



**IL FORSØK  
TANA**



# **INNBYDELSE**

til

**NORD-NORSK MESTERSKAP PÅ  
SKI 2010**

**langrenn**

**19. - 21. mars 2010**

**Seida i Tana**



**IL FORSØK**

**9845 TANA**

[www.forsok.no](http://www.forsok.no)



## Innhold

Side	Tekst
3	Innledning, arena
4	Rennprogram
5	Reglement
6	Innkvartering
7	Beverting og garderober
8	Rennkontor, Internett og påmelding
9	Startkontigent, startnummer og startbrikke
10	Smøreboder, løypekart, lagledermøter og premieutdeling
11	Vedlegg
	1. Bestillingsliste



**IL FORSØK**

**9845 TANA**

[www.forsok.no](http://www.forsok.no)



## Innledning

IL Forsøk ønsker alle velkommen til Nord-Norsk Mesterskap (NNM) i langrenn 19 - 21. mars 2010.

Nord-Norsk mesterskap er et åpent mesterskap, men bare utøvere som representerer en Nord-Norsk klubb kan kåres til Nord-Norsk Mester.

Vi ønsker alle skivenner fra hele Nord-Norge hjertelig velkommen, og håper alle får fine og minnerike dager i Tana.

Vennlig hilsen

NNM komiteen  
IL Forsøk



### **Arena:**

Arrangementet avholdes ved Seida skistadion (Østre Seida), ca 4 km nord for Tana bru sentrum

- se eget stadionkart på klubbens hjemmeside:  
[www.forsok.no](http://www.forsok.no)





**IL FORSØK**

**9845 TANA**

www.forsok.no



## Rennprogram

**Torsdag 18. mars:**

Offisiell trening i løyper i Seida: kl. 12:00 – 20:00

**Fredag 19. mars, lørdag 20. mars og søndag 21. mars:**

Klasse:	Fredag 19. mars FRI TEKNIKK	Lørdag 20. mars KLASSISK FELLESSTART	Søndag 21. mars STAFETT
13 år jenter	2km	4 km	<b>Klasse 13-16 år: 3x3 km (K-K-F), max alder 45 år</b>
13 år gutter	2km	4 km	
14 år jenter	2km	4 km	
14 år gutter	2km	4 km	
15 år jenter	3km	5 km	
15 år gutter	3km	7,5 km	
16 år jenter	3km	7,5 km	
16 år gutter	3km	7,5 km	
17 år kvinner	5km	10 km	<b>Sprintstafett 2x3x1,5 km En klasse for junior damer og en klasse for junior herrer Fri teknikk</b>
17 år gutter	5km	15 km	
18 år kvinner	5km	10 km	
18 år gutter	5km	15 km	
19/20 år kvinner	5km	15 km	
19/20 år gutter	5km	20 km	
Senior kvinner	5km	15 km	<b>Sprintstafett 2x3x1,5 km Fri teknikk</b>
Senior menn	10 km	30 km	
Veteran kvinner	3 km	10 km	
Veteran menn	5 km	20 km	

### Merknader:

Mix-lag stafett langrenn gutter og jenter (max 45 år) kan delta. Disse starter bak klubblagene. Lag som trekker seg fra stafetten kan overføres til mix-lag uten å betale ny startkontingent. Mix-lag må betale startkontingent, og premieres i egen klasse. (Kan ikke bli nord-norske mestere).

Seeding basert på resultat NNM 2009, alle 1.lag blir imidlertid prioritert før beste 2.lag.

Jenter kan gå på guttelag i stafett.

Starttidene legges ut på klubbens hjemmeside når dette er avklart.



