



## INVITASJON NM SKI 2024

På vegne av Norges Skiforbund har Lillehammer Skiklub, Søre Ål Idrettslag og Lillehammer Olympiapark gleden av å invitere til Norgesmesterskapet i langrenn for senior del 2 2024.

### Rennprogram

#### Torsdag 21.03.24:

13:25 Para Sprint fri prolog, stående og sittende

14:30 Para Sprint finaler, stående og sittende

15:00 Sprintstafett klassisk, kvalifiseringsheat kvinner og menn

18:00 Sprintstafett klassisk, finaler kvinner og menn

#### Fredag 22.03.24:

10:15 5 km para, sittende

10:50 5 km klassisk, individuellstart kvinner og para stående

13:15 10 km klassisk, individuellstart menn

#### Lørdag 23.03.24:

10:00 30 km fristil, individuellstart kvinner

12:45 50 km fristil, individuellstart menn

Starttider kan endres. Oppdatert tidsprogram finnes på våre hjemmesider:

<https://www.skiforbundet.no/lillehammer2024/>

## Whatsapp-gruppe

Whatsapp-gruppe blir benyttet til direkte informasjon til utøvere, klubber og lag. Link til Whatsapp-gruppe legges på hjemmesiden.

## Påmelding

Det benyttes online påmelding via <https://isonen.no/event/clrpOro6h01iqjt4viq46f6ke/>.

Påmeldingsfrist 17.03.2024.

NM sprintstafett klassisk torsdag er åpent for kvinnelige utøvere født 2009 og tidligere, samt mannlige utøvere født 2007 og tidligere.

Påmelding til 5 og 10km klassisk fredag er tillatt for utøvere født i 2007 og tidligere. Alle juniorer melder seg på i seniorklassen.

Påmelding til 30 og 50km fristil lørdag er tillatt for utøvere født i 2003 og tidligere med norsk FIS-kode og utenlandske utøvere som går for norsk klubb. Rangering bestemmes av FIS poeng.

<https://isonen.no/event/clrpeOuab000mmn1q70b1f45u/>

NB! Ingen etteranmeldinger.

Påmelding er ikke godkjent før startkontingent er betalt. Etter at påmeldingsfristen er utløpt, vil påmeldingslistene bli lagt ut på hjemmesiden for gjennomsyn.

Korrigeringer må meldes snarest til [ellie.lein@skiforbundet.no](mailto:ellie.lein@skiforbundet.no).

## Informasjon NM Sprintstafett

Sprintstafetten i NM vil bli gjennomført med tradisjonell modell bestående av semifinaler hvor hver løper går 3 etapper.

Reglement damer:

- 2 semifinaler hvor de to beste lagene går direkte videre
- De 11 beste tidene går videre som LL
- Finalen består av 15 lag

Reglement herrer:

- 3 semifinaler hvor de to beste lagene går direkte videre
- De 9 beste tidene går videre som LL
- Finalen består av 15 lag

## Skilisens/FIS-kode

Alle deltakere må ha gyldig skilisens ihht. NSF sitt reglement. Det kan bli foretatt kontroll av gyldig lisens ved påmelding. Løpere uten gyldig skilisens (sesonglisens) må løse engangslisens før hver start. Engangslisens koster kr. 63,- for løpere under 25 år og kr. 205,- for 26 år og eldre. Engangslisens betales ved påmelding i iSonen.

Alle som deltar må være påmeldt FIS-punktlista med egen FIS-kode. For å få FIS-kode må Athletes Declaration fylles ut.

## Startnummer

### LAGSPRINT

Startnummer (inkl. lårnummer) hentes lagvis på rennkontoret. Husk å ta med egne brikker for brikkesjekk.

### INDIVIDUELLE RENN

Hver løper henter sitt startnummer i telt rett utenfor rennkontoret. Brikkesjekk skjer samtidig med startnummerhenting, så husk å ta med brikke!

Startnummer vil være tilgjengelig fra 1 time før start – vær ute i god tid!

### Brikker

Alle løpere må ha med egen brikke. Ved glemt brikke må rennkontor kontaktes for leiebrikke. Alle løpere får også en brikke fra arrangør påsatt ved inngangen til startområdet. Egen tidtakerbrikke vil sjekkes ifm. henting av startnummer på rennkontor.

