

Vårmøte langrenn 04. juni 2020 - Teams

Agenda

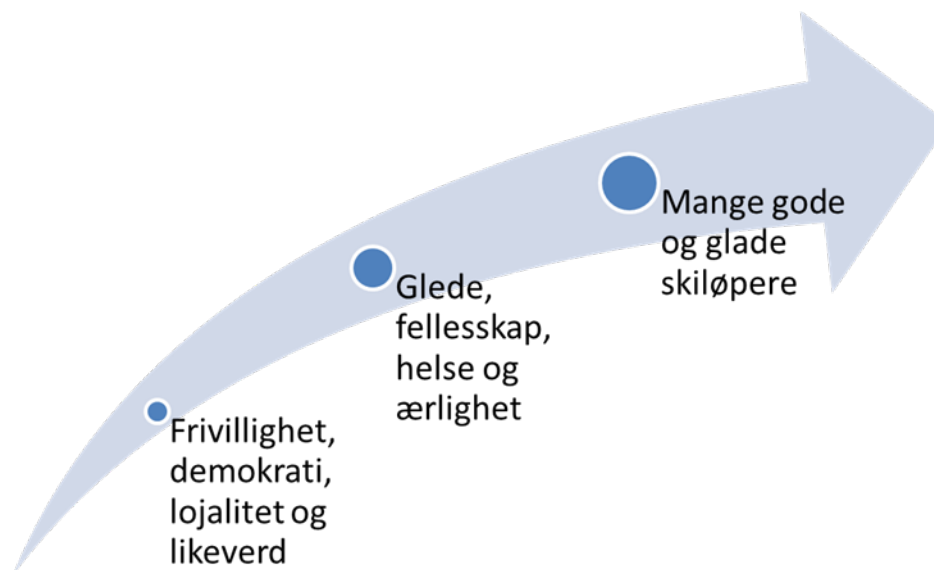
- Generell del fra Mette
- LKs arbeid generelt
- Terminliste/Sjusjøcup/KM/Langdistanse Cup
- Resultater/Premiering
- Team veidekke
- Økonomi
- Quest back (Astrid)
- Samlinger 2020
- Terminliste 2020/2021
- Støtteapparat nasjonale renn (ikke avklart)
- Kort fra Fagmøte langrenn 03.06.2020

Vårmøte 2020

- Oppsummering av skisesongen 2019/2020
- Alternativt vårmøte – litt felles info



Visjon og verdier





Sesongen 2019/20 – noen tilbakeblikk..

- Startet sesongen med uttak av 3 flott representanter på landslaget kombinert damer: Marte og Mari Leinan Lund og Gyda Westvold Hansen – tatt flere medaljer gjennom sesongen.



- Høstmøte NSF – Alvdal, Tynset og Fåset tildelt pris for beste arrangør - JR NM



- Byttehelger – mange fikk gleden av nytt brukt utstyr – viktig tiltak for å gi alle muligheten til å være med på ski – skiglede for alle 😊

Fortsatt noen tilbakeblikk

- Samling for tillitsvalgte-
kort oppsummert motivasjon, kunnskapspåfyll, sosialt
og nettverksbygging -
- Temakvelder – vi vil lære av de beste, og dele
kunnskapen med dere. Gjennom sesongen arrangert
flere temakvelder – bla med Eirik Myhr Nossun, Mikko
Kokslien, Marthe Kristoffersen, Ivar Stuan, Maj Helen
Nymoen – og flere blir det utover. Bli med da vel 😊
- NM kombinert – rent bord fra hedmarksutøvere: Marte
Leinan Lund, Hanna Midtsundstad og
Gyda Westvold Hansen.
- Så kom endelig snøen!!



Tilbakeblikk



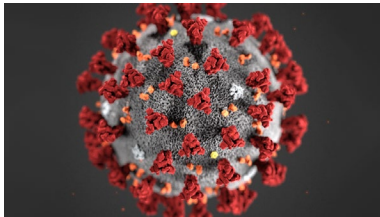
Flott profilering av skisporten på hedmarken med tv sendt bysprint og hopprenn på Stortorget – med mange timers sending på NRK.

