



INNBYDELSE TIL

5.renn i SBM cupen

Molde og Omegn Idrettsforening, langrenn inviterer til:

5.rennet i SBM cup2020/21

Stilart: Fristil for utøvere mellom 7 – 12 år og Skiathlon fra 13 år

Lørdag 13/03-2021 kl: 12:00 på Skaret skisenter

Tidskjema		
Kl	Klasse	Løyper (Se vedlagt kart)
12:00	7-8år	780m
	9-10år	1km
	11-12år	2km
	13-14år	2km+2km
	15-16år	3km+3km
	17år+	4km+4km

Påmelding: online på www.minidrett.no. Påmeldingsfrist:

fredag 12. Mars kl. 12:00.

OBS: Det er ikke lagt opp til etterpåmelding.



Praktisk informasjon

Rennkontor åpner kl. 10:00 på renndagen

Rennleder: Marie Aslaksen Røed, mob 410 27 287

M&R Skikrets følger presiseringer for avholdelse av skirenn gitt av NSF. Påmelding til skirenn arrangert av klubber i M&R Skikrets, er begrenset til deltakere fra klubber i M&R skikrets samt løpere som har sitt daglige oppholdssted innenfor fylket (for eksempel skoleelever og studenter)

Startavvikling og gjennomføring av renn er tilpasset til enhver tid gjeldende smittevernregler.
<https://www.skiforbundet.no/more-og-romsdal/aktuelt-alle-grener/?npid=103748&page=NSFs+koronaveileder>

Ikke møt på renn hvis du er syk og meld straks fra til leder/trener hvis du blir syk under rennet. MOI oppfordrer til å begrense antall voksne til et minimum, og med maks en voksen/leder per løper.

På grunn av smittevernregler blir det ikke drikkestasjoner eller tilgang til garderobe.

Link for registrering for støtteapparat og publikum:

<https://grona.nif.no/check-points/60d86fa2-1c9a-4687-a1aa-2069944ab28b>

SBM cupen

Rennet er det 5. rennet i SBM cupen, og inngår i SBM cupen.

Startkontingent:

8 – 16 år: kr 130,- 17 - 20år: kr 150,-

Alle løpere som har fylt 13 år må ha løst lisens (skiforsikring) ifølge smittevernreglene skal engangslisens kjøpes på forhånd(sportsadmin) Priser for engangslisensaldersgruppe 13-25 år
Kr: 60,- og kr 150,- 26 år og eldre.

Løypekart / Startlister vil bli lagt ut på MOI sin hjemmeside og på Facebook samt M&R skikrets sin Facebook side.

Startnummer kan hentes i rennkantoret. Startnummer vil bli delt ut klubbvis.

Det er valgfritt om man benytter kombisko, klassisksko eller skøytesko, støtteapparat/løper følger angitt skilting ved utlegg av ski.

Vi oppfordrer til et fluorfritt arrangement og minner om fluorforbudet for løpere under 16 år.

Med skihilsen
Molde og Omegn Idrettsforening



Smittevernplan SBM#5 Skaret Skisenter 13.mars 2021.

Informasjon til alle deltagere og andre som vil være til stede

Alle løpere/foreldre/støtteapparat/publikum som har kjent forkjølelseslignende symptomer dagene før eller samme dagen som arrangementet skal holde seg hjemme. Personer som er i noen form for karantene eller i nærkontakt med person med positiv Covid-19-test, skal heller ikke være tilstede.

Husk god håndhygiene, korrekte hosterutiner og begrenset kontakt mellom hånd og ansikt.

Brudd på smittevernreglene vil kunne medføre umiddelbar bortvisning fra arrangementet.

Ved identifisert smitteutbrudd skal smittevernansvarlig og rennleder informeres umiddelbart, slik at kommuneoverlege kan varsles og smittesporing/varsling kan starte.

Se ellers skiforbundets koronaveileder. <https://www.skiforbundet.no/norges-skiforbund/nyheter/2020/12/nsfs-koronaveileder/>

Adgangskontroll

Arrangør har adgangskontroll.

Alle løpere er registrert via MinIdrett.

Alle andre som skal være en del av arrangementet, skal være påmeldt via følgende link;

<https://qrona.nif.no/check-points/60d86fa2-1c9a-4687-a1aa-2069944ab28b>

Lister oppbevares hos arrangør i 10 dager etter at arrangementet er gjennomført.

Om arrangementet

Kretsrenn/SBM 5 arrangeres lørdag 13.mars 2021 kl. 1200 ved Skaret Skisenter i Molde kommune.

Rennet arrangeres som skiathlon for løpere 13 år og eldre, og som renn i fristil for løpere 12 år og yngre.

Klasser/distanser:

J/G 7-8 år	780 m fristil
J/G 9-10 år	1 km fristil
J/G 11-12 år	2 km fristil
J/G 13-14 år	2 km klassisk + 2 km fristil
J/G 15-16 år	3 km klassisk + 3 km fristil
K/M 17år+	4 km klassisk + 4 km fristil

Det estimeres opp til ca 70-80 deltagere, ca 50 foresatte/ledere, dvs 1 stk kohort. I tillegg vil det være ca. 30 lokale funksjonærer i arrangementsstaben. Det tilbys ikke innkvartering som en del av arrangementet.

Smittevernansvarlig: Marie Aslaksen Røed 41027287

Tidsplan

Tentativt tidsskjema er presentert i tabellen nedenfor, endelig tidsskjema settes opp etter påmeldingsfrist, som er satt til 12.03.21 kl.12.00.

12:00	Start 7-8 år
12:05	Start 9-10 år
12:10	Start 11-12 år
12:20	Start 13-14 år
12:35	Start 15-16 år
12:50	Start 17 år+

Ca kl 15.30 Stadion og parkering tømmes og alle berøringsoverflater vaskes med klor.

Ankomst og transport

Alle tilreisende er antatt å komme i private biler. Det oppfordres også til at eventuell samkjøring skal gjøres innenfor allerede etablerte kohorter.

Parkering betales ved passering av bom ved ankomst stadion. 60 kr per passering.

Sekreteriat

Rennsekretariatet er innendørs i Miljøbygget på Skaret Skisenter og vil være stengt for deltagerne.

Startnummer og evt. lånebrikker pakkes etter retningslinjer ifht smittevern, og skal hentes klubbvis. Poser til hver klubb hentes mellom Tidtakerhus og Miljøbygg. En representant fra hver klubb henter posen.

Arena

Det er tilgang til toalett i Miljøbygget. Dette vaskes med klor ved jevne mellomrom. Utenfor og inne på toalettene vil det være tilgjengelig antibac. Husk grundig håndvask!

Det er ikke tilgang til garderober under arrangementet.

Klær og utstyr ivaretas av den enkelte løper, det vil ikke være plastposer for klær.

Løper legger selv startnummer og evt. lånebrille i egne kasser rett etter målgang. Det er ingen servering av drikke til løpere.

Resultat og premiering

Resultatliste publiseres kun på nett (EQTiming og komplette lister på Skikretsen til Facebook-side i etterkant av rennet). Det vil ikke bli hengt opp resultatlister på stadion.

Det blir deltagerpremie for løpere under 13 år. Dette hentes av hver enkelt løper på angitt bord før de forlater målområdet etter målgang.

Løpere 13-16 år vil ha full premiering i form av gavekort på Sport1 Tomra innrapporteres til Langrennskomiteen/Skikretsen.

Løpere 17år + vil ha 50% premiering på Sport1 Tomra innrapporteres til Langrennskomiteen/Skikretsen.

Funksjonærer under arrangementet

Funksjonærer som deltar i arrangementet har lokal tilknytning. Antall funksjonærer er ca 30 og disse regnes ikke med i kohortbegrensningen.

Alle funksjonærer registreres ved hjelp av listeføring.

Alle funksjonærer, inkl. starter, instrueres i å holde avstand på minimum 1 meter og blir gitt generelle råd og anbefalinger om smitteforebyggende tiltak og opptreden.

Funksjonærer som jobber med det som skal berøres av andre, vil anvende smittevernutstyr som hansker og desinfeksjonsmidler og legge vekt på noen generelle «koronavettregler»:

- *Ingen skal ta på samme utstyr med hendene uten at hansker anvendes*
- *De som bruker hansker skal ikke berøre ansiktet sitt med hanskene*
- *Spesielt fokus på renhold i forbindelse med toalettbesøk*
- *Vi retter oss etter instruks fra smittevernansvarlig*
- *Vi anmoder evt. publikummere om å holde avstand iht. de til enhver tid gjeldende retningslinjer for sosial distanse*

Alle funksjonærer som har kjent forkjølelseslignende symptomer dagene før eller samme dagen som de skal engasjeres som funksjonær under arrangementet, skal melde fra om dette til sin nærmeste leder og holde seg hjemme. Funksjonærer eller andre som er i noen form for karantene eller i nærkontakt med person med positiv Covid-19-test, skal heller ikke engasjeres.



Molde, 09.03.2021

Marie Aslaksen Røed, Smittevernansvarlig