SPRINTLANGRENN-LANG, MED LASSOKASTING, KLASSISK, ONSDAG 30.JANUAR 2019

Ilar inviterer til sameskirenn. Rennet avvikles på Ilars skistadione i Nesseby. Rennstart 18.30.

Vi har 8 horn som det kan trenes på inntil start.

 Distanse Strafferunder Lasso

 **Klasseinndeling** Jenter – gutter, 09 - 10 år(2010-2009, 1200 m(600+600) 50 m 5 m

 11 - 12 å(2008-2007), 1200 m (600 + 600) 50 m 6 m

 13 - 14 år(2006-2005) 2400 m(1200+ 1200) 50 m 7 m

 15 - 16 år(2004-2003) 2400 m (1200+1200) 50 m 7 m

 D 17 - 18 år(2002-2001) 2400 m(1200+1200) 100 m 9 m

 H 17-18 år(2002-20019 2400 m(1200+1200) 100 m 11 m

 D 19 år+(2000+), 2400 m(1200+1200) 100 m 9 m

 H 19 år +(2000+) 1000 m(1200+1200) 100 m 11 m

 **Treff**

 Kravet er treff på tre av fem forsøk. ¬ Hvis man ikke har tre treff av 5 mulige, må man ut i strafferunder. Lassoen kan være rettet ut på standplass. Etter endt kasting kan man la lassoen ligge igjen på lassokaststandplass. ¬ Hvis deltakeren med vilje ikke prøver å treffe hornet, kan vedkommende diskvalifiseres. Dette kontrolleres av horndommere.

**1.Prolog**: Klassene starter med enkeltstart to puljer, 1200 m og 2400 m. Rekkefølge: de eldste først. Startintervall med halvt minutts mellomrom. Lagledere legger lassoen til rette og fjerner lassoen når deltakeren er ferdig med lassokastingen.

**Finaler**: Alle går finaler. og starter konkurransen i to rekker. De med fire beste tider i første rekke og fire i neste rekke.

Dersom det er få i klassen, kan flere klasser gå i samme heat, men premieres klassevis.

**Premiering:** Umiddelbart etter rennet

**Kuldegrense: -15 C**

Gratis bevertning for alle

Påmelding:

Innen mandag 28. januar klokken 24.00 til tlf 48224130 eller allddagas@gmail.com

Spørsmål rettes til samme