



## AKTIVITETSDAG I KREMMERLIBAKKEN 01.02.2020 CAMP 1881



Gausdal skilag inviterer til aktivitetsdag i Kremmerlibakken lørdag 01.02.2020. Det vil bli skihopping i bakkene, ski-leik på sletta og langrenn med intervallstart.

**Bakkestørrelse:** K3-K5-K10-K15-K25

### Rammer for dagen:

**10.00:** Henting av startnummer i trekantbua og frihopping i anlegget.

### 10.30 Hopp så langt som mulig, sammenlagt.

I 1 time blir alle hopp lengder målt, og lengdene blir lagt sammen. Alle utøvere hopper i den bakken man vil, og det hoppes i alle bakker samtidig. Det legges opp til en runde på sletta med passering av slalåmporter, før man tar heisen opp til nytt hopp.

Halvtimes pause før langrennet.

**Ca kl 12:00: Langrenn**, intervallstart med 15. sekund. Løype på ca 500m. Man går så mange runder man vil.

**Premieutdeling;** deltakerpremie til alle, etter at alle har kommet i mål på langrennet.

### Påmelding:

Velg den bakken man vil starte å hoppe i for påmeldingen, og man kan variere mellom bakkene i løpet av dagen.

Påmelding gjøres via MinIdrett, eller til: Linda Svendsrud, e-post:

[svendsrud.linda@outlook.com](mailto:svendsrud.linda@outlook.com)

Startkontigent 100kr.

Kontonummer Gausdal skilag: 2003 07 00814. VIPPS: 26445

**Påmelding kan også gjøres fra 9.30 på renndagen i Kremmerlibakken.**

### Informasjon og deltakerliste blir lagt ut på:

Rennets hjemmeside: <http://www.gausdal-il.no/index.php/hopp>

Gausdal skilags facebookside; [https://www.facebook.com/pg/Gausdal-skilag-181484528595092/posts/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pg/Gausdal-skilag-181484528595092/posts/?ref=page_internal)

**Velkommen til Kremmerlibakken!**