



**INNSTRANDA
IDRETTSLAG**



**INVITASJON TIL KM Del 2
SPRINT/ DUATLON OG
TOUR DE NORDLAND
3.-5. april 2020 I BODØ**



INNSTRANDA
IDRETTSLAG



Velkommen til kretsmesterskap i sprint og duatlon og Tour de Nordland i Bodø!

Tverlandet IL og Innstranda IL har gleden av å ønske dere velkommen til Kretsmesterskap del 2 i Bodø den 3.4.april 2020, samt Tour de Nordland 3.-5. april 2020. KM-distansene sprint i fristil og skiatlon er også finalen i Nordlandscup for klassene 13-16 år. Fredag og lørdag inngår i Tour de Nordland, som avsluttes 5.april med jaktstart (fra 13 år, intervallstart for 8-12 år). Tour de Nordland går over 3 dager for 11 år og eldre, mens 10 år og yngre har 2-dagers tour.

Kretsmester kåres fra 13 år (født i 2007). Vi arrangerer sonerenn for løperne fra 8 år lørdag og søndag.

Oppdateringer legges ut på hjemmesiden og på vår fb-side.

Påmelding til KM del 2 2020 skjer via Skiforbundet sine nettsider i terminliste innen 30.mars 2020. På vår hjemmeside www.iil.no og på vår fb-side finner dere alltid oppdatert informasjon.

Velkommen til Bodø til en heidundrende mesterskapshelg!

Marit Elveos
(Rennleder)

Ingvild Garbrielsen
(Ass. Rennleder)



**INNSTRANDA
IDRETTSLAG**



Kontaktinformasjon og funksjoner

Rennleder:	Marit Elveos melveos@broadprak.no 95456648
Ass. Rennleder:	Ingvild Garbrielsen, ingabri@msn.com
TD:	Jann-Hårek Lillevold
Løypesjef:	Trond Valberg og Mads Pinnerød
Jury:	TD (juryens leder), Rennleder og løypesjef
Starter:	
Speaker:	Jens Selnes , Erling Eiterjord
Media /informasjon:	Dorothea Blix, 95 24 52 14, dorothea.blix@gmail.com
Tidtakingsjef:	Lars Nystadbakk m flere.
Rennkontor:	Anniken Aune/Lisbeth Bertnes Leite/ Elin C Haugland



**INNSTRANDA
IDRETTSLAG**



Løypekart

Kommer til å bli oppdatert på vår hjemmeside nærmere arrangementet.

Trening

Løypene er åpen for trening inntil 15 minutter før rennstart. Dersom snøforholdene tilsier det, kan konkurranseløypene stenges for trening i lengre perioder.

Rennprogram

Fredag: start prolog kl 18:00

Lørdag: start kl 12.00

Søndag: start kl 11:00

Distanser fredag: sprit fristil fra 11 år (KM fra 13 år)

Distanser lørdag: intervallstart klassisk 8-12 år. Skiatlon 13 år og eldre (KM-distanser)

Distanser søndag: intervallstart fristil 8-12 år. Jaktstart fra 13 år (avslutning Tour de Nordland)

Distansene for hver klasse finner dere på våre hjemmesider.

Påmelding

Online påmelding: <http://www.skiforbundet.no/nordland/terminliste/>

Skilisens må være løst ved påmelding. Alternativt må det løses engangslisens for hver øvelse. Dette kan gjøres på rennkontoret. Priser for engangslisenser finner dere på skiforbundet sine sider.

Påmeldingsavgift per renndag

Aldersbestemte klasser – 130.-

Junior – 150.-

Senior – 170.-

Startlister

Offisielle startlister legges ut på våre hjemmesider torsdag kveld. Feil i startlister meldes til tidtakeriil@gmail.com innen fredag kl 10:00.



**INNSTRANDA
IDRETTSLAG**



Tidtaking – brikker - startnumre

Det benyttes Emit-tidtakingsystem. Alle som har egen brikke må registrere den i påmelding i Minidrett. Det kan leies brikker hos arrangøren mot avgift: 13-16 år og eldre betaler kr 50.- pr øvelse, junior og senior betaler kr 100.- per øvelse. Brikker som ikke blir levert tilbake faktureres med kr 750.- pr stk. til løperens klubb.

Startnummer avhentes klubbvis på rennkantoret. Ikke tilbakeleverte startnummer faktureres med kr 300.- til løperens klubb.

Rennkontor

Rennkontoret tar ikke imot kontanter. All evt. betaling av startkontingent, brikkeleie etc. skjer via vipps #14135 eller i kafeen. Kvitteringslapp framvises på rennkantoret,

Åpningstider:

Fredag

16:00-rennslutt

Lørdag

08:00-rennslutt

Søndag

08:00-rennslutt

Lagledermøter

Fredag kl 18 på rennkantoret.

Resultatlistor

De offisielle resultatlistene legges ut på hjemmesidene. Foreløpige lister henges opp på rennkantoret.

Protester

Protestfrist er 15 min. etter at den uoffisielle resultatlista er publisert. Alle protester leveres skriftlig av klubbens lagleder/reiseleder på angitt skjema til rennkantoret v/rennleder Marit Elveos. Skjema fås på rennkantoret, og skjema må fylles ut før protest blir mottatt og behandlet. Sammen med protesten skal det innbetales et gebyr på NOK 250.- Gebyret tilbakebetales hvis protesten tas til følge.

Servering

Åpent under rennene. Betaling med vipps!

Premieutdeling

Lørdag: ettermiddag for KM, begge dagene og for Nordlandscup. Følg med på hjemmeside og fb-side for nærmere beskjed om tid og sted. Søndag etter målgang for hver klass



**INNSTRANDA
IDRETTSLAG**

