

Gåå SKINM

30. mars – 2. april 2017



Lagledermøte

onsdag 29. mars 2017



Agenda

- Opprop
- Arrangør og jury
- Konkurransprogram
- Reglement Teamsprint
- Startlister
- Parkering / Trafikk
- Stadion og løyper torsdag
- Stadion og løyper fredag
- Oppvarmingsløype / Glitest
- Vær
- Informasjon fra TD
- Informasjon fra arrangør / avslutning av møte

Opprop

- Agder og Rogaland
- Akershus
- Buskerud
- Finnmark
- Hedmark
- Hordaland
- Møre og Romsdal
- Nordland
- Nord-Trøndelag
- Oppland
- Oslo
- Sogn og Fjordane
- Sør-Trøndelag
- Telemark og Vestfold
- Troms
- Østfold
- Canada
- Danmark
- Equador
- Australia
- GBR

Arrangør

<i>Rennleder:</i>	Audun Skattebo
<i>Ass. Rennleder:</i>	Ole Flækøy
<i>Løypesjef:</i>	Lars Wadahl
<i>Sekretariat:</i>	Solveig O. Rønn
<i>Serviceområde:</i>	Øystein Rudi
<i>HK leder:</i>	Pål Egil Rønn
<i>Ass HK leder:</i>	Astrid Brandvold

Jury torsdag og fredag

TD: Arne Sandvold

Ass TD: John Aalberg

Rennleder: Audun Skattebo

Tidsplan torsdag

NM Teamsprint fri teknikk, kvinner og menn

09:30 – 09:50	Konkurransen løype åpen.
Fra 06:00	Andre løyper brukes til skistesting/oppv.
10:00	Kvinner, semifinale 1
10:25	Kvinner, semifinale 2
10:50	Kvinner, semifinale 3
11:15	Menn, semifinale 1
11:40	Menn, semifinale 2
12:05	Menn, semifinale 3
12:30	Menn, semifinale 4
13:30	Kvinner, finale (NB! Ny tid)
14:30	Menn, finale (NB! Ny tid)
15:30 – 17:30	Trening for fredag og lørdag (F + Cl) (soner settes)

Seremonier

14:15	Blomsterseremoni og premieutdeling kvinner
15:15	Blomsterseremoni og premieutdeling menn

Tidsplan fredag

NM 5 og 10 km fri teknikk, kvinner og menn

09:30 – 10:15 Konkurransen løpe åpen.

Fra 06:00 Oppvarmingsløyper åpne

10:25 5 km fri teknikk, kvinner (NB! Ny tid!)

13:00 10km fri teknikk, menn

20:00 Løyper stengt for preparering

Seremonier

Ca 12:00 Blomsterseremoni med påfølgende
premieutdeling kvinner

Ca 15:45 Blomsterseremoni og premieutdeling menn

Reglement Teamsprint

- Navn på utøvere og startrekkefølge må være levert innen 2 timer før lagledermøte.
- Innsetting av reserve mulig i henhold til pkt 313.4.
- Bytte av rekkefølge ikke tillatt.
- Ved innsetting av reserve mister laget opprinnelig startposisjon og må starte sist. Den opprinnelige startposisjon blir stående tom.
- 3 semifinaler damer og 4 semifinaler herrer

Reglement Teamsprint

- Beste lag (etter FIS pkt'er) er i heat A, nest beste i heat B osv (følger ICR 326.4.2.2). I tilfeller hvor utøver ikke har FIS punkter (distanse/sprint) eller har FIS punkter høyere enn 160 vil 160 bli brukt ved utregning.

Ved 3 Semi-finaler:

Semi A	1	6	7	12	13	18	19	24	25	30	31	36	37	42	43
Semi B	2	5	8	11	14	17	20	23	26	29	32	35	38	41	44
Semi C	3	4	9	10	15	16	21	22	27	28	33	34	39	40	45

Ved 4 Semi-finaler:

Semi A	1	8	9	16	17	24	25	32	33	40	41	48	49	56	57
Semi B	2	7	10	15	18	23	26	31	34	39	42	47	50	55	58
Semi C	3	6	11	14	19	22	27	30	35	38	43	46	51	54	59
Semi D	4	5	12	13	20	21	28	29	36	37	44	45	52	53	60

Reglement Teamsprint

- Startrekkefølge heat trekkes lagledermøte
- Trekning
 - Kvinner
 - Heat A starter som nr 2
 - Heat B starter som nr 3
 - Heat C starter som nr 1
 - Menn
 - Heat A starter som nr 1
 - Heat B starter som nr 3
 - Heat C starter som nr 4
 - Heat D starter som nr 2

