

Sjusjøcup 4 - Tolga-sprinten 2010, **søndag 14.2.2010**

Tolga I.L. innbyr til kretsrenn i langrenn, sprint, fristil. Dette rennet vil også fungere som generalprøve for NM på Tolga 26-28.3.2010. [NM Tolga 2010](#)

Sted: Sæthersgård Stadion, Tolga. Skiltes fra rv. 30.

Påmeldingsfrist: Onsdag 10.februar 2010. [Online](#) eller e-post til [Ingar Brennmoen](#).

Påmeldingslister legges ut på [tolgaski.no](#) torsdag 11.2.2010 og startlister fredag 12.2.2010.

Ved etteranmelding kreves dobbel startkontingent (gjelder ikke 12 år og yngre).
Løpere er pliktig til å ha lisens fra den datoen de fyller 13 år. Det er løperens eget ansvar å ha løst lisens. For løpere som ikke har lisens er det anledning å løse engangslisens på kr.40,- på løpsdagen.

Siste frist for etteranmelding er renndagen kl. 11:00.

Startkontingent kreves inn i etterkant.

Startkontingent: Jenter/gutter 8-16 år	kr 90.-
Jenter/gutter 17-20 år	kr 105.-
Senior	kr 120.-

Premiering: 100 % premiering alle klasser.

Klasser og distanser: Alle går prolog og finaler.

Kl. 11.00 Lagledermøte – Sætershallen.

Kl. 12.00 Prolog starter – sonerenn G10 først.

Lengder:

800 m klasse 8, 9 og 10 år. Profil mangler. Prøv løypa før rennet.

1000 m klasse 11 og 12 år. Profil mangler. Prøv løypa før rennet.

1345 m klasse 13 til 16 år ([Profil nedre sprint](#))

1650 m 17- år og oppover ([Profil øvre sprint](#))

Ca. 13.30 Finalene starter. Ingen tidtaking i finalene.

Detaljert oppsett blir å finne på resultattavler på stadion.

G&J 8-10 år går klassevise finaler delt etter størrelse. Ikke rangerte i A, B, C osv.

Fra klasse 11 år vil tiden i prologen avgjøre finaleheat. 6 stk. i hver finale.

Arrangøren forbeholder seg retten til å slå sammen klasser med få deltagere.

Informasjon: Trond Vilhelm Lund, 72413505, 99107731

Dusj/garderobe/restaurant og premieutdeling: I Sætershallen

Vel møtt til Tolga-sprinten 2010