



Velkommen!

Aktiv skøyteklubb vil ønske løpere, trenere, lagledere, foreldre og publikum samt våre funksjonærer hjertelig velkommen til A.S.K.- Cupen!

Løp:	ASK-cupen
Sted:	Frogner stadion
Arrangør:	Aktiv Skøyteklubb
Startdato:	Lørdag 19.11.16
Sluttdato:	Lørdag 19.11.16
Gren:	Hurtigløp
Type:	Nasjonalt
Klasser:	Rekrutt, (aldersgrense 6 år), 10-, 11-, 12 år, Junior C, Junior B.
Program/info:	Start klokken 10.00, lagledermøte klokken 09.15 Rekrutter 100m-400m, 10 år: 400m-500m, 11 og 12 år: 500m-1000m, Junior C og Junior B: 500m-1500m.
Deltageravgift:	Garderobeavgift er inkludert i beløpet. Rekrutter kr 115,- totalt. Øvrige løpere kr 165,- totalt.
Påmeldingsfrist:	14.11.2016. Ved etteranmelding betales dobbel deltageravgift.
Påmelding til:	Aktiv Skøyteklubb Online påmelding via vår hjemmeside www.aktivsk.no Link til påmeldingsskjema på forsiden under Arrangementer sesong 2016-2017. Påmeldingslink legges ut innen 01.11.2016. Nødvendige opplysninger ved påmelding: Oppgi sesongbeste/fjorårsbeste fra klassene 11 år og eldre. Oppgi også e-postadresse slik at vi eventuelt kan nå dere. (Vil kun være synlig for oss). Deltageravgift betales samtidig med påmelding til konto 9003 05 27363. Merk innbetalingen ASK-cupen. Stevneansvarlig: Heidi Støen, mobil: 414 33 283, e-postadresse: stoenhei@gmail.com
E-postpåmelding:	IKKE E-POST, online påmelding på www.aktivsk.no Se over
Webside:	www.aktivsk.no
Mer informasjon:	
Deltagerliste	Når dere har klikket link til påmelding, vil dere i det grå feltet kunne velge <i>list alle påmeldte</i> .
Trekning	Fredag 18. november kl.18:00.
Startlister	Legges ut på vår hjemmeside i løpet av kvelden.
Premiering	Full premiering i klassene rekrutt-12 år. ½ premiering jun C/B.
ASK Cup	Pokal til stevnets beste klubb etter følgende poengberegning: I klassene rekrutt og 10 år får man 3 poeng for hver startende løper.

	<p>I klassene fra 11 år og oppover fordeler poengene seg slik:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. plass: 20 poeng 2. plass: 16 poeng 3. plass: 12 poeng 4. plass: 10 poeng 5. plass: 8 poeng 6. plass: 7 poeng 7. plass: 6 poeng 8. plass: 5 poeng 9. plass: 4 poeng 10. plass: 3 poeng 11. plass: 2 poeng 12. plass: 1 poeng
Istid lørdag før start	Kl. 09:00- 09:30
Preparering før stevnestart	Fra kl. 09:30.