**IL FORSØK**

**9845 TANA**

www.forsok.no



## Innkvartering

	Overnattingssteder	Kapasitet	Avstand fra Seida (skistadion)
1	Seida skole (v/ skistadion)	200 (250)	0
2	Deanu sàmeskuvlla, Tana bru sentrum	100	6
3	Miljøbygget, Tana bru sentrum	60	5
4	Menighetshuset, Tanabru sentrum	30	6
5	Flerbrukshallen, Tana bru sentrum	50	5
6	Diddi barnehage, Tana bru entrum v/ May Britt Tobiassen	20	5
7	Tana Montessoriskole	30 (40)	1
8	Skiippagurra bygdehus v/ May Britt Tobiassen	20	8
9	Jorunn Erlandsen (enebolig)	6- 8 pers.	2
10	Holmfjell grendehus	20	18
11	Boftsa skole	100	25
12	Samfunnshuset Varangerbotn	?	21
13	Menighetshuset Varangerbotn v/ Astri Maja	?	16
14	Nuorgam Camping	?	20
15	Polmakmoen gjestegård	40	15
16	Tanabredden Opplevelser, Polmak Hytter/ hybelleiligheter	8-11 pers.	22
17	Skipagurra Familiecamp	76	8
18	Hotell Tana	43	5
19	Storfossen camping	30	30
20	Ildtoppen Austertana	30	40
21	Meskelvneset v/ Atle Larsen	10	20

### Merknad:

De som vil bo på overnattingssteder nr 1 til og med nr 13 bestiller dette via

- Tlf 455 17 791 – Else-Marie Seim
- Mail : else.marie.seim@tana.kommune.no

De som vil bo i Finland på Nuorgam Camping må selv betale overnattinga der, vi formidler kontakt med eventuelle lag og utleier.



**IL FORSØK**

**9845 TANA**

[www.forsok.no](http://www.forsok.no)



De andre overnattingsstedene må kontaktes direkte av lagene hvis de ønsker å bo der.

Arrangøren vurderer muligheten for innleie og videre utlån av flatsenger for overnattingssteder 1-13. Pris er ikke fastsatt.

Overnatting for disse fra torsdag - søndag er kr 130,-/ døgn.

## Beverting

Under hele mesterskapet serveres det om ønskelig frokost m/ mulighet for smøring av lunsjpakke. I tillegg serveres middag og kveldsmåltid.

Frokost m/ lunsjpakke og kveldsmat serveres der folk bor.

Det serveres middag fredag og laurdag på Seida skole.

Kiosk og kafè finnes i klubbhuset, teltkiosken og salgsboden ved stadion. På idrettshallen er det kafè på lørdag.

Det utleveres klippekort for måltidene.

### Priser:

- frokost med matpakke	kr	75,-
- middag	"	120,-
- kveldsmåltid	"	60,-

Ved bestilling av full pensjon (overnatting og beverting) torsdag – søndag er prisen kr 1.000,- / person.

## Garderober

Garderoberne på Seida skole og Tana Flerbrukshall er åpen torsdag 18. mars kl 15.00 – 20.00, fredag 19.- og lørdag 20. mars fra kl 9.00 -18.00 og søndag 21. mars fra 08.00 -14.00.

De som bor på andre skoler etc. anmodes om å benytte garderobeanleggene der.



**IL FORSØK**

**9845 TANA**

[www.forsok.no](http://www.forsok.no)



## Rennkontor

Rennkontoret vil være i 1.etasje på Seida skole. Se stadionkart.

Åpningstider:

Torsdag 18.mars kl. 17.00 – 21.00

Fredag 19.mars kl. 08.30 – 16.00/ 19.00 – 21.00

Lørdag 20.mars kl. 08.30 – 16.00

Søndag 21.mars kl. 07.30 – 14.00

## Internett

All info vil fortløpende bli lagt ut på klubbens hjemmeside. Dette gjelder spesielt **påmeldingslister**, **kontingentlister**, startlister og resultatlister.

Klubbens hjemmeside er: [www.forsok.no](http://www.forsok.no)

## Påmelding

On-line påmelding via terminlisten på skiforbundet sin hjemmeside.

Påmeldingsfrist er satt til kl 2359 tirsdag 9. mars 2010. Merk at man må melde på utøvere til begge dagers individuelle konkurranser.

Påmelding av klubbvise stafettlag til stafetten gjøres via egen link på [www.forsok.no](http://www.forsok.no) innen samme tidsfrist som individuelt, kl 2359 tirsdag 9. mars. (Palisoft). Siste frist for navn på etappene er lørdag 20.mars kl 1600. Husk brikkenummer på hver løper.

På skihuset vil det være tilgjengelig PC til klubber for oppdatering av lagoppstillinger, trådløst nettverk er også tilgjengelig her.

Etteranmelding, både individuelt og stafett, mottas inntil fredag 12.mars kl 2359 (elektronisk). Ved etteranmelding beregnes dobbel startkontingent.

