



Høstmøte Langrenn 2025

22.10.2025 Eidsvoll

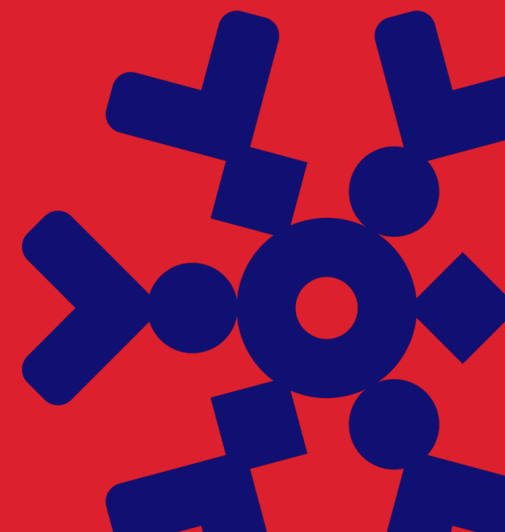


**Norges
Skiforbund**

Akershus Skikrets

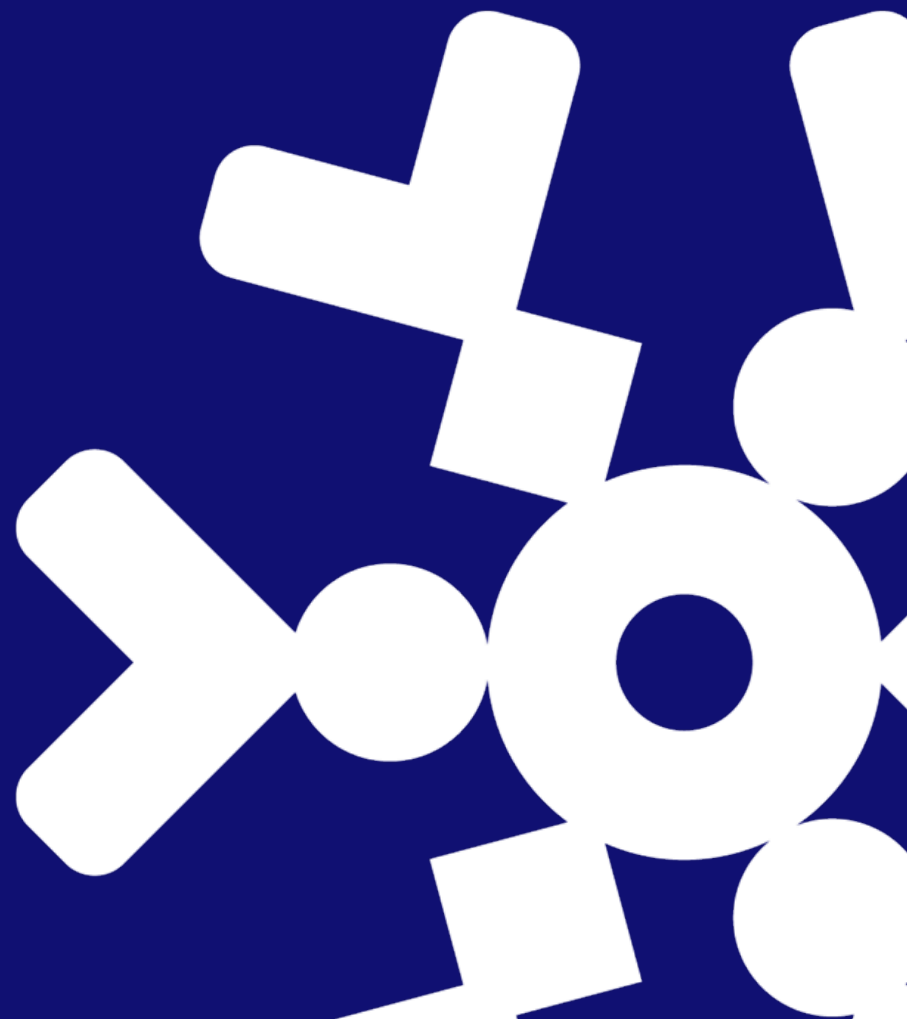
Agenda

1. Åpning
2. LK 2025 / 2026
3. Eidsvold Værks skiklubb
4. Terminlista 2025 / 2026
5. Seeding / Uttak
6. Overnatting HL / JR
7. TD status
8. Kurs
9. Eventuelt
10. Info fra NSF Høstmøte
11. Avslutning og spørsmål



