



ÅRSBERETNING 2019-20



Innholdsfortegnelse:

Beretninger 2019-20

Side	3	Kretsstyrets beretning
Side	9	Alpinkomiteens beretning
Side	14	Freestyle/Telemarkskomiteens beretning
Side	19	Hopp- og kombinertkomiteens beretning
Side	27	Langrennskomiteens beretning

AKERSHUS SKIKRETS - KRETSSTYRET

ÅRSBERETNING 2019-2020

ORGANISASJON

STYRET OG KOMITEER

A. Leder og nestleder

Leder	Vidar Ruud	Nes Ski
Nestleder	Jarle Rogndokken	Fet Skiklubb

B. Styremedlemmer

Styremedlem 1	Erik Solberg	Drøbak-Frogn IL
Styremedlem 2	Laila Leivestad	Lørenskog Skiklubb
Varamedlem 1	Lars Petter Hagen	Hagahogget Låmlag
Varamedlem 2	Fred Solvik	Haslum IL Kombinert

C. Ledere grenkomiteene

Alpint	Martin Andersen	Stabæk alpin
Freestyle/ Telemark	Bjarne Iver Ringstad	Hagahogget Låmlag
Hopp/kombinert	Erlend Munkeby	Ås IL
Langrenn	Dag Helland-Hansen	Jardar IL

D. Leder, Nestleder og medlemmer av komiteer

Alpinkomiteen

Leder	Martin Andersen	Stabæk alpin
Medlem	Kathrine Kahrs Flage	Bærums Skiklub
Medlem	Hege Moltzau	Fremad Hurdal
Medlem	Jan Hjelle	Lommedalen
Medlem	John Arne Stern	Hakadal IL

Freestyle/Telemarkkomiteen

Leder	Bjarne Iver Ringstad	Hagahogget Låmlag
Nestleder	Geir Erik Samnøy	Bærums Skiklub
Medlem	Hilde Rud	Hagahogget Låmlag
Medlem	Tone Gunnerød	Hagahogget Låmlag
Medlem	Vegar Kristensen	Hagahogget Låmlag
Medlem/ utøverrepresentant	Kaja B. Konow	Hagahogget Låmlag

Hopp-/kombinertkomiteen

Leder	Erlend Munkeby	Ås IL
Medlem	Rune Velta	Lommedalen IL
Medlem	Simen Grimsrud	Asker skiklubb

Langrennskomiteen

Leder	Dag Helland-Hansen	Jardar IL
-------	--------------------	-----------

Nestleder	Ole Jonny Gigernes	Nes IL
Medlem	John Harald Amundsen	Asker Skiklubb
Medlem	Ingvar Sperstad	Haslum IL
Medlem	Heidi Tjernshaugen	Nesodden IL
Medlem	Tone Haugen Ramstad	Nittedal IL
Medlem	Iben Berntsen	Heggedal/Holmen IF
Medlem	Emilie Johanne Hagen	Gjerdrum IL

F. Valgkomite

Leder (Langrenn)	Henrik Pay	Holmen IF Langrenn
Medlem (Telemark/Freestyle)	Thomas Konow	Hagahogget Låmlag
Medlem (Hopp/kombinert)	Morten Tonby Opsahl	Lommedalen IL
Medlem (Alpint)	Jan Hjelle	Lommedalen IL

G. Kontrollkomite

Medlem	Rune Åslund	Nes Ski
Medlem	Jorunn Nymo	Asker Skiklubb

STYRETS ARBEID

Det er avholdt 7 styremøter sesongen 2019-20.

De viktigste sakene har vært:

- NSFs fagmøter høsten 2019
- ASKs vårmøte 2020
- Anlegg
- Utviklingstiltak
- Idrettsregistreringen
- Økonomistyring
- Corona epidimien

LAG OG MEDLEMMER

Skikretsen består av 71 klubber pr. 30.04.2020. Dette er 3 klubber færre enn forrige sesong. Antall medlemmer pr. 30.06.2019 var 13771 (15083 i 2018), av disse er 9252 (9821 i 2018) barn og ungdom under 18 år. Kretsen har hatt nedgang i medlemsmassen på totalt 1312 medlemmer.

HANDLINGSPLAN 2019-20

UTØVER

TREN FOR Å TRENE

Skikretsen skal gjennomføre SUM slik at utøvere skal få variert bevegelseserfaring gjennom tilrettelegging av allsidig aktivitet tilpasset utviklingsnivå

Tiltak

1. Gjennomføre sonemøter der fokus er gjennomføring av SUM og basisaktiviteter i klubbene.

Høsten 2019 ble det invitert til tre sonemøter der tema var SUM, NSF's klubbundersøkelse og organisasjonsprosessen i NSF. Kun et av disse møtene ble gjennomført. På høstmøte til langrenn ble det satt fokus temaet SUM.

2. Skikretsen skal gjennomføre kurs for trenere der fokus er basisaktiviteter
Dette arbeidet er ikke påbegynt.

3. Stimulere til bygging av basisanlegg.
Dette arbeidet er ikke påbegynt.

TREN FOR Å KONKURRERE

Skikretsen skal oppfordre til treningstilbud på tvers av grener og klubber
Skikretsen skal skape utviklingsmiljøer på tvers mellom klubber i kretsen, og klubber på tvers av kretsgrensene

Tiltak

1. Etablere kretsteam og/eller soneteam etter den enkelte grens behov.

I langrenn er det nå på plass team i alle regioner. Noen andre grener har også etablert team.

ARRANGEMENT

AKTIV START og FUNDament og LÆR OG TRENE

Skikretsen skal implementere nye arrangementskonsepter gjennom sonemøter, klubbeseøk og arrangørseminar

Tiltak:

1. Implementere nye arrangementskonsepter gjennom sonemøter, klubbeseøk og arrangørseminar.

Tema i forbindelse med sonemøter høsten 2019.

2. Oppfordre klubbene til å arrangere alternative arrangement for å øke aktiviteten på arrangementene.

Dette arbeidet er ikke påbegynt.

TRENER

AKTIV START og FUNDament og LÆR OG TRENE

Skikretsen skal være pådriver for å gjennomføre trenerutdanning for klubbtrenerne og implementere trenerløypa i all trenerutdanning

Tiltak

1. Tilby trenerutdannelse på aktivitetsleder og trener 1 nivå i alle grener. Oppfordrer unge trenere til å delta.

Det har blitt arrangert trener kurs i genene freestyle og langrenn.

Type kurs	Gren	Sted	Antall deltakere
Trener 1	Langrenn	Nesodden	7
Trener 1	Langrenn	Bærum	25

Trener 1	Langrenn	Bærum	11
Trener 2	Langrenn	Gjerdrum	16
Trener 1	Langrenn	Fet	24
Trener 1	Freestyle	Lommedalen	9
TD kurs	Langrenn	Skedsmo	49
Trener 1	Freestyle	Bærum	10
Trener 1	Freestyle	Saalbach	3
Treningsleder	Langrenn	Søndre Høland	8

162

TREN FOR Å TRENE

Skikretsene skal bidra til trenersamarbeid på tvers av skiklubber og grener

Tiltak

1. Støtte kretssamlinger for U14 år og eldre økonomisk

Det har blitt gitt støtte til:

- **Treningssamarbeid kombinert Haslum**
- **Jentesamling alpint oktober 2019**
- **Barmarkssamlinger i telemark**
- **Tilskudd team langrenn**
- **Tilskudd Kollenhopp**

AKTIV LIVET UT - KONKURRERE PÅ SKI LIVET UT

Skikretsen skal bidra til trenerutvikling for alle skitrenerne

Tiltak

1. Opprette en portal på hjemmesiden der man kan legge inn kursønsker.

Portalen er lagt ut, men den er lite brukt.

ANLEGG

AKTIV START og FUNdament

Skikretsen skal gjennom utforming av anleggsplan stimulere til utvikling av nærmiljøanlegg som kan brukes hele året

Tiltak

1. Utarbeide anleggsplan på tvers av grener og klubber

Anleggskomiteen har startet arbeidet med en revidering av anleggsplanen til skikretsen.

2. Gjennomføre møte med fylkeskommunen for å få på plass nærmiljøanlegg i regionene.

Det er ikke gjennomført noe møte med fylkeskommunen pga. omorganisering av fylkeskommunen.

Skikretsen skal stimulere til etablering av snøsoner i nærmiljøene gjennom klubbetilknytning, sonemøter og anleggsseminar

Tiltak

1. Arrangere anleggsseminar med fokus på snøproduksjon og anleggsetablering. Både komplette og nærmiljøanlegg.

Det har ikke blitt arrangert noe anleggsseminar denne sesongen.

TREN FOR Å KONKURRERE

Skikretsene skal støtte klubber som påtar seg ansvar for store anlegg gjennom informasjon, veiledning og kompetanseformidling om finansiering og utbygging

Tiltak

1. Utvikle anleggshåndbok

Den nye anleggskomiteen har startet arbeidet med en anleggshåndbok.

ANDRE TEMA

OPPLÆRING OG UTDANNING

ARRANGØRER

Skikretsen skal tilby kompetanseutvikling gjennom anleggs- og arrangørseminar, og øvrige kurs for arrangører, TD'er og dommere

Tiltak

1. Arrangere kurs for TD og dommere i alle greener

Kretsen har i samarbeid med Oslo arrangert TD-kurs både i alpint og langrenn

KOMMUNIKASJONSARBEID

KLUBB, MEDLEMSKONTAKT, KOMMUNIKASJON

Skikretsen skal sørge for klubb- og medlemskontakt gjennom høst- og vårmøter

Tiltak

1. Kretsen skal avholde et møte i hver region der tema er klubb utvikling, SUM og "ny" trenerløype.

Høsten 2019 ble det invitert til tre sonemøter der tema var SUM, NSF's klubbundersøkelse og organisasjonsprosessen i NSF. Kun et av disse møtene ble gjennomført. På høstmøte til langrenn ble det satt fokus temaet SUM.

2. Etablere fremtidsrettede og åpne informasjonskanaler for å bedre informasjonsflyten mellom krets, klubb og utøver

Dette arbeidet har ikke blitt påbegynt.

