

HOVEDLANDSRENNET 2020

Lagledermøte LANGRENN

Wood Hotell Brumunddal
Torsdag 20. februar



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Opprop

- Østfold
- Akershus
- Oslo
- Hedmark
- Oppland
- Buskerud
- Telemark/Vestfold
- Agder og Rogaland
- Hordaland
- Sogn og Fjordane
- Møre og Romsdal
- Sør-Trøndelag
- Nord-Trøndelag
- Nordland
- Troms
- Finnmark



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Kontaktpersoner for kretsene

- Skriv navn, krets, mob.nr. og e-postadresse på lista som sendes rundt



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Jury

- TD: Erland Husom
- Ass. TD: Torbjørn Broks Pettersen
- Ass. TD: Fred Arne Jacobsen
- Rennlder: Geir Mauseth



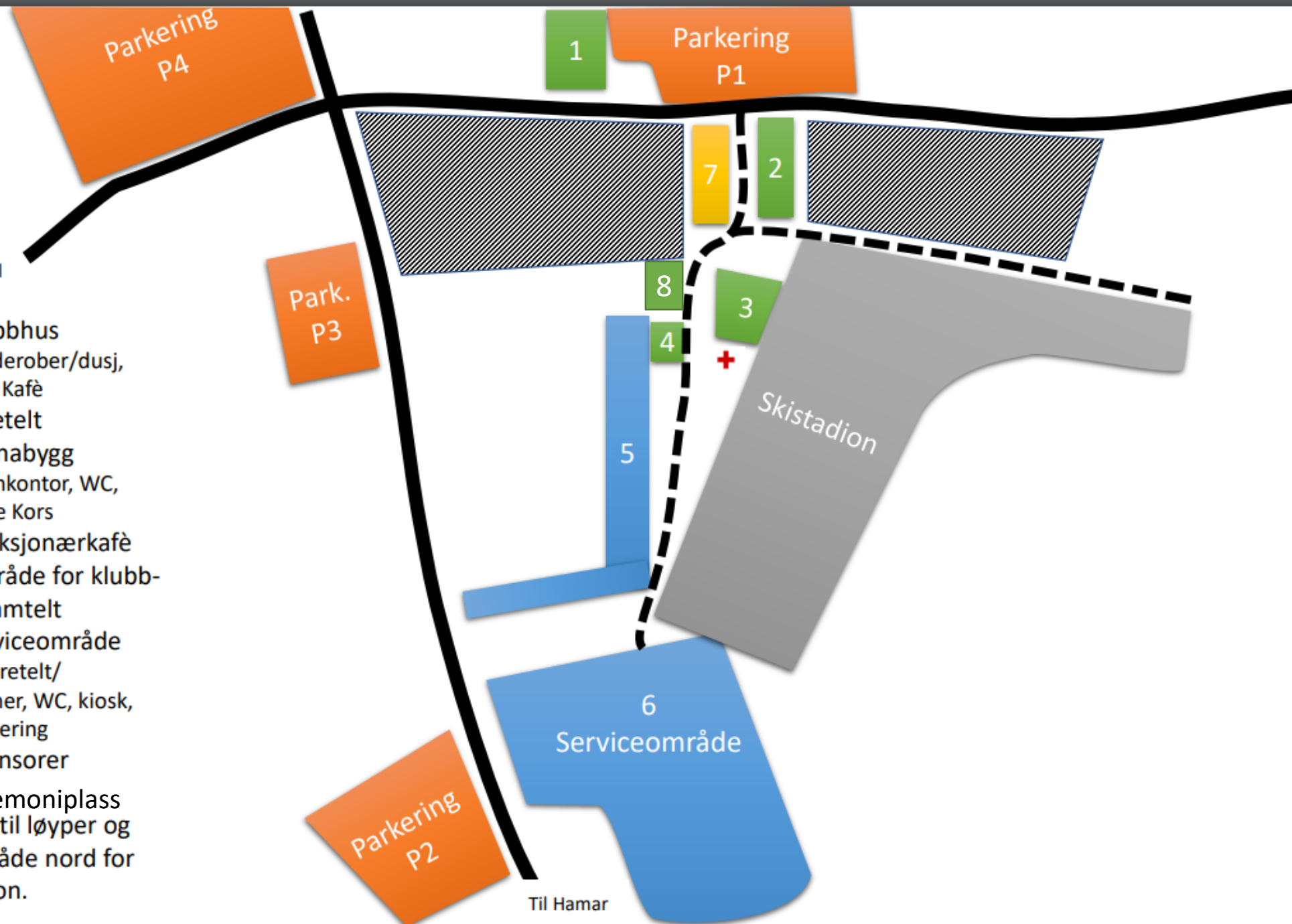
LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



ARENAKART - NYBYGDA SKISTADION

Til
Brumunddal

1. Klubbhus
Garderobe/dusj,
WC, Kafè
2. Kafètelt
3. Arenabygg
Rennkontor, WC,
Røde Kors
4. Funksjonærkafè
5. Område for klubb-
/teamtelt
6. Serviceområde
Smøretelt/
vogner, WC, kiosk,
parkering
7. Sponsorer
8. Seremoniplass
Adgang til løyper og
testområde nord for
skistadion.



