



Fagmøte Langrenn

Gardermoen 13. - 14. Juni 2025

SAKSLISTE OG TIDSPLAN

FREDAG 13. JUNI

17:00		Åpning, opprop og innledning
17:20	Sak 1	Strategi- og handlingsplan
		Utviklingsprogrammet - Skiløftet
		Toppidrett - Landslag
		- Regionsamarbeidet
		- Juniorarbeidet
		Markedsarbeidet
		Organisasjon
19:30		Middag - Buffet

Lørdag 14. JUNI

08:00	Sak 1	Gruppearbeid/gruppediskusjon om Strategi- og handlingsplan
09:30	Sak 2	Økonomi og markedsarbeid
10:30		Pause
10:45	Sak 3	Innkomne saker fra Skikrets
		Del 1: Saker som besvares skriftlig uten diskusjon
		Del 2: Saker som diskuteres og behandles i møte
11:30		Fellesesjon inkludert lunsj
13:00	Sak 3	Del 3: Saker som omhandler arrangement
14:00	Sak 4	Sesonginformasjoner og terminliste
15:20	Sak 5	Regelendringer
15:45		Avslutning og oppsummering

Saksgrunnlag

Sak 1 Strategi- og handlingsplan

Saken er under utarbeidelse.

For å få med helheten er det viktig at alle gruppene blir ferdig med sitt arbeid.

Landslaget med hele sportslig apparat er på samling fra 24. mai til 31. mai der de skal arbeide videre med handlingsplanen.

Langrennskomiteen har neste møte 4. juli.

Oppdatert saksliste sendes ut før 6. juni med saksgrunnlag på hele strategi og handlingsplan.

Sak 2 Økonomi og markedsarbeid

Det er viktig å se sammenhengen i hele Norges Skiforbund sin økonomi

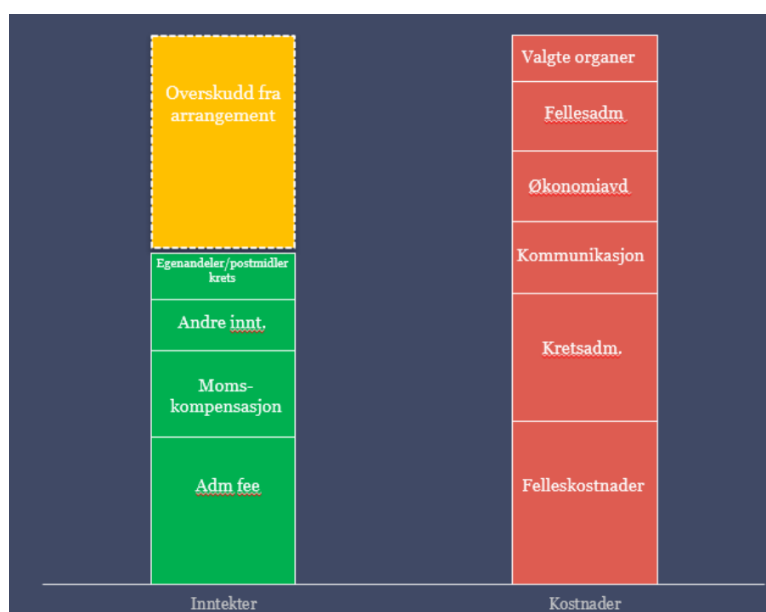
Dette er et økosystem der alt henger sammen med alt.

Norges Skiforbund sin økonomiske struktur:

Norges Skiforbund består av grener, felles servicefunksjoner inkludert administrasjonssjefene i skikretsene, en arrangementsavdeling og øvrige funksjoner.

Servicefunksjoner, arrangementsavdeling og øvrige funksjoner kalles med et samlebegrep fellesfunksjonene. Fellesfunksjonene har egne budsjetter. Kretsene styrer sin egen økonomi som selvstendige juridiske enheter, men administrasjonssjefene er ansatt i Skiforbundet sentralt (kretsene betaler en egenandel).

Vekten mellom inntekter og kostnader i Fellesfunksjonene kan illustreres slik:



Hele NSF sin totale økonomi følges opp av økonomiavdelingen i samråd med avdelingsledere, sportsjefer og delbudsjetteiere, og rapporterer til generalsekretær. Generalsekretæren rapporterer til skistyret om Skiforbundets økonomi. Det er grenkomite som er ansvarlig for å utarbeide forslag budsjett som skal godkjennes av Skistyret.

Grenene ønsker mest mulig aktivitet og vil i det lange løp gå med et nullresultat selv om dette svinger noe fra år til år. Hoveddelen av finansieringen i langrenn kommer fra sponsorinntekter, noe som for langrenn tilsvarer over 80 % prosent i 2024

Det tilkommer også reisetilskudd fra FIS

I tillegg kommer det offentlige midler via NIF (spillemidler øremerket aktivitet til barn og ungdom, post 2,3, utviklingsorientert ungdomsidrett mv.), og toppidrettsmidler fra Olympiatoppen. De minste grenene er mer avhengig av felleskapets politiske fordelinger for å opprettholde aktivitet, da de har lavere andel av egne sponsormidler.

Økonomirapport legges fram på vårmøte med forklaring til poster.

SAK 3 Innkomne saker fra skikrets

Del 1: Saker som besvares skriftlig uten diskusjon

Sak 3.1.1 – Innspill fra Østfold Skikrets angående kort frist for innspill til vårmøte og møtestruktur

Vi mener *fristen for innspill til vårmøtet er for kort-* på ca 10 dager rekker vi ikke å planlegge og forberede oss nok.

Langrennskomiteens uttalelse:

Dato for vårmøtet har vært klart lenge og tidsfristen for innspill er standard fra tidligere år. Vi kan forsøke å informere enda tydeligere om dette neste gang.

Vi håper skikretsene gjennom året tar imot innspill fra klubbene, som er det som skaper grunnlag for gode innspillsaker som tas med til vårmøtet.

Sak 3.1.2 – Innspill fra Østfold Skikrets angående økonomi

Flere ønsker et dyperegående innblikk i økonomien til langrenn. Slik det tidligere på 5-10 min gås igjennom på våre møter, gis det liten mulighet for inngående forståelse. Det igjen fratar oss også muligheten til å komme med "skikkelige" innspill og spørsmål som i sum kan bringe oss videre. Økonomi blir stadig brukt som argument for slik det handles, men når vi vet så lite om den, blir forståelsen deretter, i beste fall gjetning de klarsynte.

Langrennskomiteens uttalelse:

Saken økonomi og markedsarbeid presenteres under sak 2 i agendaen.

Sak 3.1.3 - Innspill fra Østfold Skikrets angående internasjonalt bidrag

Tilbakeblikk fra VM viste at sammen med Sverige vant vi alt. Det var målsettingen. Om dette bidrar eller er tjenelig for å få interessen om langrenn ut i verden er et spørsmål vi stiller. Forstår at den internasjonale samlingen ifm Blink forsvinner (?) Hva bidrar Norge med for å støtte opp om idretten, samt få en mer jevnbyrdig, mindre kostnadskrevende og fair idrett sommer og vinter? *Vi tror det er viktig å dele mer bla kunnskap om trening, smøring mm, samt backe opp om disse elementene.*

Langrennskomiteens uttalelse:

Langrennskomiteen ønsker å drifte langrenn på en forsvarlig måte både resursmessig og

økonomisk, og ser derfor at det ikke er mulighet for å bidra med internasjonal juniorsamling i år.

I det internasjonale arbeidet bidras det med kompetanse på gjennomføring av kursaktivitet for FIS, noe som vil komme nasjoner som ønsker dette til gode.

Sak 3.1.4 – Innspill fra Oslo Skikrets angående diskusjon om justert tilbud etter bortfall av juniorlandslaget.

Vil de ulike kretsene/regionene tilby noe ut over Idresamlingen? Foreslår at vi tar en runde i alle regionene, som da bør finne én talsperson som ev. forteller om likt/ulikt tilbud i kretsene (så tar det ikke SÅ lang tid). Vil NSF ha noen (trenere?) til stede under Idresamlingen som følger med på utøvere som er på gang, for kompetanseoverføring og diskusjoner mellom trenere o.l.?

Langrennsskomiteens uttalelse:

Dette temaet vil bli berørt under Strategi- og handlingsplan og diskutert underveis i vårmøtet.

Sak 3.1.5 – Innspill fra Oslo Skikrets angående styrking av regionslagene og veien videre.

Skal vi jobbe med en noe justert og mer rettferdig finansieringsmodell, og ev. organisering. Vi har fått innspill om at det er behov for økt samarbeid mellom regionslag og landslag spesielt på kvinnesiden (for lav matching og større behov for kompetanseoverføring) – er det noe vi kan få til? Hva tenker NSF om videre elitesatsing, skal kretsene dra alt alene eller kan vi få til en utvidet samarbeidsmodell mellom NSF og kretsene/regioner?

