



Nässjö/Eksjö Sverige 2. februar – 5. februar 2022

Covid 19

Det er MEGET vigtigt at du inden afrejse fra Danmark har en negativ test, så vi minimerer risikoen for at sprede smitte under afviklingen af DM. Herudover skal du til stadighed følge de seneste officielle coronarestriktioner, anvisninger og anbefalinger.

Der vil i forbindelse med stævnet blive ophængt startlister anden information, – al information vil også blive gjort tilgængeligt online på dmlangrend.dk og arrangementets facebookside – Er man i tvivl om noget, så kontakt en klubkammerat eller stævneledelsen.

Velkommen

Velkommen til DM langrend 2022 – mange komplikationer og ændring af geografisk placering samt program har givet en masse udfordringer i 2022, så det er med stor glæde vi kan byde jer velkommen til et erstatnings DM i Sverige med 4 spændende konkurrencedage, som ovenikøbet også præsenterer DM i skiskydning for første gang sammen med Langrend. Vi har fået en helt fantastisk modtagelse af de to svenske skiklubber, som har stået på hovedet for at hjælpe os. Vi synes vi har fået skruet et fedt program sammen, og glæder os helt vildt til at sparke mesterskaberne i gang onsdag den 2. februar 2022.

Ulrich Ghisler, Thomas Behrens, Johan MacLassen
Stævneledelse DM langrend

Organisation:

Overordnet ansvarlig	Danmarks Skiforbund	Web-page	http://www.dmlangrend.dk/
Stævneledelse	Ulrich Ghisler Thomas Behrens Johan MacLassen	Facebook:	https://www.facebook.com/dmlangrend
Stadionchef	Ulrich Ghisler, langrend. Christian Borch, Skiskydning	Telephone:	+45 51 27 34 36 +45 23 60 06 80
Teknisk delegeret	Tore Hulgaard	Telefon: email:	+45 51 61 86 28 toh@ramboll.com

Indhold

Covid 191

Velkommen1

Organisation:1

Stævnecenter3

Overnatning3

Bespising3

Program **Fejl! Bogmærke er ikke defineret.**

Klasser3

Konkurrenceoversigt/Distancer4

Regler / Doping5

Start5

Mål5

Præmieuddeling6

Skiskydningsintroduktion6

DM skiskydning6

Dagsprogram /konkurrenceinformation6

Knock-out sprint6

Tidtagning13

Tilmelding/Eftertilmelding13

Transport14

Supplerende information kan findes på14

Stævnecenter

Lövhult Skiarena
Lövhult
571 92 Nässjö
Sverige

Stævneorganisationen vil kunne træffes på Arenaen fra ca. 1 time før første start til ½ time efter præmieoverrækkelsen.

Overnatning

Er deltageres eget ansvar, men der er fremskaffet nogle fordelagtige priser på hotellet i Nässjö, som kan opnås ved at anvende denne rabatkode : "DM 2022".

Herudover er der fine overnatningsmuligheder på Lövhult camping i både hytter og på vandrehjemmet, samt på vandrehjemmet i Eksjö og på flere hoteller i Eksjö.

Bespisning

Er deltageres eget ansvar. Der er på stadion i Nässjö (Lövhult) en café hvor det vil være muligt at købe lettere måltider.

Ligeledes er der lettere servering i klubhuset ved Eksjö skistadion.

Program

Dato	Aktivitet	tidspunkt
02. februar	Skiskydningsintroduktion	1300-1600
	Knock-out sprint, fri stil prolog/semifinale/finale	1700-2000
	Officiel åbning af DM Langrend og Skiskydning,	2000-2015
	Præmieuddeling	2015-2045
03. februar	Par-stafet, klassisk stil + fri stil (alle)	1000-1330
	DM skiskydning, supersprint	1400-1500
	Præmieuddeling	1530-1600
	Skiskydningsintroduktion	1600-1830
04. februar	Kortdistance, fællesstart (klassisk stil)	1000-1300
	Præmieuddeling	1300-1330
05. februar	Kortdistance, enkelt start (fri stil)	0900-1200
	Præmieuddeling	1200-1230

Klasser

Til DM langrend vil løbene være opdelt i klasser efter nedenstående.

	Dame klasser	Herre klasser	Årgang
Børn	D1	H1	16-

	D7	H7	2014-2015
	D9	H9	2012-2013
	D11	H11	2010-2011
Ungdom	D13	H13	2008-2009
	D15	H15	2006-2007
	D17	H17	2004-2005
	D19	H19	2002-2003
Voksen	D21	H21	1983-2001
	D40	H40	1973-1982
	D50	H50	1963-1972
	D60	H60	1958-1962
	D65	H65	1953-1957
	D70	H70	1948-1952
	D75	H75	1943-1947
	D80+	H80+	-1942

Konkurrenceoversigt/Distancer

I kampen om DM konkurreres der om 2 sæt medaljer: Forbundsmesterskab, som beskrevet i klasseoversigten og DIF Danmarksmesterskab – her er det distancen der afgør hvilke klasser der kæmper om medaljen. Man kan altid skifte klasse til H/D21, dette skal dog være gjort senest 24 timer før konkurrence-start.

Klasse / Køn	Sprint	Par-stafet	Kort-distance klassisk	Kort dist Fristil	Klasse / Køn	Sprint	Par-stafet	Kort-distance	Korts dist Fristil
D1	0,2	2x2x0,2	1,5	1,5	H1	0,2	2x2x0,2	1,5	1,5
D7	0,2	2x2x0,4	1,5	1,5	H7	0,2	2x2x0,4	1,5	1,5
D9	0,2	2x3x0,4	1,5	1,5	H9	0,2	2x3x0,4	1,5	1,5
D11	0,6	2x3x0,4	3,5	3,5	H11	0,6	2x3x0,4	3,5	3,5
D13	0,6	2x2x0,6	3,5	3,5	H13	0,6	2x2x0,6	3,5	3,5
D15	0,6	2x3x1,2	3,5	7	H15	0,6	2x3x1,2	3,5	7
D17	1,2	2x3x1,2	7	10,5	H17	1,2	2x5x1,2	10,5	14
D19	1,2	2x3x1,2	7	10,5	H19	1,2	2x5x1,2	10,5	14
D21/D M	1,2	2x3x1,2	7	10,5	H21/D M	1,2	2x5x1,2	10,5	14
D40	1,2	2x3x1,2	7	10,5	H40	1,2	2x5x1,2	10,5	14
D50	1,2	2x3x1,2	7	10,5	H50	1,2	2x5x1,2	10,5	14
D60	1,2	2x3x1,2	7	10,5	H60	1,2	2x3x1,2	10,5	14
D65	1,2	2x3x1,2	7	10,5	H65	1,2	2x3x1,2	10,5	14
D70	1,2	2x3x1,2	3,5	7	H70	1,2	2x3x1,2	7	10,5
D75	1,2	2x3x1,2	3,5	7	H75	1,2	2x3x1,2	7	10,5
D80+	0,6	2x3x0,6	3,5	7	H80+	1,2	2x3x0,6	7	10,5

Regler / Doping

Alle konkurrencer afvikles efter gældende FIS-regler, og reglement fastsat af Danmarks skiforbund. 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 Antidoping Danmark.

Deltagelse sker på eget ansvar og stævneledelsen kan ikke stilles til ansvar for skader på udstyr eller personer i forbindelse med arrangementet.

Fluor produkter.

Internationalt gøres der en stor indsats for at begrænse brugen af flourcarbon smøringsprodukter p.gr.af 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 dmlangrend.dk, og Facebook – det er deltagerens ansvar at komme rettidigt til start.

Start for onsdag og torsdag er på Lövhult skiarena i Nässjö: [Lövhult, 571 92 Nässjö, Sverige](http://www.lovhult.se)

Start fredag og lørdag er fra Skidstugan Eksjö SOK: [Eksjöholm Skidstugan 1, 575 91 Eksjö, Sverige](http://www.skidstugan.se)

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 grundet COVID-19 situationen forgå udendørs på stadion foran tidtagningshuset, hvor vi kan stå med god afstand.

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.

Skiskydningsintroduktion

Ved skiskydningslandholdets foranstaltning er der mulighed for, at prøve skiskydning på Nässjö anlægget onsdag og torsdag. Det kræver ingen forudsætninger udover, at man skal være fyldt 8 år.

DM skiskydning

Deltagelse i DM skiskydning kræver at man har eget våben og er licenseret til at løbe med våben i Sverige.

Der bliver en herre og en dame klasse. Tilmelding via DM langrendts tilmeldingsside. (Se link i bunden af instruktionen).

Formatet bliver en såkaldt supersprint, med en kort runde på ski på 1 km af brudt af 4 skydninger, 2 liggende og 2 stående.

