

ARRANGØRVEILEDER

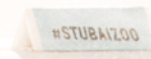
NOR FREESKI CUP, NORGESMESTERSKAP OG HOVEDLANDSRENN



Innledning

Denne veilederen er utarbeidet for nasjonale konkurranser i freeski innen konkurranseformene slopestyle og big air. Veilederen er ment som et hjelpemiddel for arrangør i arbeidet med planlegging, gjennomføring og evaluering av arrangement. Videre gir veilederen en oversikt over sentrale roller i arrangementet og sikter på å gi en forståelse av hva det innebærer å invitere til freeskiarrangement.

Alle bilder tilhører NOR Freeski.



Innholdsfortegnelse

1.0 Generell informasjon	4
1.1 Hvem kan være arrangør?	5
1.2 Arrangørkontrakten	5
1.3 Reglement: Skiforbundets Rennreglement for Freestyle og FIS ICR	5
2.0 Før konkurransen	6
2.1 Organisering	6
2.2 Økonomi	7
2.3 Registrering av renn i terminlisten	8
2.4 Hvem kan delta i NOR Freeski Cup, NM og Hovedlandsrennene?	13
2.5 Klasseinndeling	14
2.6 Forsikring	15
2.7 Markedsmateriell	18
3.0 Under konkurransen	19
3.1 Konkurransmateriell	19
3.2 Start- og resultatsystem	19
3.3 Arena og course	19
3.4 Mannskap/funksjonærer	21
3.5 Jury	25
3.6 Kommunikasjon	26
3.7 Løpermøte	26
3.8 Format	26
3.9 Premier og premieseremoni	27

4.0 Etter arrangementet	28
4.1 Rapportere inn engangslisenser for Hovedlandsrennene	28
4.2. Publisere resultatlister på nett	28
4.3 Evaluering av arrangementet.....	28
4.4 Eventuell skadeoppfølging/-rapportering.....	28
4.5 Neste sesong.....	28
5.0 Sjekkliste for arrangement	29
5.1 Før arrangementet.....	29
5.2 Under arrangementet	30
5.3 Etter arrangementet	30
6.0 Nyttige lenker/dokumenter	31
7.0 Vedlegg.....	32
Vedlegg 1: Kanalliste / Sambandskart.....	32
Vedlegg 2: Eksempel på medisinsk plan.....	33

1.0 Generell informasjon

1.1 Hvem kan være arrangør?

Klubber tilsluttet Norges Skiforbund (NSF) kan søke om å arrangere nasjonale konkurranser som NOR Freeski Cup (NC), Norgesmesterskap (NM) og Hovedlandsrennene (HL). Søknadsfristen for kommende sesongs konkurranser er vanligvis i mai samme kalender år. Mer informasjon og søknadsskjema finnes på denne lenken: www.skiforbundet.no/freeski/arrangement/nasjonale_konkurranser/soke-nm-eller-norgescup/

Det er NOR Freeski og Freestylekomitéen som tildeler arrangementene (NC, NM og HL) i mai/juni, og terminlisten offentliggjøres normalt i forbindelse med Skiforbundets vårmøte eller Skiting.

1.2 Arrangørkontrakten

Dersom din klubb får tildelt en konkurranse må dere som arrangør skrive under på en arrangørkontrakt dere får tilsendt av NSF i løpet av sommerhalvåret. Denne kontrakten oppstiller en del forpliktelser fra partene, hvor arrangørens hovedforpliktelse er å organisere, planlegge og gjennomføre arrangementet.

1.3 Reglement: Skiforbundets Rennreglement for Freestyle og FIS ICR

NOR Freeski Cupen, NM og Hovedlandsrennene skal følge Norges Skiforbunds Rennreglement for Freestyle. Samtidig er NOR Freeski Cupen og NM FIS-renn og må dermed også følge FIS sitt regelverk; ICR. Videre skal renn som er FIS-registrert avvikles med TD og dommere som er utdannet og godkjent av FIS.

Skiforbundets Rennreglement for Freestyle:

<https://www.skiforbundet.no/contentassets/24e92c4593324a26a8cc36471b7207d7/rennreglement-freestyle-2022.pdf>

The International Competition Rules Snowboard / Freestyle / Freeski (ICR):

https://assets.fis-ski.com/image/upload/v1672837769/fis-prod/assets/SBFSFK_NEW_ICR_fall_2022_clean.pdf

2.0 Før konkurransen

Etter at din klubb (arrangøren) er tildelt et arrangement etter søknadsprosessen i mai, og terminlisten er forankret i Freestylekomiteen og på vårmøtet, begynner planleggings-prosessen. God planlegging er en avgjørende faktor for et godt arrangement.

2.1 Organisering

Arrangører av alle konkurranser som er terminfestet i NSF's terminliste (unntatt klubbrenn/idrettslagets egne renn) skal oppnevne en organisasjonskomité.

Størrelsen på organisasjonskomiteen må avpasses etter type arrangement, men bør bestå av følgende funksjoner:

- Leder/rennleder
- Nestleder/bakkesjef
- Sekretariat
- Premieansvarlig
- Økonomi/markeds/sponsoransvarlig

Organisasjonskomiteen skal være ansvarlig for koordineringen og tilretteleggelsen av rennarrangementet og alle ikke-renn-tekniske og renntekniske oppgaver i sin helhet. Mer konkret har organisasjonskomiteen ansvar for:

- Innbydelse og annonsering av arrangementet
- Opprette arrangementet i iSonen
- Gunstig hotell/overnattingstilbud til deltakere
- Gunstig pris på heiskort
- Lege eller annen medisinsk bistand avklart med Teknisk Delegert (TD)
- Utarbeide en medisinsk plan (se vedlegg 2 for eksempel på medisinsk plan)
- Arrangørforsikring
- Program (benytte tidsberegningsskjema, se punkt 6.0 Nyttige lenker/dokumenter)
- Premier og premieutdeling
- Andre renntekniske oppgaver

Se punkt 3.4 Mannskap/funksjonærer for nærmere beskrivelse av de ulike rollene under arrangementshelgen.

Skiforbundet koordinerer og oppnevner dommere og TD til NC og NM. Arrangør får beskjed om dette så snart det er på plass og skal i god tid før arrangementet informere om:

- Oppmøtedag og tid
- Overnatting og mat
- Oppmøtetid renndag
- Sende detaljert plan på høsten for bygging av park slik at TD, arrangør og parkbygger kan holde tett og jevnlig dialog

Til Hovedlandsrennene oppnevner arrangør dommere, TD er ikke et krav under Hovedlandsrennene, men anbefales.

