

## **RC omfatter følgende klasser og antall hoppere.:**

RC A gutter 15 uttatte hoppere K55-K74

RC B gutter 25 uttatte hoppere K55-K74

RC C gutter fri påmelding K55-K74

RC D gutter fri påmelding (bakkestørrelse K35-K50)

RC A Jenter uttatte hoppere K55-K74

RC B jenter fri påmelding K55-K74

RC C jenter fri påmelding (bakkestørrelse K35-K50) liten fart.

RC D jenter fri påmelding (bakkestørrelse K 35-K50) stor fart.

Uttaket av A og B for snø avgjøres etter RC plast/og eventuelt noen vurdering av LTU.

**NB! RC er ikke åpen for hoppere under 13 år.**

**Vi henstiller til arrangører om å ha en egen klasse for klasse 12 år i den lille bakken. Dette er for å gi et tilbud til hoppere i krets og nabo kretser.**

## **Sesongen er inndelt i tre perioder, slik:**

Periode 1 :rennene i Folldalog Skien.

Periode 2: rennene på Voss og lørdagsrennet i Mosjøen.

Periode 3: Finalerennene

## **OPP-NEDRYKK**

Etter første periode rykker de 3 med dårligst poengsum ned til kl. B, mens de 3 beste i Kl.

B rykker opp i klasse A

Det samme gjentas etter periode 2.

Etter de 2 første rennhelgene (Folldalog Skien) rykker de 5 med dårligst poengsum ned fra kl. B til kl. C, samtidig som de 5 beste i C rykker opp i B.

Det samme gjentas deretter etter hver rennhelg, altså etter to og to renn.

Det er IKKE adgang til å nekte opprykk fra B til A med mindre det foreligger skriftlig legeattest om mulige skader/sykdom.

## **TELLER**

Alle RC rennene teller sammenlagt.

Kl. C og D har finale i Mosjøen (dagen før Hopptreff).

Kl. A og B har finale siste helgen i mars i Stryn

I finalen for A og B starter de 15 i A og de 25 i B som befinner seg i klassene etter RC-rennet i Mosjøen.

OBS: Det er ikke opprykk fra kl. C etter rennet i Mosjøen, RC-sesongen er da avsluttet for den klassen.

Hopperne som har hoppet RC i flere klasser, får eventuelt sammenlagt premie i den klassen han/hun har flest renn i.

Kl. C og D får en minnepremie etter finalen i Mosjøen.

I kl. A og B får de seks beste i hver klasse sammenlagt premie.

## **SEEDING**

De 10 beste i hver klasse seedes til neste rennhelg.

Det er samme seeding når det er dobbeltrenn.

De 3 og /eller 5 fra henholdsvis kl. A og B, er seedet som best i de to påfølgende rennene etter nedrykk..

Deretter seedes de etter plassering sammenlagt.

## **RENNAVVIKLING**

Rennene går lørdag/søndag, slik:

Lørdag: Trening (3 omganger) klassevis i bakken fra kl. 10 til 14. (fri trening for kl. D i liten bakke). Bakkeavgift.

Rennstart lørdag kl. 15.00. IKKE prøveomgang.

Lørdagsrennet skal premieres umiddelbart etter rennslutt.

Søndag: Prøveomgang kl. 10.00, med to påfølgende omganger og premiering.

## **UTTAK:**

RC hoppere kan være aktuelle for Ungdoms OL. Dette er for klassene 16 og 17 år.

Her skal vi sende 4 hoppere.

Hopperne (5) til Nordisk tas ut etter RC i Skien.

LTU kan ta ut RC-hoppere til NC-renn. LTU kan ta ut RC-hoppere direkte til NC A, men først og fremst til NC B. RC-hoppere som ikke hevder seg betydelig i NC B, rykker ned til RC igjen.

RC-uttak til NC klareres med RC-trener før uttaket bekjentgjøres.

## **UTSTYR:**

RC-hoppere skal følge de til enhver tid fastsatte regler for utstyr ski/dress. Følg med på [skiforbundet.no/hopp](http://skiforbundet.no/hopp)