LK 2025 / 2026

- Leder: Heidi Tjernshaugen, Nesodden
- Nestleder: John Harald Amundsen, Asker
- Styremedlem: John Blåfjell, Skedsmo
- Styremedlem: Torill Kalfoss, Nittedal
- Styremedlem: Steinar Hagen, Gjerdrum
- Styremedlem: Christopher Wiig, Bærums Verk Hauger
- Styremedlem: Rune Strandli, Holmen





Vi gir ordet til Eidsvold Værks Skiklub





Norges
Skiforbund

Terminlista

2025 / 2026

KM Sesongen 2026



Dato	KM renn	Klubb	Stilart
10. januar	SkiCross	Fossum Idrettsforening	Fristil
11. januar	Sprint	Oppegård Idrettslag	Fristil
24. januar	Lang	Nes Ski	Fristil
25. januar	Normal	Rælingen Skiklubb	Klassisk
31. januar	Stafett	Gjelleråsen IF	Klassisk

13/14 års cup



Dato	Renn	Klubb	Stilart
14. desember	Hakadalsrennet	Hakadal IL	Klassisk
4. januar	Lommedalsrennet	Lommedalen Idrettslag	Klassisk
10. januar	KM SkiCross	Fossum Idrettsforening	Fristil
11. januar	KM Sprint	Oppegård Idrettslag	Fristil
24. januar	KM Lang	Ned Ski	Fristil
25. januar	KM Normal	Rælingen Skiklubb	Klassisk
1. februar	Gjerdrumsrennet	Gjerdrum IL	Klassisk
7. mars	Fischerrennet	Nittedal IL	Fristil
21. mars	Nordåsenrennet	Bjerke IL	Fristil

Antall tellende renn:

- Kan stryke 3 valgfrie renn av de 8 første.
- Avslutningsrennet på Nordåsen **skal** være tellende!

15/16 års cup



Dato	Renn	Stilart
13. desember	Hakadalsrennet	Fristil
4. januar	Spydebergrennet (Lommedalsrennet reserve)	Klassisk
17. januar	Oslo skifestival dag 1	Fristil
3. februar	Try sprinten	Klassisk
7. februar	Bækkelagsrennet	Klassisk
8. mars	Staviåsrennet	Skiathlon
21. mars	Nordåsenrennet	Fristil fellesstart

Antall tellende renn:

- Kan stryke 2 valgfrie renn



Terminlista Langrenn, Akershus 2025/2026

Del 1 (13 desember 2025 - 1 februar 2026)

Dato	Renn	Stilart	Klubb	Sted
lørdag 13. desember 2025	Hakadalsrennet	Fristil	Hakadal IL	Varingskollen
søndag 14. desember 2025	Hakadalsrennet	Klassisk	Hakadal IL	Varingskollen
søndag 28. desember 2025	Nes Råtøff Romjulsrenn	TBD	Nes Ski - Ski	Nes Ski og sykkelanlegg
lørdag 3. januar 2026	Hvalstjernrennet	Fristil	Fet Skiklubb - Ski	Hvalstjern
søndag 4. januar 2026	Lommedalsrennet	Klassisk	Lommedalen Idrettslag	Eineåsen
lørdag 10. januar 2026	KM - SkiCross på Fossum 2026	Fristil	Fossum Idrettsforening	Fossum
søndag 11. januar 2026	KM - Oppegårdssprinten	Fristil	Oppegård Idrettslag	Oppegård Golfklubb
lørdag 24. januar 2026	KM Lang Fristil	Fristil	Nes Ski - Ski	Nes Ski og sykkelanlegg
søndag 25. januar 2026	KM Normal Klassisk	Klassisk	Rælingen Skiklubb	Marikollen
lørdag 31. januar 2026	Follorennet	Klassisk	Drøbak/Frogn IL	Drøbak Golfbane
lørdag 31. januar 2026	KM - GIF Stafetten	Klassisk	Gjelleråsen IF	Bjønndalen
søndag 1. februar 2026	Gjerdrumsrennet	Klassisk	Gjerdrum IL	A-Brua