Til Hamar

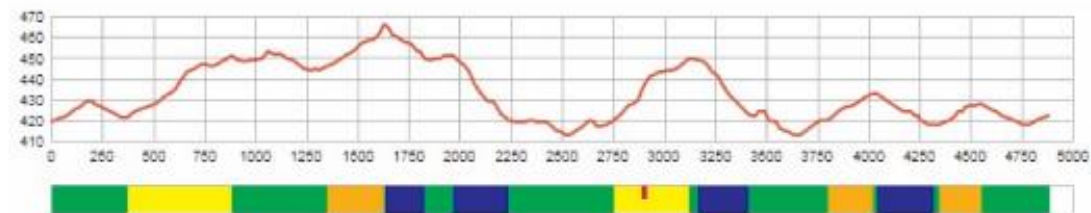
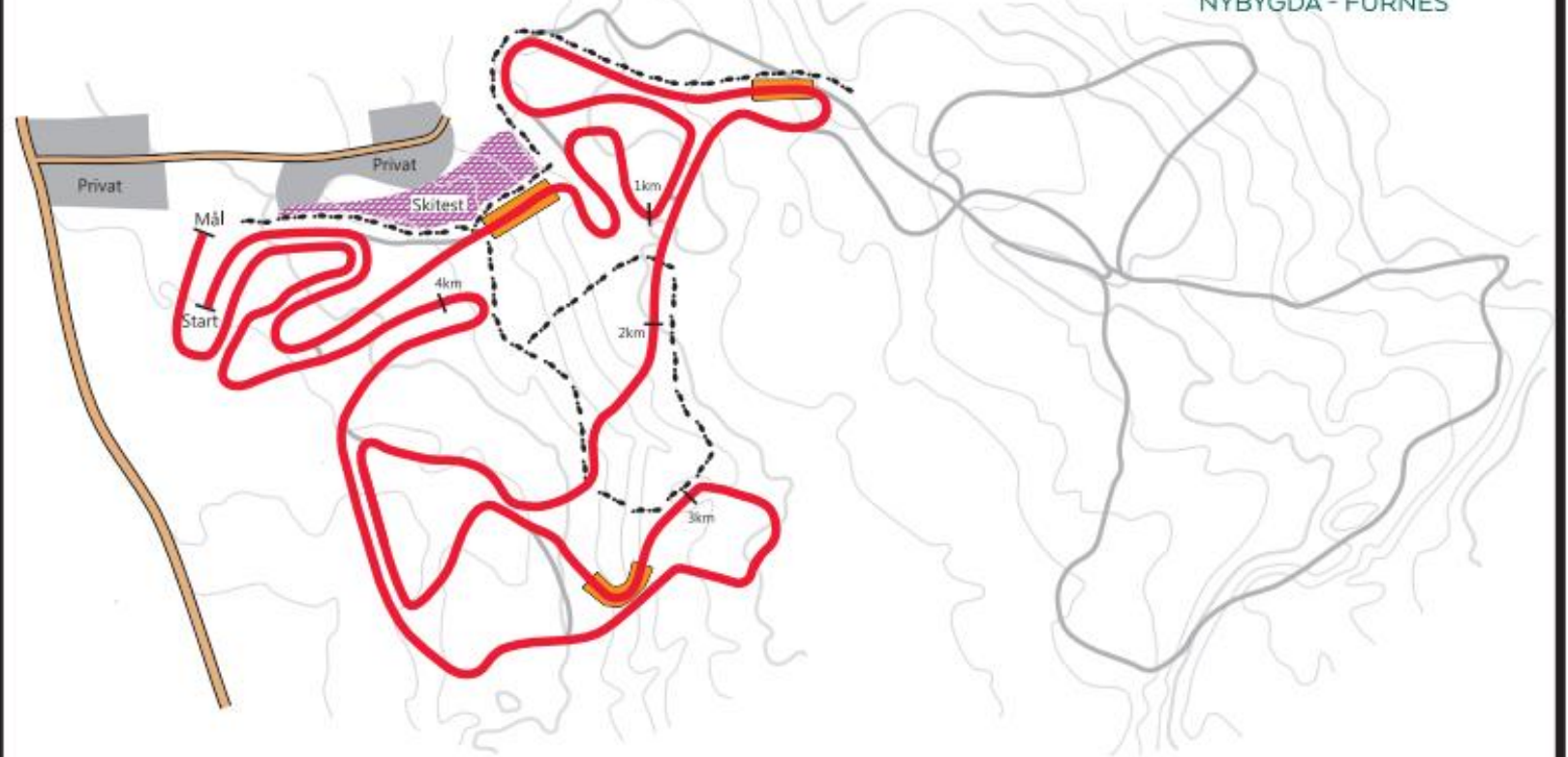
Fredag 21. februar

- Start kl. 1000 (J15, G15)
- Ingen skitest/oppvarming i løypa.
- To spor til skitesting på venstre side i traseen i første motbakke.



Hovedlandsrennet 2020

- Rød 5km



 Teknikksone
 Gangvei

Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag: Kartverket

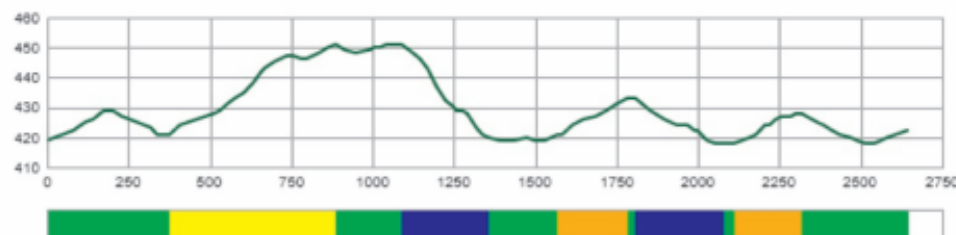
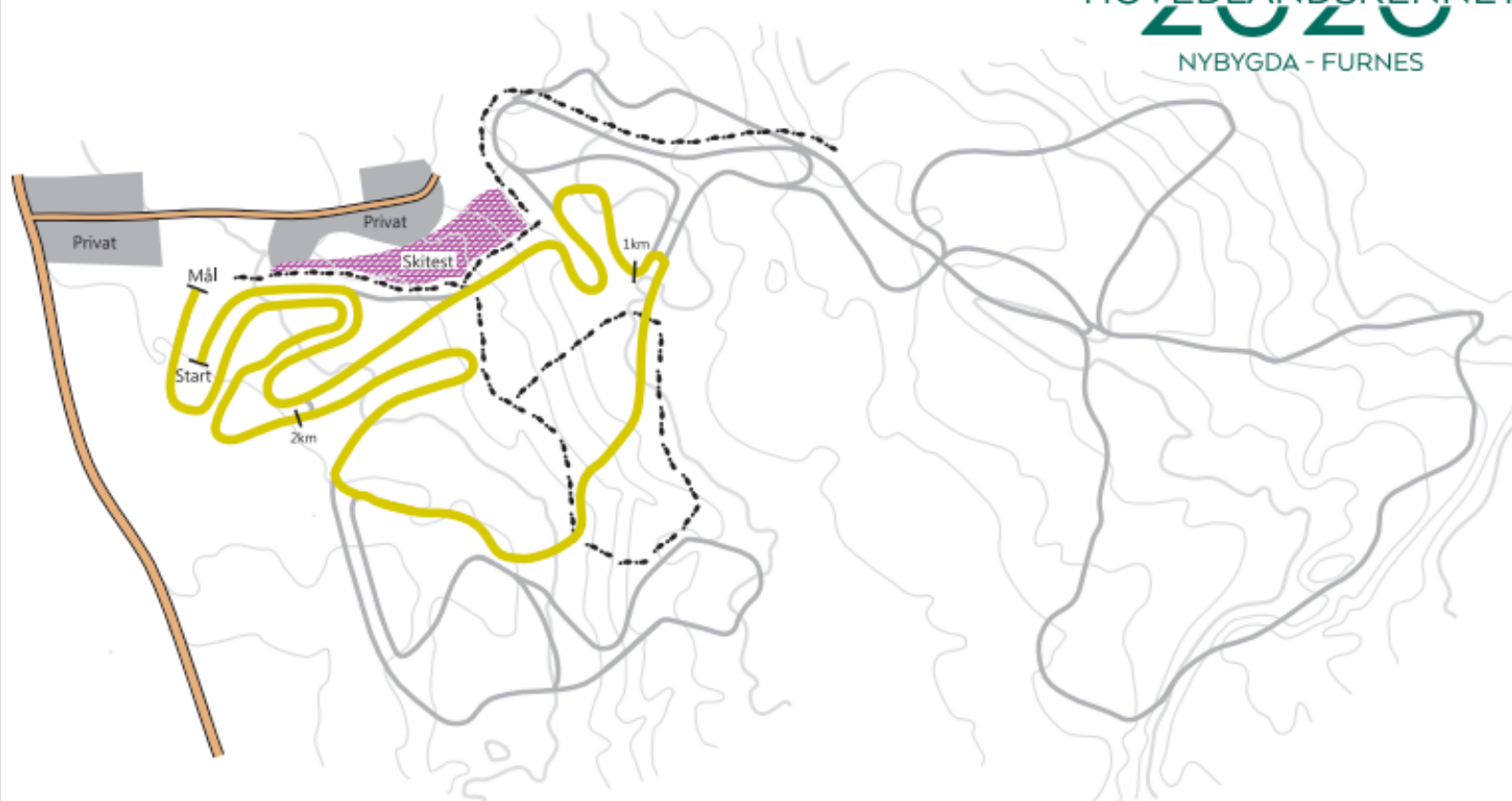
Fredag 21. februar

- Start kl. 1230
- Ingen skitest/oppvarming i løypa.
- To spor til skitesting på venstre side i traseen i første motbakke.



Hovedlandsrennet 2020

- 2,5km kombinert



--- Gangvei

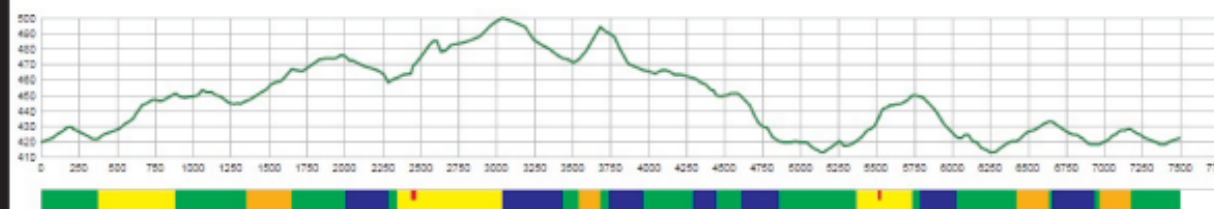
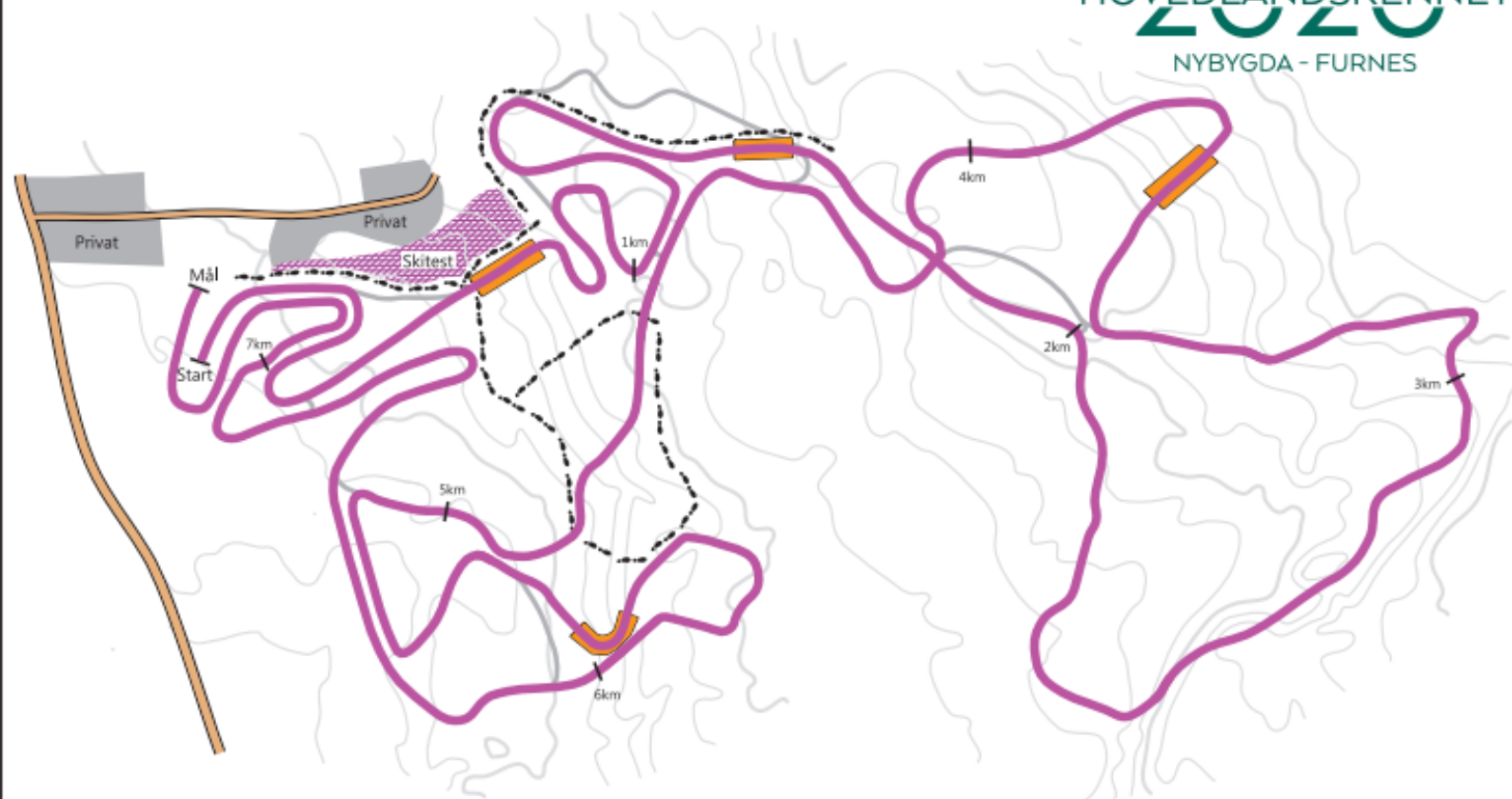
Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag; Kartverket

Fredag 21. februar

- Start kl. 1315 (
 - J16 - 5 km
 - G16 - 7,5 km
- Ingen skitest/oppvarming i løypa.
- To spor til skitesting på venstre side i traseen i første motbakke.



Hovedlandsrennet 2020 - 7,5km



Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag; Kartverket

STADION FREDAG



START langrenn

START kombinert

Brikkekontroll

Fluorkontroll

Kombinert (6 meter bredde)
Langrenn 3 spor (siste 50 meter)

Utdeling av
startnummer

Lørdag 22. februar

- Start kl. 0900 (J15,G15)
- Start kl. 1300 (J16, G16)
- Se skiforbundet.no/HL2020 for kjøreplaner for finalene
- Skitest og oppvarming i løypene utenfor sprintløypa og langrennscross



Hovedlandsrennet 2020

- Sprint



--- Gangvei

Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag; Kartverket

Lørdag 22. februar

- Start kl. 1000 (en time etter prologstart) for J15, G15
- Start kl. 1400 (en time etter prologstart) for J16, G16



Hovedlandsrennet 2020

- Langrennskross



-- Gangvei
— Til start på ski

Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag; Kartverket

STADION LØRDAG



START kvalifisering

START finaler

Brikkekontroll

Fluorkontroll

4 korridorer (siste 50 meter)



NORGES
SKIFORBUND

NYBYGDA - FURNES

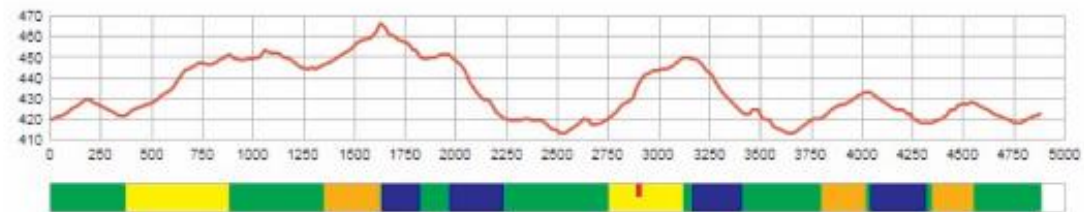
Utdeling av
startnummer

Søndag 23. februar

- Start kl. 0930
- 1. og 2. etappe – klassisk stil

Hovedlandsrennet 2020

- Rød 5km - stafett



 Teknikksone
 Gangvei



Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag; Kartverket

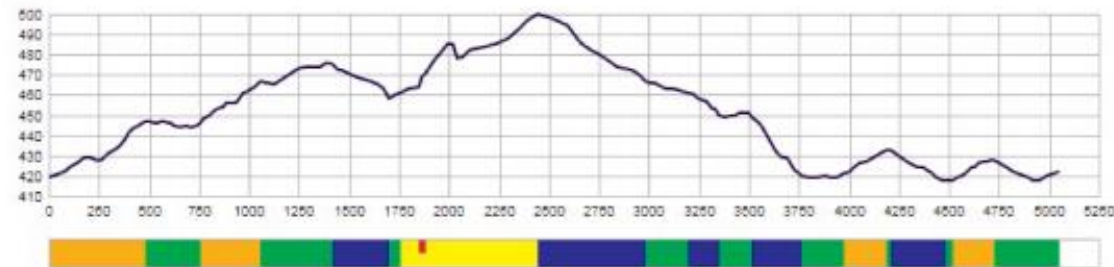
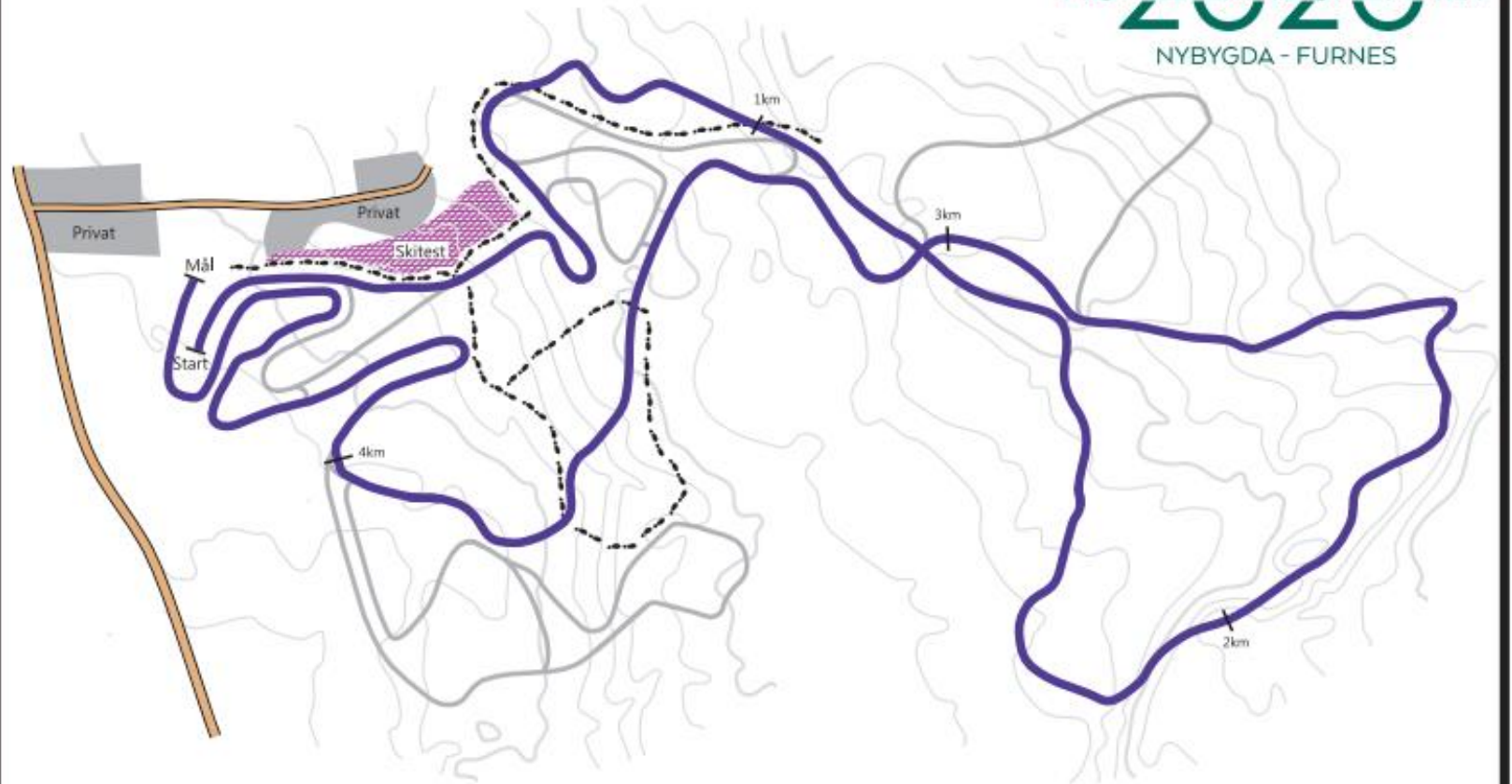
Søndag 23. februar