2.2 Økonomi

Arrangøren har ansvar for å sikre tilstrekkelig økonomi. Skiforbundet gir et arrangørtilskudd, men utover dette er arrangøren selv ansvarlig for å skaffe økonomiske midler. Videre dekker Skiforbundet lønn til TD og dommere, men arrangør er ansvarlig for å dekke reise, kost og losji for disse.

Startkontingenten er en inntektskilde som følger av arrangementet, men merk at en andel av dette skal gå til skikretsen. Se ellers punkt 2.3 Registrering av renn i terminlisten for startkontingentsatser.



2.3 Registrering av renn i terminlisten

Registrering av skirennnet gjøres av arrangør i iSonen. Der registreres type arrangement, dato, gren, klasser osv. Når alt er lagt inn i iSonen godkjenner NSF rennet før det blir publisert på den offentlige terminlisten på Skiforbundets hjemmeside.

Ingen renn i regi av NSF har som formål å tjene penger, men er å regne som et aktivitetsfremmende tiltak for barn og ungdom. Derfor skal påmeldingskontingenter holdes så lavt at dette ikke blir en hindring for å delta i en konkurranse. Satser for påmeldingskontingenter fastsettes av Skistyret, og ettersom grenene står fritt til å velge en lavere sats, er satsene til nasjonale konkurranser i freeski følgende:

- NOR Freeski Cup: 225 kr
- Norgesmesterskap: 275 kr (225 kr + mesterskapstillegg på 50 kr)
- Hovedlandsrenn: 200 kr (150 kr + mesterskapstillegg på 50 kr)

2.3.1 Hvem oppretter arrangementet?

Det er klubbene selv som oppretter arrangementet sitt. Det gjøres i iSonen, men personen som skal opprette arrangementet må ha funksjonen «arrangementsansvarlig» i skigruppa for den skiklubben de registrer for. Det er funksjonene som bestemmer tilgangen og hvem som kan opprette og gjøre endringer i arrangementene. Lederen i klubben innehar denne rollen som en følge av å være registrert som leder i klubben. Lederen kan tildele andre i klubben disse funksjonene/tilgangene. Dette kan også gjøres i KlubbAdmin ved å administrere/oppdatera hvem som er i styret, med hvilke roller og funksjoner hver enkelt har (gjøres under Organisasjon/Styreverv). Har ikke klubben kunnskap om hvordan dette gjøres kan NIF Digital Support bistå (se punkt 1.3.3 nedenfor).

2.3.2 Hva er «iSonen», «KlubbAdmin» og «MinIdrett»?

«iSonen», «KlubbAdmin» og «MinIdrett» er digitale redskaper for idretten. Dersom dere ønsker at deres arrangement skal promoteres og få påmelding gjennom MinIdrett må arrangementet legges inn via iSonen. Arrangementet havner deretter i Skiforbundets terminliste og i MinIdrett. KlubbAdmin administrerer klubben med deres medlemmer og frivillige.

2.3.3 Kontaktinformasjon NIF Digital Support

NIF Digital Support kan bistå med veiledning av medlemmer og organisasjonsledd i norsk idrett i bruk av IT-systemer og digitale løsninger.

Telefon: 21 02 90 90

E-post: support@idrettsforbundet.no

Hjemmeside: <https://www.idrettsforbundet.no/digital/support/>

2.3.4 Hvordan melder deltakere seg på?

Påmelding gjøres av hver enkelt deltaker i iSonen.

2.3.5 Hvordan setter jeg opp et renn i terminlisten?

Under finner du veiledning til hvordan opprette arrangementer i iSonen. Merk at man kun har tilganger på sitt nivå (klubb/krets). Arrangementene man oppretter blir autolagret underveis, og man finner tilbake til de under «kladd».

1. Arrangementstype: Velg terminfestet arrangement (kun arrangementsansvarlig i klubb som har denne tilgangen).
2. Arrangør: Velg «gruppen» som skal arrangere (ikke klubb).
3. Sport/gren: Velg «Freeski».
4. Stevnetype: Velg «internasjonalt» ved NC/NM og «Landsrenn» ved HL.

5. Klikk «Opprett».
6. Navn på arrangementet: «NOR Freeski Cup ØVELSE – STED»/ «NOR Freeski Cup Slopestyle – Geilo».
7. Beskrivelse: Legg inn nødvendig informasjon om arrangementet.
 - F.eks. informasjon om overnatting, heiskort, parkering etc.
8. Maks antall deltakere: Huk av for «Grense» og sett maks antall deltakere på øvelsen (dette punktet gjelder taket på hele konkurransen).

Deltakerbegrensningen er:

 - NOR Freeski Cup:
 - 80 Slopestyle
 - 90 Big air
 - Norgesmesterskap
 - 90 Slopestyle
 - 100 Big air
 - Hovedlandsrenn
 - Ingen begrensning
9. Arrangørvilkår: Kan legges inn hvis arrangør har noen vilkår deltakerne må godkjenne.
10. Legg til eventuell tilleggsinformasjon.
11. Hvem kan delta: Velg «Alle under Norges Skiforbund».
12. Ingen «medlemspris» på øvelser.
13. Lenke til innmelding: Velg «NIF sitt innmeldingssystem».
14. Legg til sted og anlegg. Eventuell lenke til livestream kan også legges inn her.

15. Velg start- og sluttdato, samt tidspunkt for arrangementet.
16. Velg påmeldingsstart: Velg «egendefinert påmeldingsstart» og sett påmeldingsstart til 01. januar.
17. Velg påmeldingsfrist: Velg «egendefinert påmeldingsfrist» og sett påmeldingsfrist onsdagen i forkant av arrangementshelgen kl. 23.59 for NC/HL og tirsdag i forkant av arrangementshelgen kl. 23.59 for NM, dvs. henholdsvis tre dager før konkurransestart.
18. Legg inn kontaktinformasjon og funksjonærroller.
19. Velg ønsket informasjon fra deltakere: Huk av for navn, e-post, klubb, fødselsdato, mobil, kjønn og kontaktperson.
20. Velg «Vis deltakerliste».
21. Slå av e-post til arrangør og «av» på tidtakerbrikke.
22. Legg ved eventuelle bilder/dokumenter dere ønsker. **NB!** Husk ingen konkurrerende sponsorer av NSF Freeski på disse bildene!
23. Øvelser: Velg «opprett offisiell øvelse»
 - → «Freeski» → Øvelse (BA eller SS) → Klasse: Huk av for «Junior jenter + gutter» og «Senior damer + herrer» på NC / NM. Huk av for «Yngre junior jenter + gutter» på HL.
 - Sett pris for deltakelse:
 - NOR Freeski Cup: 225 kr
 - Norgesmesterskap: 275 kr (225 + 50 kr i mesterskapstillegg)
 - Hovedlandsrenn: 200 kr (150 kr + 50 kr)
 - Se oversikt over startkontingentsatser under alpine grener her:
<https://www.skiforbundet.no/contentassets/230626bb393340f7bdf01119e3032e24/startkontingent-og-deltakeravgift-10.11.2022-ny-logo-24.pdf>
Startkontingentsatsene kan oppdateres av Skistyret.
 - Sett tidspunkt for konkurransen
 - La maks antall deltakere på øvelsen stå på «ingen begrensning».

