

Informasjon i forbindelse med Junior-NM Savalen Langrenn 8. – 10. mars 2019.

Arrangørens hjemmeside:

All informasjon til arrangementet finner dere på; <https://www.skiforbundet.no/savalen/>

Ledere/smøreteam:

Leder;	Ole Martin Veske	91853411
Ass. Leder;	Ketil Fiskvik.	
Ledere SVG/MVS;	Frode Lillefjell-Kristin Gausen/ Lars Halvas Svendsen- Stig Rune Kveen Ledere fra MVS/SVG har ansvaret for sekundering under NM.	
Smøreteam;	Morten Brørs, Sture Sivertsen, Terje Rønning, Frode Lillefjell, Ketil Fiskvik (leder, koordinator smøreutstyr)	

Innkvartering/ mat:

Innkvartering på hytter i Nissegata på Savalen. Vi har 4-8 mannshytter. Fordeling av utøvere på hyttene er lagt ut på facebook tidligere. Alle måltider blir servert på Savalen fjellhotell like ved (300 meter fra hyttene). I fht tidspunkt, se tidligere innlegg på Facebook

Oppredde senger. Sengeklær og håndduker er inkludert i oppholdet.

Leilighetene ligger like ved stadion.

Skismøring:

NTS leier 2 plasser i smøreteltet.

De som har meldt seg på kretsens smørehjelp må stille med ski som er rengjort og ferdig glidet med CH/LF6 for pålegging av HF/pulver. Husk å merke skiene skikkelig med navn og smøresoner. Kun et par ski per løper per distanse blir smurt pga. kapasitet. 300,- pr par.

Ski til fredagens konkurranse leveres smørebu innen kl. 12 torsdag.

Stafett:

NTS har meldt på stafettlag i forhold til antall løpere som har meldt i fra at de ønsker å gå stafett. Det vil bli tatt ut ett førstelag og ett andrelag både hos menn junior og kvinner junior ut fra uttaksrennene i vinter.

Uttakskriterier kretsstafetter junior i langrenn sesongen 2018/2019

Topping av lag – antall lag. 2 lag i hver klasse, øvrige lag deles i klubb, kjønn, skole og geografisk.

NM-junior, 10. mars 2019, Savalen (K-K-F-F)

- *Norges-cup på Åsen, samt de individuelle renn under NM-junior på Savalen.*
- *Uttaksansvarlig; Langrennskomiteen.*

Rennprogram 8.-10. mars: (kan bli små endringer, oppdatert rennprogram blir da lagt ut)

FREDAG 8.MARS:

KVINNER – FØRSTE START KL 10.00:

- Kvinner 17 år – 5 km klassisk (1 x 5 km)
- Kvinner 18 år – 5 km klassisk (1 x 5 km)
- Kvinner 19-20 år – 5 km klassisk (1 x 5 km)

MENN – FØRSTE START KL 12.00:

- Menn 17 år – 10 km klassisk (1 x 10 km)
- Menn 18 år – 10 km klassisk (1 x 10 km)
- Menn 19-20 år – 10 km klassisk (1 x 10 km)

LØRDAG 9. MARS:

KVINNER – FØRSTE START KL 10.00:

- Kvinner 17 år – 7,5 km fri (1 x 7,5 km)
- Kvinner 18 år – 10 km fri (1 x 10 km)
- Kvinner 19-20 år – 15 km fri (2 x 7,5 km)

MENN – FØRSTE START KL 12.00:

- Menn 17 år – 10 km fri (1 x 10 km)
- Menn 18 år – 15 km fri (2 x 7,5 km)
- Menn 19-20 år – 20 km fri (2 x 10 km)

SØNDAG 10.MARS:

KVINNER – START KL 09.00:

