

Statusinformasjon - Sør-Trøndelag Skikrets langrenn pr. juli 2023

Sola har snudd, endelig er det snart vinter igjen! 😊

Det ble ikke avholdt vårmøte eller fagmøter i skikretsen denne våren, så nyvalgt langrennskomite for perioden 2023-2025 som ble valgt på skikretstinget i mai, vil med dette ønske god sommerferie i form av en skriftlig statusrapport med fokus på kommende sesong.

Nytt LK består av:

Ansvarsområde	Hovedansvar
Sone, rekruttering og kompetanseutvikling	Live Spilker
13-16 år	Kristian Grøv
Junior	Ane Valås
Senior	Ronny Ingebrigtsen
SP1-cup/KM/terminliste og Nestleder	Gøril Holmvassdal
Leder (styre-/eierrepr., økonomi)	Håkon Solvik

For øvrig anbefaler vi skikretsens nettsider (<https://www.skiforbundet.no/sor-trondelag/langrenn/>) og kanaler i sosiale medier (Facebook) for oppdatert informasjon. Merk også at alle alderstrinn har grupper på Spond og/eller Facebook for informasjon fortløpende gjennom sesongen.

Sparebank1-cup og terminliste 23-24 – LK-ansvarlig Gøril Holmvassdal (nestleder LK)

Foreløpig terminliste for SP1-cup og KM:

Renn	Dato	Distanse	Stilart
SP1-cup 1	Desember/januar	Normal	Klassisk
SP1-cup 2	Desember/januar	Normal fellesstart	Fri
KM helg (SP1-cup 3 og 4)	27.januar	KM Normal	Fri
	28.januar	KM Sprint	Klassisk
Avslutningshelg (SP1-cup 5 og 6)	6.april	Supersprint + downhill	
	7.april	Fellesstart	Klassisk
KM Stafett	9./10.mars	KM Stafett miks	K-F-F

Søknadsfristen for SP1 cup og KM var 15. juni og vi er nå i gang med å behandle søknadene og legge kabalen for sesongen. Søknadsfrist for ordinære renn er 15. september 2023 og det er viktig at alle klubber i år bruker det nye verktøyet iSonen. [Nyttig informasjon om søknad skirenn sesongen 2023/2024.](#)

Vi oppfordrer klubber i samme sone til å koordinere seg i forkant av søknadene sånn at de ikke søker om like arrangement på samme dato. Vi oppfordrer også søkerklubbene til å ta en kikk på [hovedpunktene i terminlisten fra NSF.](#)

Sonerenn/renn med de yngste i målgruppa kan med fordeles legges til helger hvor de eldre har nasjonale arrangement, mens renn for våre eldre utøvere bør legges til helger hvor det ikke er konkurrerende nasjonale renn. Ungdomsbirken, Storlirennnet og Ungdommens Holmenkollrenn ble prioritert framfor lokale renn av mange av våre utøvere i fjor. For å sikre ei god terminliste, med god spredning av like arrangement i tid og sted, er det viktig at alle overholder søknadsfristen.

Sone og rekruttering – LK-ansvarlig Live Spilker

Sør-Trøndelag Skikrets har 5 soner; Orkladal, Gauldal, Fosen, Trondheim og Neadal. Soneopplegget for 11-14 år for kommende sesong vil følge samme lest som de foregående sesongene, med månedlige dagsamlinger fra september til desember i sonene. Informasjon om sonesamlingene blir lagt ut på sonesidene på Facebook, samt oversikt på Skikretsens hjemmesider.

15-16 år – LK-ansvarlig Kristian Grøv

Aldersgruppen 15/16 år har siden sesongen 2022/2023 hatt kretsopplegg som en videreføring av soneopplegget. Det er en månedlig samling med overnatting i perioden september-desember. Den månedlige samlingen fordeles på de ulike sonene. Inneværende sesong ble det i tillegg arrangert en Kickoff-samling i regi av Byåsen IL 9.-11. juni i Nilsbyen. Det er p.t. ikke endelig fastsatt datoer og arrangører for samlingene utover høsten, men dette vil bli kommunisert utad så fort dette er på plass. For samlingene vil det påløpe en egenandel som skal gå til å dekke utgifter hos arrangørklubben.

Informasjon om kretssamlinger og øvrige arrangement for aldersgruppen legges ut på Spond-gruppe <https://group.spond.com/ISSA> og sonesidene på Facebook.

Første samling etter sommerferien vil bli en [VM-samling i Knyken 8.-10. september](#), der begge skikretsene i Trøndelag inviteres.

