



VELKOMMEN TIL VERDALS-RULLA 2022 I BLOMMEN SKISENTER

LØR. 03.09.2022 kl 12.00

Verdalsklubbene Vinne skilag, Leksdal IL, Stiklestad IL, Helgådal IL og Leirådal IL ønsker velkommen til rulleskirenn i Blommen skisenter.

Premiering ved målgang.

Kiosk salg. Ikke muligheter for garderobe/dusj.

Rennet blir arrangert i fristil.

Parkering: 70 kr.

Rennleder: Kjetil Vatne - 934 17 180, vatnekjetil@gmail.com

TD: blir oppnevnt av NTS

Klasseinndelinger/ distanse. Intervallstart 30 sek.

8-10 år ca 700 m

11-12 år ca 1,5 km.

13-14 år ca 2,5 km

15-16 år ca 4,5 km

Junior + senior damer 7,5 km.

Junior + senior herrer 10 km

Rulleski

Alle fra 8 til 12 år stiller med egne rulleski. Fortrinnsvis med 2` er hjul

NB! Vi forsøker å skaffe rulleski fra 13 år og opp, men dette er ikke avklart. Dersom egne ski må brukes skal disse ha 2er-hjul. Låneski deles evt ut ved start og tas inn igjen ved målgang. Oppvarming på egne ski.

Påmelding

Påmelding via Min idrett.

Husk lisensen fra dagen du har fylt 13 år. Klubbene er ansvarlig for at sine løpere har dette i orden

Avgift:

- 8-16 år: 130 kr
- Junior : 150kr
- Senior: 170kr.

Mulighet å låne brikker. 30 kr fra 13 år, gratis for de under.

VIKTIG INFO:

- Løyper nedre del av anlegget stenges kl 11.50
- Vakt på toppen
- Avstengt med sperrebånd.
- Hele løypa stenges 10 min før første start i klassen 11/12 år
- Dersom bruk av låneski blir disse utdelt ved start og samles inn ved målgang.
- Premiering enkeltvis ved målgang.
- Løypekart blir hengt opp på stadion.

Ønsker alle velkommen.











Hilsen skiklubbene i Verdal.

LØYPEKART

700 m →  → 8-10 ÅR



LØYPEKART

1,5 KM →  → 11-12 ÅR
 2,5 KM → ( + ) → 13-14 ÅR
 4,5 KM → ( + ) +  → 15-16 ÅR
 7,5 KM → ( + ) X 3 → Jr/Sr Damer
 10 KM → ( + ) X 4 → Jr/Sr Herrer

