



# Invitasjon til NNM Enkeltdistanse, Lagtempo og Kretsløp Harstad 22-23 Februar 2020.



**Harstad Skøyteklubb inviterer til NNM Enkeltdistanse for klasse 11 år og eldre, samt kretsløp for 10 år og rekrutt.**

**Løpsstart:** Lørdag kl.13.00 og Søndag kl. 11.00

**Sted:** Kanebogen naturisbane - 400 m

### ***Nordnorsk mesterskap i enkeltdistanse:***

Nordnorsk mesterskap i enkeltdistanser arrangeres som todagersstevne for alle klasser fra 11 år og oppover med kåring av nordnorske mestere på hver distanse. Korteste distanse i en klasse skal gås første konkurransedag og lengste distanse siste konkurransedag. Arrangøren plikter ellers å legge opp konkurransene slik at dette er mulig for en løper å delta på alle distanser i sin klasse (og overholde ISUs regel om minst 30 min. pause mellom to løp) og løperne står for øvrig fritt i å velge hvor mange distanser de vil gå. Konkurransereglene for øvrig er i samsvar med NSF's regelverk.

### **Program**

#### **NNM Enkeltdistanse:**

- **Senior menn** 500 - 1000 - 1500 - 5000 - 10000 m
- **Senior kvinner/Junior A begge kjønn/MV** 1500 - 1000 - 1500 - 3000 - 5000 m
- **KV 1/MV 2, Junior B (begge kjønn)** 500 - 1000 - 1500 - 3000 - 5000 m
- **KV 2 og Junior C** 500 - 1500 - 1000 - 3000 m
- **12 år og 11 år (begge kjønn)** 100 - 500 - 1000 - 1500 m

**NNM Lagtempo:** Det arrangeres 1. dag NNM Lagtempo

Ved påmelding opplyses antall lag KV/M som stiller til Lagtempo med navn på utøvere.

#### **Kretsløp:**

- **10 år jenter/gutter** 100 - 400 - 100 - 500 m
- **Rekrutter** 100 og 400 m begge dager

#### **Startkontingent**

NNM pr. løper: Kr. 200,-

Kretsløp pr. løper: Kr. 100,-

Lagtempo pr. løper: Kr. 50,-

**INNBETALES VED PÅMELDING TIL KONTONUMMER: 4730 30 14221**

**Overnatting:** Kanebogen skole, Scandic Hotell, Harstad Camping

**Bankett:** Milano, ber om tilbakemelding på antall til bankett

**Påmeldingsfrist:** Søndag 16, februar kl. 1800 på e-post: harstad.sk@gmail.com

**Oppgi navn, fødselsdato, konkurranseklasse og distanser som skal gås.**

**Premiering:** NNM Medaljer og deltagerpremier, Kretsløp premier til alle.

**For info: Kai Roar Kind – 988 98 911 / Ole Andreas Andreassen - 95733628**

Velkommen til en trivelig skøytehelg i Harstad

**Starterkurs:**

John Magne Eliassen fra Tromsø og HSK har gleden av å invitere til starterkurs.

Teori vil bli gjennomgått på fredag 21. februar kl. 18:00 i klubbhuset på Kanebogen.

Praksis og øving blir gjennomført på konkurransedagene i mesterskapet.

Påmelding gjøres sammen med påmelding til mesterskapet.

**Felles bestemmelser om premiering:**

Samtlige deltakere på de tre beste lagene tildeles medaljer. Kostnader til medaljer dekkes av startkontingent. Kretsen bekoster ekstra premier til vinnerlagene i begge øvelser. Som ved andre NNM, bør *kretsens logo benyttes på medaljer og premier.*