

Regler for kretsmesterskap i Vestfold og Telemark Skikrets

Satser og avgifter

Startkontingent (inkludert deltakeravgift til skikretsen)

Barn og ungdom: kr 130,- pr renn

Junior: kr 150,- pr renn

Senior: kr 170 pr renn

Parkeringsavgift

Parkering settes til maks kr 100,- pr bil / pr dag

Påmelding

iSonen skal være et alternativ for rennpåmelding med mulighet for å velge «faktura til klubb» som betalingsform.

Ved etteranmeldelse kan arrangøren innkreve dobbel startkontingent (minus deltakeravgiftdelen på kr 25,-). Denne regel gjelder ikke barn 12 år og yngre.

Invitasjon

Egen renninvitasjon er påkrevet, og skal i tillegg til den korrekte betegnelsen for rennet, gi opplysninger om:

- Når og hvor (interaktiv kartlenke) rennet skal holdes
- Hvilke øvelser og klasser rennet omfatter
- Påmeldingslenke først og fremst til iSonen, og siste frist for påmelding
- Startkontingent
- Premiering
- Kontaktinformasjon til arrangørklubb / arrangementsansvarlig / TD
- Parkeringsavgift (maks kr 100,-) og betalingsform

Invitasjonen sendes kretskontoret og legges ut på kretsens facebookside senest én måned før rennet.

Invitasjonen sendes også til TD

Teknisk delegert (TD)

Klubber som arrangerer kretsmesterskap, plikter å ha minst én TD i egen klubb med oppdrag i løpet av vinteren

Arrangørklubb er selv ansvarlig for oppnevning av TD til kretsmesterskapet, og TD skal ikke komme fra egen klubb.

TD plikter å sende inn TD-rapport senest 1 dag etter at konkurransen er avsluttet.

Rent Idrettslag

Som arrangør av kretsmesterskap er det viktig å ta ansvar og ledelse i antidopingarbeidet lokal. Skikretsen ønsker at alle våre klubber skal gjennomgå Rent idrettslag-programmet.

[Rent idrettslag](#) er et webbasert program og tar 1 til 2 timer å gjennomføre, og sertifiseringen etter gjennomfør kurs gjelder for 2 år.

KM Normaldistanse

KM normaldistanse avvikles i klassisk stil og fristil annethvert år. KM Normaldistanse skal avvikles med intervallstart og fellesstart slik at det i løpet av en fireårsperiode har både intervallstart og fellesstart i begge stilarter.

Klasseinndeling og løypelengder skal være som følger. Det skal ikke gis dispensasjon for noen løpere til å delta i høyere klasser enn som angitt:

<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>	<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>
Jenter 13 år	3,0 km	Gutter 13 år	3,0 km
Jenter 14 år	3,0 km	Gutter 14 år	3,0 km
Jenter 15 år	5,0 km	Gutter 15 år	5,0 km
Jenter 16 år	5,0 km	Gutter 16 år	5,0 km
Kvinner 17 år	5,0 km	Menn 17 år	10,0 km
Kvinner 18 år	5,0 km	Menn 18 år	10,0 km
Kvinner 19-20år	5,0 km	Menn 19-20år	10,0 km
Kvinner Senior	10,0 km	Menn Senior	15,0 km
FH Klasser	Settes opp i henhold til påmeldte		

KM Sprint

KM Sprint avvikles i klassisk stil og fristil annethvert år. KM Sprint og KM normaldistanse har forskjellig stilart.

KM Sprint gjennomføres ved en kvalifiseringsomgang (prolog) organisert som intervallstart, og finalerunder. Finalerundene gjennomføres med heatstart. Det tillates sammenslåing av klasser, men bare 2 og 2 år. (for eksempel 13 + 14 år). Junior 17 til 20 år kan slås sammen til en klasse.

KM Sprint skal arrangeres på en slik måte at alle løpere går minimum prolog + 2 heatstarter.

Løypa som brukes i prologen og i heatene skal være den samme.

