

Program lørdag

Norgescup Junior Lillehammer

06.-08. januar

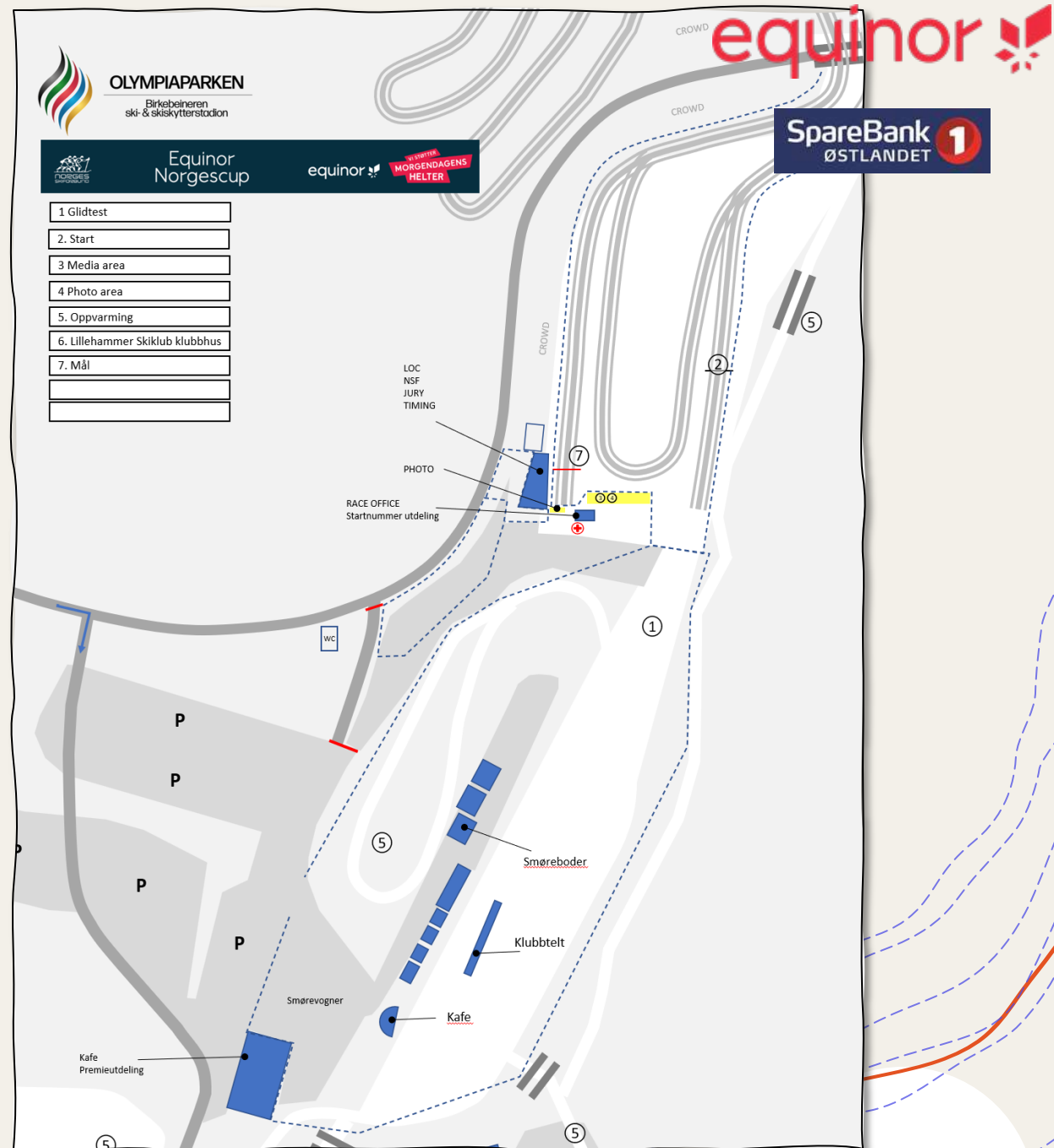
Endring av tid

På grunn av lysforhold utsettes starten for menn og kvinner med 30 minutter.