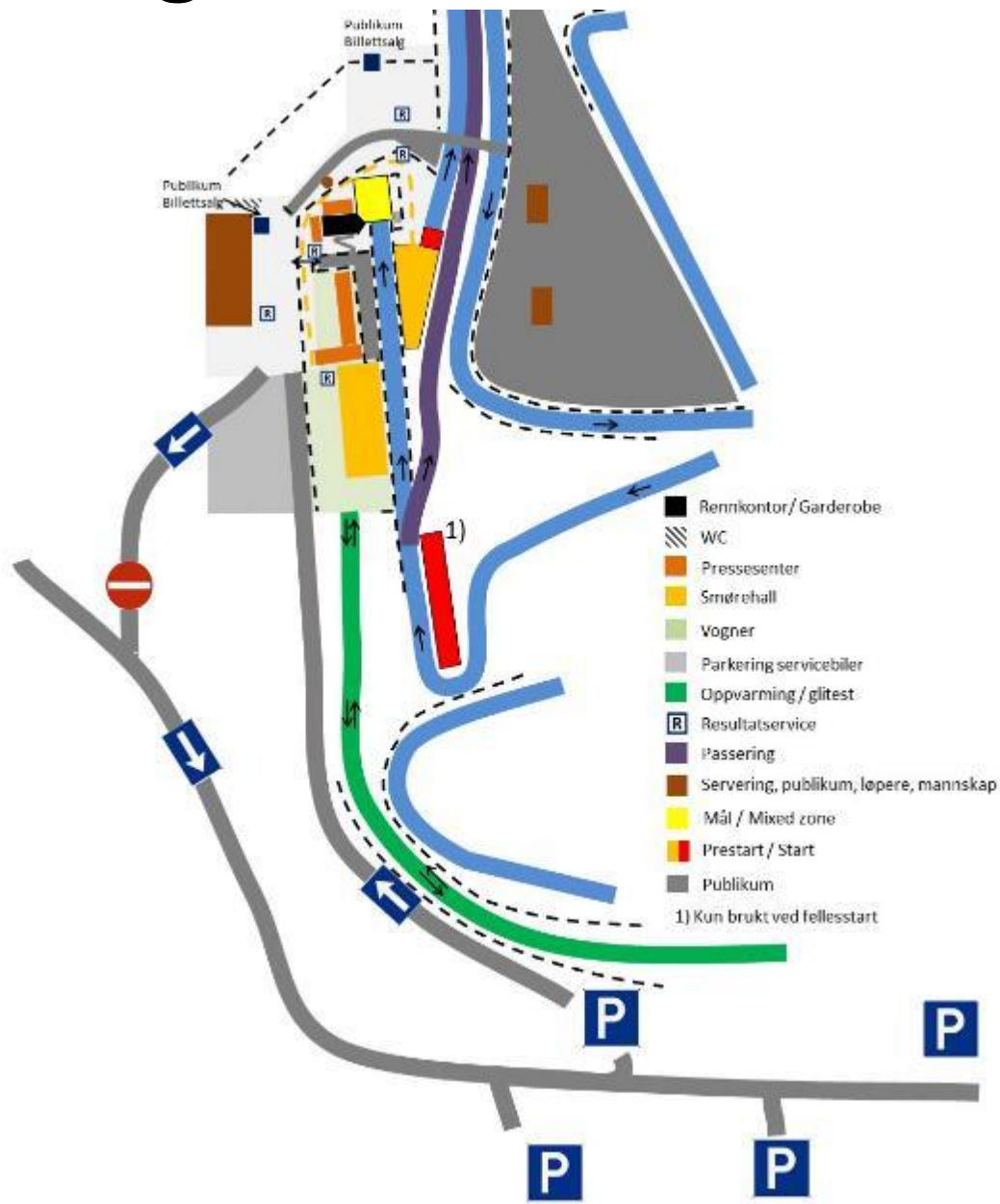
Reglement Teamsprint

- Finaler, 15 lag
 - Kvinner; 3 beste lag fra hvert semifinalheat og de 6 beste tidene
 - Menn; 2 beste lag fra hvert semifinalheat og de 7 beste tidene
- Rangering finale; Beste tid vinner semifinal posisjon 1 osv. Beste tid 2'er semifinal osv. Videre rangering på tid.
- Startoppsett; 3 spor i plog
- Ikke anledning til å protestere mens finalerundene pågår.

