



# Telenor Karusellen

## Ekte skiglede!

---





# Bli med på karusellen!

---

For å lykkes som alpinist er man avhengig av å bli utviklet og ha støtte fra klubb og krets fra ung alder. Jeg hadde aldri vært der jeg er i dag hadde det ikke vært for min klubb og støtten og miljøet jeg var en del av da jeg var ung. Jobben Skiforbundet og Telenor gjør gjennom karusellen er veldig viktig for å beholde bredden i skisporten. Jo flere som er med på ski, jo større sjanse er det for at det utvikles nye norske verdensmestere. Viktigere en noen gang er det å få rekruttert flere barn inn til den fantastiske skiidretten, uavhengig hvilke ski man har på. Vi i alpinlandslaget ønsker alle arrangører lykke til med gjennomføringen i vinter!

Sportslig hilsen,  
Aleksander Aamodt Kilde.





## Ny sesong med Telenor Karusellen!

Vi ønsker å skape enda større aktivitet i alle skigrener for årsklassene opp til og med 12 år, og inviterer derfor klubber og lag til å arrangere Telenor Karusellen i sine lokalmiljøer. Gjennom Telenor Karusellen ønsker vi å gjøre barnearrangementene lettere å arrangere og mer attraktive for deltagerne. Dette gjør at klubbene enklere vil kunne rekruttere flere barn, foreldre og trenere.

Telenor Karusellen skal ha en åpen og inkluderende form, og bidra til en positiv utvikling, sportslig så vel som sosialt. Og med de siste års enorme respons friskt i minne, forventes det over 80 000 deltakere i Telenor Karusellen.

# Velkommen til Telenor Karusellen 2022/23!

Vi nærmer oss vinter med stormskritt og vi er dermed klare for den 17. sesongen med Telenor Karusellen. Telenor Karusellen har vært med å skape aktivitet i klubb og krets, og det har vært et viktig bidrag for å få barn på ski.

For mange barn er karusellen det første møtet med organisert skisport. Klubbene som gjennomfører karusellen, svarer at dette trolig eller helt sikkert har økt rekrutteringen til skisporten. Det viser derfor at dette er en fantastisk tradisjon.



Arrangørmateriellet skal være med på å gjøre karusellen både spennende og gøy. Det tror vi skal være med på å øke rekrutteringen.

Det er mange ulike arrangørmodeller hvor målet er å stimulere til økt interesse for skisporten gjennom spennende konkurranseformer. Vi håper dette gjør at de neste 80.000 barna som deltar i årets karusell får en fantastisk opplevelse og får mersmak på skiidretten.

Å få flere barn på ski er viktigere enn noen gang. Vi håper dette blir et samlingssted for å oppleve ekte skiglede. Vi gleder oss til å følge den viktige rekrutteringen som skjer ute i klubb og krets.

Nå satser vi på en kald og fin vinter over hele landet og ikke minst rekordstor deltakelse.

**Lykke til med årets skisesong.**

**Tove Moe Dyrhaug**  
Skipresident



# Telenor Karusellen er for barn opp til og med 12 år

Alle klubber innenfor alle skigrener i Norges Skiforbund kan søke om å arrangere renn i alpint, freestyle, hopp, kombinert, langrenn og telemark.

Bruk gjerne et lokalt renn som dere tidligere har arrangert, og gjør dette til en del av Telenor Karusellen. På tvers av alle grener kan også klubber gå sammen om å arrangere Telenor Karusellen.

Arrangørklubben må i søknaden beregne totalt antall deltakere. Dette er viktig for å få riktig antall arrangørmateriell.

De klubbene som har arrangert Telenor Karusellen tidligere, må spesifisere eventuelle spesielle behov i forhold til komplettering av bl.a. startnumre.

Alle må søke, selv de som har arrangørmateriell fra tidligere sesonger og ikke har bruk for påfyll. Du mottar bekreftelse på at klubben din er trukket ut som arrangør kort tid etter søknadsfristen. Innen medio desember vil klubben din motta arrangørmateriellet som skal brukes under hvert renn. Deltakerpremiene sendes ut før jul, og vi ønsker at de deles ut ved første deltakelse på et Telenor Karusellen skirenn.

Vi ønsker at så mange klubber og barn som mulig skal være med, og har derfor produsert arrangørmateriell til mer enn 80 000 barn, så ikke nøl med å søke!

For at bl.a. utsending av materiell skal gå etter planen, er det viktig at klubben overholder søknadsfristen.

**Søknadsfrist 20. november 2022.**

Informasjon om søknadsrutiner og link til elektronisk søknadsskjema ligger på [telenorkarusellen.no](https://telenorkarusellen.no).

For å bli arrangør i sesongen 2022/2023, må klubben registrere sin søknad innen 20. november 2022.



# Generelt for alle grener

Telenor Karusellen i alle grener skal arrangeres etter Skiforbundets utviklingsmodell.

