



INVITASJON TIL HOVEDLANDSRENN 2024

LANGRENN - HOPP - KOMBINERT

29. februar - 3. mars 2024

På vegne av Norges Skiforbund har Gååå Idrettsanlegg igjennom arrangørklubbene Sør-Fron IL, Harpefoss IL, Tormod Skilag, Vinstra IL og Ruste IL gleden av å ønske landets 15- og 16-åringer velkommen til Hovedlandsrenn i nordiske grener 2024.

Konkurransene omfatter langrenn, hopp og kombinert.

Langrennsøvelsene er lagt til Peer Gynt stadion på Gååå, mens hoppingen vil foregå i Jordalen hoppanlegg Tinde arena. Anleggene ligger i Sør-Fron og Nord-Fron kommune.

Informasjon angående smøring vil gå ut som et eget informasjonskriv til kretsene. Besøk oss og hold dere orientert på nettsiden: www.hlgala.no

Program Peer Gynt stadion:

Onsdag 28. februar

17:00 - 20:00 Rennkontor åpent
Gjennomgang med TD-er

Torsdag 29. februar

08:00 - 22:00 Smørehall åpen
10:00 - 20:00 Rennkontor åpent
10:00 - 20:00 Trening i løypene
10:00 - 16:00 Offisiell trening i alle løyper
11:00 - 17:00 Enkel servering åpen
15:30 Møte smøreledere
19:00 Lagledermøte

Fredag 1. mars

08:00 - 17:00 Rennkontor åpent
Smørehall åpen
08:00 - 16:00 Serveringstelt åpent



- 09:30 Individuell distanse, fristil G
09:30 G 15 år, 5 km
11:00 G 16 år, 7.5 km
FH5 km
- 12:15 Kombinert langrenn
12:15 Kombinert langrenn 5 km Gundersen
- 13:00 Individuell distanse, fristil J
13:00 J 15 år, 5 km
14:12 J 16 år, 5 km
- 15:30 Møte smøreledere
16:00 – 20:00 Trening i løypene
16:00 – 18:00 Trening langrenscross
08:00 – 17:00 Pressesenter åpent

Lørdag 2. mars

- 08:00 – 19:00 Rennkontor åpent
Smørehall åpen
Pressesenter åpent
- 08:00 – 17:00 Serveringstelt åpent
- 15:30 Møte smøreledere
19:00 HL treff
- 09:15 Kombicross
09:15 Kombicross G16
09:20 Kombicross G15
09:25 Kombicross J16
09:30 Kombicross J15
- 09:00 Sprint/langrennscross
09:00 Sprint G15 K
09:41 Sprint G16 K
10:15 Sprint J15 K
10:45 Sprint J16 K
Sprint FH
- 11:30 Kvartfinaler
12:30 Semifinaler



12:56	Finaler
13:30	Langrennscross G15
14:12	Langrennscross G16
14:45	Langrennscross J15
15:15	Langrennscross J16

Søndag 3. mars

07:00 – 14:00 Rennkontor åpent
Smørehall åpen
08:00 – 14:00 Serveringstelt åpent
07:00 – 13:00 Pressesenter åpent

09:30 Stafett Gutter - 4x5 km
2 etapper klassisk - 2 etapper skøyting

11:00 Stafett Jenter - 4x3.75 km
2 etapper klassisk - 2 etapper skøyting

Premieutdeling på stadion etter offisielle resultater

Tidspunktene må sees på som foreløpig, det kan komme endringer i disse som følge av antall deltakere, vær eller annet. Dette blir kunngjort på hjemmesiden.

Konkurranseløypene er stengt for trening/oppvarming under konkurranse. Lørdag er distanseløypene åpne ytterste del nord for skistadion. Oppvarmingsområdet er åpent som løypene. Alle løyper er stengt fra 20:00 alle dager pga. preparering. Turløyper kan benyttes med hodelykt. Skitestområdet er åpent kun for akkrediterte, løpere og Swix 07:00 – 17:00.