Terminlista Langrenn, Akershus 2025/2026

Del 2 (6 februar 2026 - 21 mars 2026)

Dato	Renn	Stilart	Klubb	Sted
fredag 6. februar 2026	TdB - AGP Haslumrennet	Klassisk	Haslum Idrettslag	Skui Idrettspark
lørdag 7. februar 2026	TdB - Jutulcrosen	Fristil	Haslum Idrettslag	Skui Idrettspark
søndag 8. februar 2026	TdB - Vestmarka Rett Ned	Fristil	Haslum Idrettslag	Skui Idrettspark
lørdag 7. februar 2026	Ungdommens Holmenkollrenn	Klassisk	Bærums Verk Hauger IF	Holmenkollen
søndag 8. februar 2026	Ungdommens Holmenkollrenn	Fristil	Bærums Verk Hauger IF	Holmenkollen
onsdag 11. februar 2026	Tærudklassikern	Fristil	Skedsmo Skiklubb	Tæruddalen
lørdag 28. februar 2026	Asker Skifestival - Dag 1	Fristil	Asker Skiklubb	Eidsletta
søndag 1. mars 2026	Asker Skifestival - Dag 2 Skicross	Fristil	Asker Skiklubb	Eidsletta
lørdag 7. mars 2026	Fischerrennet	Fristil	Nittedal IL	Sørli
søndag 8. mars 2026	Hoslerennet	Fristil	Øvrevoll Hosle IL	Fossum
søndag 8. mars 2026	Staviåsrennet	Skiatlon	Eidsvold Værks Skiklub	Skistua Eidsvold
lørdag 21. mars 2026	Nordåsenrennet	Fristil	Bjerke idrettslag	Nordåsen



Terminlista Langrenn, Akershus 2025/2026

Turrenn

Dato	Renn	Stilart	Klubb	Sted
tirsdag 13. januar 2026	Hodelyktrennet	Klassisk	Bjerke idrettslag	Nordåsen
søndag 25. januar 2026	Vestergyllen	Klassisk	Asker Skiklubb	Solli Skistadion
lørdag 7. februar 2026	Stomperudrennet	Klassisk	Sørum IL	Sørum
TBD	Fenstadrunden	Klassisk	Fenstad IL	Fenstad

PARA KLASSER

Alle - som har mulighet for å tilrettelegge for Para klasser, ta kontakt med LK for koordinering av dette!

Para har egne terminlister, hvor alt skal stå samlet!



Andre renn 2026

Dato	Renn
17. – 18. januar 2026	OBOS Oslo Skifestival - Holmenkollen
7. – 8. februar 2026	Ungdommens Holmenkollrenn
27. januar – 1. mars 2026	Hovedlandsrennet - Savalen
14. mars 2026	Kong Haralds Ungdomsstafett - Holmenkollen
15. mars 2026	Birkebeinerarrangementene - Lillehammer



Norges
Skiforbund

Seeding / Uttak

2025 / 2026



Seeding / Uttak Junior NM stafett Klassisk

Dato	Uttaksrenn	Stilart
11. Januar	NC - Beitostølen	Klassisk
25. Januar	KM - Normal, Rælingen	Klassisk
22. Februar	NC - Åsen	Klassisk

Seedingregler:

- 2 av 3 renn
- Ved ulike distanser brukes omregningsfaktor (utfra høydemeter og antall meter på den enkelte distanse)
- En seedingliste per kjønn



Seeding / Uttak Junior NM stafett Fristil

Dato	Uttaksrenn	Stilart
9. Januar	NC - Beitostølen	Fristil
24. Januar	KM - Lang, Nes	Fristil
20. Februar	NC - Åsen	Fristil

Seedingregler:

- 2 av 3 renn
- Ved ulike distanser brukes omregningsfaktor (utfra høydemeter og antall meter på den enkelte distanse)
- En seedingliste per kjønn



Seeding / Uttak HL stafett Klassisk

Dato	Uttaksrenn	Stilart
4. Januar	Spydebergrennet (Lommedalsrennet)	Klassisk
25. Januar	KM - Normal, Rælingen	Klassisk
7. februar	Bækkelagsrennet	Klassisk

