



Norges
Skiforbund



Norges
Skiforbund

LAGLEDERMØTE FOR NC/U23 NM

Granåsen
30. januar – 1. februar 2026



AGENDA



Norges
Skiforbund

- Presentasjon av organisasjon, jury og NSF-representant
- Rennprogram
- Arena- og områdekart
- Tidsskjema
- Informasjon om startnummer og trekning
- Værprognose
- Presentasjon av arena for konkurransene
- Presentasjon av konkurranseløyper
- Skitest og oppvarming
- Preparering av løyper
- Informasjon fra TD
- Informasjon fra NSF
- Informasjon fra arrangør



Presentasjon av arrangør, jury og NSF-representant



Norges
Skiforbund

Arrangør:

- Rennleder: Ola Stenseth
- Rennsekretær: Anders Myrland
- Løypesjef: Tore Hammer
- Tidtaking: Trond Benum
- Speaker: Ingvil Snøfugl og Sveinung Strand
- Rennkontor: Kari Stavne

Jury:

- TD: Jenny Grip
- TDA: Silje Storaas
- TDA: Kenneth Tanem
- Rennleder: Ola Stenseth
- NSF: Erik Husby

NSF:

- Erik Husby, Leder arrangement og rigg



Program



Norges
Skiforbund

Fredag 30. januar:

Para sittende 5 km

Kvinner senior + 19/20 og U23NM 2x5km K

Menn senior + 19/20 og U23NM 2x5 km K

Kvinner 17/18 5km K

Menn 17/18 5km + 2,5km K

Lørdag 31. januar

Para sittende sprint

Para stående sprint F

Kvinner senior U23NM sprint F

Menn senior U23NM sprint F

Kvinner 17-20 sprint F

Menn 17-20 sprint F

Søndag 1. februar:

Kvinner senior + 19/20 og U23NM 4x5km F

Menn senior + 19/20 og U23NM 4x5 km F

Kvinner 17/18 5km + 2,5km F

Menn 17/18 2x 5km F



Program fredag



Norges
Skiforbund

Fredag 30. januar:

06:00	Skitest 1 og 2 åpen	13:30	Kvinner senior + 19/20 2x5km klassisk
10:00	Rennkontor åpent	14:40	Menn senior + 19/20 2x5km klassisk
10:00	Åpen løype	16:30	K17/18 5km klassisk
10:00 – 12:30	Skitest 3 stadion åpen	16:53	M17/18 5km + 2,5km klassisk
12:50	Løype Para stenges	18:00 - 20:00	Åpen trening
13:00	Para sitt 5km	19:30	Lagledermøte på Teams
13:20	Skitest 2 stenges		
13:20	Alle løyper stenges		

Premieutdeling for hver klasse 25 minutter etter publisering av uoffisiell resultatliste på WhatsApp i publikumsområde bak målgang. Premiering til de 6 beste i hver klasse. Premieutdeling på kongetribunen, utenfor kiosk i 3. etasje.



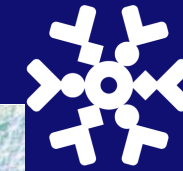
Arena- og områdekart



Norges
Skiforbund



Skitest og oppvarmingsløype fredag



Norges
Skiforbund



Skitest 1 åpen 06:00 - 18:00

Skitest 2 åpen 06:00 – 13:20

Skitest 3 åpen 10:00 - 12:30



Tidsskjema for konkurransene og åpningstid for løyper



Norges
Skiforbund

[Lenke: Program](#)

	Fredag 30. januar	
06:00	Skitest 1 og 2 åpen	Skitestområde
10:00	Rennkontor åpent	Stadion
10:00	Åpen løype	Stadion
10:00-12:30	Skitest 3 stadion åpen	Stadion
12:50	Løype Para stenges	Stadion
13:00	Para 5 km sittende	Stadion
13:20	Skitest 2 stenges	Skitestområde
13:20	Alle løyper stenges	Stadion
13:30	Kvinner senior + 19/20 2x5km klassisk	Stadion
14:40	Menn senior + 19/20 2x5km klassisk	Stadion
16:30	K17/18 5km klassisk	Stadion
16:53	M17/18 5km+2,5km klassisk	Stadion
18:00-20:00	Åpen løype	Stadion
19:30	Lagledermøte	Teams



Informasjon om startnummer og brikke



Norges
Skiforbund

Startliste publisert på WhatsApp

Startnummer hentes i rennkontoret i god tid før start – anbefalt tid minst 1 time før start

Brikke MÅ medbringes for å få hentet ut startnummer – dette er også brikkekontroll

