

Informasjon - Klubbmesterskap i terrengløp på Skullerud idrettsanlegg lørdag 24. oktober 2020

Velkommen til årets klubbmesterskap!

Henting av startnummer :

Maks 40 minutter før man skal starte.

Smittevern:

Alle deltakere er automatisk registrert

ALLE foreldre / foresatte som skal ned på stadion må registrere seg via mobiltelefonen og en QR-kode evt. på et registreringsskjema ved oppmerket plass på stadion. Maks en foreldre/foresatte pr. barn får komme ned på stadion. Men, mange muligheter til å heie hvis man går ut via Vannverksveien eller bak Skullerudstua.

Alle trenere som ønsker å støtte deltakerne kan bli med inn på stadion, men må registrere seg som nevnt under foreldre/foresatte.

Premieutdeling:

Alle får premie når de går i mål, «selvbetjening». De som blir klubbmestere blir ropt opp i etterkant når resultatlisten er klar og får sin klubbmesterskapspokal som de «bytter» med den de fikk når de passerte mål.

Drikke:

Det blir ikke servert løperdrikke etter målplassering **så husk å ta med drikke selv!**

Starttiden er første løper i hver klasse. Det er enkeltstart.

<u>Klasse</u>	<u>Starttid</u>	<u>Km</u>	<u>Antall runder</u>
Menn senior	Kl. 09.00	10 km	5 runder
Gutter 19-20 år	Kl. 09.02	10 km	5 runder
Gutter 18 år	Kl. 09.05	10 km	5 runder
Gutter 17 år	Kl. 09.06	10 km	5 runder
Jenter 19-20 år	Kl. 09.10	8 km	4 runder
Jenter 18 år	Kl. 09.12	8 km	4 runder
Jenter 17 år	Kl. 09.13	8 km	4 runder
Menn veteran 34-49 år	Kl. 09.15	10 km	5 runder
Menn veteran 50+	Kl. 09.16	10 km	5 runder
Kvinner veteran 50+	Kl. 09.18	6 km	3 runder
Gutter 16 år	Kl. 09.20	6 km	3 runder
Gutter 15 år	Kl. 09.22	6 km	3 runder
Jenter 16 år	Kl. 09.25	6 km	3 runder
Jenter 15 år	Kl. 09.27	6 km	3 runder
Gutter 14 år	Kl. 09.30	4 km	2 runder
Jenter 14 år	Kl. 09.33	4 km	2 runder
Gutter 13 år	Kl. 09.35	4 km	2 runder
Jenter 13 år	Kl. 09.38	4 km	2 runder

Pause i arrangementet på ca 1 time fra sistemann i pulje en går i mål

<u>Klasse</u>	<u>Starttid</u>	<u>Km</u>	<u>Antall runder</u>
Gutter 12 år	Kl. 11.00	2 km	1 runde
Jenter 12 år	Kl. 11.03	2 km	1 runde
Gutter 11 år	Kl. 11.06	2 km	1 runde
Jenter 11 år	Kl. 11.08	2 km	1 runde
Gutter 10 år	Kl. 11.10	2 km	1 runde
Jenter 10 år	Kl. 11.12	2 km	1 runde
Gutter 9 år	Kl. 11.15	1 km	1 runde
Jenter 9 år	Kl. 11.17	1 km	1 runde
Gutter 8 år	Kl. 11.20	1 km	1 runde
Jenter 8 år	Kl. 11.26	1 km	1 runde
Gutter 7 år	Kl. 11.28	1 km	1 runde
Jenter 7 år	Kl. 11.29	1 km	1 runde
Søskenklassen	Kl. 11.40	500 m	1 runde

Når man er ferdig med å løpe og har mottatt premien sin så ber vi om at alle forlater stadion så raskt som mulig.

Vi ønsker alle lykke til på årets klubbmesterskap.

Dette blir en «første» test for de aller fleste på hvordan arrangementene kommer til å bli gjennomført denne vinteren.



Med vennlig hilsen

Barbro Tomter Dahlen
Arrangementsleder