

Påmelding til skirenn for Rustad IL, langrennsgruppa 2011/2012  
Gruppe 12 år (født 2000)

Navn: \_\_\_\_\_ Fødselsdato /år: \_\_\_\_\_ Tlf: \_\_\_\_\_

E-post: \_\_\_\_\_

Dato:	Renn:	Sted:	Stilart:	Jenter	Gutter	Merknader:	Kryss:
8.1	Lauritz Bergendahl	Sørkedalen	Kl	2 km	2 km		
<b>9.1</b>	<b>Klubbrenn</b>	<b>Rustad Skistadion</b>	<b>Kl</b>	<b>1,5 km</b>	<b>1,5 km</b>	<b>Alle bør delta</b>	<b>X*</b>
14.1	KM	Holmenkollen	Kl	2 km	2 km		
15.1	KM	Holmenkollen	Fri	2 km	2 km		
21.1	Oslo Skifestival	Holmenkollen	Fri	2 km	2 km		
22.1	Oslo Skifestival	Holmenkollen	Kl	3x1,5 km	3x1,5 km	Mixstafett 11-12 år	
28.1	KM sprint	Lillomarka skipark	Kl	Sprint	Sprint	Arrangeres i "steinbruddet"	
4.2	Rossignolrennet	Lillomarka skipark	Kl	1 km	1 km	Arrangeres i "steinbruddet"	
<b>5.2</b>	<b>Rustad-stafetten</b>	<b>Rustad Skistadion</b>	<b>Kl (stafett)</b>	<b>3x1,5 km</b>	<b>3x1,5 km</b>	<b>Alle bør delta</b>	
11.2	Kollmila	Hemingseter-Kringsjø	Fri	5 km	5 km		
12.2	Njårdrennet	Holmenkollen	Fri	2 km	2 km		
<b>15.2</b>	<b>Klubbrenn</b>	<b>Rustad Skistadion</b>	<b>Fri</b>	<b>1,5 km</b>	<b>1,5 km</b>	<b>Alle bør delta</b>	<b>X*</b>
4.3	Oslo Sprint	Sognsvann Snøpark	Fri	Sprint	Sprint		
<b>11.3</b>	<b>Barnas Skidag i Østmarka</b>	<b>Rustad Skistadion</b>	<b>Kl</b>	<b>2 km</b>	<b>2 km</b>	<b>Se egen invitasjon gjennom skole / barnehage / langrennsgruppa. Startkont. må dekkes av den enkelte.</b>	
20.3	Hemingstafetten	Holmenkollen	Kl/fri			Mix-stafett 11 år o.e.	
21.3	Hemingrennet	Holmenkollen	Kl	2 km	2 km		
<b>25.3</b>	<b>Klubbmesterskap</b>	<b>Rustad Skistadion</b>	<b>Kl</b>	<b>2 km</b>	<b>2 km</b>	<b>Alle bør delta</b>	
<b>28.3</b>	<b>Klubbrenn</b>	<b>Rustad Skistadion</b>	<b>Fri</b>	<b>1,5 km</b>	<b>1,5 km</b>	<b>Alle bør delta</b>	<b>X*</b>
14.4	Bakkesprinten	Kirkerudbakken	Fri	Sprint	Sprint	Sesongavslutningstur	

X\* Alle blir påmeldt til klubbrennene

### Hei alle sammen !

Vi håper at dere alle tar del i arrangementene som er nevnt over. Vi vil presisere at her er det viktigst å delta. Skirenn er ikke så alvorlig som mange tror. Vi går skirenn, men både før og etterpå har vi det gøy. Du blir kjent også med mange nye klubbvenner og venninner for når vi er på skirenn har vi litt bedre tid til å prate og leke.

Hvis noen etter å ha levert skirennlista, finner ut at de vil gå flere skirenn eller melde seg av, må dette meldes til oppmann senest 10 dager før rennet går. Hvis påmelding skjer senere enn dette, må hver enkelt betale etteranmeldingen selv (kr.100,-). Selv om det er dårlig med snø i midten av desember, send allikevel skirennlista inn. Vi regulerer påmeldingene etter snøforholdene. Se for øvrig pkt. 6.1 i "Retningslinjer" for Langrennsgruppa 2011-2012 for dekning av startkontingenter.

Oppmann vil normalt ha nærmere opplysninger om starttider (klassevis) tre dager før renndagen. Se også linker på vår hjemmeside ([www.rustad-idrettslag.no/langrenn](http://www.rustad-idrettslag.no/langrenn)) til rennarrangøren for nærmere informasjon.

Det er løperens og foreldrenes ansvar å sjekke starttider o.l. Ta gjerne kontakt med din oppmann hvis det er noe du lurer på Kryss av for de renn du ønsker å gå, og lever lista til din oppmann **innen 20. Desember 2011 !**

**Husk å ta kopi av lista til eget bruk !!!**

**Oppmann 12 år:**

**Jens Christian Riege, Welding Olsens vei 46, 0694 Oslo**

**Tlf: 97 56 92 51**

**E-post : [jenschr@live.no](mailto:jenschr@live.no)**