- Start kl. 0930
- 3. og 4. etappe – fri teknikk



Hovedlandsrennet 2020

- Blå 5km



--- Gangvei

Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag; Kartverket

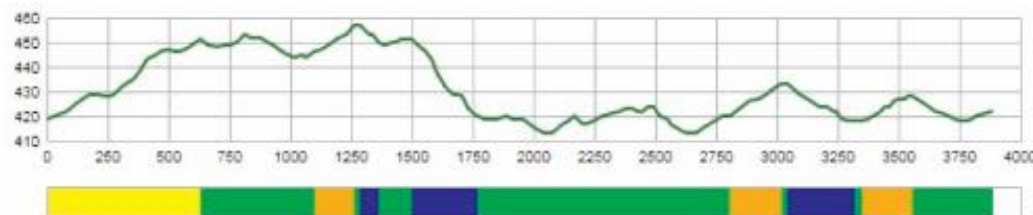
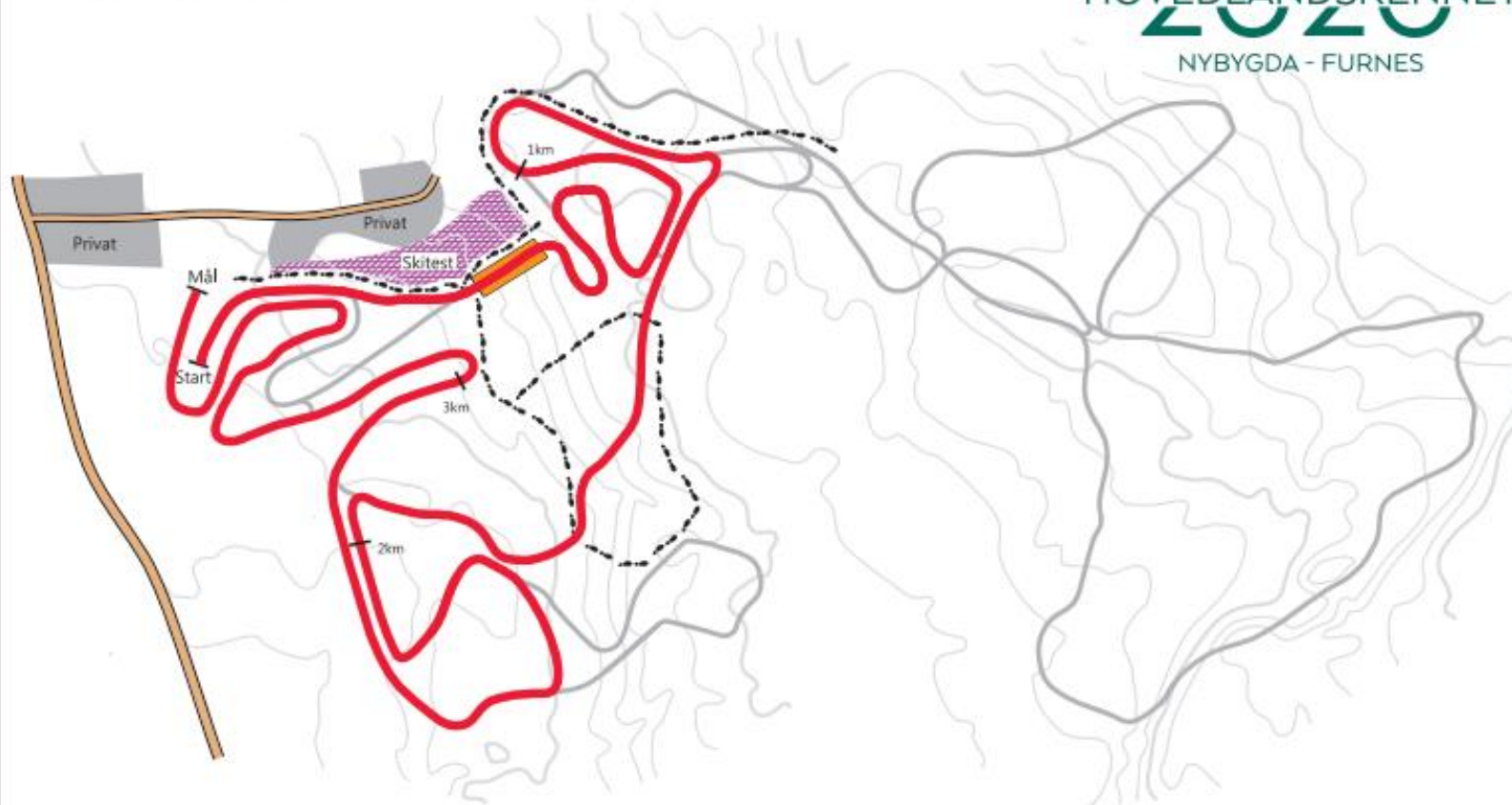
Søndag 23. februar