Seedingregler:

- 2 av 3 renn, hvor ett av de to er KM-Normal
- Ved ulike distanser brukes omregningsfaktor (utfra høydemeter og antall meter på den enkelte distanse)
- En seedingliste per kjønn



Seeding / Uttak HL stafett Fristil

Dato	Uttaksrenn	Stilart
13. Desember 2025	Hakadalsrennet	Fristil
17. Januar	Oslo Skifestival	Fristil
24. Januar	KM - Lang, Nes	Fristil

Seedingregler:

- 2 av 3 renn, hvor ett av de to er KM-Lang
- Ved ulike distanser brukes omregningsfaktor (utfra høydemeter og antall meter på den enkelte distanse)
- En seedingliste per kjønn



Seeding / Uttak Ungdomsstafetten

Dato	Uttaksrenn	Stilart
17. januar	Oslo skifestival dag 1	Fristil
24. Januar	KM - Fristil, Nes	Fristil
28. Februar	Hovedlandsrennet	Fristil

Seedingregler:

- 2 av 3 renn
- En seedingliste per aldersklasse (15 og 16 år)



Seeding KM - Lang Fellesstart, fristil

Aldergrupper	Uttaksrenn / Andre kriterier
Junior	FIS poeng
13 / 14 år	Stilling i Akershus cup per 11. januar
15 / 16 år	Stilling i OAØ cup per 17. januar



Norges
Skiforbund

Overnatting HL, Jr NM / NC

2025 / 2026



Booking-rutiner

Gjelder Hovedlandsrenn, NC Junior og NM jr

- Arrangør reserverer/booker et gitt antall senger på passende overnattingssteder etter utregnet behov. Eventuelt avvik må meldes
- Statistiske tall for deltakelse de siste, sammenlignbare sesongene brukes
- NSF utarbeider statistikk på deltakelse
- Det beregnes 1 leder pr 3 utøvere på junior-cuprenn
- Det beregnes minimum 1 leder på 2 utøvere på Hovedlandsrenn. Om mulig ønskes det at arrangør tilbyr 1 leder pr 1 utøver.



Bookings-regler

- Fremtidige arrangører gjøres kjent med rutinene
- Arrangører fremskaffer en fullstendig oversikt overnattingskapasiteten
- Arrangørene booker hoteller/overnattingssteder straks de får tildelt arrangementet
- Samtidig blir betingelsene ved overnattingen gjort kjent for skikretsene
- Innen 30. september skal hver krets melde inn sine overnattingstall fordelt på **løpere** og **ledere** til NSF langrenn v/Asgeir Moberg
- Innen 10. oktober skal overnatting fordeles mellom kretser og meddeles arrangør/det enkelte overnattingsted/kretser
- Innen 01. november skal krets bekrefte ovenfor overnattingssted «med kopi» til booking-gruppen
- 10. november slippes ubekreftede og ledige plasser på det åpne marked



Bookings-regler forts

- Heretter er kretsene selv økonomisk ansvarlig for de bookingene de har avtalt.
- Hvert skigymnas eller team inngår i overnattingskvotene til sin "hjemmekrets"
- Det sportslige opplegget på arrangørstedet berøres ikke av denne ordningen
- Skjønn kan benyttes for å minimalisere reisetiden for utøverne.
Les: De som kjører med bil kan ha lenger avstand til stadion, enn de som må kjøre busstransport



Norges
Skiforbund

TD og Kurs

2025 / 2026



TD Status



TD-/Arrangørkurs Sesongen 2025/2026

Alle kurs blir også denne sesongen digital

Det er nå planlagt et arrangør- og TD kurs den 17.november digitalt.

