



Velkommen til LM på Veldre sag

Østlandsmesterskap 10. og 11. februar 2024

Øvelse: - lørdag 10.februar – Normal 13-16år, kort normal 17 år og eldre
- Søndag 11.februar – sprint 13 år og eldre

Innskyting: kl.9.00 – 10.30 begge dager – tidspunkt kan bli endret etter påmeldingsfristen, ut i fra hvor mange som har meldt seg på.

Veldre sag har elektroniske blinker, så kikkert til innskyting er ikke nødvendig. En vil ikke kunne se noe med den. Hver klubb får utdelt sine egne skjermer til innskyting og under rennet.

Start: Første start kl. 11.00.

Arrangør: MjøsSki www.mjosski.no

Sted: Idrettsanlegget Veldre sag.
<https://www.google.no/maps/place/Veldre+Sag/@60.9620403,10.9113681,17z/data=!3m1!4b1!4m5!3m4!1s0x466a7516998d3cdb:0xab8df784b1195ed0!8m2!3d60.9620403!4d10.9135568>

Klasser: 13 år og eldre, samt åpen klasse.

Åpen klasse alle over 17 år som ikke ønsker å gå i de opprinnelige klassene, kan gå i åpen kvinne/menn klasse. Distansene er vesentlig kortere enn opprinnelig. Se løypedistanse

Startkontigent: Senior kr 220,-

- 17-22 år kr 170,-
- 13-16 år: kr 150,-
- Åpen klasse kr 170,-

Etteranmelding fram til 7.februar etter ordinær påmeldingsfrist
5.februar mot dobbel startkontigent

Påmelding: Online påmelding via eqtiming.com/no/ innen kl.23:59 mandag 05.02.2024.

Lørdag link til påmeldingen her [LM øst normal/kort normal \(eqtiming.com\)](https://eqtiming.com/LM%20st%20normal/kort%20normal)

Søndag link til påmeldinge her [LM øst sprint \(eqtiming.com\)](https://eqtiming.com/LM%20st%20sprint)

Startlisens: Hver enkelt skiskytterklubb er ansvarlig for at løpere f.o.m 13 år har betalt lisens og gjennomgått sikkerhetsbestemmelsene. For de som ikke har betalt lisens, kan man løse engangslisens på rennkontoret. Oversikt over hvem som har betalt finner du på følgende link [Skiskytternes forsikringsordning – Norges Skiskytterforbund \(skiskyting.no\)](https://skiskyting.no/forsikringsordning-Norges-Skiskytterforbund)

Tidtakerbrikker: Utøver stiller med egen personlig brikke for tidtaking. Utøvere som ikke har egen brikke må bestille dette samtidig med påmeldingen på EQ timing. Denne vil bli utlevert med startnummer og en ekstra kostnad på 50 kr vil påbeløpe, betales på rennkontoret . Hvis utøver ikke har personlig brikke eller brikken er defekt, kan dette leies på rennkontoret i god tid før start.

Startnummer: Deles ut enkeltvis med kontroll av startbrikke samtidig. Startkontigent for etteranmeldte skal være betalt før man får tatt imot startnummer. Startnummer som ikke leveres tilbake må erstattes med kr 300,-

Avtrekkskontroll: Klasse 17år og eldre skal gjennomføre avtrekkskontroll før startnummerutdeling. Stikkprøve kontroll for klassene under.

Våpen visitasjon: Våpenvisitasjon på skive 1 etter innskyting for ungdom, junior og senior.

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 ut våpen.

Resultater: Uoffisielle resultater vil være tilgjengelig i live-resultatene til EQ-timing. Speaker vil annonsere protestfrist pr.klasse over høytaleranlegget, fristen er 15minutter etter at uoffisielle lister er klare. Resultatlistene legges ut på www.mjoski.no etter dagens renn er over.

Premiering: I henhold til NSSFs reglement.

Rennkontor: I speakerbua oppe ved mål. Åpent fra kl. 8.00 begge dager

Dusj: Inne på Sagstua(kafeteriaen)

Kafe: Inne på Sagstua og oppe ved målgang.

Parkering: Parkeringsavgift kr 75 betales på VIPPS #548244.

Overnatting: Mjøs ski anbefaler ett opphold på Wood hotel. Overnatting her kan bestilles på deres hjemmeside <https://frich.no/overnatting/wood-hotel>. Benytt bookingkode MJØSSKI for 15 % rabatt på overnatting. Tilbudet gjelder inkl. frokost, andre idrettspakker kan også fåes.

Alternativ overnatting er Scandic Hamar eller TopCamp. Sistnevnte bestilles på topcamp.no/mjosa, rabattert pris oppnås ved å benytte rabattkode NM15.

Nettside: www.mjoski.no

Teknisk delegert: Per Morten Wienenga Yngve Torben Johansen

Rennleder: Heidi Hjemli tlf: 90931273

e-post: heidi.hjemli.nyvoll@live.no / heidi.nyvoll@lovenskiold.no



Distanser ØM 10. og 11.februar 2024

Normal og kort normal

Klasse	Skytinger	Tidsstraff	Løype				
Menn senior 15km	L,S,L,S	45s	3	3	3	3	3
Kvinner senior 12,5km	L,S,L,S	45s	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
Junior menn (M20-22) 12.5km	L,S,L,S	45s	2,5	2,5	2,5	2,5	2,5
Junior kvinner (K20-22) 10km	L,S,L,S	45s	2	2	2	2	2
Ungdom menn (M 17, M18, M19) 10km	L,S,L,S	30s	2	2	2	2	2
Ungdom kvinner (K17, K18, K19) 7,5km	L,S,L,S	30s	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
Åpen klasse kvinner og menn 7,5km	L,S,L,S	30s	1,5	1,5	1,5	1,5	1,5
G 15, G 16 7,5km	L,L	30s	2,5	2,5	2,5		
J 15, J 16 6km	L,L	30s	2	2	2		
J 13, G 13, J 14, G 14 4km	L,L	30s	1,5	1	1,5		

Sprint

Klasse	Skytinger	strafferunde	Løype		
Menn senior 10km	L,S	150m	3,3	3,3	3,3
Kvinner senior 7,5km	L,S	150m	2,5	2,5	2,5
Junior menn (M20-22) 10km	L,S	150m	3,3	3,3	3,3
Junior kvinner (K20-22) 7,5km	L,S	150m	2,5	2,5	2,5
Ungdom menn (M 17, M18, M19) 7,5km	L,S	150m	2,5	2,5	2,5
Ungdom kvinner (K17, K18, K19) 6km	L,S	150m	2	2	2
Åpen klasse kvinner og menn 4,5km	L,S	75m	1,5	1,5	1,5
G 15, G 16 5km	L,L	100m	1,5	1,5	2
J 15, J 16 4km	L,L	100m	1,5	1	1,5
J 13, G 13, J 14, G 14 3km	L,L	100m	1	1	1

Løypekart [Veldre Sag \(skiskyting.no\)](http://skiskyting.no)

Velkommen til spennende dager på Veldre sag!