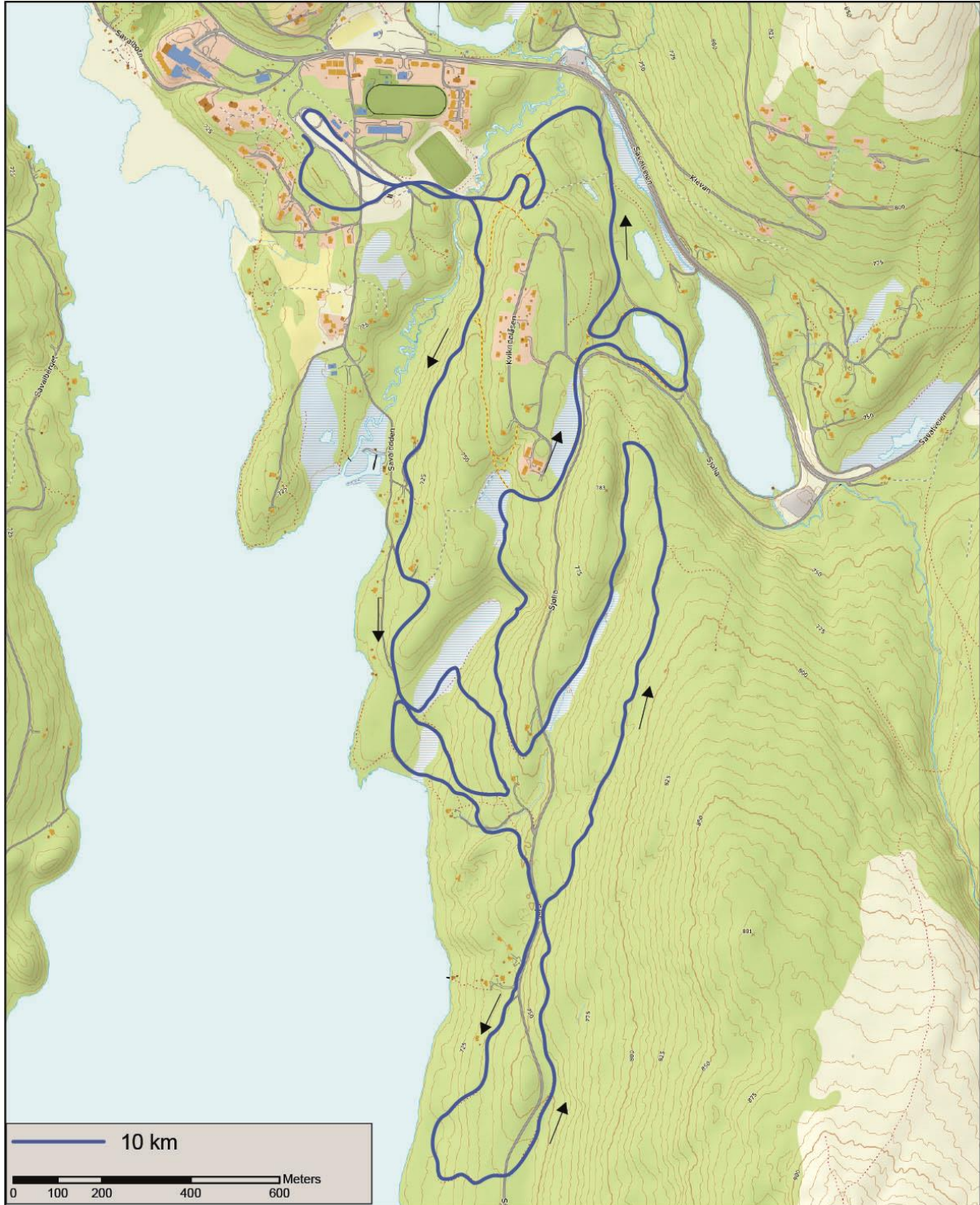
- Kvinner junior, 4 x 3,75 km stafett (K-K-F-F)

HERRER – START KL 10.45:

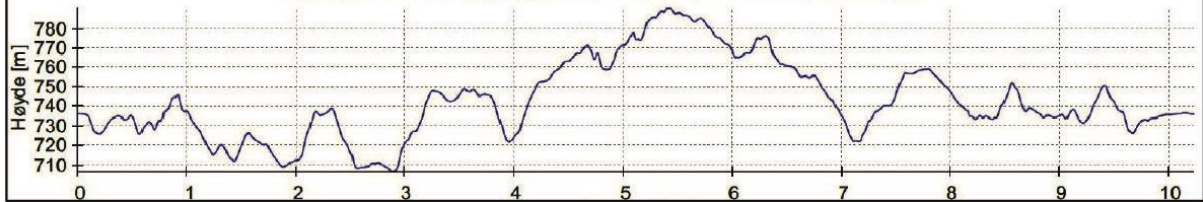
- Menn junior, 4 x 5 km stafett (K-K-F-F)

Det vil være teknikksoner («stakefri sone») i individuell konkurranse fredag 8.mars og på klassisketapper på stafetten søndag 10.mars.

