



INNBYDING TIL SSF SPRINTSTAFETT

Arrangørstad: LANGELAND SKISENTER

Søndag 19. januar 2025

STILART: KLASSISK

RAMMEPLAN

10 år og yngre	Informasjon	Løypelengde og løype	Startkontingent
Klassene 10 år og yngre går ordinært løp i klassisk stil med intervallstart	Intervallstart, første start kl. 12.00. Premie ved målgang.	Ca 800 meter	Kr. 130
Stafett 11-14 år	Informasjon	Løypelengde og løype	Startkontingent
Samanslåtte aldersklasser 11-14 år. Maks alder på laget: 26 år. 2 på kvart lag Primært jente-/gutelag, men samarbeid gjerne med andre klubbar og miks jente-gutelag om nokon ikkje har lag Oppfordrar til å melde på mest mogleg jamne lag.	1) Prolog individuelt med ordinær intervallstart 2) Stafett med inntil 3 etappar på kvar løpar Første start kl. 12.00 (prolog) Endeleg tidsskjema og program blir laga etter ein ser antal påmeldte lag per.	Ca 500 m. Stadion - til høgre før brua - skiskyttarstadion - veksling/mål	Kr. 260 per lag
Stafett 15 år og eldre	Informasjon	Løypelengde og løype	Pris
J/G/mix 15 år og eldre 2 på kvart lag Primært jente-/gutelag, men samarbeid gjerne med andre klubbar og miks jente-gutelag om nokon ikkje har lag Oppfordrar til å melde på mest mogleg jamne lag.	1) Prolog individuelt med ordinær intervallstart 2) Stafett med inntil 3 etappar på kvar løpar Første start kl. 12.00 (prolog) Endeleg tidsskjema og program blir laga etter ein ser antal påmeldte lag per.	Ca 800 m. Stadion - over brua - vending - under brua - Skiskyttarstadion - veksling/mål	Kr. 260 per lag

GJENNOMFØRING



Estimert program (kan bli justeringar på gjennomføring ut frå antal påmelde lag):

1) Individuell prolog, første start kl. 12.00

Gjennomførast med ordinær intervallstart. Samla tid for laget bestemmer kva heat ein kjem i eller evt startposisjon i heatet dersom kun eitt heat per gruppe. Løypelengde lik som opplyst for stafetten over.

2) Sprintstafett med inntil 3 runder.

Starttid og tidsskjema for dagen blir opplyst når ein ser antal påmelde lag. Løypelengder som opplyst over.

STARTLISTE

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

PÅMELDING

Påmelding til stafetten gjerast frå klar klubb samla til Bodil Ryste på epost: bodil.ryste@gmail.com. Opplys då lagoppsett, namn og alder på løparane. Frist fredag 17. januar kl. 23.59.

PREMIERING

Deltakarpremie til alle.

PARKERING

For dei som ikkje har årskort gjeld følgande: Betalingsplikt blir utløyst ved parkering, dvs stopp meir enn 15 minutt, og blir styrt av kamera med skiltgjenkjenning ved innkøyringa. Dagskort kr. 90,- betalast hos inpark.no

STARTNUMMER

Startnummer hentar ein i det nye arenabygget.

OPEN KIOSK OG GARDEROBE

Det blir open kiosk og garderober i Skihytta.

Vel møtt til skirenn på Langeland!

ARRANGØR:

Førde IL og Gaular IL