Program Jordalen hoppanlegg, Tinde arena

Torsdag 29. februar

15:30 – 17:00 Fri trening mot avgift (med værforbehold)
17:30 Lagledermøte kombinert i serveringsteltet
18:30 Kombinert hopp: Offisiell trening (1 omgang), prøveomgang, konkurranseomgang Gundersen, konkurranseomgang kombicross

16:00 – 21:00 Serveringstelt med rennkonto åpent

Fredag 1. mars





15:00 – 17:00 Fri trening mot avgift (med værforbehold)

17:30 Lagledermøte hopp i serveringsteltet

18:30 Offisiell trening hopp (3 omganger)

16:00 – 20:00 Serveringstelt med rennkontoer åpent

Lørdag 2. mars

12:00 Prøveomgang

12:50 Offisiell åpning

13:00 Individuell konkurranse - 1. omgang og finaleomgang med 20 min pause

10:00 – 15:00 Serveringstelt med rennkontoer åpent

Søndag 3. mars

10:30 Prøveomgang

11:00 Lagkonkurranse – 1. omgang og finaleomgang med 20 min pause

09:30 – 14:00 Serveringstelt med rennkontoer åpent

Annen informasjon

Kart/løypekart

Dette blir lagt ut på hjemmesiden www.hlgala.no

Værprognoser

Se egen link til værstasjon og yr på hjemmesiden www.hlgala.no

Online påmelding langrenn

Online påmeldingsfrist søndag 25. februar kl. 23:59

Påmeldingslister legges ut på hjemmesiden mandag 26. februar for kontroll.

Korrigeringer/endringer/feil må meldes til gala@galaidrett.no innen tirsdag 27. februar kl 23.59.

Ingen mulighet for etteranmelding etter dette.

Startlister blir lagt ut på hjemmesiden etter trekkingen.

Påmeldte løpere må ha gyldig lisens.

Stafett søndag:

Online påmelding, egen frist stafett 27. februar kl. 23:59. Leder for hver krets melder inn sin mailadresse under lagledermøte. Excel ark for lagoppstilling formidles fra arrangør fredag og





lagoppstilling med startrekkefølge legges inn i dette og det sendes på e-post til gala@galaidrett.no senest lørdag 2. mars kl. 18.00, ett fra hver krets.

Frist for påmelding av mixlag (på tvers av kretser): Lørdag 2.mars kl. 18.00.

Ved påmelding av mixlag betales påmeldingsavgiften på rennkontor med Vipps eller bankkort.

Hver krets kan også melde inn ledige løpere til stafett som arrangør setter sammen med andre løpere til et lag.

Online påmelding hopp

Online påmeldingsfrist søndag 25. februar kl. 23:59

Påmeldingslister ligger tilgjengelig på iSonen for kontroll. Korrigeringer/endringer/feil må meldes til jordalen@galaidrett.no innen tirsdag 27. februar kl 23.59.

Det er åpent for etteranmelding til og med tirsdag 27. februar kl. 23.59. Ingen mulighet for etteranmelding etter dette.

Startlister blir lagt ut på hjemmesiden etter trekkingen.

Påmeldte løpere må ha gyldig lisens.

Laghopp søndag:

Påmeldingsskjema til lagkonkurransen finnes på rennkontoret i serveringsteltet.

Påmeldingen må leveres inn senest en time etter den individuelle konkurransen på lørdag er ferdig og skal inneholde lagoppstilling med løpere og rekkefølge. Ved påmelding betales påmeldingsavgiften på rennkontoret med Vipps. Det kan stilles lag på tvers av kretsene - mixlag. Mixlagene stiller utenfor konkurransen.

Startkontigenter

Enkeltøvelsene: kr 180 pr deltaker pr start

Stafett: 180 x 4 deltakere = kr 720 pr lag

Laghopp: kr 180 x 3 deltakere = kr 540 pr lag

Alle må benytte direkte online betaling. Ved påmelding av mixlag stafett og laghopp betales påmeldingsavgiften på rennkontorene med Vipps. Vi sender ikke faktura.

Startlister

Offisielle startlister blir lagt ut på vår nettside.

Brikker

EQTiming tidtakersystem benyttes. HUSK å ta med egen brikke!

Brikke kan evt. leies på rennkontoret og betales med Vipps. De som leier brikke bruker samme brikke alle dager.





Ved manglende tilbakelevering faktureres kretsen med kr. 800,- pr. ikke tilbakelevert brikke.

Rennkontor

Åpningstider rennkontor, se tidsplan og www.hlgala.no

Utdeling av startnummer

Langrennsøvelsene:

Startnummer fredagens renn hentes av løperen selv ved inngang til akkreditert område ved smørehall og brikkekontroll.

