

SPYDEBERGRENNET 2020



Søndag 26. januar 2020 kl. 11.00
Spydeberg Skiarena

Kretsmesterskap og kretsrenn
normaldistanse i klassisk stilart



Parkering + program kr 70
(kontant eller Vipps #122374)

Velkommen til Spydebergrennet 2020

Det er med stor glede Spydeberg IL Langrenn ønsker deltagere, ledere og publikum velkommen til Spydeberg Skiarena og til årets utgave av Spydebergrennet. Spydebergrennet arrangeres i år som kretsmesterskap og kretsrenn for Østfold Skikrets.

Spydeberg IL Langrenn, sammen med Spydeberg Løypelag, er kjent for sin dugnadsinnsats igjennom tilrettelegging av skiløyper og for kunstsno-produksjon. Dette har medført til at vi i årets sesong har hatt gode treningsmuligheter på snø allerede fra 7. desember i fjor.

Her på Spydeberg Skiarena har vi egen skihytte, lysløype og et skileikelanlegg. Vi har også et meget flott kunstsnoanlegg som gjør at vi kan skryte av over 100 dager per sesong med gode skiforhold i løypene til glede for våre utøvere og kommunens innbyggere.

La oss alle jobbe sammen for at årets Spydebergrenn blir en positiv opplevelse for alle involverte og at vi alle bidrar til å drive skiaktivitet i tråd med Norges Skiforbunds verdier; glede, fellesskap, helse og ærlighet.

Lykke til i årets utgave av Spydebergrennet.

Med vennlig hilsen
Cato Solberg
Leder i Spydeberg IL Langrenn



Praktisk informasjon (renninfo)

Rennleder: Hans Petter Sjøen (mob: 98 25 78 77) **Jury**

Teknisk delegert (TD): Håvard Lysaker **Jury**

Løypeansvarlig: Ronny Bråten **Jury**

Arrangementsansvarlig: Cato Solberg (mob: 92 86 80 06)

Rennstart: Åpning av rennkontor kl 09.00. Første startende kl 11.00. De yngste starter først.

Stilart: Klassisk. Vi minner om at skøyting ikke er tillatt og vil medføre diskvalifisering. Det er stakefriesoner som vil være merket og hvor løypevakt vil være plassert.

Sanitet (skade/ulykke): Helsepersonell/lege er tilstede på Spydeberg Skiarena. Ved alvorlige skader ring 113. Alternativt henvend dere i sekretariatet.

Premiering: Full premiering tom. 14 år, 50% fom. 15 år. Premieutdeling ved Skihytta på Spydeberg Skiarena. Premieutdeling blir fortløpende etter at protestfrist har utløpt.

Protester: Alle protester skal leveres skriftlig til sekretariatet. Sammen med protesten skal det medfølge et gebyr på NOK 250.-. Protester som ikke er innlevert i tide eller uten at protestavgiften er betalt, vil ikke bli behandlet (ihht NFS rennreglement).

Garderober: Garderobe og dusj i skihytta.



Praktisk informasjon (renninfo)

Lisens: NSF's skilisens må være betalt for løpere som har fylt 13 år. Engangslisens kan betales innen kl. 10.00 på renndagen i sekretariatet i Skihytta.

Startnummer: Hentes lagvis i sekretariatet/startboden på Spydeberg Skiarena fra kl. 09.00. Ikke innleverte startnummer faktureres med kr. 500.-

Parkering: Ved Spydeberg Skiarena kr. 70.- (kontant eller Vipps #122374).

Vippskode: #122374

Kiosk: Kiosksalg i Skihytta (kontant eller Vipps #122374).

Startlister: Startlister blir hengt opp ved sekretæriatet, samt de vil legges ut på www.spydeberglangrenn.no under menyen «Arrangement» - «Spydebergrennet».

Resultatlister: Resultatlister blir hengt opp fortløpende ved sekretæriatet, samt de vil legges ut på www.spydeberglangrenn.no etter rennet. Fristen for å protestere er 15 minutter etter at resultatlistene er hengt opp.



