



Indbydelse til DM langrend 2024

i

Ulricehamn, Sverige

31. januar – 3. februar

Velkommen

Velkommen til DM langrend 2024 – igen med løjper af international kvalitet og med et skistadion som kan rumme tusindvis af tilskuere, men som også giver os rigtig gode forhold for at afvikle de konkurrencer, der ikke kører helt ud på løjperne.

Løjpenettet er varierende og har du endnu kun set en World Cup konkurrence på TV, så er der nu mulighed for at opleve denne type løjper selv. Vi har "kraftledningen" og vi har "Væggen" som begge er spændende nedkørsler, men også udfordrer i modbakke. De centrale dele af løjpenettet er dækket ind af snekanoner.

Vi har afholdt DM i langrend i Ulricehamn i 1996 og 2023 og har nu fået etableret i godt netværk med kommune, turistbureau og en lokal idrætsforening som hjælper os med officials. Vi glæder os til at lægge den floufri glider på skiene onsdag den 31. januar 2024.

Organisation:

Overordnet ansvarlig	Danmarks Skiforbund	Web-page	https://www.dmlangrend.dk/
Stævneledelse	Carsten Helmuth, +45 40601039 Kurt Mousten Henrik Steen Jensen Ulrich Ghisler	Facebook:	https://www.facebook.com/dmlangrend
Stadionchef	Ulrich Ghisler	Telephone:	+45 51 27 34 36
Teknisk delegeret	Tore Hulgaard	Telefon: email:	+45 51 61 86 28 toh@ramboll.com

Indhold

Velkommen	1
Organisation:.....	1
Indhold	2
Stævnecenter	2
Overnatning & Bespisning.....	2
Program.....	3
Klasser	4
Konkurrenceoversigt/Distancer	5
Langdistancer	6
Regler / Doping	6
Start	7
Mål	7
Præmieuddeling.....	7
Tidtagning.....	7
Tilmelding/Eftertilmelding	8
Transport.....	8
Supplerende information kan findes på	8

Stævnecenter

Lassalyckans Vasaloppscenter
Idrottsgatan
[52333, Ulricehamn](#)
Sverige

Overnatning & Bespisning

Vi har lavet en aftale med [Hotel Lassalyckan](#) lige ved skistadion. De giver fordelagtige betingelser, fordi vi har booket hele hotellet og fordi vi står for koordinering af bookningerne (du kan altså ikke booke direkte på hotellet)

Vi vil gerne give så mange som muligt mulighed for at bo på hotellet og blive en del af den gode stemning og interaktion på tværs af klubber, som vi oplevede i 2023. Derfor indkvarteres du på 2-4

personers værelser med andre deltagere af samme køn, og derudover tilstræber vi, at du indkvarteres med deltagere, der er aldersvarende.

Hvis du har familie/venner/klubkammerater, du gerne vil dele værelse med, vil vi at koordinere det, således at så mange som muligt får deres ønsker opfyldt. ("Først til mølle princippet" – dem der tilmelder sig først, bliver fordelt først).

Har du andre ønsker til indkvarteringen kan du skrive det i bookningen.

Du kan læse mere og booke her (det sker via et program som vi låner af Aalborg Skiklub):

<https://aalborgskikklub.nemtilmeld.dk/101/at-dm2024seng/>

(Hvis du ønsker noget andet, er der også andre hoteller, hytter og [AirBnB i omegnen](#))

Program

Dato	Aktivitet	Tidspunkt
Onsdag	Ankomst og indkvartering Kort distance, klassisk teknik** Præmieuddeling	Fra 1400 1900 2145
Torsdag	Par stafet, 2 personer, sprint, klassisk og fri stil Præmieuddeling	1000-1300 1330-1400
Fredag	Mellem distance, fri stil FÆLLES START Præmieuddeling	1000-1300 1230
Lørdag	Sprint, fri stil Præmieuddeling	0900-1300 1320-1340
Søndag	Västgötaloppet 7/14/21/24/42 km, klassisk, Vasaseedning** Motions- og konkurrenceklasser. DM/FM lang distance.	1000-1400

