

Lagledermøte torsdag 10. mars
2022

Equinor Norgescup Meråker 11. – 13. mars 2022



Equinor
Norgescup

equinor

VI STØTTER
MORGENDAGENS
HELTER



AGENDA FOR MØTET:

- Opprop
 - Rennkomite og jury
 - Arenakart
 - Rennprogram
 - Løypekart
 - Værmelding
 - Startnummer / brikkekontroll
 - Premieutdeling
- Informasjon fra rennkomite
 - Informasjon fra TD
 - Div. info

OPPROP:

- Akershus
- Agder og Rogaland
- Buskerud
- Finnmark
- Hedmark
- Hordaland
- Møre og Romsdal
- Nordland
- Nord-Trøndelag
- Oppland
- Oslo
- Sogn og Fjordane
- Sør-Trøndelag
- Telemark og Vestfold
- Troms
- Østfold
- NSF

Rennkomite:

- Rennleder: Frode Estil
- Ass. Rennleder: Stig Rune Kveen
- Løypesjef: Lars Hasselvold
- Stadionsjef: Martin Aune
- Ytre arena: Jonas Sæther
- Sekretariat: Elisabeth Aavik
- Parkering: Bård Langsåvold

Jury:

- TD: Fridtjof Rannem
- Ass. TD: Hans Jørgen Kvåle
- Rennleder: Frode Estil
- Ass. Rennleder: Stig Rune Kveen
- Løypesjef: Lars Hasselvold
- Guri Knotten

GROVA SKISTADION



Program fredag 11. mars:

Jr. NM sprint klassisk stil.

Løypene åpner 08:00 – Stenger 09:50.

- M18 - første start kl. 10:00:15
- M17 - første start kl. 10:34:30
- K18 - første start 13:10:15
- K17 - første start 13:31:00

I FINALENE SKAL DET BRUKES LEGGNUMMER PÅ VENSTRE LEGG – DISSE DELES UT PÅ SAMME STED SOM STARTNUMMERENE, NÅR HEATOPPSETTENE ER KLARE. LØPERNE BEHOLDER STARTNUMMER FRA PROLOG TIL FINALENE.

Tidsplan Sprint-finaler Equinor NC Meråker

Kvartfinaler Menn:

Kvartfinale 1 M18	6	11:20:00
Kvartfinale 2 M18	6	11:25:00
Kvartfinale 3 M18	6	11:30:00
Kvartfinale 4 M18	6	11:35:00
Kvartfinale 5 M18	6	11:40:00

Kvartfinale 1 M17	6	11:45:00
Kvartfinale 2 M17	6	11:50:00
Kvartfinale 3 M17	6	11:55:00
Kvartfinale 4 M17	6	12:00:00
Kvartfinale 5 M17	6	12:05:00

Semifinaler Menn:

Semifinale 1 M18	6	12:10:00
Semifinale 2 M18	6	12:15:00

Semifinale 1 M17	6	12:25:00
Semifinale 2 M17	6	12:30:00

Finaler Menn

Finale 2 M18	6	12:35:00
Finale 3 M17	6	12:50:00

Premieutdeling:

M18	12:55:00
M17	13:10:00

Kvartfinaler Kvinner:

Kvartfinale 1 K18	6	14:15:00
Kvartfinale 2 K18	6	14:20:00
Kvartfinale 3 K18	6	14:25:00
Kvartfinale 4 K18	6	14:30:00
Kvartfinale 5 K18	6	14:35:00

Kvartfinale 1 K17	6	14:40:00
Kvartfinale 2 K17	6	14:45:00
Kvartfinale 3 K17	6	14:50:00
Kvartfinale 4 K17	6	14:55:00
Kvartfinale 5 K17	6	15:00:00

Semifinaler Kvinner:

Semifinale 1 K18	6	15:05:00
Semifinale 2 K18	6	15:10:00

Semifinale 1 K17	6	15:20:00
Semifinale 2 K17	6	15:25:00

Finaler Kvinner:

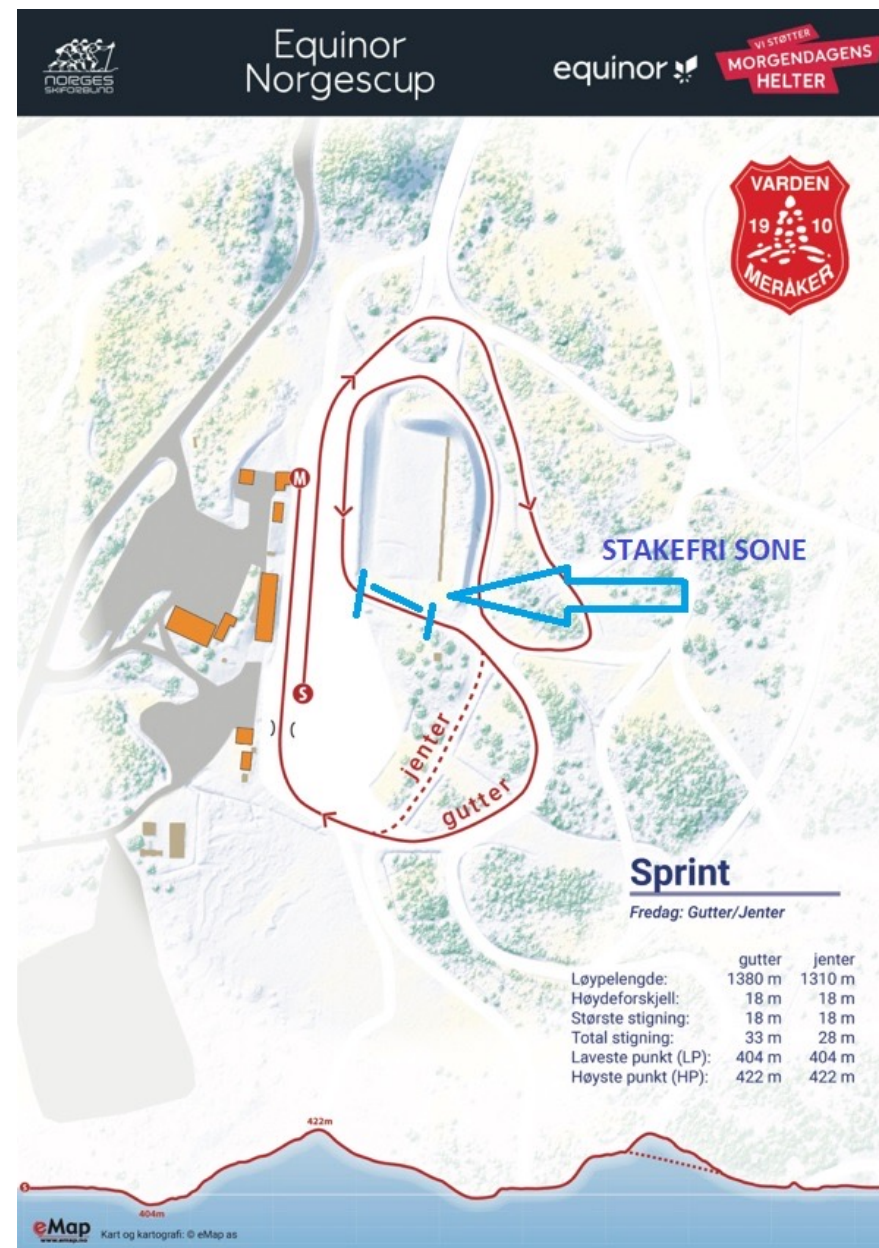
Finale K18	6	15:30:00
Finale K17	6	15:45:00

Premieutdeling:

K18	15:50:00
K17	16:00:00



Løypekart fredag:



Program lørdag 12. mars:

NC klassisk stil.

Løypene åpner 08:00 – Stenger kl. 09:50.

- M18 - 7,5km: første start kl. 10:00.15
- M17 - 7,5km: første start kl. 10:34.30
- K18 - 5km: første start kl. 12:00.15
- K17 - 5km: første start kl. 12:21.00

Løypekart lørdag



Program søndag:

NC fristil.

Løypene åpner 08:00 – Stenger 09:50.

- M18 - 10km første start kl. 10:00.15
- M17 - 10km første start kl. 10:34:15
- K18 - 7,5km første start kl. 12:00:15
- K17 - 7,5km første start kl. 12:21:00

Løypekart søndag:



Løypene blir
preparert før
midnatt hele
helgen.