Løypekart og løypelengder

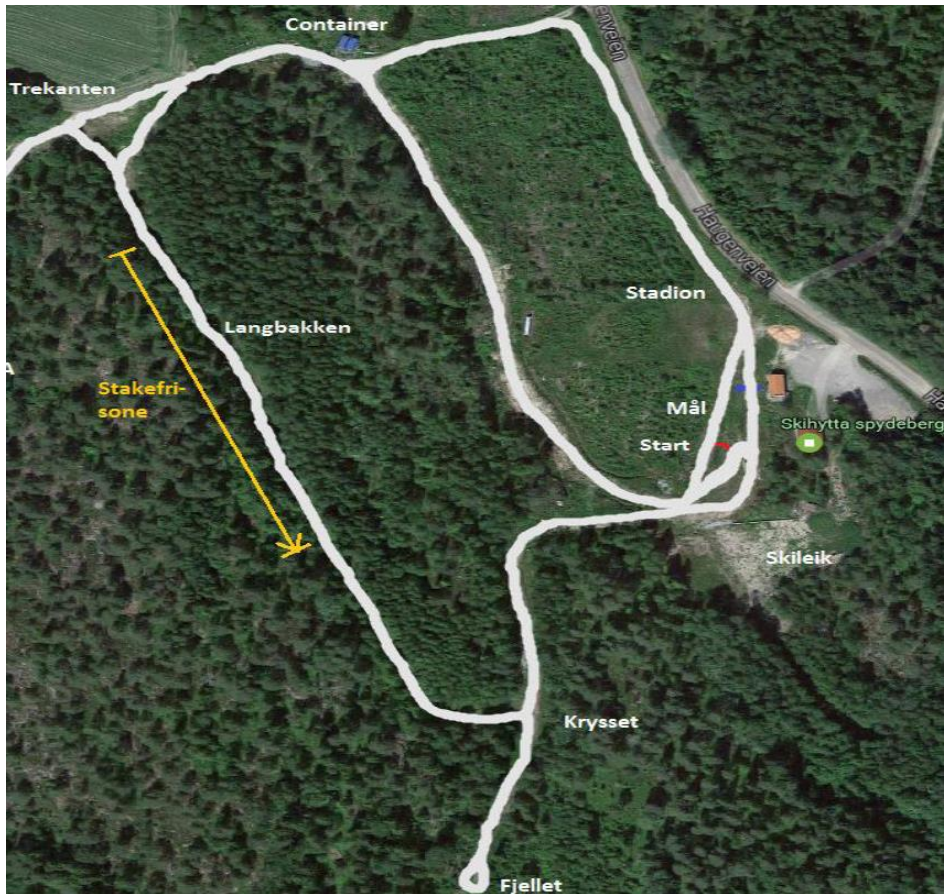
J/G 8 - 10 år	1,5 km
J/G 11 - 12 år	2,4 km
J/G 13 - 14 år	3,4 km
J/G 15 - 16 år	7,2 km
K 17 – 20 år	7,2 km
M 17 – 20 år	12,0 km
Kvinner senior	7,2 km
Menn senior	12,0 km

Stakefrie soner er merket på de påfølgende løypekartene.

OBS: Det vil kunne forekomme justeringer av løypene. Løypekart henges opp og legges på nett under www.spydeberglangrenn.no.

Stakefri sone

Gjelder for alle klasser og alle runder.



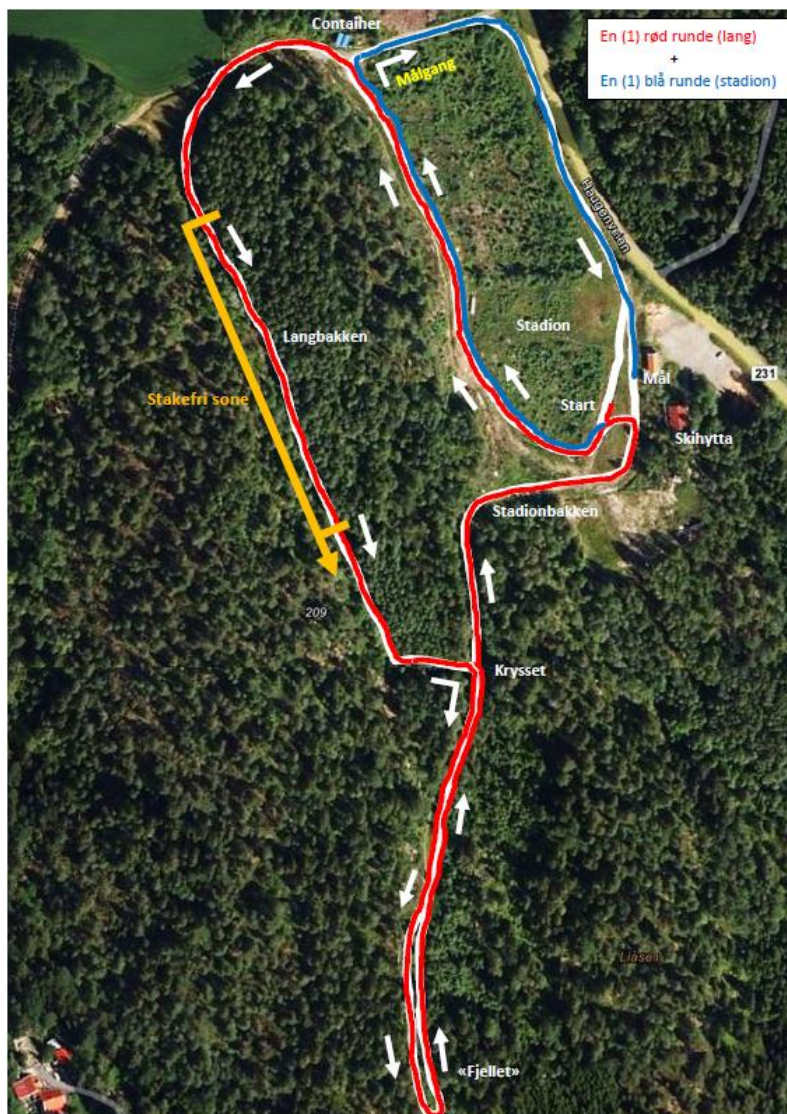
Løypekart: J/G 8 - 10 år (1,5 km)



