

Regler og informasjon – Gautefallrennet 30k 2019

Distanser

Distanse Drangedal (Prestestranda)-Gautefall, 30 km. Fra 15 år

Generelle regler

1. Løpet gjennomføres på rulleski, klassisk stil. FIS' rulleskiregler for klassisk teknikk gjelder.
2. Rulleski må være utstyrt med 2'er hjul og skiene merkes av arrangøren.
3. Hjelm og briller er påbudt. Løperen skal ha på seg tildelt startnummer og tildelt brikke.
4. Trafikkreglene og skiltreglene gjelder for deltakerne. Deltagerne skal plassere seg i høyre kjørebane på en slik måte som er minst mulig til hinder for øvrig trafikk.
5. Vakter, funksjonærer og andre som yter service til deltagerne, skal alltid overholde trafikkreglene og skiltreglene.

Teambiler

1. Det skal kun være én teambil per team.
2. Teambilene skal ligge bak jurybil når de følger feltet. Jurybil ligger i halen på hovedfeltet, eventuelt i halen på tetfeltet.
3. Alle biler skal vise aktsomhet og respektere trafikkreglene. Ingen forbikjøringer på uoversiktlige steder eller der deltakere, fotgjengere eller syklistene kan utsettes for fare.
4. Teambilene kan ikke kjøre inn i biathlon-anlegget på Gautefall.

Teamsyklister

1. Maks to teamsyklister pr team.
2. Teamsyklistene kan «lange» staver til deltakerne.
3. Teamsyklistene skal holde god avstand (30 meter) til deltakerne
4. Deltaker som trenger ny stav må «slippe seg ned» til Teamsyklisten for å motta hjelp.

Mat og drikke

1. Drikke fra løpernes egne støtteapparat skal primært tilbys deltakerne ved de annonserte drikkestasjonen. (min. 5 stk).
2. Drikke fra løpernes eget støtteapparat kan alternativt tilbys til fots på høyre side av veibanen på godt oversiktlige steder.

Fargekoding på startnummer

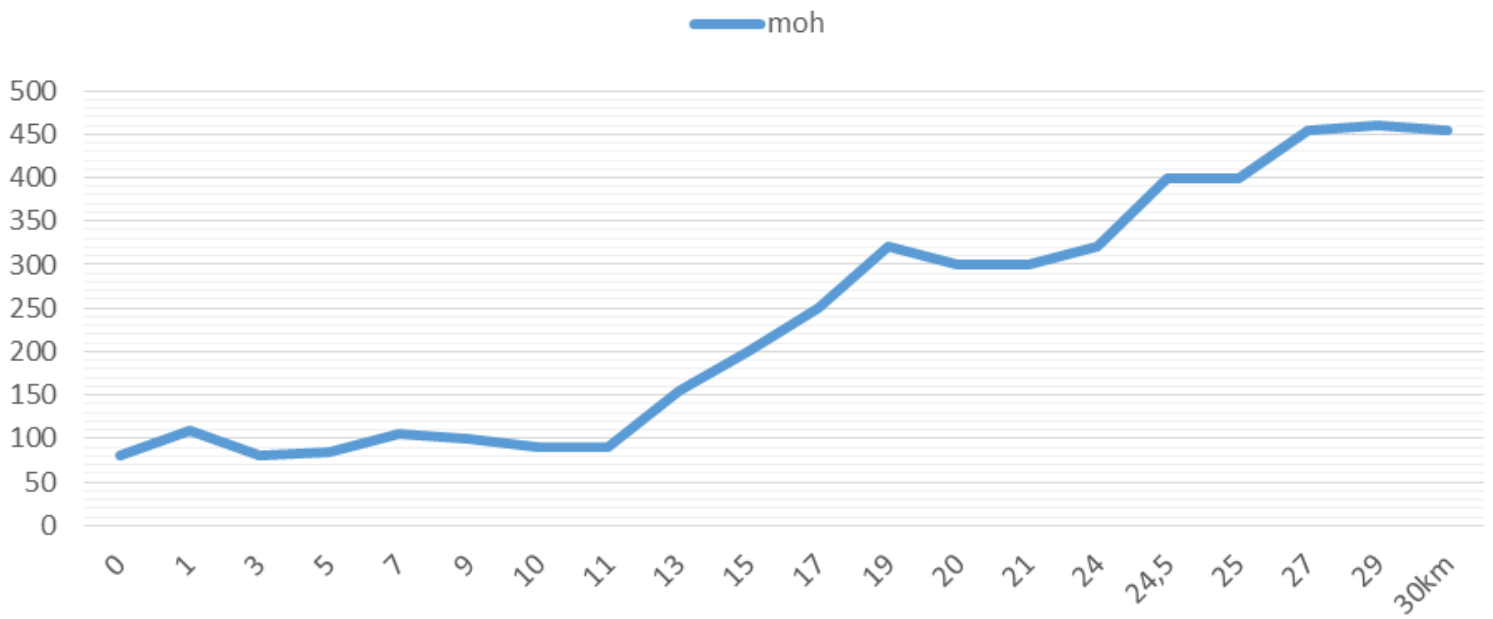
30 km Jr Kvinner	Startvest	Lys rosa
30 km Sr Kvinner	Startvest	Rød
30 km Jr Menn	Startvest	Mørk blå
30 km Sr Menn	Startvest	Mørk grønn

Lårnummer skal være på VENSTRE side

Løypekart Gautefallrennet 30k



Høydeprofil Gautefallrennet 30K

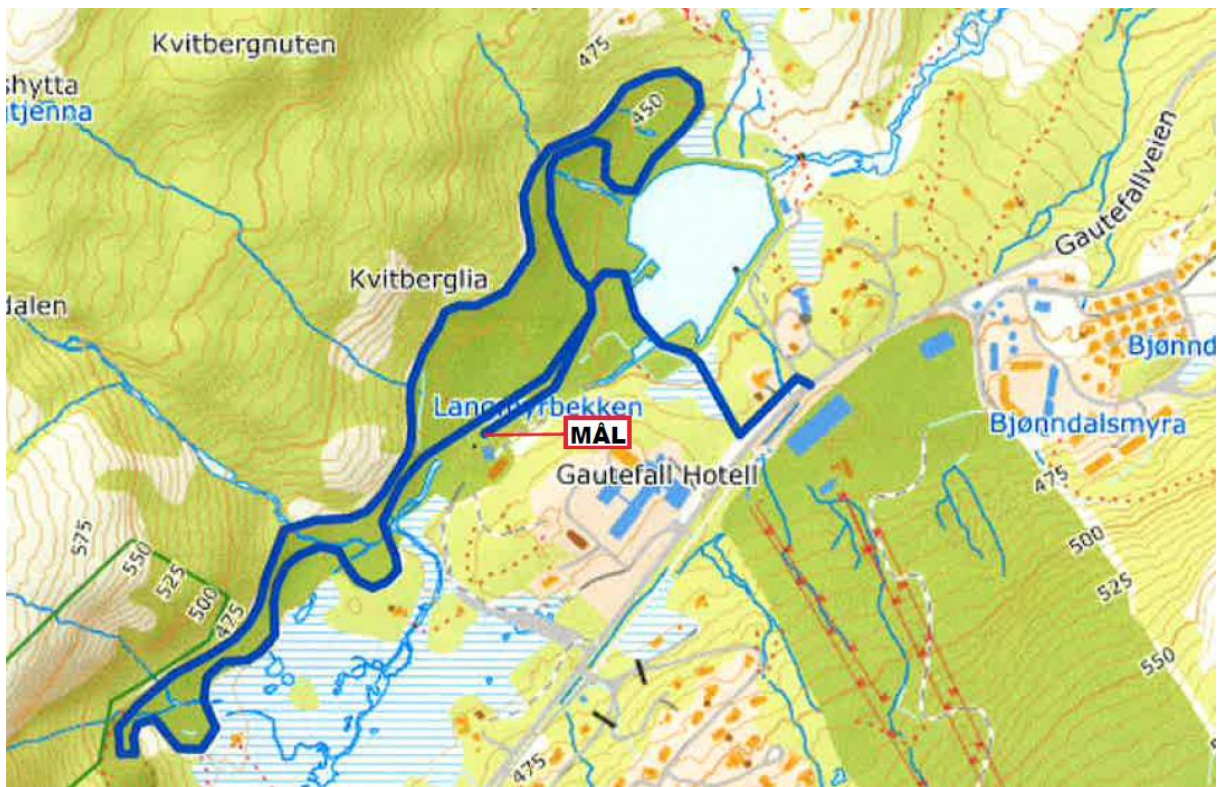


Start Drangedal

Kl. 13:00, fellesstart alle klasser.

Sted: Prestestranda (Drangedal sentrum), Gudbrandsvei, til venstre i Kjørkeveien, før man kommer ut på RV 38 til Bostrak, hvor man tar inn på RV 358 til Gautefall.

1. Løperne starter samlet, etter startskudd, det henstilles til at det startes rolig så alle kommer seg avgårde uten stavbrekk etc.
2. Følgebilen akselerer fra løperne etter ca. 5 - 700 meter.
3. Målgang vil være ved Biathlon-anlegget (Skiskytterarenaen) ved Gautefall turisthotell. Løperne tar av RV 358 ved Røde kors huset på Gautefall og går inn på arenaen der.
4. Løpet avsluttes med en 3 km sløyfe i Biathlon-anlegget (se under).



Skisse trasé Gautefall Biathlon. Lengde ca. 3,5 km.

5. Vi henstiller foreldre og støttepersonell om å kjøre mot Bostrak FØR starten går (5 min.) Dette er den vanskeligste trafikale strekningen og arrangøren vil minimere ulykkesrisiko.

Spurt/Spurtpris

Det arrangeres to -2- spurtdueller underveis i løypa.