Menn starter fra 0930 og Kvinner fra 1230.

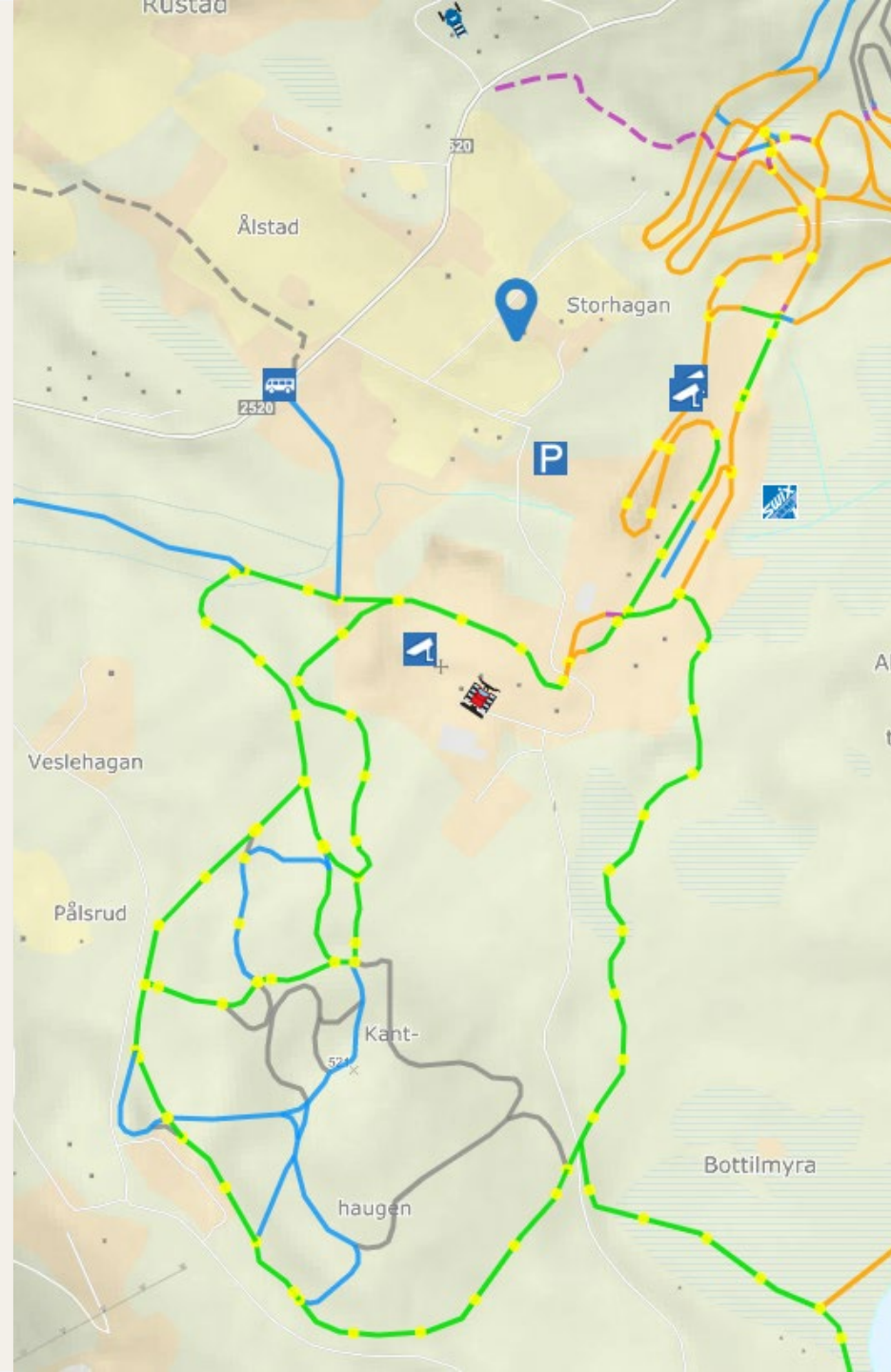
Arenaoversikt

- + Åpningstid kafe
 - + 0800 til 30 minutter etter siste premieutdeling
- + Åpningstid rennkontor
 - + 0730 til 30 minutter etter siste premieutdeling
- + Gangvei på vollen eller veien