Tore Berdal ble for sesongen 2022/2023 engasjert kretsleder for aldersgruppen 15/16 år, dette engasjement er videreført for sesongen 2023/2024. Kretsleder er leder på alle kretssamlinger, samt Hovedlandsrennet og Kong Haralds Ungdomsstafett. Under Hovedlandsrennet 2023 var det felles smøreopplegg og skikretsen stilte med et visst antall foreldresmørere. Hovedlandsrennet 2024 arrangeres 29.02-03.03 på Gålå. Hjemmesiden til arrangementet er hljala.no. For Hovedlandsrennet vil det komme informasjon fortløpende når dette foreligger fra arrangøren.

Junior – LK-ansvarlig Ane Valås

Det ble for sesongen 2022/2023 arrangert 4 hjemmesamlinger av kretsleder i samarbeid med trenere ved Heimdal VGS. På disse hjemmesamlingene var vi om lag 60-65 utøvere som deltok. På hver samling var det høy kvalitet på økter samt noe sosialt en av kveldene. Gode tilbakemeldinger på disse samlingene. Gjennom barmarkssesongen var det noen økter som var i regi senior som noen av juniorløperne var med på. Dette er noe vi ønsker å fortsette med for å skape en rød tråd fra junior og opp til senior.

Vi ser en god rekruttering i Sør-Trøndelag Skikrets! Vi er mange og en av de største kretsene når vi kommer ut på norgescup også. Her har vi hatt rundt 60 utøvere på hver NC-helg, noe som er veldig bra. Det er oppløftende å se at vi er ca. like mange på samlinger som vi er på NC-renn. På slutten av sesongen kunne Sør-Trøndelag Skikrets oppsummere sesongen med å være tredje beste krets på antall poengplukkere. Sør-Trøndelag Skikrets er også den kretsen som var tredje mest representert i finalen på Tolga. Gjennom sesongen har kretsen tatt flere pallplasser i NC og flere NM-medaljer! Det vises et godt samhold og kameratskap blant utøverne!

Denne sesongen videreføres det åpne opplegget i kretsregi:

JUNIOR - ÅPENT KRETSOPPLEGG

- Juniorleder: Ane Bjørgum Valås
- Trenere: Skoletrenere Heimdal vgs og regionlagstrenere
- Styringsgruppe: LK Sør-Trøndelag Skikrets
- Sportslig opplegg:
 - Samarbeid med Heimdal vgs
 - 4 helge-/hjemmesamlinger i juni, august og oktober.
 - Ukesamlinger: 2 åpne ukesamlinger til selvkost, en på barmark og en på snø. Mer info kommer.
- Avgift:
 - kr. 2.000,- som dekker deltakelse på alle 4 helge-/hjemmesamlinger. Påmelding før første samling.
 - Ukesamlinger til selvkost, kostnader fordeles på alle utøvere (i 2022 kom 2 ukesamlinger på totalt kr. 8750,- pr. utøver).

I tillegg til dette vil det bli lagt ut økter på Spond til utøverne som er ment som et samlingspunkt. Dette er for å ha et opplegg gjennom sommeren slik at utøvere kan trene sammen. Det vil noen økter være med trener,

andre ikke. Dette prøvde vi ut i fjor og fikk gode tilbakemeldinger på. Så dette er noe vi vil fortsette med. Mer informasjon på Skikretsens hjemmesider.

Team Trøndelag langrenn junior – samarbeid om trøndersk regionlag for junior

Nord-Trøndelag Skikrets, Sør-Trøndelag Skikrets, Heimdal videregående skole, Meråker videregående skole, Steinkjer videregående skole og Olympiatoppen Midt-Norge har inngått en samarbeidsavtale om et regionlag for juniorlangrenn i Trøndelag. Regionsamarbeidet er en del av satsingen på spisset toppidrett i Trøndelag fylkeskommune, samtidig som det skal ivareta alle juniorutøvere i de to skikretsene. Samarbeidet innebærer en ansettelse av 4 trenere på heltid ved de videregående skolene, Øyvind Skaanes og Jens Petter Estil ved Heimdal VGS, Eirik Lorentzen ved Meråker VGS og Frode Lillefjell ved Steinkjer VGS. Regionlaget styres av en styringsgruppe der alle ovennevnte parter er representert.

Det er tatt ut 22 løpere på regionlaget, 12 jenter og 10 gutter. Utøverne skal gis best mulig tilrettelegging og tett oppfølging for å nå sine mål, og de som tas ut på regionlag er ansett for å være de med størst potensial for å bli framtidige toppidrettsutøvere. Det er utarbeidet en samlingsplan, budsjett, trenerinstruks og samarbeidet skal styres av styringsgruppe med representanter fra alle partene.

