



## Velkommen til Ottestadrennet 2022

Ottestadrennet er en del av Tour de Hedmarken 2022 og gjennomføres med klassevis fellesstart. Unntak for klassene 8 til 12 år som har par-start med 15 sek mellomrom.

### Tentativ tidsplan, samt løyper og løypelengde

Løypene følger lysløypeanlegget på Gåsbu skistadion. Løypekart finnes utenfor klubbhuset og vil bli delt på Tour de Hedmarken sin Facebooksider.

	11:00	1 km	J/G 8-10 år
Ca.	11.15	1 km	FH stående sr./jr.
Ca.	11.20	2 km	J/G 11-12 år

Fellesstarter :

Start	11.50	3 km	G14
Start	11.55	3 km	J14
Start	12.00	3 km	G13
Start	12.05	3 km	J13
Start	12.15	5 km (3+2 km)	G16
Start	12.20	5 km (3+2 km)	J16
Start	12.30	5 km (3+2 km)	G15
Start	12.35	5 km (3+2 km)	J15
Start	12.50	5 km (3+2 km)	K17
Start	13.00	5 km K18 + K19-20 + KS (3+2 km)	
Start	13.15	10 km (3x3,3 km)	M17
Start	13.20	10 km (3x3,3 km)	M18
Start	13.25	10 km (3x3,3 km)	M19-20
Start	13.30	10 km (3x3,3 km)	MS

Det blir satt spor de første 10-20 meterne hvor det ikke er mulighet for å skøyte. For klassene 13 år og eldre vil det bli satt 6 spor og løperne stiller opp i plogstart etter resultatet fra HA Sprinten.

### Utdeling av startnummer og brikke

Startnummer deles ut til den enkelte utøver i sekretariatet inne på Gåsbu klubbhus. Husk egen brikke hvis du er meldt på med det. Klassene 8-12 år vil få utdelt brikke på vei inn i startområdet. Lånebrikker til øvrige klasser dels ut i sekretariatet.

### Lagledermøte

Lagledermøte vil avholdes i klubbhuset søndag 10.00. Her vil det foretas en presentasjon av løypen og stadion, løypepreparering, gjennomgang av regler for konkurransen etc.



## **Forbud mot bruk av fluor**

Vi minner om at Norges skiforbund har innført forbud mot fluorholdige glidprodukter for alle klasser til og med 16 år. Hensikten er å senke terskelen for å drive med langrenn, samt unngå uheldige helseeffekter. Vi ber alle om å respektere dette forbudet.

## **Premiering**

Klasse 8-12 år vil få utdelt premie ved målgang. For øvrige klasser vil det gjennomføres premieseremoni inne på klubbhuset ca 30 minutter etter siste målgang i de respektive klasser.

## **Parkering**

Parkering på Gåsbu skistadion – kr 60. Betales med VIPPS.  
Egen innkjøring – følg skilting langs Gåsbuvegen.