- Legg inn eventuelle spørsmål til deltakere.
- Klikk «opprett øvelse».

24. Varer og tjenester: Her legges det til hvis det f.eks. skal arrangeres middag som man ønsker påmelding til.

25. Betalingsmåte: Legg til riktig konto og velg «ikke tillat faktura».

26. Velg «se over og publiser».

27. Se over at alt stemmer og velg deretter «send til godkjenning».



2.4 Hvem kan delta i NC, NM og HL?

NOR Freeski Cup og Norgesmesterskap (alle må være oppfylt):

- Utøvere fra det kalenderåret utøveren fyller 14 år
- Utøvere som er medlem i en klubb tilsluttet Norges Skiforbund
- Utøvere som har meldt seg inn i FIS:
www.skiforbundet.no/freeski/for-utovere2/fis-registrering-og-paamelding/
- Utøvere som har årslisens freestyle/freeski eller alpint (se punkt 2.6.1 Årslisens)

Hovedlandsrennene (alle må være oppfylt):

- Utøvere som fyller 13 eller 14 år i inneværende sesong/kalenderår
- Utøvere som er medlem i en klubb tilsluttet Norges Skiforbund
- Utøvere som har kjøpt engangslisens eller årslisens freestyle/freeski eller alpint*

Alder er den alder man fyller i det kalenderår som skisesongen (01.05-30.04) avsluttes uansett når i kalenderåret (01.01-31.12) man fyller år. Alder gjelder fra sesongstart, altså også renn som ligger i det kalenderår sesongen starter. Se oversikt over klasseinndeling i nasjonale konkurranser her:
https://www.skiforbundet.no/freeski/arrangement/nasjonale_konkurranser/aldersklasser/

**Har man ikke fylt 13 år innen konkurransedagen er man dekket av NIF sin barneidrettsforsikring og trenger ikke engangslisens eller årslisens.*

2.5 Klasseinndeling

Klasse	Aldersgruppe	Kommentar
Yngre junior (U14)	13 t.o.m. 14 år	Yngre junior (HL gutter og HL jenter) er klassene som benyttes under Hovedlandsrennene.
Junior	14 t.o.m. 17 år	Junior og senior er klassene som benyttes i NOR Freeski Cupen og NM. Deltakerne konkurrerer mot hverandre på tvers av klassene under konkurransen pga. FIS sitt regelverk, men klassene splittes på den offisielle resultatlisten for NOR Freeski Cupen og NM. Samlet resultatliste med alle deltakere av samme kjønn sendes til FIS, og FIS-poeng fordeles samlet til junior og senior ettersom at FIS ikke skiller på alder.
Senior	F.o.m. 18 år	

2.6 Forsikring

Alle som skal delta på terminfestede skirenn i Norge må fra den dagen de fyller 13 år ha skilisens for å kunne starte, enten årslisens eller engangslisens. Alle barn under 13 år (dvs. ikke fylt 13 år enda) som er medlem av en klubb/lag tilsluttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF) eller som deltar i organisert aktivitet i klubbens/lagets regi er forsikret gjennom Gjensidige barneidrettsforsikring. Barneidrettsforsikringen kan du lese mer om her: www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/forsikring/.

Du må være medlem i et idrettslag tilsluttet Norges Skiforbund for å kunne kjøpe årslisens. Engangslisens betales normalt til arrangør ved påmelding, og arrangørene kjøper deretter engangslisenser (se punkt 2.6.2).

På NOR Freeski Cup og NM er det krav om å ha årslisens, dette på grunn av FIS sitt regelverk. Engangslisens kan benyttes i Hovedlandsrennene.

2.6.1 Årslisens

Utøvere som har hatt årslisens (freestyle/freeski) tidligere vil finne betalingsinformasjon på sin side på www.minidrett.no for årslisensen for inneværende sesong. Årslisens for hver sesong varer fra 1. oktober til 30. september.

Skilisensen er en idrettsskedeforsikring som gjelder på terminfestede skirenn, årslisensen gjelder også som forsikring på trening. Skal du konkurrere i flere skirenn som står i vår terminliste, anbefaler NSF årslisens. For å kunne kjøpe årslisens må du være medlem i en klubb tilsluttet Norges Skiforbund.

Er det første gang en utøver skal ha årslisens må klubben til utøveren kontaktes. Klubben legger deretter opp årslisens til betaling på utøverens side på www.minidrett.no og utøveren betaler deretter for årslisensen utøveren ønsker (for freeski er det årslisens freestyle/freeski som gjelder, evt. alpint).

2.6.2 Engangslisens

Engangslisensen er for løpere som ikke har årslisens. Den kjøpes for ett arrangement av gangen, og gjelder kun under det aktuelle arrangement.

Engangslisens kjøpes via Vipps eller direkte av arrangør. Engangslisensen er priset likt for alle skigrener. Forsikringsdekningen tilsvarer nesten grunnforsikringen for årslisensen.

For løpere 13-25 år koster engangslisensen kr 63.

For løpere som er 26 år og eldre koster engangslisensen kr 165.

Dersom engangslisens kjøpes direkte av arrangør, må arrangør rapportere og innbetale engangslisens via NSFShop.no. Ved kjøp av engangslisenser via NSF sin Vipps trenger ikke arrangør foreta seg noe. Det er imidlertid viktig å sjekke at alle deltakere som må ha engangslisens har kjøpt dette, det kan for eksempel sjekkes ved utdeling av BIB.

Arrangementer med mer enn 250 deltakere som har betalt engangslisens til arrangøren, skal ikke benytte rapporterings- og betalingsordningen i NSFShop. Dere sender en e-post til skilisens@skiforbundet.no med rennets navn, arrangør, kontaktperson med kontaktinformasjon og beløpet som er betalt fordelt på de ulike lisens-kategoriene. I tillegg vedlegges oversikt eksempelvis i Excel format over deltakere som har betalt engangslisens med e-posten. Vedlegget skal inneholde navn, kontaktinformasjon (helst e-post), alder/fødselsdato og type engangslisens. Det skal betales til kontonummer 1644.15.97138.

Mer info om skilisens:

<https://www.skiforbundet.no/fagportal/skilisens>

<https://www.skiforbundet.no/fagportal/skilisens/arrangorinformasjon/>

Mer info om rapportering for arrangører: <https://www.nsfshop.no/skilisens>

Ved spørsmål om skilisens, ta kontakt med skilisens@skiforbundet.no.

2.6.3 Arrangørforsikring

Hver arrangør må tegne en forsikring for sitt arrangement. Mange klubber har dette i sin klubbforsikring, men dette må sjekkes opp før konkurransedagen.

En arrangør kan gjøre avtale om en kortidsforsikring i forbindelse med et bestemt arrangement. Når en har flere arrangement i løpet av et år, vil det lønne seg å tegne en løpende årsforsikring på et fast antall medhjelpere. Medhjelpere på forskjellige arrangement må registreres.

Både Gjensidige, Idrettens helsesenter og If tilbyr klubbforsikringer. Det kan du lese mer om nederst på denne siden

www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/forsikring/.



2.7 Markedsmateriell

Skiforbundet oppretter et facebook-event for hvert arrangement i NOR Freeski Cupen, NM og Hovedlandsrennene med NOR Freeski branding. Dette er hovedinformasjonskanalen mot utøvere og publikum. Tid, sted og informasjon om påmelding finnes her. Arrangør har tilgang til eventet og legger ut informasjon om:

- Detaljert rennprogram (se eksempel nedenfor, her bistår Skiforbundet)
- Treningsdag
- Overnattingstilbud og info om heiskort
- Format på konkurransen(e)
- Startlister (bistand fra Skiforbundet)
- Eventuelle utsettelse eller endringer i program
- Link til live resultater (bistand fra Skiforbundet)
- Offisielle resultatlister umiddelbart etter arrangement (bistand fra Skiforbundet)

I tillegg bør det alltid ligge oppdatert informasjon om arrangementet i terminlisten.



PROGRAM	
Fredag	
Uoffisiell trening	16:00-20:00
Lørdag	
Henting av BIB	08:00-10:00
Løpermøte	08:30-08:45
Trening	08:45-10:00
Shaping	10:00-10:15
Kvalik Heat 1	10:15-10:40
Shaping	10:40-10:50
Hot-laps Heat 2	10:50-11:00
Kvalik Heat 2	11:00-11:40
Shaping	11:40-11:50
Hot-laps Heat 3	11:50-12:00
Kvalik Heat 3	12:00-12:40
Shaping	12:40-13:00
Hot-laps Finaler jenter	13:00-13:15
Finaler jenter	13:15-13:35
Hot-laps Finaler gutter	13:35-13:50
Finaler gutter	13:50-14:30
Premieseremoni	14:30-15:00

3.0 Under konkurransen

3.1 Konkurransemateriell

NSF Freeski stiller med walkietalkier, start- og resultatsystem (se neste punkt), NOR Freeski branding (beachflags, bannere), nettbrett og BIBs (startnummer). Dersom det er behov for utstyr utover dette bør NSF kontaktes på forhånd for å høre om det er muligheter for å låne annet utstyr.

3.2 Start- og resultatsystem

Skiforbundet stiller med start- og resultatsystem. Per sesongen 2023/2024 benyttes det et system som er laget i google sheets. Skiforbundets representant gir sekretariatet nødvendig opplæring i forkant av arrangementet, enten via teams eller fysisk dagen før arrangementet.

Skiforbundets representant gjør klar startlister i forkant av rennet og publiserer offisielle resultater på Skiforbundets hjemmeside i etterkant. Arrangørens sekretariat deler ut BIBs og legger inn scores fra dommerne på konkurransedagen. Systemet tilbyr livescores direkte ut til deltakere og publikum, Skiforbundets representant klargjør og publiserer lenke i Facebook-eventet.

3.3 Arena og course

Det er viktig at arenaen er klar i god tid før arrangementsstart. Selve konkurransecoursen **må** være klar til uoffisiell og offisiell trening starter. Coursen skal senest være klar dagen før, men helst minimum en uke i forveien slik at den kan bli testet og eventuelt utbedret. Husk å ta høyde for at værforhold kan påvirke fart inn på hopp, her kan TD bistå med kunnskap.

www.snowpark.no gir en grundig beskrivelse av hvordan en snowpark skal designes, og elementer skal bygges.

3.3.1 Slopestyle

I følge ICR skal en slopestyle-course ha minimum tre elementer: et hopp og to rails. I nasjonale konkurranser praktiserer vi imidlertid at en slopestyle-course skal ha fire elementer; to hopp og to rails/bokser. Det skal tilrettelegges for at utøverne kan velge forskjellige linjer med ulik vanskelighetsgrad; minimum to rail-linjer. Run tid bør være på maks 40 sekunder (eksklusiv dømming). Avvik fra dette kan avtales i samråd med TD, hoveddommer og/eller NSF.

Under konkurransen bør ekstra mannskap med river plasseres ved hvert element i løypen for å jevne ut hvis det oppstår skader på noen av elementene. Dette er spesielt viktig ved in run og landing. Bilder av course med plassering av dommerpanel sendes hoveddommer og TD i forkant av teknisk møte.

Markering av løypa gjøres med blå farge for at utøvere enklere skal se landingen og hvor de skal kjøre. Dette er spesielt viktig ved flatt lys. Forholdene avgjør i hvor stor grad det skal merkes; hopp, landinger, kickere osv. I løpet av et renn må ny farge legges på da dette blir slitt bort.

Se ICR 3102.3 for kriterier for en slopestyle-course:

https://assets.fis-ski.com/image/upload/v1672837769/fis-prod/assets/SBFSFK_NEW_ICR_fall_2022_clean.pdf

3.3.2 Big air

Big air konkurranser arrangeres ideelt sett der det finnes gode etablerte hopp, med valgmuligheter når det gjelder vanskelighetsgrad på hoppene. I NC/NM kan gjerne et av hoppene ha svart vanskelighetsgrad. Elliptisk hopp er ønskelig. Landinger bør ha mellom 30 og 40 grader helling. Ideelt sett skal hopp og landing ha ca. samme vinkel, denne vinkelen bør ikke avvike med mer enn 3 grader. Se www.snowpark.no for illustrasjoner og retningslinjer for design og bygging av hopp. Markering av løype og landing i big air gjøres med blå farge for at utøvere enklere skal se landingen og hvor de skal kjøre. Dette er spesielt viktig ved flatt lys. I løpet av et renn må ny farge legges på da dette blir slitt bort. Annen farge på markering kan benyttes, men blått fungerer godt.

