



HOVEDLANDSRENNET 2016 – FAUSKE



Troms Skikrets langrenn 15-16 år.

Vi gleder oss alle til den store happening for 15 og 16-åringene under årets hovedlandsrenn!

ONSDAG:

- Ikke felles middag onsdag kveld.
- Bussen fra Nordreisa er i Bodø ca 18:00-19:00.

TORS DAG:

- Frokost fra kl. 06:00 – 10:00. Smøre 2 matpakker. Lenge til middag kl. 20.00
Husk nok drikke i løpet av dagen.
- Felles infomøte torsdag morgen ca 0930. v/ Liza og Rolf
- Avreise buss: kl 10:30 fra Bodø til Fauske.
- Er på stadion ca to timer før retur tilbake til Bodø.
- Middag kl. 20:00 - 22:00 (Gjelder tor, fre, lør)
- Løpermøte kl 21:00 på hotellet. Møteplikt alle utøvere. Her deles startnumrene ut etter lagledermøtet som har vært på Fauske.

Løperne leverer inn skiparet de skal bruke på renn fredag etter test av løyper torsdag. Kan kun levere inn et par hver. Det innebærer at de med flere skipar må teste hvilket de skal bruke torsdag mens vi er på stadion.

Smørerne legger festesmøring på skistadion torsdagen før testing av løypene. Ha skiparet klar.

FREDAG:

- Frokost fra kl. 06:00 – 10:00. Smøre stor/nok matpakke til lunsj. Husk nok drikke i løpet av dagen.
- Sjekk hvilken transportavgang dere har til/fra Fauske. Eget oppslag om transport.
- Klassisk intervallstart (15 sek) J16 starter først kl. 10:00
- Premieutdeling på stadion etter hver klasse. 1/3 premiering.
- Middag kl. 20:00 - 22:00 (Gjelder tor, fre, lør)
- Løpermøte kl 21:00 på hotellet. Møteplikt alle utøvere. Her deles startnumrene ut etter lagledermøtet som har vært på Fauske.

LØRDAG:

- Frokost fra kl. 06:00 – 10:00. Smøre stor/nok matpakke til lunsj. Husk nok drikke i løpet av dagen.
- Sjekk hvilken transportavgang dere har til/fra Fauske. Eget oppslag om transport.
- Sprint. Prolog og heat J16 og J15 starter kl. 09:30.
G16 og G15 starter kl. 12:30

- LANGRENNSCROSS: Hver løper starter nøyaktig 1 time etter starttiden i Sprint prolog
- Premieutdeling på stadion etter hver klasse. 1/3 premiering.
- Middag kl. 20:00-22:00 (Gjelder tor, fre, lør)
- Løpermøte kl 21:00 på hotellet. Møteplikt alle utøvere. Her deles startnumrene ut etter lagledermøtet som har vært på Fauske.
- Pakke klart for avreise søndag morgen til skistadion.

SØNDAG, SISTE DAG - STAFETT:

- Frokost fra kl. 07:00. Smøre stor/nok matpakke til lunsj. Husk nok drikke i løpet av dagen.
- Utsjekk hotel.
- Felles buss/transport til Fauske kl. xx
- Stafett: 1. og 2. etappe klassisk / 3. og 4. etappe friteknikk
- Kl. 09.30 STAFETT JENTER 4 x 3,75KM
- Kl. 11.00 STAFETT GUTTER 4 x 3,75KM
- Premieutdeling på stadion etter hver klasse. 1/3 premiering.
- Dusjmuligheter på Fauske videregående skole.
- Avreise buss nordover etter stafett gutter. Ca kl. xx

Måltider:

- Ingen måltider onsdag. Alle ordner selv (matpakke, spise på reisen etc) Evt pizza på lokale pizzasteder i Bodø. Peppes, Egon etc.
- Frokost: kl. 06:30 – 10:00 Husk smør 2 matpakker hver dag. Inngår i avtalen.
- Middag: kl. 20:00 – 22:00 Buffet. Kjøkkenet stenger kl. 22:00

Facebook

Her legges det ut daglig nødvendig oppdatert info som alle bør følge med på.

HUSK!

- Gul Troms lue for de som har. Randi har med lue og pannebånd som fås kjøpt for kr. 100,-
- Emit - Tidtakerbrikke!
- Merk alt personlig utstyr, ikke minst **ski, staver**, sko, klær etc.

Ledere:

- **Hovedledere:** Randi Sunde (tlf. 916 15 744) og Beate Ingebrigtsen (tlf. 977 97 117) begge Medkila SL.
- **Trener:** Liza Goodwin (415 05 167)
- **Sekunderings ansv. ++:** Arild Øvergaard, Målselv IL
- **Smøresjef:** Stein Morten Gulbrandsen, Pioner Ski og Rolf Lundamo, Bardufoss OIF
- **Øvrige smørere/ledere:** Ragnar Schjølset Målselv IL, Eivind Valnes BOIF, Elisabeth Klaussen Kvaløysletta SL, Harriet Steinkjer, Nordreisa IL

Vi sees på HL, hilsen lederne!

23.02.2016