



Høstmøte Buskerud Skikrets

29.10.2025

Agenda



1. Innledning, presentasjon av LK og arbeidsoppgaver
2. Skiklubbutvikler
3. Kretsens samlinger både de gjennomførte og de gjenstående
4. Terminlisten og Sparebanken Øst Cup
5. Hovedlandsrennet, overnatting, opplegg, smøring
6. Norges Cup og NM junior, overnatting, opplegg, smøring
7. Gjennomgang fra høstmøte NSF
8. Eventuelt

Presentasjon av LK og arbeidsoppgaver



Leder Jørn Espen Bolstad, IL Skrim

Krets samlinger, Hovedlandsrenn

Skiklubb utvikling / utdanning

- **Nestleder Anne Håvi, IL Holeværingen**
 - NC og NM junior
- **Medlem Siri Asmyhr, Eiker Ski**
 - Krets samlinger, Hovedlandsrenn
 - Sparebanken Øst cup
- **Medlem Ståle Kihle, Konnerud IL**
 - Norges Cup og NM junior
- **Medlem Olav Wollebæk Veslestølen, Hemsedal IL**
 - Terminliste

Skiklubb utvikler



- Einar Aabrekk, Mail: einar.aabrekk@skiforbundet.no, tlf: 95964471
- Tilgjengelig for klubbene.
- Skisprellarrangement
- Inspirasjons kvelder
- Grasrot trener kurs
- Trener 1 kurs
- Tilhenger med utstyr

Samlinger 2025, 13-16 år gruppa.



- **Juni:** Skisamling Sognefjellet. Utgikk.
- **6. september:** Dagssamling 13-junior år Sjøstad/v. Lier og Lier IL. **33 utøvere deltok.**
- **27.– 29. september:** Høstferiesamling 13-16år på Vikersund. **50 utøvere deltok.**
- **19. oktober:** Dagssamling 13-junior år Haugsbygd IF, Ringkollen Skiklubb og IL Høleværingen. **32 utøvere deltok.**
- **7. – 9. november.** Snøsamling Geilo, 13-16 år: 51 utøvere påmeldt

Samlinger 2025, junior gruppa.



Junior	
Når	Hvor
26.-29. juni	Norefjell
13.-16. august	Norefjell
Dagssamling, 6. Sept.	Sjåstad v./Lier og Lier IL
Høstferien, uke 40	Nærsamling Konnerud
Dagssamling, 19. Okt.	Kleivstua
6.-9.november	Torsby

Åpne juniorsamlinger

Buskerud skikrets sine junior løpere har i inneværende sesong hatt muligheten til å delta på treningssamlinger i regi av Team Konnerud.

Ca. 3-6 løpere som har benyttet seg av tilbudet.

Takk til Team Konnerud for tilbudet.

Terminliste 25/26



Terminliste langrenn og turrenn er lagt ut i [online terminliste](#).

- Det er viktig at alle rennarrangører nå legger inn komplett renninfo for sine arrangement i iSonen.
- Husk å legge inn alle klasser/øvelser/startkontingent før påmelding åpnes for de som benytter online påmelding/betaling i iSonen/Minldrett.
- Satser for startkontingent her: [Microsoft Word - Startkontigent og deltakeravgift, 14.06.2019.docx](#)

Digitalt TD- og arrangørkurs langrenn 17. november
Påmeldingsfrist er 13.november

Klubb som arrangerer terminfestede renn, må ha en TD som kan reise på andre terminfestede renn. Dette er for å sikre at vi har nok TD-er.

<https://www.skiforbundet.no/buskerud/nyhetsarkiv/?npid=224344&page=Digitalt+TD-+og+arrang%C3%B8rkurs+h%C3%B8sten+2025>

