

Rulnord

Indbydelse til stævne for B og C-række den 26. november 2011.

Sted: Farum Arena, Stavsholtvej 41, Farum. Kørselsvejledning kan findes på www.farumarena.dk

Deltagere: Deltagerne skal have licens, hvis de er B-løbere.

Løbsafvikling: Der startes kl. 9 med mulighed for at prøve banen fra kl. 8.

Vi prøver noget nyt i år. Vi kører et baglæns- og et forhindringsløb for alle klasser. Begge på den "normale" bane.

Vi laver en mini hockey turnering i frokostpausen, så der er aktivitet hele dagen igennem. Alle deltagne klubber kan tilmelde ét hold til "frokostturneringen". Der må være 5 spillere på banen af gangen og der er mulighed for "flyvende" udskiftning. Angiv det ønskede holdnavn ved tilmelding. Tilmelding af hold skal ske samtidig med tilmeldingen af løberne.

Alle løbere vil mindst få 3 løb. Herudover bliver der mulighed for deltagelse i stafet, som løbes med 2 pr. hold.

Der tages forbehold for ændringer i programmet, når deltagerantallet er kendt.

Baneforhold: Stævnet afvikles i den store hal (hal 1 og 2). Der løbes på lakeret trægulv.

Præmier: Der vil være præmier til den samlede vinder indenfor hver række i henhold til reglementet. **For C løberne præmieres der separat for baglæns- og forhindringsløbet, så der bliver flest mulige vindere. Disse to tæller dermed IKKE med i den samlede stilling ved stævnet for C Løberne.**

Der køres efter følgende pointsystem:

1. plads = 1 point
2. plads = 2. point
3. plads = 3. point
4. plads = 4. point og så videre.

Vinder af stævnet inden for hver række er den med færrest samlede point.

Der vil være deltagermedalje til alle til og med ungdom, der ikke via deres placering har fået en medalje i forvejen.

Startgebyr: 100 kr. Lilleput er gratis. Betaling skal ske klubvis inden stævnedagen til Rulnord, kontonr. 3167 3167376517 med angivelse af klubnavn.

Tilmelding: Tilmelding gennem klubberne direkte til Turneringsudvalget på e-mail: turneringsudvalg@drsu-fitness-speed.dk. Husk at bruge de godkendte tilmeldingslister, som kan hentes på: www.dkrul.dk

Frist for bindende tilmelding: Torsdag d. 10. november 2011

Husk at hver klub skal stille med en holdleder. Det er holdlederens opgave at sørge for, at løberne er klar ved starten af deres løb. Holdlederen er desuden bindeled imellem klub, dommer og arrangør ved eventuelle spørgsmål.

Vi forventer, at kunne skaffe tilstrækkeligt med dommere, men ellers vil I blive kontaktet vedrørende dommerhjælpere (ved mere end 2 løbere).

Reglement: Der køres efter gældende dansk reglement. Husk hjelm er påbudt.

I baglænsløbet vinder den løber, der har bagerste skøjtes bagerste hjul "først" over målstregen.

I forhindringsbaneløbet gives der 1 point i det samlede klassement pr fejl passage ved forhindringen. F.eks. får vinderen 1 point for at vinde, men 3 point for 3 fejl på banen - samlet 4 point.

Ved placering i en aldersklasse er skæringsdatoen 1. januar. Der kan tilmeldes i følgende klasser:

Lilleput op til 5 år, Mikro 6 - 7 år, Mini 8 - 9 år, Maxi 10 - 11 år, Ungdom 12 - 13 år, Kadet 14 - 15 år, Junior 16 - 17 år, Senior 18-29 år, AK30, 40 og 50.

Der forbeholdes ret til at sammenlægge klasser, hvis det sportslig vurderes af Turneringsudvalget at give en bedre stævneafvikling.

Forplejning: Der vil være mulighed for at købe mad og drikke i Farum Arena under stævnet.

Program: Program kan hentes på Rulnords hjemmeside www.rulnord.dk senest torsdag den 24. november 2011.

Vi gælder os til at se rigtig mange af jer i Farum d. 26. nov.

Vejledende løbsoversigt

Vi forventer at afvikle følgende løb, men det er kun vejledende, idet det vil blive tilrettet endeligt efter modtagelsen af tilmeldingerne i de enkelte klasser:

Række B (øvede)

AK50, M.: 200m baglæns, 500 m forhindring, 500 m sprint, 1000 m linie, 3000 m stafet,

AK50, K.: 200m baglæns, 500m forhindring, 1000 m linie, 2000 m stafet

AK30 /40, M.: 200m baglæns, 500m forhindring, 4000 m udskillelse, 3000 m point, 3000 m stafet

AK30/ 40, K.: 200m baglæns, 500m forhindring, 3000 m udskillelse, 2000 m point, 2000 m stafet

Senior 18-29 år, M.: 200m baglæns, 500m forhindring, 4000 m udskillelse, 3000 m point, 3000 m stafet

Senior 18-29 år, K.: 200m baglæns, 500m forhindring, 3000 m udskillelse, 2000 m point, 2000 m stafet

Junior 16-17 år: 200m baglæns, 500m forhindring, 3000 m udskillelse, 2000 m point, 2000 m stafet

Kadet 14-15 år: 200m baglæns, 500m forhindring, 3000 m udskillelse, 2000 m point, 2000 m stafet

Ungdom 12-13 år: 200m baglæns, 500m forhindring, 1500 m point, 2000 m udskillelse, 2000 m stafet

Maxi 10-11 år: 200m baglæns, 500m forhindring, 500 m linie, 1000 m linie, 2000 m stafet

Mini 8-9 år: 100m baglæns, 500m forhindring, 300 m linie, 500 m linie, 1000 m stafet

Mikro 6-7 år: 100m baglæns, 500m forhindring, 100 m linie, 300 m linie

Række C (begyndere)

AK30/40/50, M.: 200m baglæns, 500m forhindring, 500 m sprint, 1000 m linie, 2000 stafet

AK30/40/50, K.: 200m baglæns, 500m forhindring, 500 m sprint, 1500 m stafet

Senior 18-29 år, M.: 200m baglæns, 500m forhindring, 2000 m udskillelse, 1500 m point, 2000 m stafet

Senior 18-29 år, K.: 200m baglæns, 500m forhindring, 1500 m udskillelse, 1000 m point, 1500 m stafet

Junior 16-17 år, M.: 200m baglæns, 500m forhindring, 1500 m udskillelse, 1000 m point, 2000 m stafet

Junior 16-17 år, K.: 200m baglæns, 500m forhindring, 1500 m udskillelse, 1000 m point, 1500 m stafet

Kadet 14-15 år, M.: 200m baglæns, 500m forhindring, 1500 m udskillelse, 1000 m point, 2000 m stafet

Kadet 14-15 år, K.: 150m baglæns, 500m forhindring, 1500 m udskillelse, 1000 m point, 1500 m stafet

Ungdom 12-13 år: 100m baglæns, 500m forhindring, 300 m sprint, 500 m linie, 1000 m stafet

Maxi 10-11 år: 100m baglæns, 500m forhindring, 300 m linie, 1000 m linie, 1000 m stafet

Mini 8-9 år: 100m baglæns, 300m forhindring, 300 m linie, 1000 m linie

Mikro 6-7 år: 100m baglæns, 300m forhindring, 100 m linie, 300 m linie

Lilleput op til 5 år: 100m baglæns, 200m forhindring, 50 m linie, 100 m linie