



Geithus IL Skøyter



## Program LM 2009

### Fredag 13. februar

Kl. 08.30	Preparering
Kl. 09.00-	Trening (Preparering etter behov)
Kl. 16.00-20.00	Sekretariatet åpent
Kl. 18.00-19.00	Elektronisk trekning for lørdagens distanser. Klubbhuset
Kl. 19.00-2000	Trekningsmøte, gjennomgang av startlister

### Lørdag 14. februar

Kl. 07.40-08.00	Preparering
Kl. 08.00-	Sekretariatet åpent.
Kl. 08.00-09.00	Banen åpen for trening.
Kl. 08.30	Lagledermøte, klubbhus.
Kl. 09.20	Åpning av LM
Kl. 09.28	Prøvepar 500m
Kl. 09.30	Start 500m parstart

Seremonier med premieutdeling i pause etter 5 klasser. (ca. 76 løpere. 1time 15 min), samtidig med evt. preparering.

### **Ikke før:**

Kl 13.00	Start 1500m kvartettstart
----------	---------------------------

Seremonier med premieutdeling i pause etter 5 klasser. (ca. 76 løpere. 1time 10 min), samtidig med evt. preparering.

Kl.17.00	Trekning for søndagens distanser på klubbhuset.
Kl.19.00-23.00	Bankett Tyrifjord Hotell.

### Søndag 15. februar.

Kl. 07.40-08.00	Preparering
Kl. 08.00-	Sekretariatet åpent.
Kl. 08.00-09.00	Banen åpen for trening.
Kl. 08.30	Lagledermøte, klubbhus
Kl. 09.27	Prøvepar 1000m
Kl. 09.30	Start 1000m kvartettstart.

Seremonier med premieutdeling i pause etter 5 klasser. Samtidig med evt. preparering.

### **Ikke før:**

Kl. 12.45	Start 3000m.
-----------	--------------

Seremonier med premieutdeling etter 3000m.

Dommerutvalg hurtigløp i samråd med TKH har gjort følgende oppnevninger for Landsmesterskapet 2009.

Teknisk delegert: Erik Øsmundset

Starter: Ivar Johnny Tvenge, Marcel Vanberg og Tone Sørli.

Overdommere: Gunnar Knudsen (M), Roar Eriksen (K)

Assisterende overdommere: Trond Løvstad (M), Jan Lokshall (K)

Forbundsstyrets representant: Mona Fagerland