



NORGES  
SKISKYTTER  
FORBUND

PM

## LM Øst skiskyting 2019 Normal lørdag 9. februar

Folldal IF ønsker løpere og ledere velkommen til LM Øst, Normal i Stormoegga Skiarena.

- Rennkontor:** I Stormoegga. Betjent fra kl. 09.00.  
**Startnummer:** Hentes lagvis senest en time før start. Sikkerhetsnåler i lags-posen. Lårnummer skal brukes på begge lår av alle over 16 år.  
**Fest startnumrene godt med sikkerhetsnåler både foran og bak!**  
**Innskyting:** Fra kl. 10.15 til kl. 11.45.  
**Innskyttingsskiver:** Se oppslag ved standplass.  
**Løyper:** Sløyfer på 1 km, 1,5 km, 2,0 km, 2,5 km, 3,0 km og 4,0 km.  
**Klasser/distanser:** Normal, 13 år og eldre. Årsklasser.

Gutter og jenter 13 og 14	1,5 km- 1,0 km- 1,5 km	Liggende- liggende
Jenter 15 og 16	2,0 km- 2,0 km- 2,0 km	Liggende- liggende
Gutter 15 og 16	2,5 km- 2,5 km- 2,5 km	Liggende- liggende
Kvinner K17-18-19	2,0 km x 5	Ligg-stå-ligg-stå
Kvinner K20-21	2,5 km x 5	Ligg-stå-ligg-stå
Kvinner senior	3,0 km x 5	Ligg-stå-ligg-stå
Menn M17-18-19	2,5 km x 5	Ligg-stå-ligg-stå
Menn 20-21	3,0 km x 5	Ligg-stå-ligg-stå
Menn senior	4,0 km x 5	Ligg-stå-ligg-stå

Løperne er selv ansvarlig for å gå riktige løyper.

- Start:** Første start kl. 12.00.  
**Brikker:** Det brukes elektroniske tidtakerbrikker. Brikker kan leies for de som ikke har egen, avgift kr 50 pr konkurranse. Løpere som stiller til start uten brikke får tildelt brikke og belastes med kr 200,-.  
**Skyting:** Se eget oppsett for skiveinndeling i lagsposen. Nummerlapper festes godt synlig foran på våpenet for alle u/17 år.  
**Avtrekkskontroll:** Alle våpen skal kontrolleres før innskyting. Avtrekkskontroll åpner kl 09.30.  
**Våpenkontroll:** Etter innskyting, før start og etter innkomst.  
**Lisens:** Lagledere er ansvarlig for at lisens er betalt.  
**Tidstillegg pr bom:** G/J t.o.m. 16 år- 30 sek., K/M 17-19 45 sek., K/M 20-21 og sen. 1 min  
**Dusj/garderobe:** I servicebygget på arenaen.  
**Program/parkering:** Kr. 50,-. Parkering anvises i arenaområdet. **VIPPS nr 107787.**  
**Premieutdeling:** Fortløpende i arenaen.  
**TD:** Heidi Hjemli og Geir Mikalsen  
**Jury:** TD, rennleder + laglederrepresentant.  
Laglederrepresentant velges på lagledermøte lørdag 09.02 kl 09.15.

