

INVITASJON TIL DET FJERDE OPNE VAKSDALS- MEISTERSKAP I LANGRENN, FRI TEKNIKK

PÅ NESHEIM, EKSINGEDALEN SØNDAG 18. MARS 2018
KL. 12.00

Rennet går i fri teknikk. Det blir også køyrt klassisk-spor.
Tidspunkt: søndag 18. mars klokka 12.00 på Nesheim

Det blir konkurrert i:

- vanlege klassar, gutar og jenter, kvinner og menn
- trim kvinner og menn
- miksklasse alle aldrar: For alle som vil gå utan tidtaking, med valfri løypelengd. Du går i mål når du synes du har gått langt nok.



Påmeldingsfrist: fredag 16. mars kl. 20.00

Startkontingent: kr. 50,- for barn, kr. 100,- for voksne

Påmelding til magnanes@online.no / 97588303

Kontingent kan betalast til kontonr. 3480.16.50734, merk då betaling med «VM friteknikk»

Påmelding etter frist mot ei ekstraavgift på kr. 50,-

Løypelengder: (J = jenter, G = gutar)

| Aldersklasse | Løypelengde |
|--|-------------------|
| J og G under 7 år | 0,5 km |
| J 7, G7, J8, G8 | 1 km |
| J9, G9, J10, G10, J11, G11 | 2 km |
| J12, G12, J13, G13, J14, G14, J 15, J 16 | 3 km |
| G15, G16 | 5 km |
| Trim damer | 3 km |
| Trim menn | 4 km |
| Junior jenter 17-19 år | 4 km |
| Junior menn 17-19 år | 10 km |
| Senior damer | 5 km |
| Senior menn | 10 km |
| Mixklasse | Valfri løypelengd |

Det blir premieutdeling og kiosk på Nesheim etter rennet.

Eksingedalen IL

Anna Bergo, leiar

Magnar Nese, leiar skigruppa