



Freidig Alpin, Sør-Trøndelag skikrets og Norges skiforbund har gleden av å invitere til Hovedlandsrenn i alpint 2023!

Vassfjellet Vinterpark - 21. – 26. mars 2023



Hovedlandsrennet 2023 gjennomføres i Freidig Alpin sitt eget skianlegg Vassfjellet Vinterpark – Vassfjellet Vinterpark ligger 30 minutt sør for Trondheim sentrum.

Foreløpig tidsplan

Tirsdag 21.03.2023:	Utfortrening 1
Onsdag 22.03.2023:	Utfortrening 2
Torsdag 23.03.2023:	Utfor konkurransedag
Fredag 24.03.2023:	Super-G + Team Event
Lørdag 25.03.2023:	GS + Bankett med premieutdeling
Søndag 26.03.2023:	SL

Påmelding

Påmelding til alle renn i Minldrett innen **06.03.2023**. Kontaktinfo til kretsrepresentanter sendes til hlalpin2023@gmail.com senest innen samme tid.

Hovedlandsrennet er åpent for U16 PARA-utøvere, parautøvere starter først.

Etteranmeldelse mottas kun på e-post til hlalpin2023@gmail.com innen 19.03.2023. Merk epost-tittel med 'Etteranmelding + krets'. Etteranmelding belastes 250,- i tillegg til vanlig startkontingent.

Overnatting, bankett og premieutdeling

Det er forhåndsreservert rom på [Scandic Lerkendal](#) og [Quality Hotell Panorama](#). På grunn av andre store arrangement er det begrenset kapasitet på alternativ overnatting.

Avstand til Vassfjellet Vinterpark: Scandic Lerkendal: 25 min - Quality Panorama: 19 min

Bestilling av overnatting på de forhåndsbookede hotellene *og* bankettmiddag gjøres *kun* via denne linken **så snart som mulig**:

<https://connections.gondor.com/ParticipantWeb/Registration/10289?lang=nb-NO&cur=NOK>

Lørdag 23.03.2023 blir det bankett på **Scandic Lerkendal** for alle utøvere med premieutdeling for gjennomførte renn.

Premiering SL søndag i bakken, 30 min etter siste målgang.

Live timing og live streaming

Linker til live timing og live streaming distribueres på facebook og www.freidigalpin.no før arrangementsstart.

Kommunikasjon

Informasjon med start- og resultatlister kunngjøres på løpende freidigalpin.no under fanen [Hovedlandsrennet 2023](#).

Informasjon til løpere før og under konkurransedagene på facebook siden [Hovedlandsrennet 2023 i Vassfjellet Vinterpark](#).

Under konkurransedagene publiseres all offisiell informasjon fra arrangør og jury til kretsrepresentanter og trenere på Messenger **HLalpin2023**. Offisiell informasjon som jurybeslutninger og diskellister regnes som kunngjort når publisert i kanalen.

Lagledermøte

Første lagledermøte mandag 20.03.2022 på Scandic Lerkendal, også mulighet for deltagelse på Teams. Link sendes på Messenger.

Påfølgende lagledermøter annonseres på senere tidspunkt..

Kvoter, krav og puljeinndeling

Kvoter i henhold til NSF's oppsett. Tabeller for puljeplassering sendes kretsrepresentantene etter utløp av påmeldingsfristen.

I Super-G, GS og SL trekkes utøvere etter puljer.

Det er obligatorisk med én utfortrening for deltagelse i utfor. Mer informasjon om starttrekkefølge i utfor vil komme på senere tidspunkt.

Freidig Alpin vil fortløpende legge ut oppdaterte deltakerlister sortert på krets på freidigalpin.no

Kretsrepresentant er ansvarlig for innsending av, og endringer av puljeplassering. Korreksjoner i puljeinndeling kan skje på rennkantoret inntil 60 minutter før hvert lagledermøte. Tabellene for puljeplassering skal brukes ved innmelding og endringer.

TeamEvent – Fredag 24.3.2023

Kretsene stiller en av hvert kjønn og årsklasse på hvert lag. Det vil si én jente og én gutt U15 + én jente og én gutt U16. Mindre kretser kan låne løpere fra andre kretser. Dersom en krets bare har to gutter og to jenter, får de stille som lag uavhengig av alder. Kretsene gjør laguttak og bestemmer om det er 4 til maks 6 utøvere som skal få delta.

NB! Lag/rekkefølge løpere som skal kjøre TeamEvent skal meldes inn på lagledermøte torsdag 23.3.2023

Skilisens, utstyrsregler og rennreglement

Alle deltagere må ha løst NSF's skilisens. Utstyr må være i henhold til NSF regler. Alle renn avvikles i samsvar med [Rennreglement NSF Alpint-utgave nov. 2018](#) med unntak som angitt her.

Heiskort

Pris rennkort er 200,- pr dag for løpere og støtteapparat.

Heiskort kan kun kjøpes digitalt på www.vassfjelletvinterpark.no

Skidata keycard, promokode **HL2023** for rennkortpris i nettbutikken.

Trenerkort: 1 pr 10 løpere. Kretsen melder inn trenerkort til hlapin2023@gmail.com innen 06.03.2023

Oppvarming og trening

Det settes av traseer for oppvarming og trening. Renntraseene er ikke tilgjengelig siste uke før arrangementet og frem til avslutning. Trenerne koordinerer løypesetting. Trening før HL kan bestilles av caspersteinlagerheim@gmail.com – Merk mail med HL Trening.

Dager som er tilgjengelig for trening/oppvarming: mandag 20.03.2023 til og med søndag 26.03.2023

Arrangementskomite og kontaktinfo:

Vi oppfordrer til at all mailkontakt skjer til hlalpin2023@gmail.com

Ved spesielle henvendelser kan følgende kontaktes:

Fredrik Ernestus – Arrangementsleder / 91861109 / fredrik@ernestus.no

Richard Nielsen – Nestleder / richard.nielsen@malproff.no

Casper Stein – Sportssjef Freidig Alpin - caspersteinlagerheim@gmail.com