Langrennsskomiteens uttalelse:

Langrennsskomiteen har vedtatt en fordelingsmodell for regionlagene.

Temaet vil bli diskutert under temaet strategi -og handlingsplan på vårmøtet.

Sak 3.1.6 – Innspill fra Oslo Skikrets angående sesonginformasjon.

Positivt med utsendelse/høring og påfølgende åpent møte 10. juni med diskusjon/avstemming på vårfagmøtet.

Langrennsskomiteens uttalelse:

Sesonginformasjoner vil bli diskutert som et eget punkt på vårmøtet.

Sak 3.1.7 – Innspill fra Oslo Skikrets angående strategiplan.

Iht. figur i kap. 2 vår strategistruktur så skal også grenene formulere egne strategier/handlingsplaner innen strategiens handlingsrom og føringer. Tilsvarende slik kretsene skal gjøre/har gjort. Vi i krets gren skal nå gå i gang med å utforme tiltak, og lurer da på om vi skal/bør ha noen fellesdiskusjoner om nasjonale langrennsspesifikke tiltak (som føringer for gren i krets) – eller om vi bare skal bruke vårt beste skjønn innen den overordnede strategien og føringer fra krets?

Langrennskomiteens uttalelse:

Dette punktet vil bli diskutert under Strategi- og handlingsplan i vårmøtet.

Del 2: Sakers som diskuteres på vårmøtet.

Sak 3.2.1 – Innspill fra Østfold Skikrets angående helårsidrett

Forstår det slik at skiforbundet nå også mener at idretten vår er å regne som helårsidrett. *Deretter mener vi det også er rett om langrenn setter en tidlig og tydelig agenda, samt retning på terminliste helt fra mai til april. Vi mener vi må ha arrangement "jevnt og trutt" og synlighet ikke bare i de 4 snø månedene fra ca. slutten av november til slutten av mars.* Det tipper vi også markedsavdelingen vil være interessert i. "Norges Skiforbund satser derfor mer på rulleski enn tidligere", og vi spør hva består denne satsingen i?

Langrennskomiteens uttalelse:

I strategiplanen til langrenn defineres nå **“Langrenn hele året, i hele landet”** som et strategisk innsatsområde. “Vi tilrettelegger for aktivitet hele året der folk bor” «Langrenn hele året, i hele landet» presenteres under punktet strategi- og handlingsplan. Langrennskomiteen kommer med utfyllende innspill innen 6. juni med utsendelse av utvidet saksgrunnlag.

Sak 3.2.2 – Innspill fra Oslo Skikrets angående hvordan kan vi samarbeide enda bedre, mellom LK sentralt og LK i krets?

Oslo skikrets langrenn synes det har vært en svært positiv utvikling i dialogen, spesielt det siste året. NSF LK deler mer, hvilket gir bedre innsikt og forståelse, og også møtene som har vært avholdt mellom høst- og vårfagmøtene har etter vårt syn vært nyttige. Vi håper at LK ser på kretsene LK som en ressurs som kan bidra til å dra lasset ved å forsvare og forklare LKs vedtak, og ikke organer/personer som legger stener i veien for dere. For å få til enda bedre samarbeid, det er helt sikkert potensiale på begge «sider» her, så foreslår vi en diskusjon om hva vi bør oppmuntre til (ha mere av) og hva som er dysfunksjonelt. Større åpenhet om/innsikt i oppgaver, ansvar og den økonomiske situasjonen er et eksempel på et område som vi i Oslo tenker ville vært nyttig, for å skape bedre forståelse for de innskrenkninger og disposisjoner som gjøres og for å bidra til at vi sammen klarer å skape mest mulig aktivitet og fortsatt gode resultater.

- Innspill fra Østfold Skikrets angående møtehyppighet

Først vil jeg på vegne av mange si at vi trenger å møtes, og vi må møtes mye mer.

Fjorårets høstmøte på 2 timer på teams er alt for lite.

Ved oftere møter får vi hatt en jevnere dialog og bedre mulighet for å spille hverandre gode, samt ikke minst forstå hverandre.

