



BENDIT SKISKYTTER FESTIVAL KVALFOSS SPRINTEN 18-19 JAN 2014



Bendit Kvalfossprinten 2014 18. - 19. januar 2014 i Holmenkollen nasjonalanlegg



Det er med glede vi inviterer skiskytter-Norge til Bendit Kvalfossprinten 2014 i Holmenkollen nasjonalanlegg. Med BAMA som viktigste samarbeidspartner ser vi frem til å gjenta suksessen fra tidligere år. Vi ønsker alle velkommen til spennende konkurransedager i Holmenkollen!



Hei alle skiskyttervenner! Bendit-effekten ble lansert for et år siden. Konseptets mål er å få flere til å spise sunnere og øke den fysiske aktiviteten, slik at vi får overskudd og energi i hverdagen. For selv om forbruket av frukt, bær og grønnsaker heldigvis øker i Norge, er det langt igjen til målet om 5 om dagen. I gjennomsnitt spiser vi bare halvparten! Og selv om mange trener og driver idrett slik vi vil se i Kollen denne helgen, er norske 15-åringere i dag mer stillesittende enn 80-åringene! Dette vil vi bidra til å endre på. Ikke med moralske pekefinger, men ved å inspirere- både når det gjelder kosthold og aktivitet. Skiskytterfestivalen er ett av mange tiltak vi er med på for å få til dette.



Lykke til med forberedelsene - husk 5 rett ned!



I samarbeid med:



BENDIT SKISKY TTER FEST IVAL KVAL FOSS SPRIN TEN 18-19 JAN 2014



Arena

Holmenkollen nasjonalanlegg, Oslo.

Overnatting

Det er mange alternativer i Oslo. Vi har avtale med Holmenkollen Park Hotel Rica. Se nettsiden www.kvalfoss-sprinten.no for informasjon om bestilling og priser.

Parkering

Det er parkeringsplass ved hoppet, Midtstubakken og VM-huset, følg skilting og henvisninger.

Rennkontor

Arrangementshuset i Holmenkollen (ved mål) fra kl 07.30 på renndagene.
Rennsekretær: Sigrund Sundet, mobil 91 37 43 50, e-post: sigrundsundet@hotmail.com

Garderobe

Det er garderobe i Servicehuset bak skivene, med muligheter for å skifte og dusje.

Smøreboder

Smøreboder kan leies til en pris av 3 500 kr for helgen. Bestilling sendes til rennleder på e-post: btennfjord@ithacaenergy.com

Kafeteria

Det vil være salg av Bama-produkter m.m i kafeen ved målgang og i kiosk midt på tribunen. Her får du kjøpt bla. smoothies, fristende fruktbegre og grønnsaksuppe og all inntekt går til arrangørklubbene.

Øvelser

Lørdag: Sprint med to skytinger (100 meter strafferunde pr. bom)

Søndag: Normal med to skytinger (30 sekunders tillegg pr. bom)

Klasser

Inndeling årsklasser: J / G 13, 14, 15 og 16 (årgangene 2001, 2000, 1999 og 1998)

Påmelding

Kun elektronisk påmelding senest 10. januar 2014 via www.minidrett.no. Etteranmelding mot dobbel startkontingent så langt vi har kapasitet. Kontakt: Johann Rud, mobil: 48 40 16 14, e-post: jru@nbim.no

Startkontingent

Kr. 150 for alle utøvere som er påmeldt senest 10. januar 2014. Betaling ved påmelding.

Startlisens

Klubbene er ansvarlige for at påmeldte deltakere har gyldig lisens. Ta med kvittering for betalt lisens dersom betaling er gjort etter 20. desember 2013. Det er mulig å løse engangslisens på rennkantoret. Kravet om startlisens gjelder alle som er 13 år eller eldre på konkurransedagen.

Lagledermøte

Lagledermøte for alle klasser finner sted på Holmenkollen Park Hotel Rica fredag 17. januar kl. 19:30.

Startnummer

Hentes samlet for hver klubb på rennkantoret. Ikke returnerte startnumre blir fakturert aktuell klubb med kr. 300,-.

Innskyting

Klubbvis innskyting. Innskytingslister blir lagt ut på hjemmeside - www.kvalfoss-sprinten.no Første innskyting starter begge dager kl. 08.00.

Avtrekkskontroll

Alle våpen må gjennom avtrekkskontroll før innskyting. Kontrollen vil skje i undergangen til standplass fra kl. 07.30 begge dager. For utøvere som evt. mangler merke med DNB-logo på våpenet, vil slike være tilgjengelige ved avtrekkskontrollen.

Start-tider (med forbehold om justeringer)

Lørdag - sprint

Kl. 10.00 Startrekkefølge: G14, G13, J14 og J13
Kl. 14:00 Startrekkefølge: J16, J15, G16 og G15
Startintervall: 20 sekunder

Søndag - normal

Kl. 10:00 Startrekkefølge: J16, J15, G16 og G15
Kl. 13.45 Startrekkefølge: G14, G13, J14 og J13
Startintervall: 20 sekunder

Tidtaking

Tidtakerbrikker fra EMIT blir brukt. Alle utøvere kan stille med egne brikker. Det vil være mulig å teste brikker ved avtrekkskontrollen. De som ikke er registrert med egne brikker ved påmeldingsfristens utløp, må leie brikke på rennkantoret for kr. 50 pr. dag. Den som eventuelt mangler brikke ved start, kan leie brikke der for kr. 200.





Husk idrettsfruktordningen!

60 % rabatt

til alle idrettslag som kjøper frukt og grønt i dagligvarebutikken.

www.bama.no/idrettsfrukt

Resultatlistor

Uoffisielle resultatlistor med protestfrist vil bli slått opp på tavle i målområdet fortløpende. Speaker vil også informere om protestfrist. Offisielle resultatlistor blir å finne både som oppslag i målområdet, og på nettsidene kort tid etter rennslutt.

Premiering

Alle utøvere vil få sin premie ved innlevering av startnummer i målområdet. I tillegg vil det være ekstra premiering til de beste i hver klasse, samt gavepremier.

I tillegg har vi følgende premiering:

- Bendit Kvalfoss-sprintens vandrepemie går til den utøver som har best sammenlagt plass-siffer i de to rennene i hver klasse. Er det likt plass-siffer, vil utøveren med beste enkeltplassering vinne, er det fortsatt likt, vil utøveren med best sammenlagt tid vinne.
- K.G.Larsens skytepokal går til den utøver som har best sammenlagt skyteresultat av samtlige utøvere. Ved likt antall treff går jenter før gutter og yngre løpere før eldre.

Tid og sted for utdeling av premiene annonseres av speaker.

Statkraft Young Star

Bendit Kvalfoss-sprinten gjelder som kvalifisering til Statkraft Young Star for regionene Sør, Vest og Øst.

Spørsmål om rennet

Rennleder Bjørn Ståle Tennfjord, mobil: 90 50 62 63, e-post: btennfjord@ithacaenergy.com

TD

Bjarne Lund
mobil: 91 16 55 49,
e-post: bjarne.lund@rindal.kommune.no

Stein Østvik
mobil: 48 25 42 28,
e-post: stein.ostvik@gmail.com

