

SKIALPINISME

Invitasjon til Skandinavisk mesterskap singel, og Norgesmestekap lag.

Kårvatn i Todalen, lørdag 30/1 og søndag 31/1-2010

www.skialpinisme.no

Todalen Idrettslag inviterer til Skandinavisk- og Norgesmesterskap i Skialpinisme på Kårvatn.

I tillegg til Skandinavisk og NM blir det og lagt opp til skikkelige utfordringer for de som vil måle krefter med noen av Skandinavias sprekeste menn og kvinner, i egen "trimklasse".

Prøv deg mot de tøffeste opp...

Her kan du faktisk starte samtidig med de, og se om du holder tempoet opp lia, eller kanskje til og med rykker ifra... Trimklassen har heller ingen utstyrsbegrensninger.

...og ned!

Også på tur ned er det en god sjanse til å se om en klarer å holde samme fart som de med fjærlett utstyr. For de som ønsker denne utfordringen er starten på toppen av den gode, gamle fjelltelemarktrasèn, også kjent som Norges tøffeste. Men i år er den usminka...

Denne sjansen har du kun på lørdag!



Fra starten på treningskonkurransen under samlinga på Kårvatn 15-17/1.

Lørdag:

Skandinavisk - singel, samt trimklasse OPP, start kl 11.00
Trimklasse NED, må vere klar til start kl 13.30

Klasser: Dame og herrer junior (opptil og 20 år)
Dame og herrer senior

Fra starten ved Kårvatn følger løypa opp lia før den dreier opp på snaufjellet øst for Storsvaet. Fortsetter videre oppover mot Rognskogbotn, og dreier deretter østover mot topp 1040 (1). Deretter nedkjøring nordover mot vatnet for så å ta fatt på lia igjen og opp mot vestre Tydalsnebb (2). *Dette blir mål for trimklasse OPP.*

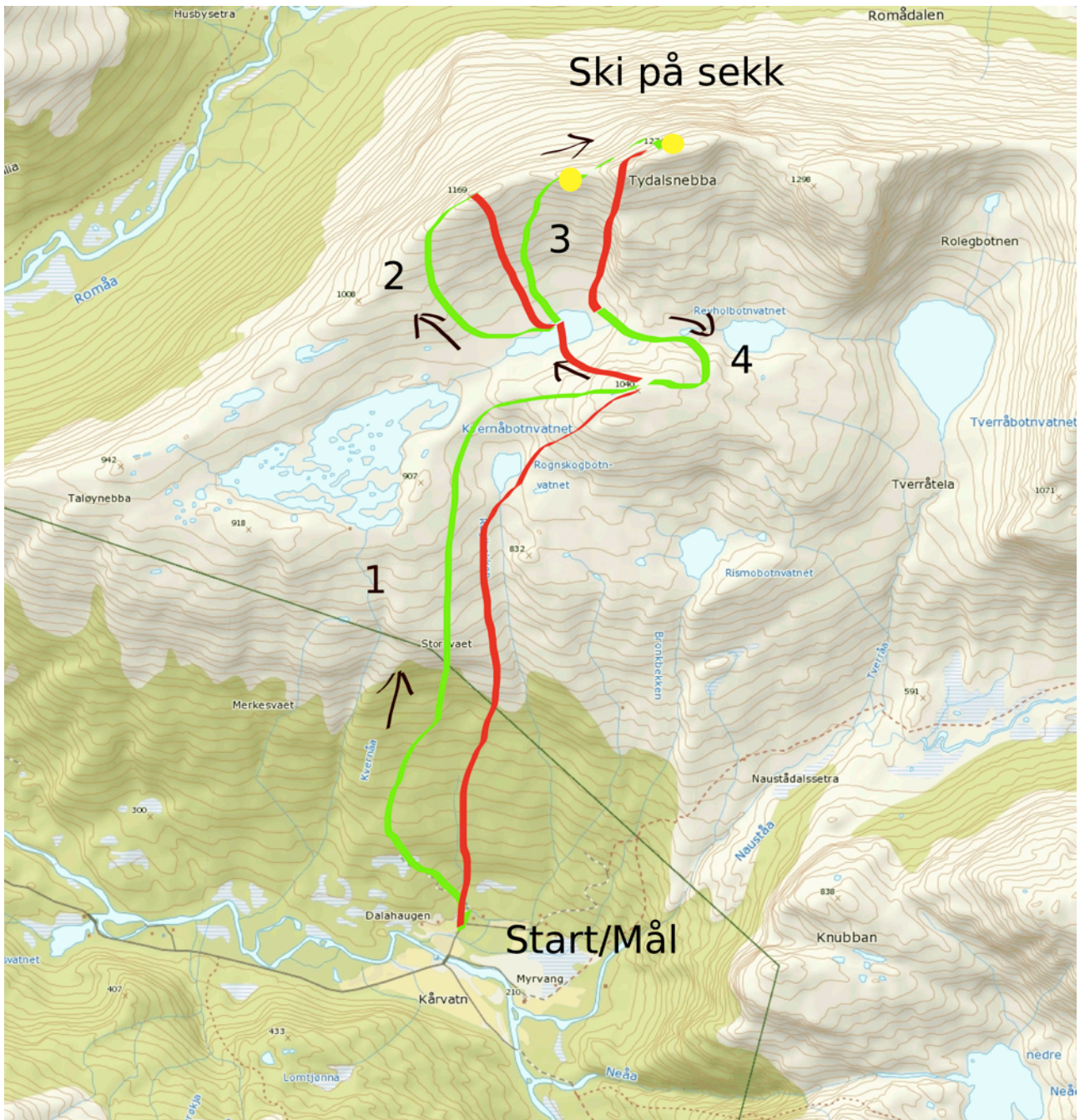
Så blir det nedkjøring mot vatnet igjen for så å gå opp på Tydalsnebb via eggen(3). Nedkjøring ned renna frå toppen om føret tillater det. Sørøver, opp til topp 1040 igjen (4), for så å følge fjelltelemarktrasè ned til mål ved Kårvatn.