Foreslår derfor utenom fysiske møter å møtes minst annenhver måned på teams, samt møtereferat fra LK møter senest 14 dager etter møte

Langrennskomiteens uttalelse:

Vi er enige i at det viktig å møtes og at fagmøter på Teams ikke er ideelt. Forårets høstmøte ble avviklet på Teams etter avklaring med dere i LK krets på forhånd. Videre er vi enig i at vi kontinuerlig må jobbe med å forbedre informasjonsflyt og samarbeid mellom organisasjonsleddene og at vi må ha en åpen, ærlig og faktabasert diskusjon rundt dette. Grenkomiteinstruksen, og dermed LK rolle og ansvar, kan bli dramatisk endret i forbindelse med ekstraordinært skiting senere i juni. Vi foreslår derfor å utsette videre diskusjon om disse punktene til høstmøtet.

Del 3: Saker som omhandler arrangement**Sak 3.3.1 – Innspill fra Oslo Skikrets angående evaluering av sesongen 2024/2025, fokus på NC**

[NSF gjennomførte en spørreundersøkelse til alle deltakere i NC junior og senior etter sesongen 2024/2025. Se svarene nederst på denne siden.](#)

Sak 3.3.2 - Innspill fra Akershus skikrets angående påmelding/endringer av lagoppstilling under HL stafett og JR.NM stafett:

Vi har de siste årene opplevd store utfordringer når det gjelder å gjøre endringer grunnet sykdomsforfall til både stafetten under HL og Jr.NM. Det oppleves som svært rigid at det kun kan gjøres to endringer etter at fristen har gått ut når vi som en stor krets ofte må håndtere mange som melder inn sykdom kvelden før stafetten eller tidlig samme dag. Regelen blir også håndtert likt uansett størrelse på krets noe vi også opplever som urimelig da det er stor forskjell på hvor mange påmeldte lag hver krets har. Større kretser med opptil 20 påmeldte lag vil mest sannsynlig ha behov for å gjøre flere endringer enn små kretser med få påmeldte lag.

Under HL i Holmenkollen i vinter opplevde vi at vi sto igjen med to løpere som ikke fikk lov til å gå stafett fordi vi hadde brukt opp endringsmulighetene våre. Dette ble en svært dårlig opplevelse og er med på forsterke frafall i idretten vi er så glad i.

At dette håndteres likt i HL og Junior NM mener vi er uheldig, det bør være litt mer fleksibilitet i HL alder for å stimulere til gode opplevelser. Akershus ønsker at det sees på muligheter for at det kan gjøres flere endringer når vi får flere sykdomsforfall. Vi har forståelse for regelen har vært praktisert på grunn av praktiske årsaker, blant annet

med tanke på tidsbruk og merarbeid for arrangør, men slik påmeldingen var under blant annet HL stafett lå denne åpen frem til rett før start og vi kunne gjøre endringene selv.

Akershus ønsker at vi kommer frem til en regel som åpner opp for at det kan gjøres flere endringer slik at alle som ønsker å gå stafett skal få en fin opplevelse

Saksopplysning fra NSF:

I NSF Rennreglement har vi ingen begrensninger på antall lag/reserver som kan settes inn, men juryen har tidligere sesonger satt begrensninger på antall rokkinger som kan gjøres i HL og jr. NM stafett (Eks. Ved maks 2 rokkinger: Blir en løper på 1.laget syk kan man sette inn en reserve fra 2.laget til 1.laget. I tillegg kan kretsen flytte en løper fra eks. lag 17 eller annen reserve for å få et fullstendig 2.lag). Dette er på grunn av at hvis juryen ikke hadde hatt begrensninger på det, vil arrangør/tidaker få mange endringer. Spesielt når en krets kan ha over 20 herrelag. Vi må huske på at disse endringene faktisk kan komme samtidig som et annet renn pågår.

Det er vanskelig å ha en regel hvor vi må ta hensyn til antall lag hver krets har.

Forslaget fra NSF Langrenn er å gjøre dette enda klarere med å legge det inn i NSF

Rennreglement, men tillate totalt 3 rokkinger i stedet for 2. Ønsker en diskusjon om dette på vårmøtet, men vi foreslår at følgende regel legges til i punkt 327.3.2:

I stafetter med kretslag (junior NM og Hovedlandsrenn) tillates hver krets å gjøre endringer på inntil 3 lag.