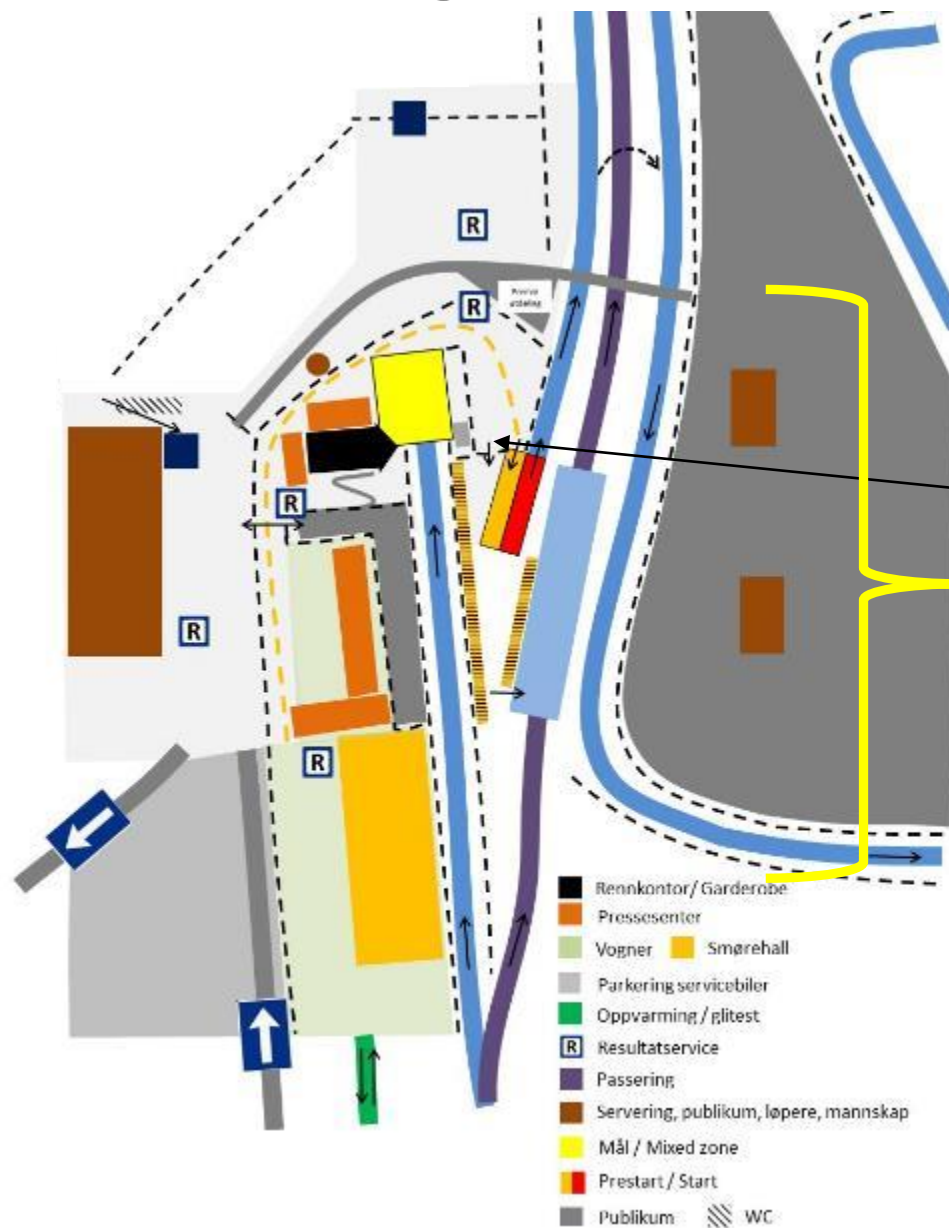
Startlister

- Startnummer er klare på rennkontoret på stadion kl 20:00 begge dager. Hentes minimum 1 time før start.
- Startnummer deles konsekvent ut kretsvis og er sortert lagvis. Kvitteres ut med navn på person, krets og telefonnummer.
- Legg nr til løper siste etappe Team sprint.
 - De skal være på **venstre legg**.