- Ungdoms OL – Gyda Westvold Hansen og Nora Midtsundstad tok historisk gull i mixed stafett
- Uttak Jr VM – Kristoffer Kvarstad og Jonas Vika
- U23 VM – Johanne Hauge Harviken
- Hovedlandsrennet Nybygda gjennomført til toppkarakter





Framover



- Så kom corona og avsluttet sesongen på en brutal måte. Den største dugnaden vi noen gang har vært med på.
- Alt stoppet – alle arrangementer avlyst. Store konsekvenser for klubbene våre. **Birken Skifestival 2020 avlyses**
- Vi har hatt mange gode arrangementer – små og store, mange timer med dugnad, flott innsats folkens 😊
- Vi vet ikke hvordan dette vil gå – men må forholde oss til retningslinjer og regler som gjelder for å hindre smitte. FHI har blitt et viktig ord for oss alle.



HEDMARK
SKIKRETS



Veien videre

- Noen nådde mål – andre ikke. Håper at mange er motivert til å være med videre.
- Holde trykket oppe – planlegge ny sesong
- Fortsatt fokus på rekruttering og frafall
- Permittert administrasjon – kritisk situasjon for NSF. Nå tilbake litt i alle fall.
- Nå åpner Norge igjen med små skritt
- – Vi vil bli best – men nå på avstand. Flinke klubber og trenere. Kreative alternative treninger.



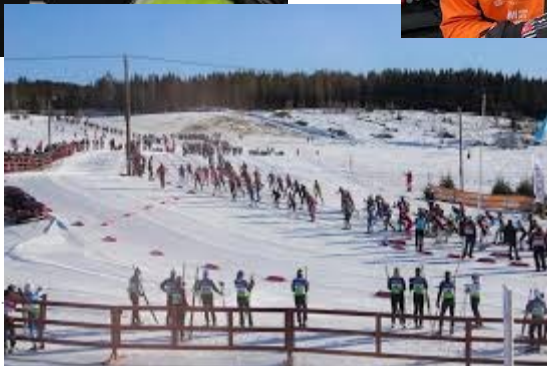
Framtiden

- Fortsette med kompetansedeling – nå med fine webinarer som mange er med på.
- Hva lærer vi av coronatiden?
- Ca 80 klubber – underkant av 9000 medlemmer (kom over 9000 😊)
- Masse gode muligheter
- Vinteren kommer 😊
- Hold avstand, vask hender, vær aktiv
- **Vi vil ha mange gode og glade skiløpere, tenke idrett for alle ved å ha fokus på våre gode verdier.**



Takk for en fin og annerledes sesong 😊

Vi sier velkommen til 2020/21 😊





Langrennskomiteen 2019-2021

- Langrennskomiteen inngår som en del av det frivillige tillitsmannsapparatet i Hedmark Skikrets og medlemmene er valgt av kretstinget som består av representanter fra skiklubbene
- Langrennskomiteen har ansvar for å planlegge og gjennomføre løpende aktiviteter innenfor ansvarsområde langrenn i Hedmark Skikrets
- Langrennskomiteen består av
 - Trygve Glad Slokvik, Ottestad IL Ski
 - Geir Ove Aasum, Granli IL
 - Ulf Erik Strand, Stranbygda IL
 - Astrid Hermansen, Vang SLF
 - Hilde Nystuen, Rendalen IL
 - Kristian Hellereud, Granli IL
- Langrennskomiteen har tilgang til administrative ressurser ved kretskontoret (ansatt i Norges Skiforbund) –primært Jan Olav Andersen

Aktiviteter/ansvarsområder

- Terminliste langrenn/turrenn
- Støtteapparat nasjonale renn
- Miljøsamlinger (primært 13-16)
- Kretslag –treningstilbud jr/sen
- Team Veidekke Innlandet
- Kurs/utdanning
- Økonomi –sponsorer
- SC – Gjennomfører avslutning.