Trimklasse NED starter på topp 1040, for så å følge samme trasè ned som singelrace.

Totalt ca. 1 600 høgdemeter.



Opp til Vestre Tydalsnebb, 1169 moh.



Trasè Skandinavisk singel



Ned lia fra Vestre Tydalsnebb.



Eggen og renna på Tydalsnebb

Søndag:

NM lag, start kl 10.00

Klasser: Dame og herrer

Fra starten ved Kårvatn følger løypa opp lia før den dreier opp på snaufjellet øst for Storsvaet. Fortsetter videre oppover mot Rognskogbotn, og dreier deretter østover mot topp 1040 (1). Deretter følges eggen opp mot vestre Tydalsnebb (2). Lett klyving. Fra toppen kjøres det ned til vatnet, via renna og så opp til topp 1040 (3), og dertreter ned lia øste for trasè opp. Runding ved målområde, opp lia igjen til topp 1040 (4), for deretter å følge trasè ned mot mål ved Kårvatn.

Da skal ca 2150 høydemeter være unnagjort.



Trasè NM lag.

Vi må gjøre oppmerksom på at trasèvalg kan bli forandret pga. vær- og føreforhold. Trasè på kart er ei grov skisse.

Påmelding:

Startkontingent: 200,- individuelt og 400,- lag. + kr. 50,- i lisens.
Betales *KONTANT* ved henting av startnummer

Påmeldingsfrist: Torsdag. 28/1

Påmeldingen sendes: nils-ove.bruset@svorka.net

Etteranmelding: Senest kl. 0900 renndagen mot en ekstraavgift på 50,-
Rennkontoret vil være i Start/målområde over brua ved Kårvatn
Rennkontoret er åpent renndagene fra 0900.

Premieutdeling:

Premieutdeling vil bli holdt i målområdet etter rennene. Premier verdt å gi gass for!

Løpermøte:

Lørdag 30/1 vil det være et obligatorisk løpermøte kl 10.00 i rennkantoret, og søndag kl 09.00, hvor det vil være en gjennomgang av praktiske opplysninger vedrørende rennet.

Overnatting:

For bestilling av overnatting ta kontakt med Nils Ove Brusset: nils-ove.bruset@svorka.net
Ved spesielle (som f.eks. familierom) behov meld ifra.

Velkomne!

Hilsen

Todalen Idrettslag



Renna ned fra Tydalsnebb.