1. Første spurt ca 13 km etter start, Bostrak.
2. Andre spurt ca 23 km etter start, v/ Fjelltun leirsted på Lia
3. Skilt varsler henholdsvis 1000 meter, 500 meter 300 meter, 200 meter og 100 meter til målstrek for spurt. Spurt punkt er strek i vegbanen.
4. Det er et vilkår for å vinne spurtprisen at vinneren gjennomfører hele løpet.

Det tildeles spurtpriser til:

5. Aldersuavhengig Kvinne
6. Aldersuavhengig Mann
7. Junior Kvinne 15-20 år
8. Junior Mann 15-20 år

Stavpatrulje

Følgebil/ATV fra Drangedal kan ta med reservestaver. Husk å merke stav med STARTNUMMER. Arrangør tilstreber å stille med uavhengige stavpatruljer på sykkel. Det vil være stavposter med assorterte stavlengder i første bakke etter start.

Bryte løpet

1. Deltaker skal, enten selv eller med hjelp fra nærmeste funksjonær, umiddelbart varsle til Rennkontor, telefon 412 49 050 / 928 20 313 hvis løperen bryter løpet.
2. Det er ingen sperre-tider.
3. Jury har mulighet til å ta løpere ut av rennet basert på sikkerhetsmessige årsaker.
4. Løpere som bryter eller blir tatt ut av løpet blir tilbyd skyss til Gautefall med følgebil eller kan levere inn startnummer på nærmeste funksjonærstasjon og fortsette til mål på eget ansvar og uten tidtaking.

Protester

1. Protesten skal følge prosedyre angitt i pkt. 361.4 i NSF's reglementet, se www.skiforbundet.no.

RØDE KORS – vaktleder Jørn Kristensen 945 45 424 jorn@drangedalrodekors.no

PLASSERING	TID	KONTAKTPERSON	MOBIL
Følgebil fra Kroken	12:45		
Stasjon Drangedal sentrum	12:30-15:00		
Følgebil fra Drangedal	13:00		
Stasjon Gautefall	kl 12:00 til 16:30		

Busstider

Sted avgang	Tid avgang	Rute	Tid ankomst	Sjåfør/tlf
Gautefall Ski Lounge	11:00	Via Drangedal, til Start 60km.	11:30 12:00	
Gautefall Ski Lounge	16:30 (etter premieutdeling)	Via Drangedal, til Start 60km.	17:00 17:30	

Skift/ekstra tøy

Ledebil kan ta med skift/ekstra tøy fra Kroken og Drangedal, til Gautefall.

Start- og passeringspunkter – spurter – mat og drikkestasjoner

(Bortsett fra starttidspunkt, er dette ca. tider, basert på resultatlista fra tidligere år).

Fellesstart 30 km	Km	Tentativ id
Start Prestestanda, Drangedal sentrum	0	13.00
Passering Sandvik, drikkestasjon	Ca 9	13.15
Passering Bostrak, spurt og drikkestasjon	Ca 14	13.35
Passering Åse, drikkestasjon	Ca 16	13.45
Passering Lia/Fjelltun, spurt, og drikkestasjon	Ca 23	14.00
Passering Fjellgårdane, drikkestasjon.	Ca 25	14.05
Målgang Gautefall Biathlon	Ca 30	14.20

Premiering

Premieutdeling.

- På Gautefall Biathlon
- K/H overall – aldersuavhengig, 1-6 plass, ca 20 min etter målgang.
- Aldersklasser, ca **kl 15.45**.

Premiering

Klassevis aldersklasser.

- K/M overall - aldersuavhengig, 1-6 plass.
- K/M 15-16, full premiering.
- K/M/FH 17-18, 1-6 plass.
- K/M/FH 18-20, 1-6 plass.
- FH Senior K/M, 1-6 plass.

Premiering, overall - aldersuavhengig.

- 1.premie Kvinner Gavesjekk kr 5 000,-
- 1.premie Menn Gavesjekk kr 5 000,-
- 2.premie Kvinner Gavesjekk kr 3 000,-
- 2.premie Menn Gavesjekk kr 3 000,-
- 3.premie Kvinner Gavesjekk kr 2 000,-
- 3.premie Menn Gavesjekk kr 2 000,-

Premiering Junior 15-20 år.

- Beste Kvinne, gavepremie fra IDT Sports.
- Beste Mann, gavepremie fra IDT Sports
- Gavepremie fra IDT Sports trekkes på startnummer i klasse Kvinner.
- Gavepremie fra IDT Sports trekkes på startnummer i klasse Menn.

Spurtpriser 2 stk.

- Gavesjekk på kr 1 000,- aldersuavhengig Kvinner og Menn.
- Gavesjekk på kr 1 000,- Jr 15-20 år Kvinner og Menn.

Løyperekord, aldersuavhengig.

- Det gis en bonuspremie, gavesjekk kr 3000,- for løyperekord i Kvinner og Menn.
- De stående løyperekordene er 1:22:34 for Kvinner og 1:16:11 for Menn.

Informasjon om dusj og toalett

1. Det er dusj og toalettfasiliteter både i 2-etg på stadion-bygget (to separate dusj/garderobrom med en dusj i hver).

Arrangør ønsker alle deltakere lykke til!