

Hoved
Lands
rennet



Hovedlandsrenn

Lagledermøte 25.feb-2023



Hoved
Lands
rennet



Agenda

Opprop
Presentasjon av jury
Program/dagsplan
Utøver informasjon
Leder informasjon
Værvarsel
Preparering av løyper
Løyper
Praktisk informasjon
Informasjon fra TD



**Hoved
Lands
rennet**



**AKERSHUS SKIKRETS
BUSKERUD SKIKRETS
FINNMARK SKIKRETS
HEDMARK SKIKRETS
HORDALAND SKIKRETS
MØRE OG ROMSDAL SKIKRETS
NORD-TRØNDELAG SKIKRETS
NORDLAND SKIKRETS
OPPLAND SKIKRETS
OSLO SKIKRETS
ROGALAND OG AGDER SKIKRETS
SOGN OG FJORDANE SKIKRINS
SØR-TRØNDELAG SKIKRETS
TROMS SKIKRETS
VESTFOLD OG TELEMARK SKIKRET
ØSTFOLD SKIKRETS**



Hoved Lands rennet



Jury

- TD John Olav Fuglem
- Ass TD Trond Iversen
- Ass rennleder Truls Torvik
- Rennleder Tor-Arne Hetland





Program søndag 26.feb

Rennprogram

10:00 4 x 5 km K-K-F-F G15/G16 **100 lag**

11:15 4 x 3,75 km K-K-F-F J15/16 **75 lag**

Premieutdeling stafett, ved rennkantoret

12:00 Gutter

12:15 Jenter

1/3 premiering, 6 beste lagene til seremoni, resterende henter premien på rennkantor.

Hoved
Lands
rennet



Utøver informasjon

Konkurranseløypene er stengt for utøvere
Oppvarming i oppvarmingsløype
Utøver henter selv sine ski hos sin krets
Feste på skiene blir justert av kretssmører
Utøver henter startnummer hos sin krets
Korrekt veksling, vis hensyn til andre
Korrekt teknikk
Premieutdeling i Grova
Lever startnummer ved kulvert eller rennkontor
Leiebrikker må hentes og betales på rennkontor i god tid før start
Uavhentede premier hentes på rennkontor, premier ettersendes ikke





Leder informasjon

2 smørejern i hver smørebod

Kretsleder henter startnummer samlet for krets fra klokken 8:00 ved kulvert

»No coaching» første 400m og siste 1200m av løypa, men dere dere kan stå der det er markert med gult. Ellers kan dere stå hvor dere vil i løypa.

Forflytning på ski kun i løpsretning

Akkreditert sone, stadion – smøreområdet – testområdet som i dag

Vis hensyn til alle utøverne og lag

Vekslingsboks på stadion betjenes av en person pr krets, slipper sitt lag til veksling til korrekt tid og sikker veksling