### Startkontingent

Startkontingent betales online ved påmelding. Startkontingent individuelle NM øvelser kr 220,- pr. start. Kr. 250,- for NM 50km. Startkontingent NM sprintstafett kr 440,- pr lag.

### Startlister

Trekning av startlisten skjer kl. 16:00 hver dag før renndag, og vil bli publisert på hjemmesida. Startlister vil bli lagt ut umiddelbart etter trekning. Løypekart, løypeprofil og stadionoversikt finnes på <https://www.skiforbundet.no/lillehammer2024/>

### Lagledermøte

Lagledermøter for NM onsdag 20.mars 18:00 i hallen på stadion, med mulighet for å delta på Teams. Eventuelle endringer og informasjon blir kunngjort i Whats App-gruppa.

### Akkreditering

Vi krever akkreditering kun for presse og media.

### Smørefasiliteter

Arrangøren har 32 smøreboder til leie.

Smørebod 15-20 m2	(16A tilkobling)	Kr 6000,-
Plass til smørevogn	(16A tilkobling)	Kr 4000,-
Plass til smørebil/buss	(32/63A tilkobling)	Kr 10000,-

Bestilling av smøreplasser gjøres til [lars.nes@olympiaparken.no](mailto:lars.nes@olympiaparken.no).

Praktisk informasjon: Alle smøreplasser faktureres ved bestilling. Tildeling av plasser og plassering av biler og busser gjøres etter «først til mølla prinsippet».

Første ankomstdag er mandag 18.03.24.

Ønsker du å komme tidligere tar du kontakt med [lars.nes@olympiaparken.no](mailto:lars.nes@olympiaparken.no).

## **Dopingkontroll**

Det gjøres oppmerksom på at det kan bli foretatt dopingkontroll. Slik kontroll vil skje i egnet rom i Skistua. Utøverne har rett til å ha med seg ledsager ved kontrollen.

## **Premiering**

Premiering ihht. NSF bestemmelser. Blomsterseremoni i målområdet rett etter hver NM-distanse. Premiene leveres av lokale leverandører. Deltakerpremier til alle for NM hentes på rennkontor.

## **Offisielle treningstider**

Onsdag 20. mars klokken 13-15. Detaljer på nettside og WhatsApp.

Løypene vil stort sett være åpne, men følg med for eventuelle endringer. Vi må også ta hensyn til vær og føreforhold. Informasjon vil bli oppdatert på nettsiden.

## **Rennkontor**

Rennkontor på stadion.

Åpningstider rennkontor:

Tirsdag 19/3: kl. 09-15

Onsdag 20/3: kl. 09-15

Torsdag 21/3: kl. 12-19

Fredag 22/3: kl. 09-15

Lørdag 23/3: kl. 08-15

## **Parkering**

Parkering på Birkebeiner skiskytterstadion drives av Apcoa med skiltgjenkjenning. Kostnad er maks kroner 80 per dag. Parkering på anviste plasser i nærheten av stadion. Vi anbefaler å sette opp automatisk trekk i Apcoa Flow-appen. Følg skilting.

## **Kafè/kiosk**

Målhuset kafé på stadion vil være åpen hele uka.

I tillegg vil vi ha kiosk, kafé og varmetue i hallen på stadion onsdag – lørdag.

## **Resultatlist**

Resultatlist henges opp på oppslagstavle ved stadion, samt legges ut på <https://www.skiforbundet.no/lillehammer2024/> så snart de er offisielle.

## **Overnatting**

Se informasjon på nettsiden.

## Kontaktpersoner

Rolle	Navn	E-post
Leder organisasjonskomité	Torbjørn Broks Pettersen	broks@olympiaparken.no
Rennleder langrenn	Marthe Bjørnsgaard	marthebjornsgaard@gmail.com
Ass rennleder	Anders Aalberg	anders.x.aalberg@gmail.com
Løypesjef	John Gunnar Dokk	john.gunnar.dokk@gmail.com
Smøreboder	Lars Nes	lars.nes@olympiaparken.no
Stadionsjef	Robert Granseth	robert.granseth@gmail.com
Rennkontor	Berit Melbø	berit.melbo@gmail.com
TD	Rune Tøllefsen	
Ass. TD	Daniel Myrmæl Helgestad	