Parkering / Trafikk



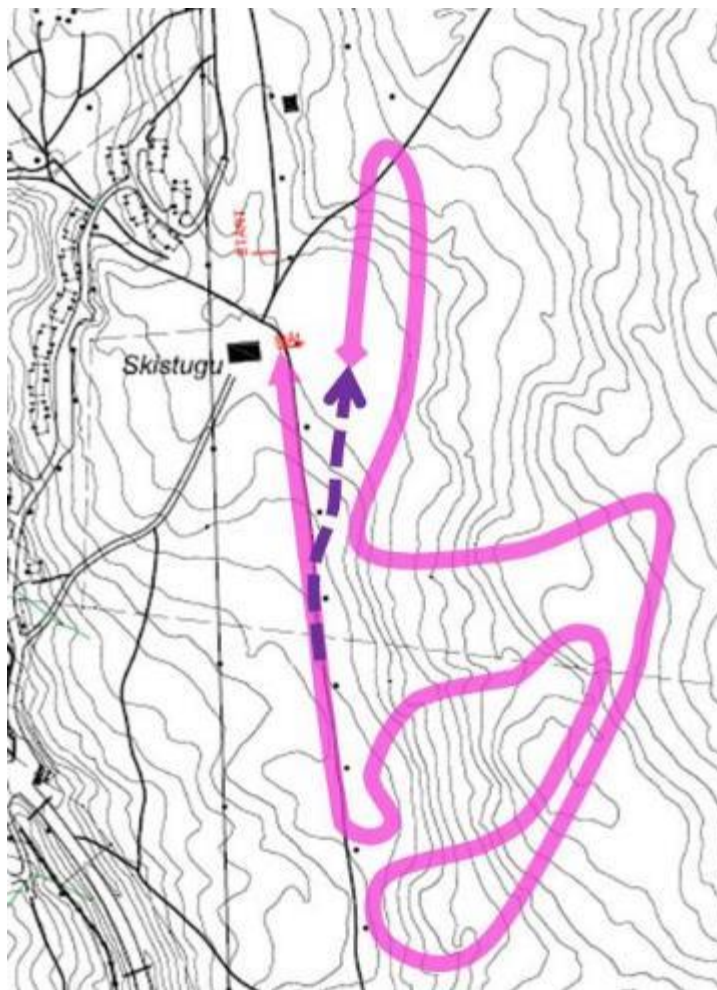
Stadion torsdag



Brikkesjekk
NB! Både 1 og
2 etp.
Lårnr 2 etp.


No coaching
sone stadion.

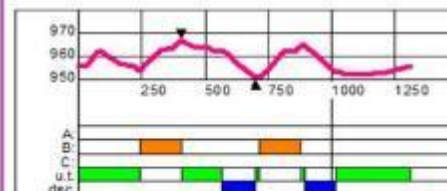
Løype sprint damer



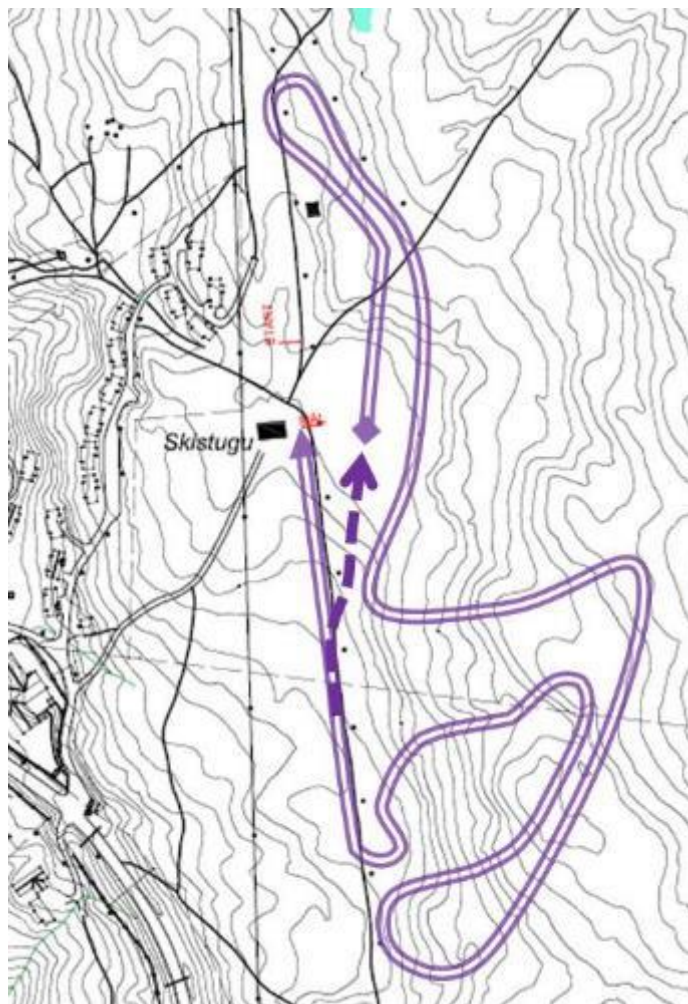
Løyper åpnes 09:30.
Løyper stenges 10 min
før første damestart
(09:50).
Skistesting og
oppvarming kun i andre
løyper.
No coaching sone indre
stadionområde

Gålå Sprint 1300 m

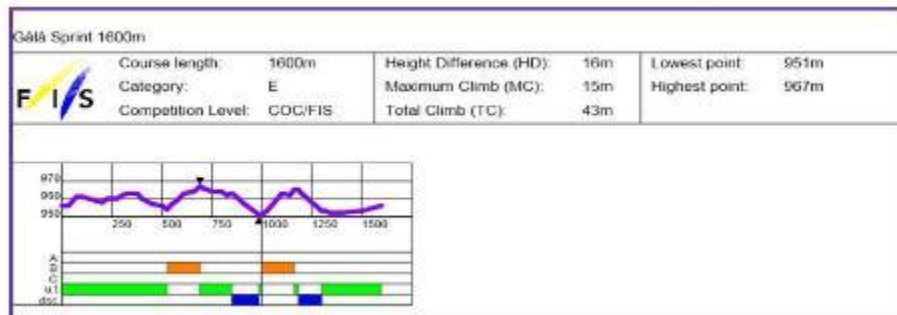
	Course length:	1300 m	Height Difference (HD):	16 m	Lowest point:	951 m
	Category:	D	Maximum Climb (MC):	15 m	Highest point:	967 m
	Competition Level:	COC/FIS	Total Climb (TC):	39 m		



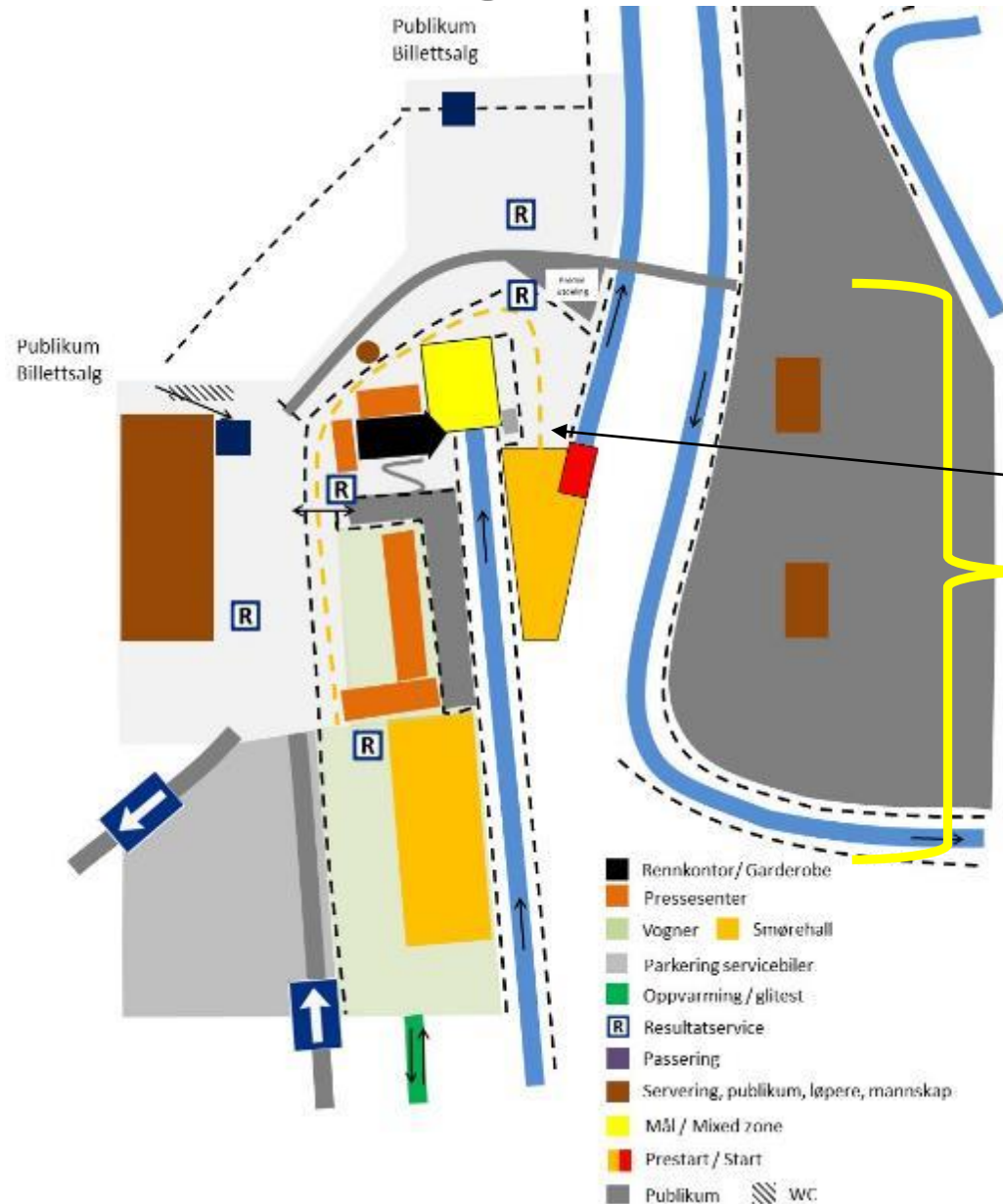
Løype sprint herrer



Løyper åpnes 09:30.
Løyper stenges 10 min
før første damestart
(09:50).
Skistesting og
oppvarming kun i andre
løyper.
No coaching sone indre
stadionområde



