



## Indbydelse til Januarstævne

**Næstved Speedskating Klub  
inviterer til Januarstævne  
lørdag d. 18. januar 2025 fra kl.  
9.00 til ca. 18.00.**

Det er en fornøjelse igen at kunne invitere til NSK's Januarstævne (22. udgave), som er for alle. Kom og få en god dag sammen med dine klubkammerater og rullevenner og mød andre fra hele Danmark, der også har rulleskøjteløb som passion. Børn, unge, gamle, mænd, kvinder, eliteløbere, øvede og nybegyndere, er alle velkommen, der er plads til alle.

Stævnet bliver igen i år afholdt i Næstved Arena. Arena Næstved har en fantastisk gulvbelægning hvor man står rigtig god fast, så der kan komme rigtig god fart på. Banen vil være åben for opvarmning/test fra kl. 8.00.

### **Klasseopdeling efter princippet Down/Under**

Der køres efter Down/Under princippet og gældende reglement. Der indledes med en 100 meter på tid som danner grundlag for opdeling i op til 10 grupper afhængig af antal deltagere. Det tilstræbes at der kommer 6-12 løbere i hver gruppe. Der præmieres i hver af de 10 grupper og i stafetløb og holdforfølgelsesløb. *Der bliver dog lavet en adskillelse ved Kadet. Kadet kommer i den ældste gruppe.*

### **For Stafet og holdforfølgelsesløb er der tilmelding på dagen**

I disse to discipliner kan der også laves hold på tværs af grupper og klubberne. Dette for at få så mange deltagere på gulvet som muligt. For stafet er det 2 personers hold og for holdforfølgelsesløb er det min 2 personer max 3. Minimum 2 personer skal i mål.

### **Tilmelding**

Klubvis tilmeldingen skal foretages på det regneark, som ligger på Rullesport Danmarks hjemmeside og det er også udsendt sammen med denne invitation. På hjemmesiden findes også en kort vejledning i korrekt udfyldelse af tilmeldingsarket: <https://www.rullesport.dk/speed/tilmeldingsark>

Tilmeldingen sker til [turneringsudvalg-speed@rullesport.dk](mailto:turneringsudvalg-speed@rullesport.dk)

**Frist for bindende tilmelding: lørdag d. 11. januar 2025 kl. 22.00 - HUSK NU FRISTEN !!!!!!!!!**

Turneringsudvalget vil inden for 24 timer bekræfte modtagelsen af tilmeldingen, så hvis du ikke får en bekræftelse, er din tilmelding ikke modtaget af udvalget.

### **Betaling**

Prisen for deltagelse er kr. 150,- pr deltager.

Betaling skal ske klubvis til NSK **inden stævnedagen** med angivelse af "eget klubnavn" på:

Nemkonto: Møns Bank 6140-0004316715

### **Dommere/dommerhjælpere**

Ved tilmelding af mere end 3 løbere skal hver klub stille med en dommer/dommerhjælper for hver påbegyndt 10 løbere. Dette meddeles på tilmeldingsarket med den samlede klubtilmelding – meld gerne flere dommere og dommerhjælpere ind. Dommerteamet mødes 45. min før start – hvilket vil sige 8.15.

Det er vigtigt at alle klubber overholder kravet om dommer/dommerhjælpertilmeldinger for at vi kan få det hele til at rulle. Navn og mail på dommer- og hjælpere sendes sammen med tilmeldingen, så nærmere information kan sendes ud inden stævnet.

### **Mad og drikke**

Det er ikke tilladt at medbringe mad, idet der forefindes cafeteria og bod i Arenaen som lørdag vil være åben fra 9-18 og søndag fra 9-15. Der vil være en varm ret til frokost og så diverse pølsehorn, pizzasnegle og lignende.

### **Overnatning**

Til info afholder Talent Truppen samling dagen efter, altså søndag den 19. januar 2025.

Det er muligt at overnatte fra fredag-lørdag-søndag incl. morgenmad for 100,- kr/ person/dag i Klublokalet. (samme lokale som tidligere år).

***Vi glæder os til at se jer til stævne i det nye år!***

***Venlig hilsen Næstved Speedskating Klub***

***- Inline sport og motion for alle –***

***God Jul og godt nytår, vi ses***

For yderligere oplysninger kontakt Morten Lynggaard Hansen på [morten.lynggaard.hansen@gmail.com](mailto:morten.lynggaard.hansen@gmail.com) eller telefonisk på 29259164.

# Distancer

**Afhængig af antal tilmeldinger vil alle eller nogle grupper blive taget i brug.**

## **Gruppe 10 (Børn)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
Forhindringsbane  
100 meter sprint  
200 meter linjeløb

## **Gruppe 9 (Børn)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
Forhindringsbane  
200 meter sprint  
400 meter linjeløb

## **Gruppe 8 (Børn)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
Forhindringsbane  
300 meter sprint  
500 meter linje

## **Gruppe 7 (Børn)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
Forhindringsbane  
500 meter sprint  
1000 meter linje

## **Gruppe 6 (Børn)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
500 meter sprint  
1500 meter linje  
2000 meter udskillelsesløb

## **Gruppe 5 (Voksne)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
500 meter sprint  
1000 meter linje  
2000 meter udskillelsesløb

## **Gruppe 4 (Voksne)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
500 meter sprint  
2000 meter linje  
3000 meter udskillelsesløb

## **Gruppe 3 (Voksne)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
500 meter sprint  
2500 meter udskillelsesløb  
3000 meter Colombiansk

## **Gruppe 2 (Voksne)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
500 meter sprint  
2500 meter udskillelsesløb  
3000 meter Colombiansk

## **Gruppe 1 (Voksne)**

100 meter flyvende (fordelingsløb)  
500 meter sprint  
2500 meter udskillelsesløb  
3000 meter Colombiansk

### **Kort beskrivelse af Colombiansk:**

Der måles gennemsnitstider på løberne på de tidligere løb.

Løberen med den højeste omgangs gennemsnitstid, kører forrest. Og hurtigste løber kører bagerst. Når der skal køres med en bestemt tid hver omgang, og det hjælper dommerbordet med. Hver løber trækker en eller 2 omgange. Når hurtigste løber har trukket sin/sine omgange og lægger sig bagerst ringes der, og løbet sættes fri. Herefter er der tale om et linjeløb. Det er en god idé at have trænet det inden. Der vil være en del overhalinger, nu hvor hurtigste løber starter bagerst, når løbet sættes frit.

