



INNSTRANDA  
IDRETTSLAG



Norges  
Skiforbund  
Nordland Skikrets

# Invitasjon til KM del 2 og Nordlandscup renn 7 og 8 Bodø 10. -11. februar 2024

Tverlandet IL og Innstranda IL har gleden av å invitere til KM del 2 i Bodø helga 10.- 11. februar. Distansene i KM er også renn nummer 7 og 8 i Nordlandscup for klassene 13-16 år.

Kretsmester kåres fra 13 år (født 2011). Det opprettes egen rekruttklasse for 12 år. Det kåres kretsmestere begge dagene.

Vi har for tiden meget gode snøforhold og ser fram til et kretsmesterskap der vi kan boltre oss i flotte løyper.

- Lørdag er det langrennscross fristil for klasse 8-16 år i Hopen på Tverlandet. For junior og senior er det fristil 5 km. Det blir også sonerenn for gutter og jenter 1-7 år.
- Søndag blir det skiatlon fra og med klasse 12 år på Bestemorenga i Bodø. Sonerenn (klassisk) for 8-11 år og rekrutteringsrenn 1-7 år.

For begge dager avtales distanse og løyper for FH-klasser med rennledere.

## Påmelding

Påmelding via [iSonen.no](https://isonen.no) (Søk KM del 2 og meld på hvert enkelt renn)

### Egen påmelding rekrutteringsrenn (1-7 år):

**Lørdag:** Via isonen eller med e-post til [ski@tverlandetil.no](mailto:ski@tverlandetil.no). Påmeldingsfrist torsdag 8.2 kl.23.59.

**Søndag (1-7 år):** Send e-post til [elceha@online.no](mailto:elceha@online.no), Vipps kr 50,- til 14135 (merk navn utøver). Kvittring framvises ved henting av startnummer. Påmeldingsfrist torsdag 8.2 kl.23.59.

**NB! Det er ikke anledning for å etteranmelde etter at påmeldingsfristen er gått ut.**

## Løypekart

Løypekart legges ut på Facebooksider og iSonen



**Norges  
Skiforbund**  
Nordland Skikrets

## Startkontingent og lisens

Startkontingent etter NSF sine satser. Utøvere fra 13 år og eldre må ha lisens. Engangslisens kan kjøpes på VIPPS, se [Skilisens \(skiforbundet.no\)](https://www.skiforbundet.no)

## Startlister

Startlister legges ut på facebookside til Tverlandet IL ski/ Innstranda IL langrenn og eq-timing så snart disse er klare.

## 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. Vi oppfordrer flest mulig til å stille med egen brikke.

Startnummer avhentes klubbvis på rennkontoret. Ikke tilbakeleverte startnummer faktureres med kr 300,- til løperens klubb.

## Rennkontor

Rennkontoret er på Skihytta i Hopen/Bestemorstua. Startnummer hentes av hver klubb, ikke enkeltvis, på rennkontoret. Rennkontoret er åpent fra kl.09:45 begge dager

## Lagledermøte og informasjon

Informasjon om arrangementet legges i forkant ut på isonen, og på arrangementets facebookside.

Det blir avholdt et felles lagledermøte på teams fredag kl. 20. Vi ber om at alle klubbene er representert. [Trykk her for å delta på møtet.](#)

I forkant og underveis i arrangement vil informasjon også bli delt i arrangementets Whatsappgruppe. [Trykk her for å bli med](#)

## Parkering

Gratis parkering ved Skihytta i Hopen. Det er noe begrenset parkeringskapasitet ved skianlegget. Vi ber dere om kjøre sammen så fremt dette er mulig, og etterfølge henvisning fra parkeringsvaktene. Det blir noe parkering langs vei så vi ber alle vise hensyn og kjøre forsiktig.

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

## Servering

Kafe begge dager på skihytta i Hopen/Bestemorstua.