ØKONOMISKE RAMMEVILKÅR

KOSTNADSREDUSERENDE TILTAK

Skikretsen skal aktivt arbeide for å redusere kostnadsnivået i skiidretten gjennom holdningsskapende arbeid i skiklubbene

Skikretsen skal arbeide for å finne rimelige løsninger knyttet til reise og opphold i forbindelse med renn og mesterskap

Tiltak

1. Stimulere til at klubbene gjennomfører bruksalg av utstyr.

Informerte og markedsførte Byttehelgen november 2019. Mange klubber i kretsen gjennomførte sine byttearrangement. Kretsen informerte om de enkelte tilbudene på både hjemmeside og på Facebook.

2. Oppfordre klubbene til å ha utlånsordninger av skiutstyr.

Klubbene er både på sentrale møter og på sosiale medier blitt oppfordret til å lage utlånsordninger av skiutstyr.

POLITISK SAMHANDLING

Frivillighetens rammevilkår skal sikres gjennom politisk arbeid for å sikre skiklubbenes økonomi

Tiltak

1. Sjekke at skiklubbene er representert i Idrettsråd der skiidretten har stor aktivitet.

Tiltaket ble gjennomført i 2017. En undersøkelse blant Idrettsrådene viste at skiidretten er representert i ca. 90% av IR i Akershus. Vi har representanter i alle IR der det er stor skiaktivitet.

SAMHANDLING

ANTIDOPING ARBEID

Handlingsplan for skiidrettens antidopingarbeid skal til enhver tid danne grunnlag for Skikretsens arbeid for en ren idrett

Tiltak

1. Stille krav til at junior og senior utøvere, som deltar på nasjonale renn, har tatt "Ren utøver".

Samtlige utøvere, som har løst skilisens, har blitt «pålagt» å ta «Renn utøver». Klubbene har også blitt informert om viktigheten av at utøverne tar «Renn Utøver». Det finnes ingen mulighet til å få ut en oversikt over hvem som har gjennomført, men tilbakemeldinger viser at mange har gjennomført.

LYKKE TIL med forberedelsene til neste sesong.

AKERSHUS SKIKRETS

Vidar Ruud (s)
leder

Jarle Rogndokken (s)
nestleder

Erik Solberg (s)

Laila Leivestad (s)

Bjarne Iver Ringstad (s)

Martin Andersen (s)

Erlend Munkeby (s)

Dag Helland-Hansen (s)

AKERSHUS SKIKRETS – ALPINKOMITEEN

ÅRSBERETNING 2019-2020

ALPINKOMITEEN

Leder	Martin Andersen	Stabæk Alpin
	Hege Moltzau	Fremad Hurdal
	Kathrine Kahrs Flage	Bærum Skiklubb
	John Arne Stern	Hakadal IL
	Jan Hjelle	Lommedalen

KOMITEENS ARBEID

Det er avholdt 4 komitemøter denne sesongen. 2 ved oppmøte og 2 over tlf.

Det har også vært mye tlf og mail oppfølging rundt oppfølging av praktiske saker.

De viktigste sakene har vært:

- Vårmøte NSF på Gardermoen og høstmøte NSF samme sted.
- Vårmøte og høstmøte i kretsen for alpint
- Terminlistearbeid og tilpasning av rangerings beregningen
- Koordinering av Telenor, Hovedlands.
- Koordinering av trening på tvers av klubber i SNØ hallen

2. ANLEGG

Det har i inneværende periode ikke vært aktivitet på Anlegg fra komitéens side.

3. ARRANGEMENT

Grunnet Korona situasjonen har ble de planlagte mesterskapene, TL, HL og senior NM avlyst. Sesongen ble derfor ganske mye kortere enn vi er vant til og det ble nok en litt for brå slutt for de fleste.

Det ble en litt utfordrende sesong med lite snø og mye regn. Tror det var regnvær hver søndag i hele januar og februar. Kirkerud, Krydsby og Varingskollen klarte å utnytte kulden og åpnet tidlig.

Marikollen og Kolsås slet med tekniske problemer og fikk ikke med seg kuldeperioden i desember. Vardåsen hadde også noen problemer.

Kirkerud hadde besøk av WC damer tidlig i januar. Bakken ble da baltet i forkant. Dette førte til veldig isete og utfordrende forhold for våre løpere.

Varingskollen fikk åpnet bakkene i nedre del tidlig og hadde gode forhold til tross for mye regn. De klarte også å utnytte noen kuldedager i januar og februar, og fikk lagt snø i Ola-bakken. De hadde ganske gode forhold da de måtte stenge ned pga. Corona.

Fikk flere rapporter om nok snø og gode forhold i Krydsby.

Marikollen og Vardåsen kom aldri skikkelig i gang og hadde ikke mulighet til å arrangere renn. Asker valgte å kontakte BSK for å kjøre rennene i Kirkerud. AK var i kontakt med Rælingen for å høre om forholdene i Marikollen og mulige løsninger. De valgte plutselig å ta løperne ut av kretsen og arrangere rennene på Norefjell uten å ha spurt og fått godkjennelse fra AK. Fått gode tilbakemeldinger på gjennomføring av rennene til RSK. Og løpere var fornøyde med å få trene i bakken det var planlagt å avholde TL.

Stabæk tok på seg og gjennomførte Fartssamling på ÅL. Det hadde dessverre blitt en misforståelse slik at treningen fredag ikke ble arrangert. Men løperne fikk kjørt 2 SG renn lørdag og søndag og et SSL renn mandag. Stabæk arrangerte også ECO cup med SSL i Wyller og SL i Snø.

I uke 11 kom Corona for alvor til Norge, og det ble innført restriksjoner. Dette førte til at rangeringsrennene i Varingskollen 14.03 og Asker 15.03, og resten av sesongen ble avlyst.

I tillegg til de terminfestede rennene har det blitt arrangert noen lokale renn.

Av større FIS arrangement bør følgende nevnes:

- FIS-renn i Kirkerudbakken
- FIS-renn i Varingskollen (ble i år avlyst pga. Corona)

4. INTEGRERING

AK har det siste året ikke hatt integreringsansvarlig, og det som er gjort av integreringsarbeid i kretsen er gjort ute i klubbene. AK erfarer at det er vanskelig å få til mer på dette området uten eget engasjement fra aktuelle miljøer med funksjonshemmede.

Hvis det kommer noen initiativ fra nevnte miljøer står alpinksjefen klar til å hjelpe.

5. MESTERSKAP

Det ble kun NM for JR1 som ble arrangert i år.

Norgesmesterskap 2020 Junior 1 Norefjell

KVINNER SSL

2 Malin Sofie Sund

Hakadal

3 Josephine Bondi Gry	Asker
KVINNER SL	
2 Malin Sofie Sund	Hakadal
MENN SSL	
1 Magnus Berge Styren	Stabæk
MENN SL	
Magnus Berge Styren	Stabæk

Norgesmesterskap 2020 Junior 1 Hafjell

KVINNER DH	
1 Malin Sofie Sund	Hakadal
2 Emilie Reinert Stene	Rælingen
KVINNER SG	
1 Malin Sofie Sund	Hakadal
KVINNER AC	
1 Malin Sofie Sund	Hakadal
MENN SG	
1 Adrian Minde Hunshammer	NERO

6. FIS

Innmeldt 81 gutter

Innmeldt 46 jenter

Våre beste løpere har i vinter kjørt både hjemme og i utlandet.. I tillegg har vi hatt 11 løpere på sentrale lag.

Vi gratulerer alle FIS utøvere med flotte resultater gjennom sesongen.

7. INFORMASJON/KOMMUNIKASJON

Alpinkomiteen har i større grad enn tidligere tatt i bruk kretsens hjemmesider. Dette arbeidet fortsetter. All kommunikasjon for HL og TL foregår nå via Facebook grupper.

8. MARKED

Når det gjelder marked har for tiden ikke alpinkomiteen noe å selge.

9. REKRUTTERING

Akershus Skikrets har fortsatt å være landets største skikrets når det gjelder deltagelse i renn. Vi fikk imidlertid ikke et godt bilde av alt da de store arrangementene ble avlyst.

10. TOPPIDRETT

Akershus Skikrets har hatt følgende løpere med på NSF's lag 2019/20.

WC-herrer:	Leif Kristian Haugen, Henrik Kristoffersen, Aleksander Aamodt Kilde, Adrian Smiseth Seiersted, Rasmus Windingstad Lucas Braathen	Lommedalen IL Rælingen LIL Stabæk Bærum SK Bærum SK
------------	---	--

WC-damer	Mina Fürst Holtmann, Kristin Lysdahl Thea Stjernesund Kajsa Vickhoff Lie	Bærum SK Asker Hakadal Bærum
----------	---	---------------------------------------

EC-herrer:	Atle Lie McGrath,	Bærum
------------	-------------------	-------

Løpere fra Akershus har innværende sesong representert Norge i WC, JR VM, EC, Nor-Am Cup og JR OL.

World Cup

1 plass i World Cup totalt – Alexander Aamodt Kilde	Lommedalen
3 plass i World Cup totalt - Henrik Kristoffersen	Rælingen
1 plass i World Cup SSL - Henrik Kristoffersen	Rælingen
1 plass i World Cup SL - Henrik Kristoffersen	Rælingen

Europa Cup

1 plass i total cup – Atle Lie McGrath	Bærum
1 plass i SSL cup – Atle Lie McGrath	Bærum
2 plass i SL cup – Atle Lie McGrath	Bærum
2 plass i AC cup – Atle Lie McGrath	Bærum

JR VM Narvik

Følgende løpere var tatt ut til Jr VM i Narvik 2020:

Atle Lie McGrath	Bærum
Halvor Hilde Gunnleiksrud	Bærum
Jonas Buer	Hakadal
Inni Holm Wembstad	Asker

JR OL Lausanne

Følgende løpere var tatt ut til JR OL i Lausanne:

Mikkel Remsøy,	Bærum
Cathinka Lunder,	Stabæk
Malin Sofie Sund	Hakadal
Sara Madelene Marøy	Bærum

11. UTDANNING

Kurs arrangert av kretsen har vært:

- Det har ikke blitt arrangert kurs i vinter.

AK takker alle frivillige i klubber tilhørende Akershus skikrets, for alt arbeid som er gjort i årets sesong. En lang vinter som har gitt oss mange fine arrangement og med flotte prestasjoner av kretsens løpere.

Med vennlig hilsen

Alpinkomiteen

AKERSHUS SKIKRETS – TELEMARKE/FREESTYLE KOMITEEN

ÅRSBERETNING 2019-2020

TELEMARKE/FREESTYLE KOMITEEN

Leder	Bjarne Ringstad	Hagahogget Låmlag
	Geir Erik Samnøy	Bærum Skiklubb
	Hilde Rud	Hagahogget Låmlag
	Kaja Konow	Hagahogget Låmlag
	Tone Gunnerød	Hagahogget Låmlag
	Vegar Kristensen	Hagahogget Låmlag

TELEMARKE

KOMITEENS ARBEID

Det er avholdt 2 komitemøte dette året, og mye mail og telefon korrespondanse mellom komitedelegg.

De viktigste sakene har vært: Terminlistearbeid
Sesongstart for telemark med Oslo skikrets
Rekrutteringsarbeid

2. ANLEGG

Det har i inneværende periode ikke vært aktivitet på Anlegg fra komiteens side.

3. ARRANGEMENT

Vinteren 2020 har blitt arrangert fire renn:

- NC Telemark på Gålå, 14 og 15 desember, klubb Hagahogget Låmlag
- NC Telemark på Kvitfjell, 11 og 12 januar, klubb Hagahogget Låmlag
- Rekrutteringshelg med telemark-camp på Beitostølen 17-19 januar
- Rekrutteringshelg med telemarknedslaget på Ål 1 og 2 februar i samarbeid med Oslo skikrets

Medlemmer fra ASK telemark har bistått som rennleder og startdommer WC i sprint, klassisk, parallell på Rjukan.

Sesongåpning og breddesamling ble arrangert på Gålå sammen med Bækkelaget 14-15 desember. Skileik og trening, ca. 45 deltager

4. INTEGRERING

Breddesamling på Beitostølen 17-19 januar. Ble arrangert av Hagahogget Låmlag i Asker og er et rekruterings og integrerings arrangement. Integreringsarbeidet drives gjennom klubbene, men det har vært viktig å få til en samling hvor familier kan melde seg på. ASK stiller med utstyr til alle og instruktører som favner alle ferdighetsnivåer.

5. MESTERSKAP

Kretsens løpere har i årets sesong vunnet en rekke mesterskaps medaljer i NC, NM, og WC

Norgescup

Det ble gjennomført totalt 5 NC renn. Resultater for ASK sammenlagt:

Senior kvinner, 3pl. Kaia Konow	Hagahogget Låmlag
Senior menn, 4pl. Iver Hexeberg	Hagahogget Låmlag
Senior menn, 8pl. Benjamin Kjørholt	Hagahogget Låmlag
Junior menn, 2pl. Lars Eng. Hagen	Hagahogget Låmlag
Junior menn, 3pl. Gard Greibrok	Hagahogget Låmlag
Junior kvinner, 1pl. Mille Gunnerød	Hagahogget Låmlag
Junior Kvinner, 3pl. Emma Araldsen	Hagahogget Låmlag
Junior Kvinner, 8pl. Oda Buck Bryn	Hagahogget Låmlag
Junior Kvinner, 9pl. Petra Hexeberg	Hagahogget Låmlag
Junior Kvinner, 12pl. Nora Duvaland	Hagahogget Låmlag

Norgesmesterskap

Klassisk telemark

Senior menn, 4pl. Iver Hexeberg	Hagahogget Låmlag
Senior kvinner, sølv Kaia Konow	Hagahogget Låmlag
Junior menn, 4pl. Lars Eng. Hagen	Hagahogget Låmlag
Junior kvinner, gull Emma Araldsen	Hagahogget Låmlag
Junior kvinner, 4pl. Mille Gunnerød	Hagahogget Låmlag
Junior kvinner, 6pl. Oda Buck Bryn	Hagahogget Låmlag
Junior kvinner, 8pl. Petra Hexeberg	Hagahogget Låmlag

NM sprint og parallell ble dessverre kansellert grunnet Corona.

Deltagelse i WC Telemark

Kaia Konow	Hagahogget Låmlag
Iver Hexeberg	Hagahogget Låmlag
Lars Petter Engebret	Hagahogget Låmlag
Benjamin Hagen	Hagahogget Låmlag
Emma Araldsen	Hagahogget Låmlag
Mille Gunnerød	Hagahogget Låmlag

6. FIS aktive

Innmeldt 3 gutter

Innmeldt 5 jenter

7. INFORMASJON/KOMMUNIKASJON

Komiteen bruker NSF sine hjemmesider og klubb sider som hovedplattform for informasjon. I tillegg Facebook og sportsadmin.

8. MARKED

Komiteen bruker NSF sine hjemmesider og klubbsider som hovedplattform for informasjon. I tillegg Facebook og sportsadmin med utsendelse av mails.

9. REKRUTTERING

Inneværende sesong har det vært arbeidet med rekrutering mot alpint og langrenn. I hovedsak handler dette om å gi et lavterskeltilbud til junior og senior løpere som vil være aktive på ski i et sosialt felleskap med varierte treninger og turtilbud. Dette har blitt tatt godt imot i skimiljøet. Denne rekrutteringen er en del av NSF sin nye organisasjonsmodell med fokus på aktivitet livet ut.

Totalt er det rekruttert ca. 4 nye løpere fordelt over alle aldersgrupper.

10. TOPPIDRETT

Akershus Skikrets har hatt følgende løpere med på NSF Landslag Telemark 2019/20

WC-menn: Iver Hexeberg Hagahogget Låmlag

WC-kvinner: Kaja Konow Hagahogget Låmlag

11. UTDANNING

Kurs arrangert av kretsen har vært:

- Det har blitt arrangert et Trener 1 kurs i høst/vinter Hintertux

FREESKI

1. ARRANGEMENT

I Akershus skikrets har det blitt arrangert ett FIS NC Freeski renn

- NC Slopestyle, 9. februar i regi av Bærum Skiklub

2. TOPPIDRETT

Akershus Skikrets har hatt følgende Freeski landslagsløpere i 2019/20

Senior kvinner: Sandra Eie Bærums Skiklub

Senior menn: Birk Ruud Bærums Skiklub
 Christian Nummedal Hakadal IL
 Ferdinand Dahl Ingierkollen Rustad

Junior menn: Ulrik Samnøy Bærums Skiklub
 Tormod Frostad Bærums Skiklub

Bærums Skiklub hovedtrener Herman Orheim ble ny junior- og rekruttlandslagstrener denne sesongen. I neste sesong 2020/21 vil Herman ta over som elitelandslagstrener. Vi gratulerer.

3. MESTERSKAP

Kretsens løpere har markert seg sterkt med en rekke medaljer i både X-Games og DewTour. Videre har man følgende meritter å vise til i FIS-konkurranser;

World Cup og Ungdoms-OL (YOG)

WC Big Air	Beijing, CHN	Birk Ruud	1.pl
WC Big Air	Modena, ITA	Birk Ruud	2.pl
WC Big Air	Beijing, CHN	Christian Nummedal	4.pl
WC Big Air	Destne, CZE	Birk Ruud	2.pl
WC Big Air	Destne, CZE	Ulrik Samnøy	3.pl
WC Slopestyle	Seiseralp, ITA	Birk Ruud	1.pl
WC Slopestyle	Mammoth, USA	Sandra Eie	4.pl

YOG Big Air

Leysin, SUI

Tormod Frostad

5.pl

Vinner av WC-kula for FIS Big Air 2019/2020 gikk til Birk Ruud, Bærums Skiklub

Norgescup

Det ble gjennomført totalt 5 NC renn i henholdsvis Trysil, Wyller/Aron, Kirkerud og Kongsberg.

Norgesmesterskap

NM Freeski Big Air og NM Freeski Slopestyle ble dessverre kansellert grunnet Corona.

Komiteen takker alle frivillige i klubber tilhørende Akershus skikrets, for alt arbeid som er gjort i årets sesong.

Med vennlig hilsen

Telemark/freestyle – komiteen

AKERSHUS SKIKRETS – HOPP- OG KOMBINERTKOMITEEN

ÅRSBERETNING 2019-2020

HOPP OG KOMBINERTKOMITEEN (KONSTITUERT SIDEN SEPTEMBER 2017)

Leder	Erlend Munkeby	IL Jardar
	Rune Velta	Lommedalen IL
	Simen Grimsrud	Asker SK

TILLITSVERV UTENFOR KRETSEN

NSFs Kombinertkomite (leder)	Edgar Fossheim	Eidsvold IF
NSFs Hoppkomite (leder)	Bente Lill Romøren	Øvrevoll/Hosle IL

1. Komiteens arbeid

Valgkomiteen innstilte 3 kandidater til hopp- og kombinertkomiteen til vårmøtet 2019. Erlend Munkeby, Rune Velta og Simen Grimsrud ble valgt

2. Arrangement

Terminlisten – Sparebank 1 cup

I samarbeid med kretsens hovedsponsor, Sparebank 1 Østlandet ble det satt i gang SB1 Østlandet cup for hopp og kombinert. Motivasjonen var å stimulere til økt aktivitet lokalt. På grunn av svært utfordrende vinter ble 3 av i alt 8 renn avholdt.

Tour de Bærum hadde også i år kombinert som en av øvelsene. Dette var svært populært blant deltakerne.

De 3 rennene som ble arrangert var:

Dato	Renn	Arrangør	Gren
15.01.2020	Sparebank 1 Østlandet Cup	Kollenhopp	Hopp og Kombinert
22.01.2020	Sparebank 1 Østlandet Cup	Kollenhopp	Hopp og Kombinert
29.01.2020	Sparebank 1 Østlandet Cup	Kollenhopp	Hopp og Kombinert

Kretsmesterskapet er utsatt til mai og vil gå på plast på grunn av svært utfordrende snøforhold. Mini Raw Air og Youth Raw Air er utsatt til plast. Mini Raw Air ble utsatt på grunn an Corona krisen.