Det er en meget intens og spektakulær konkurrence form, som især stiller store krav til skydefærdighederne, så vi opfordrer så mange som muligt til at komme og se konkurrencen.

Nærmere information og konkurrencen følger.

Dagsprogram /konkurrenceinformation

Dagsinformation for de enkelte konkurrencer I DM ugen

Knock-out sprint

Onsdag d. 2. februar

Program:

1300-1600 Skiskydningsintroduktion

1700-2000 Knock-out sprint

2000-2030 Præmieuddeling og Åbningsceremoni

Knock-out sprint, fri stil prolog/semifinale/finale (Unge og voksne):

Format: Alle gennemfører en prolog, som er individuel start. Løberens placering i prologen afgør hvilken semifinale løberen kvalificerer sig til. Semifinalerne køres som heat af 4-8 løbere afhængigt

af hvor mange deltagere der er i hver klasse. Placering i semifinalen afgør hvilken finale løber kvalificerer sig til. Placering i finalen afgør placering i konkurrencen.

Der ophænges på stadion løbende resultater for afviklet prolog og finaler, samt startlister for kommende finaler.

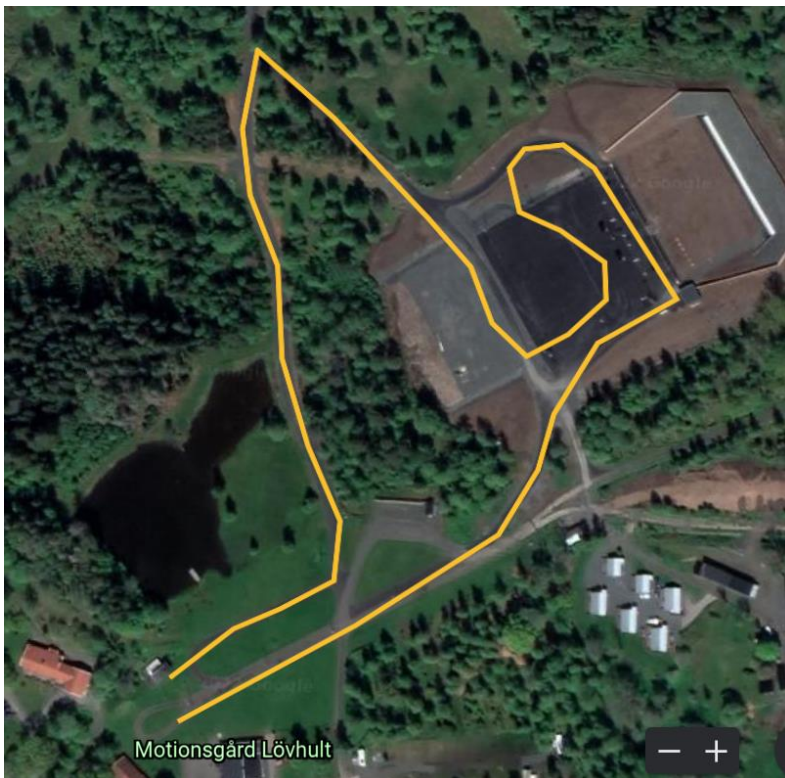
Stilart:

Fri stil

Distancer:

Klasse	Distance
D/H1	0,4
D/H7	0,4
D/H9	0,4
D/H11,D/H13, D/H15	0,6
D/H80+	
D/H17-D/H75	1,2

Løjper til Sprint:



Sprint bane og sprint stafet D/H15-75. Løbes mod uret.



Sprint og sprintstafet bane, D/H 11, 13, 80+, Løbes mod uret.



Sprint og sprintstafet bane, D/H 0-9 år. Løbes mod uret.

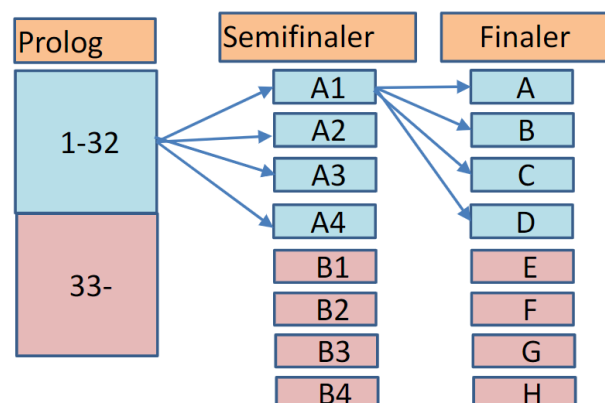
Særligt for yngste ungdom:

D/H11, D/H13, D/H15 D/H80+
 kører et separat program grundet nedsat
 distance, men følger samme format med
 prolog, semifinaler og finale.

