



Generalsponsor:



RINDAL SPAREBANK SKI-CUP 2018 OG SMÅTROLL I LØYPA

Skigruppa i Rindal IL arrangerer Rindal Sparebank Ski-cup hver torsdag fra uke 1 og frem til påske, og avsluttes med skileik på Tørsåslødagen søndag den 18. mars. Alle deltakere får premie, og premiering skjer etter antall deltakelser. Dette er et felles arrangement for hele bygda, med aktivitet ved Iglthønna, Skogsletta og Tørsåslåa.

Hovedformålet med Rindal Sparebank Ski-cup er at barna skal synes det er gøy og leke og renne seg på ski! Ski-cupen er skiavdelingen sitt bidrag til klubbens barneidrett, der allsidig lek vil kunne være positivt for utviklingen av barnas skimestring og kroppsbeheerskelse.

I Rindal Sparebank Ski-cup 2018 inngår følgende arrangement:

- **Skileik og Skicross** (her er det snakk om å "reinn se på ski"!)
 - o Ulike aktiviteter som hopp, slalom, stafett, kulekjøring og lek på ski
 - o Tørsåslødag med skileik
 - o Skicross arrangeres (uten tidtaking) ved nye Iglthønna skistadion. Her legges det opp til en hinderløype på ski. I tillegg blir det aktivitetsposter for «vanlig» skileik
- **Poengrenn og Rindalsmesterskap**
 - o Det blir arrangert fire poengrenn, herunder Rindalsmesterskap. I 2018 arrangeres Rindalsmesterskapet i fristil på Iglthønna Skistadion, med premieutdeling etter rennet. Her tas det tid på alle i skolealder (ingen rangert resultatliste under 11 år), mens de under skolealder registreres som deltatt uten tid.

Totalt gir dette 11 arrangement.

- **Premiering:**
 - o Gullmedalje: minst 8 oppmøter
 - o Sølvmedalje: minst 5 oppmøter
 - o Bronse: 1-4 oppmøter

Premieutdeling for antall oppmøter vil være på basaren i Rindalshuset etter sesongen. På Rindalsmesterskapet blir det kåret Rindalsmester i klassene 11 år og eldre.

Rindal IL 6657 Rindal post@rindalil.no www.rindalil.no Kontonr: 4111.06.00958 Org.nr: 871 375 402

Hovedsamarbeidspartner:



Partnere:





Avd. Ski

Generalsponsor:



Dato/tid	Oppmøtested	Arrangement
Tors 04.01 18:00	Iglthønnastadion	Skileik
Tors 11.01 18:00	Skogsletta	Poengrenn, klassisk stil
Tors 18.01 18:00	Iglthønnastadion	Skileik
Tors 25.01 18:00	Iglthønnastadion	Poengrenn, fristil
Tors 01.02 18:00	Skogsletta	Skileik
Tors 08.02 18:00	Iglthønnastadion	Skicross/skileik
Tors 15.02 18:00	Skogsletta	Poengrenn, klassisk stil
Tors 22.02 18:00	Iglthønnastadion	Skileik
Tors 01.03 18:00	Skogsletta	Skileik
Tors 08.03 18:00	Iglthønnastadion	Rindalsmesterskap, fristil
Søn 18.03 12:00	Tørsåsløa	Tørsåslødag

Vi har også et mål om å arrangere skidag et par lørdager i feb/mars. Det tar vi på finværsdager. Dette blir bonusoppmøter!

07.02.18: Rindal Langrennscross , 11.03.18: Rindølrennet, 25.04.17: Nordmarkløpet

«Småttroll i løypa – gøy på ski», tirsdager kl 18:00

For å understreke at dette er lek og renning på ski, har vi valgt å omdøpe tirsdagstreningene til «Småttroll i løypa – gøy på ski». For barn født i 2006-2010. Her er det mye lek, men vi prøver i tillegg å gi litt teknikkinstruksjon for disse aldersgruppene. Det vil også være vanlig skitrening for barn født i 2005 og eldre på tirsdager. Klubben har noen smørbare ski dersom det er ønskelig å låne det for bedre glid på skiene.

Vi tar utgangspunkt i klassisk i partalluker og fristil i oddetalluker. Endringer kan forkomme grunnet endringer i vær, forhold og føre, og da bli varslet via informasjonsgruppa på Facebook.

Utstyr

Det stilles ingen krav til utstyr for å delta. Hvis noen trenger hjelp til å skaffe utstyr eller lignende vil skiavdelingen være behjelpelig med å skaffe dette. Vi oppfordrer alle til å bruke facebookgruppa «kjøpe/selge/bytte skiutstyr Rindal IL ski» for kjøp og salg av utstyr, og at størst mulig del av utstyrshandelen kan bestå av brukt utstyr til en brøkdel av nypris.

Rindal IL 6657 Rindal post@rindalil.no www.rindalil.no Kontonr: 4111.06.00958 Org.nr: 871 375 402

Hovedsamarbeidspartner:



Partnere:



Surnadal
Varme og Sanitær AS



lett hus



Avslutt med stil



Rindal
- tid til å leve



Generalsponsor:



Smøretips – smørehjelp: For tirsdager med klassisktrening tilbyr vi smørehjelp, møt opp kl. 17:40 og henvend dere til trenerne/smørehjelpa hvis dere trenger hjelp med smurning. Det vil også bli lagt ut smøretips på informasjonssiden på facebook.

Informasjonskanaler:

- **Facebook, «Rindal IL ski – Infogruppe for Rindal Sparebank Ski cup og Småttroll i løypa»:**
 - ➔ Informasjonskanal for Rindal Sparebank Ski cup.
 - ➔ Småttroll i løypa: Informasjon om stilart, smøretips ol. Endringer kan skje samme dag pga. vær- og føreforhold.
- **Hjemmeside:** All informasjon legges ut her. <http://rindalil.no/ski.281906.no.html>
- **Trollheimsporten:** Informasjon legges ut ved oppstart.

Kontaktpersoner i Skigruppa er: Håkon Solvik (leder)- tlf. 926 01 677 og Pål Sande - tlf. 920 90 471.

Med vennlig hilsen

Rindal IL, skigruppa

Rindal IL 6657 Rindal post@rindalil.no www.rindalil.no Kontonr: 4111.06.00958 Org.nr: 871 375 402

Hovedsamarbeidspartner:



Partnere:

