



ASKER SKØYTEKLUBB

INFORMASJON TIL LØPERE, LEDERE OG PUBLIKUM

Oppdatert 15.11.2017

Hvor: Risenga kunstisbane, rett bak Askerhallen
Når: 2 og 3 desember 2017
Stevnestart begge dagene kl. 10 - presise tidspunkter på lagledermøte
Kvartettstart alle individuelle distanser ó unntatt 100m, og 500m NC.

Distanser og tidsskjema:

Lørdag 2.12.2017

kl.10

500m Norges Cup kvinner menn jr+sr
500m Risengaløp 12 år, jun C og jun B1

1000m Norges Cup kvinner menn jr+sr
1000m Risengaløp 12 år, jun C og jun B1

3000m Norges Cup kvinner jr+sr
5000m Norges Cup menn jr+sr

ikke før kl.14

100m rekrutt Risengaløp
500m rekrutt, 10 + 11 år Risengaløp
skøytedueller (=fellesstart for barn) - rekrutt, 10 + 11 år Risengaløp

ferdig ca: kl.16

fortløpende:

folkeløpet på Risenga ó mosjonsløp på ulike antall runder ó rundepremiering

Søndag 3.12.2017

kl.10

500m Norges Cup kvinner menn jr+sr
500m Special Olympics

1000m Norges Cup kvinner jr+sr

1500m Norges Cup menn kvinner jr+sr
1500m Risengaløp 12 år, jun C og jun B1 og Special Olympics

3000m Norges Cup menn jr+sr
3000m Risengaløp 12 år, jun C og jun B1

ikke før kl.14.30

fellesstart Norges Cup kvinner menn jr+sr
(12 / 16 runder menn/kvinner - med mellomsprint)
fellesstart Risengaløp 12 år (6 runder), jun C og jun B1 (8 runder)

avslutte ca.kl.16

- Distansevalg NC3: 2 distanser pr stevnedag + fellesstart (søndag kan deltakere altså delta på 3 løp forutsatt at 1 av de 3 er fellesstart).
- Atkomst: Til banen og hotell se kart på NC3 / Risenga -sidene.
Kommer man med tog til Asker er det taxiholdeplass rett utenfor tog stasjonen eller tlf. 06710.
Avstand mellom skøytebane og hotell er 20 minutter i rask gange.
Det vil ikke bli satt opp felles transport mellom hotell og skøytebane på stevnedagene.
- Atkomst til Asker: fra Oslo lufthavn Gardermoen: direkte tog (flytoget - 56 min).
Asker stasjon.
- Parkering: Gode gratis parkeringsforhold på sydsiden av Askerhallen (pga andre arrangement samme helg er det viktig å overholde dette så langt som mulig). Følg skilting.
- Hotell: NC hotellet er **Thon Vettre hotell**. Rabattert tilbud for overnatting: Kr.795 for enkeltrom; kr.825 for dobbeltrom; kr.1045 for trippelrom.
Gratis parkering ute.
Priser inkl frokost, ved bestilling innen 20.11.2017 (garantert rom ved bestilling innen 13.11.2017). Navne-endringer tillatt til 28.11.2017.
Betaling for hotell på Hotellkonto 9722.42.58406 ó betalingsfrist 28.11.2017.
Vær tidsnok med reservering av overnatting ó endelig navneliste kan sendes senere! (*sjekk Thonhotells.com hvor det kan forekomme konkurrerende nett-tilbud, med lave priser og betingelser!*).
Alternative hoteller som ligger i nærheten er: First Choice i Drammen. Hoteller i Asker er svært opptatt denne helgen.
- Bankett: ingen
- Trening: 1 desember fra kl 18-20 (19)
- Idrettsmassasje: Fysioterapeuter fra AKIMI står til tjeneste (mot egenbetaling kr.350) i deres lokaler ved AskerHallen (anbefales!). Bestilles før 28.11.2017.
Mer info: www.akimi.no
- Informasjon: all nødvendig informasjon finnes på arrangørens webside:
www.skoyteklubb.no ó fane -arrangementø- NC3 / Risengaløp -17
- Garderobes: Nærgarderobes ved banen i klubbhuset underetasje. Bruk hyller til bage!
Fjerngarderobes med tilgang dusj i underetasjen i Askerhallen 2 min unna.
Alle må være behjelpelig med og holde orden!
All oppbevaring av utstyr skjer på eget ansvar!
- Toalett: 4 toaletter i klubbhuset, også god tilgang til toaletter i Askerhallens garderobes.
- Kafé / kiosk: Det vil være åpent for salg av kaffe, brus, vafler, kaker, rundstykker, frukt, pølser, både lørdag og søndag (fredagkveld ingen servering)
- Ingen sko på banen: Alle løpere, dommere, ledere, funksjonærer og trenere skal ha på skøyter når de går på isen. INGEN skal gå med sko på isen, slik at vi er sikre på at vi har gjort alt vi kan for å unngå at grus eller annet skitt kommer på isen. Den som ikke kan gå på skøyter skal ta på sko-overtrekk. Sko-overtrekk i bølge ved banen, og fås gratis i kiosken.
- Konkurranseregler: Konkurransen avholdes iht NSF's konkurranseregler.
- Påmelding: innen 27.11.2017 til pieterpaul@boxs.no. Oppgi tydelig om det er NC eller Risengaløp.
- Avmelding: gi beskjed til stevnesekretariat snarest mulig, pieterpaul@boxs.no

