 ***Skallrennet 2018***

**FROL IL innbyr til det tradisjonelle Skallrennet 5 juledag (lørdag 29.desember 2018).**

Rennet går i friteknikk oppi Frolfjellet skisenter,Levanger. Første start kl 12.00

Årets renn er KM for junior og senior. Rennkontor, restaurant og premieutdeling i idrettshytta på stadion..

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Klasse** | **Starttid** | **Løype** | **Tidspunkt premieutdeling** | **Merknad** |
| G12 | 12.00 | 2 km | 13.30 | 15 sek. intervall |
| G11 |  | 2 km | 13.30 | 15 sek. intervall |
| J 12 |  | 2 km | 13.30 | 15 sek. intervall |
| J 11 |  | 2 km | 13.30 | 15 sek. intervall |
| G14 | 12.25 | 3 km | 14.00 | Fellesstart |
| G 13 | 12.30 | 3 km | 14.00 | Fellesstart |
| J 14 | 12.35 | 3 km | 14.00 | Fellesstart |
| J 13 | 12.40 | 3 km | 14.00 | Fellesstart |
| G 16 | 12.45 | 5 km | 14.30 | Fellesstart |
| G 15 | 12.50 | 5 km | 14.30 | Fellesstart |
| J 16 | 12.55 | 5 km | 14.30 | Fellesstart |
| J 15 | 13.00 | 5 km | 14.30 | Fellesstart |
| K 17 | 13.05 | 5 km | 15.00 | Fellesstart |
| K 18 | 13.05 | 5 km | 15.00 | Fellesstart |
| K19-20 | 13.10 | 10 km | 15.00 | Fellesstart |
| K Sen | 13.10 | 10 km | 15.00 | Fellesstart |
| M 17 | 13.15 | 10 km | 15.00 | Fellesstart |
| M 18 | 13.20 | 10 km | 15.00 | Fellesstart |
| M 19-20 | 13.25 | 15 km | 15.00 | Fellesstart |
| M sen | 13.30 | 15 km | 15.00 | Fellesstart |

**Påmelding:** Kun online påmelding og betaling via [www.minidrett.no/sportsadmin](http://www.minidrett.no/sportsadmin)

 **Unntak**: Utenlandske løpere sender mail til :bente.sundsvik@ntebb.no og må betale ved påmelding eller ved avhenting avstartnummer.

**Påmeldingsfrist: 27.12.18 kl 23.59**. Startliste vil foreligge på [www.frolil.no](http://www.frolil.no/) så snart den er klar.(kveld 28.12)

 Det benyttes **Emit-brikker**. Løpere som ikke har brikke, får låne mot **30 kr** i brikkeleie. Ikke returnerte brikker belastes løperens klubb med **1000 kr.**

**Startkontigent:** Til og med 16 år - 100 kr

 Junior - 115 kr

 Senior - 130 kr

Etteranmelding belastes med dobbel startkontigent. ( fra 13 år)

Ved etteranmelding må startkontigent betales ved henting av startnummer

**Lisens:**Klubbene er ansvarlig for at alle løpere fra fylte 13 år har betalt skilisens. Mangler løper lisens må det kjøpes engangslisens av arrangør(kr. 60,- for 13-25 år og kr 150,- for 26 år og eldre)

**Bompenger:** Veien opp til fjellet er en bomvei, og det må betales 50,- i avgift- kun kort.

**Kafe/kiosk:** Det er kafeteria inne i Frolhytta

**Garderobe:** Ingen garderobe/ dusj, men mulig med rom for ombytte.

**Premiering:** 100% premiering 11-16 år

 1/3 premiering junior og senior

**Info: Rennleder Bente Sundsvik, tlf 41223458. E-post:** *bente.sundsvik@ntebb.no*

Info om rennet finnes på [www.frolil.no](http://www.frolil.no/)