- Start kl. 1115
- 1. og 2. etappe – klassisk stil



Hovedlandsrennet 2020

- Rød 3,75km



 Teknikksone

 Gangvei

Kart: emily@loypekart.com
Grunnlag; Kartverket

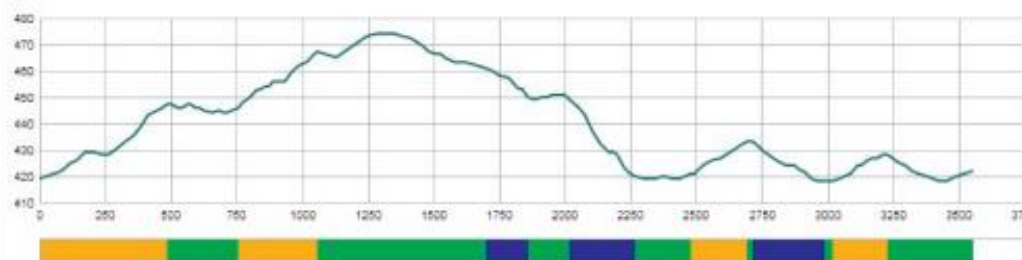
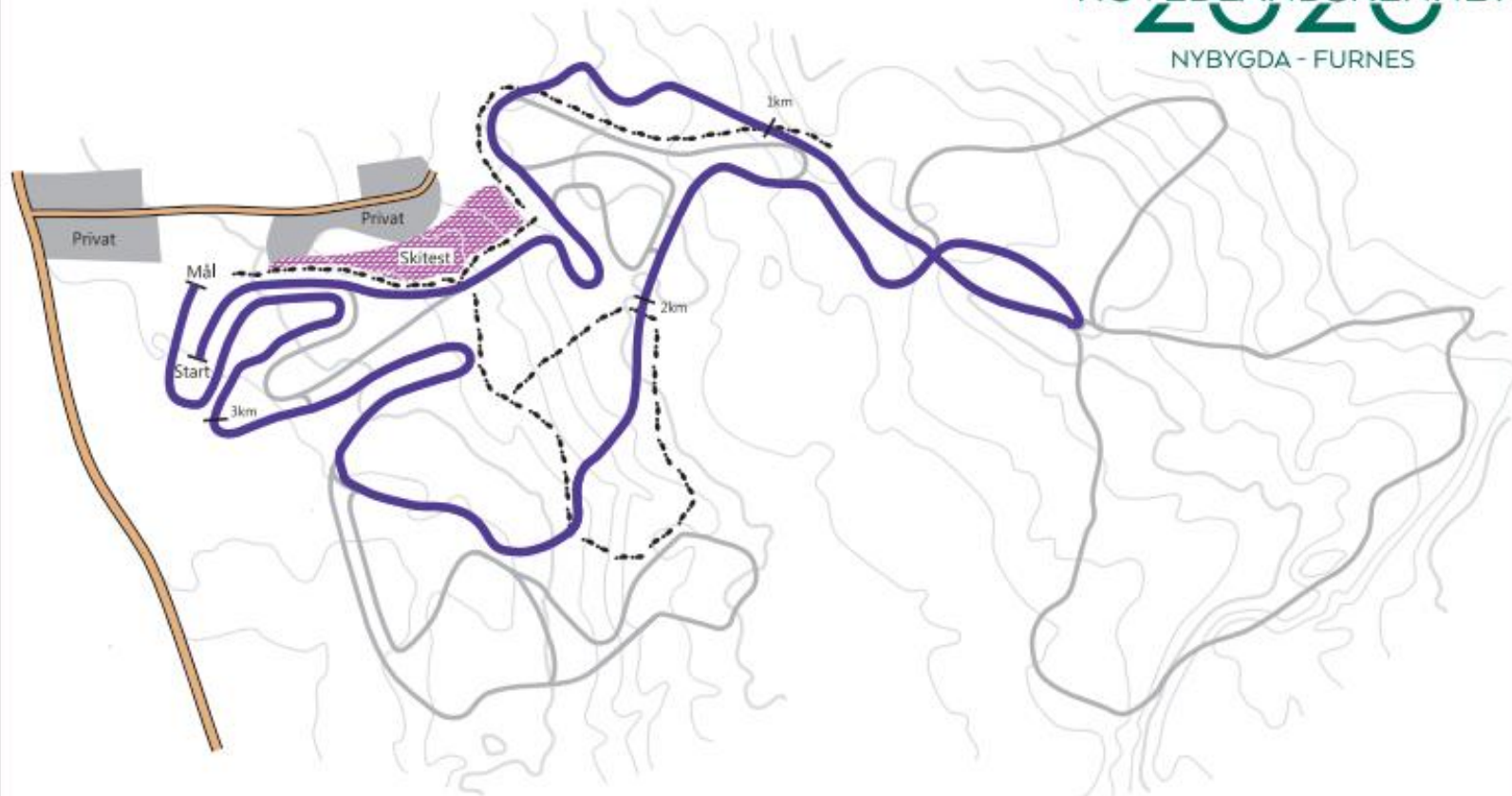
Søndag 23. februar

- Start kl. 1115
- 3. og 4. etappe – fri teknikk



Hovedlandsrennet 2020

- Blå 3,75km



--- Gangvei

Kart: emily@loypekart.no
Grunnlag; Kartverket

STADION SØNDAG



FELLESSTART 5 spor

Venteområde med «kretsbåser» (1 leder per krets)

VEKSLINGSFELT 60-70 meter

Fluorkontroll

4 korridorer (siste 50 meter)



NORGES
SKIFORBUND

Utdeling av
startnummer

NYBYGDA - FURNES

Løypepreparering

- Værprognose
- Sporsetting
 - Til fredag – ferdig kl. 0700
 - 2 spor i ideallinje
- Salting?
 - Vurderes fortløpende



