

# Oslo Rulleskicup 2023

## Rulleskirenn for 9-16 år (2015-2008)



Velkommen til **Oslo Rulleskicup for barn og ungdom, Holmenkollen skianlegg og Lillomarka rulleskianlegg.**  
ORC arrangeres av LYN SKI, Lillomarka SK og Heming IL  
Vi har fordelt datoer som følger:

Torsdag 31. aug – Holmenkollen arena, LYN SKI  
Tirsdag 5. september – Lillomarka arena, Lillomarka SK  
Tirsdag 12. september – Holmenkollen arena, Heming IL

### Rulleski - SKATE

- Yngste startende, uten rangering (2014-2015) kan gå på egne rulleski. Vi har også utlåns ski til de som ønsker, junior Swenor. Klassene er urangert, ref. NIF bestemmelser.
- Mellomklasse, 2012-2013, går på utlåns ski, junior Swenor.
- Eldre klasser, f.o.m. 2011, går på utlåns ski, senior Swenor.

### Påmelding:

- Påmelding for alle i Min Idrett.
- Meld på HVERT ENKELT RENN.
- Rennene er åpne for alle, uavhengig av klubb.
- Påmeldingsavgift kr 150,- per renn.
- Merk: Det er klasser for vinter 2023/24 som gjelder ved påmelding. GJ 2015 = GJ 9 osv.
- Vi bruker EQ timing. Vi bruker brikke på hjelm til alle.
- Første start: kl. 18.00 alle tre dager. Individuell start.
- Merk: Vi har begrenset antall plasser, og vil stenge påmeldingen når rennet er fullt.

Distanser			Type ski
9-10 år (2014-2015)	Ca. 1,1 km	1 kort runde	Jr. ski
11-12 år (2012-2013)	Ca. 2,2 km	2 korte runder	Jr. ski
13-14 år (2010-2011)	Ca. 2,5 km	1 lang runde	Sr. ski
15-16 år (2008-2009)	Ca. 5 km	2 lange runder	Sr. ski

Kontakt: daglig leder LYN SKI Annik Bjørndal, [post@lynski.no](mailto:post@lynski.no), tlf: 90 19 98 69.