## Glede og samhold

Arrangørklubben skal legge opp til spennende konkurranseformer for å introdusere sporten for flere barn med fokus på god stemning.

## Sportslig spennende tilbud

- Det bør være forskjellige konkurranser/aktivitet hver gang
- Arrangøren skal ha som mål å søke utvikling av innholdet på sine arrangement
- Effektiv avvikling av arrangement

## Lavterskel

- Enkel påmelding
- Alle invitert, også de for nye barn som ikke er medlemmer

## Arrangement-teknisk

- Pynte arena, mål og startområde (arenaseil, mål og start seil)
- Påmelding på arrangørstedet
- Startnummervest brukes
- Bruk klistremerke som påføres barnets navn, sett det på startnummervesten
- God speaker, musikk.  
La barna prate selv!

## Informasjon om koronatiltak

Det er ikke lenger nasjonale restriksjoner ved gjennomføring av idrettsaktivitet.

Man må imidlertid være oppmerksom på at det på kort varsel kan innføres kommunale restriksjoner som følge av smittesituasjonen lokalt.

## For øvrig gjelder fortsatt følgende generelle smittevernråd:

- Hold deg hjemme hvis du er syk
- Test deg for covid-19 hvis du har symptomer på luftveisinfeksjon
- Ha god hånd- og hostehygiene
- Hvis du tilhører en risikogruppe, følg helsemyndighetenes råd til risiko-grupper





# Aktiviteter

## Alpint

Se filmer som ligger på [telenorkarusellen.no](http://telenorkarusellen.no)

Hensikten bak karusellen er å bidra til rekruttering for alpint gjennom lystbetonte og varierte utfordringer. Det er viktig at utøverne får utfordring som skaper mestringsfølelse. Derfor er det viktig å legge til rette med bruk av terreng. Konkurransformen og gjennomføring skal ha som mål å skape mest mulig aktivitet for barna gjennom situasjonsstyrt læring ved bruk av terreng som kuler og doseringer. Her kan det også brukes skogsløyper som element.

## Freestyle/freeski

Målet med karusellrennet vil være å skape idretts glede gjennom mestring og lek, som gir deltakeren mestringsfølelse og individuell utvikling. Det bør fokuseres på enkle elementer, som skaper morsomme utfordringer. Forslag til rennformer:

- Slopestyle
- Bigair
- Railjam
- Skicross
- Kulekjøring

## Langrenns-cross

To av tre renn bør arrangeres som **langrennscross**. Langrennscross er en «rundløype» (teknikkløype), som utfordrer allsidige ferdigheter. Løypa bør inneholde minimum 5 crossmomenter:

- Hopp
- Baklengsport
- Slalåm
- Portaler
- Bobsving/U-sving
- Kuleløype/Bølgefelt
- Stor kul

Hvert moment kan ha «parallell» med forskjellig vanskelighetsgrad. Eventuelt også flere løypelengder.

## Ideer til effektiv organisering:

- Løypa kan ha flere startsteder, for eksempel en start for 7 år, 8 år, 9 år osv.
- Puljevis start hvert 15. minutt, det spiller ingen rolle hvem som starter i hver pulje
- Gå så mange runder du vil/kan
- Ingen tidtaking





### Hopp

- Kan med fordel variere aktivitetene fra gang til gang
- Se forslag til mulige aktiviteter og rennformer på Telenorkarusellen.no
- Det bør tilstrebtes kontinuerlig aktivitet for alle deltagerne
- Bakkene skal prepareres
- På avslutningsdagen kan gjerne bakkene pyntes
- Premieutdeling etter siste renn/aktivitet
- Om man har speaker i anlegget som gir utøverne oppmerksomhet er det flott

### Kombinert

Arrangementene skal inneholde elementer som stiller krav til allsidige skiferdigheter. Minimum ett av rennene skal derfor gjennomføres som kombinertcross.

- Kombinertarenaen skal ligge i nærheten av der folk bor
- Klargjøre arenaen, og holde denne åpen og tilgjengelig for de som ønsker så lenge det er snø

### Kombinertcross:

- utføres på ett par ski
- innledes og avsluttes med hopp
- mellom hoppene gåes det langrenn i en variert trasé
- det gis bonuspoeng for hopplengdene

### Telemark

Arrangementene skal inneholde elementer som stiller krav til allsidige skiferdigheter. De skal være enkle å gjennomføre, gi stor aktivitet og lite venting for deltakerene. Om mulig skal løypene inneholde både svinger, hopp og reiplykkje. Form på rennene skal være enten:

- sprint
- parallell
- enkel cross
- fjelltelemark
- Ingen bedømming av barn under 12 år
- Personer fra Telemark Utviklingsteam kan ved behov hjelpe til på første renn



## Arrangørmateriell fra Telenor

### Nye arrangører mottar:

- Startnummervester
- Start- og målseil
- 4 stk. arenaseil
- Arrangørvester

### Tidligere arrangører mottar:

- Startnummer etter eget behov
- Start- og målseil etter eget behov
- Arenaseil etter behov
- Arrangørvester etter eget behov
- Annet materiell etter eget behov som defineres i søknaden

### Alle arrangører mottar:

- Premier:  
Lue fra Telenor Karusellen

Grunnlaget for totalt antall enheter i Telenor-pakken er klubbens egen søknad. Denne må fylles ut så korrekt som mulig!

