

På vegne av Norges Skiforbund, har Molde og Omegn Idrettsforening (M.O.I.) gleden av å innby til Norgesmesterskapet for Junior, nordiske grener, i tidsrommet 3 – 6 mars 2005 i Molde.

Konkurransene i NM Junior omfatter, langrenn, hopp og kombinert og disse vil finne sted i Skaret Friluftspark, nærmere bestemt i Skarbakken (90 m) og ved Skaret Skisenter.

### *Rennprogram*

<b>Torsdag 3.mars</b> Langrenn - NCjr 6 Hopp	KI 0930 KI 1000 / 1130 KI 1020 / 1210 KI 1045 / 1240 KI 1700	Offisiell åpning, Skaret Skisenter J/G 16 år 7,5 / 10 km C J/G 17 år 10 / 15 km C J/G 18/19 år 15 / 20 km C Offisiell trening: Spesielt Hopp K90 (3 omg.)
<b>Fredag 4. mars</b> Langrenn - NCjr 7 Kombinert Hopp	KI 0930 - 1530 KI.1200 KI 1700	J/G Sprint C Offisiell trening Kombinert K90 (3 omg.) G/J 16-17 år Hopp K90 Lagkonkurranse
<b>Lørdag 5. mars</b> Kombinert Langrenn - NCjr 8 Hopp Kombinert	KI 1000 KI 1030 / 1140 KI 1055 / 1225 KI 1120 / 1305 KI 1300 KI.1430	G/J 16-17/18-19 år Kombinert K90 Normal J/G 18/19år 5 / 7,5 km F J/G 17 år 5 / 7,5 km F J/G 16 år 5 / 7,5 km F G/J 16-17 år Spesielt Hopp K 90 G/J 16-17/18-19 år Kombinert langrenn 10 km (2 x 5 km)
<b>Søndag 6. mars</b> Kombinert Langrenn Kombinert Langrenn	KI 0830 KI 0930 KI 1050 KI 1130	<u>Reservedag hopp/kombinert</u> G16-17/18-19 år Kombinert sprint K90 Stafett Jenter 4 x 3 km CCFF G 16-17/18-19 år Kombinert sprint 5 km Stafett Gutter 4 x 5 km CCFF

Alle tider er ca. tider. Endelig tidsskjema vil du finne på [www.moldeidrett.no](http://www.moldeidrett.no) nærmere arrangementet.

#### Reservearena:

Langrenn/kombinert langrenn: Markane IL, Stryn i Sogn og Fjordane

Hopp/kombinert hopp: IL Vetten, Stryn i Sogn og Fjordane

## Rennledere:

Gren	Navn	Telefon	
Hopp/kombinert	Per Olav Blikås	71 21 66 83 (p)	90 62 50 26 (mob)
Ansv. kombinert langrenn	Jan Helge Vassdal	71 25 62 24 (p)	91 16 41 33 (mob)
Langrenn:	Ola Skjæret	71 20 04 14 (p)	97 50 70 37 (mob)

## Teknisk delegert (TD):

Gren	Navn
Hopp:	Jon Even Westby, Oslo
Kombinert:	Odd Jostein Haugen, Oppland
Langrenn:	Petter Grønås, Fauske
Ass. TD langrenn	Liv Ildrid Haugen, Melhus

## Doping

Det kan bli gjennomført dopingkontroll og blodprøver under Junior NM 2005, M.O.I.

Viser forøvrig til § 207 med underpunkt om doping i NSF rennreglement fellesdel.

## Påmelding

Det benyttes "Klubben Online"- påmelding til rennene med unntak av laghopp og stafett. Online påmelding vil åpne **1. januar 2005**. Vi gjør oppmerksom på at det etter påmeldingsfristens utløp (23.02.05) blir lagt ut oversiktslister for kontroll.

Det er ikke tillatt å melde på løpere som ikke har gyldig skiforsikring uten at dette uttrykkelig meddeles arrangør slik at engangslisens, kr. 40,- pr. start, kan betales senest ved henting av startnummer. Klubbene sender kopi av påmeldingen til sin krets.

**NB!** Løpere fra NSF's offisielle skigymnas, skal meldes på med navn på skigymnaset før klubb/lag. I påmeldinga må det også gjøres merknad om hvem som er utenlandske statsborgere.

