



**SØRMARKA
ARENA**



Program
Norges-Cup 1
4.- 6. oktober 2013
Sørmarka Arena Stavanger

Sørmarka Arena:
Løpere, trenere, ledere, dommere og funksjonærer går gratis i hallen
Akkrediteringsbevis utdeles av RSK
Andre må løse billetter på vanlig måte
Løpene starter fredag 4. oktober kl. 19 med fellstart for kvinner og menn
Kalender Sørmarka Arena, 400m banen, se her: http://www.sormarka-arena.com ('Lengdeløp')
Stevnehotell: Rica Forum Hotel, Gunnar Warebergsgate 17 https://www.rica.no/hoteller/stavanger/rica-forum-hotel/ Telefon: 51 93 00 00 Epost: rica.forum.hotel@rica.no

Fredag 4.10.2013	
09:00 – 15:45	400m banen i Sørmarka Arena åpen for alle. Trening på publikums premisser
15:30 -	Shutlebil fra hotellet til Sørmarka Arena
15:45 – 16:00	Ispreparering 400m banen
16:00 – 18:00	400m banen åpen og reservert for trening aktive
17:30 – 18:00	Kontroll av sikkerhetsutstyr og utdeling av startnummer for fellesstarten. Ved inngangen til hallen. Minner om NSF's Løpsregler fellesstart 2013-14, Punkt 5 Sikkerhetsutstyr, se link nedenfor.
	http://www.skoyteforbundet.no/hurtiglop/Regler%20og%20instrukser/Lopsregler%20fellesstart%202013-2014.pdf
18:00	Lagledermøte på Mezzaninen ved kafeen. Utdeling av akkreditering for lagledere, trenere og løpere
18:55	Prøvepar 500m

Fredag 4.10.2013	(forts.)
19:00	Fellesstart kvinner 8 runder
19:20	Fellesstart men 15 runder
	Premier for fellestraten kan hentes i Skøytebutikken fra Lørdag
20:00	Trekning i Sørmarka Arena, sekretariatet Lørdagens distanser. Lister kan hentes ved sekretariatet (ved tidtakerbu) så snart kopiering er ferdig. Listene presenteres på RSK web og distribueres også til Rica Forum.

Lørdag 5.10.2013	
07:00	Frokosten åpen på Rica Forum fra kl. 7
08:45	Shutlebil fra hotellet starter, prioritet ved oppmøte i henhold til antatt starttid
09:00 - 10:30	400m banen åpen for trening aktive
09:00 -	Sekretariatet åpent
10:00	Lagledermøte på Mezzaninen ved kafeen
10:55	Prøvepar 500 m
11:00	Stevne start første dag. 500 m Kvinner 500 m Menn 1000 m Kvinner 1000 m Menn 1500 m Kvinner * 3000 m Menn * * Tentativ kvartettstart Se oppslag og egne sider for deltakerlister, startlister og resultatlister når de er klare.
Info	Premiering: 500 m Kvinner 500 m Menn 1000 m Kvinnr 1000 m Menn 1500 m Kvinner 3000 m Menn Premier kan hentes i Skøytebutikken så snart offisielle resultatlister for den enkelte distanse foreligger.
Ca. 16:00	Stevnet ferdig første dag, (ca. tid, kun veiledende)
Ca. 16:30	Trekning for søndagens distanser. Lister kan hentes ved sekretariatet (ved tidtakerbu) så snart kopiering er ferdig. Listene presenteres på RSK web og distribueres også til Rica Forum.

Søndag 6.10.2013	
07:00	Frokosten åpen på Rica Forum fra kl. 7
07:45	Shutlebil fra hotellet starter, prioritet ved oppmøte i henhold til antatt starttid
08:30 - 09:30	400m banen åpen for trening aktive
08:30 -	Sekretariatet åpent
09:00	Lagledermøte på Mezzaninen ved kafeen
09:55	Prøvepar 500 m
10:00	<p>Stevne start andre dag</p> <p>500 m Kvinner 500 m Menn 1000 m Kvinner 1500 m Menn *</p> <p>3000 m Kvinner * 5000 m Menn *</p> <p>* Tentativ kvartettstart Se oppslag og egne sider for deltakerlister, startlister og resultatlister når de er klare</p>
	<p>Premiering:</p> <p>500 m Kvinner 500 m Menn 1000 m Kvinner 1500 m Menn 3000 m Kvinner 5000 m Menn</p> <p>Premier kan hentes i Skøytebutikken så snart offisielle resultatlister for den enkelte distanse foreligger.</p>
Ca. 15:00	Stevnet ferdig andre dag, (ca. tid kun veiledende)

Stevneleder	Thor Flickerud	404 12 440
Overdommere, startere og TD oppnevnt av NSF:		
Overdommer Kvinner	Roar Eriksen	906 27 837
Assisterende Overdommer Kvinner	Harry Tverråen	911 34 823
Overdommer Menn	Roald Farestveit	480 99 494
Assisterende Overdommer Menn	Jostein Aspelund	952 37 890
Startere	Tom Johansson Sigurd Fredriksen Tone Sørli	990 20 141 924 29 330 480 12 621
Teknisk Delegert	Bjørn Pettersen	909 44 409
Kontaktperson RSK:	Thor Flickerud e-post: thor@flickerud.no	404 12 440
Kontaktperson media:	Tor Helge Hetland	908 99 447
Telefonnummer Shuttlebil:	Per Nygård	901 72 493
Reglement for Norges Cup se her: http://www.skoyteforbundet.no/hurtiglop/Sider/nydefault.aspx		