Terminliste langrenn/turrenn Buskerud 2025-2026

Dag/Dato	Klubb (sted)	Navn	Stilart	Klasser	Merknader	TD
21.- 23. nov.	Beitostølen	FIS-renn - Beitosprinten		senior	Åpningsrenn Beitostølen	
28. - 30. nov.	Gålå	FIS-renn/Norgescup senior + FIS junior			FIS/NC senior renn 1,2,3. FIS-renn junior	
6. - 7. des.	Hemsedal IL	Gravsetrennet	F/K	8 år - sen.	FIS-renn junior og senior	TD: xxxxx Ass-TD: Ivar Bjørkedokken, Gol
lør. 13. des.	Konnerud IL	Konnerudrennet fristil	F	8 år - sen.	Sparebanken Øst cup	Håkon Kylland, Lier IL
søn. 14. des.	Konnerud IL	Konnerudrennet klassisk	K	8 år - sen.		Håkon Kylland, Lier IL
lør. 20. des.	Sjåstad-V.Lier/Lier IL	Lierrennet	F	8 år - sen.		Lars Erik Kirkeng, IL Ros
søn.21. des.	Eggedal IL	Eggedalsrennet	F	8 år - sen.	Sparebanken Øst cup	Thor Inge Tollehaug, Eiker Skikl.
søn. 28. des.	Fjellet IL	Ribberennet	F	8 år - sen.		Sissel Rudningen, Hemsedal IL
lør. 3. jan.	Krødsherad IL	Kryllingrennet	K	8 år - sen.	Sparebanken Øst Cup	Helge Jakob Hollerud, Eggedal IL
søn. 4. jan.						
9.- 11. jan.	Beitostølen	Norges Cup junior			Norges Cup junior renn 1,2,3	
14. - 18. jan.	Steinkjer	NM senior del 1/Norgescup senior			NM Sprint K, 10 km F, Skiathlon og Stafett. NC senior renn 4,5,6.	
lør. 17. jan.	Ådal IL	Vikerfjell-løpet turrenn				Rune Olsen, Haugsbygd
søn. 18. jan.	IF Birkebeieren	Årbogenrennet	F	8 år - sen?		Tommy Olanger Simonsen, Drm.Strong
lør. 24. jan.	IL Skrim	KM klassisk Kongsberg	K	8 år til sen	KM-helg hele landet. KM klassisk	TD: Bjørn, Bendiktsen, Konnerud IL Ass-TD: Bjørn Johannesen, IL Bevern
søn. 25. jan.	Mjøndalen IF	KM fri Mjøndalsrennet	F	8 år - sen.	KM-helg hele landet. KM fri	Nina Jeanette Tollehaug, Eiker Skikl.
30. jan.-1. feb.	Byåsen/Granåsen	Norgescup senior/U23-NM/FIS-renn jr.			NC senior renn 7,8,9/U23 NM og FIS-renn junior	
lør. 31. jan.	Gol IL	Golcrossen - Langrennscross	F		Sparebanken Øst cup	Signe Lise Jordheim, Hemsedal IL
søn. 1. feb.	Gol IL	Golrennet	F			Knut Magne Rukke, Nesbyen IL
4. - 22. feb.	Milano/Cortina	Olympiske leker				
7. - 8- feb.	BVH/Holmenkollen	Ungdommens Holmenkollrenn 13-14 år		13-14 år		
lør. 7. feb.	Finnemarka IL	Th. Haugs Minneløp - Hauern/Halvhauern				Njål Svingheim, Konnerud IL
torsd. 12. feb.	Eiker Skiklubb	Eiker Skifestival - Teamsprint	F	11 år - sen.	Teamsprint 11-12 år, 13-14 år, 15-16 år, junior, senior	Bjørn Jonny Anun, Efteløt IL
lør. 14. feb.	Eiker Skiklubb	Eiker Skifestival - Skiathlon	K/F	8 år - sen.	Sparebanken Øst cup	Tommy Olanger Simonsen, Drm.Strong
lør. 14. feb.	IL ROS	Kjekstadmarka rundt skate- turrenn				Jens R. Myhra, Finnemarka IL
20. - 22. feb.	Åsen, Nannestad	Norgescup junior/Norgescup senior			NC junior renn 4,5,6/NC senior renn 10,11,12.	
lør. 21. feb.	Fjellet IL	Fjelletstafetten		7 - 16 år		Alf Erik Eidsgård, Gol
lør. 21. feb.	Rollag og Veggli IL	Veggli fjellrennet - turrenn				Bjørn Johannesen, IL Bevern
søn. 22. feb.	Torpo IL	Gaurhovdrennet - turrenn				Sissel Rudningen, Hemsedal IL
27.feb-1.mars	Savalen/Tynset	Hovedlandsrennet 15-16 år		15-16 år	Sprint K/L.cross F, 5 km/7,5 km F, stafett 4x3,75 km/5 km KKFF	
6. - 8. mars	Skeikampen	Norgescup senior			NC senior renn 13,14,15.	
lør. 7. mars	Ringkollen Skiklubb	Ringkollrennet	K	8 år - sen.		Tom Christian Aasen, Mjøndalen IF
lør. 7. mars	Lier IL	Ulveløpet - turrenn				Jens R. Myhra, Finnemarka IL
søn. 8. mars	IL Holeværingen	Kleivarennet - KM Sprint klassisk	K	8 år - sen.	KM sprint og avslutning Sparebanken Øst Cup	Lars Erik Stangstuen, Ringkollen
tor. 12. mars	Drammen	World Cup Sprint K				
13. - 15. mars	Gålå	NM junior			NM/NC junior renn 7,8. Fri/klassisk/Stafetter	
sø. 15. mars		UngdomsBirken				
lø. 21. mars	IL Skrim	KM Stafett			KM Stafett	Bjørn Bendiktsen, Konnerud IL
26. - 29. mars	Harstad	NM senior del 2/NC junior/NM jr sprint			NM senior del 2 + NC jr og NM jr sprint	
søn. 29. mars	Ål IL	Bergsjørennet - turrenn			Palmesøndag	Ivar Bjørkedokken, Gol
torsd. 2. april	Tunhovd IL	Tunhovdåsrennet - turrenn				Jens R. Myhra, Finnemarka IL
lø. 18. april	Geilo IL	Skarverennet			Internasjonalt turrenn	Tor Arne Hetland



