



Informasjon til;

- deltakarar
- føresette
- funksjonærar

## KARUSELLRENN - Langeland Skisenter

**Torsdag 20. januar 2022**

Torsdag 20. januar 2022 inviterer Førde IL og Gaular IL til eit koronavenleg karusellrenn v/  
Langeland Skisenter

STILART: FRITEKNIKK

**NB! Som følgje av situasjonen med Covid-19 vert arrangementet avvikla som to arrangement.**

### RAMMEPLAN

| Arrangement nr. 1           | Første start, kl. 18.00 | Løypelengde | Startkontingent |
|-----------------------------|-------------------------|-------------|-----------------|
| Gutar/ jenter 7 år og yngre |                         | 1km         | Kr. 50,-        |
| Gutar/ jenter 8 år          |                         | 1km         | Kr. 50,-        |
| Gutar/ jenter 9 år          |                         | 1km         | Kr. 50,-        |
| Gutar/ jenter 10 år         |                         | 1km         | Kr. 50,-        |
| FH gutar/ menn              |                         | 1km         | Kr. 50,-        |
| FH jenter/ kvinner          |                         | 1km         | Kr. 50,-        |
| Klasse Utan tid             |                         |             | Kr. 50,-        |
| Arrangement nr. 2           | Første start, kl. 19.00 | Løypelengde |                 |
| Gutar/ jenter 11 år         |                         | 2km         | Kr. 50,-        |
| Gutar/ jenter 12 år         |                         | 2km         | Kr. 50,-        |
| Gutar/ jenter 13 år         |                         | 3km         | Kr. 50,-        |
| Gutar/ jenter 14 år         |                         | 3km         | Kr. 50,-        |
| Gutar/ jenter 15 år         |                         | 5km         | Kr. 50,-        |
| Gutar 16 år                 |                         | 5km         | Kr. 50,-        |
| Jenter 16 år                |                         | 5km         | Kr. 50,-        |
| Menn 17, 18, 19/20 år       |                         | 10km        | Kr. 50,-        |
| Kvinner 17, 18, 19/20 år    |                         | 5km         | Kr. 50,-        |
| Menn senior                 |                         | 10km        | Kr. 75,-        |
| Kvinner senior              |                         | 5km         | Kr. 75,-        |
| Menn veteran                |                         | 10km        | Kr. 75,-        |
| Kvinner veteran             |                         | 5km         | Kr. 75,-        |

**NB! Deltakarar og føresette skal komme til arenaen så tett opp mot stipulert starttid som mogleg. Dette for å unngå større ansamlingar. Ein oppmodar om maks 1 føresett per familie per arrangement.**



## INTERVALLSTART

Intervallstart, 15 sek.

## STARTLISTE

Startliste vert publisert i framkant av arrangementet på Førde IL Langrenn si [facebookside](#) og Gaular IL Langrenn si [facebookside](#).

## PÅMELDING

Via Min idrett:

<https://www.skiforbundet.no/sogn-og-fjordane/terminliste/arrangement/?eid=369020>

**NB! Utøvarar som tidlegare melde seg på til karusellrenn nr. 1, som opphøveleg skulle avviklast tysdag 11. januar 2022, treng ikkje gjere påmeldinga på nytt.**

**Frist: 20. januar 2022, kl. 10.00**

NB! Hugs at alle føresette må melde seg på arrangementet. Dette er svært viktig slik at arrangøren på førehand har oversikt over tal personar som kjem til å vere tilstades på kvart arrangement.

## PARKERING

Om ein ikkje har årskort betalar ein for parkering ved skisenteret sin automat.

## STARTNUMMER

Startnummer hentar ein i sekretariatet i det nye arenabygget.

Alle som hentar startnummer skal ha på seg munnbind når ein går inn i sekretariatet.

## FUNKSJONÆRAR

Funksjonærar/ løypevakter tek med eigen refleksvest.

NB! Alle funksjonærar/ løypevakter skal bruke munnbind. Munnbind får ein utlevert i sekretariatet i det nye arenabygget.

## SMITTEVERN, COVID-19

Førde IL og Gaular IL gjer sitt ytterste for å få til ei så god og trygg gjennomføring av arrangementet som mogleg.

Føresetnaden for at ein kan arrangere karusellrennet, er at alle følgjer utarbeida reglar og rutinar for smittevern.

**Har du symptom på luftvegsinfeksjon og Covid-19** skal du ikkje møte opp på arrangementet.

Symptoma kan vere vondt i halsen, forkjølelse, hoste, følelse av sjukdom, feber, hovudverk, magesmerter, muskelsmerter og tap av smak- og luktesans. Alle som er tilstades på arrangementet har eit sjølvstendig ansvar for å ikkje møte dersom ein har symptom.

**Ein oppmodar om at alle praktiserar god hånhygiene.**



**Alle skal halde avstand – hugs regelen om 1 meter avstand.**

**Det er ikkje høve til å opphalde seg inne i skihytta eller arenabygget, med mindre ein må bruke eitt av toaletta i skihytta.**

Deltakarar og føresette skal forlate Langeland Skisenter straks etter målgang.

**Alle (funksjonærar, deltakarar og føresette) må registrere seg med bruk av NIF sin qrona-app ved ankomst skisenteret, eller ved bruk av QR-koden under. Dette er svært viktig m.o.t. ev. smittesporing.**

Ein minner elles om at kafeen i skihytta vil vere stengt.

**Vel møtt til skirenn på Langeland!**

**ARRANGØR:**

Førde IL og Gaular IL

**2022-01-20 | 10:00 - 22:00**