## Garderobe og toaletter

Toalett og garderobe med dusjmilighet på skihytta i Hopen/Bestemorstua



Norges  
Skiforbund  
Nordland Skikrets

## Premieutdeling

På skihytta i Hopen lørdag og Bestemorstua søndag. KM medaljer begge dager fra 13 år. På søndag blir det også delt ut premier i Nordlandscupen

## 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.

## Overnatting

Ved behov for overnatting kan Anniken Aune kontaktes på tlf 908 48014 for formidling av avtalepriser hos våre samarbeidspartnere.

# Lørdag 10. februar, KM del 2 Tverlandet

## Gjennomføring av rekrutteringsrenn, sonerenn og KM

**Rennstart rekrutteringsrenn** (ingen tidtaking) (1-7 år) kl. 11.00

Ingen tidtaking, felles premieutdeling når alle er kommet i mål.

**Kretsmesterskap og Nordlandscup renn 7** arrangeres som skicross fristil for klasse 13-16 år og som 5 km fristil for jr og sr. Rekruttklasse KM 12 år skicross fristil.

Fra klasse 12-16 år gjennomføres det to omganger med skicross. Resultatet blir sammenlagt tid fra begge omgangene.

**Sonerenn (skicross) for 8-11 år**

## Foreløpig kjøreplan lørdag

Klasse	Distanse	Starttid (omtrentlig)
<b>Rekrutteringsrenn</b>		
Gutter og jenter 1-7 år	Ca. 500 meter (Fri)	Intervallstart fra kl. 11.00
<b>Sonerenn og KM</b>		
Gutter og jenter 12-16 år	1 km skicross - 1. omgang	Intervallstart fra kl 12.00
Gutter og jenter 8-11 år	1 km skicross	Intervallstart fra ca. kl 12.20
Gutter og jenter 12-16 år	1 km skicross - 2. omgang	Intervallstart fra kl 12.50
Dame og herre, jr. og sr.	5 km – fristil	Intervallstart fra ca. kl. 13.00
FH etter behov	Distanser etter avtale	

*Det kan bli endringer. Endelig kjøreplan med startlister publiseres fredag kveld.*



Norges  
Skiforbund  
Nordland Skikrets

## Kontaktinfo og funksjoner

<b>Rennleder</b>	Ingvild Gabrielsen	95798463
<b>Ass rennleder</b>	Anniken Aune	90848014
<b>Tidtaker</b>	Lars Martin Dale Anbakk	47616424
<b>Løypesjef</b>	Robert Sandnes	97504654
<b>Rennkontor</b>	Ingrid Simonsen	94359763
<b>TD</b>	Marit Elveos (Innstranda)	95456648

## Jury

TD, rennleder og løypesjef.

Evt. klager, protester leveres til rennkontor og behandles fortløpende. Resultatlistene er offentlige 15 minutter etter at de er publisert.

## Søndag 11. Februar, KM del 2 Bestemorenga

**Rennstart kl 11.00**

**Rekrutteringsrenn 1-7 år starter kl 10.15**

## Gjennomføring av renn

Kretsmesterskap og nordlandscup renn 8 arrangeres som skiatlon. Rekruttklasse KM 12 år.

Sonerenn (klassisk) for 8-11 år og rekrutteringsrenn 1-7 år.

## Klasser og distanser søndag

Klasse	Distanse
<b>Rekrutteringsrenn</b>	
Gutter og jenter 1-7 år	Ca 500 meter
<b>Sonerenn (klassisk)</b>	
Gutter og jenter 8-10 år	1 km
Gutter og jenter 11	2 km
<b>KM skiatlon, fellesstart</b>	
Gutter og jenter 12-14 år	2 km + 2 km
Gutter og jenter 15-16 år	3,5km + 3,5 km
Junior og senior	7,5 km + 7,5 km
FH etter behov	Distanse etter avtale



**Norges  
Skiforbund**  
Nordland Skikrets

## Kontaktinfo og funksjoner søndag

<b>Rennleder</b>	Elin Haugland	90611844
<b>Ass rennleder</b>	Hans Jørgen Sevatdal	95908854
<b>Tidtager</b>	Lars Nystadbakk	91541903
<b>Løyper</b>	Sveinung Bertnes Råheim	91868186
<b>Rennkontor</b>	Lisbet B Leithe	93091186
<b>TD</b>	Kristian Amundsen	90829822