

Påmelding til skirenn for Rustad IL, langrennsgruppa 2011/2012

Gruppe senior

Navn: _____ Fødselsdato/år: _____ Tlf: _____ Mobil: _____

E-post: _____

Dato:	Renn:	Sted:	Stilart:	Jenter	Gutter	Merknader:	Kryss:
17.12	Lygnaseterrennet	Lygna	Fri	5 km	10 km	Påmeld. Frist 13.12	
26.12	Åsenrennet	Nannestad	Kl	5 km	10 km	Påmeld. Frist 17.12	
28.12	Romjulsrennet	Hurdal	Fri	5 km	10 km		
30.12	Ringkollstafetten	Ringkollen	Kl / Fri/ fri	3x5 km	3x5 km		
8.1	Lauritz Bergendahl	Sørkedalen	Kl	5 km	10 km		
9.1	Klubbrenn	Rustad skistadion	Kl	3 km	5 km		X*
14.1	KM	Holmenkollen	Kl	5 km	10 km		
15.1	KM		Fri	10 km	10 km		
20.1	NC-cup Sen. 1	Nes	Fri	10 km	15 km	Uttak av klubb	
21.1	NC-cup Sen. 2		Kl	Sprint	Sprint	Skandinavisk cup	
22.1	Oslo Skifestival	Holmenkollen	Pursuit	3+3 km	6+6 km		
28.1	KM i sprint	Lillomarka skipark	Kl	Sprint	Sprint		
26.1	NM NC-cup Sen. 3	Voss	Fri	10 km	15 km	Uttak av klubb Deltakerbegrensning FIS-poeng	
27.1	NM NC-cup Sen. 4		Kl	Sprint	Sprint		
28.1	NM NC-cup Sen. 5		Pursuit	7,5+7,5 km	15+15 km		
29.1	NM Stafett		Kl/Kl/Fri	3x5 km	3x10 km		
3.2	NC-cup Sen. 6	Strindheim	Fri	Sprint	Sprint	Uttak av klubb U-23-NM	
4.2	NC-cup Sen. 7		Fri	7,5 km/10 km	10 km/15 km		
5.2	NC-cup Sen. 8		Kl	5 km	10 km		
4.2	Rosignolrennet	Lillomarka skipark	Kl (fellesstart)	5 km	7,5 km		
4.2	Østmarksrunden	Rustad skistadion	Kl	30 km	30 km	Turrenn	
5.2	KM - Rustad-stafetten	Rustad skistadion	Kl(stafett)	3x5 km	3x5 km		
11.2	Kollmila	Hemingseter-Kringsjø	Fri	10 km	10 km	Fellesstart	
15.2	Klubbrenn	Rustad skistadion	Fri	3 km	5 km		X*
25.2	NC-cup Sen. 9	Gålå	Kl	Sprint	Sprint		
26.2	NC-cup Sen. 10		Kl	10 km	15 km		
27.2	NC-cup Sen. 11		Pursuit	Bakkeløp	Bakkeløp		
26.2	Staviåssprinten	Eidsvold Værk	Fri	10 km	10 km		
4.3	Oslo Sprint (KM)	Sognsvann Snøpark	Fri	Sprint	Sprint		
7.3	Rustad-sprinten	Rustad skistadion	Fri	Sprint	Sprint	Sprintstafett	
18.3	Birkebeinerrennet	Rena - Lillehammer	Kl	54 km	54 km	Meld på selv !!!!	
20.3	Hemingstafetten	Holmenkollen	Kl / Fri			Mix stafett 11 år o.e.	
25.3	Klubbmesterskap	Rustad skistadion	Kl/ Fri	Skiathlon	Skiathlon		
28.3	Klubbrenn	Rustad skistadion	Fri	3 km	5 km		X*
30.3	NM Sprintstafett	Fauske	Fri	Sprintstafett	Sprintstafett	Uttak av klubb	
31.3	NM del II NC-cup Sen. 12		Kl fellesstart	30 km	50 km		
14.4	Bakkesprinten	Kirkerudbakken	Fri	Sprint	Sprint	Sesongavslutningstur	

X* - Markerer at alle blir påmeldt til klubbrennene.

All etteranmelding må betales av den enkelte (dobbel startkontingent kr.240,-). Se forøvrig "retningslinjer" for 2011/2012.

Innbydelser og andre opplysninger om de ulike rennene (f.eks. starttider, flytting mm) vil bli gjort kjent via e-post

Det kan være noen feil på hvor langt dere skal gå, da det er vanskelig å lese dette ut av terminlistene. Se derfor linker på vår hjemmeside (www.rustad-idrettslag.no/langrenn) til rennarrangøren for nærmere informasjon når rennet nærmer seg.

Kryss av for de renn du ønsker å gå, og lever lista til din oppmann **innen 12. desember 2011!**

Husk å ta kopi av lista for eget bruk.

Erik Gløersen, Olav Nygards vei 112, 0688 Oslo,

Tlf. 22 27 43 92, Mobil: 98 25 50 19

E-post : erik.gloersen@broadpark.no; erik.gloersen@vav.oslo.kommune.no (send til begge adresser dersom det er noe som haster).