



**Jølster IL Alpin og Jølster Skisenter har gleda av å invitere til  
Frydenbø Fartssamling  
KM Super-G og KM Super Combi**

**Fredag 5. februar inviterar vi til Fartstrening SuperG**

Blir satt løypemodellar i Kvamsbakken og Familiebakken.

- Kl: 09:30 – 16:00  
Trenarar: Kvar klubb med utøvarar stiller med eigen trenar.  
Løypesettar: Even Hole  
Heiskort: Kr 150,- (kjøper ein i varmestova nederst i anlegget)  
Påmelding: innan onsdag kveld til [leon.gjerland@enivest.net](mailto:leon.gjerland@enivest.net)

**Laurdag 6. februar  
Slalåm trening Kvamsbakken/eventuelt FIS traseen i Bjørkelibakken**

- Tidspunkt: Etter rennet  
Trenarar: Kvar klubb med utøvarar stiller med eigen trenar.



**FRYDENBØ**



**Jølster IL Alpin og Jølster Skisenter har gleda av å invitere til  
Frydenbø Fartssamling  
KM Super-G og KM Super Combi**

- Tid:** Laurdag 6. februar 2016
- Rennstart:** Kl. 09:30 KM Super G  
Gjeld også som 1. omg SuperCombi  
Etter SG blir det stikka SL løype, denne gjeld som 2.omgang SC.  
Tider for synfaring/rennstart vert orientert om etter KM SG er ferdig.  
For klassane 10 år og yngre vert det sett eiga løype i storlålåm (2 omgangar)
- Stad:** Kvamsbakken (SG Trasé)
- Arrangør:** Jølster Alpin
- Synfaring:** 09:00
- Rennleiar:** Vidar Taklo
- TD:** Rune Espe
- Lagleiarmøte:** Kl. 08:45 ved brakka på Kvamsstøylen
- Påmelding:** via min idrett innan torsdag 4.februar kl. 23.59 eller Leon Gjerland  
[leon.gjerland@enivest.net](mailto:leon.gjerland@enivest.net)
- Startkontingent:** Førehandsbetaling til Jølster IL Alpin sin konto:  
3703. 10. 32823  
Kr 140,- (15 år og yngre), 150.- (junior og senior)  
NB: Alle må vise kvittering på at dei har betalt før dei får utdelt startnummer.  
Alle over 13 år skal ha løyst skilisens
- Startnummer:** Utdeling i nye varmistova på støylen
- Rennkort:** Kr 150,- for deltakarar og føresette  
Heiskort blir selt i varmistova nede.

Vidar Taklo

Kari Anne G. Årset

Rennleiar

Leiar Jølster alpin