

Nettverksmøte Alpint

Sted: Bryn

Tid: 8.okt 2025 kl. 18-20

Møteleder(e): Vårinn Rein Trustrup og Tove Andersen

varinnrein.trustrup@skiforbundet.no / tove.andersen@skiforbundet.no

Introduksjon

Til stede (vedlegg s. 8)

Agenda

- Klubbguiden
- Aktivitetsbank
- Ukas Økt (NÅ: Inspirasjonsøkta)
- Utstyrlån (tilhenger)
- Rekruttering
- U12-16 samlingen
- Rekruttering til renn

Info fra skiklubbutviklere

Klubbguide: <https://www.skiforbundet.no/om/rekruttering/klubbutvikling/>

Ukas økt er nå «Inspirasjonsøkta»

- Er økter i alle skikgrene som Skiklubbutvikler og NSFgren lager som tips til trenere, øktene lages tilpasset sesong
- Skiklubbutviklerene ønsker forslag på økter som alpint vil ha filmet (vi kommer gjerne ut i klubb og filmer)
- <https://www.skiforbundet.no/om/rekruttering/ukas-okt/>

- Aktivitetsplanleggeren / Øktbank (vinter og barmark med filmer):
<https://aktivitetsplanlegger.no/>

- Hefter som ligger i PDF på nettside:
 - Barmark: [Hefte Barmark](#)
 - Vinter: [Hefte Vinter](#)
 - Rollerblades: [Hefte Asfalt](#)

Henger og utstyr

- Oslo skikrets:
 - Oversikt utstyr og kontrakt lån ligger nettside Skikretsen gå inn på “om” og klikk på: Lån av utstyr
 - Link: [Om](#)
- Akershus:
 - [Gratis lån av utstyrshenger](#)

Ta kontakt med skiklubbutvikler for lån av henger og/eller utstyr.

Minst 1 uke i forveien av lån.

Egen kontrakt signeres for lån av tilhenger og evt utstyr.

Rekruttering

Det er ytret et ønske om en liste/dreiebok/håndbok som viser generelle tips for klubber om tips, erfaringer og råd når det gjelder rekruttering på ulike felt. (Skiklubbutviklere jobber med å samle all nyttig erfaring fra alle grener i dette tem)

- I dette møtet ble det diskutert ulike tema som:
 - Anlegg
 - Økonomiske barrierer
 - Hvordan få inn nye utøvere
 - Litt om hvordan beholde de man allerede har – dette er ønskelig å ta videre også inn i møtet til våren.

Anlegg

- Hva med de som ikke eier bakken selv? Det blir en veldig stor utfordring økonomisk for klubbene.
- Hvordan kan det tilrettelegges for gode anlegg
 - Et tips er å koble på: Camilla Sylling (leder for Alpinanleggenes organisasjon)

Økonomiske barrierer

- Vannforsyning til bakke; Rælingen opplevde at kommunen begynte å ta betalt for vann, høy kostnad (800 000,- pr år)
- Skilisensen har gått kraftig opp (hvilke bidrag til å redusere denne?)
- Hvis deltakeravgift går ned, hvor interessant er det for klubbene å kjøre renn da?
- Alle heiskortinntekter går til drift
- Å arrangere renn i en annen bakke er dyrt (eks 100 000 å leie bakke Hafjell), NSF påvirke hvor det legges nasjonale renn.
- Klubbene må vurdere om de skal orke å arrangere renn, det er dyrt, og færre kommer
- Kanskje avgiften er for lav til at det går rundt? (Kretsen tar 25,- dette går til breddeaktivitet i kretsen)
 - Går vi veldig ned vil det ikke være bærekraftig for klubben
- Rennkort, er det mulig å jobbe for at man kan kjøpe rennkort som kan benyttes flere(alle) steder i landet?
 - Skimøre mot de aktive. Ha en felles avtale som gjør at man kan bruke flere anlegg.
- Eksempel fra noen klubber
 - RENN:
Kjelsås: U12: før 300, nå 170, Over U12 bare: 25 stk (?) på hele rennet
Asker: kan ikke se noe nedgang på antall stk på renn.
Nedgang i Oslo: tidligere 300 stk, nå 170
Rælingen: før 200, nå 100 på renn

HSIL ønsker å begynne å kjøre renn (har restartet klubben)

- SKISKOLE: Rælingen fikk inn 10 som medlem av 185, Kjelsås fikk inn 40 som medlem av 100 stk, Asker: venners venner rekruttere best, barn bare på skiskole- vil ikke starte pga at de synes det er dyrt med alpint,
- SKOLESKIDAG: Ljan tar 10 000, Asker: kommunen betaler for en dag for skole, lurt at barna kan velge mellom ulike aktiviteter på skoleskidag(snødag)
- AKS/SFO: mulig dette er en lur rekrutteringsarena,
- Viktig at vi fremsnakke renn
 - Kanaler er viktig (sosiale medier), men erfaringsmessig er det viktig at klubbene snakker med medlemmer, og sprer ordet, og ikke minst snakker godt om det å delta på renn.

