



**EGGEDAL IL  
ØNSKER VELKOMMEN TIL  
SPAREBANKEN ØST CUPRENN I FRISTIL  
SØNDAG 21. DESEMBER 2025 KL.11.00**



**SPAREBANKEN  
ØST**

**Stilart:** fristil

**Klasser:** f.o.m. 1 år til senior

**Sted:** Eggedal skole i Sigdal kommune (adresse: Strengåvad 3, 3359 Eggedal)

**Parkering:** 100 kr

(kontanter evt Vipps til Eggedal idrettslag langrenn 527934)

**Renntor:** I kjelleren på Eggedal Samfunnhus ved start.

**Løypelengder:**

J/G 7 år og yngre 1 km

J/G 8,9 &10 år 2 km

J/G 11 &12 år 2 km

J/G 13 & 14år 3 km

J/G 15 & 16 år 5 km

Kvinner 17,18,19/20 & senior 5 km

Menn 17,18, 19/20 & senior 10 km (5+5)

**Påmelding:** Online innen fredag 18. desember 2025 kl. 23.55 på Isonen.no

**Startkontigent:** Etter NSF sine satser

**Etteranmelding kun til sekretariatet innen kl. 10.30 renndagen.**

**Startnummer:** Hentes klubbvis på rennkantoret senest 1 time før start. Emit-brikker for de som ikke har selv blir delt ut rett før start. Husk å oppgi brikkenummer i påmeldingen online dersom du har brikke selv.

**Premiering:** Full premiering i alle klasser!!! Flotte uttrekkspremier! Tidspunkt for premiering: ca. 30 minutter etter at klassen er i mål.

**Resultatlistor og info:** legges ut på <http://www.eggedalil.no/EIL> facebook, Isonen.no

**Kafeteria:** Pølse i brød/lompe, kaker, vafler, kaffe, brus m.m. (kontant, betalingsterminal og Vipps til Eggedal idrettslag)

**Garderobe/dusj:** På Eggedal samfunnshus

**Rennleder:** Helge Jakob Hollerud tlf. 415 94 239

**TD:** Thor Inge Tollehaug

**Inf om vær på stedet:**

[https://embed.metnet.no/?dash=4ZbQsLFSq8&fbclid=IwAR2YXFufwVUjBgc6z-oU7EzUIh7gqgq5gEPsGHD8fZo3guUcee\\_5PhyQ7k](https://embed.metnet.no/?dash=4ZbQsLFSq8&fbclid=IwAR2YXFufwVUjBgc6z-oU7EzUIh7gqgq5gEPsGHD8fZo3guUcee_5PhyQ7k)

**Annen info:** Vipps til Eggedal idrettslag kan brukes ved betaling av parkering og i kiosk.

**Overnatting:** gå inn på <https://visitsigdal.no>

**VELKOMMEN TIL EN FLOTT DAG PÅ SKI I  
EGGEDAL!☺**