Husk merking av ski bak binding med startnummer – dette er utøvers ansvar



Værprognose



Norges
Skiforbund

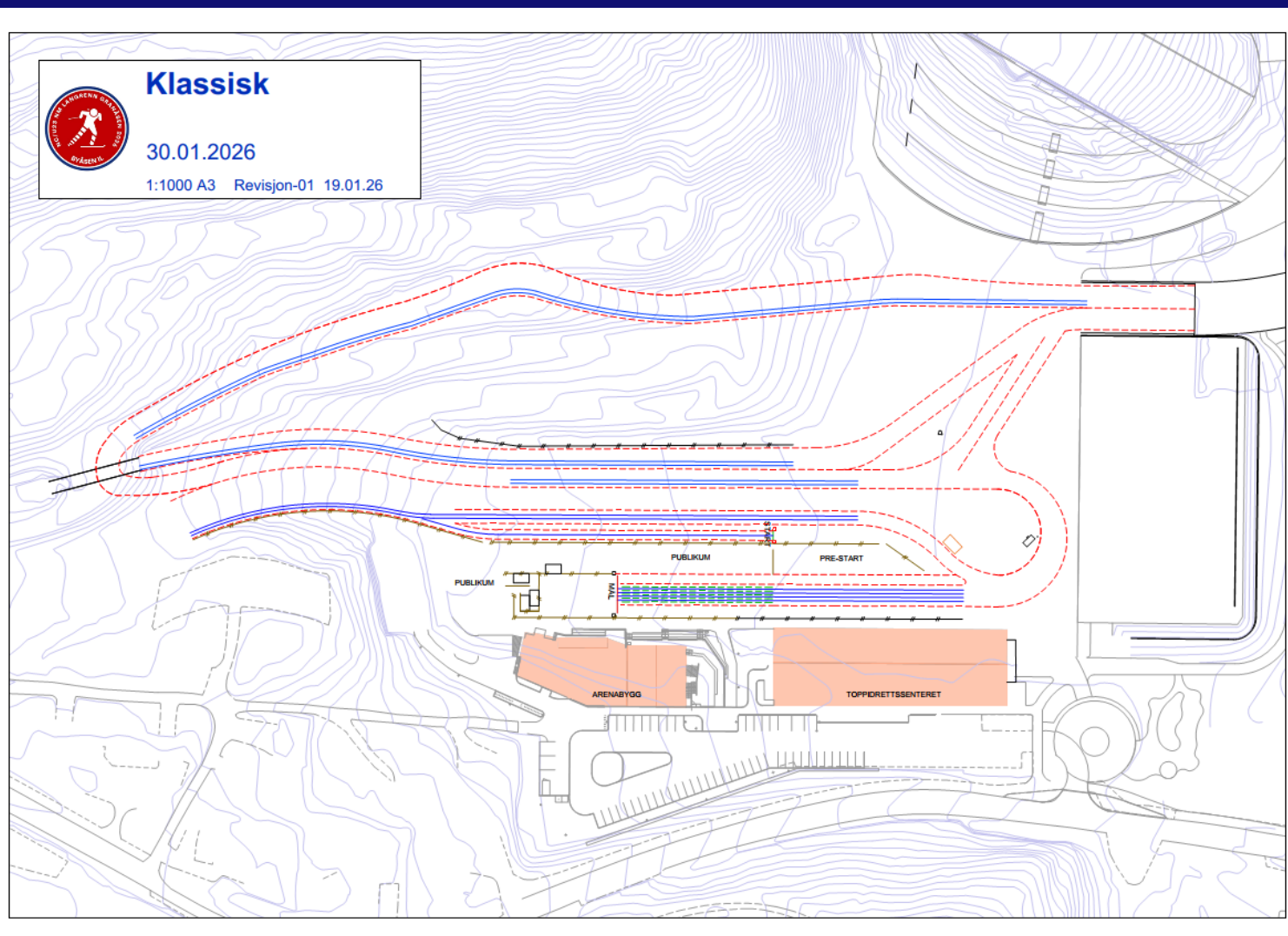
09		-18°	1 (2) ↖	Flau vind fra sørøst med vindkast på 2 m/s
10		-18°	2 (3) ↖	Svak vind fra sørøst med vindkast på 3 m/s
11		-16°	3 (5) ↖	Svak vind fra sørøst med vindkast på 5 m/s
12		-13°	3 (5) ↖	Svak vind fra sørøst med vindkast på 5 m/s
13		-11°	3 (6) ↖	Svak vind fra sør med vindkast på 6 m/s
14		-10°	4 (7) ↖	Lett bris fra sør med vindkast på 7 m/s
15		-9°	4 (8) ↖	Lett bris fra sør med vindkast på 8 m/s
16		-10°	5 (9) ↖	Lett bris fra sør med vindkast på 9 m/s
17		-10°	4 (9) ↖	Lett bris fra sør med vindkast på 9 m/s
18		-10°	5 (9) ↖	Lett bris fra sør med vindkast på 9 m/s
19		-10°	5 (10) ↖	Lett bris fra sør med vindkast på 10 m/s



