



RENNREGLEMENT HA-Sprinten 2018

Det er gøy å delta på skirenn!

Forsøke å gi det lille ekstra som man ikke visste at man hadde inne.

Bli heiet frem av foreldre fra naboklubben.

Spise en pølse og være fornøyd med den gode innsatsen.

Generelt

Rennet vil bli gjennomført i tråd med Rennreglement NSF Langrenn. Under er de viktigste punktene gjengitt.

Om gjennomføringen

Individuell sprintkonkurranse med en kvalifiseringsomgang (prolog) organisert som intervallstart, og deretter finalerunder. Finalerundene gjennomføres med heatstart. Unntak for klasse 8 til 10 år som kun går en omgang med heatstart.

Løypa som brukes i kvalifiseringen og finalerundene vil være den samme.

Startintervall i prolog vil være 10 sekunder. Stikkprøver av stavlengde (maks 0,83 x kroppslengde).

Løperne blir plassert i finaleheatene i henhold til sin plassering i kvalifiseringen (prologen). Løperen med best tid/plassering får velge startposisjon først, deretter får nest beste velge startposisjon osv. Dette betinger at utøveren er på plass når arrangøren organiserer startposisjoner for det aktuelle heatet.

Stilart

Rennet går i klassisk stilart. Skøytetak er ikke tillatt. Svingteknikker kan omfatte steg og skyv for å oppnå retningsforandring. Der hvor det er satt spor, tillates ikke teknikker med skyv som gir retningsforandring, dette gjelder også løpere som går utenfor sporet. Hvor det er satt ett eller flere spor, er hyppige eller gjentatte sporskifter ikke tillatt.

Løypevakter vil kontrollere at ovennevnte overholdes. Løpere som bryter de ovennevnte reglene, for eksempel ved å ta skøytetak, vil bli diskvalifisert. Det vil ikke defineres egne soner med ytterligere begrensninger vedrørende stilart (stakefrie soner, diagonalsoner etc).

Løypelengder

Løypelengdene vil bli ca som angitt under. Vil kunne bli justert noe.

Klasse 17 år og eldre	1300 m
Klasse 15 + 16 år	1100 m
Klasse 13 + 14 år	850 m
Klasse 11 + 12 år	700 m
Klasse 8-10 år	600 m



Lagledermøte

Lagledermøte vil avholdes i klubbhuset lørdag kl 0815 Her vil det foretas en presentasjon av løypen og stadion, løypepreparering, gjennomgang av regler for konkurransen etc.

Protester

Det er anledning til å levere inn protest etter finalene. Protester skal leveres inn til Sekretariatet innen 15 minutter etter at den uoffisielle resultatlista har blitt gjort tilgjengelig. Det er ikke anledning til å protestere mens finaleheatene pågår. En beslutning som fattes av to jurymedlemmer i fellesskap, herunder TD, er gyldig som jurybeslutning.

Premiering

Følger NSF sine regler: Full premiering fra 8 – 16 år, 1/3 premiering i øvrige klasser. Premieutdelingen foretas utenfor klubbhuset fortløpende etter finaleheatene.

Spørsmål

Eventuelle spørsmål kan rettes til:

- TD: Avklares
- Rennleder: Kjetil Kjærnes, 90 51 33 61, kk@byggeraad.no