

Klubbrenn mandag 10. januar – Skullerud idrettsanlegg

Langrennsgruppa i Rustad IL ønsker hjertelig velkommen til klubbrenn nr. 1 i 2022.

Grunnet strenge smittevernregler i konkurranser så vil årets utgave av det første klubbrennet bli noe annerledes enn opprinnelig tenkt.

Årets første klubbrenn er for medlemmer fra 7-16 år. Pga av smittevernrestriksjoner må Junior- og seniorløpere gå distanserenn på slutten av klubbrennet.

Rennet går i friteknikk (skøyting), men det vil bli satt et spor i venstre kant av løypa.

For å få en fin flyt i arrangementet og ikke for mange på arenaen og parkeringsarealene samtidig (maks 100) så ber vi om at alle følger informasjonen som blir gitt her.

Grupper	Kohort	Parkering	Startnummer
2015	1	Skullerud idrettsanlegg	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
2014	1	Skullerud idrettsanlegg	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
2013	2	Skullerud skole	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
2012	2	Skullerud skole	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
2011	3	Skullerud idrettsanlegg	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
2010	3	Skullerud idrettsanlegg	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
2009	3	Skullerud idrettsanlegg	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
2008	3	Skullerud idrettsanlegg	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
15-16 år	4	Skullerud skole	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
Junior	4	Skullerud skole	Hentes ved gruppeskilt på arenaen
Senior	4	Skullerud skole	Hentes ved gruppeskilt på arenaen

Oppmennene og / eller trenerne i hver aldersgruppe deler ut startnummer ved årsklasseskiltet som er satt opp i arenaen.!

Oppmenn og trenere møter opp 35 minutter før starten går for den enkelte treningsgruppe.

Deltakerne møter opp maks 30 minutter før starttidspunktet for sin klasse.

Foreldre kan følge de yngste barna ned til årsklasseskiltet og hjelpe til med å sette på startnummeret. Når det er gjort må alle foreldre gå ut av arenaområdet.

Trenerne i den enkelte gruppe bidrar med oppvarming og følger barna til start, samt tar de imot i målområdet og følger de til årsklasseskiltet igjen. Der kan foreldrene hente barna rett etter at de har gått i mål.

Smittevernregler:

- **Alle voksne** som følger barna inn på arenaområdet skal ha på munnbind.
- **Alle**, også deltakerne må kunne holde 1 meters avstand
- Ingen utdeling av drikke etter målplassering
- Resultatlistene vil ikke bli hengt opp, mulig å følge tidene live, se link på hjemmesiden
- **Alle** forlater arenaen så fort som mulig etter at man har gått i mål.

HUSK:

Ta vare på startnummeret ditt, det skal brukes i alle klubbarrangementer i 2022.