

Kjelsås langrenn inviterer til Ragdesprinten, 11.03.2023 på Linderudkollen. Sprint, fri teknikk. Velkommen!

KLASSER	DISTANSER*
Junior (K/M)	1700 m
15/16 (J/G) -	1700 m
13/14 (J/G)	1200 m
9/12 (J/G)	700 m
8 (J/G)	300 m

* Løypekart kommer.

Alle i klasse 11 år og eldre starter direkte i kvartfinaleheat, ingen prolog. Klassene opp til 10 år starter i 2 heat uten kvalifisering og resultat.
Fluorforbud for alle tom 16 år i henhold til Skiforbundets regler. Junior og seniorløpere oppfordres også til å smøre fluorfritt.

PREMIERING
100 % i kl. 8 - 14 år, 50 % for 15-16 år og 1/3 i kl. Jr. Uttrekkspremier. Deltakerpremie til alle.

PÅMELDING
Innen 7.mars kl. 23.59 på MIN IDRETT. Klasser kan bli fulltegnet før påmeldingsfristen. Etteranmelding innen 9. mars kl. 23.59, med forbehold om ledige plasser. Det benyttes ikke tidtakerbrikker.

STARTKONTINGENT	
Jr (M/K)	kr. 150,- (Etteranmelding kr. 270,-)
13 - 16 (J/G)	kr. 130,- (Etteranmelding kr. 230,-)
8 – 12 (J/G)	kr. 130,- (Etteranmelding kr. 130,-)

Løpere f.o.m. 13 år må ha lisens.

* inkl startkontingenten til Oslo skikrets.

LØYPE
Rennet går i fri stil. Løypekart kommer.

BARNEIDRETTSBESTEMMELSER
Iht forbundets barneidrettsbestemmelser skal resultatene for løpere i klassene 8-10 år ikke rangeres og heller ikke offentliggjøres på nett. Disse klassene har derfor kun urangerte resultater ved oppslag. I henhold

til retningslinjer fra Skiforbundet er det ikke tillatt å melde seg på i en høyere eller lavere årsklasse enn den man tilhører.

STARTNUMMER
Startnummer hentes individuelt utenfor skistua på Linderudkollen renndagen. Startnummer på brystet og utsiden av høyre lår.

KAFE
Det er kiosksalg på arenaen og på Linderudkollstua.

TRANSPORT OG PARKERING
Det er MEGET begrenset med parkering på Linderudkollen og Solemskogen. Parkeringsplass blir stengt når full og ingen parkering er mulig annet enn nede på Kjelsås. Det oppfordres derfor til å reise kollektivt med buss 56 som går via Storo til Solemskogen. Buss bruker kun 12 minutter fra Storokrysset. Ruter har satt opp mange ekstra avganger (går hvert 15 min) i forbindelse med rennet. Se #Ruters reiseplanlegger for start Storo og stoppesteder.

PROGRAM m/LOTTERI kr 100,- med betaling til VIPPS nummer 72911. Ingen kontant betaling.

RENNKONTAKT: Alle henvendelser rettes til Kjelsås IL langrenn v/daglig leder, enten på e-post: tove@kjelsaas.no eller tlf: 920 880 19.

UTFYLLENDE OPPLYSNINGER PUBLISERES HER: langrenn.kjelsaas.no

FLOTTE PANNEBÅND FRA RAGDE TIL ALLE: Også i år kan vi glede alle deltakere med supre pannebånd i gave fra vår hovedsponsor RAGDE CHARGE:

