



Tour de Knyken Sprint 2011

Lørdag 19. mars

Orkdal IL ønsker langrennsløpere, støtteapparat og publikum velkommen til det tredje **Tour de Knyken - Sprint** i Knyken Skisenter lørdag 19. mars 2011 kl. 11.00.

Tour de Knyken er inspirert av Tour de Ski med elementer som sprint, bonuspoeng og fellesstart med avslutning opp alpinbakken.

Stilart:

Klassisk Sprint - Del 1

Fristil Fellesstart (bonussekund 3 beste) – Del 2

Klasse	Del 1		Del 2	
	Øvelse	Lengde [m]	Øvelse	Lengde [m]
G/J 8 år - senior	Klassisk Sprint - Enkeltstart	Ca 800 m	Fristil Fellesstart (Unntatt de 3 beste i 11 år - senior – starter med bonussek)	Ca 1200m + slalombakken for 13 år og eldre

Del 1:

Løperne går klassisk sprint med 15 s startintervall.

Del 2:

Løpere i 8-12 år går fellesstart fristil med målgang på stadion. De tre beste i hver klasse i del 1 i 11 og 12 års klassen får henholdsvis 10-5-3 sek bonus og starter før hovedfeltet.

Løpere i 13 år-senior går fellesstart fristil sprint. De tre beste i del 1 i hver klasse 13 år - senior får henholdsvis 20-10-5 sek bonus og starter før hovedfeltet. De avslutter opp slalombakken (hovedbakken) i Knyken Skisenter. Første løper som går i mål på toppen av slalombakken er vinner av **Tour de Knyken – Sprint** i hver klasse

I fellesstarten stilles løperne opp i **plogstart** (unntatt de tre beste) etter resultatet i første del (tilfeldig rekkefølge for 8-10 år). Flere klasser kan startes samtidig hvis det er få påmeldte. Eldre klasser stiller da først.

Bonussekunder:

For 11 og 12 år gis det 10-5-3 sek og for 13 år og eldre gis det bonussekunder 20-10-5 s til de tre beste i del 1 i hver klasse. I del 2 (fellesstarten) starter disse løperne tilsvarende antall sekunder før hovedfeltet.

Tidsskjema:

Prolog 8-senior	fra kl. 11.00
Fellesstart 8-10 år	fra kl. 12.15
Fellesstarter 11-12 år	fra kl. 12.45
Fellesstarter 13 år-senior	fra kl. 13.15
Siste start	ca. kl. 14.05

Startlista for del 1 og omtrentlige starttider for del 2 vil bli kunngjort i god tid før rennet. Nøyaktige starttider for del 2 opplyses av speaker og startlister slås opp på stadionområdet. Hver klasse vil få litt over 1 time pause fra del 1 til del 2.

Brikker:

Alle løpere skal bruke EMIT tidtakingsbrikke. Løpere under 15 år som ikke er påmeldt med brikke vil få leiebrikke utdelt sammen med startnummeret. Brikkeleie kr. 20,- for 8-14 år og kr. 50,- ellers faktureres klubbene sammen med startkontigenten. Brikkekontroll før start.

Premiering:

Fortløpende i "Knykstuggu". Full premiering i 8-16 år. 1/3 premiering i junior og senior.

Gavekort til de 3 beste (fra og med 13år til senior)

Startkontigent:

8-16 år kr. 90,-

Junior kr. 105,-

Senior kr. 120,-

Faktura sendes klubbene i etterkant. Fakturaadresse må oppgis ved henting av startnummer.

Startlisens:

Løperne er ansvarlige for å ha gyldig startlisens.

Påmelding:

Online innen mandag 14. mars.

Vennligst overhold påmeldingsfristen.

Rennleder:

Håvard Garberg, tlf. 924 12 848

Resultater:

Slås opp fortløpende i Knykstuggu. Følg med på www.orkdal-il.no i dagene før rennet for påmeldingslister og startlister samt annen informasjon.

Velkommen!

Med hilsen
Orkdal IL Skigruppa