



Hovedsponsor



Sprint og normal-program

17. - 18. januar 2026

ØTS Skisenter Karidalen

1. og 2. renn i Innlandscupen

Program:	Sprint lørdag, normal søndag (kort normal for 17 år og eldre), alle klasser. Innskyting kl 1045 - 1145, første start kl 1200 begge dager Evt endringer blir kommunisert på hjemmesiden
Arena:	ØTS-skisenter Karidalen, 30 skiver
Klasser:	Alle klasser, inkludert nybegynnere
Påmelding:	Påmelding elektronisk på www.eqtiming.no innen 14. januar kl. 23:59. Startlister legges ut på www.ostre-toten-skilag.no .
Startkontingent:	Startkontingent etter NSSF's satser. Utøvere som har fylt 13 år er selv ansvarlig for å ha gyldig startlissens. Engangslisens kan løses på rennkontoret
Tidtakerbrikke:	Alle til og med 12 år, som ikke har investert i egen brikke, bruker arrangørens brikke Alle fra og med 13 år må ha egne brikker eller leie av arrangør (leie 50,- pr konkurransedag). Brikkeleie gjøres ved henting av startnummer og betales med Vipps. Hvis brikkenummer mangler på startlisten, og du har brikke – kan brikkenummer sendes til pamelding.ostretotenskilag@gmail.com , oppgi navn, alder og klubb. På selve renndagen kan dette brikkenummeret oppgis på rennkontoret.
Parkering:	Ved ØTS-skisenter Karidalen: kr 80 (skiltgjenkjenning youpark.no)
Kiosk:	Kiosk i klubbhytta
Garderobes:	Garderobe i klubbhytta
Utstyrskontroll/ avtrekkskontroll:	Utstyrskontroll foregår i garasjen og må gjennomføres før innskyting. Avtrekkskontroll for jr/sr, mens det kan gjennomføres tilfeldig avtrekkskontroll blant rekruertene på standplass under innskyting. Brikkekontroll gjennomføres også i garasjen før utdeling av startnummer.
Startnummer:	Startnummer deles ut i garasjen etter at avtrekkskontroll (jr/sr) og brikkekontroll er gjennomført. Startnummeret skal bæres synlig under innskyting. Startnummer som ikke blir levert tilbake blir belastet løperens klubb med kroner 200,-
Våpenvisitasjon:	Våpenvisitasjon på skive 1 etter innskyting for junior og senior
Avhenting av våpen:	Våpen utleveres fra standplass av standplassfunksjonærene etter siste skyting for aktuell løper. Gi tegn og vent til funksjonærene har ledig tid til å kontrollere og levere ut våpen.
Resultater:	Uoffisielle resultater vil være tilgjengelig i live-resultatene til EQ Timing. Speaker vil annonsere protestfrist per klasse over høytaleranlegget, fristen er 15 minutter etter at uoffisielle lister er klare. Resultatlistene legges ut på www.ostre-toten-skilag.no etter at dagens renn er over.
Premiering:	Premiering foregår fortløpende og i henhold til NSSFs reglement
Støtter:	Alle bruker arrangørens støtter



Hovedsponsor



Løypelengdene for jr/sr kan bli endret på grunn av lite snø i de lengste løypene:

Program: Sprint	Skytinger	Strafferunder	Løype
Menn senior 10 km sprint	L,S	150 m	3,3 + 3,3 + 3,3
Junior menn (M 20-21) 10 km sprint	L,S	150 m	3,3 + 3,3 + 3,3
Kvinner senior 7,5 km sprint	L,S	150 m	2,5 + 2,5 + 2,5
Junior kvinner (K 20-21) 7,5 km sprint	L,S	150 m	2,5 + 2,5 + 2,5
Ungdom menn (M 17, M 18, M 19) 7,5 km sprint	L,S	150 m	2,5 + 2,5 + 2,5
Ungdom kvinner (K 17, K 18, K 19) 6 km sprint	L,S	150 m	2,0 + 2,0 + 2,0
G 15, G 16 5 km sprint	L,L	100 m	2,0 + 1,0 + 2,0
J 15, J 16 4,0 km sprint	L,L	100 m	2,0 + 1,0 + +1,0
J 13, G 13, J 14, G 14 3 km sprint	L,L	100 m	1,0 + 1,0 + 1,0
J 11, G 11, J 12, G 12 2,4 km sprint	L,L	100 m	1,0 + 0,4 + +1,0
Nybegynnere (stor blink) 2,4 km sprint	L,L	100 m	1,0 + 0,4 + +1,0

Program: Normal	Skytinger	Tillegg	Løype
G 15, G 16 7,5 km normal	L,L	30 sek	2,5+2,5+2,5
J 15, J 16 6 km normal	L,L	30 sek	2,0+2,0+2,0
J 13, G 13, J 14, G 14 4,0 km normal	L,L	30 sek	2,0 + 1,0 + +1,0
J 11, G 11, J 12, G 12 3 km normal	L,L	30 sek	1,0 + 1,0 + 1,0
Nybegynnere (stor blink) 3,0 km normal	L,L	30 sek	1,0 + 1,0 + 1,0

Program: Kort Normal	Skytinger	Tillegg	Løype
Menn senior 15 km kort normal	L,S,L,S	45 sek	3,0+3,0+3,0+3,0+3,0
Kvinner senior 12,5 km kort normal	L,S,L,S	45 sek	2,5+2,5+2,5+2,5+2,5
Junior menn (M 20-22) 12,5 km kort normal	L,S,L,S	45 sek	2,5+2,5+2,5+2,5+2,5
Junior kvinner (K 20-22) 10 km kort normal	L,S,L,S	45 sek	2,0+2,0+2,0+2,0+2,0
Ungdom menn (M 17, M 18, M 19) 10 km kort normal	L,S,L,S	30 sek	2,0+2,0+2,0+2,0+2,0
Ungdom kvinner (K 17, K 18, K 19) 7,5 km kort normal	L,S,L,S	30 sek	1,5+1,5+1,5+1,5+1,5

Løypekart tilgjengelig på: <https://anlegg.skiskyting.no/map/25>

Eidsiva.

NAMMO SULLAND

BETONMAST

sport 1
Toreesen Sport

NovEnergy
John Olsen AS



Hovedsponsor



Program ØTS sprint 17. januar 2026

10:15	Rennkontoret åpner
10:15 - 11:50	Utstyrskontroll (avtrekkskontroll for ungdom/jr/sr, startnummerutdeling og brikkekontroll)
10:45 - 11:45	Innskyting
12:00	Nybeg, J11, G11, J12, G12, J13, G13, J14, G14, J15, J16, G15, G16
	MS, M20-21, KS, K20-21, M19, M18, M17, K19, K18, K17

Program ØTS normal 18. januar 2026

10:15	Rennkontoret åpner
10:15 - 11:50	Utstyrskontroll (avtrekkskontroll for ungdom/jr/sr, startnummerutdeling og brikkekontroll)
10:45 - 11:45	Innskyting
12:00	Nybeg, J11, G11, J12, G12, J13, G13, J14, G14, J15, J16, G15, G16
	MS, M20-21, KS, K20-21, M19, M18, M17, K19, K18, K17