

Innbyding til SSF KM Friteknikk, Sogndal IL

Sogndal IL inviterer til SSF KM i friteknikk, søndag 14. mars kl. 13:00.

Krinsrenn f.o.m. 23. februar 2021 er kun ope for deltaking for utøvarar i juniorklassane og yngre årsklassar.

Rennet kan bli teljande i SSF Cupen dersom ein ikkje får avvikla dei siste renna i [SSF Cup 2021](#).



Klassar, distansar og premiering

Klasse	Distanse	Påmelding
J/G 10år og yngre	1 km	Kr 130
J/G 11, 12 år	2 km	Kr 130
J/G 13, 14 år	3 km	Kr 130
J 15/16 år, G15 år	5 km	Kr 130
G 16 år	7,5 km	Kr 130

Klasse	Distanse	Påmelding
K 17, 18 år	7,5 km	Kr 150
K 19/20 år	10 km	Kr 150
M 17, 18 år	10 km	Kr 150
M 19/20 år	15 km	Kr 150

Start

Første start kl. 13:00. Løypekart ligg på <http://www.sogndalidrettslag.no/langrenn> og startlister legges ut kvelden før rennet. Oppdatert informasjon blir lagt ut på Facebook – <https://facebook.com/sillangrenn>

Påmelding

Online påmelding innan fredag 12. mars kl. 23:59.

Tidtaking med EMIT tidtakerbrikker for alle klasser. Løpere med personlige brikker benytter disse. Løpere uten brikker blir fakturert for brikkeleige via klubb.

Minner om krav til skilisens i forhold til gjeldende reglement.

Merk at krinsrenn f.o.m. 23. februar 2021 kun er ope for deltaking for utøvarar i juniorklassane og yngre årsklassar. Jf. gjeldande smitteverntiltak for idretten og skiidretten - sjå [Norges Skiforbund sin koronarettleiar](#).

Støtteapparat og føresette må også melde seg på rennet på førehand gjennom rennpåmelding i Min idrett. Dette grunna avgrensing på maksimalt 200 personar til stades på arrangementet.

Meld på i klasse «Støtteapparat og føresette».

Premieutdeling

Premieutdeling vert gjort fortløpande på tilvist plass. Premiering frå Sogn og Fjordane Skikrins for KM i høve gjeldande reglement.

Merk at det vil ikkje vere høve til å opphalde seg innandørs i samband med arrangementet, og det vil kun vere tilgang til toalett i SIL-hytta.

Parkering

Parkering ved Hodlekve skisenter.

NB Betaling kr 70,- gjennom Easypark-appen, takstgruppe 6925

Fluorfritt arrangement

Sogn og Fjordane Skikrins oppmodar om at det i alle arrangement i skikrins si terminliste kun skal nyttast fluorfrie glidprodukt i sesongen 2020/21; <https://www.skiforbundet.no/sogn-og-fjordane/nyhetsarkiv/2020/12/informasjon-fluorforbod/>

For alle klassar til og med 16 år gjeld Norges Skiforbund sitt forbod mot fluorholdige glidprodukt.

Smittevern

- Ved symptom på sjukdom skal ein halde seg heime
- Hugs god hand- og hostehygiene
- Hald minst 1 meters avstand
- Alle må registrere seg på brua ved ankomst langrennsstadion.
SIL Langrenn benytter NIF sin elektroniske løysning og registrering vil være tilgjengelig fra kl 00:05 på renndagen.
- Arrangementet er i tråd med anbefalingane fra skiforbundet og FHI
<https://www.skiforbundet.no/sogn-og-fjordane/nyhetsarkiv/2020/12/arrangement-langrenn-2020-2021/>
- Vi oppmodar om maks. 1 føresett pr. løpar på krinsrenn inneverande sesong.

TD

Yngve Thorsen

Rennleiar

Tommy Harjo

mobil: 952 34 563

e-post: tommy.harjo@sogndalidrettslag.no

Velkomen til Sogndal og Hodlekve!
Sogndal IL Langrenn