



Innbyding til

SPENST RULLESKIRENN Langeland ski- og fritidssenter

Laurdag 26. august 2023
Kl. 13.00

Klassar	Løypelengder	Tal rundar	Startkontingent
Kl. 11 og 12 år	2km	1 stk. (1 x 2km)	Kr. 130
Kl. 13 og 14 år	3km	2 stk. (2 + 1km)	Kr. 130
Kl. 15 og 16 år	6km	3 stk. (3 x 2km)	Kr. 130
Junior Kvinner (K17 år – K 19-20 år)	6 km	3 stk. (3 x 2km)	Kr. 150
Junior Menn (M17 år – M 19-20 år)	10km	5 stk. (5 x 2km)	Kr. 150
Senior Menn	10km	5 stk. (5 x 2km)	Kr. 170
Senior Kvinner	6km	3 stk. (3 x 2km)	Kr. 170

STILART

Friteknikk

UTLÅN AV RULLESKI

Ved dette arrangementet skal alle utøvarar bruke arrangøren sine rulleski.

Dvs. Swenor rulleski m/ 2`ar hjul framme og bak, ev. Swenor sine juniorski (for yngre årsklassar).

INTERVALLSTART

Intervallstart, 30 sek.

Første start kl. 13.00.

STARTLISTE

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

NB! For dette arrangementet er årsklasse for sesong 2023/24 gjeldande, dvs. at utøvarar f. 2013 er yngste startande årgang – klasse 11 år.





PÅMELDING

<https://www.skiforbundet.no/sogn-og-fjordane/terminliste/arrangement/?eid=1975615426>

PREMIERING

Premiar til alle

PARKERING

Dagparkering kr 70,- via automat – eller gjeldande årskort.

Vel møtt til rulleskirenn på Langeland!

ARRANGØRAR:

Førde IL Langrenn/ Gaular IL Langrenn

