



Informasjon til;

- deltakarar
- føresette
- funksjonærar

SSF KARUSELL SKICROSS - LANGELAND SKISENTER

Laurdag 20. februar 2021

Laurdag 20. februar 2021 inviterer Førde IL og Gaular IL til eit koronavenleg klubbrenn v/
Langeland Skisenter

STILART: SKICROSS FRI TEKNIKK

RAMMEPLAN

Prolog – individuell start	Første start, kl. 12.00	Løypelengde	Startkontingent
Gutar/ jenter 7 år og yngre	10 år og yngre går «prolog» med individuell start (ikkje heat)	Ca 800 m	Kr. 50,-
Gutar/ jenter 8 år		Ca 800 m	Kr. 50,-
Gutar/ jenter 9 år		Ca 800 m	Kr. 50,-
Gutar/ jenter 10 år		Ca 800 m	Kr. 50,-
FH gutar/ menn		Ca 800 m	Kr. 50,-
FH jenter/ kvinner		Ca 800 m	Kr. 50,-
Prolog individuell start og heat med fellesstart	Første start prolog kl. 12.30	Løypelengde	Startkontingent
Gutar/ jenter 11 år	Gutar/jenter 11 – 14 år går heat basert på tid i prolog (blandar kjønn og årsklasser)	Ca 1 km	Kr. 50,-
Gutar/ jenter 12 år		Ca 1 km	Kr. 50,-
Gutar/ jenter 13 år		Ca 1 km	Kr. 50,-
Gutar/ jenter 14 år		Ca 1 km	Kr. 50,-
Gutar/ jenter 15 år	Gutar/jenter 15 år og eldre går heat basert på tid i prolog (blandar kjønn og årsklasser)	Ca 1 km	Kr. 50,-
Gutar 16 år		Ca 1 km	Kr. 50,-
Jenter 16 år		Ca 1 km	Kr. 50,-
Menn 17, 18, 19/20 år		Ca 1 km	Kr. 50,-
Kvinner 17, 18, 19/20 år	Ca 1 km	Kr. 50,-	

GJENNOMFØRING

Det blir laga til løype for skicross, med svingar, hopp, kular og ryggeport. I prologen (alle klassar) blir det gått Intervallstart, 15 sek. Deretter heat for aldersgruppa 11 år og eldre (alle får gått eitt heat). Tidsskjema for heat vert publisert når påmeldinga er avslutta. Estimert første start på heat er kl. 13.00.



STARTLISTE

Startliste vert publisert i framkant av arrangementet på [Førde IL Langrenn sine nettsider](#) og Gaular IL Langrenn si [facebookside](#).

PÅMELDING

Via Min idrett:

<https://minidrett.nif.no/Event/Index/364542#364542-011>

Frist 19.02.21 kl. 23.59

NB! Hugs at alle føresette må melde seg på arrangementet. Dette er svært viktig slik at arrangøren på førehand har oversikt over tal personar som kjem til å vere tilstades. **NB! Ein oppmodar om maks 1 føresett per familie.**

PARKERING

Om ein ikkje har årskort betalar ein for parkering ved skisenteret sin automat.

STARTNUMMER

Startnummer hentar ein i garasjen/ kjellaren i det nye arenabygget.

PREMIAR

Alle deltakarane hentar sin premie i målområdet etter endt løp. Obs, hald avstand til kvarandre.

FUNKSJONÆRAR

Funksjonærar/ løypevakter tek med eigen refleksvest.

NB! Alle funksjonærar/ løypevakter skal bruke munnbind. Munnbind får ein utlevert i garasjen/ kjellaren i det nye arenabygget ved ankomst.

SMITTEVERN, COVID-19

Førde IL og Gaular IL gjer sitt ytterste for å få til ei så god og trygg gjennomføring av arrangementet som mogleg.

Føresetnaden for at ein kan arrangere karusellrennet, er at alle følgjer utarbeida reglar og rutinar for smittevern.

Har du symptom på luftvegsinfeksjon og Covid-19 skal du ikkje møte opp på arrangementet.

Symptoma kan vere vondt i halsen, forkjølelse, hoste, følelse av sjukdom, feber, hovudverk, magesmerter, muskelsmerter og tap av smak- og luktesans. Alle som er tilstades på arrangementet har eit sjølvstendig ansvar for å ikkje dersom ein har symptom.

Ein oppmodar om at alle praktiserar god hånndhygiene.

Alle skal halde avstand – hugs regelen om 1 meter avstand.



Det er ikkje høve til å opphalde seg inne i skihytta eller arenabygget, med mindre ein må bruke eitt av toaletta i skihytta.

Deltakarar og føresette skal forlate Langeland Skisenter straks etter målgang.

Alle (funksjonærar, deltakarar og føresette) må registrere seg med bruk av NIF sin qrona-app ved ankomst skisenteret (qr-kode). Dette er svært viktig m.o.t. ev. smittesporing.

Ein minner elles om at kafeen i skihytta vil vere stengt.

Vel møtt til skirenn på Langeland!

ARRANGØR:

Førde IL og Gaular IL