Sak 3.3.3 - Innspill fra Akershus Skikrets angående smøring/testing av ski og utstyr:

Bakgrunn: Det reageres på hvor mye tid og ressurser som brukes på testing av ski under NC junior, hemmelighold og utstyrsnivået både her og i yngre klasser

- Akershus Skikrets ønsker at vårmøtet tar opp problemstillingen rundt smøring og utstyr i langrenn, og foreslår at vårmøtet enes om å nedsette en arbeidsgruppe som kan jobbe med problemstillingen gjennom sommeren, og komme med noen konkrete forslag til tiltak kommende sesong. Dette kan for eksempel være å teste ut enklere former for smøreopplegg på en junior NC-helg kommende vinter, evt også et senior-NC-arrangement, samt vurdere innføring av tiltak for begrensning av smøre/utstyrs-jag i årskullene opp til og med HL-alder.
- Noen aktuelle tiltak kan være

Ski/utstyr:

- Klar og tydeligere anbefaling om hvor mange ski i hver stilart ut fra alder.
- Vurdere å gå i dialog med ski produsentene og høre om de kan endre dagens praksis med kun sponing av de beste juniorer, til heller å f.eks. tilby lik rabatt til alle juniorer som kan dokumentere at de deltar i norgescup.

Smøring:

- Klar anbefaling om full åpenhet rundt smøring med slagord alla «alle barn og ungdommer fortjener likest mulige forutsetninger på skirenn»
- Legge inn pålegg om at alle klubber som skal arrangere skirenn for aldersklasser opp til og med 16 år skal legge ut smøretips
- - krav om at anbefaling skal være med enkle og rimelige produkter alla «Swix PS6» eller tilsvarende
- forbud mot glid testing på selve konkurransedagen i de yngre klassene (ref anbefaling om antall ski)
- For store renn som HL og NM kan gjerne felles smøreopplegg gjennomføres, men hvis det ikke er felles smøreopplegg så foreslås følgende:
 - ikke tillatt med egne skitestere
 - produsentene av skismøring inviteres til å stille med kompetanse/ekspertise som gjennomfører tester på vegne av ALLE deltagere, og alle deltagere oppfordres til å følge anbefalt smøring/struktur/rill med full åpenhet mellom alle. Er det flere produsenter som vil stille og gjennomføre tester så er det bare fint, da kan deltakerne oppfordres til å velge en av produsentene og følge deres anbefaling.

Saksopplysning NSF:

Dette er et stort tema og noe som berør mange. NSF støtter at det bør settes ned en arbeidsgruppe som jobber med dette. For nasjonale renn er det realistisk at vi blir enige om ett renn i vinter vi ønsker å teste ut et opplegg. Arbeidsgruppen kan jobbe fram et forslag som presenteres på høstmøtet. Det er også fint at denne arbeidsgruppa ser på regler/begrensninger for yngre klasser.

Sak 3.3.4 - Innspill fra Akershus Skikrets angående strykning av renn NC junior

LK Akershus har fått innspill fra klubber som ønsker at man ser på mulighet for å stryke renn i NC junior også i løpet av finalehelgen. Dagens praksis er at to renn kan strykes frem til finalen. Konsekvensene av dagens praksis er at dersom en løper har oppnådd maksimal poengsum fram til finalehelgen, vil man likevel havne langt ned på listen til slutt hvis man er syk den siste helgen. Argumenter for å kunne stryke renn også denne helgen er blant annet at dette dreier seg om skoleungdom, at man ikke ønsker å legge opp til at ungdommer går skirenn når de er syke og at det etter at man innførte et renn til til den finalehelgen (sprinten) vil miste tre og ikke to renn som tidligere.

Det er ønskelig at det tas en diskusjon rundt denne problemstillingen på vårmøtet for å se på om det vil være hensiktsmessig å endre dagens praksis.

Saksopplysning NSF:

Dette har handlet om tekniske begrensninger til nå. Vi jobber nå for å få et raskere utregningssystem med Alv/resultatarkiv og håper at dette kan være teknisk mulig til kommende sesong. Det avhenger veldig av hva vi har økonomi til å gjøre av utvikling dette året.

Finalehelgen har til nå blitt regnet ut manuelt av NSF Langrenn og derfor har det vært krevende å holde styr på både poeng og hvilke renn som skal strykes for alle løpere, når det samtidig forventes at sammenlagtresultatlista skal være klar 5min etter rennet. Alternativet er selvfølgelig at vi dropper premieutdeling for sammenlagt. Det er derfor for tidlig å si nå om vi vil ha et system som støtter dette. NSF foreslår at vi holder den åpen fram til høstmøtet og tar en beslutning da.