Klasser

Løbene vil være opdelt i klasser efter nedenstående:

	Dame klasser	Herre klasser	Årgang
Børn	D1	H1	2018-
	D7	H7	2016-2017
	D9	H9	2014-2015
	D11	H11	2012-2013
Ungdom	D13	H13	2010-2011
	D15	H15	2008-2009
	D17	H17	2006-2007
	D19	H19	2004-2005
Voksen	D21	H21	1985-2003
	D40	H40	1975-1984
	D50	H50	1965-1974
	D60	H60	1960-1964
	D65	H65	1955-1959
	D70	H70	1950-1954
	D75	H75	1945-1949
	D80+	H80+	-1944

Konkurrenceoversigt/Distancer

Der konkurreres om to sæt medaljer: Forbundsmesterskab, som beskrevet i klasseoversigten og DIF Danmarksmesterskab, som er åben for alle fra og med D/H 17*.

Klasse Damer	Sprint Fri stil	Par-stafet	Kort distance klassisk	Mellem-distance Fri stil	Klasse Herrer	Sprint Fristil	Par-stafet	Kort distance klassisk	Mellem-distance Fristil
D1	0,2	2x2x 0,2	0,75	1	H1	0,2	2x2x 0,2	0,75	1
D7	0,4	2x2x 0,4	1,0	1,5	H7	0,4	2x2x 0,4	1,0	1,5
D9	0,4	2x2x 0,4	1,5	2,5	H9	0,4	2x2x 0,4	1,5	2,5
D11	0,6	2x2x 0,6	2,5	5	H11	0,6	2x2x 0,6	2,5	5
D13	0,6	2x3x 0,6	2,5	5	H13	0,6	2x3x 0,6	2,5	5
D15	0,6	2x3x 0,6	5	10	H15	0,6	2x3x 0,6	5	10
D17	1,2	2x3x 1,2	10	15	H17	1,2	2x5x 1,2	10	15
D19	1,2	2x3x 1,2	10	15	H19	1,2	2x5x 1,2	10	15
D21	1,2	2x3x 1,2	10	15	H21 DM	1,2	2x5x 1,2	10	15
D40	1,2	2x3x 1,2	10	15	H40	1,2	2x5x 1,2	10	15
D50	1,2	2x3x 1,2	10	15	H50	1,2	2x5x 1,2	10	15
D60	0,6	2x3x 0,6	5	10	H60	1,2	2x3x 1,2	10	15
D65	0,6	2x3x 0,6	5	10	H65	1,2	2x3x1, 2	10	15
D70	0,6	2x3x 0,6	5	10	H70	1,2	2x3x 1,2	10	15
D75	0,6	2x3x 0,6	5	10	H75	1,2	2x3x 0,6	10	15
D80+	0,6	2x3x0, 6	5	10	H80+	1,2	2x3x 0,6	10	15

Langdistancer

Alder man fylder i 2024	D 13	D 15	D 17	H 13	H 15	H17
FM distance	14 km	21 km	21 km	14 km	21 km	28km

Alder man fylder i 2024	D19	D21	D40	D50	D60	D65	D70	D75	D80+
FM distance	35 km	35 km	35 km	35 km	21 km	21 km	14km	14km	14 km
DM distance*	35 km								

Alder man fylder i 2024	H19	H21	H 40	H 50	H 60	H 65	H 70	H 75	H 80+
FM distance	42 km	42 km	42 km	42 km	35 km	28 km	28 km	21 km	21 km
DM distance*	42 km								

*I Forbundsmesterskabet placeres man i sin aldersklasse baseret på den tid man registreres for, når man har løbet det krævede antal km for sin aldersklasse. Vælger man (som 60+ årig) derefter at fortsætte og løbe den fulde DM-distance på 35 km (damer) hhv. 42 km (herrer), får man også en placering i det officielle DM. **Man behøver altså ikke "gå ned i aldersklasse" for at deltage i DM.**

Regler / Doping

Alle konkurrencer afvikles efter gældende FIS-regler og et reglement fastsat af Danmarks Skiforbund ([link til reglement](#)). Brud herpå medfører diskvalifikation fra løbet.