Solan Gundersens Vinterleker

Det var svært tynn deltagelse fra Akershus Skikrets i Solan Gundersen, kun en utøver fra Asker skiklubb stilte. Dette tror vi har noe med vinteren å gjøre og at det ikke har vært mulig å trene i K40 og K60 i regionen i hele vinter. Samtidig ser vi at utøvere som er bosatt i Akershus melder seg inn i Kollenhopp som ligger under Oslo skikrets.

Hovedlandsrennet

Martin Tonby Opsahl og Mathilde Årva Selbekk fikk begge pallplasseringer i Hovedlandrennet i Lierberget 22/2. Her er resultatene fra vår krets.

Hopp Jenter 16 år: 2. Mathilde Årva Selbekk, Fossum IF

Hopp Gutter 15 år: 7. Marcus Lauritz Piene Grønvold Fossum IF
8. John Helge Dalbak Hoel Aurskog/Finstadbru SK

Hopp Gutter 16 år: 3. Martin Tonby Opsahl, Lommedalen IL
11. Jens Dahlseide Kvamme, Haslum IL

Kombinert Gutter 16 år: 5. Jens Dahlseide Kvamme, Haslum IL

Kombinert Gutter 15 år: 7. John Helge Dalbak Hoel, Aurskog/Finstadbru SK

Kombicross Gutter 16 år: 5. Jens Dahlseide Kvamme, Haslum IL

Kombicross Gutter 15 år: 8. John Helge Dalbak Hoel, Aurskog/Finstadbru SK
10. Marcus Grønvold, Fossum IF

Laghopp: 4. Akershus Lag (Opsahl, Kvamme, Grønvold)

Norges Cup og ranking

Ettersom utøverne rykker opp og ned mellom de tre klassene i norgescup etter hver helg vil rekkefølgen i hver av de 3 NC klassene ikke nødvendigvis gi en korrekt rangering av utøverne. Vi tar derfor med sluttresultatet i eliteklassen (topp 30) samt NSF Hopps rankingliste (topp 40) etter siste sesong.

NSF Hopps rankingliste Menn:

3. Marius Lindvik,	Rælingen Skiklubb
5. Halvor Egner Granerud,	Asker Skiklubb
18. Fredrik Eirinsønn Villumstad,	Skimt
23. Matias Braathen,	Øvrevoll Hosle IL
26. Christian Røste Solberg,	IL Jardar
38. Adrian Thon Gundersrud,	IL Jardar

NSF Hopps rankingliste Kvinner:

13	Eva Elise Johansen Amble	Ullensaker Skiklubb
23	Mille Moen Flatla	Haslum IL
28	Mathilde Årva Selbekk	Fossum IF
33	Anna Torset Botten	Rælingen Skiklubb

LO NC Herrer Elite

11	Christian Røste Solberg,	Jardar IL
15	Matias Braathen,	Øvrevoll Hosle IL
28	Fredrik Eirinssønn Villumstad,	Skimt
30	Halvor Egner Granerud,	Asker Skiklubb

LO NC Kvinner Elite

10	Eva Elise Johansen Amble	Ullensaker Skiklubb
15	Mille Moen Flatla	IL Jardar
21	Mathilde Årva Selbekk	Fossum IF

3. Mesterskap

Kretsmesterskap

Årest kretsmesterskap er utsatt til Mai. Planen er at dette foregår på plast i Midstulia

Jr. NM

Årets Junior NM ble arrangert på Rena. Junior NM Kvinner liten bakke ble arrangert i Vikersund. Følgende utøvere fikk plasseringer blant topp 15 i Jr. NM 2020:

Hopp Kvinner Jr. liten bakke:	4. Mathilde Årva Selbekk, Fossum IF
Hopp Kvinner Jr. Normalbakke:	2. Mathilde Årva Selbekk, Fossum IF
Hopp Menn Jr. Normalbakke:	6. Adrian Thon Gundersrud, IL Jardar 12. Pål-Håkon Bjørtomt, Hurdal IL
Lag hopp Menn Jr:	2. Akershus 1 (Pål-Håkon Bjørtomt, Simen Meen Haugeng Adrian Thon Gundersrud) 7. Akershus 2 (Esben Alexander Johansen Amble, Øystein Thorshov, Nicolai Langseth Fredriksen)
Lag hopp Mix jr:	1. Akershus (Pål-Håkon Bjørtomt, Mathilde Årva Selbekk, Adrian Thon Gundersrud)
Kombinert Kvinner Kr. 10km	3. Mille Moen Flatla Haslum IL
Kombinert Jr. 10 km:	4. Marius Solvik, Haslum IL
Kombinert Kvinner jr 5km:	3. Mille Moen Flatla Haslum IL
Kombinert Menn Jr. 5 km:	1. Marius Solvik Haslum IL
Kombinert Kvinner jr. Fellesstart:	3. Mille Moen Flatla Haslum IL
Kombinert Menn Jr. Fellesstart:	1. Marius Solvik Haslum IL

NM

Kun NM 2019 normalbakke hopp og kombinert ble gjennomført denne sesongen. Følgende plasseringer blant topp 15 ble besatt av utøvere fra Akershus:

NM Hopp Normalbakke, Kvinner: 12. Eva Elise Johansen Amble Ullensaker Skiklubb

NM Hopp Normalbakke, Menn: 5. Marius Lindvik, Rælingen Skiklubb
9. Halvor Granerud, Asker Skiklubb
12. Matias Braathen, Øvrevoll, Hosle IL
14. Pål-Håkon Bjørtomt, Hurdal IL

NM Hopp Normalbakke lag, Menn: 2. Akershus. (Marius Lindvik, Halvor Granerud, Matias Braathen, Pål-Håkon Bjørtomt)

NM Kombinert Kvinner 2,5 km: 7. Mille Moen Flatla, Haslum IL

NM Kombinert Menn 5km: 3. Einar Christian Lurås Oftebro, IL Jardar
5. Espen Andersen, Lommedalen IL
6. Kasper Moen Flatla, IL Jardar
7. Jens Christian Lurås Oftebro, IL Jardar
11. Jacob Eiksund Sæthre Fossum IF
14. Lars Halvdan Buraas, Hurdal IL

NM Kombinert Kvinner 5 km: 8. Mille Moen Flatla Haslum IL

NM Kombinert Menn 10 km: 2. Jens Lurås Oftebro, IL Jardar
4. Einar Lurås Oftebro, IL Jardar
5. Espen Andersen Lommedalen IL
6. Kasper Moen Flatla, IL Jardar
8. Lars Halvdan Buraas, Hurdal IL
14. Jakob Eiksund Sætre, Fossum IL

Informasjon/Kommunikasjon

Kommunikasjon ut til klubbene foregår primært ved e-post.

4. Breddeidrett

Med tanke på rekruttering så har eneste mulighet til å hoppe vært i K10, K20 og K95 i Midtstubakken i vinter. De klubbene i kretsen som fikk en vekst i fjor har stort sett overlevd. Det har vært ukentlig treninger i Midtstulia for Asker, Fossum og Jardar. Vi har også hatt besøk av langrennsgrupper fra Holmen IF og Haslum IL. Til sammen 100 utøvere fra Akershus Skikrets har deltatt på disse treningene. 40 hoppere og 60 langrennsløpere.

5. Toppidrett

Toppidrettssatsningen ivaretas i første rekke av NSF Hopp, Kollenhopp og Wang, men det er også utøvere fra Akershus på Lillehammerhopp, Granåsen skiteam og Trønderhopp. I Kombinert har Espen Andersen, Einar Lurås Oftebro og Jens Lurås Oftebro har vært på A landslaget. Kasper Moen Flatla har flere WC starter med poeng. I hopp har Halvor Egner Granerud vært på A-landslaget gjennom vinteren sammen med Marius Lindvik. Året 2020 fikk en pangstart med Lindviks seier i selveste Nyttårshopprennet.

Akershus har hatt utøvere som har deltatt i World Cup i både hopp og kombinert. Sammenlagt plassering for utøvere fra Akershus er som følger:

World Cup Hopp: 7. Marius Lindvik, Rælingen Skiklubb
61. Halvor Egner Granerud

World Cup Kombinert: 4. Jens Lurås Oftebro, IL Jardar
18. Espen Andersen, Lommedalens IL
22. Einar Lurås Oftebro, IL Jardar
39. Kasper Moen Flatla, IL Jardar

Akershus har også hatt utøvere som har deltatt i Continental Cup (COC) i både hopp og kombinert. Sammenlagt plassering for utøvere fra Akershus er som følger:

Continental Cup Hopp: 55. Fredrik Eirinsønn Villumstad, Skimt
62. Halvor Egner Granerud, Asker Skiklubb
137. Mathias Braathen, Øvrevoll og Hosle IL
152. Adrian Thon Gundersrud, IL Jardar

Continental Cup Kombinert Menn:

6. Lars Halvdan Buraas, Hurdal IL
12. Jacob Eiksund Sæthre, Fossum IF
15. Kasper Moen Flatla, IL Jardar
46. Marius Solvik, Haslum IL

Continental Cup Kombinert Kvinner:

45. Mille Moen Flatla IL Jardar

Junior Ski VM 2019 Oberwiesental

Jr VM

Akershus hadde 3 utøvere som ble tatt ut til Junior VM i Lahti 2019

Kombinert:

Mille Moen Flatla, IL Jardar med 18. plass HS105/5km

Jens Lurås Oftebro, IL Jardar med en 1.plass HS105/10 km

Marius Solvik Haslum IL med en 3. plass i lagkonkurranse og 39. plass HS106/5 km

Nordisk Juniorlandskamp i Falun

Adrian Thon Gundersrud, IL Jardar, Sindre Ulven Jørgensen Asker Skiklubb og Mathilde Årva Selbekk deltok på Nordisk Juniorlandskamp

Nordisk Jr. landskamp Hopp:

Herrer:

Adrian Thon Gundersrud, IL Jardar, Nr. 2 individuelt og laghopp

Sindre Ulven Jørgensen Asker Skiklubb, Nr. 3 individuelt og seier i laghopp

Mathilde Årva Selbekk Fossum IF, Nr. 3 individuelt og 1 i lag.