Sak 3.3.5 - Innspill fra Agder og Rogaland skikrets angående inkludering av åpningsrennene på Beitostølen i Norgescupen

Vi i Langrennskomiteen i Agder og Rogaland Skikrets ønsker å fremme et forslag om å inkludere de nasjonale åpningsrennene på Beitostølen i den nasjonale Norgescupen.

Åpningsrennene på Beitostølen samler store deler av den norske langrennsbredden, inkludert alle toppene, og fungerer som en viktig gjennomkjøring før verdenscupstarten. Ved å integrere disse rennene i Norgescupen mener vi at cupens status vil styrkes. Samtidig vil det gi mulighet til å innføre en ordning der de 2-3 svakeste resultatene i Norgescupen kan strykes, noe som kan bidra til økt fleksibilitet og rettferdighet for utøverne.

Saksopplysninger NSF:

Bakgrunnen for at vi ikke har hatt Norgescupstatus på Beitostølen tidligere er at vi har deltakerbegrensning på Beitostølen. Maks 90 kvinner og 170 menn kan delta pga. TV-tid. I prinsippet har det vært et ønske om at Norgescup må være åpen for alle.

Sak 3.3.6. - Innspill fra Agder og Rogaland skikrets angående gjennomgang av NM-programmet – senior og junior

Videre ønsker vi å oppfordre Langrennskomiteen i Norges Skiforbund til å gjennomføre en helhetlig gjennomgang av øvelsesprogrammet for Norgesmesterskapet, både første og andre del, samt for junior, for å vurdere om det er optimalt utformet.

Spesifikt ønsker vi at komiteen spesielt ser på balansen mellom sprint- og distanseøvelser. I dagens program for seniorer er det kun én ren sprintøvelse, mens det

er fire distanserenn og to stafetter. Etter vår vurdering kan heller ikke teamsprinten sies å være spesielt rettet mot sprintere. Vi stiller spørsmål ved om det kan være mulig å arrangere NM-sprint i begge stilarter. Til sammenligning er det i dagens forslag til Verdenscupen for 2025/2026 en andel av sprintrenn på ca. 40%.

I tillegg ønsker vi spesielt en vurdering rundt 20 km skibytte`s plass i programmet. Dette rennet krever betydelige smøreressurser, og vi spør om øvelsen kan erstattes med for eksempel en fellesstart i én stilart. En slik endring ville i alle fall forenklet både gjennomføringen og redusere ressursbehovet rundt smørearbeidet.

Saksopplysning NSF:

NM programmet er i dag basert på det internasjonale mesterskapet (IOC/FIS). Ved å ta bort noen av øvelsene i NM vil vi gå bort i fra denne modellen og samtidig kanskje true hvilke øvelser vi har i internasjonale mesterskap. Internasjonale mesterskap er igjen viktig for finansieringen vår, slik at å miste mesterskapsøvelser internasjonalt kan bli problematisk for NSF i framtiden. Å legge til en ekstra NM øvelse i tillegg til NM programmet vi har i dag vil føre til flere renn over flere dager, noe som allerede er tettpakket slik det er i dag. Alternativet er å ta bort en NM-øvelse. Forslag fra NSF er da å bytte ut sprintstafetten med en individuell sprint. Dette vil også føre til en enklere gjennomføring av rennprogrammet totalt på NM del 2, da det også kan gjennomføres sprint for junior samme dag. Denne diskusjonen kan tas som en del av sak 4, Terminliste.

Sak 3.3.7 - Innspill fra Oppland Skikrets angående overnatting Hovedlandsrennet (utsatt sak fra høstmøtet 2024)

LK Oppland Skikrets foreslår at fordeling av overnattingsplasser ifbm. Hovedlandsrenn endres fra dagens praksis med 1 trener/leder pr. 3 utøvere (1:3), til 1 trener/leder pr. 1 utøver (1:1)

Det vil medføre at framtidige arrangører av HL må kunne stille med overnattingsplasser tilsvarende 1:1, og at antall plasser fordelt av Skiforbundet gjøres med utgangspunkt i 1:1.

Saksbehandling NSF:

I forlengelsen av dette forslaget ønsker NSF Langrenn å diskutere hvordan vi skal organisere overnatting for Hovedlandsrenn. Skal vi åpne for én trener/leder per utøver, eller bør vi heller arbeide for å redusere barrierene for deltakelse? Dette kan gjøres på flere måter, for eksempel ved å samarbeide bedre internt i kretsene rundt reise og overnatting. NSF Langrenn ønsker å utfordre LK Nord-Trøndelag Skikrets til å dele hvordan de jobber med felles reise og overnatting på nasjonale renn.

