

INFORMASJON

NM ENKELTDISTANSER 2009

KVINNER OG MENN

1. og 2. november 2008

VIKINGSKIPET



Hamar



Arrangør: Hedmark Skøyteklubb

Funksjonærliste:

Stevneleder	Svenn Erik Ødegaard
NSFs representant	Vibecke Sørensen
Overdommer Menn	Roar Eriksen
Overdommer Kvinner	Olav Bakkestuen
Assisterende overdommer Kvinner/Menn	Asgeir Mamen
Startere	Vidar Lindstad
	Tone Sørli
Teknisk delegert	Erik Øsmundset
Seremoni/Premiering	Jens Vasaasen
Startkontigent	Jon Magne Vingelsgård
Sekretariat	Terje Dahl
	Roger Hagen
Speaker	Kjell Rune Kristiansen
	Kristian Mykleseth
Ansvarlig sportsfunksjonærer	Ole Hermann Sørli
Ansvarlig internettoppdatering	Gunnar Nygård

Tidsskjema, uoffisielt, fastsettes på trekningsmøtene

Fredag	31.oktober	1800	Trekning presserommet Vikingskipet
---------------	-------------------	-------------	---

Lørdag	1. november	0830-1300	Trening
		1030-1130	Prøvestart
		1245	Lagledermøte Presserommet
		1330	Ispreparing
		1350	Åpning
		1355	Prøvepar 500 m
		1400	500 meter kvinner
			500 meter menn
			Seremonier 500 m menn
			1500 meter kvinner
			Seremonier 500 og 1500 m kvinner
			1500 m menn
			Seremoni 1500 m menn
	Ca 1700	Trekning Presserommet Vikingskipet	

Søndag	2. november	0830-1030	Trening
		1000	Lagledermøte Presserommet
		1030	Ispreparing
		1055	Prøvepar 1000 meter
		1100	1000 m kvinner
			1000 m menn
			Seremoni 1000 m menn
			3000 m kvinner
			Seremonier 1000 og 3000 m kvinner
	5000 m menn		
	Seremoni 5000 m menn		

Merk: Det kan bli endringer i tidsskjemaet underveis. Opplysninger om dette vil bli gitt på parsammensetningen og/eller via speakertjenesten.

Konkurranseregler

Konkurransen avholdes iht. ISUs konkurranseregler, NSF's Spesielle bestemmelser og Reglement for NM enkeltdistanser 2009.

Prøvestart

Lørdag kl 10.30-11.30 er det prøvestart.

Garderober

I garderobene blir det satt ut frukt og mineralvann beregnet på deltakerne. Det er beregnet 1 flaske mineralvann, 1 eple, 1 appelsin og 1 banan pr. deltager. Vær solidarisk med konkurrentene, ikke ta mer enn det er beregnet pr. løper!

Premiering

Medaljeseremoni og premieutdeling vil finne sted etter oppsatt program. Vanlig tredjedels premiering. Løperne bes å være klare ved seierspallen.

Strykninger

Strykninger bes meddelt løpssekretariatet (rommet ved siden av speakerboksen) så snart som mulig, slik at vi får et mest mulig "effektivt" stevne.

Startkontingent

Startkontingent, kr 150,- pr. distanse pr. løper, **SKAL** forhåndsbetales til bank konto 1870.09.07739. Betalingsfrist **ONSDAG 29.10.2008**. De som ikke har mulighet til å betale på forhånd, **MÅ** avtale dette med arrangøren på forhånd.

Førstehjelp

Det vil være lege tilstede under løpene

Kontaktpersoner

Svenn Erik Ødegaard, stevneleder 91828999 svenn-erik@online.no

Erik Øsmundset, TD 901 54 790 oesmunds@online.no