Bygge klubb - tips

- Rælingen: *startet prosjekt, "Bygge klubb"*. Består av to store samlingshelger
 - Trening for barna
 - Foreldre jobber (ulike poster: foreldre blir kjent og gjør ulike oppgaver. Eks: bli kjent med heisen, førstehjelp, snøkanon o.l.)
- Foreldre må med – *rælingen sier eksempelvis*
 - De har Infomøter, okt/nov: hver sesong
 - Har en "fadderordning" / foreldresamling med foreldrene, hvor de som er godt kjent kan lære bort til de nye. Folk blir «redde» når de ikke vet hva de skal gjøre. De som kan, må lære bort til de som ikke kan.
 - Eks: ha opplæring i bakken, "hva betyr det når vi skal skli" o.l.
 - Eks: Hvordan håndterer du en drill?
 - Hvordan møte de som «*ikke kan bidra*»?
 - Når folk melder seg inn i klubb må de signere på at de SKAL bidra. I det de har meldt seg inn, får de en telefon fra styret om hvilke krav som stilles når man er en del av klubben. Dette innebærer eksempelvis dugnader. De får lov å kjøpe seg ut av det dugnad, men allerede fra start bygger vi tett dialog og kultur ved å sette krav og sørge for at de er «sett». Dette bygger kultur. Bruker mye tid på de nye som kommer inn. Det er tidkrevende, men til gjengjeld beholder vi dem.

- **Kåringer på foreldre**

- Egen fest/arrangement for å bemerke medlemmer. Både de som vises tydelig, men også de som alltid er der og bidrar men som ikke «roper høyest».

- **Nye løpere - Hvordan får vi inn nye?**

- Åpen dag: Kjelsås har eksempelvis to eller tre åpne dager. Og Skiskole (enten: 8 uker eller 6 helgekurs): foreldredrevet.
- Foreldremøter: Komme inn i foreldremøter på skolen
- Skole
 - Asker: (kommunen betaler) 1 dag hvor barneskole og ungdomsskole for kjøre gratis.
 - Stovner: skidag hvor de kunne velge gren (her da alpin), låne utstyr BUA.
 - Rælingen: sender ut mail til alle skolene, "dere kan komme å kjøre i bakken".
 - Ljan: skidag, velge mellom ake, skøyte, alpin.
- AKS/SFO/gymtimer/skole: Vårinn (skiklubb utvikler) har vært ute i skole sammen med klubb og bistått klubb med besøk i skole. Her har barn fått teste utstyr gratis. Gangen i det er at klubbene selv kontakter aktuelle skoler. For eksempel 1-7.trinn, avhengig av klubbens satsningsområde eller ønske, samt hva som passer med den enkelte skole. Det kan også bare være for eksempel. 2 og 4.trinn. Skiklubb utvikler møter da sammen med noen fra klubb og holder relevant aktivitet. Det er viktig med god informasjon om klubben *før* besøk, og *etter* besøk (ranselpost, e-post o.l.), dette for at tiltaket skal ha noen innvirkning på rekrutteringen inn i klubb. Et godt tips er å ha et arrangement eller en trening elevene kan komme på like etter at de har fått lov å prøve (her: eks, rulleskøyter).

- **Stort ønske at forbund må hjelpe til, hvordan bygge opp? Og gjøre alpint kult?**

- Skiløftet - dette håper vi kan bli noe også i Alpint
- Rollemodeller – viktig faktor for at barna skal ha noen å se opp til.

- **Hvordan beholde utøverne sine?**

- Gruppene man allerede har, må spleises.

- Barn må hjelpes mer i dag enn tidligere? Det kan virke som mange barn ikke like lett tar kontakt med hverandre lenger.

- Ved samarbeid/treff på ulike samlinger o.l. må vi være bevisste på at de må splittes på tvers av klubb
- Foreldre må også skjerpe seg. De må snakke på tvers. Opplæring av foreldre.
 - Foreldrevettreglene
 - [hvordan være en god idrettsforelder](#)
- Asker: Akershus/Oslo, sosialiseres ulike grupper med aktiviteter som: gokart, golf o.l. for å skape samhold og bekjentskap, som gjør at de blir tryggere. Kan tyde på at en regionsamling, blir for stort og skummelt for mange.
- **Skiforbundet jobber på politisk nivå med å få inn skidag**
- **Enklere klubbhverdag**
 - <https://www.idrettsforbundet.no/digital/klubbadmin/klubbadmin-kurs/>
 - Ljan bruker: IMS

U18 samling

- Tiltakansvarlig Sabine Merky(leder Oslo Alpinkomite)
- Fått lite respons
- Viste til Stockholm, som fungerer bra
- Hun har ikke slipt det – ha et møte med Sabine?
- Det må ut til yngre medlemmer FØR de slutter
- I praksis nå: betyr dette, send mail til Sabine at man har utøvere dette tilbudet potensielt gjelder.