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Info fra TD

- Start (3 sek før/etter)
- I renn med intervallstart må en løper som blir tatt igjen av andre, gi løype på første signal.
- I fellesstart/sprint: Den som passerer har ansvaret for korrekt passering. Han/hun må ha sine ski foran skiene til den som blir tatt igjen, før passeringen er gjennomført. - Dette gjelder også der det er korridorer på oppløpet.
- Gå ikke på ski imot fartsretningen
- Startprosedyre - individuell start, sprint
- Respekter løypevakter, gjerder og skilting.
- Sekundanter bør gå til fots ut i løypa
- Oppvarming og skitesting på eget område utenfor konkurranseløype.
- Korrekt veksling > berøre kropp

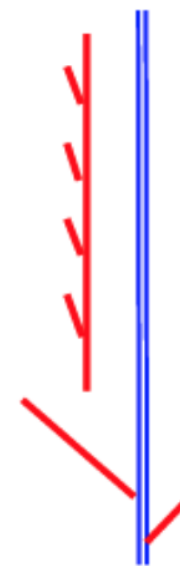
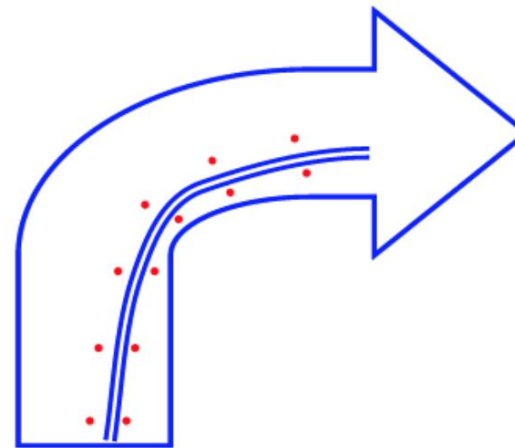
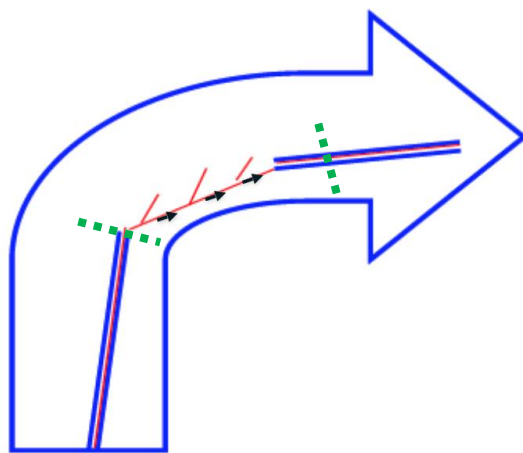
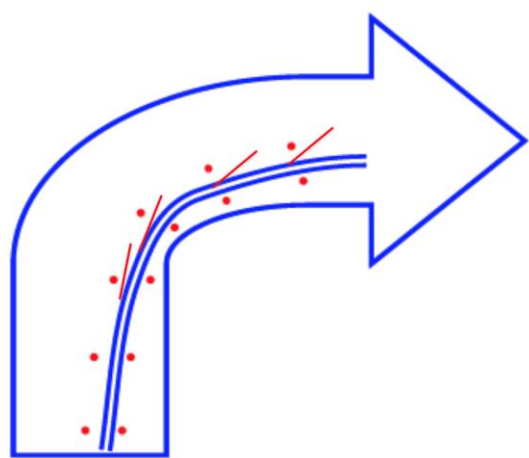


LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Info fra TD

- Svingteknikk - og markering (bilde)
- Når er det lov, når er det ikke lov med svingteknikk?



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Premieutdeling

- Fredag og lørdag
 - Blomsterseremonier på seremoniplass ved stadion ca. 30 min. etter siste løper er i mål i hver klasse.
 - Premieseremoni på torget i Brumunddal lørdag kl. 1800
 - Bilder/video fra øvelsene på storskjerm fra kl. 1700
 - Live musikk fra scenen fra kl. 1730
 - Seremonien starter kl. 1800
 - Se kjøreplan på www.skiforbundet.no/hl2020
- Søndag
 - Premieutdeling på seremoniplass ved stadion.
- Deltakerpremie til alle utøvere i Hovedlandsrennet (HL-lue). Denne deles ut fredag.



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Info fra NSF

- Smøring av ski
 - Video smørevett
 - Fluorkontroll – stikkprøver
- <https://www.skiforbundet.no/langrenn/skirenn/regler-og-retningslinjer/hms--og-skismoring/>
- <https://www.skiforbundet.no/contentassets/15ecefdaed4e4f86b87f7c051069451c/smorevett-2019-26-nov.pdf>
- <https://www.skiforbundet.no/contentassets/15ecefdaed4e4f86b87f7c051069451c/avfallshandtering-2019-26-nov.pdf>



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Info fra arrangør

- Startnummer deles ut i rødt telt ved inngang til stadion. Møt 15 min. før start
- Startnummer må leveres inn – også lørdag!
- Leiebrikker leveres på rennkontoret etter siste løp
- Adgangskort til start hentes på rennkontoret fredag morgen
- Oppvarmingstøy kan leveres ved start. Bringes til målområdet av arrangør.
- Livetiming
- Resultater på tavle ved arenabygget og i kulvert.
- Målestyr for kontroll av stavlengde plasseres i kulvert.
- **Stafett:** Frist for innsending av lagoppsett lørdag kl. 18.00
 - Ved ending av lag ved sykdom kan reserve settes inn på laget inntil to timer før start. Ikke mulig å endre på andre lag ved å flytte lagoppstillingen oppover.



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT



Lykke til!



LANGRENN • HOPP • KOMBINERT