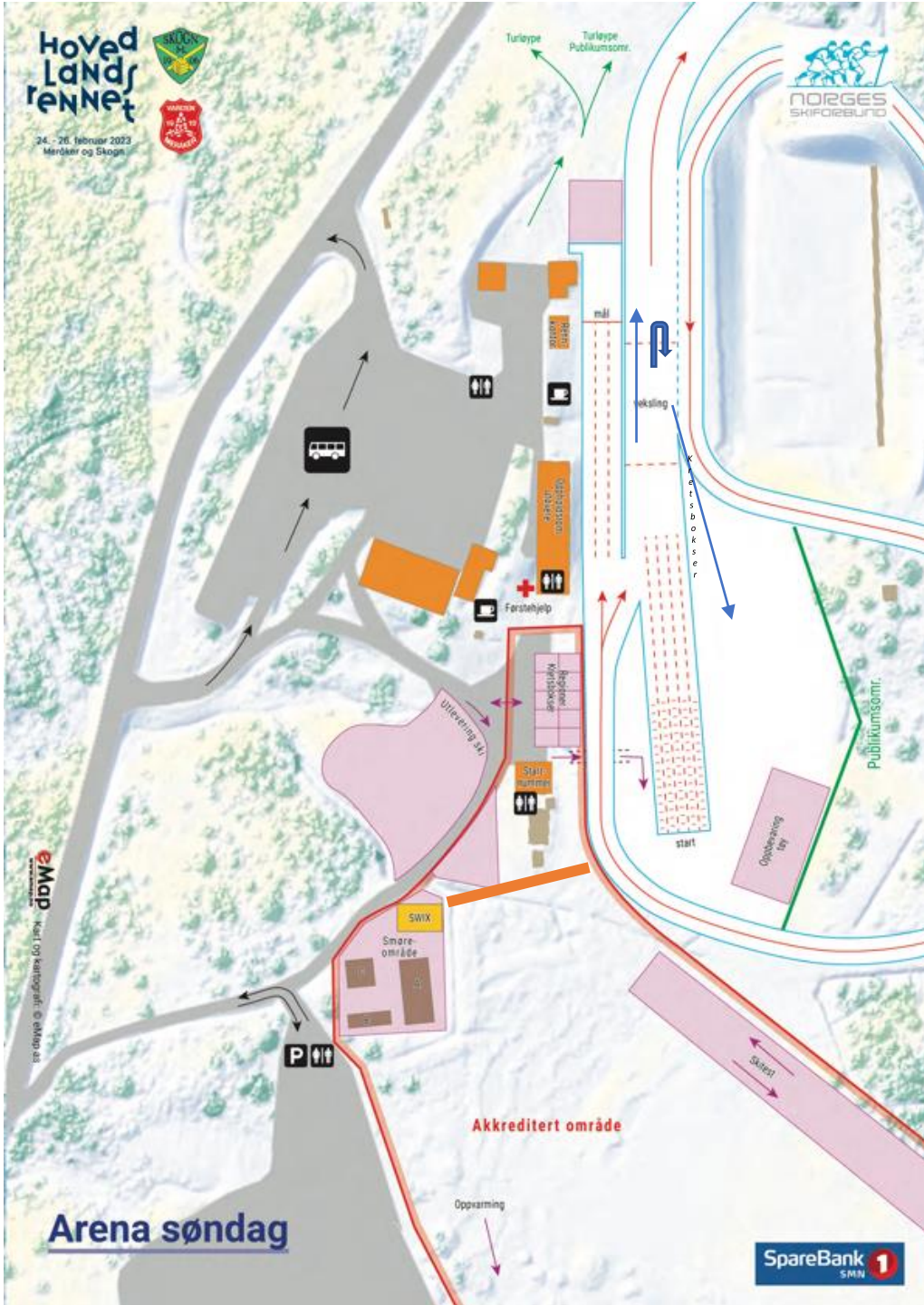
Akkrediteringsvester leveres enten ved kulvert og på rennkontor, de som har mistet sin vest melder seg på rennkontor

Premier kan hentes på rennkontor, ettersendes ikke

Arrangør har ingen bagasjetransport til Alta

Endring pga sykdom meldes til rennkontor før 0800 for gutter og 0915 for jenter i morgen. Hvis endring av stilart kan ski leveres til swix så raskt som mulig. Senest 1 time før start