### Påmelding enkeltøvelser:

Påmeldingsadresse: enten via klubbens egen side og klubben online der eller på [www.skiforbundet.no](http://www.skiforbundet.no), finn terminlister i venstre meny, velg renn og meld deg på.  
Påmeldingsfrist: **innen onsdag 23. februar 2005 kl 1800**. Etter fristen betales dobbel startkontingent  
Startkontingent: kr 100,- pr. enkeltstart

### Påmelding lagkonkurranser og stafett:

Benytt vedlagte skjema for påmelding av antall lag for lagkonkurranser og stafett.  
Påmeldingsadresse: [juniornm@moldeidrett.no](mailto:juniornm@moldeidrett.no)  
Påmeldingsfrist: **innen fredag 25. februar 2005 kl 18.00** Etter fristen betales dobbel startkontingent  
Startkontingent: kr 400,- pr. lag i stafett, langrenn og lagkonkurranse, hopp

Kretsene er ansvarlig for betaling av startkontingent til arrangøren innen fristen 25. februar.

Startkontingenten bes innbetalt til bankkontonr.: **3910 26 04540**

Kretsene må sende navn, telefonnummer og e-postadresse på klubbenes kontaktpersoner til arrangøren.

### Lagledermøter

Dag	Tid	Sted	Gren
Onsdag 02. mars	1800	Rådhusalen *	Langrenn
Torsdag 03. mars	2100	Rådhusalen	Hopp
Fredag 04. mars	1800	Rådhusalen	Langrenn
Fredag 04. mars	2100	Rådhusalen	Hopp/kombinert sprint og normal

\* Rådhuset finner du i Molde sentrum. Her finner du NM-kontoret.

### Treningstider

Dag	Tid	Gren	Sted
Onsdag 02. mars	1000 - 1800	Langrenn, kombinert langrenn	Skaret Skisenter
Torsdag 03. mars	1500	Kombinert langrenn	Skaret Skisenter
Torsdag 03. mars	1700	Hopp offisiell trening (3 omg.)	Skarbakken
Fredag 04. mars	1200	Kombinert hopp offisiell trening	Skarbakken
Fredag 04. mars	1500	Kombinert langrenn	Skaret Skisenter

### Premieutdeling

Dag	Tid	Gren	Sted
Torsdag 03. mars	1900	Langrenn	Bjørnsonhuset
Fredag 04. mars	1900	Langrenn	Bjørnsonhuset
Lørdag 05. mars	1730	Langrenn, hopp spesielt, hopp lag og kombinert normal	Bjørnsonhuset
Søndag 06. mars	etter øvelses slutt	Langrenn stafett Kombinert sprint	Skaret Skisenter Skaret Skisenter

Det vil bli blomsterseremoni for medaljevinnere på de enkelte arenaer etter hver konkurranse.

## *Rennkontor*

NM-kontoret er i Rådhuset i Molde sentrum. Det vil være bemannet under hele arrangementet som følger:

Dag	Tid
Tirsdag	kl 1700 - 2000
Onsdag	kl 1000 - 2100
Torsdag / Fredag / Lørdag	kl 0800 - 2100
Søndag	kl 0800 - ca. 1600

I tillegg vil det være egne rennkantor på hver arena de dager det pågår øvelser der.

**Startnummer og program blir delt ut kretsvis i NM-kontoret i Rådhuset.**

**Bortkomne startnummer belastes vedkommende skikrets med kr 300,- pr. nr.**

## *Resultatlistor*

En offisiell resultatliste pr. øvelse utleveres til hver krets på NM-kontoret i Rådhuset. Offisielle resultatlistor vil bli lagt ut på [www.moldeidrett.no](http://www.moldeidrett.no) og vil bli å få kjøpt på NM-kontoret. På arena vil en kunne få kjøpt uoffisielle enkeltlistor etter hver øvelse.

Ekstra program/startlistor blir solgt på arena.

## *Smøretelt og parkering*

### **Skaret Skisenter:**

Det vil bli satt opp smøretelt med nødvendig lys og varme.

Pris pr smøreplass: kr 3.500,-

**Bestilling og betaling** av smøreplass skjer på eget skjema **innen onsdag 02. februar 2005.**

Det er parkering for både biler og busser ca. 100 meter fra stadion.

### **Skarbakken:**

Smøring foregår i garasje 1. etasje

Pris pr. smøreplass inkl. strøm: kr 300,- pr. krets (obligatorisk)

Det er parkering langs riksveien ca. 100 meter fra bakken.