Startnummer lørdagens renn hentes av løperen selv ved inngang til akkreditert område ved smørehall og brikkekontroll.

Startnummer søndagens stafett hentes lagvis ved inngang til akkreditert område og brikkekontroll ved smørehall og brikkekontroll.

Hopp/kombinert:

Startnummer torsdagens øvelse hentes kretsvis på rennkontoret i serveringsteltet torsdag fra kl. 17:30 til 18:00

Startnummer lørdagens øvelse hentes kretsvis på rennkontoret i serveringsteltet lørdag fra kl. 11:00 til 11:30.

Startnummer søndagens øvelse hentes lagvis på rennkontoret i serveringsteltet søndag fra kl. 09:30 til 10:00.

Startnummer som ikke blir levert tilbake blir belastet kretsen med kr 300 pr stk.

Lagledermøter

Langrenn:

Peer Gynt stadion, Triveligstugu torsdag 29. februar kl. 18.00-19.00 for alle langrennsøvelser.

Kombinert:

Serveringstelt i Jordalen hoppanlegg torsdag 29. februar kl. 17:30 for alle kombinertøvelser

Hopp:

Serveringstelt i Jordalen hoppanlegg fredag 1. mars kl. 17:30 for alle hoppøvelser

Informasjon og endelig program gjennomgås på lagledermøtene. Denne informasjonen/referat legges ut på www.hlgala.no etter lagledermøte.

Treningstider

Se tidsplan for treningstider for Gåla og Jordalen.

Garderober / dusj

Garderober m/dusj på Peer Gynt stadion og garderobe i Jordalen hoppanlegg / Tinde arena.





Resultater

Publiseres fortløpende vår nettside.

Smøreboder/plasser

Det blir sendt ut eget infoskriv til kretsene om smøring.

Kretskontakter langrenn

Kretsene må melde inn navn og e-postadresse på sine hovedledere, slik at vi som arrangør kan sende nødvendig informasjon. Frist for å registrere kontaktperson er 16. Februar.

Send mail på kontaktperson(er) til: gala@galaidrett.no.

Premieutdeling

De tre beste i hver klasse blir tildelt NSF sin medalje i henholdsvis gull, sølv og bronse. Det vil være 1/3 premiering, i henhold til NSFs rennreglement. Premievinnerne blir også tildelt NSF sin diplom.

Premieutdeling for alle individuelle øvelser foregår lørdag kveld kl 19:00 under banketten i Sør-Fron Kulturhus på Harpefoss. Mer informasjon om treffet blir lagt ut på hjemmesida.

Premieutdeling søndag foregår etter offisielle resultater i respektive arenaer. Vi ettersender IKKE premier.

Parkering

P-plasser i nærheten av arenaer, følg anvisning fra vakter. Parkeringsavgift er 100 kr per dag, eller 300 kr for alle dager

Overnatting

Se hjemmesiden og kretser er tildelt overnatting til løpere/ledere.

Kafé og servering

Det blir servering i begge arenaene fra torsdag 29. februar. Åpningstider blir kunngjort på hjemmesiden.

Teknisk delegerte

Langrenn:

TD: Arne Otto Vedvik

Ass TD: Sindre Torbergsen





Hopp og kombinert:

Rennkoordinator: Svein Olav Brurud

TD: Kjell Ove Kjøllestad

Dommere: Martin Rønningen, Stein Granheim, Jan Rune Bergh, Jan Olav Thorsplass, Stein-Arne Lunde

Kontaktpersoner hos arrangør

Leder hovedkomiteen

Pål Egil Rønn – 90957713 – pe@ronn.no

Kontaktperson overnatting

Ola Holmestad – 466 20 353 – ola@skabuhus.no

Rennkontor langrenn

Solveig O. Rønn – 48210470 – gala@galaidrett.no

Rennleder langrenn

Audun Skattebo – 90030720 – audun.skattebo@gmail.com

Rennkontor hopp

Pål Erik Bjørke – 95700002 - pebjorke@gmail.com

Rennleder hopp

Kristian Brenden – 41513879 – kristian.brenden@inn.no

Rennleder kombinert

Pål Thore Aasmundstad – 97028871 – aasmundstadp@gmail.com

Velkommen til Gålå!