Senior – LK-ansvarlig Ronny Ingebrigtsen

Organiseringen for seniorløpere i Sør-Trøndelag har de to siste årene bestått av Team Elon Midt-Norge, Team Midt-Norge og Team Midt-Norge Rekrutt, der Elon er høyeste nivå under landslagene. Elon består av regionens 10 beste løpere, når man ser bort fra de 8 trønderne som er knyttet til landslagene.

Lagene vil for sesongen 23/24 beholde sine trenere, Kristian Skrødal for Elon, Mats Iversen og Magnus Stensås for TMN, og Einar Moxnes for TMN Rekrutt. Det ble i år endel omrokking på lagene med 5 løpere fra TMN som rykket opp til Elon, to løpere gikk motsatt vei, og i tillegg ble 8 nye løpere tatt inn på TMN. Det er også god oppslutning rundt det åpne kretstilbudet til Rekrutt. Deltakelsen er økende, og de fleste som deltar bruker trenerressursene til personlig oppfølging fra trener. Hvilke utøvere som utgjør TEMN og TMN finnes på Skikretsens hjemmesider.

Gjennom barmarksesongen vil det bli lagt opp til en ukentlig fellestrening, i tillegg til flere samlinger i Granåsen og andre lokasjoner i distriktet. Noe kjøres på tvers av de tre lagene, og noe separat. Kretsen har et uttalt mål om godt samarbeid på tvers av teamene. Dette kan dreie seg om trener-, trenings- og smøresamarbeid. Håpet er at dette også skaper et robust og godt miljø for alle seniorer i Midt-Norge.

Olaf Lurvik har en overordnet rolle som sportssjef for de tre lagene, og har blant annet en rolle i å koordinere og sørge for samhandling lagene mellom. I tillegg er det en styringsgruppe for ELON bestående av eierkretsene, OLTMN, NSF + sportssjef. For TMN og TMN Rekrutt er det en felles styringsgruppe bestående av leder, en representant fra hver eierkrets, representant for TMN Rekrutt og smørekoordinator. Styringsgruppeledere for hhv. Elon og TMN er Vidar Undebakke og Ingvild Harr Lian. Styringsgruppene jobber med å skaffe sponsorer til lagene, noe som er et viktig bidrag for å redusere kostnadene, og de jobber også godt med å ordne gode løsninger for reise, opphold og skiprepp, der de balanserer fokuset på «godt sportslig» og «økonomisk gunstig».

Vi synes å se en økende rekruttering og deltakelse i STS til seniorlangrenn i 23/24 sammenliknet med fjoråret. Håpet er at jobben som gjøres i kretsen på seniortilbudet, vil friste enda flere juniorer til å fortsette inn i senioralder de kommende årene. Med et VM i Trondheim om under 2 år, vil det skje mye spennende også i kommende sesong hvor det nye Granåsen-anlegget blir testet ut. Det blir verdenscuprenn i Granåsen 15.-17. desember, Strindheim IL Ski står som arrangør for Norges Cup junior, også det med Granåsen som arena, og i tillegg har Hommelvik IL blitt tildelt Skandinavisk Cup og Equinor NC Para helgen 1.-3. mars.

Andre temaer

Alle skikretsene møttes til vårmøte på Gardermoen 16.-17. juni og blant temaene som ble diskutert på fagmøte langrenn var:

SAK 1 LAGSTRUKTUR

SAK 2 FLUOR

SAK 3 SAKER SOM OMHANDLER SKIRENN OG TERMINLISTE

- 3.1 Felles smøreopplegg på Hovedlandsrennet
- 3.2 Rennprogram i Hovedlandsrennet
- 3.3 Hovedlandsrennet i langrenn på faste arrangørsteder
- 3.4 50 utøvere videre fra prolog på alle sprintrenn i NC/NM junior
- 3.5 Norges Cup-finale junior
- 3.6 Flere kontaktpunkter i renn mellom junior- og senior utøvere
- 3.7 Like distanser
- 3.8 Strykninger av renn i Norge Cup
- 3.9 Nytt kvalifiserings-format til sprint senior (F1)
- 3.10 NM-teamsprint
- 3.11 NM Stafett

SAK 4 GENERELLE KOMMENTARER OG SPØRSMÅL TIL NSF/LK

SAK 5 FORSLAG OM NY ALDERSINDELING I LANGRENN

Presentasjoner og oppdatert referat fra vårmøtet vil bli lagt ut på Skiforbundets nettsider når dette er klart.