (Rekkefølge G/J10-G/J9-G/J8) 12.00-13.00 Prolog og finale 11-12 år 13.00-16.35 Prolog og finale 13 år og eldre
Premiering:	Etter NSFs regler. Full premiering t.o.m. 14 år, 50 % premiering 15-16 år, øvrige klasser 1/3 premiering.
Parkering:	Ved anlegget, kr 50,-
Garderobe:	Liten garderobe med betalingsdusj.
Salg:	Grilling og kiosksalg på stadion.
Rennleder:	Gard Rødseth Hansen, mobil 992 91 036
TD:	Morten Moen

MjøsSki ønsker alle en strålende dag på Natrudstilen!