Vi er alle entusiaster, men vis hensyn og respekt så alle får en god oplevelse, nok er det DM, men der er løbere fra < 5 til > 80 så ikke alle er lige hurtige – **DET ER IKKE VM!**

Doping er naturligvis strengt forbudt og al dispensation, skal være dokumenteret via TUE, ethvert brud på dette vil medføre øjeblikkelig diskvalifikation, samt udelukkelse fra resterende konkurrencer. Der kan komme uanmeldt besøg fra [Anti Doping Danmark](#).

Deltagelse sker på eget ansvar og stævneledelsen kan ikke stilles til ansvar for skader på udstyr eller personer i forbindelse med arrangementet. Stævneledelsen opfordrer deltagere til selv at tegne de forsikringer de har behov for og klubberne til at gøre sig bekendt med [ldrættens forsikringer](#).

Fluor produkter

Internationalt gøres der en stor indsats for at begrænse brugen af flourcarbon smøringsprodukter pga. deres giftighed og forurening af miljøet. Det er således forbudt at anvende C8 kædede fluorprodukter i enhver form, men da der internationalt blev nedlagt et produktionsforbud mod disse produkter i 2013, kan man sikre sig mod at komme til at bruge dem ved kun at anvende nyere fluor produkter. Da det er umuligt at teste hvad folk smøre deres ski med, kan vi ikke håndhæve et forbud med flourcarbon produkter under DM, men som tidligere år, henstiller vi til at der ikke anvendes flourprodukter i hverken pulverform eller flydende form, da de er svært helbredsskadelige og dårlige for miljøet og desuden meget kostbare. Produkter med af såkaldt LF- og HF-type er tilladt både som glider og voks.

Start

Startlister offentliggøres senest kl. 20.00 aftenen inden næste dags konkurrence på hjemmesiden og Facebook – det er deltagerens ansvar at komme rettidigt til start.

Mål

Deltageren skal altid passere mål uanset om vedkommende har gennemført eller ej. Hvis man udgår SKAL man komme til tidtagningshuset på skistadion og meddele, at man er kommet tilbage, så vi ikke begynder at lede unødigt efter deltagere.

Præmieuddeling

Præmieuddelingen vil forgå udendørs på stadion.

Afviklingen sker umiddelbart efter konkurrencernes afslutning, se forventede tidspunkter i programmet, men hold dig orienteret på stævnedagen. Der opfordres til at alle deltagere kommer, så vinderne kan blive hædret på behørig vis.

Tidtagning

Al tidtagning foretages de fire første dage af Rico Busk. Hvis der er spørgsmål til tidtagning, bedes I tage fat i ham under eller efter konkurrencerne. Under konkurrencerne er han i tidtagningshuset på stadion. DM lang som afvikles som en del af Västgötaloppet om søndagen har egen tidtagning.

Tilmelding/Eftertilmelding

Tilmeldingsfrist online er kl. 12.00 den 30. januar. Herefter kan eftertilmelding ske ved at kontakte stævneledelsen pr. mail eller telefon. **Eftertilmeldingsgebyr: 50 kr.**

Aldersgruppe	Sprint (Fri stil)	Parstafet	Kortdistance (fri stil)	Kortdistance (klassisk stil)
Børn (2012-)	75	75*	75	75
Ungdom (2004 - 2011)	150	150*	150	150
Voksne (- 2003)	300	300*	300	300

**Pr. deltager på stafetholdet
Dertil pålægges et transaktionsgebyr på kr. 15 for enkeltløb og kr. 30 for alle løb.*

Transport

Deltagerne er selv ansvarlige for al transport til og fra Lassalyckan skistadion.

Supplerende information kan findes på

Hjemmeside: www.dmlangrend.dk

Facebook: www.facebook.com/search/top?q=dm%20langrend

Transport og indkvartering på facebook: www.facebook.com/groups/515791125561533