

Terminliste sesongen 23/24 Samnanger IL – Langrenn / Totræna Vinterpark

Type	Dato	Rennstart	Stilart
Desember			
1. Karusellrenn	Lørdag 30.12.23	12.00	Fristil
Januar			
2. Karusellrenn	Lørdag 06.01.24	12:00	Klassisk
Skilek (Telenor karusellen)	Lørdag 20.01.24	12:00	Lek og moro
3.Karusellrenn	Mandag 22.01.24	18:00	Fristil (lang)
Samnangerrenet KM	Lørdag 27.01.24	12:00	Klassisk
Vikingrennet KM	Søndag 28.01.24	12:00	Fristil (lang)
Februar			
4. Karusellrenn	Lørdag 03.02.24	12:00	Klassisk
Skilek (Kom deg ut dagen)	Søndag 04.02.24	12:00	Lek og moro
5. Karusellrenn	Mandag 12.02.24	18:00	Fristil
6. Karusellrenn	Torsdag 22.02.24	18:00	Klassisk (kort)
Mars			
7.Karusellrenn	Tirsdag 05.03.24	18:00	Fristil
Skilek (Telenor karusellen)	Søndag 10.03.24	12:00	Lek og moro
8.Karusellrenn	Torsdag 14.03.24	18:00	Klassikk
Samnangermesterskapet (SM)	Lørdag 23.03.24	12:00	Fristil

Skilek – Telenor karusellen/skisprell

Skicross og skilek med stor trivselsfaktor for barn og ungdom. Det blir satt opp en spennende løype rundt stadion med flere utfordringer av varierende vanskelighetsgrad. Det blir også snopeløype og annet gøy!

Alle er velkomne til å bli med, det er gratis deltagelse og alle som deltar får premie!

Karusellrenn

Gjennom hele vinteren arrangerer vi karusellrenn for alle aldersgrupper.

Digital forhåndspåmelding. Påmelding på stadion er mulig om en møter opp i god tid før rennstart.

For å melde seg på må en ha bruker på [min idrett](#) (Hvert barn må ha egen bruker).

Ikke medlemmer av Samnanger IL må betale kr. 50.- for å bli med på arrangement.

Øvelse	Løype	Klasse
1 km	Ca. 1,1 km - 1 runde	J/G 8, 9 og 10 år
2 km	Ca. 2,5 km - 1 runde	J/G 11 og 12 år
3 km	Ca. 3,3 km - 1 runde	J/G 13 og 14 år
5 km	Ca. 5,4 km - 1 runde	J/G 15 og 16 år, J 17 → senior dame
10 km	Ca. 5,4 km - 2 runder	G 17 → senior herrer
5 km	Ca. 5,4 km - 1 runde	Trimklasse

- Andre løyper kan benyttes ved kveldsrenn, snømangel, kort og lang løype.
- Avlyste/utsatte arrangement kan bli flyttet til annen dato.
- Resultater legges inn på samnangeridrettslag.no/langrenn.
- Alle som deltar på minst 3 renn vil få premie.
- For renn og arrangement i resten av kretsen: [Skiforbundet](#).

Samnangerrenet (KM)

Samnanger IL har gleden av å arrangere kretsmesterskapet i klassisk lørdag 27. januar 2024. [Last ned egent dokument.](#)

Skitrening for barn, ungdom og voksenkurs

Langrennsgruppen i Samnanger har faste treninger gjennom hele vinteren for barn og ungdom. Vi har grupper for 6-8 år, 9-10 år 11-12 år og 13 år og oppover.

Mer informasjon på: samnangeridrettslag.no/langrenn.

Treningstider:

- Tirsdager kl. 18:00
- Torsdager kl. 18:00

Stilart for treningen blir lagt ut i [Samnanger langrenn](#) før hver økt.

Vi holder flere kurs for voksne som ønsker å lære å skøyte. Disse legges ut i [Skiføre Totræna Vinterpark](#) i god tid før kursstart.

Kontakt oss: post@totrana.no

Vel møtt! Hilsen

Samnanger IL, Langrennsgruppen