Betaling:	NC: startkontingent kr.300 pr distanse. Startkontingent innbetales til stevnekonto 9722.42.58384, betalingsfrist 27.11.2017 Risengaløp juniorer + 12 år: startkontingent (2 dager, 5 distanser): kr.360 (kr.200 for 1 dag). Risengaløp rekrutt, 10 + 11 år (1 dag, 3 distanser): kr.90 Startkontingent Risengaløp innbetales til klubbenskonto 1620.60.87351, betalingsfrist 27.11.2017
Sekretariatet:	I Asker Skøyteklubbs klubbhus fredag kl.17.30-20, lørdag og søndag fra kl.8.30
Trekning:	Vil bli foretatt i klubbhuset fredag (ikke på hotellet). Tidspunkt og trekningssmøte fredag 1.12, kl. 18. Startlister for søndag trekkes lørdag 2.12, antagelig kl.18 etter folkeløpet.
Lagledermøte:	På klubbhuset lørdag kl.9 og søndag kl.9
Strykninger:	Strykninger bes meddelt sekretariatet så snart som mulig, slik at vi får et mest mulig øeffektivtö stevne.
Resultater:	henges på tavle, og legges ut på webside www.skoyteklubb.no - meny NC3 / Risengaløpet -17 (uoffisielle resultater kungjøres av speakertjeneste og vises på storskjerm)
Tidtakercellene:	Løpere (og trenere) i oppvarmingsbane må ikke krysse mållinje - cellene registrerer passering.
Startpistol:	Under NC brukes krut-pistol, med ÷pipø-signal som reserveløsning (som brukes i Thialf under Viking Race). Under Risengaløp brukes ÷pipø-signal.
Fellesstart:	Vi bruker myLaps-brikker. Alle får utdelt disse på benken (nummerhette blir utdelt på lagledermøte til lagledere). Brikkene og hette MÅ leveres tilbake til benken umiddelbart etter løpet.
Premiering:	NC-premiering iht NC-reglement. Risengaløp: full premiering som vanlig.
Førstehjelp:	Lege og utdannet førstehjelpspersonell er på banen under stevne.
Internett:	Det er trådløst nett på Thon Vettre hotell ó det er ikke offentlig trådløst nett på Risengabane.
Streaming:	Stevne vises på storskjerm, og vi legger opp til at den blir streamet. Link legges på webside www.skoyteklubb.no ó fane ÷arrangementø-NC3 / Risengaløpet -17

Velkommen!