



SSF CUP – ULLSHEIM - søndag 24. januar 2021

Søndag 24. januar 2021 inviterer Markane IL til koronavenleg SSF Cup på Ullsheim.

Stilart: Fri teknikk

Rennet inngår i SSF Cup for rekrutt (11-16 år)

Fyrste start, kl. 12.00

Gutar/ jenter 8 år 1km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 9 år 1km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 10 år 1km Kr. 130,-
FH gutar 1km Kr. 130,-
FH jenter 1km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 11 år 2km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 12 år 2km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 13 år 3km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 14 år 3km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 15 år 5km Kr. 130,-
Gutar/ jenter 16 år 5km Kr. 130,-
Menn 17, 18, 19/20 år 10km Kr. 150,-
Kvinner 17, 18, 19/20 år 5km Kr. 150,-
Menn senior 10km Kr. 170,-
Kvinner senior 5km Kr. 170,-
FH menn junior/senior 5 km Kr. 150,-/170,-
FH kvinner junior/senior 3 km Kr. 150,-/170,-

MERK! Føresette og støtteapparat 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 «Føresette og støtteapparat».

NB! Deltakarar og føresette skal komme til arenaen så tett opp mot stipulert starttid som mogleg. Dette for å unngå større ansamlingar. Ein oppmodar om maks 1 føresett per familie.

INTERVALLSTART Intervallstart, 30 sek.

STARTLISTE: Startliste vert publisert i forkant av arrangementet på www.markane.no

PÅMELDING: Via Min idrett - Frist: 21.01.2021 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 antal personar som kjem til å vere tilstades.

PARKERING Om ein ikkje har årskort betalar ein kr 50.- for parkering når ein kjem til Ullsheim (vipps eller kontant). Ein kan og betale på VIPPS på førehand – (hugs då å ha «kvittering / skjermbilde av betalt parkering klar til å vise fram til parkeringsvakt)

VIPPS nr til Markane IL: 107507

STARTNUMMER: Startnummer hentar ein klubbvis ved garasjen, like ved startområdet. Vi oppfordrar til at ein person frå kvar klubb tek ansvar for å dele ut startnummer og premiar til sine deltakarar. Vi legg sprit og munnbind i kvar lagspose / kasse, og ber den ansvarlege om å bruke dette før ein deler ut!

PREMIAR: 100 % premiering – utdelt saman med startnummer!

FLUORFRITT ARRANGEMENT: Sogn og Fjordane Skikrins oppmodar om at det i alle arrangement i skikrins si terminliste kun skal nyttast fluorfrie gliprodukt 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, COVID-19

Markane IL gjer sitt ytterste for å få til ei så god og trygg gjennomføring av arrangementet som mogleg. Føresetnaden for at ein kan arrangere rennet, 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.

NB! Alle har eit sjølvstendig ansvar å ikkje møte dersom ein har symptom.

Ein oppmodar om at alle praktiserer god handhygiene.

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

Føresette må ha eit ekstra ansvar for eigne barn mtp avstand i denne perioden.

Det er ikkje høve til å opphalde seg inne i klubbhuset / kafeen eller arenabygget.

Toalett er det tilgang til i garasjebygget for løparar / føresette. Funksjonærane nyttar toalett i lagshuset eller arenabygget. Toaletta har kontinuerleg reingjering gjennom arrangementet.

Vi ber om at deltakarar og føresette forlet Ullsheim så fort det let seg gjere etter målgang.

Alle (funksjonærar, deltakarar og føresette) må registrere ved ankomst Ullsheim (sjølv om du / de allereie er påmeldt via min idrett.) Vi gjennomfører denne registreringa i samband med parkering! Dette er svært viktig for ei evt smittesporing.

Vi minner endå ein gong om at kafeen i klubbhuset vil vere stengt. Ikkje kiosk!

Garderobar er ikkje tilgjengeleg!

Vel møtt til skirenn på Ullsheim!

ARRANGØR: Markane IL