

Stafett søndag

Søndag 10. mars



Program/starttid

0930: Menn junior

1. etappe: 5 km blå klassisk
2. etappe: 5 km blå klassisk
3. etappe: 5 km rød fri
4. etappe: 5 km rød fri

1115: Kvinner junior

1. etappe: 3,75 km blå klassisk
2. etappe: 3,75 km blå klassisk
3. etappe: 3,75 km rød fri
4. etappe: 3,75 km rød fri

Lagoppstillinger – og evt. endringer



- Lagoppstilling registreres av skikretsene. Bruk tilsendt lenke fra EQtiming. Frist for registrering av lagoppstilling er kl. 1800 lørdag.
- Endringer søndag morgen meldes til rennkontoret senest 2 timer før start. Kretsens lagleder er ansvarlig for dette. Endringene leveres på rennkontoret eller sendes til: rennkontor@nybygda.no
- Innsetting av reserve etter fristen: Kun tillatt å gjøre 2 omrokkeringer av lag ved sykdom, senest 2 timer før start.

Eksempel: Bli en løper syk på 1.lag, kan en løper fra 2.laget settes inn på 1.laget og plassen til løperen på 2.lag kan erstattes av en annen løper. Kretser kan melde på ufullstendige lag.

Startnummer

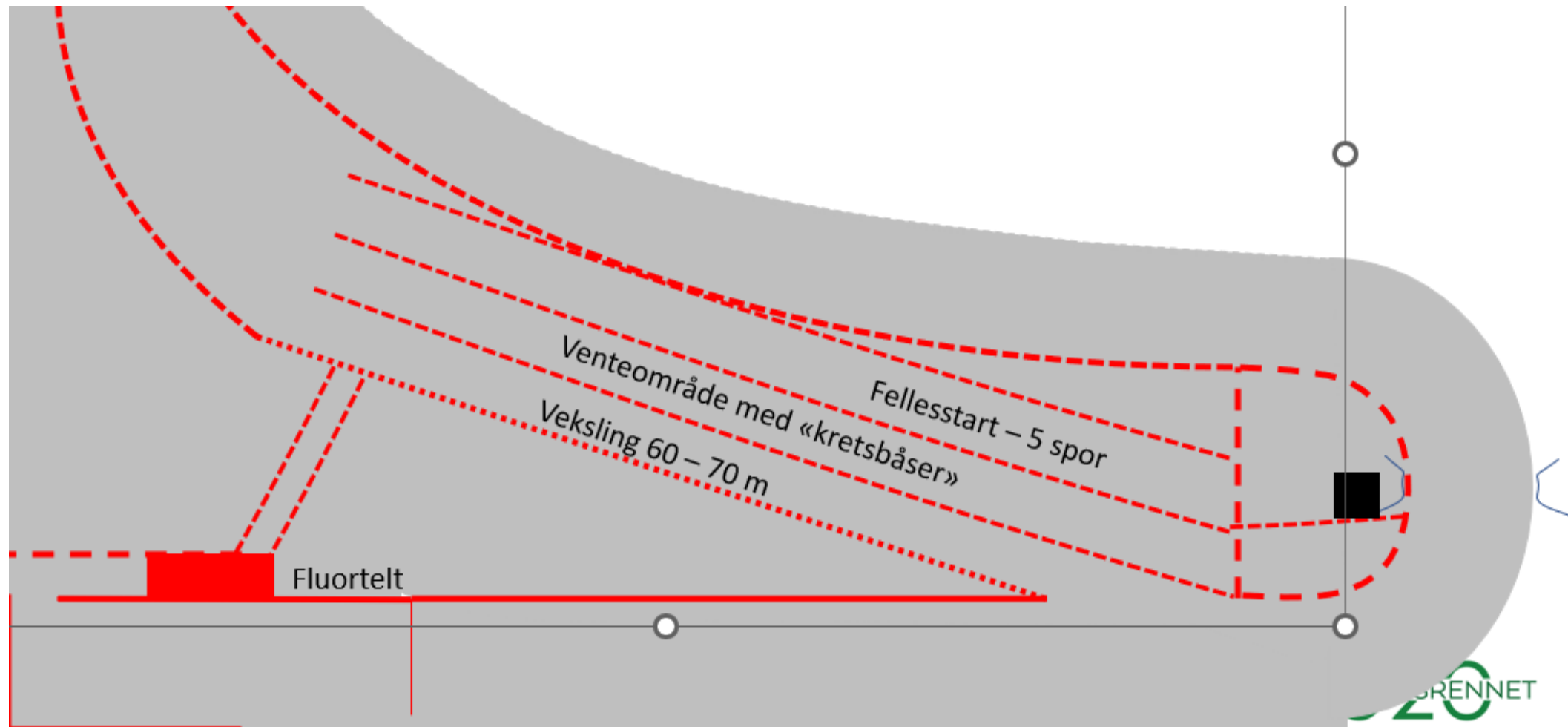


- 4. etappe: Lårnummer på venstre legg/lår.
- System for startnummer:
 - 1 etappe har første siffer 1
 - 2 etappe har første siffer 2
 - 3 etappe har første siffer 3
 - 4 etappe har første siffer 4