Etterbestilling av arrangørmateriell og komplettering av startnummerserier, se: [telenorkarusellen.no](http://telenorkarusellen.no)

Innen medio desember vil klubbene motta arrangørmateriellet som skal brukes under hvert renn. Materiellet sendes direkte til klubbkontakter som er registrert i søknaden.

Som hovedsponsor ønsker Telenor å bidra til attraktive og spennende skirenn for barn. Telenor vil ikke tillate at andre bedriftslogoer trykkes på arrangørmateriell eller er vesentlig synlig i rennarena.



# Velkommen til ekte skiglede!

Det sies at vi er født med ski på beina og da mener vi barna må ha en mulighet til å delta på skirenn. Med Telenor Karusellen ønsker vi å gjøre det enkelt for skiklubbene i Norge å arrangere skirenn, enten det dreier seg om bortover eller nedover-ski. Det er derfor flott at Telenor Karusellene har utviklet seg til å bli et av Norges Skiforbunds viktigste rekrutteringstiltak.

Barns velvære henger sammen med fysisk aktivitet og sunne interesser. Med 550 arrangører og over 80 000 barn, er Telenor Karusellen en populær møteplass for lek, konkurranser og samvær for store og små.

Dagens skistjerner har vært unge en gang de også. Forbilder er viktig og god rekruttering er avgjørende for at vi fortsatt skal være verdens beste skinsjon. Kanskje er det fremtidens Aleksander Aamodt Kilde som starter med alpint denne vinteren?

Vi heier på ekte skiglede, og ønsker velkommen til både arrangører og deltakere.

**Birgitte Engebretsen**  
CEO  
Telenor Norge



bruk hue



# Bruk Hue for frivilligheten

Er du alpintrener, dirigerer kor, driver en fritidsklubb eller konfirmantundervisning? Dette er et verktøy for deg som ønsker å forebygge nettmobbing og utenforskap på barnas fritidsarenaer.

## Hva er Bruk Hue?

BRUK HUE for frivilligheten er et undervisningsverktøy som tilbys gratis til alle frivillige lag og organisasjoner. Verktøyet håper vi kan brukes til å styrke frivilligheten i deres arbeid med å forebygge og håndtere utfordringer knyttet til nettmobbing, nettvett og utenforskap. Verktøyet består av en 30 minutter lang fiksjonsfilm som følger en vennegjeng som både går på skole sammen, gamer sammen og spiller fotball sammen. En konflikt oppstår på én arena, som fører til utenforskap og mobbing på andre arenaer.

## Hvordan bruke Bruk Hue

Filmen kan ses i plenum eller hver for seg på mobiltelefonene, og i etterkant snakker gruppa sammen om ulike tema som tas opp i filmen, som for eksempel tilhørighet, vennskap, bildedeling, kjønnsforskjeller, anonymitet, kroppspress, gaming, språkbruk, osv. Filmen finner du ved å klikke på linken under. Du får tilsendt en «verktøykasse» som inkluderer en veileder for debriefen, samt en PowerPoint-presentasjon på mail, ved å fylle ut skjemaet under videoen.

<https://brukhue.no/frivilligheten/>

Få tilsendt verktøykasse og bli med i trekningen av 25 000 kr til ditt lag!

# Barneidrett

Deltagelse i barneidretten har en viktig egenverdi. I tillegg gir det mange et grunnlag for livslang idretts glede.

Trygg og morsom barneaktivitet forutsetter gode klubbmiljøer som setter barnas behov i fokus. Et godt miljø bygges gjennom at alle kjenner og støtter hverandre, kan alle navn, er i aktivitet, får prøve nye ting, og opplever både mestring og utfordring.

Gjennom Telenor Karusellen skal arrangørklubbene gi barna opplevelser på ski sammen med andre barn, som forhåpentligvis setter varige positive spor! For mange barn og foreldre/foresatte er Telenor Karusellen deres første møte med den organiserte skiidretten. Telenor Karusellen gir arrangørklubbene en mulighet til å vise seg frem på en god måte i sitt nærmiljø.

Over halvparten av Skiforbundets 1100 klubber har årlig arrangert Telenor Karusellen de siste 16 år og viser med dette at klubbene ønsker å vise seg frem positivt i sine lokalmiljø. Foreldre/foresatte skal være trygge på at deres lokalklubb er en god klubb for deres barn.

Når foreldre/foresatte og deres barn rekrutteres til en klubb som arrangerer Telenor Karusellen, skal de være sikre på at klubbens verdier er i henhold til Idrettens barneidrettsbestemmelser og Idrettens barnerettigheter.

**Norges Skiforbund**

