



RAMSJØCROSSEN

#påveimotVM2025



- Tid:** Onsdag 31.01 kl 18.00
- Sted:** Ramsjøen Arena, Fv470 140, 7357 Skaun.
Google maps: [Ramsjøen Arena](#)
- Klasser:**
- | | |
|---------------|-------------------------|
| Jenter/Gutter | 11,12,13,14,15 og 16 år |
| Jenter/Gutter | FH Stående |
| Jenter/Gutter | UH |
- Gjennomføring:** Langrennscross fellesstart. Alle deltakere vil få gå prolog + 2 heat med opp og nedrykk. Prolog og heat gjennomføres i klassene G/J 11-12, G/J 13-14 og G/J 15-16. Se videre beskrivelse og løypekart til slutt i invitasjonen.
- Ut over konkurranseklassene stiller AktiVM med aktivitetsløype for søsken og yngre barn på stadion. Alle oppfordres til å ta med flagg for å skape god VM-stemming.
- Påmelding og startkontigent:** Påmelding gjøres via [isonen](#), og startkontigenten er 130 pr. deltaker. Påmeldingsfristen er søndag 28.01 kl. 23.59
- Parkering:** Kr. 50,-. Betales til vipps: 141125
- Lisens og brikke:** Det er løperens ansvar å ha gyldig startlistens (fra datoen en fyller 13 år). Ikke innlevert leiebrikker faktureres kr 800,-. Ikke innlevert startnummer faktureres med kr 300,-

Premieutdeling:	Full premiering. Premiering vil foregå fortløpende etter hver klasse (J/G 11-12, J/G 13-14 og J/G 15-16). Resultatlistene og premiering følger enkeltstående klasse: G/J 11,12,13,14,15,16.
Fluorfritt arrangement:	Ramsjøcrossen – På vei mot VM 2025 er et fluorfritt arrangement. Preparering av ski mellom heat er ikke tillatt.
Startlister/Resultatlistene:	Legges ut på Skaun IL sine nettsider www.skaunil.no og på isonen .
Mat/Servering:	Det vil bli kiosksalg både ute på stadion og inne i Ramsjøbu.
TD:	Inge Brønstad
Kontakt:	Knut Kuvås Brevik, Rennleder. Mob: 47645656 E-post: knutkb@gmail.com

Beskrivelse av konkurranse gjennomføringen, løype -og arenakart:

Skaun IL ønsker sammen med «På vei mot VM 2025» å skape et engasjerende renn for ungdom. Konkurransene blir gjennomført med prolog og fellesstart med opp og nedrykk i den nye langrennscrossløypa på Ramsjøen arena med elementer som kuler, dosering og dropp. Vi lover engasjerende speakertjeneste, lys og lyd og god VM-stemning.

Prolog:

Prologen vil bli gjennomført før heatene, og danner grunnlaget for oppsett av heat. Heatene vil bli satt opp ut ifra resultatene på prologen i klassene G/J 11-12, G/J 13-14 og G/J 15-16.

Heat:

Resultat fra prologen gir grunnlag for sammensetning av første heatrunde der de 6 beste prologtidene starter i heat 1, og løpere med prologtid fra nr 7-12 starter i heat 2 osv. Starten av heatene gjennomføres som skøyting i egen startkorridor (Ikke stakestart)

Opp og nedrykk:

Etter hvert heat vil nr 1 og 2 flyttes opp et heat til neste runde (med unntak av i heat 1, hvor de 4 beste står videre til neste runde).

Nr 3 og 4 i hvert heat står videre i samme heat til neste runde, men vil få 4 nye konkurrenter (de som rykker opp og ned fra de andre heatene)

Nr 5 og 6 i hvert heat flyttes ned et heat til neste runde (med unntak av det siste heatet, her vil de 4 siste stå videre til neste runde).

Hvordan kåres vinnerne?

Rangering skjer etter siste heat er gjennomført, og plasseringene vil følge heatstrukturen. Heat 1 vil få plassering 1-6, heat 2 vil få plassering 7-12 osv. Men siden heatene går i flere aldersklasser (G/J 11-12, G/J 13-14, G/J 15-16), vil resultatene bli pr klasse. Altså om en gutt i G 15 er beste 15-åring på en 3. plass i G/J 15-16, vil plasseringen bli 1. plass i G15. Plasseringene i klassene vil altså følge rangeringene i siste heat.

Informasjon til løperne underveis:

Etter prologen vil utøverne raskt bli satt opp i heat. Pausen mellom prolog og 1.heat blir mellom 10 og 20 minutter, og de to heatene vil gå fortløpende. Det vil derfor være viktig at utøverne går fra målgården i oppmerket korridor til forberedelsesområdet ved inngang til startområdet rett etter målgang (se arenakart).

Heatoppsett informeres ved oppslag/opprop/infotavle ved forberedelsesområdet ved inngang til start. Hvert heat starter med 2 minutters mellomrom. Tidsoppsett og startlister vil avhenge av antall påmeldte, og vil bli publisert i løpet av mandag 29.januar.