6. Dommerutvalget

Dommerutvalget i Akershus har i år bestått av:

Leder	Odd Jostein Hyttebakk	Asker Skiklubb
Nestleder	Svein Kampen	Lommedalens IL
Sekretær	Tor Zachariassen	

7. Oppsummering

Komiteen har jobbet mot klubbene og stimulert til lav-terskel arrangement nå kalles SB1 Østlandet-cup. Med en meget utfordrende vinter fikk man arrangert 3 av 8 renn i SP1 Cup samt Tour de Bærum som er et langrennsarrangement med innslag av kombinert. Dette førte direkte til at flere langrennsgrupper har møtt opp på treninger i Midtstulia. På toppen av meget utfordrende snøforhold fikk sesongen en brå slutt på grunn av Corona krisen.

Hopp og kombinert komiteen vil takke alle frivillige ildsjeler som står på i kretsens klubber. Uten dere ville det ikke vært mulig å drive alle rekruttanleggene som må til for at vi også i fremtiden skal fostre hopp og kombinertutøvere fra Akershus.

Med vennlig hilsen Hopp og Kombinertkomiteen i Akershus Skikrets

AKERSHUS SKIKRETS – LANGRENNSKOMITEEN

ÅRSBERETNING 2018/2019

AKERSHUS SKIKRETS – LANGRENNSKOMITEEN

ÅRSBERETNING 2019/2020

Langrennskomiteen har denne sesongen hatt følgende sammensetning.

			Ansvarsområder:
Leder:	Dag Helland-Hansen	IL Jardar	Økonomi, HL, styremøter ASK
Nestleder:	Ole Jonny Gigernes	Nes Ski	Senior, sted fortreder for leder styremøter ASK, styringsgruppe medlem Team Veidekke Oslofjord
Styremedl :	Tone Haugen Ramstad	Nittedal	Terminliste og TD liste
Styremedl :	Emilie Johanne Hagen	Gjerdrum IL	Kurs, 13-14 årstrinn, 15-16 årstrinn, Ungdomsstafetten
Styremedl :	Iben Berntzen	Holmen	13-14 årstrinn, 15-16 årstrinn, Ungdomsstafetten
Styremedl :	Ingvar Sperstad	Haslum IL	Cup-liste Sparebank1 Østlandet Cup, seeding til stafetter og fellesstarter, overnatting junior NM
Styremedl :	John Harald Amundsen	Asker Skiklubb	Senior og anlegg
Styremedl :	Heidi Tjernshaugen	Nesodden SK	Sekretær, Junior

1 Bredde

Akershus skikrets har god rekruttering og mange løpere i yngre klasser, det rapporteres uformelt om vekst i flere klubber blant de aller yngste etter noen år med stagnasjon. I 15-16 årsklassen har andelen aktive i Akershus gått opp fra fjoråret, mens det dessverre har sunket betraktelig i 13-14 års alderen. Vi har stor deltakelse i Hovedlandsrennet og Junior-NM. I løpet av sesongen har våre løpere oppnådd mange gode plasseringer i mesterskap og

norgescup. På seniornivå jobbes det godt i flere klubber, Team og på landslag av våre løpere. Under landslagene kan vi spesielt trekke fra Team Norconsult og Team Åsen.

I den kanskje dårligste vinteren siden 1989 så har vi allikevel fått arrangert mange skirenn takket være god jobbing med snøproduksjon i november og en liten periode sent i januar. Deltagelse i rennene har gjennomgående vært bra. Nå blir det spennende neste år og se hvordan årets vinter tatt i betraktning lite snø i store deler av kretsen samt tidlig avslutning pga. Corona epidemien vil påvirke rekrutteringen.

Vi støtter fortsatt regionale samlinger og vi oppfordrer klubbene til fortsatt å sette fokus på de regionale samlingene. Kretsen har nå team og klubbsamarbeid i de fleste deler av kretsen for 15 år og oppover til junior som fungerer godt.

2 Topp

Løpere fra Akershus klubber har denne sesongen også vært representert på flere av Norges Skiforbund sine landslag.

Kvinner elite:

Tiril Udnes Weng – Nes Ski

Lotta Udnes Weng – Nes Ski

Maiken Caspersen Falla – Gjerdrum IL

Ragnhild Haga - Åsen IL

Våre utøvere på landslagene over har hatt til dels særdeles gode resultater denne sesongen, se resultater til slutt i beretningen.

Menn elite sprint:

Sindre Bjørnstad Skar - Bærums Verk og Hauger IF

Rekruttlandslaget:

Amalie Håkonsen Ous – Nes Ski

Juniorlandslaget:

Elena Rise Johansen – Asker SK

Kristin Austgulen Fosnæs - Fossum IF

Para-langrenn elite:

Johannes Birkelund - Oppegård IL

Akershus hadde også tre løpere som ble tatt ut til ungdoms OL i Lausanne, disse var Aleksander Elde Holmboe og Nikolai Elde Holmboe fra Bærums Verk Hauger og Stian Grønli fra Fet. Nikolai Holmboe tok gull i Langrenscrossen og i sprint tok Nikolai Elde Holmboe sølv og Aleksander Elde Holmboe bronse.

Ola Spigset fra Nes ble tatt ut til Nordisk landskamp i Falun hvor han var med på det norske 2. laget som tok sølv i stafetten. Ola Spigset ble også nr. 7 på sprinten.

Ungdoms OL

Ungdoms OL ble arrangert i Lausanne, Sveits og fra Akershus ble følgende løpere tatt ut:

Nikolai Holmboe - Bærums Verk Hauger
Aleksander Holmboe - Bærums Verk Hauger
Stian Grønli - Fet

Nikolai tok gull på langrenns cross sprint fri, Aleksander kom også til finalen i sprinten og fikk en 6. plass. Stian fikk en 17. plass i sprinten.

På sprint fri dagen etter fikk Nikolai og Aleksander henholdsvis sølv og bronse og Stian fikk en 30. plass.

På 10 km klassisk fikk Nikolai en 5. plass, Aleksander en 6. plass og Stian en 29. plass.

Under Mix stafett så gikk Nikolai på Norges lag som gikk inn til gull.

Nordisk Junior Landskamp

Til Nordisk Junior Landskamp i Falun ble Ola Spigseth – Nes Ski tatt ut. Ola fikk en 11. plass på 10 km klassisk intervall start, 7. plass i sprint fri og var med å gå Norges 2. lag inn til sølv på mix stafett bak Norges 1. lag.

Jr VM og U23 VM

Akershus hadde med 3 junior løpere - Kristin Austgulen Fosnæs, Elena Rise Johnsen og Lars Agnar Hjelmeset – og 3 U23 løpere – Hedda Østberg Amundsen, Harald Østberg Amundsen og Thomas Bucher-Johannessen.

Våre løpere oppnådde flere sterke plasseringer:

Sprint jr: Elena nr. 4.

Sprint U23: Harald nr. 3

5 km klassisk jr: Elena nr. 10

10 km klassisk U23: Hedda nr. 9

15 km klassisk U23: Harald nr. 2

30 km fellesstart fri jr.: Lars Agnar nr. 7

15 km fellesstart fri U23: Hedda nr. 7

30 km fellesstart fri U23: Harald nr. 1 og Thomas nr. 4

Stafett:

Jr kvinner: Kristin og Elena gikk på Norges lag som ble nr. 6

Mix-stafett U23: Hedda og Harald gikk på Norges lag som ble nr. 1

NM del 1 på Konnerud

NM på Konnerud ble rettet i siste liten etter en enorm innsats fra arrangør med å skaffe nok snø til en god 5 km løype.

Løpere fra Akershus markerte seg i år som tidligere år i alle øvelser. Under en liten oversikt over topp 6 plasseringer i NM på Konnerud:

10 km fri kvinner:

3. plass – Tiril Udnes Weng – Nes Ski

4. plass – Ragnhild Haga - Åsen IL

15 km fri kvinner:

2. plass – Harald Østberg Amundsen – Asker SK

4. plass – Magne Haga - Åsen IL

15 km fri menn para:

1. plass – Eirik Bye - Oppegård IL

Sprint fri kvinner:

1. plass – Maiken Caspersen Falla – Gjerdrum IL

Sprint fri menn:

3. plass – Sindre Bjørnestad Skar - Bærums Verk og Haugar IF

15 km fellesstart klassisk kvinner:

5. plass – Maiken Caspersen Falla – Gjerdrum IL

6. plass – Lotta Udnes Weng – Nes Ski

Stafett kvinner 3 x fristil:

1. plass – Nes Ski (Amalie Håkonsen Ous, Lotta Udnes Weng, Tiril Udnes Weng)

Stafett menn 3 x fristil:

3. plass - Åsen IL (Hermann Martens Meyer, Magne Haga, Johan Hoel)

Junior NM sprint

NM sprint for junior ble i år arrangert i klassisk stil under NC på Lygna i januar. Akershus fikk flere medaljer, i K 17 tok Thea Johannesen fra Fet bronse, i M 18 ble det dobbelt seier til Nikolai Elde Holmboe og Aleksander Elde Holmboe fra Bærums Verk Hauger med henholdsvis gull og sølv. I K 19-20 tok Elena Rise Johnsen bronse.

NM del 2 Avlyst

Jr NM på Beitostølen avlyst

HL på Nybygda

Lisa Kristine Jorde J15 (Asker SK), Simen Gløggård Stensrud G15 (Nittedal IL), Emil Moore-Carlson G15 FH (Fossum IF) og Daniel Aakervik tok gull på henholdsvis 5 og 7,5 km klassisk. Anna Mæhre Torjussen J15 (Fossum IF) og Mats Koritov G15 (Skedsmo SK) tok sølv på 5 km klassisk.