Kurs i NSF-Timing Vikersund og Drammen



5. november kl. 18-21, Vikersund, VIF-huset, klubbhuset Vikersund IF - Tangen

6. november kl. 18-21, Drammen, 3 etg Idrettens Hus Marienlyst, Schwartzgt. 6, 3043 Drammen

Hva er NSF Timing?

- Norges Skiforbund Langrenn lanserer 1. oktober 2025 et nytt tidtakerprogram utviklet spesielt for norske klubber.
- NSF-Timing er laget for å forenkle gjennomføringen av skirenn og styrke klubbens rolle som arrangør – uansett størrelse og erfaring.
- Dette er et viktig steg i arbeidet med å gjøre langrenn mer tilgjengelig og bærekraftig.
- NSF-Timing er tilpasset alle konkurranseformer innen langrenn og er tett integrert med iSonen.no. Når et arrangement er opprettet i iSonen, er det klart for tidtaking i NSF-Timing.

Opplæringsløp

- Det vil i høst tilbys tre ulike kursmoduler for opplæring i NSF-Timing, hvorav kursene i Vikersund og Drammen er grunnkurs/enkelt nivå.
- Senere i høst vil det gjennomføres to digitale oppfølgingskurs på viderekomment nivå.

Grunnkurs/Enkelt nivå:

- Målgruppe: Alle som har lyst til å prøve/lære seg tidtaking til mer erfarne tidtakere.
- Temaer i kurset: iSonen som arrangement og påmeldingssystem
- NSF-Timing som tidtakersystem og ulike hardwareoppsett.

Pris

Kurset har ingen deltageravgift, men deltakerne/klubbene må selv dekke kjøring

Sparebanken Øst Cup 2025-2026



Cupen gjelder for 13 år til og med eldre junior

Renn som inngår i Sparebanken Øst cup 2025-2026:

- 13. desember Konnerudrennet, Konnerud IL, fristil
- 21. desember Eggedalsrennet, Eggedal IL, fristil
- 3. januar Kryllingrennet, Krødsherad IL, klassisk
- 31. januar Golcrossen, Gol IL, langrennscross
- 14. februar Eiker Skifestival - Skiathlon, Eiker SK, skiathlon
- 8.mars Kleivarennet KM sprint, Holeværingen IL, klassisk - Avslutning



Cupregler



- Alle renn i cupen teller med i beregningen av samlet poengsum. I sammendraget beregnes beste plassering i 5 av 6 renn. Dårligste plassering strykes.
- De 10 beste i klasse 13-16 år og tre beste løperne i hver juniorklasse premieres.
- Dersom to deltakere har lik poengsum, får den som har deltatt i flest starter beste plassering.
- Løpere fra andre kretser enn Buskerud får ikke poeng i cupen, men rennet er åpent for alle.
- For å få stipend, må løperen ha deltatt i minimum 3 renn
- Sparebanken Øst ledertrøye til alle klasser
- Sparebanken Øst stiller med uttrekkspremier i rennene

Poengberegning



PLASSERING	POENG
1	100
2	95
3	90
4	85
5	80
6	75
7	72
8	69
9	66
10	63
11	60
12	58
13	56
14	54
15	52
16	50
17	48
18	46
19	44
20	42
21	40
22	38
23	36
24	34
25	32

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

Stipendier



Klasse	19/20 år	18 år	17 år	16 år	15 år	14 år	13 år
1. pr	1500	1500	1500	1500	1500	1500	1500
2. pr	1000	1000	1000	1000	1000	1000	1000
3. pr	500	500	500	500	500	500	500
4. pr				400	400	400	400
5. pr				300	300	300	300
6. pr				200	200	200	200
7. pr				200	200	200	200
8. pr				200	200	200	200
9. pr				200	200	200	200
10. pr				200	200	200	200