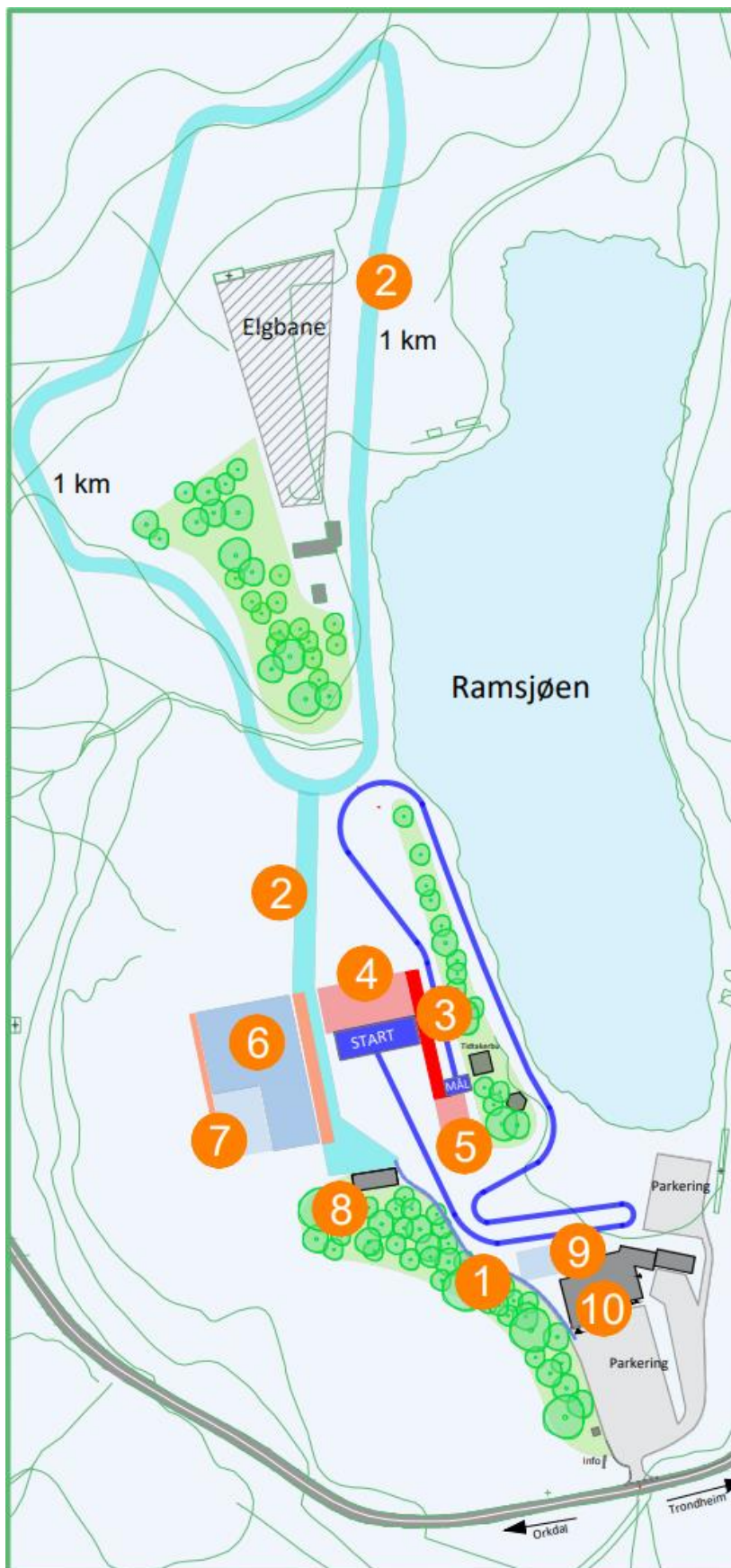
Ramsjøcrossen									
11-12			13-14			15-16			
Prolog:	18:00	18:10	Prolog:	19:05	19:15	Prolog:	20:05	20:15	
Heat:	Start		Heat:	Start		Heat:	Start		
1	18:20		1	19:20		1	20:20		
2	18:22		2	19:22		2	20:22		
3	18:24		3	19:24		3	20:24		
4	18:26		4	19:26		4	20:26		
5	18:28		5	19:28		5	20:28		
6	18:30		6	19:30		6	20:30		
7	18:32		7	19:32		7	20:32		
8	18:34		8	19:34		8	20:34		
9	18:36		9	19:36		9	20:36		
10	18:38		10	19:38		10	20:38		
Finale:			Finale:			Finale:			
1	18:40		1	19:40		1	20:40		
2	18:42		2	19:42		2	20:42		
3	18:44		3	19:44		3	20:44		
4	18:46		4	19:46		4	20:46		
5	18:48		5	19:48		5	20:48		
6	18:50		6	19:50		6	20:50		
7	18:52		7	19:52		7	20:52		
8	18:54		8	19:54		8	20:54		
9	18:56		9	19:56		9	20:56		
10	18:58		10	19:58		10	20:58		
Premieutdeling:			Premieutdeling:			Premieutdeling:			
	19:30			20:30			21:30		

Eks. på mulig tidsoppsett.

Utøvere må selv søke informasjon om eget heatnummer og starttid, og være klar til start senest 2 minutter før start i sitt heat.

Arena og løyper:

Det legges opp til en kort, actionfylte og publikumsvennlig løype. Løypa er ca. 510 meter med momenter som kuler, dosering og drop. Løypa vil være sperret under konkurransene, og oppvarming vil foregå i 1km. Vi vil tilpasse tidsskjemaet slik at alle vil få prøve løypa før start på prologen i sin klasse.



ARENAKART RAMSJØ- CROSSEN



- 1 ADKOMST TIL STADION
- 2 OPPVARMINGSLØYPE
- 3 KORRIDOR MÅL- START
- 4 FORBEREDELSE START
- 5 MÅLGÅRD
- 6 AKTIVITETSOMRÅDE
- 7 PÅ VEI TIL VM 2025
- 8 SERVICEBYGG/SALG
- 9 PUBLIKUM
- 10 RENNKONTOR, KAFÈ, WC

Skaun IL
På vei til VM

#påveimotVM2025



LØYPEKART RAMSJØCROSSEN

1

K
U
L
E
R



2

D
O
S
E
R
I
N
G



3

D
R
O
P



LØYPENS LENGDE: 510 M



SpareBank
SMN



coop
Midt-Norge