

Treningsrenn lørdag 30. januar 2016 – dagen etter orkanen «Tor»

Mange spreke mosjonister hadde tatt turen opp til Skaret dagen etter at orkanen «Tor» hadde herjet i vårt distrikt. Løypemansskapet hadde vært ute i morgentimene og tråkket spor, slik at deltakerene kunne velge mellom 10 eller 20 kilometer i klassisk stil. Alt lå til rette for en skikkelig hardøkt før den store styrkeprøven starter neste helg; Skardilten.

Vi i Skaret Skiforening er svært fornøyd med at så mange tok turen – tross orkan og tross utfordrende null-føre i snødrev. Nederst i dokumentet finner dere resultatlisten fra dagens treningsrenn.

- Mer informasjon om våre treningsrenn: skaretskiforening.no/aktiviteter/treningsrenn
- Mer informasjon om Skardilten: <http://www.skaretskiforening.no/skardilten>
- Mer informasjon om Moldetrippelen: <http://www.skaretskiforening.no/moldetrippelen>

Bilder fra dagens treningsrenn



- **Øverst til venstre:** Martin Risnes og Geir Gøncz motiverer deltakere før start.
- **Øverst til høyre:** Startskuddet har gått, nå gjelder det å finne sitt eget tempo.
- **Nederst til venstre:** I god driv. Lurt å finne en god rygg. 20 km er langt.
- **Nederst til høyre:** Rennleder Martin Risnes (tv) i god samtale med dagens vinner. Gratulerer, Thomas Sandhaug.

Resultater 20 km.

	Navn	10km	MÅL
1.	Thomas Sandhaug	35:27	1.14:32 «Northug spurt»
2.	Leif Harald Sættem	35:27	1.14:33
3.	Robert Svendsen	35:27	1.14:36
4.	Frank Polte	35:38	1.15:23
5.	Kjetil Vassbotn	35:34	1.16:57
6.	Jan Eirik Sjøraas	37:14	1.18:01
7.	Jan Arne Nygaard	38:02	1.21:51
8.	Lars Eivind Sæter	38:42	1.23:30

Resultater 10 km.

	Navn	MÅL
1.	Emil Hagevik Bakke	35:17
2.	Hans Kristian Folde	37:52
3.	Oddvar Sæter Jr.	39:19
4.	Kari Malme	41:50
5.	Marie Sæter Hjellset	44:05
6.	Alexander Lundgren	1 runde