LANGRENN MED LASSOKASTING (REINGJETERKONKURRANSEN) , FRISTIL, ONSDAG 20.MARS 2019

Ilar inviterer til sameskirenn. Rennet avvikles på Ilars skistadion i Nesseby. Rennstart 18.00.

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

**Klasseinndeling**, **distanser, lengde**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Alder | Klasse | Distanse | Lassokasting | Lengde | tilleggstid |
| 1 | 9 år | Jenter- gutter | 1,5 km  (1 + 0,5) | 1 x 5 | 5 m | 1 min |
| 2 | 10 år | Jenter- gutter | 1,5 km  (1 + 0,5) | 1 x 5 | 5 m | 1 min |
| 3 | 11 år | Jenter- gutter | 1,5 km  (1 + 0,5) | 1 x 5 | 6 m | 1 min |
| 4 | 12 år | Jenter- gutter | 3 km  (1,5 + 1,5) | 1 x 5 | 6 m | 1 min |
| 5 | 13 år | Jenter- gutter | 3 km  (1,5 + 1,5) | 1 x 5 | 7 m | 1 min |
| 6 | 14 år | Jenter- gutter | 3 km  (1,5 + 1,5) | 1 x 5 | 7 m | 1 min |
| 7 | 15 år | Jenter- gutter | 4,5 km  (3 + 1,5) | 1 x 5 | 9 m | 1 min |
| 8 | 16 år | Jenter | 4,5 km  (1,5 + 1,5 + 1,5) | 2 x 5 | 9 m | 1 min |
|  | 16 år | Gutter | 6 km  (1,5 + 1,5 + 1,5 + 1,5) | 2 x 5 | 11 m | 1 min |
| 9 | 17 – 18 år | Junior damer | 4,5 km  (1,5 + 1,5 + 1,5) | 2 x 5 | 9 m | 1 min |
|  | 17 – 18 år | Junior herrer | 6 km  (3 + 1,5 + 1,5) | 2 x 5 | 11 m | 1 min |
|  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |

**Utstyr**: Lassoen kan ikke rettes ut før fra anvist punkt, 100 meter før standplass. Lassoen kan ha to lassoringer.

**Klasse 9-10 år jenter og gutter reingjeterkonkurranse**

I den klassen kan deltakeren få hjelp til å rette ut lassoen under lassokasting. Deltakeren kan også motta hjelp fra lagleder hvis lassoen surrer seg. Lassoen kan etterlates ukveilet etter lassokastingen er avsluttet. (§ 3 – 30 ja § 3 -36)

Skiene skal være på beina under lassokastingen. Det skal kastes fem -5- ganger på samme horn fra samme sted.

**Etter fullført lassokasting:** skal lassoen kveiles og settes over skulderen og under den andre armen før man kan gå videre med riktig utstyr. Det er ikke tillatt å sette lassoen rundt halsen. Enden på lassotauet skal ikke henge etter, hvis dette forekommer kan det gis Vedtatt og godkjent på SVL tinget i Hætta 10.–11.05.2014 Side 13 tilleggsminutter.

Det er ikke tillatt å motta hjelp til å rette ut lassoen med unntak av i 9-10 årsklassen. Standplassleders og funksjonærers instruksjoner må følges ellers. Kun arrangører tillates å være innenfor sperret lassokastområde. Hvis deltakeren med vilje ikke prøver å treffe hornet, kan vedkommende diskvalifiseres.

**Lassokastingen er godkjent når:**

* Lassoen er rundt hornet uten å være borti det.
* Lassoen er fast i hornet, ved tvilstilfeller skal lassoen strammes så den ikke er borti bakken.
* Dommer løfter opp hånda.

**Lassokastingen er ikke godkjent når:**

* Deltakeren mister lassoen under lassokastet.
* Lassoen er festet til kroppen/ kroppsdeler.
* Lassoen tar i et annet horn, (horn ved siden av, kantstolpe).
* Lassoen faller ned mellom lassokasteren og hornet.
* Hvis lassokasteren med beinet, skien eller armen går over lengdemerket.
* Dommer vinker utover/ markerer bom.

**Tidsberegning**

* Langrennstid, hvor lang tid man bruker
* Lassokasting – hver bom medfører tilleggstid på grunnlag av § 3-36
* Beste resultat har den som har best tid: (langsrennstid + tilleggstid lassokasting ) (langsrennstid + tilleggstid lassokasting)