Betaling skjer til kononr. **3910 26 04540** med betalingsfrist **onsdag 02. februar 2005.**

## *Garderobe/Dusj*

Hopp/kombinert hopp: Garasje 2. etasje i Skarbakken (kun garderobe) eller på overnattingssted  
Langrenn/kombinert langrenn: Idrettens Hus like ovenfor Molde Sentrum eller på overnattingssted

## *Kafe-kiosk/Innkvartering/Reise/Transport*

Det vil være kafe og/eller kiosk på begge arenaer.

Som vedlegg finner dere oversikt over overnattingssteder i Molde og omland.

Vedlagt er en oversikt over bilutleiefirma og busselskaper/andre som leier ut minibusser/busser.

## *Internett*

Det er opprettet egen hjemmeside for NM junior i Molde 2005.

Start- og resultatlister vil bli lagt ut på hjemmesiden etterhvert som de blir tilgjengelige under arrangementet.

Ansvarlig redaktør for hjemmesidene er Steinar Husby.

Vår internettadresse er: [juniorm@moldeidrett.no](mailto:juniorm@moldeidrett.no)

Vår hjemmeside er : [www.moldeidrett.no](http://www.moldeidrett.no)

På internett finner du oppdaterte opplysninger om:

- Arrangørklubben Molde og Omegn Idrettsforening (M.O.I.)
- Presentasjon av NM-komiteen og organisasjonskart/-apparat
- Innbydelsen til NM-Junior
- Løypekart og løypeprofiler:
  - 1200 m - Sprintløype
  - 3 km - Stafett jenter
  - 5 km - 5 km F, kombinert sprint og normal (2x 5 km) og stafett herrer
  - 7,5 km - Jenter C og Gutter F
  - 10 km - 10/20 km langrenn
- Bakkeprofil Skarbakken K90
- Startlister
- Resultatlister
- Vær- og temperaturforhold
- Overnattingssteder i Molde og Omland
- Oversikt over bilutleiefirma i Molde og busselskap i Molde og omland
- Annet

## Kontaktpersoner i NM-organisasjonen

Disse kontaktpersonene kan kontaktes utenom NM-kontorets åpningstider:

Funksjon	Navn	Adresse	Telefon
Leder	Røv, Arne	Birkelandv.25, 6416 MOLDE	41 68 00 06
Nestleder	Kavli, Hans	Forhjellen 14, 6412 MOLDE	99 23 69 01
Sekretær	Aambø, Stig	Hjellmyrnakken 26, 6429 MOLDE	71 25 34 62
Rennleder langrenn	Skjæret, Ola	Steinskaret 13, 6416 MOLDE	97 50 70 37
Løypesjef langrenn	Pettersen, Tore	Rødstrupevn.19,6425 MOLDE	91 11 79 05
Rennleder hopp/kombinert	Blikås, Per Olav	Naustv. 11, 6416 MOLDE	90 82 50 26
Bakkesjef	Angvik, Odd Bjørn	Amtmannveien 1, 6419 MOLDE	97 68 24 80
Ans. kombinert langrenn	Vassdal, Jan Helge	Ola Fladmarksvei 2, 6412 MOLDE	91 16 41 33
Leder Marked/Økonomi	Ødegård, Roy	Fannebakken 25, 6422 MOLDE	71 21 00 88
Leder Kultur/Sermoni	Opheim, Atle	Øverbøen 25, 6411 MOLDE	71 25 48 57
Leder Info/Presse	Heggdal, Ragnar	P.B. 484, 6401 MOLDE	71 21 03 67
Leder rennkontor/sekretariat	Nerland, Marit Aunan	Rødstrupevn.20, 6425 MOLDE	99 32 78 54
Rennsekretær hopp	Skogly, Reidar	Farstadbakken 4, 6413 MOLDE	71 25 14 78
Internettredaktør	Husby, Steinar	Lunheimv. 16 B, 6416 MOLDE	92 68 06 67
Leder M.O.I.	Lervik, Finn	Birkelandsv. 51, 6416 MOLDE	97 59 37 86

Molde og Omegn Idrettsforening ønsker dere hjertelig velkommen til NM Junior 2005, nordiske grener i Molde. Vi håper dere vil oppleve flotte og minnerike dager her hos oss.

Molde, 1. januar 2005



Finn Lervik  
Leder av  
Molde og Omegn Idrettsforening



Arne Røv  
Leder av  
NM-komiteen

Vedlegg:

- Dag for dag program
- Påmeldingsskjema stafett jenter
- Påmeldingsskjema stafett gutter
- Påmeldingsskjema spesielt hopp, lag
- Bestillingskjema for plass i smøretelt