<https://www.skiforbundet.no/langrenn/nyhetsarkiv/2025/10/digitalt-td--og-arrangorkurs-hosten-2025/>

- Det er klubbens ansvar å melde inn endringer vedr. klubbens TD'er
- Viktig at klubber som mangler TD, sørger for å få ny TD på kurs
- Sesongens TD oppsett, blir publisert i slutten av November 2025
- Hvis TD'er har spesielle ønsker om renn, eller perioder de ikke kan ta TD oppdrag. Ta kontakt pr. e-post, så tilpasser vi.

john.blafjell@gmail.com



Kurs

Kurset på Haslum er allerede godt i gang med over 20 deltakere 😊

Kurs som er planlagt:

1. Trener 1 Eidsvold Værks skiklub: [Trener 1 kurs langrenn Eidsvold Værks Skiklub | iSonen](#)
2. Delkurs fra Trener 1 Nittedal: [Delkurs - Trener 1 kurs langrenn Nittedal | iSonen](#)

Under planlegging:

Trener 1 ØHIL

Trener 2 Nes ski

Barnelangrennstreneren Dikemark

Barnelangrennstreneren Gjelleråsen

Barnelangrennstreneren Fossum

Alle kursene legges fortløpende ut på vår hjemmeside ([Akershus Skikrets](#)) under kalender og påmelding skjer via Isonen (bare klikk på ønsket kurs i kalenderen på hjemmesiden så kommer man rett til påmelding). Minner om at det er et minimumsantall for gjennomføring på av de ulike kursene. Les mer om innholdet i de ulike kursene her: [Trenerløypa](#).

For kurs, ta kontakt med klubbutvikler i krets, varinnrein.trustrup@skiforbundet.no eller tlf. 97 97 98 44



Norges
Skiforbund

Eventuelt og Info fra NSF høstmøte



Eventuelt

Åpent infomøte om nasjonale arrangement for junior/senior Norgescup og NM neste onsdag. Del gjerne det ut i deres kanaler og kom gjerne med innspill om det er ting som bør tas opp der. F.eks. transport av utstyr til Harstad?

<https://www.skiforbundet.no/langrenn/nyhetsarkiv/2025/10/apent-infomote-nasjonale-renn-20252026/>

HL 2025 – felles smøreopplegg på Savalen



Smøreansvarlig (Kjetil Sanders, Team Eineåsen, **(KjetilSanders@gmail.com)**)

- Dialog med arrangør og smøreprodusent
- Kommunisere bruk av produkter og anvendelse til smøre-gruppene
- Koordinering med logistikkansvarlig og LK-representant

Logistikkansvarlig (?)

Dialog med klubber i forkant

- Logistikk for merking av ski
- Koordinere smøregrupper og «fordeling av utøvere»
- Koordinering med smøreansvarlig og LK-representant

Vi trenger koordinater (email, mobil) til representanter for alle klubber/team som har utøvere som skal delta i HL.

Målet er at alle fra Akershus Skikrets får god og lik oppfølging av sine ski



Info fra Høstmøte NSF

- **NSF Timing**

- NSF Langrenn har lansert nytt tidtakersystem, utviklet spesielt for norske langrennsklubber. NSF-Timing er laget for å forenkle gjennomføringen av skirenn og styrke klubbens rolle som arrangør - uansett størrelse og erfaring. Dette er et viktig steg i arbeidet med å gjøre langrenn mer tilgjengelig og bærekraftig.
- Tett integrert med iSonen
- Det arrangeres mange kurs rundt om i landet: [Kursoversikt](#)

- **Strategi og Handlingsplan - Skiglede for alle!**

- Styrke frivilligheten gjennom “Ski Rekrutt” og “Ung Frivillig”
- Hva er viktig for vår krets å ta tak i?
- [nsf-strategidokument-2024-2028_til-publisering.pdf](#)

