Velkommen til Nyttårsraketten på Bestemorenga, Bodø

Innstranda IL Langrenn har gleden av å invitere til Nyttårsraketten på Bestemorenga 31.12.2023 med rennstart kl 11.00. Rennet er fra 0 år og oppover.

- **For aldersgruppen 0-10 år blir det normale distanser, fristil.**
  Tidtaking fra og med 8 år (født i 2016)
- **For aldersgruppen 11 år og oppover gjennomføres rennet som et sprintrenn i fristil.**

Vi legger inn litt action i alle løypene og bruker blant annet kuleløypa i akebakken dersom snøforholdene tillater det.

Vi utfordrer også løperne til å kle seg ut. Beste antrekk og mest spektakulære målpassering i finaleheatene premieres.

Gjennomføring av sprintrenn

Alle løpere går først prolog og deretter 3 heat. I prolog brukes tidtakerbrikke, og prologtid gir grunnlag for oppsett i første heat. De 6 løperne med raskest prologtid starter i A-heat, 7-12 i B-heat, 13-18 i C-heat osv. Dersom klassene er ujevne vil vi uansett tilstrebe 6 løpere i A-heat. I de øvrige heatene kan antallet tilpasses. De to raskeste rykker opp, de to siste rykker ned, resterende blir stående i sitt heat. Ingen blir slått ut. Resultat i heat 3 gir sluttresultat. Det er ikke tidtaking i heatene.

Heatene gjennomføres i sammenslåtte klasser.

Klasse 1: Gutter og jenter 11-14 år

Kasse 2: Gutter og jenter 15-16 år + junior og senior

Påmelding

Påmelding via iSonen.no

0-10 år kan melde seg på via e-post dersom de ønsker: elceha@online.no

Påmeldingsfrist 30.12 kl 12.00

Klasser og distanser

Klasse	Distanse
Gutter og jenter 0-7 år	500 meter
Gutter og jenter 8-10 år	1000 meter
Gutter og jenter 11-12 år	Ca 700 meter. Prolog og 3 heat
Gutter og jenter 13-14 år	Ca 700 meter. Prolog og 3 heat
Gutter og jenter 15-16 år	Ca 1000 meter. Prolog og 3 heat
Junior og senior	Ca 1000 meter. Prolog og 3 heat
FH etter behov	Distanse etter avtale

Rennprogram og tidsplan

Her er foreløpig tidsskjema. Oppdatert tidsskjema kommer lørdag 30.12. Forbehold om endringer.

Klokkeslett	Øvelse
11.00	Prolog, 15 sek startintervall, fra 11 år
11.20	Renn fra 0-10 år, 15 sek startintervall
11.40	Heat 1, klasse 1, Heat A først osv, 3 min mellom heatene
11.50	Heat 1, klasse 2, Heat A først osv, 3 min mellom heatene
12.10	Heat 2, klasse 1, Heat A først osv,
12.20	Heat 2, klasse 2, Heat A først osv,
12.40	Heat 3 (finalerunder) Klasse 1, Heat A først osv
12.50	Heat 3 (finalerunder) Klasse 2, Heat A først osv

Løypekart

Løypekart legges ut på facebookside og iSonen senest 30.12.

Startkontigent og lisens

Startkontingent etter NSF sine satser. Utøvere 13 år og eldre må ha lisens, engangslisens kan kjøpes på VIPPS, se Skilisens (skiforbundet.no).

Startlister

Startlister legges ut på facebookside til Innstranda IL Langrenn og eq-timing. Heatlistene henges opp fortløpende på tidtakerbua og legges ut på facebook.

Tidtaking og brikker

Løpere som ikke har egen brikke kan leie hos arrangør fra 11 år og eldre kr. 50,- (gratis 8-10 år). Brikker som ikke blir levert tilbake faktureres med kr 750.- pr stk. til løperens klubb. Startnummer avhentes klubbvis på rennkontoret. Ikke tilbakeleverte startnummer faktureres med kr 300.- til løperens klubb. Vi oppfordrer flest mulig til å stille med egen brikke.

Rennkontor
Rennkontoret er på Bestemorstua. Startnummer hentes av hver klubb, ikke enkeltvis, på rennkontoret. Rennkontoret er åpent fra kl.09:45

Parkering
Gratis parkering ved Bestemorstua eller på parkeringsplassen ved tidtakerbua. Det er også mulig å parkere på parkeringsplassen ved gamle tidtakerbu.

Servering
Enkel servering på stadion.

Garderobe og toaletter
Garderobe og toaletter på Bestemorstua.

Premieutdeling
Umiddelbart etter målgang.

Bilder
Ved å melde deg på rennet samtykker du også til at bilder av deg kan bli lagt ut på våre hjemmesider eller i media.

Kontaktinfo

Rennleder	Hans Jørgen Sevatdal	Tlf 95908854
Tidtaker	Lars Nystadbakk	Tlf 91541903
Løyper	Sveinung Bertnes Råheim	Tlf 91868186
Rennkontor	Elin Haugland	Tlf 90611844
TD	Robert Sandnes	Tlf 97504654

Velkommen til Bestemorenga!