Klasseinndeling og løypelengder skal være som følger. Det skal ikke gis dispensasjon for noen løpere til å delta i høyere klasser enn som angitt:

<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>	<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>
Jenter 13 år	0,3 - 0,5 km	Gutter 13 år	0,3 - 0,5 km
Jenter 14 år	0,3 - 0,5 km	Gutter 14 år	0,3 - 0,5 km
Jenter 15 år	0,5 - 1,0 km	Gutter 15 år	0,5 - 1,0 km
Jenter 16 år	0,5 - 1,0 km	Gutter 16 år	0,5 - 1,0 km
Kvinner 17 år	0,8 - 1,6 km	Menn 17 år	0,8 - 1,6 km
Kvinner 18 år	0,8 - 1,6 km	Menn 18 år	0,8 - 1,6 km
Kvinner 19-20år	0,8 - 1,6 km	Menn 19-20år	0,8 - 1,6 km
Kvinner Senior	1,0 - 1,8 km	Menn Senior	1,0 - 1,8 km
FH Klasser	Settes opp i henhold til påmeldte		

KM Stafett

KM Stafett med 3 etapper avvikles annethvert år. Første etappe er alltid klassisk, og siste etappe er alltid fristil. Den midtre etappen veksler mellom å være klassisk og fristil.

Startrekkefølge for klubbenes førstelag skal følge resultatlista fra KM Stafett foregående år. Øvrige lag trekkes.

Klasseinndeling og løypelengder skal være som følger. Det skal ikke gis dispensasjon for noen løpere til å delta i høyere klasser enn som angitt:

<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>	<u>Presisering om aldersklasser</u>
Jenter 13-16 år	3 x 3,0 km	Maks sammenlagt alder 45 år, kun for løpere 13-16 år
Gutter 13-16 år	3 x 3,0 km	Maks sammenlagt alder 45 år, kun for løpere 13-16 år
Kvinner Junior	3 x 3,75 km	Åpen for løpere i klassene 15-20 år
Menn Junior	3 x 5,0 km	Åpen for løpere i klassene 15-20 år
Kvinner Senior	3 x 5,0 km	Åpen for løpere i klassene 15 år og eldre
Menn Senior	3 x 5,0 km	Åpen for løpere i klassene 17 år og eldre

Det tillates for jenter/kvinner i stille på gutte-/herrelag så lenge de tilfredsstiller kravet til alder.

Rennets jury kan åpne for mix-lag fra flere klubber, men disse starter utenfor KM konkurranse og skal starte sist.

KM Sprintstafett

KM Sprintstafett avvikles annethvert år, og gjennomføres i klassisk stil og fristil annenhver gang.

KM Sprintstafett starter med en individuell prolog, hvor alle løpere går en runde hver. Etter kvalifiseringen arrangeres finale med 2 løpere på hvert lag, som går annenhver etappe (3 etapper hver).

Kvalifiseringen kan erstattes med semifinale hvor hver utøver går det samme antall etapper som i finalen.

Løypa som brukes i kvalifisering eller semifinaler må være den samme som benyttes i finalen

Det er ikke tillatt å preparere eller smøre ski under heatene i sprintstafett

Klasseinndeling og løypelengder skal være som følger. Det skal ikke gis dispensasjon for noen løpere til å delta i høyere klasser enn som angitt:

<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>	<u>Presisering om aldersklasser</u>
Jenter 13-16 år	2 x 3 x 0,5 km	Maks sammenlagt alder 30 år, kun for løpere 13-16 år
Gutter 13-16 år	2 x 3 x 0,5 km	Maks sammenlagt alder 30 år, kun for løpere 13-16 år
Kvinner Junior	2 x 3 x 1,0 km	Åpen for løpere i klassene 15-20 år
Menn Junior	2 x 3 x 1,0 km	Åpen for løpere i klassene 15-20 år
Kvinner Senior	2 x 3 x 1,0 km	Åpen for løpere i klassene 15 år og eldre
Menn Senior	2 x 3 x 1,0 km	Åpen for løpere i klassene 17 år og eldre

KM Rulleski

KM Rulleski avvikles i klassisk stil og fristil annethvert år. KM Rulleski skal avvikles med intervallstart og fellesstart slik at det i løpet av en fireårsperiode har både intervallstart og fellesstart i begge stilarter.

Klasseinndeling og løypelengder skal være som følger. Det skal ikke gis dispensasjon for noen løpere til å delta i høyere klasser enn som angitt:

<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>	<u>Klasse</u>	<u>Lengde</u>
Jenter 13 år	4,0 km	Gutter 13 år	4,0 km
Jenter 14 år	4,0 km	Gutter 14 år	4,0 km
Jenter 15 år	6,0 km	Gutter 15 år	6,0 km
Jenter 16 år	6,0 km	Gutter 16 år	6,0 km
Kvinner 17 år	6,0 km	Menn 17 år	15,0 km
Kvinner 18 år	6,0 km	Menn 18 år	15,0 km
Kvinner 19-20år	6,0 km	Menn 19-20år	15,0 km
Kvinner Senior	6,0 km	Menn Senior	15,0 km
FH Klasser	Settes opp i henhold til påmeldte		