Se ICR 3102.4 for kriterier for en big air-course:

https://assets.fis-ski.com/image/upload/v1672837769/fis-prod/assets/SBFSFK_NEW_ICR_fall_2022_clean.pdf

3.3.3 Markeringer og sikkerhet

I Parkmanualen, under «Sikringstiltak», kan du lese mer om merking og sikring av elementer.

www.snowpark.no/ansvar-og-sikkerhet/

3.4 Mannskap/funksjonærer

Under selve arrangementet er det en rekke sentrale roller som må fylles og være på plass til rennstart. Funksjonærer og frivillige legger ned mye arbeid i arrangementene. Det kan bli lange og kalde dager, så husk å gi mulighet for avveksling slik at de får varmet seg og får i seg mat og drikke. Det kan være lurt å ha en ansvarlig for å bistå andre frivillige med organisere/transportere mat og drikke, for eksempel til dommerne som oppholder seg i kursen hele dagen. Se anbefalt antall funksjonærer i parentes ved hvert punkt under.

3.4.1 Rennleder (1)

- Har ansvar for rennet
- Passe på at øvrig mannskap gjør jobben sin og har det bra
- Vite hva som står i reglementet
- Sitte i juryen

3.4.2 Bakkesjef (1)

- Har ansvar for bakken (bygge og vedlikeholde)
- Tett kommunikasjon med sjåfør av tråkkemaskin og ellers andre som deltar i bygging av kursen
- Klargjøre course for trening/renn
- Sikre bakken for trening/renn (netting osv.)
- Lage plass til dommere (ønskelig med samlet dommerpanel)
- Ansvarlig for shape-crew i forbindelse med vedlikehold av bakken under renn.
- Ansvarlig for kulevakter i de tilfeller hvor dommerne ikke ser landingen

- Passe på at de andre som jobber i bakken gjør jobben sin og har det bra
- Oversikt over sitt ansvarsområde
- Alle oppgaver med anlegg og sikring

3.4.3 Shapere (2-8)

- Ansvarlig for at elementene er i best mulig shape før og underveis i konkurransen
- Én stk shaper per element (2 stk for big air) som er stand by under konkurransen
- Har kommunikasjon og ledes av bakkesjef
- Fornuftig å planlegge når det skal shapes i forkant av konkurransen

3.4.4 Startere (2)

- Ansvar for start og om course er åpen eller stengt (viktig mtp sikkerheten) samt klart for utøver eller ikke i konkurransesituasjon
- Kommunikasjon med hoveddommer og bakkesjef ift punktet over, samt rennleder om tidsskjema og annet konkurranserelatert.
- Må oppholde seg på start under hele treningen og rennet
- Ansvar for at starting skjer iht. regelverket
- Rapporterer til dommer og fører protokoll over løpere som ikke møter til start eller kommer for sent, og over løpere som starter feil, samt andre uregelmessigheter på start innbefattet regelbrudd vedrørende utstyr
- Ansvar for bemanning på start, og lære opp en annen starter ved behov for avveksling

3.4.5 Sekretariat/rennkontor (2-4)

- Ansvar for rennkontoret med utdeling og innlevering av BIBs
- Se til at alle får den informasjonen de trenger før, under og etter rennet
- Administrere påmeldinger som man henter ut fra NSF sine sider
- Dette punktet gjelder for HL, for NC/NM åpnes det ikke for etteranmeldinger. På renndagen vil det normalt kunne komme etteranmeldte

løpere som ønsker å delta. På forhånd bør det settes en tidsfrist for påmelding og et evt. straffegebyr hvis påmelding kommer etter gitt tidsfrist. Det er opp til arrangøren om de godtar etteranmeldinger.

- Registrere dommeravgjørelser som kommer inn fortløpende under et renn.
- Sekretariatet må ha en bærbar PC tilgjengelig og direkte kontakt med hoveddommer under rennet. Viktig at det er tilgang til internett og strøm for PC og radio kommunikasjon-walkie talkies med back up løsninger under rennet.
- Distribudere resultater etter rennet (bistand fra NSF)

3.4.6 Teknisk Delegert (1)

- NSF oppnevner TD til NOR Freeski Cupen og NM
- TD er FIS og NSFs «forlengede arm» og skal primært se til at reglementene følges og at konkurransen arrangeres på en rettferdig måte, men også være en støttespiller for arrangøren
- TD sender mail/tar kontakt med arrangøren i god tid før arrangementshelgen
- TD skal i god tid på forhånd få tilsendt alle opplysninger av interesse som:
 - Detaljert plan for bygging av park på høsten slik at TD, arrangør og parkbygger kan holde tett og jevnlig dialog fram til konkurransedagen
 - Alle offisielle informasjon, program etc.
 - Status på forhold og anlegg/park/løype
 - Forsikringsavtale til arrangørklubb
 - Medisinsk plan for konkurransen
- Godkjenningssdokumenter (homologeringspapirer/sertifikater) og ansvarsforsikring forevises TD. TD skal i tillegg til å kontrollere i h.h.t. TDs sjekkliste også påse at reklamebestemmelser ikke brytes (se NSFs Fellerreglementpkt 207)
- TD, rennleder og bakkesjef må alltid møtes før første offisielle trening for å besiktige bakkene/løypene
- TD er formann i juryen

3.4.7 Medic (1-2)

- Avgjøres i samråd med TD
- Det er et krav om at medisinsk personell skal være tilstede under både offisiell trening og konkurranse, på både NOR Freeski Cupen og Norgesmesterskap
 - Course er **ikke** klar før medic er på plass
- Opprette og holde tett kontakt med skipatrulje og skisenterets medisinske personell under arrangement

3.4.8 Dommere (3-4)

- NSF oppnevner dommere til NC og NM med FIS C-lisenskurs
- Hoveddommer sitter i juryen
- Dommerpanelet bør sitte samlet dersom siktforhold tillater det
- Kamera kan vurderes for å dømme landing
- Må ha kontakt med sekretariatet/rennkontoret under hele rennet
 - Anbefales å bruke felles whatsapp gruppe (e.l.) for å unngå misforståelse av scores når det formidles fra dommere til rennkontor
- Speaker bør være blant de første til å få vite scores fra dommerne slik at speaker kan kommunisere videre til publikum og deltakere