På sprinten i fristil tok Oliver Finstad Nytrøen G15 (Eidsvold Værks Skiklub), Emil Moore-Carlson G15 FH (Fossum IF) og Helene Ekrheim Haugen J16 (Holmen IF) gull, og Lisa Kristine Jorde J15 (Asker SK), Simen Gløggård Stensrud G15 (Nittedal IL) og Siri Lindebergsengen Nesheim J16 (Bærums Skiklub) tok sølv.

I stafetten tok både førstelaget til jentene og guttene gull. På førstelaget til jentene gikk Anna Mæhre Torjussen, Aurora Mjøen Grøndalen, Lisa Kristine Jorde og Helene Ekrheim Haugen. På førstelaget til guttene gikk Sivert Stene Enger, Simen Gløggård Stensrud, Mats Koritov og Oliver Aukland.

Det arrangeres i tillegg til ordinære konkurranser en langrennscross for de som ikke går videre fra prolog i sprinten. Dette er ikke en mesterskapsøvelse, men en meget spennende og populær konkurranse med stor deltagelse. I J15 tok Emma Hovengen Lundin (Nittedal IL) seier, og Louise Petersen Wiggen (Fossum IF) andreplass. I J16 tok Runa Andreassen Kollien (Asker SK) seieren, og Lotte Storaker (Holmen IF) andreplassen.

Ungdomsstafetten Under Ungdomsstafetten i Holmenkollen ble det 1. og 2. plass til hhv først og andrelaget.

Snø Cup for 15 og 16 åringer i Akershus/Oslo/Østfold

Kretsen forsyner seg grovt på resultatlista i Snø cup og eller i alle nasjonale renn for denne aldersgruppen i år. For øvrige resultater, se eget avsnitt.

3 Skirenn og arrangement

Vi vil få rette en stor takk til klubbene for et godt samarbeid og gode arrangement.

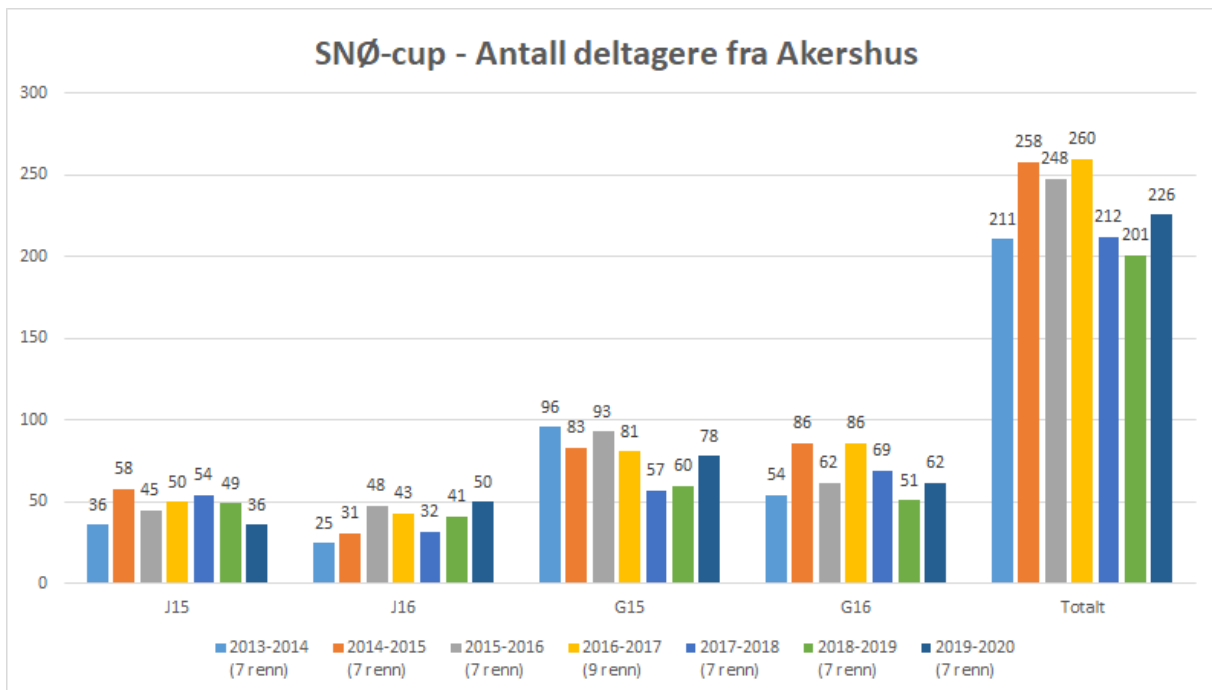
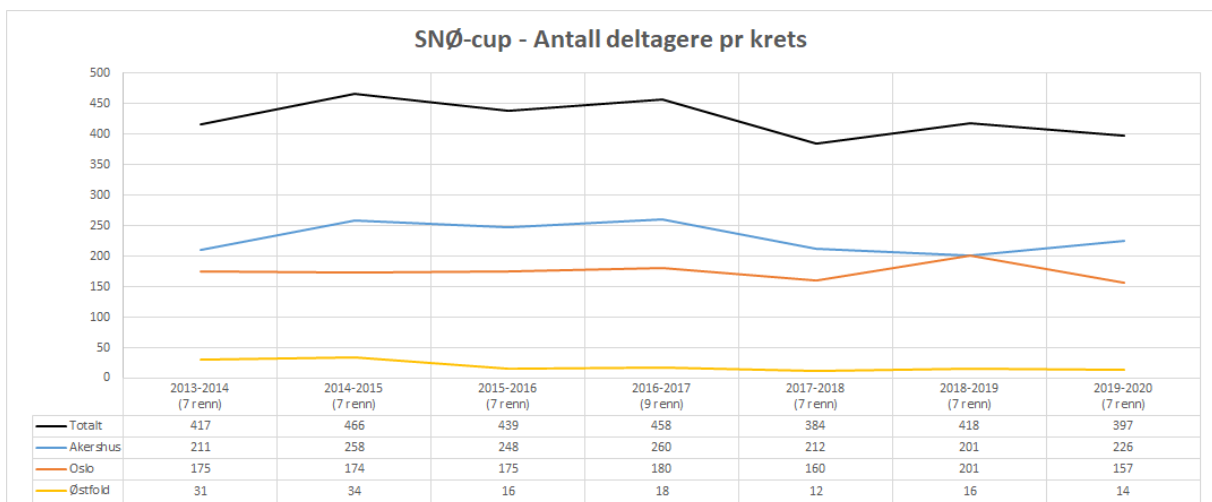
KM

Det har blitt arrangert fire av fem planlagte KM i kretsen denne sesongen. KM Normaldistanse og KM lang var arrangert i KM helgen, KM stafett KM cross som ble gjeninnført etter noen års opphold. KM sprint ble avlyst pga. snømangel på Greverud Skistadion siden flyttet til mars for så å bli avlyst igjen som følge av Covid-19. Honnør til klubbene for god gjennomføring av arrangementene.

Snø Cup for 15 og 16 åringer i Akershus/Oslo/Østfold

Det er andre året med Snø Cup og avtalen med Snø (den nye snøhallen ved Lørenskog). Cupen er for 15-16 åringer i kretsene Akershus, Oslo og Østfold. Cupen har lang tradisjon og er et populært tilbud. Snø Cup ble med unntak av rennet i Ørje, Østfold som ble avlyst pga. snømangel arrangert i sin helhet, noe som er imponerende med tanke på den snøvinteren vi har hatt samt den tidlige avslutningen av sesongen pga. Corona

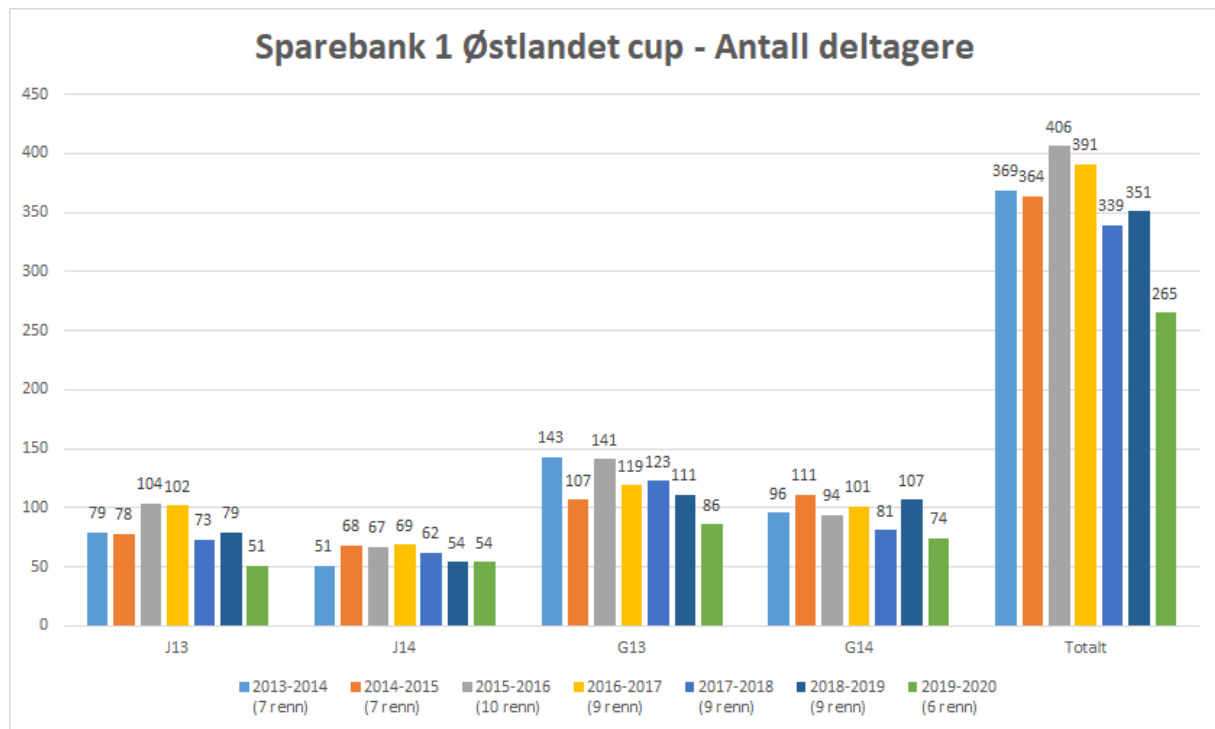
Antall deltagere i SNØ-cup har vært nokså stabilt de siste årene med ca. 400. For Akershus har antall deltagere økt siste år.



Sparebank 1 Cup for 13 og 14 åringer

Sparebank1 gruppen har vært med oss som cup sponsor i flere år, noe vi er svært glade for. Sponsormidlene dekker premier og øvrige kostnader ved gjennomføring av cupen. Gule ledervester brukes også i denne cupen, og er populært.

I motsetning til Snø Cup, så har Sparebank 1 Cup en nedgang i antall deltagere, faktisk hele 25%. En av årsakene til nedgangen kan være at det ble arrangert færre renn, men spesielt nedgangen i 13-års klassene er bekymringsverdig.



4 Anlegg

Det er mange nye prosjekter på gang og flere klubber jobber nå med å oppgradere sine anlegg. Dette gjelder både rulleskianlegg, løyper for vinteren og snø produksjonsanlegg. Vi er imponert over den jobben som gjøres ute i klubbene.

5 Kompetanseutvikling

Det er avholdt TD kurs sammen med Oslo skikrets i år som de to tidligere år. Det er viktig at vi stadig jobber med å få utdannet nye TD 'er, og vi ønsker spesielt yngre til TD-utdanningen. LKs krav er at alle klubber som ønsker å arrangere renn skal ha TD, og vi oppfordrer til at rennleder har TD-utdanning. Ift. forrige vinter så har TD oppgavene i vinter gått meget bra, og vi har fått svært lite forfall fra de oppsatte TD 'ene. Takk for innsatsen alle sammen.

Det har blitt arrangert flere trenerkurs i løpet av sesongen. Disse blir avholdt ute i klubb, noe som erfaringsmessig fungerer bra ift. å få økt deltakelse.

6 Økonomiske rammevilkår

Regnskapet for 2019 viser en god økonomi.

Aktivitetstiltak som lokale/regionale samlinger er noe vi ønsker å stimulere til og er nevnt på tinget, vårmøte og høstmøter de senere årene, her må klubbene bare fortsette det gode arbeidet. Kravet for å støtte slike samlinger er at de er åpne for alle løpere i kretsen/regionen.

For å støtte opp under det gode samarbeidsklimaet vi har mellom klubbene i kretsen så har kretsstyret innført mulighet til å søke om støtte til oppretting og drift av Team som går på tvers av klubbene.

Inntektene til LK er i hovedsak andelen av startkontingenten i skirenn.

7 Internasjonalt arbeid

Vi har ikke hatt deltakere i internasjonalt arbeid i denne perioden.

8 Informasjon / kommunikasjon

Kretsens viktigste direkte kontakt med klubbene er Vårmøte og Høstmøte. På kretsens hjemmesider legges alle nyheter og informasjon ut. Vi har bl.a. egne aktivitetssider for hver region i kretsen. Her oppfordrer vi klubbene og teamene til å sende inn informasjon om aktivitet i sin region.

LK har en egen Facebook side som det også linkes nyheter fra nettsiden til, samt at den brukes som informasjonskanal under HL, Norges Cup, NM, jr-NM osv.

Mange klubber har meget gode hjemmesider, Facebook-sider og Instagram-sider med mye god informasjon og godt stoff.

9 Ledelse, organisering og styring

Langrennskomiteen har hatt 4 møter i sesongen 2019-2020. Møtene har blitt holdt på Idrettens hus på Strømmen, på sentralt sted i Oslo samt på Skype under Corona epidemien. Leder av LK har deltatt på styremøtene i Akershus skikrets.

Flere fra LK deltok på NSF's kretsting og grenmøte i juni og flere fra LK deltok på NSF's høstmøte.

LKs viktigste møter med klubbene er vår- og høst- møtene. Vi oppfordrer klubbene til å komme med innspill på saker de ønsker å få tatt opp. Det er viktig at klubbene har fokus på deltagelse på vår- og høstmøte.

Langrennskomiteen ønsker å takke alle som har vært med på å tilrettelegge for skiaktiviteter i kretsen denne sesongen. Håper på like stor entusiasme i planlegging og gjennomføring kommende år.

Tanum, 15. april 2020
Dag Helland-Hansen
LK-leder Akershus Skikrets

Resultater sesongen 2019/2020

Resultater oppnådd i internasjonale konkurranser viser vi til skiforbundets resultatoversikt.

Hovedlandsrennet

Gutter 15 år FH - 5 km klassisk

1 Emil Moore-Carlsen Fossum IF

Gutter 16 år - 7,5 km Klassisk

1 Daniel Aakervik Fet SK
10 Oliver Aukland Lommedalens IL
29 Sivert Stene Enger Øvrevoll Hosle IL

Gutter 15 år - 5 km Klassisk

1 Simen Gløggård Stensrud Nittedal IL
2 Mads Koritov Skedsmo SK
15 Oliver Finstad Nytrøen Eidsvold Værks Skiklub
25 Aksel Prydz-Hoftvedt Øvrevoll Hosle IL
27 Filip Skari Nittedal IL
30 Marius Aune Lørenskog SK

Jenter 15 år - 5 km Klassisk

1 Lisa Kristine Jorde Asker SK
2 Anna Mæhre Torjussen Fossum IF
4 Louise Petersen Wiggen Fossum IF
8 Hanna Skarphol Villadsen IL Jardar
12 Nora Christine Hansen Asker SK
17 Nora Elizabeth Conradi Fossum IF

Jenter 16 år - 5 km Klassisk

4 Helene Ekrheim Haugen Holmen IF
10 Aurora Mjøen Grøndalen Drøbak-Frogn IL
11 Marthe Johanne Hjelmeset Gjelleråsen IF
13 Tiril Alexandersen Stavrum Lommedalens IL
15 Siri Lindbergsengen Nesheim Bærums Skiklub
21 Solveig Lie Støverud Lørenskog SK
25 Ida Lockert Skjold Åsen IL

Gutter 15 år FH - sprint

1 Emil Moore-Carlsen Fossum IF

Gutter 16 år - Sprint Fristil

6	Oliver Aukland	Lommedalens IL
10	Daniel Aakervik	Fet SK
17	Ola Skaar	Nittedal IL

Gutter 15 år - Sprint Fristil

1	Oliver Finstad Nytrøen	Eidsvold Værks Skiklub
2	Simen Gløggård Stensrud	Nittedal IL
7	Mads Koritov	Skedsmo SK
10	Erik Johan Brun	Eidsvold Værks Skiklub
17	Aksel Prydz-Hoftvedt	Øvrevoll Hosle IL
18	Filip Skari	Nittedal IL
20	Fredrik Serkland Tidemann	Lommedalens IL
29	Markus Rindli	Drøbak-Frogn IL

Jenter 15 år - Sprint Fristil

2	Lisa Kristine Jorde	Asker SK
8	Anna Mæhre Torjussen	Fossum IF
17	Silje Christine Berg-Knutsen	Nes Ski
20	Nora Christine Hansen	Asker SK
21	Hanna Skarphol Villadsen	IL Jardar

Jenter 16 år - Sprint Fristil

1	Helene Ekrheim Haugen	Holmen IF
2	Siri Lindbergsengen Nesheim	Bærums Skiklub
3	Aurora Mjøen Grøndalen	Drøbak-Frogn IL
6	Synne Lindbergsengen Nesheim	Bærums Skiklub
17	Tiril Alexandersen Stavrum	Lommedalens IL
29	Kaia Wulff Berntsen	Asker SK

Gutter 16 år - Langrennscross

11	Sivert Stene Enger	Øvrevoll Hosle IL
12	William Eidissen	Fossum IF
15	Halvor Dolven	Asker SK
26	Pål Grimsmo	Fossum IF
28	Emil Andreassen Skaftnes	Gjelleråsen IF
29	Hannes Malte Hov	Lommedalens IL

Gutter 15 år - Langrennscross

5	Henrik Omland	Nittedal IL
8	Filip Skari	Nittedal IL
9	Eskil Skarstein Rød	Oppegård IL

11	Sondre Nikolai Norheim	Eidsvold Værks Skiklub
11	Michael Sandeman-Kiste	Øvrevoll Hosle IL
17	Sondre With Holm Slettedal	Asker SK
20	Amund Schjetne	Lommedalens IL
20	Mats Rein-Heggebakken	Nittedal IL
25	Mikkel Lidemark Gausdal	Holmen IF

Jenter 15 år - Langrennscross

1	Emma Hovengen Lundin	Nittedal IL
2	Louise Petersen Wiggen	Fossum IF
6	Elise Mobrenna	Nes Ski
11	Filippa Bertelsen Fadnes	Asker SK
11	Johanna Holstrøm	Haslum IL
22	Maren Medalen Berntsen	Asker SK

Jenter 16 år - Langrennscross

1	Runa Andreassen Kollien	Asker SK
2	Lotte Storaker	Holmen IF
5	Ida Lockert Skjold	Åsen IL
6	Solveig Lie Støverud	Lørenskog SK
7	Eline Brattegaard Sveen	Haslum IL
17	Nora Oline Jensen	Lommedalens IL
18	Linnea Holst	IL Jardar
24	Johanne Jarbeaux	Gjelleråsen IF
27	Christine Rugsland	Holmen IF
30	Emilie Agathe Besseberg	Drøbak-Frogn IL

Gutter 15-16 år - Stafett

1	Sivert Stene Enger, Simen Gløgård Stensrud, Mads Koritov, Oliver Aukland	Akershus Skikrets lag 1
11	Halvor Dolven, Marius Birknes, Oliver Finstad Nytrøen, Ola Skaar	Akershus Skikrets lag 2

