



Öregrunds idrottsklubb inbjuder till  
ICA Cup distriktsfinal



# ÖREGRUNDSSPRINTEN och ÖREGRUNDSKROSSEN

Lördag 30 januari 2016

- Plats** Elljusspåret Öregrund, vid skolan och sporthallen.
- Starttid** **Öregrundssprinten** - första start 11.00, ett lopp per deltagare, intervallstart. Banan är ca 600 m. Kortare bana i H 0-8, D 0-8, H 9-10 och D 9-10  
**Öregrundskrossen** - första start 13.00, två lopp per deltagare, 60 min mellan loppen. Sammanlagda heattider gäller. Skicrossbanan är ca 450 m. Kortare bana i H 0-8, D 0-8, H 9-10, D 9-10
- Teknik** Fristil (skate). Tekniska hinder i skicrossbanan, exempelvis slalomportar, bågar, backport mm
- Klasser** H 0-8, D 0-8 (ingen tidtagning), H 9-10, D 9-10 H 11-12, D 11-12, H 13-14, D 13-14, H 15-16, D 15-16, H 17-, D 17-
- Anmälan** Anmälan via IdrottOnline senast 26 januari. Efteranmälningar i mån av plats till [ulf.bergstrom@oregrund.nu](mailto:ulf.bergstrom@oregrund.nu) senast kl. 09.00 på tävlingsdagen
- Anm.avg** Samtliga klasser 80 kr/tävling. Vid efteranmälan är avgiften 50% högre
- Övrigt** Ombyte och prisutdelning i sporthallen. Försäljning av lunch och fika i cafét.
- Upplysn** Hans-Olov Claesson 070-539 27 61. Även på hemsidan: [www.oregrundsik.se/](http://www.oregrundsik.se/)

VÄLKOMNA önskar Öregrunds IK skidor!