

Tverrelvdalen IL inviterer til TIL-rennet 17.-18. januar 2025. Rennet finner sted i Skileikanlegget i Tverrelvdalen.

Rennprogram LØRDAG 17. januar

11:00 -11.30

- **Sonerenn**: 7-10 år: 1 km klassisk individuell start
- **Kretsrenn:** 11 år og eldre: Sprint klassisk prolog.

Påmelding på www.isonen.no innen torsdag 15.januar. 23:55.

11:30-12:00 **Barnerenn** 0-6 år (f 2020), valgfritt antall runder i en flat løype. Påmelding ved start. Premiering ved målgang.

12:00-14:00 **Kretsrenn:** Sprint finaler 11 år og eldre.

18:00: Premieutdeling og middag for kretsrenn 11 år og eldre på Tverrelvdalen skole. Se info om påmelding til middag under *premieutdeling*

Gjennomføring øvelser: (se løypekart lenger ned i dokumentet)

- Barnerenn opp til 6 år: 250 meters løype, der barna kan gå så mange runder de vil. Premiering ved målgang.
- 7-10 år: 1 km løype. Individuell start. Premiering ved målgang.

- 11 og 12 års klassen går 1 prolog og 1 heat (gruppestart). Heatene settes sammen med de beste tidene i første heat og de neste i det andre heat.
- 13 år og eldre går prolog og 2 heat. Semifinale heat settes sammen basert på et oppsett som jevnfordeler to heat etter prologtider, og deretter er det de tre beste fra hvert heat som går til A-finale og de øvrige i B finale.

Distanser sprint

- G/J 11-12 år 450 meter
- G/J 13-16 år 650 meter
- K/M junior/ senior 1 km

Garderober

Garderober er tilgjengelig på Tverrelvdalen Ungdomshus ca 1.5 km unna skistadion.

Kafé

Det vil være grilling av pølser og salg av kaffe, kakao og kaker i skileikanlegget.

Premieutdeling

Premieutdeling ved målgang for barne- og sonerenn. For 11 år og eldre blir det premieutdeling etter middagen på lørdag på Tverrelvdalen skole. Pris per person for pizzabuffet er 150,- kroner inkl drikke. Egen påmelding for middag gjøres klubbvis innen torsdag 15.januar til til Jarl Erik Aas på epost: aasjarl@hotmail.com.

RENNPROGRAM SØNDAG 26. januar

11:00 Fristil distanserenn fra 7 år og eldre. Påmelding på isonen.no innen torsdag 15. januar.

Distanser (se løypekart lenger ned i dokumentet)

- G/ J 7-10 år 1 km individuell start

- G/ J 11-12 år 2 km fellesstart
- G/J 13-14 år: 3 km fellesstart
- G/J 15-16 år: 4 km fellesstart
- K/ M junior 8 km (4+4) fellesstart
- K/ M senior 8 km (4+4) fellesstart
- K / M veteran 8 km (4+4) fellesstart
- K/ M sjåførklasse 4 km fellesstart
- Tilrettelagt Para/ syn/ UH 13 år-senior: 2 km individuell start

Gjennomføring av øvelser:

De yngste starter først. De som går samme distanse starter samtidig. Junior, senior og veteran sammen, og sjåførklassen sammen med junior og senior. UH starter mellom 7-10 år og 11-12 år.

Garderober

Garderober er tilgjengelig på Tverrelvdalen Ungdomshus ca 1.5 km unna skistadion.

Kafé

Det vil være grilling av pølser og salg av kaffe, kakao og kaker i skileikanlegget.

Premieutdeling

På søndag blir det premieutdeling fortløpende på skistadion.

Startkontigent:

Vanlige satser ihht. Norges Skiforbund

Rennkontor

Oppe i skileikanlegget i tidtaker- og speakerbua.

- Lørdag fra klokken 09:00 til rennslutt

- Søndag: 09:00 til arrangementets slutt

Det vil bli benyttet EMIT-system for tidtaking, de som har egne brikker må ta disse med. Husk å registrer brikkene ved påmelding. Vi har også brikker til utlån, kostnad for leie av brikke er; junior og senior: 100,-, 11-16 år: 50,-

Startnummer og brikker hentes lagvis på rennkontoret. Ikke innleverte startnummer belastes klubben med kroner 300,-. Ikke innleverte brikker må erstattes.

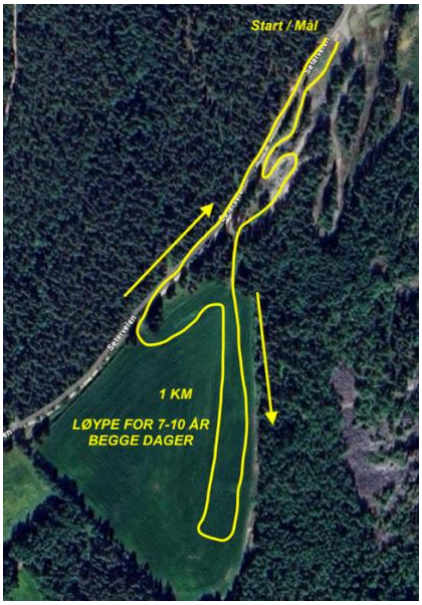
Overnatting

Vi tilbyr overnatting på Tverrelvdalen skole. Overnatting tilbys fra fredag-søndag. Det er kjøkken og kjøleskap tilgjengelig slik at man kan lage seg måltider på skolen. Pris overnatting skole: 200,- pr. Person. Påmelding gjøres klubbvis innen torsdag 15.januar til Jarl Erik Aas, på epost: aasjarl@hotmail.com

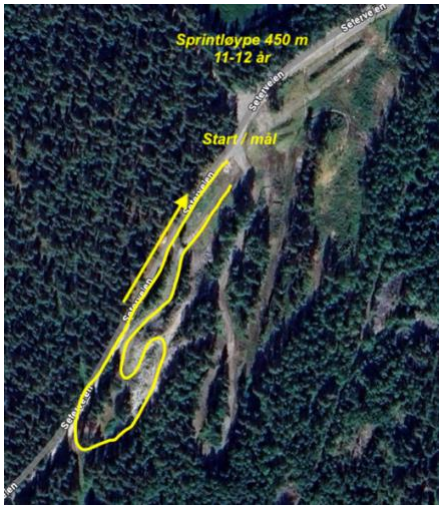
Vi ønsker alle løpere, trenere og foreldre hjertelig velkommen til spennende og fartsfylte dager i Tverrelvdalen!



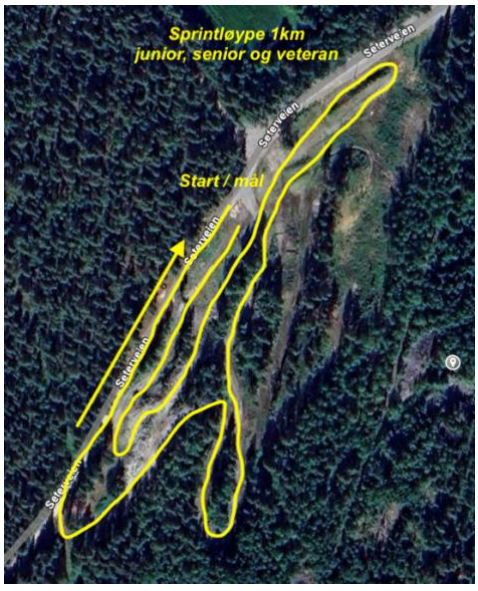
Løypekart lørdag:











Løypekart søndag:

