



Skallrennet2016

FROL IL innbyr til det tradisjonelle Skallrennet 5 juledag (torsdag 29.desember 2016).

Rennet går i friteknikk oppi Frolfjellet skisenter, Levanger. Første start kl. 12.00

Årets renn er KM for junior og senior. Rennkontor, restaurant og premieutdeling i idrettshytta på stadion..

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 og betaling via www.minidrett.no/sportsadmin

Unntak: Utenlandske løpere sender mail til: bente.sundsvik@ntebb.no og må betale ved påmelding eller ved avhenting av startnummer.

Påmeldingsfrist: 27.12.14 kl 23.59. Startliste vil foreligge på www.frolil.no så snart den er klar.(kveld 28.12)

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. (fra 13 år)

Ved etteranmelding må startkontigent betales ved henting 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)

Bompenger: Veien opp til fjellet er en bomvei, og det må betales 50,- i avgift- kun kort.

Kafe/kiosk: Det er kafeteria inne i Frolhytta

Garderobe: Ingen garderobe/ dusj, men mulig med rom for ombytte.

Premiering: 100% premiering 11-16 år

1/3 premiering junior og senior

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

Info om rennet finnes på www.frolil.no