Samlinger

Miljøsamlinger 13-16:

- Interkretssamling Natrudstilen 06.-08.09,
- Miljøsamling barmark Natrudstilen 27.09-29.09
- Jentesamling Torsby 04-06.10
- Miljøsamling Snø Trysil 08.11-10.11

Junior/Senior:

- Natrudstilen 14. - 16.6, oppstart og testløp.
 - Natrudstilen 15. – 18.8 : barmark/testing.
 - Natrudstilen 12. – 15.9 : barmark/testing
 - Trysil 17.- 20.10 : barmark, over 60 del.
 - Trysil 07. - 10.11 : snø, 70 del.
-

Gjennomførte SC/KM i 2019/2020

Dato	Navn	Arrangør	Stilart
15.12.19	Sjusjørennet 2019/SC1	Sjusjøen Lang.	Klassisk
04.01.20	Hamar Bysprint - SC2	Hamar SK	Fri
05.01.20	Moelven rennet – SC3	Moelven IL	Fri
25.01.20	(Kjellmyra) Vang KM Sprint/SC4/	Vang SLF	Klassisk
26.01.20	Granlirennnet KM Fristil/SC5	Granli	Klassisk
08.02.20	Tolgarennnet KM Felles start/SC6	Tolga IL	Fri
09.02.20	KM sprintstafett	Strandbygda	Fri
28.03.20	Sjusjøcup Finale /SC7 Avlyst	Sjusjøen IL/Nat	Klassisk
29.03.20	KM Stafett - Avlyst	Sjusjøen IL	Klassisk



Langdistanse Cup

Dato	Navn	Arrangør	Stilart
04.01.2020	Budorrennet	NL Ski	Klassisk
15.02.2020	Trysil Skimaraton*	Trysil	Klassisk
29.02.2020	Moraløpet	Rendalen IL	Klassisk

* Furnesåsen rundt, *Ringnesløpet og Egebergrennet ble avlyst



Premiering SjusjøCup

Endelig resultatliste ligger ute. Min 4 renn for å få premie

Premier er pakket klubbvis.

Klubber rundt Hamar kan kontakte Trygve 95105082 for henting

ellers kontakt Jan Olav

SjusjøCup Klubbliste

Plass	Klubb	Poeng
1	Hamar SK	6727 (6385)
2	Vang SLF	4496 (3233)
3	Moelven	2293 (1910)
4	Strandbygda	2266 (2753)
5	Mjøsski	2228 (2252)
6	Ottestad IL	2093 (1609)
7	Tynset	2091 (2372)
8	Granli	1909 (1375)
9	Nybergsund	1419 (270)
10	Magnor	1272 (1525)

Fjorårets tall i parantes



KM deltagelse

Jenter/Kvinner	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
J13	20	11	28	20	14	14	14
J14	18	17	11	28	15	12	10
J15	16	14	13	10	21	8	8
J16	7	14	11	12	7	19	9
K17	5	4	9	7	9	6	9
K18	5	2	2	9	4	7	6
K19/20	4	4	2	4	7	5	6
Kv. Senior	3	2	2	5	2	1	1
Sum Kvinner	78	68	78	95	79	72	63
Gutter/Menn							
G13	19	31	29	26	17	13	13
G14	33	13	25	30	31	12	12
G15 FH					1	1	0
G15	27	26	11	29	25	20	12
G16 FH							1
G16	20	21	20	11	20	23	16
M17	17	10	12	12	6	12	13
M18	7	16	7	12	7	4	8
M19/20	9	11	8	7	8	16	4
Men S.	6	11	14	9	8	13	4
Men S. FH Stå	1	1	1	1	1	1	1
Sum Menn	139	140	127	137	124	114	84

Resultater/representasjon

- HL
 - Gull sprint Petter Solhaug Sæter
- NC Junior
 - 1 og 3 plass Ingeborg Østgård
 - 2 plass Jonas Vika
- U 23 NM
 - 2 plass Johanne Harviken
- S. NM/NC
 - Therese Johaug 2 gull
 - Simen A. Sveen 2x3plasser i NC
- Representasjon:
 - Jr. VM Kristoffer Kvarstad og Jonas Vika
 - U 23 VM Johanne Hauge Harviken



Team Veidekke Innlandet (Region lag Innlandet)

Eliteteam som eies i fellesskap av Buskerud, Oppland og Hedmark Skikretser

- Støtte og deltakelse fra Skiforbundet og Olympiatoppen
- Trygve Glad Slokvik representerer HSK i styringsgruppen
- **Utøvere fra Hedmark 2019/2020**
 - Johanne Hauge Harviken, Strandbygda IL
 - Joachim Aurland, Kjellmyra IL

Ny finnasiering for videre drift via Langrennssportens venner 200' og NSF 200', dvs. 100' mindre enn normalt.