Stadion fredag




Brikkesjekk
NB! Påsetting
brikke nr 2

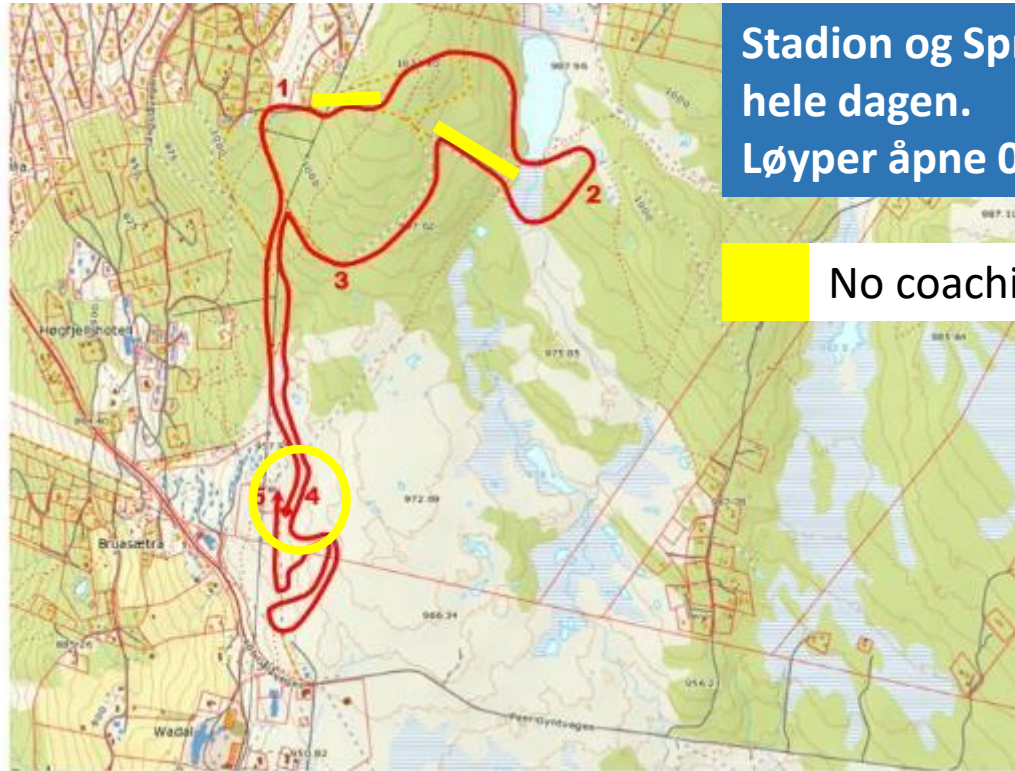
No coaching
sone stadion.

Løyper 5 km damer, fredag

5 km Rød NRK-just. NM2 (TC=166m)

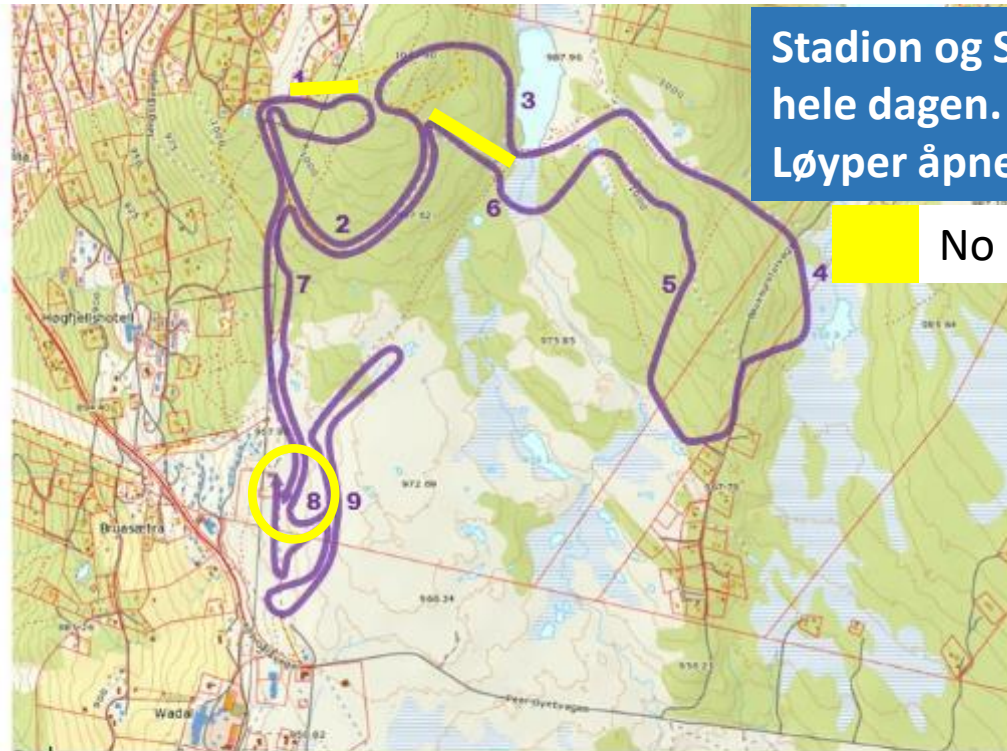
Stadion og Sprintløype stengt hele dagen.
Løyper åpne 09:30 til 10:15.