Oppvarming

- + Skiskytterarenaen
- + Dæhliehaugen



equinor

SpareBank 1
ØSTLANDET

Konkurransesprogram

+ Konkurranses:

Intervallstart Fri

- + M19/20, M18 og M17 **10 km**
- + Start menn fra **kl 09.30**

- + K19/20 **10 km**, K18 og K17 **5 km**
- + Start kvinner fra **kl 12.30**

+ Trening:

- + Løypa er åpen 0800-0925. Husk hodelykt.
- + Trening før denne tid henvises til skiskytterarenaen.

+ Lørdag:

- + Guttene starter først
- + Eldste klasse først

+ Startlister:

- + Blir lagt ut på:
<https://www.skiforbundet.no/arrangement/2022-2023/2023lillehammer/start--og-resultatlistor/>

+ Premieutdeling:

- + Distanse: 25 minutter etter siste i mål
- + Premie til 1/3 av de startende
 - + (Premie fra fredag kan også hentes lørdag)

Distanse

- + M/K 19/20 seedes på følgende måte:
Startfeltet deles inn i grupper etter FIS-poeng, med et tilnærmet likt antall utøvere i hver gruppe. Løpere uten FIS-punkt settes i gruppe 1. Hver gruppe er på minimum 20 og maks 45 løpere. Hver gruppe trekkes innbyrdes.
- + Gruppene starter i rekkefølge 1-2-3-4.
- + (FIS-liste 4/2022 av 22. desember)
- + Klassene M/K 17 og M/K 18 trekkes for distanse (5 km F).

Distanse

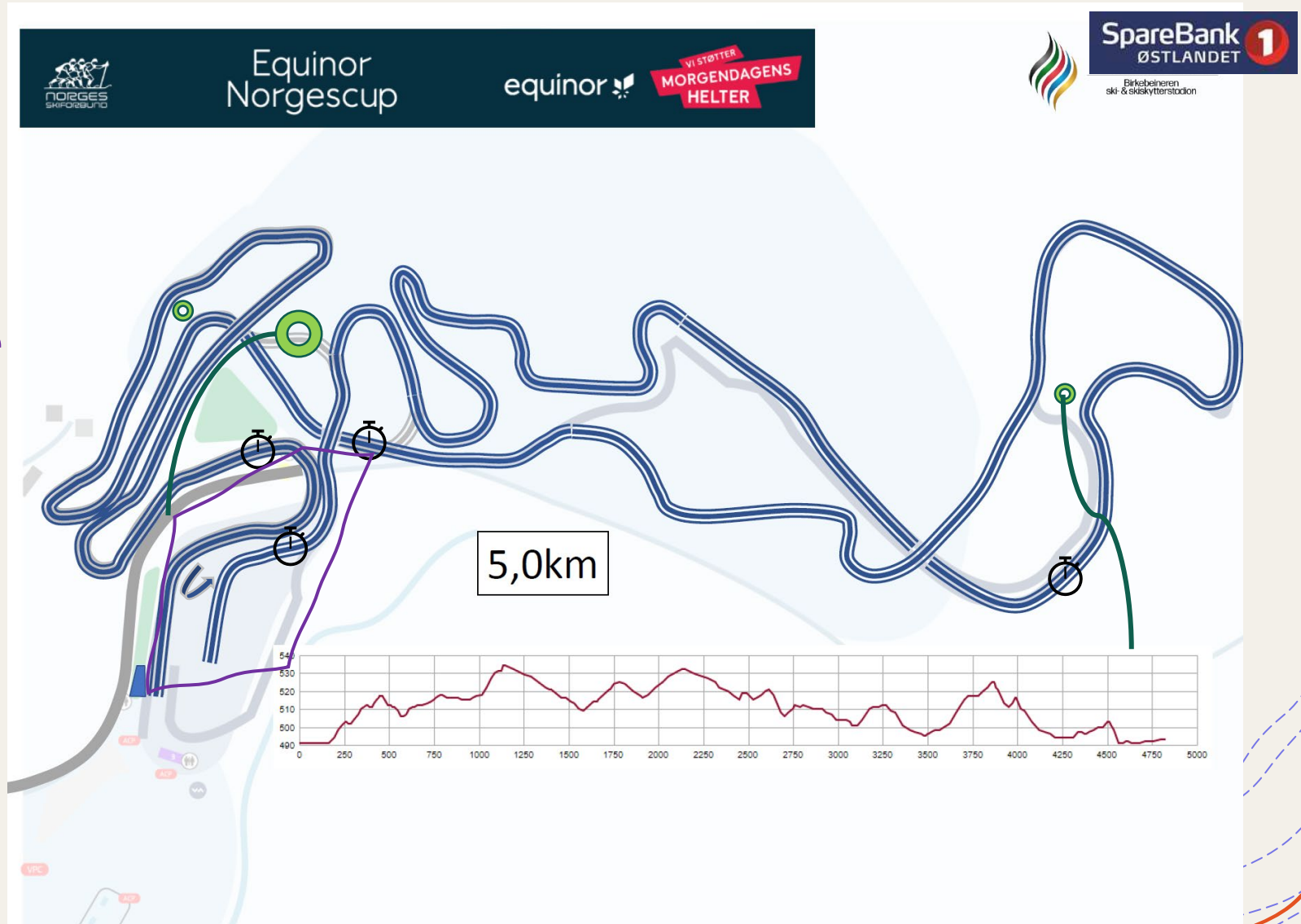
Lørdag

+No coaching zone

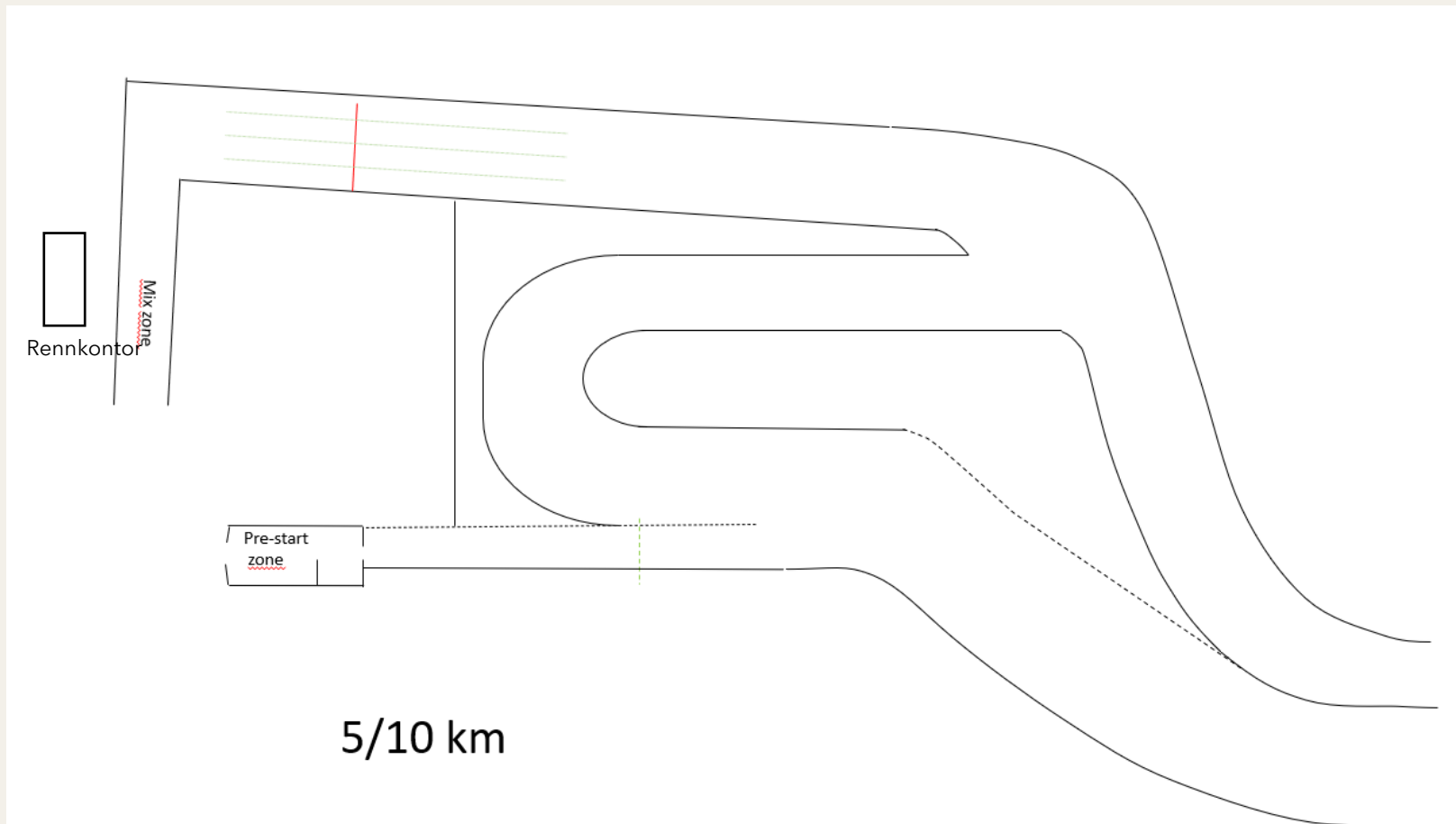
MT 1.6

MT 3.1

MT 4.8



































Start/mål lørdag



Værmelding

Lørdag 7. januar

| Tid | Vær | Temp. | Nedbør mm | Vind(kast) m/s | Vindbeskrivelse |
|-----|---|-------|-----------|---|--|
| 00 |  | -6° | 0,2–0,5 | 4 (8)  | Lett bris fra sørøst med vindkast på 8 m/s |
| 01 |  | -6° | 0,1–0,4 | 4 (8)  | Lett bris fra sørøst med vindkast på 8 m/s |
| 02 |  | -6° | 0,1–0,4 | 3 (7)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 7 m/s |
| 03 |  | -6° | 0–0,2 | 3 (7)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 7 m/s |
| 04 |  | -6° | 0–0,2 | 3 (6)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 6 m/s |
| 05 |  | -6° | | 2 (5)  | Svak vind fra øst med vindkast på 5 m/s |
| 06 |  | -6° | | 2 (5)  | Svak vind fra øst med vindkast på 5 m/s |
| 07 |  | -6° | | 2 (4)  | Svak vind fra øst med vindkast på 4 m/s |
| 08 |  | -6° | | 2 (4)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 4 m/s |
| 09 |  | -6° | | 2 (4)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 4 m/s |
| 10 |  | -6° | | 2 (4)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 4 m/s |
| 11 |  | -6° | | 2 (4)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 4 m/s |
| 12 |  | -5° | | 2 (4)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 4 m/s |
| 13 |  | -4° | 0–0,4 | 2 (4)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 4 m/s |
| 14 |  | -4° | 0,1–0,7 | 2 (4)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 4 m/s |
| 15 |  | -4° | 0,3–1 | 2 (5)  | Svak vind fra sørøst med vindkast på 5 m/s |

Info fra arrangør

+ Startnummer

- + Hentes av løperen selv ved rennkontor. Startnummer kan tidligst hentes 1 time før start, og brikke **må** fremvises for sjekk.

+ Treningstider

- + Åpent for trening ca 1 time etter siste premieutdeling
- + Anbefaler gjennomgang av 5 km på fredag og lørdag ettermiddag

+ Whatsapp

- + Hold deg oppdatert på [Whatsapp](#)

+ Parkering

- + Via Apcoa flow. Husk å betale innen 48 timer for å unngå gebyr

+ Rennkontor

- + 07:30 til 30 minutter etter siste premieutdeling

+ Kafe

- + 1 time før første start til 30 minutter etter siste premieutdeling