Kontingent- og påmeldingslister legges ut på nett etter begge påmeldingsfrister er passert.



**IL FORSØK**

**9845 TANA**

[www.forsok.no](http://www.forsok.no)



## Startkontingent

### Individuelle øvelser:

Jenter/gutter: kr. 90,-  
Junior: kr. 105,-  
Senior: kr. 120,-

### Stafett:

Jenter/gutter: kr. 270,- pr. 3-mannslag  
Junior: kr. 240,- pr. 2-mannslag  
Senior: kr. 240,- pr. 2-mannslag

Kontingenten betales klubbvis til:

IL Forsøk NNM 2010, Seida, 9845 Tana,  
Bankkonto 4930 12 81950 innen 11. mars 2010. Merkes "Påmelding" og lagets navn.

Klubbene er ansvarlige for at løperne har betalt startlisens.  
Startkontingenten refunderes ikke for påmeldte løpere som ikke starter.  
Ved etteranmeldelse (etter at online påmelding er lukket 9.mars kl 2359) betales dobbel startkontingent, både for individuelt og stafett. Siste frist for etteranmelding er fredag 12.mars kl 2359.

## Startnummer

Disse avhentes klubbvis på rennkantoret. For første renn deles disse ut på første lagledermøte.

Ikke tilbakeleverte startnummer faktureres med kr. 300,-.

Utlevering av startnummer for stafett blir under premieutdelingen i Tana flerbrukshall.

## Startbrikker

For de som ikke har brikker MÅ disse leies for kr. 25,-/øvelse.

Brikker som ikke blir levert tilbake, faktureres med kr. 500,-.

Brikkeleie individuelt kommer på faktura sammen med startkontingenten (kontingentrapporten), mens brikkeleie stafett betales kontant ved henting av startnummer.

For de som er registrert med brikke, men av grunner må leie, belastes utøver kr 50,-/øvelse.

Ingen starter uten brikke, ved leie på startstrek belastes utøver kr 100,-.



**IL FORSØK**

**9845 TANA**

[www.forsok.no](http://www.forsok.no)



## Smøreboder

Smøretelt finnes til utleie på Seida skistadion.

Smøreteltene er oppvarmet og utstyrt med lys og nødvendig stikk.

Disse er tilgjengelig fra torsdag 18. mars kl. 12.00.

Leiepris: smøretelt á 10 m<sup>2</sup>:           kr. 3.000,-/ stk.

Bestilling av smøreboder gjøres på vår hjemmeside; [www.forsok.no](http://www.forsok.no)

Frist for bestilling er satt til 1. mars 2009.

Innbetales til: IL Forsøk NNM 2010, Seida, 9845 Tana,

Bankkonto 4930 12 81950 innen 9. mars 2010.

Merkes "Smøreboder" og klubbens/kretsens navn.

## Løypekart

Løypekart, løypeprofiler og arenakart legges ut på vår hjemmeside.

## Lagledermøter

Gjennomføres i klubbhuset på skistadion til følgende tidspunkt:

Torsdag   18. mars kl. 20.00

Fredag    19. mars kl. 20.00

Lørdag    20. mars kl. 17.00

## Premieutdeling

Lørdag 20. mars kl. 18.00 i Tana Flerbrukshall for øvelsene fredag og lørdag. Søndag gjennomføres premieutdelingen på stadion etter hver øvelse.





**IL FORSØK**  
**9845 TANA**  
www.forsok.no



Vedlegg 1

## Bestillingsliste

Bestillingslista fylles ut, signeres og sendes på e-mail til:  
else.marie.seim@tana.kommune.no

Lag:	
Adresse:	
Kontaktperson:	
Mobiltelefon:	
Underskrift:	

Beskrivelse	Enhetspris	Antall (dager)	Antall personer	Sum
Smørebod	3.000,-/ stk			
Frokost m/ lunsjpakke	75,-/ pers.			
Middag	120,- / pers.			
Kvelds	60,- / pers.			
Overnatting	130,- / dag			
Flatseng	..... / stk.			
Full pensjon (tors-søn)	1000,- / pers.			

### Merknader:

*Frokost m/ lunsjpakke og middag serveres ikke torsdag.  
Middag og kveldsmåltid serveres ikke søndag.*