- **Mulig felles smøreopplegg i Harstad**

- Gjennomføres som pilotprosjekt
- Evaluering og diskusjon på vårmøte

- **Juniorsamarbeid**

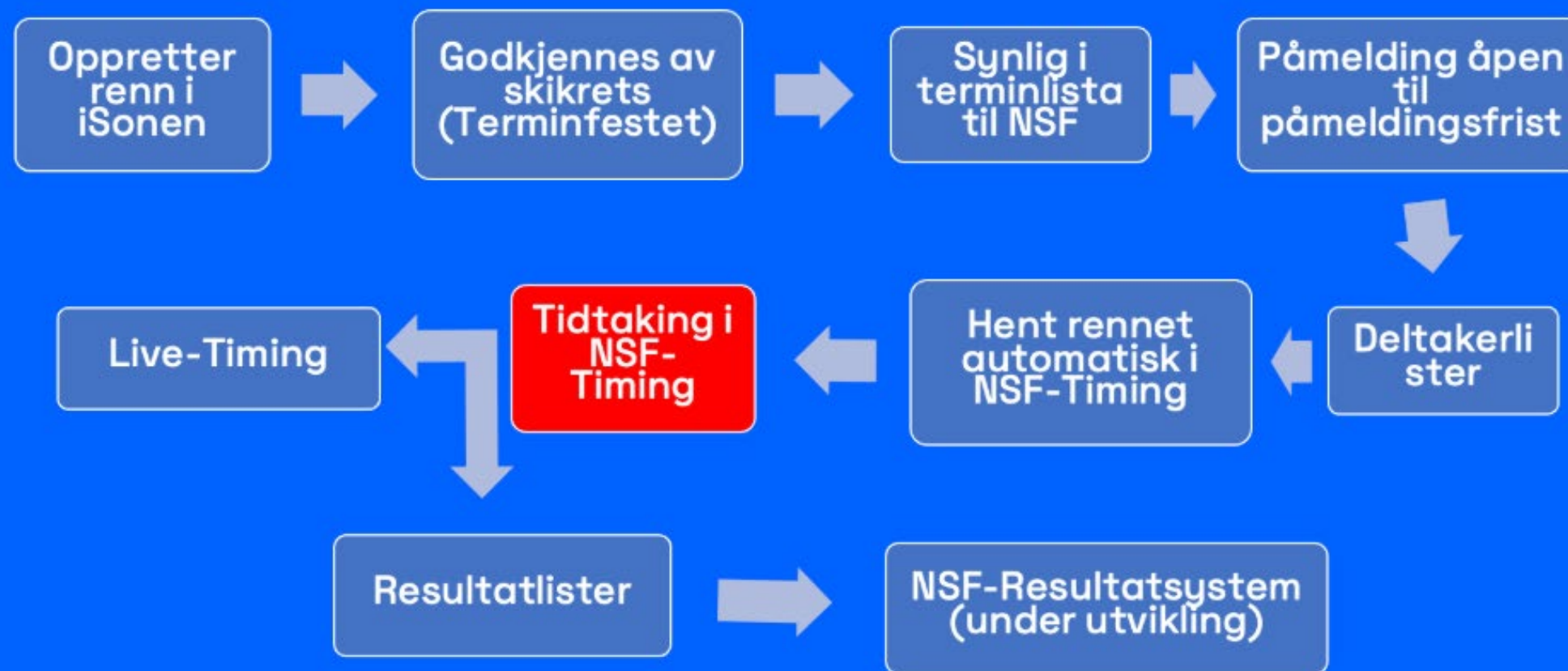
- Tilbakemeldinger etter juniorsamling på Idrefjell
- Tanker om juniorsamarbeid videre i vår krets?



iSonen/NSF-Timing prosess



Norges
Skiforbund





Tilbakemeldinger under høstmøte 2024

- Flere sprintrenn i cupene
- Flere stafetter – bytte ut vanlige renn med stafetter i 13/14 års klassen
- Ønske om overordnede føringer for hvordan renn skal gjennomføres før man søker på renn (?)
- Ønske om kretssamlinger
- Gå sammen flere klubber å arrangere renn
- Egen rulleskicup – evt samarbeide med Østfold og Oslo som allerede har rulleskicuper



Tilbakemeldinger under høstmøte 2025

- FIS renn i Akershus
 - Kun Nes og Åsen som per dags dato har godkjente arenaer
 - Fossum jobber med å få godkjent FIS arena
 - Kunne Eidsvold Værk søkt om FIS godkjenning?
 - Romjulsrennet på Nes kunne vært et godt alternativ
- Junior VM mønstringsrenn i Akershus
- Rune (LK) tar på seg oppgaven å koordinere og opprette samarbeid mellom klubber/kretser for å arrangere felles treninger/testrenn for JR. Dette bør planlegges tidlig i sesongen før alle klubber har lagt sine planer for samlinger etc.



Norges Skiforbund

Lykke til med sesongen!