 No coaching zone




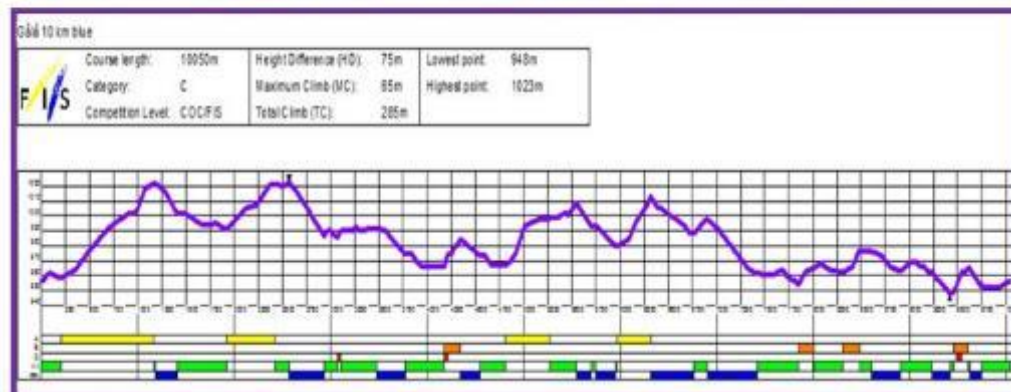
Løyper 10 km herrer, fredag

10 km Lilla (TC=285m)

