

Klubbrenn 5 - onsdag 04.03.2015

Stilart:

Aldersklassene fra 13 år (2002) og eldre går duathlon. De som er yngre går klassisk med individuell start.

NB! For de som går duathlon skal alle passere gjennom sin bås ved runding, og vi oppfordrer alle i 13 – 16 års klassen som har to par ski om å bytte ski/stilart. Vi arrangerer duathlon primært for at dere skal få anledning til å øve på skibytte!

Juniorer og seniorer skal bytte ski ved runding.

Påmelding:

I år som i fjor må alle som skal delta på klubbrenn melde seg på de enkelte rennene via egen link: www.palisoft.no/pmdb/index.php?arrid=2891

Her registrerer du hvilken klubb du tilhører, navn og årsklasse (alder pr. 31.12.15). Dette skal gjøres for hvert enkelt klubbrenn. Ny link blir lagt ut for hvert renn.

Påmeldingsfrist er mandagen før klubbrennet kl. 23.59

Etteranmelding:

Det er mulig å få etteranmeldt seg i rennsekretariatet frem til kl. 1800 på selve renndagen. Vi ber de som vet at de skal etteranmelde seg være tidlig ute, slik at vi kan få startet rennet så presist som mulig. Dette på grunn av at vi er avhengig av komplette startlister for å få startet rennet.

Startlister og henting av startnummer:

Startlister vil bli lagt ut på www.vangski.no dagen før rennet.

Henting av startnummer skjer i rennsekretariatet fra kl. 17.15 fram til kl. 18.00.

Rennet starter kl.18.30, og det er viktig å forsøke å komme i gang presis. Se på startlisten før du drar og finn ut hvilket startnummer du har, da blir det lettere ved nummerutdelingen. Sjekk også at du får tildelt korrekt nummer.

Startkontingent:

Kr. 30,- betales kontant når startnummer hentes.

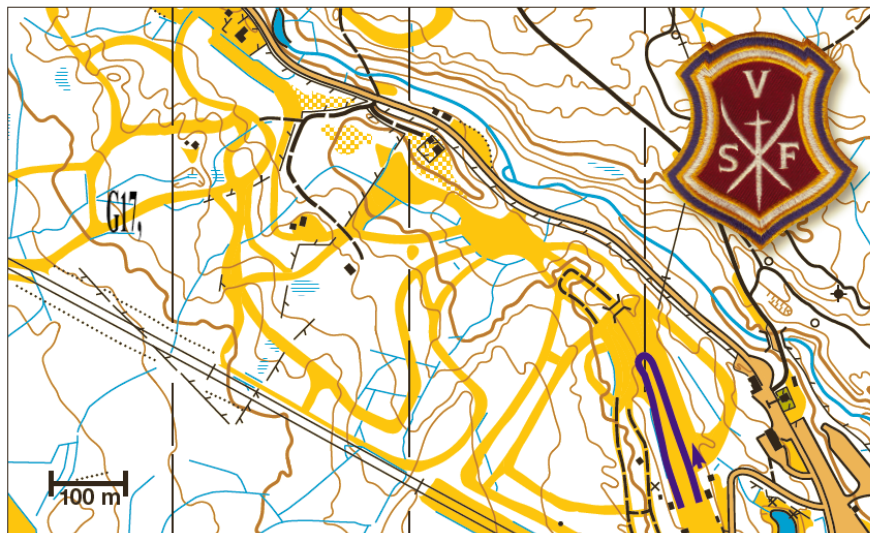
Aldersklasser og løypelengder:

Ved innplassering i aldersklasser er det alderen som man vil ha pr. 31.12.2015 som angir aldersklassen.

De forskjellige klassene skal gå følgende løypelengder/traseer:

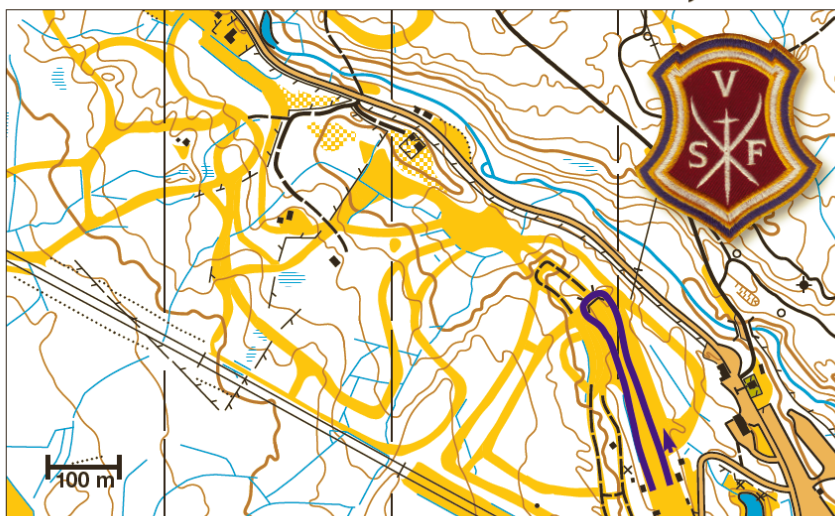
G / J 6 år og yngre: 0,4 km - En runde inne på stadion.

KLUBBRENN LØYPEKART – 0,4 KM



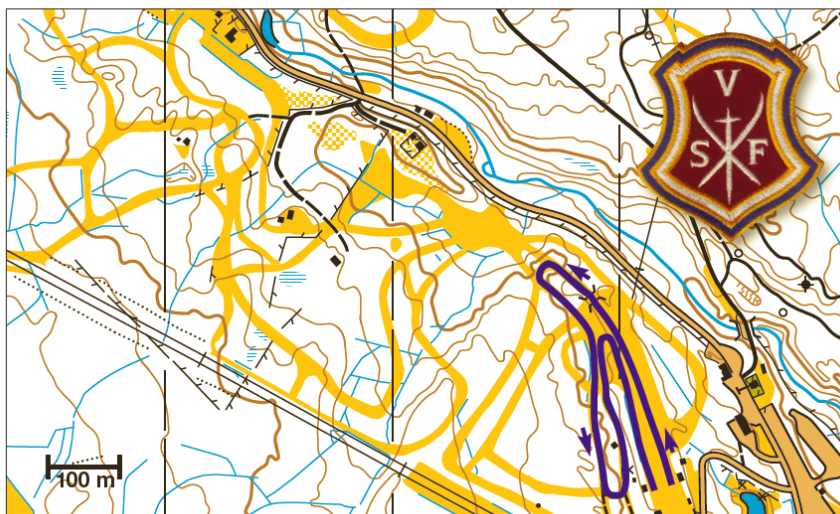
G / J 7 år: 0,6 km – Følge løypa fra start i retning bruas høyre side, (skal ikke under brua), men passere over brua fra høyre side og deretter gå strake veien inn til mål.

KLUBBRENN LØYPEKART – 0,6 KM



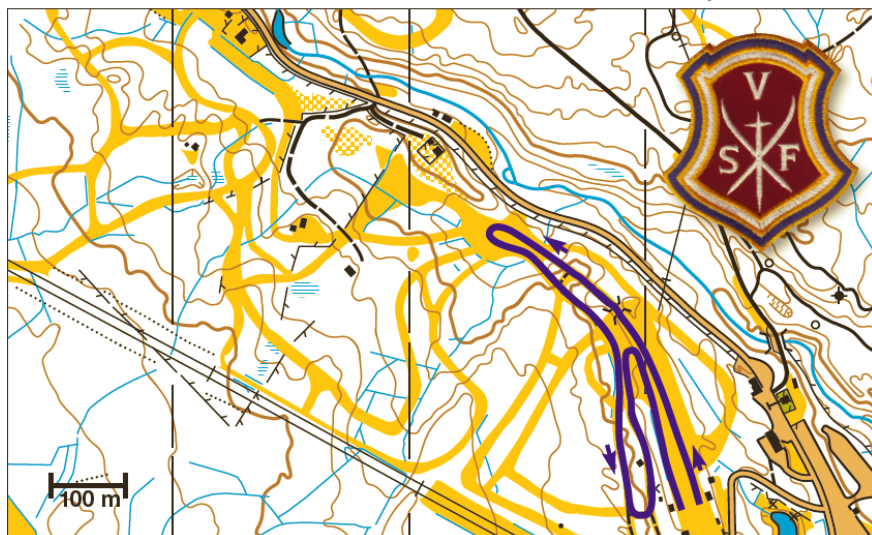
G / J 8 år: 1,0 km - Ut under brua mot "Myra", svinger venstre på "egga" og følger løypa som kommer opp fra "Myra" helt inn mot mål (går om gratishaugen).

KLUBBRENN LØYPEKART – 1 KM



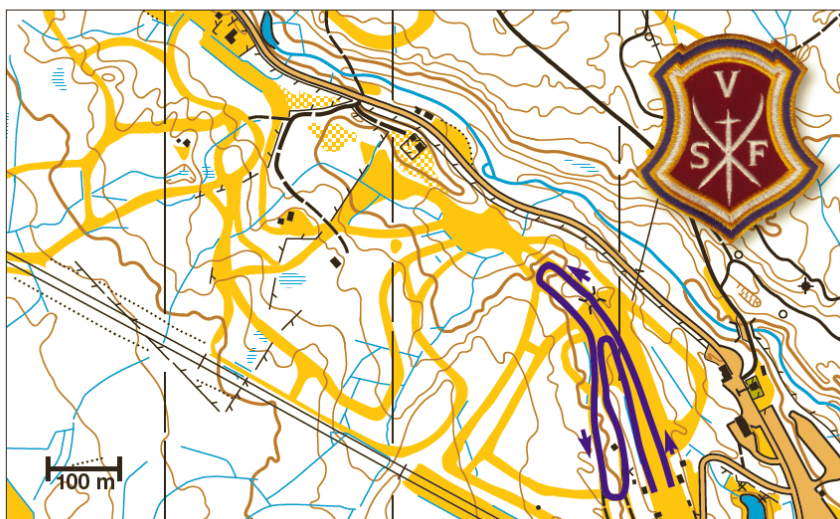
G / J 9 og 10 år: 1,2 km - Går ut under brua, ned på "myra" svinger der nede og går opp den lange, bratte bakken. Deretter følger de løypa inn mot mål (går om gratishaugen).

KLUBBRENN LØYPEKART – 1,2 KM



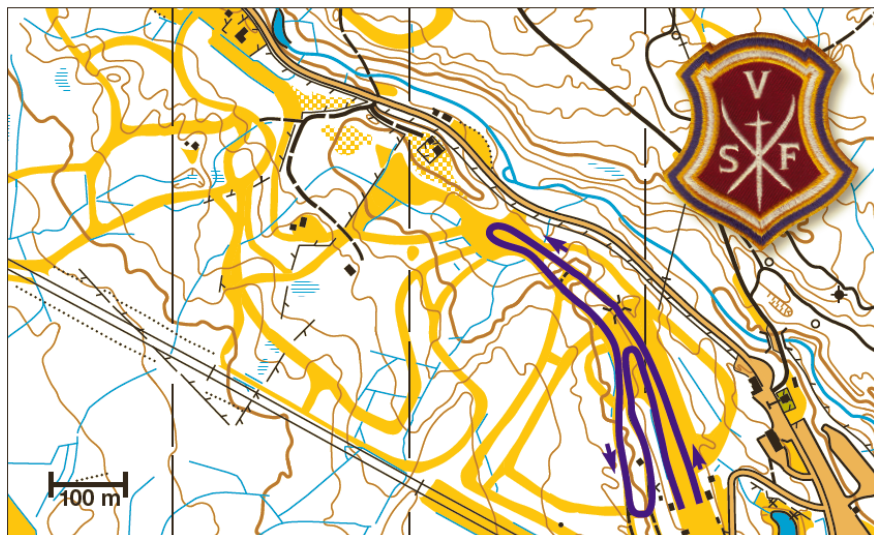
G / J 11 og 12 år: 2 km – Går samme trase som G / J 8 år 2 ganger.

KLUBBRENN LØYPEKART – 1 KM



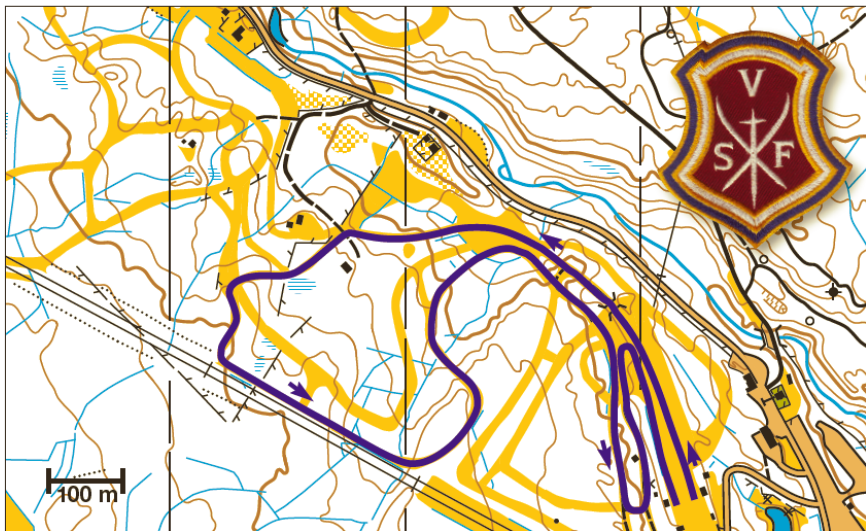
G / J 13, 14 år: 2,4 km – To ganger 1,2 km - Går ut under brua, ned på "myra" svinger der nede og går opp den lange, bratte bakken. Deretter følger de løypa inn mot mål om «gratishaugen». Går denne traseen to ganger.

KLUBBRENN LØYPEKART – 1,2 KM



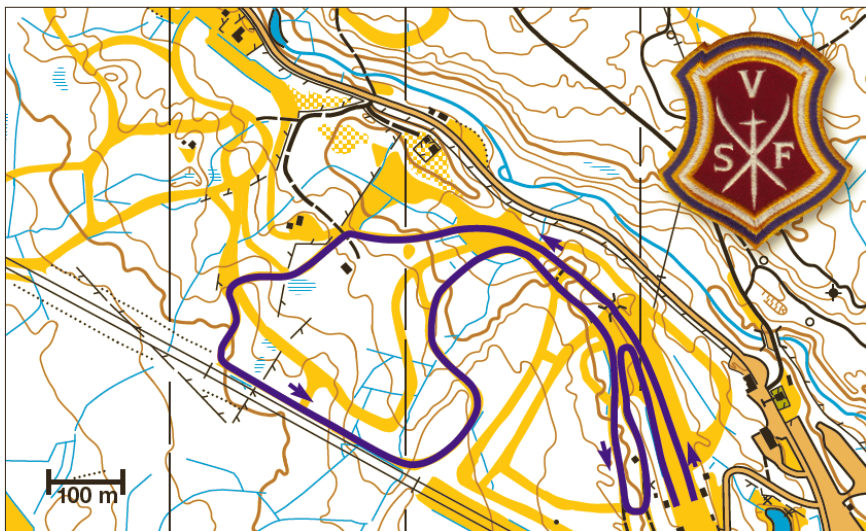
G / J 15, 16 år: 5 km - lysløypa 2,4 km + 2,4 km.

KLUBBRENN LØYPEKART – 2 KM



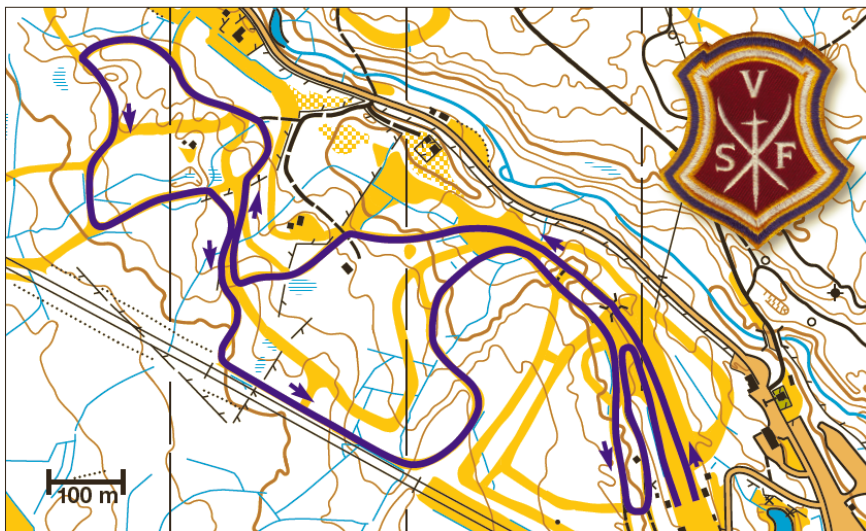
Kvinner 17, 18 og 19/20 og kvinner senior: 5 km - lysløypa 2,4 km + 2,4 km.

KLUBBRENN LØYPEKART – 2 KM



G 17, 18, 19/20 og menn seniorer: 7 km - lysløypa 3,5 km + 3,5 km.

KLUBBRENN LØYPEKART – 3 KM



Trim: 3,5 km – lysløypa

KLUBBRENN LØYPEKART – 3 KM