Presentasjon av konkurransearenaen



Norges
Skiforbund



Presentasjon av konkurranseløypene



Norges
Skiforbund



Norgescup
30. jan. – 1. feb.
2026

5 km



Timing points



Turning technique zone



Technique zone



Presentasjon av konkurranseløypene



Norges
Skiforbund



Norgescup
30. jan. – 1. feb.
2026

2,5 km



Turning technique zone



Technique zone



Presentasjon av konkurranseløypene

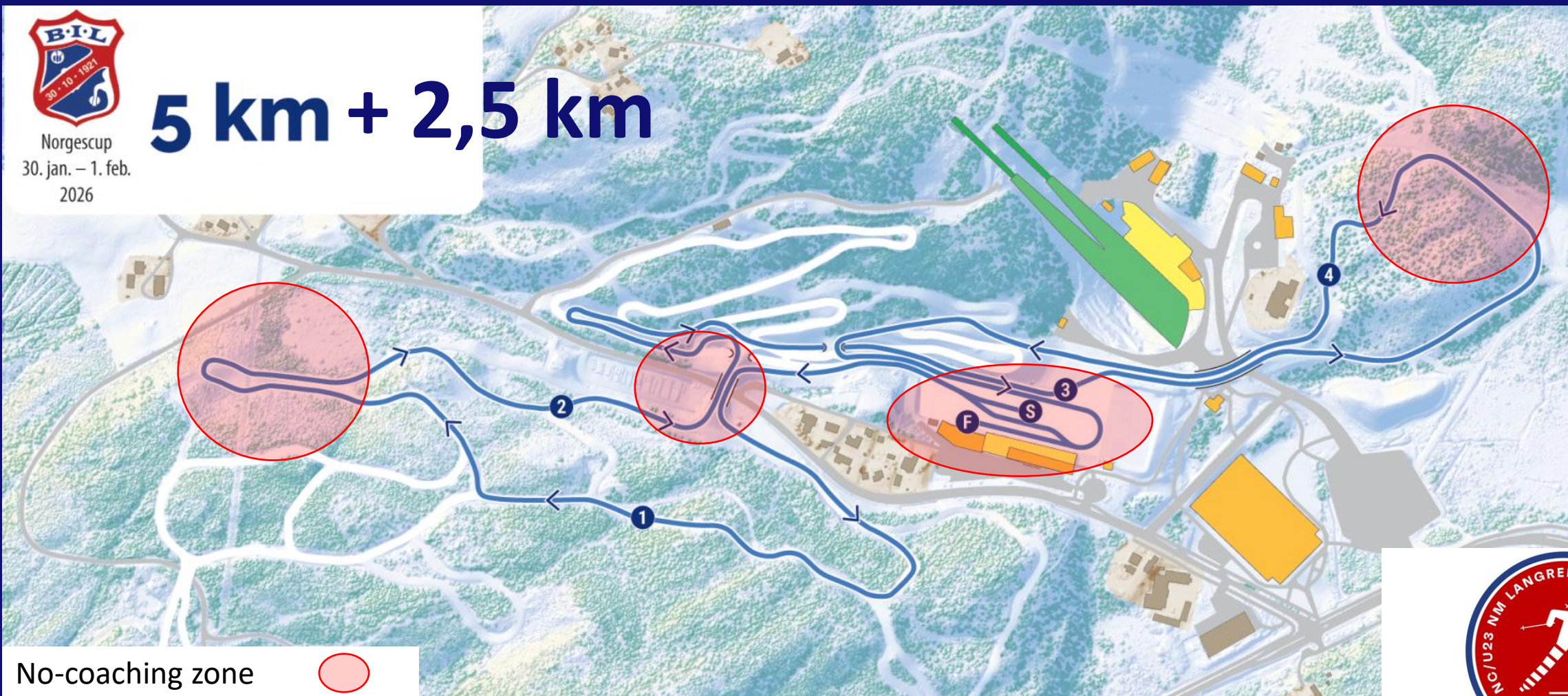


Norges
Skiforbund



Norgescup
30. jan. – 1. feb.
2026

5 km + 2,5 km



Løypepreparering

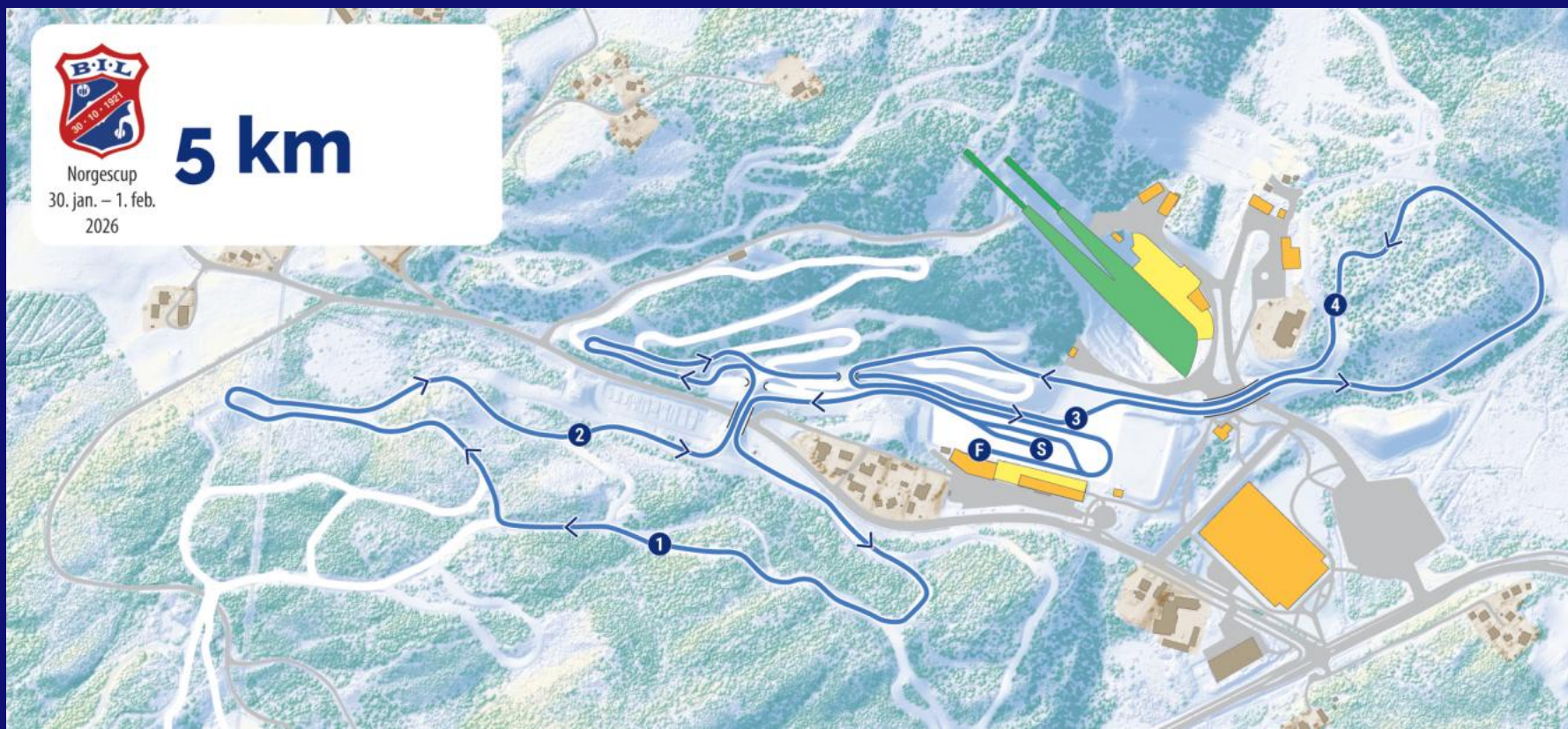


Norges
Skiforbund

Torsdag fra kl 21:00

Mixed kunstsnow og natursnow.

Mest naturlig snow fra 0,6 km til 2,2 km.



Fluortesting

Tilfeldig kontroll alle dager

Merking av ski med startnummer bak bindingen



Norges
Skiforbund



Informasjon fra TD



ICR.343.2 In all training and competition situations the athletes must always ski in the competition course direction.

ICR.343.6 Competitors must follow the marked course in correct sequence from start to finish and must pass all control points.

ICR343.8 In classical technique competitions, the competitors must use classical technique only.

ICR.343.10.1 Process of passing during Interval Starts

Tillatt med varmemstrømper



Informasjon fra NSF



Norges
Skiforbund

- Skandinavisk Cup flyttet fra Island til Åsen/Nannestad 20.-22.februar sammen med SPAR Norgescup senior og junior
 - Krav om helseattest utgår
 - Rennprogram består som planlagt
 - Heat selection sprint utgår for å komprimere dagen
- Friplasser til WC Falun
 - Vinner sprint F Åsen, har direkteplass til Sprint F Falun
 - Beste løper totalt (NC poeng) fra 10km F og 20km K fellesstart Åsen, får direkte friplass til 20km Skiathlon Falun. Ved lik poengsum er det beste tid totaltid.
- Junior og U23-VM uttak



Spørsmål?





Norges Skiforbund

TAKK FOR MØTET OG LYKKE
TIL!

