



**SJUSJØEN**  
VI SETTER SPOR

[www.soreil.no/natrudstilrennet.no](http://www.soreil.no/natrudstilrennet.no)

## **VELKOMMEN TIL SJUSJØEN NATRUDSTILRENNET LØRDAG 9. DESEMBER 2023** **ÅPNING AV LANGRENNSESONGEN FOR DE YNGSTE**

**Søre Ål IL** ønsker velkommen til Sjusjøen Natrudstilrennet lørdag 9. desember 2023 kl. 11 på Sjusjøen Skisenter Natrudstilen. Rennet arrangeres i friteknikk. Det vil være sonerenn for 8-10 år, kretsrenn for 11-12 år og landsrenn for 13 t.o.m. 16 år. Junior- og seniorklassene har FIS-status.

Påmelding via Minidrett med påmeldingsfrist onsdag 6. desember kl. 23.59. Etteranmelding/trekning av startlister skjer fredag ettermiddag/kveld og vil da bli lagt ut på [www.natrudstilrennene.no](http://www.natrudstilrennene.no). Etteranmeldinger etter trekning foregår på rennkontor på renndagen. Startnumre, startlister og utleiebrikker blir hengt ut klubbvis. Automatisk parkeringsavgift er kr. 20 pr. time og kr. 60 pr. dag ved Sjusjøen skisenter Natrudstilen. Hvis du ikke er registrert bruker av Apcoa Flow, går du inn på [www.flow.apcoa.no](http://www.flow.apcoa.no), registrerer ditt bilnummer og betaler avgiften som kommer frem.

### **Klasser og distanser:**

J8-J10	1 km	G8-G10	1 km
J11-J12	2 km	G11-G12	2 km
J13-J14	3 km	G13-G14	3 km
J15-J16	5 km	G15-G16	5 km
K17-K20	5 km	M17-M20	10 km
KS	5 km	MS	10 km
FH K Jr. stå.	5 km	FH M Jr. stå.	5 km
FH KS stå.	5 km	FH MS stå.	10 km

FIS-renn: Start kl. 11 (30 sekunders intervall)

8-16 år: Start kl. 13 (15 sekunders intervall)

Løypene er ikke egnet for funksjonshemmede sittende, men vi har klasser for funksjonshemmede stående.

Startkontingent standard satser pr. renn: 130 kr (8-16 år), 150 kr (junior), 170 kr (senior).

Dobbel kontingent ved etteranmelding (260 kr, 300 kr, 340 kr).

**Det er flourforbud for alle klasser.** Testing vil være aktuelt for FIS-rennet.

Startkontingent betales ved påmelding.

Ved avlysning av rennet vil inntil 50 % av startkontingenten bli innkrevet, jfr. NSF's reglement 214.2.4.

Tidtakingen vil gjort med EMIT-brikker og alle deltakere må benytte brikke. Brikkeleie kr. 25. For de som ikke har egen brikke, vil disse bli utdelt ved start. Sørg derfor for å være ute i god tid slik at starten kan gå som planlagt. Vi oppfordrer løpere til å gå gjennom løypa før start pga. begrenset plass langs løypa. Vi oppfordrer alle deltakere til å sjekke batteriet på brikken siden dette for de aller fleste er første rennet i sesongen.

**NB: Vi minner også om at lisensen til Norges Skiforbund må være betalt for å kunne delta i rennet.** Dette gjelder deltakere fra fylte 13 år. De som ikke har lisens, vil få startnekt.

Det gjøres oppmerksom på at løpere ikke har anledning til å starte i eldre klasser enn den aldersklassen de tilhører. Konsekvensen vil være startnekt eller diskning.

Premieutdeling foregår ved skistadion. Premiering: 8-14 år 100 % / 15-16 år: 50 % / F.o.m. 17 år: 1/3  
Offisielle resultatlister vil bli lagt ut på rennets hjemmeside [www.natrudstilrennene.no](http://www.natrudstilrennene.no), Søre Ål IL sine hjemmeside [www.soreaal.no](http://www.soreaal.no) og på [www.langrenn.com](http://www.langrenn.com) så snart som mulig etter rennet.

Overnatting kan bestilles hos Sjusjøen Hytteutleie på [www.sjusjoen.no](http://www.sjusjoen.no) / telefon 62 33 49 60, eller på Lillehammer Vandrerhjem/Stasjonen hotell [www.stasjonen.no](http://www.stasjonen.no) telefon 61 26 00 24.

Ved spørsmål ta kontakt med rennleder Bjørn Horten m. 472 57 814 eller [bjorn@ram-arkitektur.no](mailto:bjorn@ram-arkitektur.no).

Samarbeidspartnere for Søre Ål IL:



Samarbeidspartnere:

