



Tolga IL -Skigruppa

Velkommen til **Tolga Spretten** alle klasser (KM hopp & kombinert 13-16 år), og **Veteran NM** i Hamran lørdag 9.3.2019

Hopp og langrenn arrangeres i Hamran for Tolga Spretten. Kombinert langrenn for Veteran NM foregår på Sætersgård Stadion.

Klasser

- K5 åpen klasse
- K10 åpen klasse
- K20 åpen klasse
 - J&G 11 år
 - J&G 12 år
- K40 åpen klasse
 - J/G 12 år
 - J/G 13 år (KM hopp og kombinert)
 - J/G 14 år (KM hopp og kombinert)

Veteran

- K/M 30- 39 år osv. med 10 års klasser
- K60 åpen klasse
 - J/G 14 år (KM hopp og kombinert)
 - J/G 15 år (KM hopp og kombinert)
 - J/G 16 år (Km hopp og kombinert)
 - K/M junior
 - K/M senior

Veteran

- K/M 30-39 år osv. med 10 års klasser

Påmelding og startkontingent

Påmelding ved <https://minidrett.nif.no/Event> eller

e-post til knut.tolga@gmail.com innen onsdag 6.mars 2019. Med påmelding med e-post må navn, fødselsdato, bakke og eventuelt kombinert nevnes.

NB! Husk at det må meldes på for både hopp og kombinert.

Startkontingent hopp og kombinert. Engangslisens kan betales i Hamran:

Veteraner kr 130,- per renn + lisens

5 - 16 år 100,- per renn

Junior 115,- per renn

Senior 130,- per renn

Program:

Fredag 8.3.19

1830-2000 - fri hopping i alle bakker. Heisavgift kr 150,- Åpen kaffe i Hamran-stua.

Lagledermøte kl 2000 i dommertårnet.

Betales inn på konto: 1885.20.04947
«Merkes med navn, f.dato + bakke størrelse og evt. kombinert”.
Kan også betales i bakken på renndagen



Tolga IL -Skigruppa

Lørdag 09.3.19

Åpen kaffe i Hamran-stua. Parkering kr 50,-

1000	Fri hopping i K5-K10 og K 20
1000	Prøveomgang og påfølgende 2 omganger i K40, og deretter samme i K60
1200	K5, K10 og K20. 2 tellende omganger uten prøveomgang.

Premiering Tolga Spretten hopp og KM.

Langrennet for Tolga Spretten starter med de minste rett etter premiering hopp. Fellesstart for de minste – opp til 10 år. Gundermetoden fra 11 år. KM – tittel kåres i aldersgruppen 13-16 år.

Starttidspunkt blir bekjentgjort på tavle Hamran-stua og fra speaker.

1500 Start langrenn Veteran NM kombinert. Mulighet til å dusje i Sætershallen.

1830 Bankett med premieutdeling Veteran NM i Sætershallen.

Kombinert - Løpslengder og startrekkefølge.

Tolga Spretten

½ runde < 8 år (felles)	(Velg 1 km i påmelding)
1 runde 8 – 10 år (felles)	(Velg 1 km i påmelding)
1,5 runde J/G 11 – 12 år (Günder)	(Velg 1 km i påmelding)
2 runder J/G 13– 14 år (Günder)	(Velg 2 km i påmelding)
3 runder J/G 15 -16, junior og senior(Günder)	(Velg 2 km i påmelding)

Veteran NM

Samme klasseinndeling som i hopp; -10 årsklasser

Hopprennet for de opp til og med 60 år foregår K60 – løpslengde 8 km.

(Velg 7,5 km i påmelding)

Hopprennet for de over 61 år foregår i K40 – løpslengde 4 km.

(Velg 5 km i påmelding)

Informasjon:

Trond Lund (rennleder): 99 10 77 31, trond@rorosmeieriet.no

Knut Sagbakken (sekretær/info): 95 16 29 45 knut.tolga@gmail.com

Stig Morten Hansen (TD): 98 45 01 23



Tolga Bil **EIK**
SENTERET