Løypene er
stengt kl. 21:00
– 08:00

Fredag 11. mars



7° / -5°

4 m/s

Lørdag 12. mars



5° / -1°

4 m/s

Søndag 13. mars

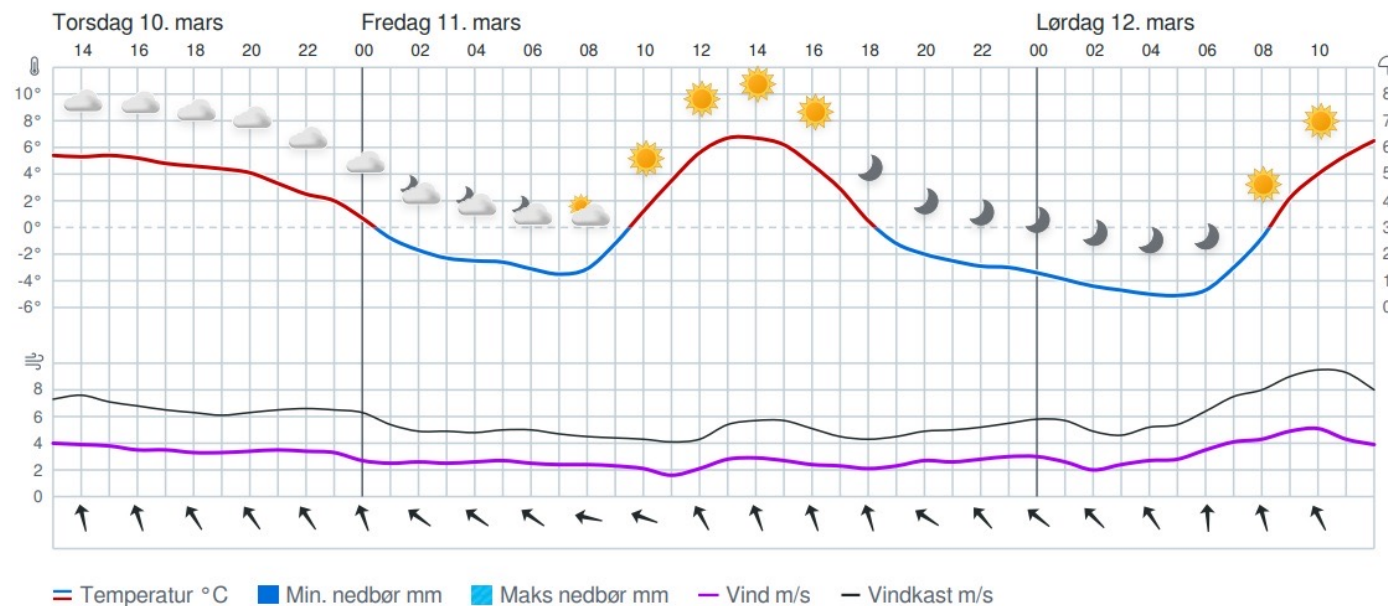


5° / -2°

4 m/s

Værvarsel for Grova skisenter

Meteogram 10. mars kl. 13:00 – 12. mars kl. 12:00



Startnummer og brikkekontroll:

- Startnummer er klare for henting 1 time før start ved inngangen til startområdet.
- Brikkekontroll ved inngang startområdet.
- Oppvarmingstøy/sekker kan legges på anvist plass ved startnummerutdelingen -> før man går til start.
- Vi ønsker færrest mulig av trenere/ledere inn på startområdet. 1 fra hver krets kan innom ved behov.

Premieutdeling:

Premiering 1- 6 plass foregår utenfor rennkontoret ca. 20 min etter siste løper har gått i mål i hver klasse.

Deltakerpremie deles ut etter målgang på lørdag. Deltar du ikke lørdag, kan du hente dette på rennkontoret.

NM Sprinten:

Det deles ut diplom til 1/3 av deltakerne på NM-sprinten. Denne hentes på rennkontor lørdag, evt fredag hvis løper ikke er tilstede lørdag.

Info fra rennkomite:

- Strykninger sendes på mail til erik.husby@skiforbundet.no innen kl. 16:00 dagen før.
- Glemt brikke? Dette kan lånes på rennkontoret for 200,- for hele helgen. VIPPS betaling. Tap av brikke: 600.-
- OBS:VANNET PÅ STADION ER IKKE GODKJENT SOM DRIKKEVANN, VI ANBEFALER Å FYLLE PÅ DRIKKE FØR ANKOMST. FLASKEVANN SELGES I KAFEEN.

Info fra TD:

- Soner/teknikk kontroll.
- WhatsApp – infokanal under arrangementet:
 - <https://chat.whatsapp.com/G4kboricp668zyTnvW9WVq>
 - <https://chat.whatsapp.com/F6XRtys2vGD3gyoglrwE7w>

Emhill-challenge

Ekstra utfordring under jentenes løp på lørdag, samt på guttenes løp på søndag.

«Emhill challenge» er en konkurranse om raskest tid på en 800 m strekning i lett terreng fra Emilberget og ned til Bjønnlia. (Fra 2,1 -2,9 km i begge løpene).

- Start og slutt på strekningen vil bli tydelig skiltet.
- Raskeste tid i hver klasse vil bli premiert.

Start – Stopp Emhill-challenge





Equinor Norgescup

equinor 



Parkering

Parkering fredag-søndag kr 250,- kan forhåndsbetales med Vipps til IL Varden Meråker ski (vis kvittering).

Dagsparkering kr. 100,-

Vipps nummer #725774





ORDENSREGLER FOR SMØREBODENE

- Smørejernene skal **ALLTID VÆRE AVSLÅTT** når smøreboden forlates.
- Avfallshåndtering:
 - Restavfall i blank søppelsekk.
 - Rent papir og plast i pappeske/ sekk for papir.
 - Spesialavfall i rød sekk.
- Vær obs på brannfare - gjør dere kjent med plassering av slukkemateriell.
- Forlat smøreboden i samme tilstand som da dere kom.
- Nøkkel til smørebod leveres på rennkontoret før avreise.
- Ved spørsmål, kontakt Jonas Sæther, tlf. 472 74 828



Equinor
Norgescup

equinor 

VI STØTTER
MORGENDAGENS
HELTEN