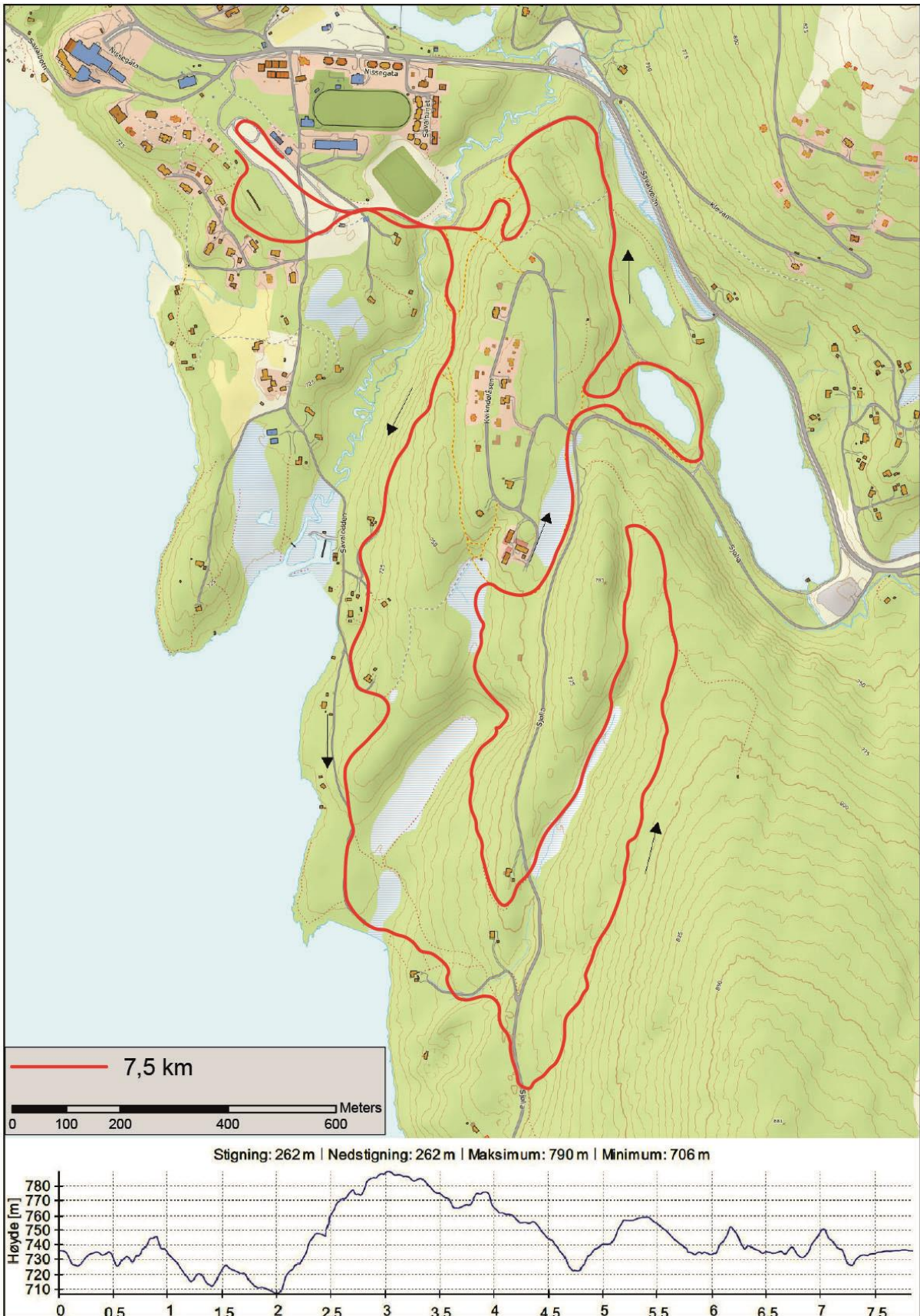
LØYPEKART 10 KM



Stigning: 345 m | Nedstigning: 345 m | Maksimum: 790 m | Minimum: 706 m



LØYPEKART 7,5 KM



LØYPEKART 5 KM

