



INVITASJON TIL SJUSJØCUP 1 – SPRINT

Lørdag 2. januar 2016

MjøsSki inviterer til første renn i Sjusjøcupen 2016 med sprintrenn.

- Sted:** Idrettsanlegget Veldre sag
- 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. En felles klasse hvis deltagerantallet tilsier det. (Sjusjøcup-poeng tildeles klassevis etter prologresultat)
- Distanser:** 8-10 år ca 500 m
11-12 år ca 500 m
13-16 år ca 1,0 km
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 (2. etg tidtakerbu)
11.30 Klasse 8-10 år fristil enkeltstart (Rekkefølge G/J10-G/J9-G/J8)
12.00-13.30 Prologer
13.50-16.30 Finaler
- Premiering:** Etter NSFs regler. Full premiering t.o.m. 14 år, 50 % premiering 15-16 år, øvrige klasser 1/3 premiering.
- Parkering:** På saga, kr 50,-
- Sagstua:** Garderobes med dusj og kiosksalg i sagstua på Veldre sag.
- Rennleder:** Gard Rødseth Hansen, mobil 992 91 036
- TD:** Morten Moen

MjøsSki ønsker alle en strålende dag på Veldre Sag!