3.4.9 Arenaproduksjon (2-10)

- Produksjon av lyd/lys i arena
- Skape en best mulig opplevelse av konkurransen for publikum
- Se til at det er informasjonsflyt: program, eventuelle endringer, resultater, premieseremoni m.m.
- Samkjøre speaker og musikk
 - Speaker bør være en som kan triksene
- Ansvar for eventuell streaming

3.4.10 Rennkoordinator

- Arrangementsansvarlig i NSF Freeski
- Sikre at konkurransene blir gjennomført på en rettferdig, trygg og god måte etter de forholdene som råder

3.5 Jury

Juryen består av:

- Teknisk delegert
- Hoveddommer
- Rennleder
- Rennkoordinator

Juryen er ansvarlig for at rennet og den offisielle trening gjennomføres etter NSF's rennreglement. Oppgaver er blant annet inspeksjon av løypa og behandling av diskvalifikasjoner og protester. Juryen har rett til å annullere, avbryte eller utsette et renn, forlenge eller forkorte startintervallene eller avkorte løypa hvis snøforholdene eller andre forhold gjør dette nødvendig.



3.6 Kommunikasjon

Kommunikasjon blant de ulike funksjonene er viktig under arrangement.

Arrangørstaben er avhengig av å bruke samband for å ha kontakt og holde flyten i arrangementet. Det bør utarbeides sambandkart som viser oversikten over hvem som er på de ulike kanalene.

Det er viktig at rennleder, starter, sekretariat, hoveddommer og medic har en frekvens. Funksjonene i løypa kan ha en annen frekvens; rennleder, starter, skliere/shapere, sikkerhet.

Samband/walkie-takies kan lånes av NSF.

Se forslag til sambandskart vedlegg 1.

3.7 Løpermøte

Løpermøtet avholdes digitalt på Zoom kl. 20:00 kvelden før renndagen og ledes av rennleder og hoveddommer. På løpermøtet informeres utøverne om konkurransens program, vær og føre, heat m.m. Det utnevnes en utøverrepresentant og en trenerrepresentant som kan komme med tilbakemeldinger til juryen. Hoveddommer tar i tillegg en kjapp gjennomgang og oppsummering før start på renndagen.

3.8 Format

Det har de siste årene vært testet ut ulike versjoner av formater i big air og slopestyle. På denne lenken vil det til en hver tid ligge oppdatert informasjon om gjeldende format for NOR Freeski Cupen og Norgesmesterskapene:

www.skiforbundet.no/freeski/arrangement/nasjonale_konkurranser/format-nor-freeski-cup-og-nm/

På denne lenken ligger det oppdatert informasjon om format for Hovedlandsrennene:

www.skiforbundet.no/freeski/arrangement/hovedlandsrennene/

3.9 Premier og premieseremoni

Arrangør er ansvarlig for å skaffe premier. Det bør være en ansvarlig for premier og premieseremoni som lager en plan for hvor og hvordan premieutdelingen skal foregå, samt rigge klart til seremoni. Premieutdelingen foregår etter at alle klasser har kjørt ferdig sine renn. Premiepall skal da være ferdig rigget og speaker leser opp plasseringene etter resultatlister fra sekretariat.

Ved Norgesmesterskap og Hovedlandsrenn sørger NSF i tillegg for medalje til de tre beste i hver klasse. I mesterskap er det 1/3 premiering.

Se ellers punkt «219.8 Premiering og klasser» i Norges Skiforbunds Fellesreglement.

Ved TV-sendte renn skal det være blomsterseremoni. Dette foregår umiddelbart etter rennslutt, i paddock. Det er de eller den fra Skiforbundet av høyest rang som skal dele ut blomstene. Som oftest er dette Skipresident eller leder av Freestylekomitéen. Speaker skal da introdusere hvem som deler ut blomster og rope opp topp tre beste i hver klasse.



4.0 Etter arrangementet

4.1 Rapportere inn engangslisenser for HL

Arrangør rapporterer inn engangslisenser ihht. beskrivelsen under punkt 2.6.2.

4.2. Publisere resultatlister på nett

Når konkurransen avsluttes skal resultater publiseres på nett, på Skiforbundets hjemmeside og eventuelt i sosiale medier (facebook-arrangementet). Dette bistår arrangementsansvarlig i NSF med.

4.3 Evaluering av arrangementet

Arrangøren bør gjennomføre en evaluering i etterkant av arrangementet, for eksempel dagen etterpå. Her bør det skrives et kort referat og viktige erfaringer bør skrives ned og tas vare på til neste arrangement.