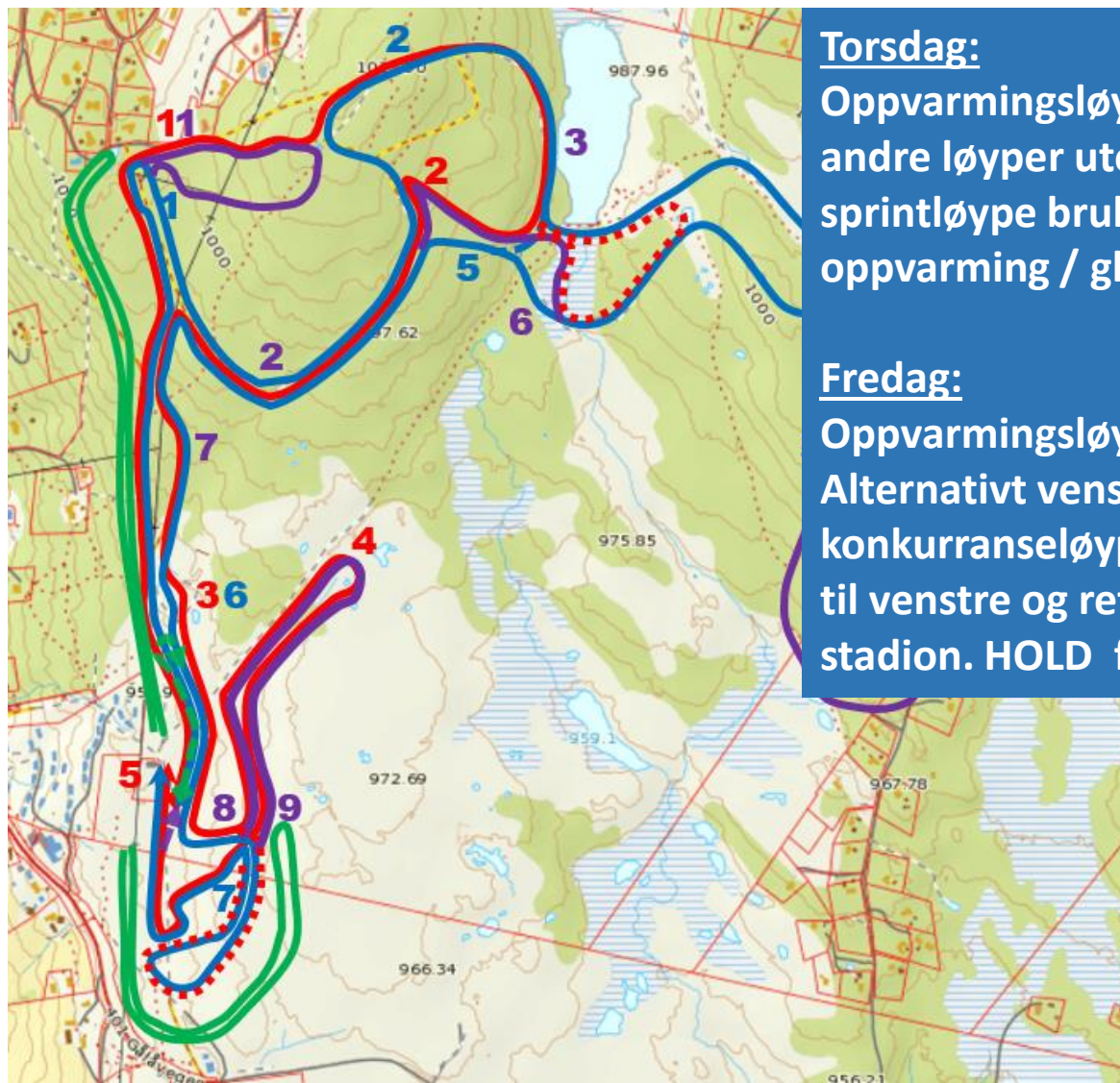


Stadion og Sprintløype stengt hele dagen.
Løyper åpne 09:30 til 10:15.

 No coaching zone



Oppvarmingsløyper



Torsdag:

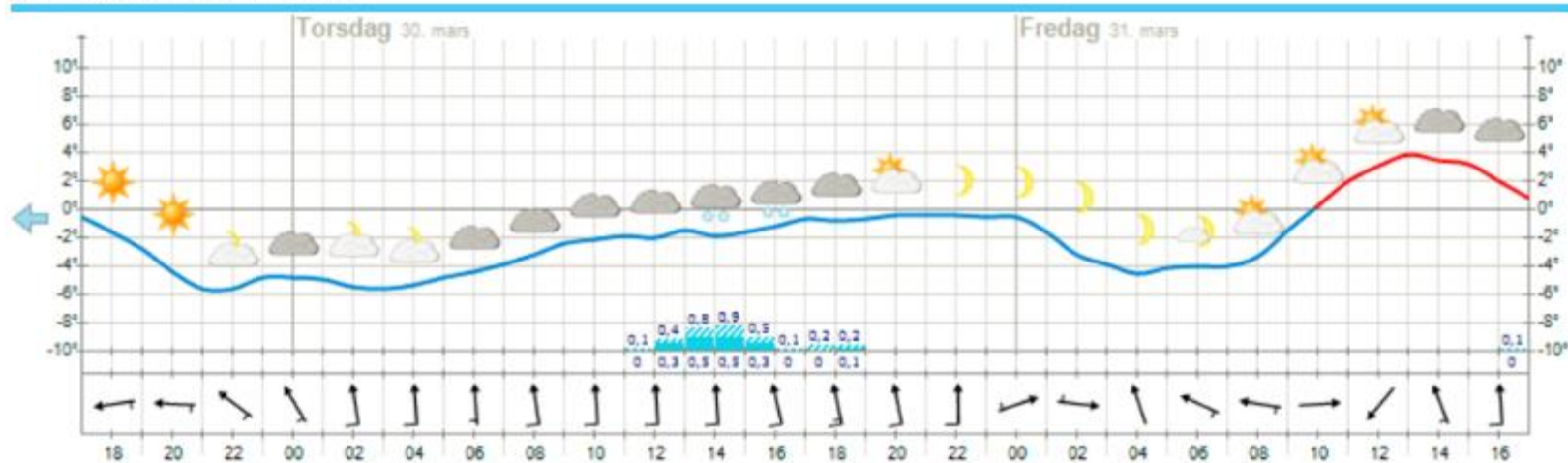
Oppvarmingsløype og alle andre løyper utenom sprintløype brukes til oppvarming / glitest.

Fredag:

Oppvarmingsløype.
Alternativt venstre side av konkurranseløype til 1 km ned til venstre og retur mot stadion. HOLD fartsretningen.

Vær

Meteogram, neste 48 timer



Informasjon fra TD

- Respekter åpningstider for løypa
- Hold fartsretning etter veksling, gå ut til venstre side, gå tilbake i «startkorridor»

Diverse

All benytter sin egen brikke.

Fredag benyttes i tillegg ekstra brikke.

Egen brikke på høyre fot og leiebrikke på venstre fot.

De som leide brikker torsdag bruker denne som privat brikke fredag.

Vær tidlig ute til brikkesjekk / påsetting ekstra brikke.

Startnummer:

Herrer – Røde startnummer (Extra)

Damer – Hvite startnummer (Bilia)

Løypene STENGES kl 20:00

Bankett

Husk banketten – Billetter kjøpes på rennkantoret på stadion.



Lykke til!