- Kort presentasjon fra Nord-Trøndelag Skikrets

SAK 4 Sesonginformasjon

Saken er under utarbeidelse etter planen for prosess sesonginformasjoner.

Oppdatert saksliste sendes ut før 6. juni med saksgrunnlag.

Prosess sesonginformasjon:

Hva	Ferdigstilles (Tentativt)	Ansvar
Utkast utarbeides basert på nåværende info.	31.mai	Trenere og Erik
Møte med Elon-trenere og Skigymnaser. Utkast sendes ut i forkant av møtet. Starter med senior fra 12:00 og fortsetter med junior.	3.juni 12:00-16:00	Trenere og Erik
Utkast sendes ut til skikretsene innen 5.juni og publiseres på hjemmesiden vår. Diskusjon med LK-ledere krets.	5.juni	Trenere og Erik
Innspill samles inn kretsvis gjennom et spørreskjema med svarfrist 9.juni.	9.juni	
Åpent møte for «Ski-Norge». Orienterere om prosess, legge fram innspill og åpne opp for diskusjon og tilbakemeldinger.	10.juni kl. 18:00-20:00	Per Elias og Erik
Sesonginformasjon legges fram på NSF Langrenn sitt vårmøte. Orientering om prosess og diskusjoner. Åpner opp for innspill fra Skikretsene	13.-14.juni	Per Elias og Erik
Sesonginformasjoner vedtas av NSF Langrennskomite.	Juni-juli	Langrennskomiteen
Revidering av Sesonginformasjoner etter FIS høstmøte og evt. endringer.	15.oktober	Trenere

Sak 5 Regelendringer

Rennreglement Langrenn endringer 2025/2026

Forslag til endringer 2025/2026

223.2.4 Alminnelige betingelser

Følgende handlinger (unntatelser, forsøk og medvirkning omfattes også) kan føre til sanksjoner:

- brudd på eller ikke å etterkomme pålegg gitt i dette fellesreglement eller grenreglementene med tilhørende bestemmelser,
- ikke å etterkomme Jurybeslutninger (i spesielle tilfelle også et enkelt jurymedlems pålegg under selve konkurransen) og/eller
- usportslig opptreden **ovenfor arrangør, funksjonærer og eller publikum.**
- Brudd på NIFs barneidrettsbestemmelser, bestemmelser om aldersgrenser og om konkurranser for barn gitt i dette fellesreglementet eller grenreglementene

316.3.6 Målfotokamera

Målfototiden tas når den fremste skotåen krysser mållinjen. Målfoto sendes **først kun** til juryen.

322.1 Definisjon

Ved fellesstart starter alle deltagerne samtidig. Sluttresultatet bestemmes av rekkefølgen i mål.

Fellesstart gjennomføres ikke for barn (~~12~~ 10 år og yngre)

325.6.2 Det er ikke anledning til å protestere under kvartfinaler og semifinaler. Dette på grunn av løpende heatgjennomføring og tidsplan. Protester blir kun akseptert **etter for finalene heatet.**

325.8.5 Sprint med 10 i hvert heat

Løperne plasseres i kvartfinaleheatene i henhold til sin plassering i kvalifiseringen (Se tabell under).

Det benyttes ikke tidtaking i heatene.

Kvartfinaler med 10 løpere i 5 kvartfinaleheat, maks 50 løpere.

Tildeling heat etter plassering i prolog:

Q1	Q2	Q3	Q4	Q5
1	4	5	2	3
10	7	6	9	8
11	14	15	12	13
20	17	16	19	18
21	24	25	22	23
30	27	26	29	28
31	34	35	32	33
40	37	36	39	38
41	44	45	42	43
50	47	46	49	48

**De 4 beste fra hvert kvartfinaleheat går videre til semifinale. De 4 beste fra Kvartfinale 1 og 2 går videre til Semifinale 1. De 4 beste fra kvartfinale 4 og 5 går til semifinale 2. I kvartfinale 3 går nummer 1 og 3 videre til semifinale 2, mens nummer 2 og 4 går semifinale 1.*

Semifinaler (20)

S1	S2	Finale
Q1 #1	Q3 #1	S1 #1
Q2 #1	Q4 #1	S2 #1
Q1 #2	Q5 #1	S1 #2
Q2 #2	Q4 #2	S2 #2
Q3 #2	Q5 #2	S1 #3 *
Q1 #3	Q3 #3	S2 #3 *
Q2 #3	Q4 #3	S1 #4
Q1 #4	Q5 #3	S2 #4
Q2 #4	Q4 #4	S1 #5
Q3 #4	Q5 #4	S2 #5

**De 5 beste fra hvert semifinaleheat går videre til finalen.*

** Løpere med samme plassering i sine foregående heat rangeres etter prologtid.*

327.3.2 **Innsetting av** reserve er mulig i henhold til pkt 313.4.

