



Østre Toten Skilag ønsker velkommen til AVSLUTNINGS-HELG i Karidalen 25. – 26. mars 2023

Lørdag 25. mars er det fristil for alle med fellesstart fra og med 13 år. Det er også cup-avslutning for Totenbank-cup og GD-cup i aldersklassene 11-14 år. I tillegg er det cup avslutning for Mosetertoppen-cup for aldersklassene 15-16 år. Rennet er for alle fra 8 år - senior

Søndag 26. mars arrangeres KM i stafett.

Program lørdag: Første start kl 11:00. Rekkefølge: Fra 8 år og oppover. Fristil. Løypelengder – se neste side

Program søndag: Kl 11:00; første start, resterende fortløpende ihht startliste og antall påmeldte lag

- 8-10 år: 3 etapper – (Klassisk-Fri-Fri) – 1,0 km hver etappe (ikke KM).
- 11-12 år 3 etapper – (Klassisk-Fri-Fri) – 2,0 km hver etappe (ikke KM).
- 13-16 år 3 etapper – (Klassisk-Fri-Fri) – 3,0 km hver etappe, maks 45 år på laget.
- Junior og senior går 2-manns stafett med 2 runder hver (Klassisk-Klassisk-Fri-Fri).
- Kvinner junior og kvinner senior går 3,0 km klassisk, 3 km klassisk så 3,0 km fri, 3 km fri.
- Menn junior og menn senior går 2,5km*2 klassisk, 2,5km*2 klassisk så 2,5km*2 fri, 2,5km*2 fri

NB! Det er mulig å melde på miks lag som går «utenom KM».

Klubbene kan også melde inn enkeltløpere som ikke får plass på eget lag og arrangøren vil sette sammen lag i de ulike klassene. Dette må meldes til rennkontoret innen kl 16:00 lørdag.

Påmelding: Min idrett innen onsdag 22.mars kl 23:59. Etteranmelding – dobbel startkontingent.

Startnummer: Hentes i klubbhytta. Startnummer som ikke blir levert tilbake blir belastet løperens klubb med kroner 600,-

Betaling: Betaling av startkontingent ved påmelding.

Premiering: Premieutdeling fortløpende etter at resultatene for hver klasse er offisielle.

Informasjon: Se www.ostre.toten.skilag.no for mer og oppdatert informasjon

VELKOMMEN TIL KARIDALEN



Langrenn fristil ØTS Skisenter Karidalen 25. mars 2023				
1,5 km	2,0 km	2,5 km	3,0 km	3,3 km
1,5 km	2,0 km	2,5 km	3,0 km	3,3 km
Passering ny runde over standplass				

Langrenn fristil ØTS Skisenter Karidalen 25. mars 2023		
Klasser	Gutter/Menn	Jenter/Kvinner
8 - 10 år (individuell start)	1,5 km	1,5 km
11 og 12 år (individuell start)	2 km	2 km
13 og 14 år (fellesstart)	3 km	3 km
15 år (fellesstart)	5 km (2 * 2,5)	5 km (2 * 2,5)
16 år (fellesstart)	5 km (2 * 2,5)	5 km (2 * 2,5)
17 år, 18 år (fellesstart)	10km (3 * 3,3)	5 km (2 * 2,5)
19-20 år (fellesstart)	10km (3 * 3,3)	10km (3 * 3,3)
Senior (fellesstart)	10km (3 * 3,3)	10km (3 * 3,3)

Link til løpene våre på nett her:

<https://anlegg.skiskyting.no/map/25>