

## Terminliste 2019-2020: Langrenn

Vedtatt av langrennskomiteen etter innspel frå Haustmøtet 26.10.2019

Oppdatert 11.11.2019

Dato	Dag	Arrangør	TD	SSF jr.	SSF rek.	Stilart	Nasjonale enn
22. november	Fredag						Beitostølen FIS renn
23. november	Laurdag						Nasjonal åpning
24. november	Søndag						
29. november	Fredag						Gåå (Equinor NC senior 1,2,3)
30. november	Laurdag						
1. desember	Søndag						
7. desember	Laurdag						
8. desember	Søndag	Bjønnastarten. Arr. IL Bjørn	Yngve Thorsen			Kl.	
13. desember	Fredag						Skandinavisk Cup, Vuokatti (FIN)
14. desember	Laurdag						
15. desember	Søndag						
21. desember	Laurdag						
22. desember	Søndag	Krinsrenn. Arr. Sogndal IL	Tor Arne Hov			Fri	
27. desember	Fredag	Ribberennet. Arr. Førde IL	Magnar A. Kapstad			Kl.	
28. desember	Laurdag						
29. desember	Søndag	SSF KM Fristil. Arr. Førde IL	Jonfinn Aske	1		Fri	
3. januar	Fredag						Skandinavisk Cup, Nes (NOR)
4. januar	Laurdag	SSF Cup/ Ullsrennet. Arr. Markane IL (SFEsmørerekurs / "Kraft i kvart fråspark")	Jonfinn Aske		1	Kl.	
5. januar	Søndag	Ullsrennet Sprint Skicross. Arr. Markane IL	Finn Årdal, Tor Arne Hov			Fri	
10. januar	Fredag						Equinor NC Jr 1,2,3, Lygna
11. januar	Laurdag						
12. januar	Søndag	SSFkarusell/ SkiCross. Arr. Hafslø IL (sonerenn Sogn)				Valfri	
12. januar	Søndag	SSFkarusell/ Skicross. Arr. Jølster IL				Valfri	
17. januar	Fredag						Equinor NC senior 4,5,6, Lygna
18. januar	Laurdag	SSF Cup Klepparenn. Arr. Syril IL	Tore Sønnesyn		2	Fri	
19. januar	Søndag	SSFkarusell/ SkiCross. Arr. Eid IL (sonerenn Nordfjord)				Valfri	
25. januar	Laurdag	SSF KM Sprint Skicross. Arr. ÅTIL/IL Jotun (stakefri sone)	Oddmund Lefdal, Tor Arne Hov	2		Kl.	Nasjonal KM-helg
26. januar	Søndag	SSF KM Klassisk. Arr. Sogndal (SFEsmørerekurs / "Kraft i kvart fråspark") (stakefri sone)	Finn Årdal	3	3	Kl.	Nasjonal KM-helg
30. januar	Torsdag						NM senior del 1, Konnerud (NC senior 7,8,9)
31. januar	Fredag						
1. februar	Laurdag	"Rennfri helg"					Ungdommens Holmenkollrenn
2. februar	Søndag						
8. februar	Lørdag	SSF Cup Kleivanerenn. Arr. Fj./ Vereide IL	Frode Lundekvam		4	Fri	
9. februar	Søndag	Turrenn/ distanserenn: Tverrfjeldilten/ SSF Cup. Arr. Markane IL	Yngve Thorsen	4		Kl.	

Dato	Dag	Arrangør	TD	SSF jr.	SSF rek.	Stilart	Nasjonale enn
14. februar	Fredag						Equinor NC senior 10,11,12, Førde
15. februar	Laurdag	SSFkarusell, Tambarrennet/ SkiCross. Arr. Tambarskjelvar IL				Valfri	/Equinor NC junior 4,5,6, Holmenkollen
16. februar	Søndag	Vetenrennet. Arr. IL Veten. Fellesstart 13 år og eldre.	Arild Nøstdal			Fri	
22. februar	Laurdag	SSFkarusell/ SkiCross. Arr. Førde IL/ Gaular IL (sonerenn Sunnfjord)				Valfri	Vinterferie, v.8 (17.-21. feb.)
23. februar	Søndag	Turrenn/ distanserenn. Honndalsrennet. Arr. Hornindal IL (inkl. aldersbest.)	Per Hatledal			Kl.	Hovudlandsrenn, Nybygda
28. februar	Fredag						Equinor NC senior 13,14,15, Mjøss Ski/ Veldre sag
29. februar	Laurdag	SSF Cup/ Hyesprinten. Arr. Hyen IL (SFEsmørekurs / "Kraft i kvart fråspark")	Jonfinn Aske		5	Kl.	
1. mars	Søndag	Turrenn/ distanserenn: Kalsetrennet. Arr. Førde IL (inkl. aldersbest.)	Finn Årdal			Kl.	
6. mars	Fredag						
7. mars	Laurdag						
8. mars	Søndag	SSF Cup. Arr. Eid IL	Johannes Tufte		6	Fri	
13. mars	Fredag						Skandinavisk Cup (EST)
14. mars	Laurdag						Junior NM, arr: Beitostølen
15. mars	Søndag	Turrenn/ distanserenn. Aosarennet. Arr. Årdalstangen IL (inkl. aldersbest.)	Anders Fortun			Kl.	
21. mars	Laurdag						
22. mars	Søndag	SSF Cup Finale. Arr. Førde IL	Tor Arne Hov	5	7	duath	
26. mars	Torsdag						NM Del 2/ Junior Finale, Lillehammer
27. mars	Fredag						
28. mars	Laurdag	Skogahogen Opp. Arr. Jølster IL				Fri	
29. mars	Søndag						
4. april	Laurdag						
5. april	Palmesøndag	Turrenn: Holmøyskarrennet. Arr. IL Veten/ Hardbagg IL	Per Hatledal			Kl.	
5. april	Palmesøndag	Turrenn: Hafsløvatnet Rundt (inkl. aldersbest. kl.). Arr. Hafslø IL	Anders Fortun			Kl.	
9. april	Skjærtorsdag	Turrenn: Bjønnarennet (inkl. aldersbest. kl.). Arr. IL Bjørn	Ingrid Narum			Kl.	
10. april	Langfredag						
11. april	Påskeafta	Turrenn: Rypeskarrennet (inkl. aldersbest.). Arr. Fj./ Vereide IL	Finn Årdal			Fri	
12. april	Søndag						