Hoved Landsrennet



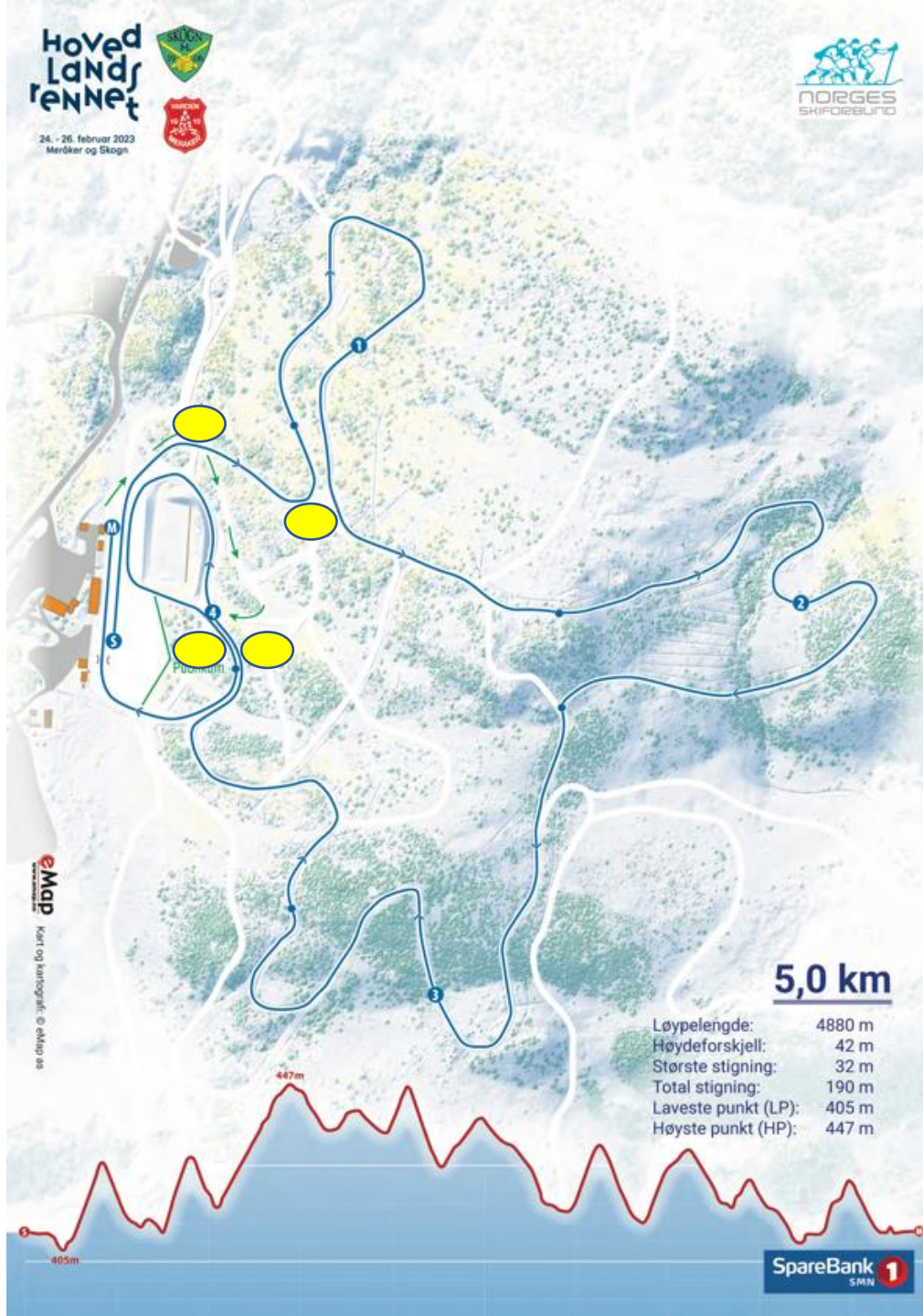
SpareBank SMN 1

Hoved Landsrennet



Hoved Landsrennet

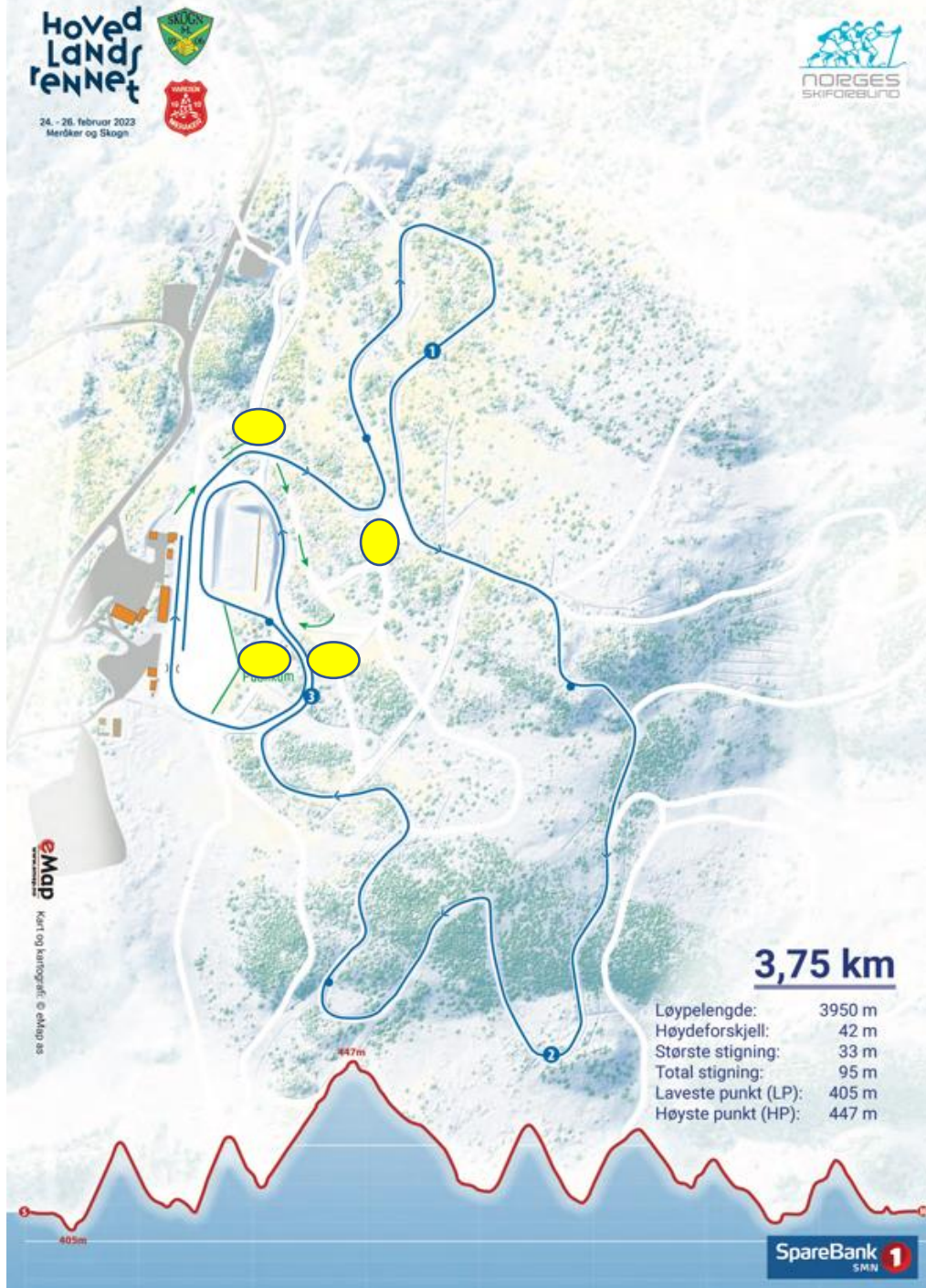
24. - 26. februar 2023
Meraker og Skogn



SpareBank 1 SMN

Hoved
Land
rennet

24. - 26. februar 2023
Merdøer og Skogn



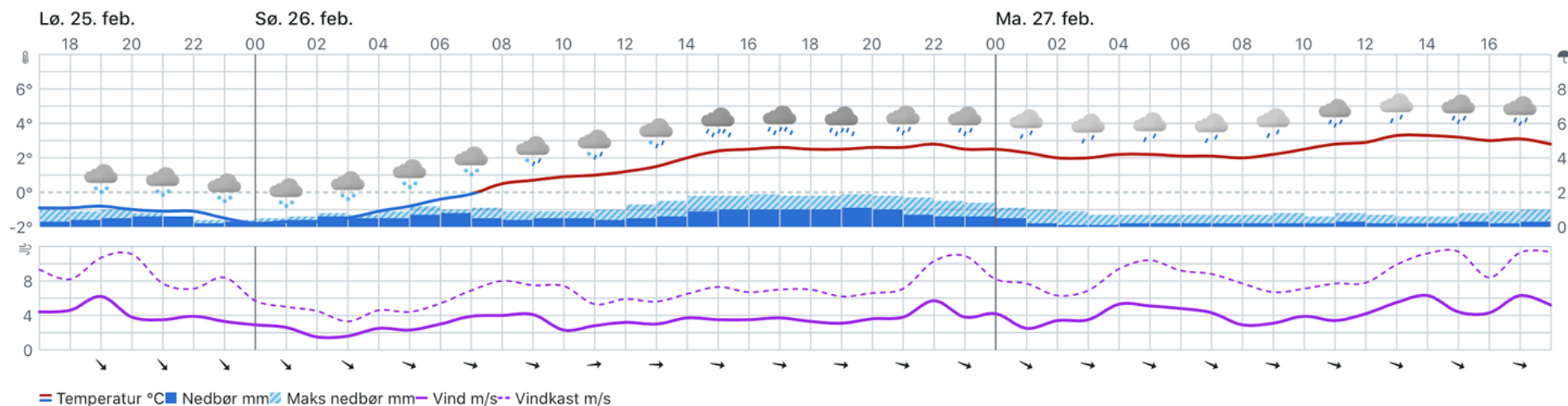
3,75 km

Løypelengde:	3950 m
Høydeforskjell:	42 m
Største stigning:	33 m
Total stigning:	95 m
Laveste punkt (LP):	405 m
Høyeste punkt (HP):	447 m

Map Kart og kartografi © ekkap as



Værvarsel



Hoved
Lands
rennet



Preparering av løyper

Løypene prepareres i kveld

5 startspor, 2 spor rundt hele løypen på høyre side

Ved snøfall prepareres det på nytt, ferdig preparert til 8:45

Testområdet prepareres som i dag til klokken 7:30





Informasjon fra TD