Eksempel:

	Lagets navn	1. etappe	2. etappe	3. etappe	4. etappe
Lag 1	Agder og Rogaland - lag 1	101	201	301	401
Lag 2	Oslo - lag 1	102	202	302	402
Lag 46	Nord-Trøndelag - lag 4	146	246	346	446

Stadion søndag - stafett



Brikkesjekk



- Brikkesjekk gjennomføres ved inngangen til klargjøringsområdet etter tunnelen. Løperne bes om å møte i god tid og holde startnummeret synlig når de kommer til kontrollen.

Veksling



- Vi oppfordrer til at oppvarmingstøy hentes fortløpende, men vil som fredag og lørdag legge til rette for at dette kan henges/legges i klargjøringsområdet før start – til høyre for brikkekontrollen.
- «Venteområde» ved vekslingsfelt:
Hver krets tildeles et eget område, i alfabetisk rekkefølge etter kretsnavn. Størrelsen på kretsens område er tilpasset antall lag fra kretsen. 1 leder per krets har adgang til området.
- 343.13 Stafettveksling
 - 343.13.1 Vekslingen skjer ved at den ankommende deltakers hånd berører neste deltakers kropp (uansett kroppsdel), mens begge deltakerne befinner seg i vekslingsfeltet. Løperne må følge arrangørenes anvisning. Det er ikke tillatt å skyve den startende løper for at han skal vinne fart.

Preparering/testing



- Løypa er stengt fram til rennstart og mellom konkurransene søndag. Dette for å sikre best mulige forhold under konkurransene.
- Løypene prepareres fra kl. 1930.
- Det vil bli satt to spor i testområdet/oppvarmingsløypa.
- 5 startspor – deretter 4 spor fram til 800 meter
- Ingen ferdsel i løypa på ski for trenere/ledere/tilskuere mens rennet pågår!

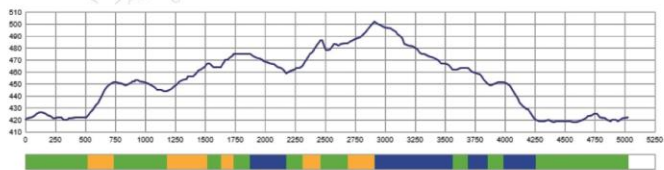


Norgesmesterskap Jr 2024



5km blå

Løypelengde	5,033m
Høydeforskjell (HD)	84m
Største stigning (MC)	28m
Total stigning (TC)	144m

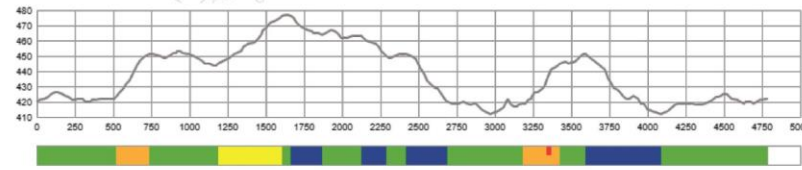


Norgesmesterskap Jr 2024



5km rød

Løypelengde	4,786m
Høydeforskjell (HD)	65m
Største stigning (MC)	31m
Total stigning (TC)	147m



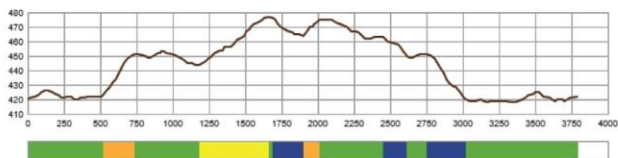


Norgesmesterskap Jr 2024



3,75km blå

Løypelengde	3,794m
Høydeforskjell (HD)	59m
Største stigning (MC)	33m
Total stigning (TC)	102m

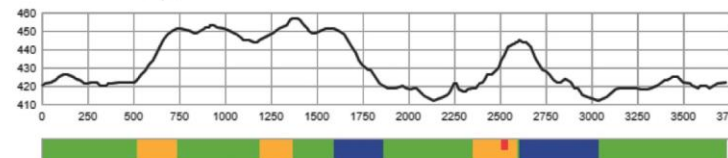


Norgesmesterskap Jr 2024



3,75km rød

Løypelengde	3,735m
Høydeforskjell (HD)	45m
Største stigning (MC)	28m
Total stigning (TC)	116m



Premieutdeling



- Premieutdeling for de seks beste lagene i hver klasse vil bli gjennomført på følgende tidspunkt:
 - 1100: Menn junior
 - 1220: Kvinner junior