



Trøsken-crossen

KM Langrennscross (klasse 13 år – 19/20 år) – Kretsrenn (øvrige klasser)

Lørdag 28. januar 2012 ved Harehjellhytta

Trøsken-crossen er et fristil renn med flere innlagte cross-elementer. Langrennsdelen av løypa vil variere fra 500 meter til i overkant av 1.500 meter.

Arena	Harehjellhytta, Trøsken (se vår hjemmeside: www.trosken.com for veibeskrivelse)
Start	Første start kl. 11.00
Påmelding	Online påmelding, følg link i terminliste (www.skiforbundet.no) innen 25. januar 2012, kl. 23.59. Påmelding mottatt etter dette regnes som etteranmeldelse med dobbel startkontingent – fra og med klasse 13 år. Etteranmelding: Senest kl. 09.30 på renndagen.
Startnummer	Klubbvis utdeling fra kl 09.00 på rennkantor – Harehjellhytta.
Startkontingent	Etter NSF's satser. Klubber faktureres samlet etter rennet. Kr 100,- (G/J9-16år) kr 115,- (Junior 17-20 år) kr 130 (Senior/veteran).
Lisens	NSF's obligatoriske skiforsikring må være betalt for løpere som har fylt 13 år. Evt må engangslisens betales på renndagen til arrangør.
Premiering	Etter NSF's regler. Full premiering t.o.m 14 år, 50 % premiering 15-16 år, øvrige klasser 1/3 premiering.
Garderobe/dusj	Det er garderobe og dusjmuligheter på Harehjellhytta
Kafe / servering	Harehjellhytta er åpen for servering
Parkering	v/Harehjellhytta, P-avgift kr 50,- inkl startlister
Rennleder	Erland Ensrud (mob 901 72 974)

Oppdatert informasjon (inkl startlister og resultatlister) om rennet: www.trosken.com

"Langrennscross er en flott øvelse som utfordrer hele skiløperen. Du får vist fram teknikken din på flere områder og den kombinerer fart, styrke og smidighet. Langrennscross er moro for skiløpere i alle aldre og en flott publikumsøvelse."