343.5 Hvis startnummer, leggnummer, transponder (brikke), **skimerking** eller GPS brukes, er det obligatorisk å bruke dette utstyret.

343.6 Løperne må følge den merkede løypa fra start til mål og må passere alle løypekontrollører.

~~343.6.1~~ ~~Hvis en løper går feil løype eller forlater den merkede løypa, må det gås tilbake til det punktet hvor det ble gått feil. For å gjøre dette, kan det hende en må gå mot løpsretningen. I så fall har løperen det fulle ansvaret for at ikke andre løpere blir hindret.~~

Forklaring

Når løper returner til punktet hen gikk feil, har løperen ansvar for å ikke hindre andre løpere.

343.12.5 Når det er sørget for "skiftebåser" i forbindelse med langdistanser eller Skiathlon-konkurranser, har utøveren lov til å bytte ski i "båsen".
Alt bytte av utstyr må skje innenfor den tilviste båsen, uten assistanse.
Antallet skibytter er begrenset til maksimalt 1 gang. Skiene må plasseres enten i båsen før konkurransestart, eller til fluorkontroll før tidsfrist kommunisert av arrangør. **Untatt når noe annet er kommunisert av juryen.**

352.2.3 En løper som mottar skriftlig irettesettelse nr.2 i samme sesong, vil automatisk bli diskvalifisert i konkurransen hvor denne irettesettelsen blir gitt. **Ref. FIS ICR 352.2.3 for FIS-renn.**

396.3.1 – Se under skjemaet

396.4.4 – Se under skjemaet

396.3.1 Følgende konkurranseformat og anbefalte distanser kan benyttes. Konkurransen kan avholdes i enten klassisk eller fristil.

Konkurranseformat	Distanse	Løypelengde
Intervallstart Distanserenn	2,5-3,3-3,75-5-7,5-10-15-30-50 5 til 20	2,5-3,3-3,75-5-7,5-8,3-10-12,5-15-16,7 2,5-3,3-3,75-4,0-5,0-6,6-7,5-10,0-15,0
Fellesstart	10-15-30-50	2,5-3,3-3,75-5-7,5-8,3-10-12,5-16,7
Turrenn	Ingen begrensninger	Ingen begrensninger
Skiathlon	5+5-7,5+7,5-10+10-15+15	2,5-3,3-3,75-5-7,5-10
Jaktstart (del 2)	5-7,5-10-15	2,5-3,3-3,75-5-7,5-10
Stafett (med 3 eller 4 utøvere, kan være blandet kjønn)	2,5-3,3-5-7,5-10 10,0 eller kortere per løper	2,5-3,3-3,75-5,0- 7,5-10,0
Individuell sprint og sprintstafett	0,2 - 1,8	0,2 - 1,8 (ikke mer enn 2 runder)
Sprintstafett	2x (3-6) x 0,8-1,8	0,4-1,8

396.4.4 Anbefalte løypenormer:

Konkurransformat	Klassisk teknikk	Friteknikk
Intervallstart		
Løype		
Bredde	3 m	4 m
Start		
Antall korridorer	1	1
Mål		
Total bredde	3,6 m	6 m
Antall korridorer	3	3
Jaktstart		
Løype		
Bredde	4 m	5 m
Start		
Antall korridorer	2-4	2-4
Bredde	4 m	6 m
Mål		
Total bredde	4 m - 5 m	6 m - 8m
Antall korridorer	3-4*	3-4*
Fellesstart, Skiathlon		
Løype		
Bredde	4 m	6 m
Start		
Organisering	Plogstart eller linjestart	Plogstart eller linjestart
Bredde	5 m	6 m
Antall korridorer	Anbefal 3;5* eller flere	Anbefalt 3;5* eller flere
Mål		
Total bredde	4 m - 5 m	6 m - 8m
Antall korridorer	3-4*	3-4*