



HOVDEBYGDA IL
LANGRENN

Hovdebygda IL langrenn byd inn til SBM-cup 8 med sonerenn søndag 4. mars

Vi oppmodar alle klasser om å nytte fluorfri glider. Smørjetips vert lagt ut på skikrinsen si facebookside dagen før rennet. Det blir tilbod om smørehjelp på langrennstadion frå klokka 10.30-12.00.

- **Stad:** Ørsta skisenter, Bondalseidet. Køyr Fv.655 frå Ørsta sentrum retning Sæbø.
- **Tid:** Søndag 4.mars kl. 12.00
- **Parkering:** På Ørsta skisenter sine parkeringsplassar. Sjå arenakart. Avgift: kr 40,-
- **Rennkontor:** På langrennstadion. Merka frå parkeringa til Ørsta skisenter. Sjå arenakart, «sekretæriat». Startnummer hentast lagvis.
- **Klasser (ei klasse per alderstrinn) / distansar:**
 - Sonerenn G/J 5-7 år: 600 m
 - G/J 8-10 år: 1 km
 - G/J 11-12 år: 2 km
 - G/J 13-14 år: 3,5 km
 - G/J 15-16 år: 5 km
 - K 17- 20 år: 5 km
 - M 17-20 år: 10 km
 - M senior: 10 km
 - K senior: 5 km
 - Open klasse: 5km
- **Stil:** Klassisk. Stakefrie soner.
- **Påmelding:** www.minidrett.no innan 01.03 kl 23.59. 5-10 år: minidrett.no eller e-post til: dagjarlea@yahoo.no. Det blir ikkje høve til etterpåmelding.
- **Starkontingent:** 5-16 år: kr 100,- / Junior: kr 115,- / Senior: kr 130,- Betaling: Lagvis, fakturering etter rennet.
- **Tidtaking:** Emit- elektronisk tidtaking. Leigebrikker til dei som ikkje har sjølv. Brikkeleige: kr 25,-
- **Toalett/ dusj:** Sportskapellet rett over langrennstadion. Sjå arenakart. Begrensa dusjmogelegheiter.
- **Premieutdeling:** 5-10 år: ved målgang. 11 år og eldre: etter alle er komne i mål og klagefrist er gått ut. Premie til alle i alle klasser. Premieutdeling på stadion.
- **Overnatting:** Hotel Ivar Aasen, Sagafjord Hotel, Ørsta camping, Naturferie, Nipe-Hyttene.
- **TD:** Jon Hølmo
- **Rennleiar:** Runar Gretland, Tlf: 98287832

Følg med på www.hovdebygdail.no for meir informasjon!