Eventuelt

- Nettside Norges skiforbund

Finnes det en mulighet for å lage en slags abonnementstjeneste på skiforbundet sin nettside, som sender pushvarsler ut til de aktuelle.

- Her må skiklubb utviklere forhøre seg med de som sitter ned dette.

Ps: Nettsiden er også under endring for tiden.

- Samling av tips og råd

Når det gjelder liste/dreiebok/håndbok av rekrutteringstips blir det tatt med videre inn hos resten av skiklubb utviklerene, diskutert og evt. Opprettet en prosjektgruppe som ser videre på dette arbeidet.

U12-16 samling

Fremtiden? Diskusjon fra klubbene til stede

- Kretssamling. Det blir mye utgifter på klubbene fordi de må sende trenere.
 - Er det at klubbene ikke ønsker?
 - Nei, men noen klubber vurderer antallet pga. antall trenere
 - Klubben har laget en sportligplan, som de forholder seg til. Det kan gjøre at samlingen ikke passer. Dato må komme tidlig.
 - Det varierer fra klubbene om det er penger, bruk av tid, noen nevner også kvalitet på samlingen? Så det er noe delt hvordan disse samlingene oppleves fra ulike klubber. Mange mener samlingene er gode, noen uttrykker forbedringspotensial. Det nevnes også at det er viktig at store klubber: har et ansvar for å støtte opp de små klubbene.

1. november er det ny U12-16 samling på SNØ, det er foreløpig litt få påmeldte! Frist for påmelding 22.okt.

Renn / aktiv racing

Det ble diskutert litt om hvor ulike renn gjennomføres, og hva kan gjøres for de klubbene som har medlemmer som aktivt deltar på renn.

Hvor er det vi legger renn? Nasjonale renn.

- Det uttrykkes at det legges lite nasjonale renn sentralt. Mye legges til Geilo, Kvitfjell o.l. (og de kommersielle aktørene).
- Her må det ligge noen krav til arrangør, samt de som får være «nasjonal anlegg» (forbundet må være tydelig på krav særlig i barneidretten).

Barneidrett bestemmelsene

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/bestemmelser-om-barneidrett/>

Tema neste gang:

- Mer om hvordan beholde utøvere (også de i racing)
- Anlegg

Neste møte:

Slutten av April/Mai. Fysisk.

Deltagerliste alpin Nettverksmøte 8.10.2025

Fornavn	Etternavn	E-post	Mobil	Klubb	Mediesamtykke	Funksjon i klubben
Mads	Bengtsen	mads.bengtsen@gmail.com	+4740469673	Ljan Alpinklubb	Ja	Styreleder
Ajdin	Rokolj	ajdin_rokolj@hotmail.com	+4799724761	Asker Skiklubb	Ja	Medlemsansvarlig
Eirik	Spanli	es@mageli.no	+4741219241	Gjerdrum Idrettslag	Ja	Sportslig leder alpint og hovedtrener
Erling	Røise	erling.roise@gmail.com	+4790636820	Gjerdrum Idrettslag	Ja	Trener
Sabine Grete	Merky	sabine.merky@gmail.com	+4792065174	Kjelsås Idrettslag	Ja	Styreleder
John Kenneth	Nygård	toffejohn@gmail.com	+4790255432	Høybråten og Stovner IL	Ja	Kasserer og styremedlem
Maren Brevik	Klingen	maren-brevik@hotmail.com	+4798875021	Ljan Alpinklubb	Nei	Idrettsansvarlig
Martin	Budal	martin.budal89@gmail.com	+4797981557	Bærums Skiklub	Ja	Daglig leder alpint
Håvard	Homberset	haavard_homberset@hotmail.com	+4795972327	Snølaget Sportsklubb	Ja	Utvalgsleder
Cecilie Wenger	Meinich-Bache	ceciliew@hotmail.no	+4790564663	Rælingen Skiklubb	Nei	styreleder alpin
Espen Thunes	Paterson	espen.paterson@gmail.com	+4792439213	Bærums Skiklub	Ja	Trener og administrasjon
Katrine Groth	Eggar	katrineeggarg@gmail.com	+4793656548	Kjelsås Idrettslag	Ja	Sportslig leder

Hva kan vi bidra med?