Hovedlandsrenn – Savalen 27.februar-1. Mars



Program:

- Sprint (K), + L.cross (F) Fredag 27.2
- Normal distanse (F) 5/7,5 km Lørdag 28.2
- Stafett (K-K-F-F) Søndag 1.mars

Overnatting:

- Påmeldt 46 løper og 28 ledere/foresatte fra BSK: Totalt 74 plasser.
- Buskerud skikrets har fått tildelt Frich's Alvdal som overnattingssted under hovedlandsrennet: [Bo godt midt i Østerdalen – hos Frich's Alvdal](#) ca. 30 min og 30km fra skistadion.
- Vi kommer tilbake med detaljer rundt priser, booking, frister og logistikk.

Lagleder/Utøver info

- Infomøte for lagleder/utøver i god tid før HL
- Messenger-gruppe til info før og under HL

Sekundering

- Vi prøver å få til felles sekundering for BSK sine løper
- Kommer tilbake med forespørsel til klubber om å bidra med folk til sekundering

Smøreopplegg HL



- Felles smøring for HL fortsetter fra i fjor; kretsen har ansvar for smøring for egne løpere.
- Smøreansvarlig for BSK; Jørgen Hårberg Jensrud, Sjøstad v. Lier (+ 5)
- Logistikkansvarlig for BSK; Petter Bjerke, Konnerud IL (+2)
- **Obligatorisk** for løperne med smøring via krets.
- Vi regner med at størrelse på avgift vil være ca samme som i fjor; 200,-/dag og at dette belastes som en del av påmeldingen i iSonen.
- Det er ekstremt viktig at løperne leverer fra seg **fluorfrie ski** til smørevogna.

Stafett HL og KHUS.



- Uttaksrenn HL stafett og KHUS.
 - Lørdag 13. des., Konnerudrennet, Konnerud IL (F)
 - Lørdag 3. januar, Kryllingrennet, Krødsherad IL(K)
 - Lørdag 26. jan KM-Klassisk, IL Skrim(K)
 - Lørdag 28. februar HL normaldistanse (F) *
- LK melder på antall lag på bakgrunn av antall Buskerudløpere i påmeldingslistene i individuelle distanser i HL
- LK oppnevner uttaksgruppe som under HL gjør det endelige uttaket av stafettlag og legger inn løpere på de ulike etappene til arrangøren.
- Samme gruppe vil også fungere som uttaksgruppe til Kong Haralds Ungdomsstafett (hvis det besluttes at denne gjennomføres kommende sesong)

*Hvis ikke HL Normal distanse kan brukes, grunnet kort tid mellom renn og påmeldingsfrist til stafett, vil vi måtte finne et erstatningsrenn. Dette avklares i god tid.



Norges Cup og NM junior, overnatting, opplegg, smøring

- Norges Cup, Beitostølen, 9. – 11. januar
- Jr VM mønstringsrenn, Byåsen, 30. januar – 1. februar
- Norges Cup, Åsen, 20. – 22. februar
- NM junior, Gålå, 13. -15. mars
- Norges Cup Finale, NM jr sprint og NM senior Harstad, 26.-28. mars

Overnatting Norges Cup og NM junior



- Mottatt tildeling for NC Åsen fra NSF, ref e-post fra kretsen av 28.10.25
 - Klubbene gjør sine bestillinger ut ifra innmeldt behov direkte til Scandic innen 10. november 2025 og klubbene har den videre kommunikasjon direkte med hotellet.
- Ikke mottatt tildeling fra NSF utover dette.
- Mottatt bekreftelse på at vi har fått tildelt ønsket antall plasser
- Frist for øvrig påmelding vil komme til klubbene.

Smøreopplegg



- Opplegg som foregående år.
- Utgangspunktet er bindende påmelding for løperne.
- Kretsavgiften er forandret, kr 300 pr påmeldte renndag.
- Avgiften for deltagelse, kr 500 pr renndag som kommer i tillegg til kretsavgiften.
- Det er ekstremt viktig at løperne leverer fra seg fluorfrie ski til smørevogna.



Rapport fra høstmøtet, NSF - langrenn

- Prosess for sesonginformasjon neste sesong.
- Diskusjon om offisielle Skigymnas.
- Deltakelse Idresamlingen for juniorer.
- Bestemmelsen om strykning av de to dårligste rennene i NC senior og junior.
- Skilisens.
- Felles testsamarbeid Harstad.
- Gjennomføring av Sprint U23NM og junior-VM uttak.