



AKTIVITETSDAG I KREMMERLIBAKKEN 07.03.2020



Gausdal skilag inviterer til aktivitetsdag i Kremmerlibakken lørdag
07.03.2020.

Det vil bli skihopping i bakkene og langrenn med intervallstart.

Bakkestørrelse: K3-K5-K10-K15-K25

Rammer for dagen:

10.00-10.45: Henting av startnummer i trekantbua.

11.00 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.

Ca kl 12:45: 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.no eller til: Silje Brodshaug, e-post:

silje@kantall.no

Startkontingent 100kr.

Kontonummer Gausdal skilag: 2003 07 00814. VIPPS: 26445

Påmelding kan også gjøres fra 10.00 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

Velkommen til Kremmerlibakken!

Baklivegen 1934, 2651 Østre Gausdal