Særligt for Børneklasser:

Der afvikles kun én finale-konkurrence, ingen
 prolog eller semifinaler.

Kvalificering i heats



Start prolog:

1700-1745 – individuel start med 15 sek. Startinterval – fremkald 2 min før.

De 32 bedst placerede går videre til A-semifinalerne – de øvrige går i B-semifinalerne

Start semifinaler:

1750-1915 – deltagerne bliver delt op i Heat af 4-8 deltagere, i forhold til placering i prologen – og kvalificere sig herfra til finalerne.

Start finaler:

1920-2000 – deltagerne bliver delt op i Heat af 4-8 deltagere, i forhold til placering i semifinalen – og kvalificere sig herfra til finalerne.

Par-stafet og DM skiskydning

Torsdag d. 3. februar

Program:

Par-stafet, klassisk stil + fri stil (alle)	1000-1330
DM skiskydning	1400-1500
Præmieuddeling	1530-1600
Skiskydningsintroduktion	1600-1830

Par-stafet, klassisk stil + fri stil (alle):

Format: Parstafet køres med hold af 2 personer. Hvis en herre og en dame kører på samme hold stilles der op i herre klassen.

Løberne på holdet skiftes til at løbe en omgang indtil begge løbere har løbet det antal omgange som er beskrevet i klasseoversigten.

Første løber er klassisk, anden løber er fri stil. Der kan ikke byttes mellem klassisk og fri stil under konkurrencen.

Samme løjper i de respektive klasser som i går. Hver løber skiftes til at løbe en runde hver, det antal runde man skal løbe i sine respektive klasser.

Stilart:

Klassisk og Fri stil

Distancer:

Klasse	Distance	DIF distance	Klassisk	Fri stil
D1, H1	2 x 2 x 0,4		2 x 0,4	2 x 0,4
D7, H7	2 x 2 x 0,4		2 x 0,4	2 x 0,4
D9, H9	2 x 2 x 0,4		2 x 0,4	2 x 0,4
D11, H11	2 x 3 x 0,4		3 x 0,4	3 x 0,4
D13, H13	2 x 3 x 0,6		3 x 0,6	3 x 0,6
D15-D80+	2 x 3 x 1,2	DIF DM dame	3 x 1,2	3 x 1,2
H15, H60-H80+	2 x 3 x 1,2		3 x 1,2	3 x 1,2
H17-H50	2 x 5 x 1,2	DIF DM herre	5 x 1,2	5 x 1,2

Start:

Konkurrencen afvikles som fælles start i grupper:

Kl. 1000 Gruppe 1: D1 og H1

kl. 1030 Gruppe 2: D7-D11 og H7-H11

kl. 1100 Gruppe 3: D13, H13-H15 og H60-H80+

kl. 1200 Gruppe 4: D15-D80+ (DIF DM dame)

kl. 1230 Gruppe 5: H17-H50 (DIF DM herre)

DM i Skiskydning:

Kl. 1400-1500, Afvikles som supersprint. 5 runder af 1000 m med 4 skydninger.



Skiskydningsløjpe, 1000 m, løbes med uret rundt.

Kortdistance, Fællesstart

04. februar Kortdistance, fællesstart (klassisk stil)
Præmieuddeling

1000-1300
1300-1330

Kortdistance, Klassisk stil:

Kortdistance med enkeltstart.

Stilart:

klassisk

Distancer:

Klasse	Runder	Distance	DIF distance	Gruppe
D/H1	1	1,5		1
D/H7	1	1,5		1
D/H9	1	1,5		1
D/H11-D/H15 + D70-D80+	1	3,5 km		2
D17-65 + H70-H80+	3	10,5 km	DIF DM dame	2
H17-65	4	14 km	DIF DM herre	2

Start:

Konkurrencen afvikles som fællesstart i 2 grupper:

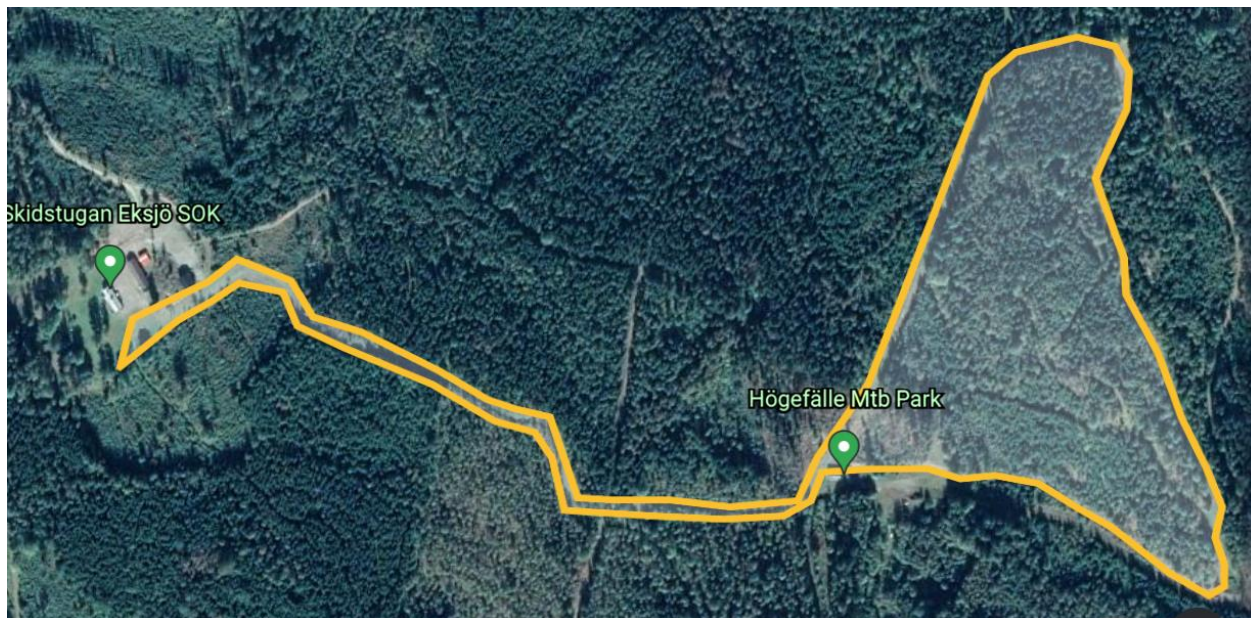
Kl. 1000 Gruppe 1

Kl. 1030 Gruppe 2

Løjper til Kort distancer



Løjpe 1,5 km, D/H 0-11 år. Løbes med uret rundt.



3,5 km runde, D/H13-80+. Løbes med uret rundt.

Kort distance, enkelt start, Fri stil

Lørdag d. 5. februar

Program:

0900-1200 Kort distance enkelt start, fri stil

1200-1230 Præmieuddeling

Stilart:

Fri

Distancer:

Klasse	Runder	Distance	DIF distance	Gruppe
D/H1	1	1,5		1
D/H7	1	1,5		1
D/H9	1	1,5		1
D/H11-D/H13 + D70-D80+	1	3,5 km		2
H/D15	2	7 km		3
D17-65 + H70-H80+	3	10,5 km	DIF DM dame	4
H17-65	4	14 km	DIF DM herre	5

Start:

Konkurrencen afvikles som jagtstart i 5 grupper:

0900-1000 Grupper i rækkefølgen 5,4,3,2

1005-1020 Gruppe 1

Samme løjper som fredag.

Tidtagning

Al tidtagning foretages af Rico Busk. Hvis der er spørgsmål til tidtagning bedes I tage fat i ham.

Under konkurrencerne er han i tidtagningshuset på stadion.

Deltagerlister findes her: <https://my.raceresult.com/190826/participants>

Resultatlister findes her: <https://my.raceresult.com/190826/results>

Tilmelding/Eftertilmelding

Tilmeldingsfrist online er kl. 12.00 den 1. februar. 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 (2010-)	50	50*	50	50
Ungdom (2002-2009)	100	100*	100	100
Voksne (-2001)	200	200*	200	200
*Pr. deltager på stafetholdet Dertil pålægges et transaktionsgebyr på kr. 15 (enkeltløb)				

Transport

Deltagerne er selv ansvarlige for al transport til og fra Nässjö og Eksjö under DM dagene.

Det er nemt at komme til Nässjö/Eksjö med både bil og tog. Det tager ca. 3. t 45 min fra Kbh.

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