



Østre Toten Skilag ønsker velkommen til KM Sprint den 16. januar og Fellesstart den 17. januar. Begge rennene er en del av ExelCup 2016



Program: Lørdag : Sprint / Søndag: Fellesstart

Arena: ØTS-skisenter Karidalen

Klasser: Alle klasser

Påmelding: Gjøres elektronisk via www.eqtime.no innen mandag 11.01.2016 kl. 23:59

Etter påmeldingsfristens utløp, vil all påmelding bli betraktet som

etteranmelding, og klubbene belastes dobbel startkontingent.

Startlistene legges ut på [hjemmesiden](#)

Ingen etteranmelding etter at startlister er trukket.

Startkontingent: Startkontingent etter NSSF's satser. Utøvere som har fylt 13 år er selv ansvarlige for å ha gyldig startlissens. Engangslisens kan løses på rennkantoret.

Tidtakerbrikker: Alle til og med 12 år, som ikke har investert i egen brikke, bruker arrangørens brikke (leie 25,- pr konkurransedag).

Alle fra og med 13 år må ha egne brikker eller leie på rennkantoret

(leie 50,- pr konkurransedag).

Hvis brikkenummer mangler på startlisten og du har brikke, kan brikkenummer sendes pamelding.ostretotenskilag@gmail.com - oppgi navn, alder og klubb.

På selve renndagen kan dette brikkenummeret oppgis på rennkantoret.

Parkering: Ved ØTS-skisenter Karidalen for kroner 50,-

Kiosk: Det er åpen kiosk og kafé på skistadion.

Garderober: Det er garderober med dusj på Klubbhytta.

Startnummer: Hentes klubbvis på rennkantoret senest 1 time før første start. Startnummer som ikke blir levert tilbake blir belastet løperens klubb med kroner 200,-

Våpenkontroll: For klassene 11-16 år kontrolleres våpen på standplass.

Junior og senior visiterer våpenet direkte etter innskyting ved skive 1

Geværet skal kontrolleres og merkes under våpenkontrollen. Kontrollen skal være gjennomført innen samme tidsfrist som kontroll etter innskyting, jf. pkt. 8.5.1.

Våpenkontrollen skal være åpen minst 30 min før start innskyting.

Avhenting av våpen: Våpen utleveres fra standplass av standplassfunksjonærene etter siste skyting for aktuell løper. Gi tegn og vent til funksjonærene har ledig tid til å kontrollere og levere våpen.

Resultater: Uoffisielle resultatlistene henges opp så snart de er klare, og offisielle lister legges ut på [hjemmesiden](#) etter at dagens løp er over. Det er 15 min. protestfrist etter at uoffisielle resultatlistene er hengt opp.

Premiering: Premieutdeling klassevis på stadion når listene er godkjent. Tidsplan vil bli hengt opp.



Alle bruker arrangørens støtte



Program:	Skytinger	Strafferunder	Løype
Menn senior 10 km Sprint	L,S	150 m	3,3+3,3+3,3
Kvinner senior 7,5 km Sprint	L,S	150 m	2,5+2,5+2,5
Junior menn (M 20–21) 10 km Sprint	L,S	150 m	3,3+3,3+3,3
Junior kvinner (K 20–21) 7,5 km Sprint	L,S	150 m	2,5+2,5+2,5
Ungdom menn (M17, M18, M19) 7,5 km Sprint	L,S	150 m	2,5+2,5+2,5
Ungdom kvinner (K 17, K 18, K 19) 6 km Sprint	L,S	150 m	2,0+2,0+2,0
G 15, G 16 5 km Sprint	L,L	100 m	2,0+1,0+2,0
J 15, J 16 4 km Sprint	L,L	100 m	1,5+1,0+1,5
J 13, G 13, J 14, G 14 3 km Sprint	L,L	100 m	1,0+1,0+1,0
J 11, G 11, J 12, G 12 2,4 km Sprint	L,L	100 m	0,8+0,8+0,8
Nybegynnere (stor blink) 2,4 km Sprint	L,L	100 m	0,8+0,8+0,8

Program:	Skytinger	Strafferunder	Løype
Menn senior 15 km fellesstart	L,L,S,S	150 m	3,0+3,0+3,0+3,0+3,0
Kvinner senior 12,5 km fellesstart	L,L,S,S	150 m	2,5+2,5+2,5+2,5+2,5
Junior menn (M 20–21) 12,5 km fellesstart	L,L,S,S	150 m	2,5+2,5+2,5+2,5+2,5
Junior kvinner (K 20–21) 10 km fellesstart	L,L,S,S	150 m	2,0+2,0+2,0+2,0+2,0
Ungdom menn (M17, M18, M19) 10 km fellesstart	L,L,S,S	150 m	2,0+2,0+2,0+2,0+2,0
Ungdom kvinner (K 17, K 18, K 19) 7,5 km fellesstart	L,L,S,S	150 m	1,5+1,5+1,5+1,5+1,5
G 15, G 16 6 km fellesstart	L,L	100 m	2,0+2,0+2,0
J 15, J 16 4,5 km fellesstart	L,L	100 m	1,5+1,5+1,5
J 13, G 13, J 14, G 14 3 km fellesstart	L,L	100 m	1,0+1,0+1,0
J 11, G 11, J 12, G 12 2,4 km fellesstart	L,L	100 m	0,8+0,8+0,8
Nybegynnere (stor blink) 2,4 km fellesstart	L,L	100 m	0,8+0,8+0,8