

# HOVDEN SPORTSKLUBB

## HOVDENTOUR OG HOVDEN SKI GYMNAS

### INNBYDELSE TIL RULLESKIRENN PÅ HOVDEN

Lørdag 11. oktober 2025 kl. 11:00 Sted: Hovden langrennsarena.

Distanser og alder. Ny sesong har startet så se godt på årstallet født som hører til alderen.

	Startkontigenter		År Født	Lengd
Under 11 år	100 kr	Gutter/Jenter	8-10 år (18-16)	1 km
11-12 år	130 kr	Gutter/Jenter	11-12 år (15-14)	2 km
13-14 år	130 kr	Gutter/Jenter	13-14 år (13-12)	4 km
15-16 år	150 kr	Jenter	15-20 år (11-06)	5 km
15-16 år	150 kr	Gutter	15-16 år (11-10)	5 km
17-20 år/Senior	150/170 kr	Damer		7,5 km
17-20 år	150 kr	Gutter	17-20 år(09-06)	10 km
Senior	170 kr	Menn		10 km

Påmelding fra onsdag 1. okt til torsdag 09.10.23 kl.23:59

Stilart er Fristil

Vi bruker 2`er hjul. (IDT eller Swenor) Vi har ikke låne ski så dere må ha ski selve. Er viktigst for deltakere som går 2 km og oppover å ha 2`er hjul.

Første start vil være 11:00 og vi starter med 15-16 åringene også starter vi de eldre utøverne før vi tar 14 år og nedover til slutt.

Løypa stenger 10:55 så da må oppvarming foregå utenfor løypen etter dette tidspunktet.

Det er garderobes ved stadion.

Parkering koster 50,- kr

Arrangementet blir arrangert i h.ht NSF konkurranse reglement.

Løpere er selv ansvarlig for å ha gyldig lisens.

Oppdatert informasjon blir løpende lagt ut på [www.hovdentour.no](http://www.hovdentour.no)

Rennet er åpent for alle kretser i Norge.

Vel møtt til rulleskidag på Hovden 😊

Med vennlig hilsen

Hovden Sportsklubb og Hovden Skigymnas