

Sør-Trøndelag
skikrets - junior

Sesongen
2025- 2026

Agenda

- Så langt i sesongen
- Konkurransesesongen
- Overnatting
- Økonomi
- Smøring på NC/NM



Så langt sesongen 25/26

- 3 av 4 hjemmesamlinger gjennomført
 - 7.-9. november gjenstår
- Sosiale aktiviteter på hjemmesamlingene
- Samling i Meråker
 - 2.-5. sept
- Snøsamling i Bruksvallarna
 - 24.-28. nov



***Konkurransplan
NC/NM 25-26***

9.01-11.01: Beitostølen

20.02-22.02: Åsen

13.03-15.03: jr. NM -
Gålå

26.03-28.03: Harstad

Konkurransenplan

Beitostølen: Menn jr først

- Fredag 9.01
 - Kvinner: 7,5/7,5/15 km F
 - Menn: 10/10/15 km F
- Lørdag 10.01
 - Kvinner: Sprint F
 - Menn: Sprint F
- Søndag 11.01
 - Kvinner: 7,5 km K
 - Menn: 10 km K

Åsen: Kvinner jr først

- Fredag 20.02
 - Kvinner: 3,75/3,75/10 km F*
 - Menn: 5/5/10km F*
 - * 19/20 sammen med senior
- Lørdag 21.02
 - Kvinner: Sprint F
 - Menn: Sprint F
- Søndag 22.02
 - Kvinner: 7,5/7,5/10 km K felles
 - Menn: 10/10/15km K felles

Konkurransenplan

NM Gålå: Menn jr først

- Fredag 13.03:
 - Kvinner: 7,5/10/15 km F
 - Menn: 10/15/20 km F
- Lørdag 14.03:
 - Kvinner: 5 km K
 - Menn: 10 km K
- Søndag 15.03:
 - Kvinner: 4x3,75 km KKFF
 - Menn: 4x5 km KKFF

Harstad: Lørdag felles med senior

- Torsdag 26.03:
 - Kvinner: 7,5/7,5/10 km F felles
 - Menn: 10/10/15 km F felles
- Fredag 27.03:
 - Kvinner: Sprint K
 - Menn: Sprint K
- Lørdag 28.03:
 - Kvinner: 5 km K
 - Menn: 10 km K

Lederens rolle på NC/NM

- Informasjon ut til krets
- Lagledermøter
- Samlingsplass på stadion
 - Oversikt over kretsens løpere

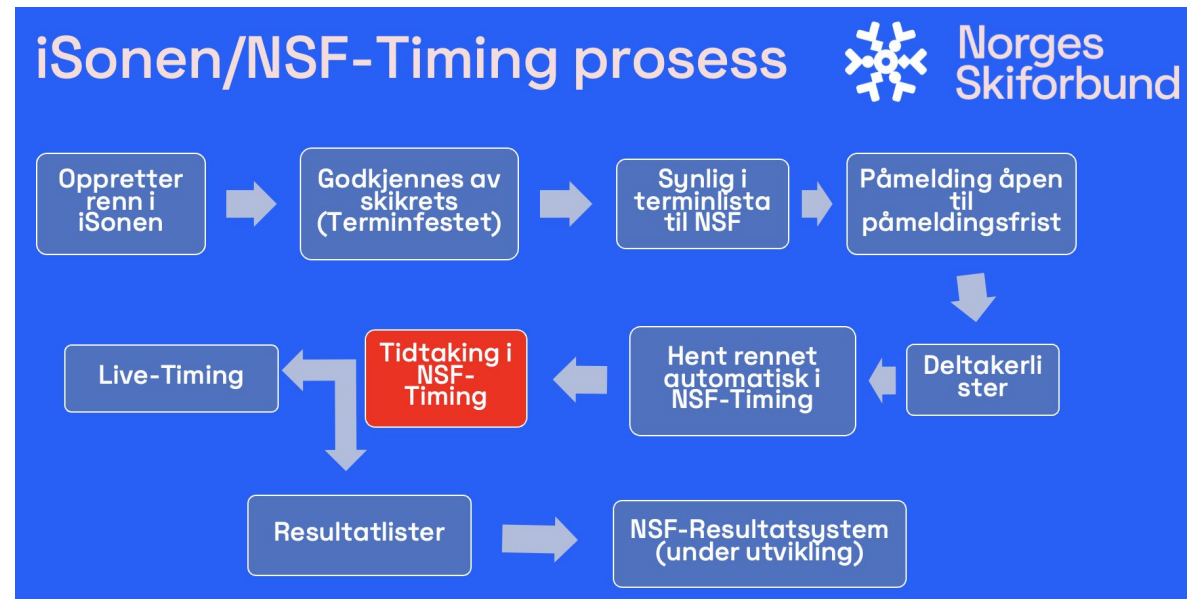
Ledere på renn:

- Beitostølen: Marte, Jens Petter og XX
- Åsen: Marte og Ane
- Gålå: Marte, Jens Petter og XX
- Harstad: Marte og Heidi

Utfordringer/Oppfordringer til foresatte:

Sekundering og stavpost:

Her ser vi for oss et samarbeid med foresatte for å kunne dekke opp kretsens løpere best mulig



Informasjon

All informasjon i forkant av NC vil foregå på skikretsens Hjemmeside og **Spond**

- [Langrenn Sør-Trøndelag \(skiforbundet.no\)](https://skiforbundet.no)

Tidskjema for torsdag, fredag, lørdag og søndag vil vi legge ut her.

- Torsdag; Treningstidspunkt, kretsens samlingsplass(basen) på stadion, Hvor og hvem er med som ledere. Info fra lagledermøter.
- Fredag-, lørdag- og søndag; liste over hvem som er ledre ved basen, ved start, sekundering/stavposter og kart som viser detaljer
- Praktiske påminnelser som startnummer, evt. endringer, premieutdeling mm

Overnatting

- Ikke fått tildeling av overnatting fra NSF ennå
 - Prisestimatet gjøres dermed ut ifra forrige sesongs kostnader på overnatting
- Kretsledere bor i leiligheter felles med Meråker og regionlagstrenere på Beito og i Harstad
 - Dette bidrar til reduserte kostnader

Økonomi

Endringer fra forrige sesong:

- Legger inn en fast kostnad på smørebod i fordelingskostander.
 - Testseriene blir klargjort og preppet i kretsens smørebod. Siden alle kretsens utøvere nyter godt av jobben som blir gjort med testing så er det riktig at man deler på de kostnadene.
- Kretsledere får en halv dag ekstra godtgjørelse der man reiser onsdag ettermiddag/kveld

Det vil komme egen påmelding til klubbene som ønsker å reservere smøre plass i smørebodene som kretsen bestiller. Her vil det da komme en ekstra kostnad for de som ønsker dette

Økonomi- utgifter pr utøver

2 ledere				Kommentar
Reise/Opphold	kr	14 600	4 døgn	
Lederkompensasjon	kr	15 930	4,5 døgn	1500 kr/døgn + aga
Produkter skitest	kr	1 700		Fast
Smørebod	kr	1 500		Smøring av testserier
Sum	kr	33 730		
Utøvere	kr	65		
Kost pr utøver	kr	519		
3 ledere.				Kommentar
Reise/Opphold	kr	20 400	4,5 døgn	
Lederkompensasjon	kr	27 360	4,5 døgn	1500 kr/døgn + aga
Produkter skitest	kr	1 700		Fast
Smørebod	kr	1 500		Smøring av testserier
Sum	kr	49 460		
Utøvere	kr	65		
Klubber				
Kost pr utøver	kr	761		

Smøreopplegg

- Testing av glider:

- Nullstilling kl 10 torsdag.
- 8 ulike produkter
- 4 beste parene (mest heving fra 0-test) slitasje/holdbarhet. 5 km re-test.
- 0 km og 5 km anbefalingen. Spondgruppen til Sør Trøndelag skikrets.
- Før kl 15.

- Test av rill:

Mest aktuelle sliben 4 parene. Spond.

- Test av feste:

Dagen før, evt løpsdagen. Spond.

- Re-testing, værprognoser og føreforhold. Spond
-
- Samarbeid med Sportshuset Melhus.

Smøring