Askim & Spydeberg
SPAREBANK



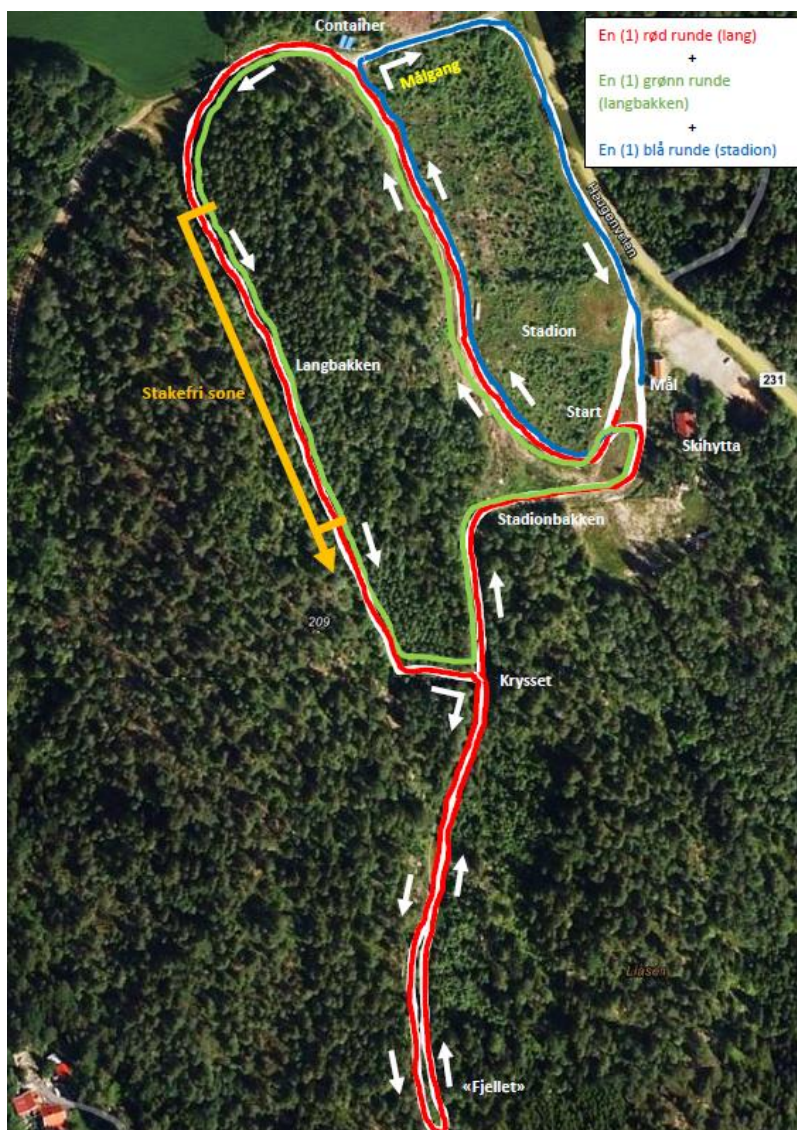
Løypekart: J/G 11 – 12 år (2,4 km)



Askim & Spydeberg
SPAREBANK



Løypekart: J/G 13 – 14 år (3,4 km)



Askim & Spydeberg
SPAREBANK



Løypekart:

J/G 15–16 år, K17 - K senior 7,2 km (2,4 km x 3)

M17 år – Menn senior 12,0 km (2,4 km x 5)



Askim & Spydeberg
SPAREBANK



Cup- og Karusellrenn (onsdagsrenn)

Spydeberg IL Langrenn har i en årrekke arrangert Cup- og Karusellrenn på onsdager. Rennene arrangeres på Spydeberg Skiarena igjennom hele vinteren. Dette tilbudet er for personer i alle aldre, og forrige vinter var det over 150 lokale barn, ungdom og voksne som deltok i ett eller flere av rennene.



Informasjon om rennene og påmelding finnes på:
www.spydeberglangrenn.no.

Følgende onsdagsrenn er satt opp i 2020:

- 15. januar - Klassisk
- 22. januar - Fristil
- 29. januar - Klassisk
- 5. februar - Fristil
- 12. februar - Klubbmesterskap i klassisk
- 26. februar - Fristil
- 4. mars - Klassisk



Spydeberg IL Langrenn

Flest mulig - lengst mulig



E-post:

sillangrenn@hotmail.com

Hjemmeside:

www.spydeberglangrenn.no

Facebook:

www.facebook.com/Spydeberglangrenn

Instagram:

www.instagram.com/spydeberglangrenn



Askim & Spydeberg
SPAREBANK

