



**Frol I.L. ski/skiskyting inviterer til 2-mannsstafett og sprint med løypeklasser.  
Lørdag 2. desember**

<b>Øvelser</b>	<p>2-mannsstafett for klassene 13-16 og 17+ Sprint med 2 løypeklasser for de øvrige. Her kan også løpere som ikke har noe lag å gå på melde seg på.</p> <p><b>Forenklet arrangement:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- Klubbene er selv ansvarlig for utlegg av våpen til sine løpere under rennet, samt trekke opp skivene. Hver klubb stiller med tilstrekkelig antall i forhold til antall skiver som blir tildelt. Det skal være de samme personene på standplass under hele arrangementet.</li><li>- Vi vil tildele skiver klubbvis som på innskyting.</li><li>- Frol i.l. vil ha folk til å taste skyteresultat på standplass, men ingen skrivere.</li></ul>
<b>Klasser</b>	<p>13-16 år. Stafett, 2 løpere pr lag. 2 serier hver. De skyter annenhver gang.</p> <p>17+. Stafett, 2 løpere pr lag. 4 serier hver. De skyter annenhver gang.</p> <p>Løpere under 13 år og løpere som ikke har noe lag å gå på kan velge mellom 2 løypeklasser. Sprint 2,1 km med 2 serier på stor blink eller 3.0 km med 2 serier på liten blink.</p>
<b>Innskyting</b>	<p>Kl. 1000-1045. Lagvis innskyting.</p> <p>Skivefordeling bekjentgjøres på våre nettsider. Vi tar forbehold om endringer i tidspunktene ved stor deltakelse. Følg med på vår hjemmeside: <a href="http://www.frolil.no">www.frolil.no</a></p>
<b>Start</b>	<p>Kl. 1100</p> <p>Vi tar forbehold om endringer i tidspunktene ved stor deltakelse. Følg med på vår hjemmeside: <a href="http://www.frolil.no">www.frolil.no</a></p>
<b>Påmelding</b>	<p>Påmelding <b>innen onsdag 29.11 kl 2359</b> på <a href="#">EQ-timing</a> Kontaktperson påmelding: Hans Lund: <a href="mailto:post@hanslund.net">post@hanslund.net</a> Etteranmelding senest fredag 1. des kl 1700.</p>
<b>Startkontingent</b>	<p>Løypeklasser kr 100.00 Stafett 13-16 år kr 200.00 Stafett 17+ kr 250 Etteranmeldte bet. 50% tillegg.</p>
<b>Startnummer</b>	<p>Lagvis henting på rennkantoret 1 time før start. Ikke innleverte startnummer faktureres med kr 500.-</p>

<b>Sikkerhet/ visitering</b>	Våpen skal bæres i våpenfuttal til og fra standplass. Ingen får hente våpen selv fra våpenstativ under konkurransen. Hver klubb er selv ansvarlig for visitasjon/tømming av magasin ved utlevering av våpen etter endt renn. For jr og sen følges regler om visitering etter innskyting. Det foretas av arrangør ved utgang fra standplass.
<b>Løypekart og løypelengder</b>	Løypekart og oversikt over løypelengder legges ut på vår hjemmeside <a href="http://www.frolil.no">www.frolil.no</a> Oppslag vil finnes på arena.
<b>Rennkontor</b>	I klubbhuset på arena. Åpent fra kl 0900.
<b>Arena</b>	Frolfjellet skisenter som ligger 1 km før du kommer til Vulusjøen. Følg skilting fra E6 3 km nord for Magneten kjøpesenter
<b>Premiering</b>	Ute bak tidtakerbua ved fint vær, ellers inne i hytta.
<b>Kiosk</b>	Salg av kioskvarer i Idrettshytta. Kontant betaling eller VIPPS
<b>Emit tidtaking/ brikkeleie</b>	Vi benytter Emit tidtakingssystem. Alle løpere som fyller 13 år i løpet av sesongen skal benytte egen emit-brikke. Det kan leies brikke, kr 50 pr renn. For løpere 12 år eller yngre er leie kr.25 pr renn. Dersom brikke ikke innleveres faktureres løpers klubb kr.1000.-
<b>Informasjon og resultatlister</b>	Legges ut på <a href="http://www.frolil.no">www.frolil.no</a> så snart det er klart.
<b>Bomvei</b>	Bomvei kr 50. Betales kun med kort. Ingen parkeringsavgift.
<b>Garderober</b>	Ingen garderober
<b>Rennleder</b>	Jo Severin Matberg, tlf. 45608741. <a href="mailto:jo.severin.matberg@ntebb.no">jo.severin.matberg@ntebb.no</a>