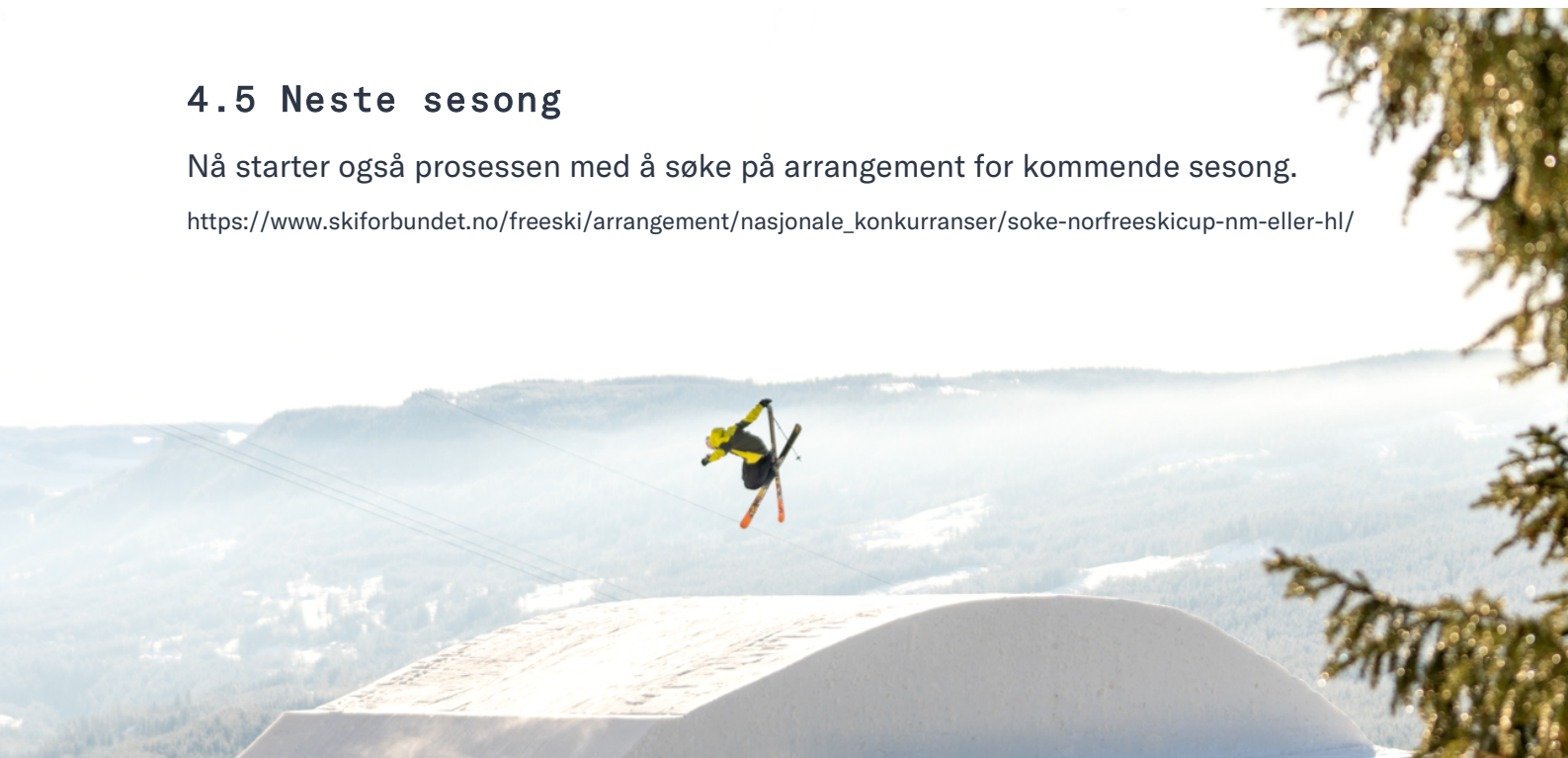
4.4 Eventuell skadeoppfølging/-rapportering

Det kan ha oppstått skader, TD i samarbeid med arrangøren bør følge opp disse og se til at den skadede får den hjelpen som trengs. TD rapporter inn til FIS. Det er også fint om arrangøren og NOR Freeski videreformidler informasjon om årslisensen/engangslisensen den skadede har slik at videre hjelp og rehabilitering kan støttes av denne lisensen.

4.5 Neste sesong

Nå starter også prosessen med å søke på arrangement for kommende sesong.

https://www.skiforbundet.no/freeski/arrangement/nasjonale_konkurranser/soke-norfreeskicup-nm-eller-hl/



5.0 Sjekkliste for arrangement

5.1 Før arrangementet

- Søknad
 - Søknadsfrist i april/mai hvert år
 - Involver anleggseier i søknad
- Tildeling
 - Normalt mai/juni måned hvert år i forbindelse med NSF vårmøte
- Planlegging
 - Inngå avtale med skianlegget angående gjennomføring av arrangementet
 - Forsikring
 - Invitasjon og påmelding; gjerne inkl. tilbud på heiskort og overnatting
 - Arrangør, anleggseier, NOR Freeski, hoveddommer og TD anbefales å avholde et teknisk møte for å planlegge kursen og arrangementshelgen
 - Medisinsk plan
 - Skaffe nok funksjonærer og frivillige og danne en organisasjon
 - Dommere og TD – bistand fra NSF
 - Konkurransformat og organisering
 - Kartlegge utstysbehov for gjennomføringen
 - Rennprogram
- Bygging av course
 - Ferdigstilt senest dagen før, men helst minimum en uke i forveien slik at den kan bli testet og eventuelt utbedret
 - Slopestyle
 - Nasjonal standard er minimum fire elementer: to hopp, to bokser/rails
 - Minimum to linjer å velge mellom
 - Maks run tid: 40 sek (eksklusiv dømning)
 - Big Air
 - Ideelt sett ulik vanskelighetsgrad på hoppene.

- Landinger bør ha mellom 30 og 40 grader helling
- Hopp og landing skal ha ca. samme vinkel, vinkelen bør ikke avvike med mer enn 3 grader
- Løype og landing må markeres (helst blått)

5.2 Under arrangementet

- Det skal alltid tilrettelegges for trening minst en dag i forkant
- Løpermøte
- God kontroll på tidsplan
 - Øker kvaliteten på arrangementet
 - Reduserer ventetid på start for utøver
- Lyd og speakertjeneste
 - Musikk på arena skaper stemning
 - Speaker bør kjenne miljøet og kunne holde skravla gående
- Sikkerhet (hotlaps, shaping, markering, vind og føre, TDs rolle)
- Informasjon- og kommunikasjonsflyt
- Resultatservice
 - Alltid livescore (NOR Freeski bistår på nasjonale renn)
 - Score kan annonseres av speaker umiddelbart (uoffisiell)
- Restitusjon / ventetid
 - Tilgang på sitteplass, fortrinnsvis inne
 - Matservering (gratis eller for salg) skaper en bra ramme
- Premieutdeling

5.3 Etter arrangementet

- Publisere resultater på nettsider (NSF)
- Skadeoppfølging/-rapportering (TD)
- Oppsummering/evaluering
 - Hva var bra/dårlig?
 - Hva har vi lært?

6.0 Nyttige lenker/dokumenter

På denne lenken www.skiforbundet.no/freeski/arrangement/nasjonale_konkurranser/soke-nm-eller-norgescup finnes:

- Søknadsskjema for NOR Freeski Cupen, NM og HL

På denne lenken <https://www.skiforbundet.no/freeski/arrangement/dokumenter/> finnes følgende nyttige dokumenter:

- Eksempel på start- og resultatsystem
- Steno-ark til SS og BA
- Tidsberegningsskjema i Excel

På denne lenken <https://www.skiforbundet.no/norges-skiforbund/felles-lover-og-regler/grenregler3> finnes:

- Skiforbundet sitt fellesreglement og freestyle sitt grenreglement
- Aldersklasser for de ulike grenene

På denne lenken <https://www.fis-ski.com/en/inside-fis/document-library/freestyle-freeski-documents> finnes:

- International Competition Rules Snowboard / Freestyle / Freeski (ICR)

På denne lenken <https://www.skiforbundet.no/contentassets/230626bb393340f7bdf01119e3032e24/startkontingent-og-deltakeravgift-10.11.2022-ny-logo-24.pdf> finnes:

- Satser for startkontingent og deltakeravgift, vedtatt av Skistyret juni 2019

På denne lenken www.snowpark.no finnes:

- Parkmanualen: en veileder for planlegging og bygging av freeskipark i alpinanlegg

7.0 Vedlegg

Vedlegg 1: Kanalliste / Sambandskart

Kanalliste											
Kanal 1	Rennledelse/jury		Kanal 2	Arr. Ledelse		Kanal 3	Dommer		Kanal 4	Medieproduksjon	
	Frekvens:			Frekvens:			Frekvens:			Frekvens:	
Antall	Rolle	Radionr.	Antall	Rolle	Radionr.	Antall	Rolle	Radionr.	Antall	Rolle	Radionr.
1	Rennleder		1	Bakkesjef		1	Hoveddommer		1	Produsent	
1	Hoveddommer		7	Bakkemannskap		2	Spotter		6	Kamera	
1	Starter		1	Rennleder							
1	Bakkesjef		1	Trafikk og orden							
1	TD		1	Sekretariat							
1	Sekretariat		1	Produsent							
1	Speaker										
1	Lege										
1	Medic										
1	Produsent										

Merk: Dersom det blir behov kan det avtales at noen går over til andre kanaler, for eksempel hvis det er behov for jurymøte eller en ulykke skjer. Arrangør kan også velge å ha alle på samme kanal, for eksempel hvis det ikke er nok walkietalkier eller det er et lite arrangement hvor man ikke ser behovet for flere kanaler.

Vedlegg 2: Eksempel på medisinsk plan



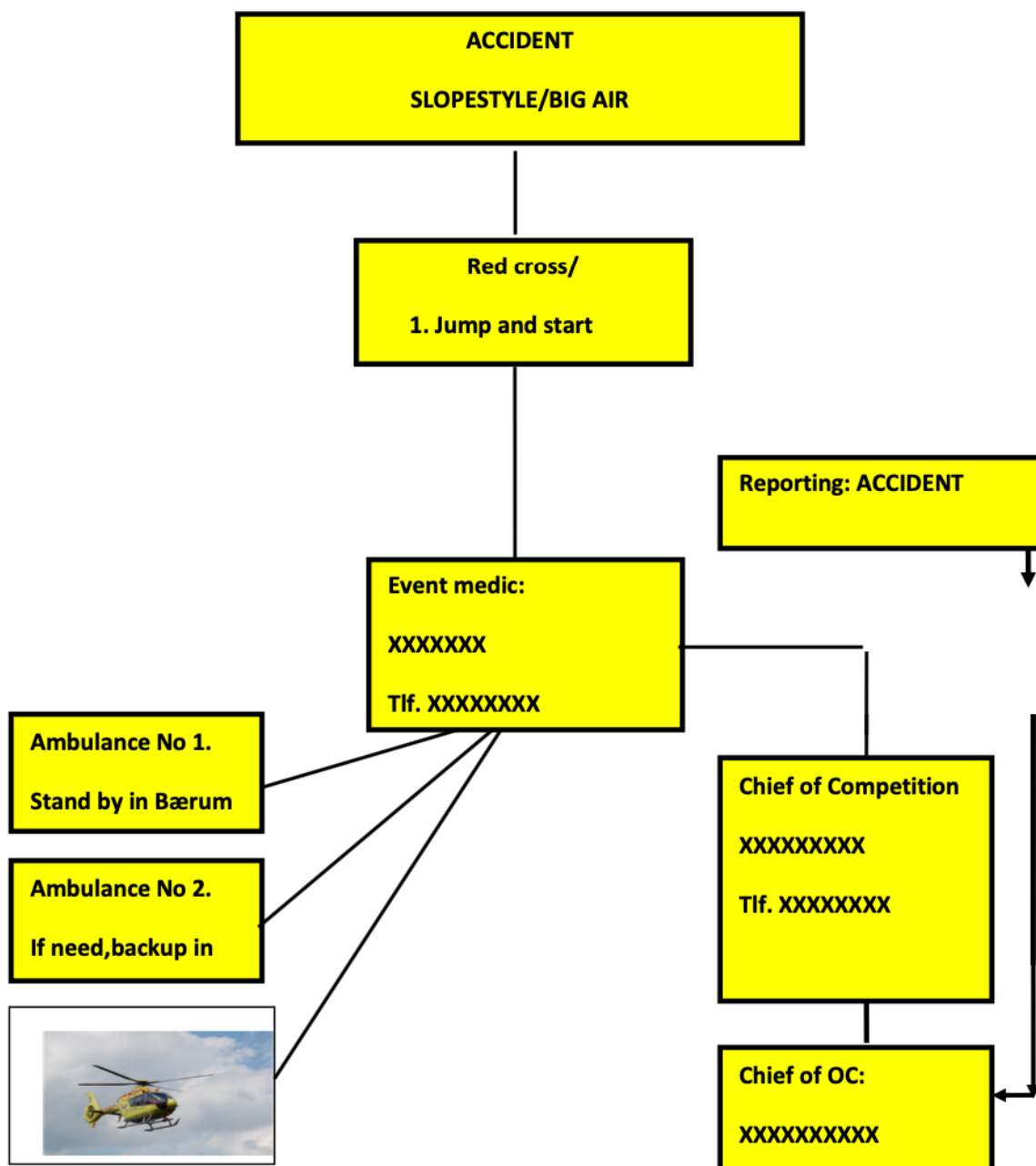
MEDICAL PLAN

**SCHEDULE FIS FREESTYLE SKI NC KIRKERUD
SLOPESTYLE**

KIRKERUD
09. FEBRUAR 2020

Org. Medical map

Accident and Evacuation



Medical Coordinator

XXXXXXXXXX

Phone: +47 XXXXXXXXX

Equipment and crew according
to Norwegian standards.

Event medical

XXXXXXXXXX

Phone: +47 XXXXXXXXX

Equipment and crew according
to Norwegian standards

Trauma team

Emergency Physician rescuer

Air ambulance team: In standby

Air ambulance doctor and rescue man

RC Skipatrol

Members of Red Cross

HOSPITALS

Local Hospital: Bærum Sykehus/legevakt

Level 1 Trauma center

Phone: 03525

Address: Sogneprest Munthe-kaas vei 100
1346 Gjøttum

Phone: 06780

EMERGENCY NR: 113

Trauma team/ Surgery 24 h

X-Ray/ 24 h

10 minutes from Kirkerud skisenter



AIR AMBULANCE



Standby
On request

Sign.

Norwegian skifederation

OC – Bærum Skiklubb