Jury beslutning lørdag 25.feb 13:45.

Til stafetten er det bare mulig å levere ett par ski pr utøver til smøring. Anbefaler samme par som i dag.

Hver krets beslutter selv om man ønsker å legge grunning slik som i dag eller at man velger å avvente til i morgen. Alle skiene til en krets MÅ det gjøres det samme med. Anbefaling er å legge grunnvoks.

*I morgen søndag poengterer arrangør at maksimal kapasitet med tanke på strøm er
Vi takker kretsene for dialog og innspill i beslutningen.*

Hoved
Lands
rennet



Erfaringer fra dagen

Skigåing mot fartsretning

Løpere

Ledere

Paceing/sekundering med/på ski





Stafett

343.13 Stafettveksling

343.13.1 Vekslingen skjer ved at **den ankommende deltakers hånd** berører neste **deltakers kropp (uansett kroppsdel)**, mens begge deltakerne befinner seg i vekslingsfeltet. Løperne må følge arrangørens anvisning. Det er ikke tillatt å skyve den startende løper for at han skal vinne fart.

343.14 Løpere som blir tatt igjen med en runde

343.14.1 Ved jaktstart, fellesstart og stafett **har juryen anledning** til å ta løpere eller lag som blir tatt igjen med en runde, ut av løpet. De vil bli rangert (får plassering) på resultatlisten ut fra den plassering de hadde da de ble tatt ut av løpet.

JURYEBESLUTNING:

Alle får gå selv om de blir tatt igjen, men må vise hensyn

Vekslingsfelt

Hver krets får tildelt eget felt i vekslingsområde

Hoved
Lands
rennet



Informasjon fra SWIX

Venter så lenge som mulig, info 90 min før første start



Hoved
Lands
rennet



Informasjon fra NSF

Ingen

