**Informasjon til løpere og ledere for Tour de Reisa 2019**

**Lørdag og søndag:**

Oppvarming og gjennomgang av løypene fra kl. 1000. Oppmøte bak tidtaker bua.

8-9 år ansvarlig: Trenere eller personer utpekt av trenere, samt foreldre.

10-12 år ansvarlig: Trenere eller personer utpekt av trenere, samt foreldre.

13-16 år ansvarlig: Hver enkelt løper har selvstendig ansvar for gjennomgang av løypene. Trenere eller personer utpekt av trenere kan bistå.

Utdeling av startnummer vil finne sted nede i smøreboden under skihuset. Utdeling fra kl. 1000 begge dagene.

Trenere og/eller personer utpekt av trenere må følge opp løperne sine for start i de ulike løpene. Spesielt må løperne følges opp i forbindelse med sprinten lørdag kl. 1500 og utover (gjelder fra 11 år og oppover). Her kan det bli hektisk med flere heat og mange klasser. Vidar Aamo Nikolaisen er hovedansvarlig for Nordreisa IL, og vil forsøke å følge opp løperne inn mot de ulike løpene og heatene.

Smørere er Jan Børre Johansen, Karl Petter Johansen og Lars Erik Høgbakk. Jan Børre Johansen har hovedansvaret. All smøring vil foregå i smørboden under skihuset. Skiene leveres inn senest 1,5 time før renn. Smørerne vil på lørdag optimaliser skiene gjennom bruk av ulike typer rill samt evt topping produkter (for løpere klasse 16 år og eldre).

**NB! Det er innført forbud mot bruk av fluorholdige glider i forbindelse med skirenn. Dette gjelder til og med klasse 16 år. Glider som skal brukes i rennet må ikke være merket med F.**

Klassisk ski kan settes utenfor smøreboden i Saga innen kl. 19.30 lørdag eller senest kl. 09.30 søndag.  Skiene som leveres på kveld, låses inn på smørerommet kl. 19.30.  Alle ski må være ferdig siklet og børstet.

Tips for glider vil bli gitt på forespørsel til en av smørerne (trolig CH-7 eller CH-8 eller tilsvarende). Skiene for bruk på søndag leveres ferdig glidet, siklet og merket med navn og konkurranseklasse.

Se innbydelsen til Tour de Reisa for informasjon om renn og løpsopplegg.

Ved ytterligere spørsmål, ta kontakt med:

Vidar Aamo Nikolaisen

Hovedleder Nordreisa IL

Mobil: 91878362