



Spydebergrennet 2022

Landsrenn i normaldistanse i klassisk stilart Møllercup for J/G 15-16 år. Bilbutikk1/Swenorcup for Østfold Skikrets.

Lørdag 5. februar 2022. Første start kl. 10:00 (Se tidsplan i eget vedlegg)

Sted: Spydeberg Skiarena, Haugenveien 291, 1820 Spydeberg

Renntype: Landsrenn for aldersklassene fra 8 år til senior, normaldistanse – klassisk stil, enkeltstart

Distanser/klasser:

- 1,5 km: J/G 8 - 10 år
- 2,5 km: J/G 11 og 12 år
- 3,4 km: J/G 13 og 14 år
- 5,0 km: J/G 15 og 16 år, og K 17-20 år og K Senior
- 10,0 km: M 17-20 år og M Senior
- Løypelengde tilpasses føreforholdene (se løypekart).

Teknisk/stakefri sone: Det er stakefri sone for alle klasser og på alle runder (se løypekart).

Løypekart: Løypekart ligger på våre hjemmesider, samt det vil henges opp på veggen av rennkantoret. Det er viktig at alle setter seg godt inn i løypene på forhånd. Løypevakter er kun vakter og observatører, og vil ikke gripe inn om noen skulle gå feil. Det er løpers eget ansvar å gå riktig.

Premiering: Full premiering i alle klasser. Deltagerpremie til alle ved målgang, samt kort seremoni/premieutdeling til utøvere på pallen i alle rangerte klasser rett etter utløpt protestfrist. Premieutdeling er ved Skihytta på Spydeberg Skiarena.

Påmelding: Online påmelding innen onsdag 02.02.2022 kl. 23.59. Startkontingent (NSF satser) faktureres til klubbene etter rennet. Ingen påmelding via e-post. Husk å melde på i riktig klasse, alder regnes pr. **31.12.2022**.

Etteranmelding: Det vil IKKE være åpent for etteranmelding.

Tidtaking: Det benyttes Emitbrikker for tidtaking. Utøvere som ikke har egen brikke kan leie brikke for kr. 50,-. Lånebrikker deles ut sammen med startnummer. Lånebrikker faktureres klubb etter rennet. Ikke innleverte lånebrikker faktureres klubb med kr 1000.-

Lisens: NSF's skilisens må være betalt for løpere som har fylt 13 år. Engangslisens kan kjøpes på rennkantoret før løper starter sitt renn på renndagen, og koster kr 60 for løpere fra 13–25 år og kr 150 for løpere som er 26 år og eldre.

Startnummer: Hentes enkeltvis ved rennkantoret på Spydeberg Skiarena fra kl. 09.00
Ikke innleverte startnummer faktureres klubb med kr. 250.-

Cup: Møllercup (Østfold/Akershus/Oslo) for klassene J/G 15 og J/G16.
Bilbutikk1/Swenor Cup for alle utøvere i Østfold Skikrets.

Registrering/smittesporing: QR-kode legges ut på vår hjemmeside i god tid før rennet, samt henges opp ved parkering og på skistadion, og vi oppfordrer alle ledsagere til å registrere seg før ankomst skistadion for å unngå kø.

Værvarsel: [Link til værvarsel på Spydeberg Skiarena](#)

Smøretips: [SWIX Racingservice Norge](#) vil legge ut smøretips fredag ettermiddag.

Garderober og WC: 3 toaletter finnes i skihytta. Ingen garderober pga. smittevern/covid.

Parkering: 300 meter fra Spydeberg Skiarena. Beløp kr. 100.-. Kun Vipps #122374

Start/resultatlist: Startlister og live resultater vil være tilgjengelig på EQ Timing, og det blir ikke hengt opp start/resultatlist på stadion.

Protestfrist: Protestfrist er 15 minutter etter at siste løper i respektive klasse er i mål. Alle protester skal leveres skriftlig til sekretariatet. Sammen med protesten skal det medfølge et gebyr på NOK 250.- som betales med Vipps til #122374. Protester som ikke er innlevert i tide eller uten at protestavgiften er betalt, vil ikke bli behandlet (ihht NFS rennreglement).

Lagledermøte: Det avholdes ikke lagledermøte. Dette for å unngå større ansamlinger av mennesker enn nødvendig. Eventuelle spørsmål man ikke finner svar på i informasjonen som er lagt ut om rennet på våre hjemmesider, kan rettes til rennkontoret på skiarenaen.

Jury: Siden lagledermøte ikke avholdes velges det ikke klubbrepresentant til juryen. Juryen består dermed av: TD (juryens leder), rennleder og løypesjef/ansvarlig. Se kontaktinformasjon nedenfor.

Løperdrikke: Det vil ikke være løperdrikke i mål, men det vil være kiosk ved skihytta som selger diverse drikke.

Kiosk: Kiosksalg ved skihytta. Her er det mulighet til å kjøpe blant annet kaffe, kakao, brus, smoothie, saft, vafler, kake, sjokolade, nudler, pølser, etc. Kun Vipps #122374

Sanitet/Lege: Lege er til stede på Spydeberg Skiarena. Ved alvorlige skader ring 113. Alternativt henvend dere til rennkontoret. Hjertestarter er tilgjengelig i rennkontoret.

Rennleder: Jostein Levorstad, mobil 948 60 096

Teknisk delegert (TD): Per Oppegård Gasmann, mobil 995 59 546

Ass. teknisk delegert (Ass. TD): Svend Westgaard, mobil 415 23 691

Tidtageransvarlig: Hans Petter Sjøen, mobil 982 57 877

Løypeansvarlig og kontaktperson for andre ting rundt Spydebergrennet: Cato Solberg, mobil 928 68 006, e-post: sillangrenn@hotmail.com

Mer informasjon: Løypekart, startlister, resultater, smøretips, værvarsel og annen renninformasjon, se www.spydeberglangrenn.no (Spydebergrennet 2022).