Jenter 15-16 år - Stafett

2	Anna Mæhre Torjussen, Aurora Mjøen Grøndalen, Lisa Kristine Jorde, Helene Ekrheim Haugen Tiril Alexandersen Stavrum, Hanna Skarphol	Akershus Skikrets lag 1
5	Villadsen, Siri Lindebergsengen Nesheim, Marthe Johanne Hjelmeset Louise Petersen Wiggen, Ingvild Olea Sollid	Akershus Skikrets lag 3
10	Vanberg, Ida Lockert Skjold, Nora Christine Hansen	Akershus Skikrets lag 2
18	Filippa Karen Blakstad Nilsson, Marte Lillebaken Abell, Runa Andreassen Kollien, Elise Mobrenna	Akershus Skikrets lag 5

24 Christine Rugsland, Johanna Holstrøm, Lotte Storaker, Silje Christine Berg-Knutsen Akershus Skikrets lag 6

Kong Haralds Ungdomsstaffett – Holmenkollen

1 Lisa Kristine Jorde, Simen Gløggård Stensrud, Julie Hammer, Oliver Aukland Akershus Skikrets lag 1
2 Anna Mæhre Torjussen, Mads Koritov, Helene Ekrrheim Haugen, Ola Skaar Akershus Skikrets lag 2

NM junior

K 17 år - Sprint Klassisk

3 Thea Johansen Fet SK
4 Janne Alseth Haslum IL
7 Martine Ellefsen Asker SK
18 Marthe Skram Botterud Bærums Skiklub
26 Maja Ellefsrud Nesodden IF - Ski

K 18 år - Sprint Klassisk

8 Astrid Bakke Bærums Skiklub
17 Hannah Lervik Asker SK
19 Oda Hagen Tyrdal Gjelleråsen IF
22 Kaja Loennecken Asker SK
25 Ina Martini Asker SK

K 19/20 år - Sprint Klassisk

3 Elena Rise Johnsen Asker SK
6 Kristin Austgulen Fosnæs Fossum IF
10 Ida Ramstad Nittedal IL
12 Margrethe Wettre Andreassen Asker SK
14 Thea Sørum Gjelleråsen IF
26 Maria Finni Magnussen Nittedal IL

M 17 år - Sprint Klassisk

9 Marcus Tunestveit Andersen Oppegård IL

M 18 år - Sprint Klassisk

1 Nikolai Elde Holmboe Bærums Verk Hauger Idrettsforening
2 Aleksander Eide Holmboe Bærums Verk Hauger Idrettsforening
6 Ola Spigseth NTG-L/Nes Ski
8 Kasper Engeset IL Jardar

17	Sigurd Tveter	Holmen IF
26	Markus Sellevoll	Oppegård IL
27	Stian Grønli	Fet SK

M 19/20 år - Sprint Klassisk

7	Lars Agnar Hjelmeset	Gjelleråsen IF
9	Simen Frantzen Øiseth	Fet SK
16	Simen Leander Løbak	Asker SK
17	Jørgen Solberg	Drøbak-Frogn IL
23	Espen Aakervik	Fet SK
28	Petter Thorslund Aadland	Nittedal IL

NC junior

K 17 år

12	Thea Johansen	Fet SK
14	Janne Alseth	Haslum IL
18	Synne Selberg	Gjelleråsen IF
19	Marthe Skram Botterud	Bærums Skiklub
22	Martine Ellefsen	Asker SK
30	Maja Ellefsrud	Nesodden IF Ski

K 18 år

22	Kaja Loennecken	Asker SK
25	Sunniva Reite Martinsen	Nes Ski
26	Elise Antonsen	Gjerdrum IL

K 19/20 år

2	Elena Rise Johnsen	Asker SK
3	Kristin Austgulen Fosnæs	Fossum IF
11	Margrethe Wettre Andreassen	Asker SK
12	Ida Ramstad	Nittedal IL
16	Thea Sørum	Gjelleråsen IF/NTG Lillehammer

M 17 år

11	Jonas Maukon Myhr	Asker SK
20	Marcus Tunestveit Andersen	Oppegård IL

M 18 år

1	Nikolai Elde Holmboe	Bærums Verk Hauger Idrettsforening
2	Aleksander Elde Holmboe	Bærums Verk Hauger Idrettsforening
6	Ola Spigseth	Nes Ski/NTG Lillehammer

11	Vegard Aarstad	Ås IL
23	Kasper Engeset	IL Jardar
25	Stian Grønli	Fet SK
27	Brage Buseth Hammerstad	Haslum IL

M 19/20 år

4	Lars Agnar Hjelmeset	Gjelleråsen IF
19	Ivar Harald Clem	Fossum IF
25	Espen Aakervik	Fet SK
29	Simen Frantzen Øiseth	Fet SK

VM junior

Kvinner - Sprint Fri

4	Elena Rise Johnsen	Asker SK
37	Kristin Austgulen Fosnæs	Fossum IF

Menn - Sprint Fri

27	Lars Agnar Hjelmeset	Gjelleråsen IF
----	----------------------	----------------

Kvinner - 5 km Klassisk

10	Elena Rise Johnsen	Asker SK
----	--------------------	----------

Kvinner -15 km Fellesstart Fri

14	Elena Rise Johnsen	Asker SK
33	Kristin Austgulen Fosnæs	Fossum IF

Menn -30 km Fellesstart Fri

7	Lars Agnar Hjelmeset	Gjelleråsen IF
---	----------------------	----------------

Kvinner - Stafett

6	Kristin Austgulen Fosnæs	Fossum IF
	Elena Rise Johnsen	Asker SK

NM

Kvinner - 10 km Fri

3	Tiril Udnes Weng	Nes Ski
4	Ragnhild Haga	Åsen IL
8	Hedda Østberg Amundsen	Asker Skiklubb
14	Lotta Udnes Weng	Nes Ski

Menn - 15 km Fri

2	Harald Østberg Amundsen	Asker Skiklubb
4	Magne Haga	Åsen IL
10	Johan Hoel	Åsen IL
23	Thomas Bucher-Johannessen	Fossum IF
27	Herman Martens Meyer	Åsen IL

Kvinner - Sprint Fristil

1	Maiken Caspersen Falla	Gjerdrum IL
8	Lotta Udnes Weng	Nes Ski
10	Ragnhild Haga	Åsen IL
17	Hedda Østberg Amundsen	Asker Skiklubb
18	Amalie Haakonsen Ous	Nes Ski
26	Tiril Udnes Weng	Nes Ski
27	Kristin Austgulen Fosnæs	Fossum IF

Menn - Sprint Fristil

3	Sindre Bjørnstad Skar	Bærums Verk Hauger Idrettsforening
21	Herman Martens Meyer	Åsen IL
28	Thomas Helland Larsen	Fossum IF

Kvinner - 15 km Fellesstart Klassisk

5	Maiken Caspersen Falla	Gjerdrum IL
6	Lotta Udnes Weng	Nes Ski
16	Elena Rise Johnsen	Asker Skiklubb
18	Julie Bjervig Drivenes	Lommedalens IL

Menn - 30 km Fellesstart Klassisk

7	Sindre Bjørnstad Skar	Bærums Verk Hauger Idrettsforening
13	Johan Hoel	Åsen IL
21	Harald Østberg Amundsen	Asker Skiklubb

Kvinner - Stafett

1	Amalie Haakonsen Ous, Lotta Udnes Weng, Tiril Udnes Weng	Nes Ski
9	Ingrid Tandberg Ryan, Margrethe Wettre Andreassen, Elena Rise Johnsen	Asker Skiklubb 1
16	Elise Antonsen, Sofie Rostad, Maiken Caspersen Falla	Gjerdrum IL 1
21	Kristin Austgulen Fosnæs, Ane Grøtan Wang, Tuva Røkeberg Bygrave	Fossum IF 1

29 Karoline Næss, Anitra Vognild, Hanna Sandholt
Hansen Bjerke IL Ski 1

Menn - Stafett

3 Herman Martens Meyer, Magne Haga, Johan
Hoel Åsen IL 1

7 Simen Håkon Østensen, Thomas Bucher-
Johannessen, Thomas Helland Larsen Fossum IF 1

8 Sindre Fjellheim Jorde, Sjur Kvisle, Harald
Østberg Amundsen Asker Skiklubb 1

18 Truls Fjellheim Jorde, Eirik Asdøl, Ola Jakob Lier Asker Skiklubb 2

U23 VM

Menn - Sprint Fri

3 Harald Østberg Amundsen Asker SK

Kvinner - 10km Klassisk

9 Hedda Østberg Amundsen Asker SK

Menn - 15km klassisk

2 Harald Østberg Amundsen Asker SK

Kvinner - 15km fellesstart Fri

7 Hedda Østberg Amundsen Asker SK

Menn - 30km fellesstart Fri

1 Harald Østberg Amundsen Asker SK

4 Thomas Bucher-Johannessen Fossum IF

Kvinner + Menn - Miksstafett

1 Hedda Østberg Amundsen Asker SK
Harald Østberg Amundsen Asker SK

Scan cup

Kvinner

14 Amalie Haakonsen Ous Nes Ski

18 Hedda Østberg Amundsen Asker Skiklubb

Menn

2	Johan Hoel	Åsen IL
3	Harald Østberg Amundsen	Asker Skiklubb
11	Magne Haga	Åsen IL
22	Thomas Helland Larsen	Fossum IF

NC senior

Kvinner

12	Lotta Udnes Weng	Nes Ski
14	Hedda Østberg Amundsen	Asker SK
27	Maiken Caspersen Falla	Gjerdrum IL

Menn

4	Harald Østberg Amundsen	Asker SK
5	Magne Haga	Åsen IL
8	Sindre Bjørnstad Skar	Bærums Verk Hauger Idrettsforening
19	Thomas Helland Larsen	Fossum IF
25	Johan Hoel	Åsen IL

World Cup

Kvinner

13	Tiril Udnes Weng	Nes Ski
19	Ragnhild Haga	Åsen IL
24	Maiken Caspersen Falla	Gjerdrum IL

Menn

24	Sindre Bjørnstad Skar	Bærums Verk Hauger Idrettsforening
----	-----------------------	------------------------------------