

Tour 2013 de HEDMARKEN

21.12. HA-sprinten
22.12. Ottestadrennet
27.12. Gåsburennet
29.12. Budor fristil

HA -sprinten

GÅSBU LANGRENSSTADION

21.12.2013

Bli med på skisprint i Hamars nærområde, Ankerskogen -
Tour de Hedmarken 1! Første start kl. 10.00.

Rennet går i klassisk stil i spennende løyper.

- Innledende prolog med etterfølgende finaler for klassene
11 år (født 2003) - senior
- To heat for klassene 8 - 10 år (født 2004-2006)
- Sekretariat, garderober, premieutdeling og kafé
på Grevelokka skole
- Påmelding via NSF terminliste/online innen 18. desember

Arrangør: Hamar Skiklubb, www.hamar-skiklubb.no

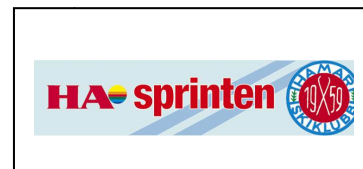
HA sprinten: <http://livedata.no/wpm/hamarskisprint/>



For påmelding og mer info:
www.tourdehedmarken.no



NORDBYGDA
LØTEN SKI



HA-sprinten (Tour de Hedmarken 1)

Lørdag 21. desember 2013 kl 10:00 ved Gåsbu langrennstadion

Hamar skiklubb ønsker velkommen til HA-Sprinten er et sprintrenn i klassisk stil med varierende lengde på løypa med ca. 600/800/1200 meter alt etter aldersklasser. Innledende prolog i klassisk stil med etterfølgende finaler for klasse 11 år – senior.

Klassene 8-9-10 år går Heat to ganger. Start og målgang ved Gåsbu Langrennsstadion.

Rennet inngår som første renn i Tour de Hedmarken, se www.tourdehedmarken.no.

KLASSER/LØYPER:	Jenter/gutter	8 - 9 - 10 år	to Heat 0,6 km
Alder pr. 31.12.2014	Jenter/gutter	11 - 12 år	Innledende prolog 0,6 km + 0,6 km heat finale
	Jenter/gutter	13 - 14 år	Innledende prolog 0,6 km + 0,6 km heat finale
	Jenter/gutter	15 - 16 år	Innledende prolog 0,8 km + 0,8 km heat finale
	Kvinner	17 - 18 år	Innledende prolog 0,8 km + 0,8 km heat finale
	Menn	17 - 18 år	Innledende prolog 1,2 km + 1,2 km heat finale
	Kvinner	19 - 20 år	Innledende prolog 1,2 km + 1,2 km heat finale
	Menn	19 - 20 år	Innledende prolog 1,2 km + 1,2 km heat finale
	Kvinner	senior	Innledende prolog 1,2 km + 1,2 km heat finale
	Menn	senior	Innledende prolog 1,2 km + 1,2 km heat finale
	FH D/H sittende/stående jr./sr.		Prolog + tilpasset lengde

STILART: Det er fritt skivalg (klassisk- eller skøyteski) men det er kun tillatt å gå klassisk.

LØYPER: 0,6 km - Ut under brua mot "Myra". De svinger på "egga" mot venstre, videre følger de løypa som kommer opp fra "Myra" tar til venstre helt inn mot mål.

0,8 km - Ut under brua mot "Myra". De svinger på "egga" mot venstre, videre følger de løypa som kommer opp fra "Myra" helt inn mot mål (går over gratishaugen).

1,2 km - Går ut under brua, ned på "myra" svinger der nede til venstre og går opp den lange, bratte bakken. Deretter følger de løypa inn mot mål (går over gratishaugen)

START: Første start i prolog kl. 10:00. Finaler fra ca kl 12:20
Startlister legges ut på www.hamar-skiklubb.no senest fredag 20.12.13 kl. 12:00.