Nytt lag tatt ut for neste sesong:

- Johanne Hauge Harviken, Strandbygda IL
- Joachim Aurland, Kjellmyra IL
- Kristoffer Kvartstad, Hamar SK

Økonomi – Utvikling egenkapital og budsjett

Egenkapital

Avdeling:	EK År 2014	Resultat 2015	EK År 2015	Resultat 2016	EK år 2016	Resultat 2017	EK År 2017	Resultat 2018	EK År 2018	Resultat 2019	EK År 2019
Avd. 70 Langrenn *	859 023	-148 648	710 374	35 022	745 396	27 297	772 693	4 084	776 777	-94983	681 794

Budsjett 20-21

	2020			2021		
	Innt.	Utg.	Resultat.	Innt.	Utg.	Resultat.
70 - Langrenn						
70001 - Post 3 - Utanning	18 000	15 000	3 000	18 000	15 000	3 000
70002 - Miljesamling barmark	125 000	140 000	-15 000	125 000	140 000	-15 000
70003 - Miljesamling sne	100 000	115 000	-15 000	100 000	115 000	-15 000
70005 - Ungdoms/interkretssamling	30 000	30 000	0	30 000	30 000	0
70006 - Jerteprojekt	60 000	80 000	-20 000	60 000	80 000	-20 000
70100 - LK administrasjon	460 000	180 000	272 000	460 000	180 000	272 000
70101 - LSV-luer	0	0	0	0	0	0
70110 - Smøreservice renn	100 000	185 000	-85 000	100 000	185 000	-85 000
70120 - Støtteapparat	0	0	0	0	0	0
70210 - NC 1	150 000	175 000	-25 000	150 000	175 000	-25 000
70220 - NC 2	150 000	175 000	-25 000	150 000	175 000	-25 000
70230 - NM Jr	180 000	200 000	-20 000	180 000	200 000	-20 000
70240 - NM JR2/NC4	50 000	65 000	-15 000	50 000	65 000	-15 000
70300 - Hovedlandsrennet	200 000	220 000	-20 000	200 000	220 000	-20 000
70310 - Ungdomsstafetten	0	20 000	-20 000	0	20 000	-20 000
70400 - Kretsag JR	615 000	500 000	115 000	615 000	500 000	115 000
70500 - Senior	100 000	160 000	-60 000	100 000	160 000	-60 000
70600 - Sjusstecup	0	40 000	-40 000	0	40 000	-40 000
70650 - Langdistansecup	0	20 000	-20 000	0	20 000	-20 000
Sum			10 000			10 000
71 - Team Veidekke Innlandet						
71100 - Team Veidekke Innlandet ad	600 000	600 000	0	600 000	600 000	0



Presentasjon Qest Back

- Astrid presenterer



Klubbene
som har
svart

KM - hvordan få opp igjen attraktiviteten helt opp til junior løpere? Arrangere en KM-helg hvor rennene arrangeres på samme sted, eller i nærheten av hverandre. Hvor Hedmark skikrets og arrangører kommer med forslag til gunstig overnattingsted. Vil dette være med på å øke deltagelse på KM. Kom gjerne med andre innspill også

Oppsummert:

- Kompakt KM helg med to skirenn
- Arrangeres i nærheten av hverandre eller på samme skistadion
- Sosialt med overnatting for de som trenger det

Helg

Det må arrangeres attraktive renn i regionene for å øke rekrutteringen. Når man får opp antallet er det kanskje interessant å reise til litt større renn. Får man opp antallet lokalt, så vil det bli flere som vil søke til det høyere nivået på KM. KM må også bli ett skikkelig arrangement som går utenpå de andre arrangementene.

1. Se på fellesopplegg med Oppland, spesielt for å få større startfelt i sprint.
2. Felles arrangement sted/geografisk sted begge dager.

KM helg med 2 renn på samme destinasjon (eller veldig tett). For eksempel sprint med fullt program en dag og distanse fellestart dag 2. Tidspkt må koordineres med NC-junior (ikke helga før NC eller påfølgende helg av NC) Forhåpentligvis blir det mer attraktivt for juniorer da. Førjulsrenn på Sjusjøen virker også å være interessant for juniorene - kjøre en KM-distanse da?

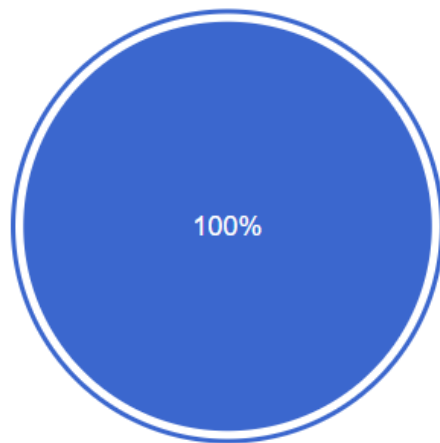
Vi tror det har blitt for mange KM arrangement, noe som gjør at dette ikke blir prioritert som viktige renn. En helg med individuelle renn, hvor overnatting og det sosiale kan være en del av opplegget kan absolutt være en løsning.

Viktig med samlet KM-helg. Gjerne forslag til overnattingssted. Klubbene kan jobbe med å motivere sine egne juniorer til deltakelse i KM. Dette er viktig for klubb- og kretsfølelse.

Kompakt KM helg med 2 renn på samme sted, gjerne hvor det er gode overnattingsmuligheter. Unngå "kjedelige" traseer hvis mulig.

2

Sprint - arrangere full sprint fra 15 år



● JA
● NEI

i sammenslåtte klasser må klasse vinner stille bak i felt. Eventuelt LYn modellen

Slå sammen klasser. 13-14. 15-16. Osv. Gjør som på hovedlandsrennet. La resten gå skicross eller annet alternativ.

1. Sammen med Oppland, større antall deltakere.
2. 3 stk heat på alle ved deltakere under 30, sammenlagttid bestemmer plassering (krever tidtaking i alle heat). Kan slå sammen klasser, men kåre KM vinner.

Tenker det kan være fint å få til dette. Alle må få mulighet til å gå prolog + 2 heat minst.

Kvartfinale-semifinale-finale. 15-16 sammen, felles jr-klasse, evt skille yngre/eldre junior. Løpere fra egen krets prioriteres foran eksterne? Bruke prolog-plassering til rangering Sjusjøcup/KM i 15-16 år.

Viktig med effektive arrangement!

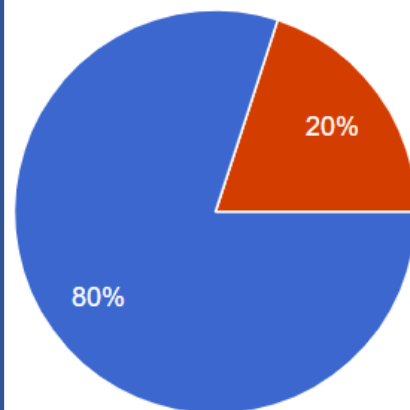
I og med at det er sprint på HL bør det være full sprint fra 15 år men om det bør være KM status eller om det holder som en SC renn er vi usikre på

Svaret er tja. Hva mener utøverne om dette? Er det viktig å gå først over målstreken som vinner av 15-års klassen, eller å få matching mot eldre utøvere?

Slå sammen klasser fra 15 år. Trening på sprintkonk er viktig.

Innspill på hvordan man kan arrangere full sprint, samt opprettholde KM vinnere i alle klasser

Er KM sprint et viktig renn for rekruttering av yngre utøvere til å delta på skirenn utenom klubbrenn?



● JA
● Nei

4

Lag ett skikkelig arrangement med noen øvelser. Kvalitet foran kvantitet

Spesielt KM stafett og KM sprintstafett.

Annethvert år med KM-stafett og KM-sprintstafett for 13-16 og jr/sr.

I forhold til sprint tror vi ikke dette er noe mer viktig en andre renn for å øke rekrutteringen. Det er gøy fordi de kan gå flere ganger, men det er samtidig skummelt med fellesstart da det blir veldig synlig om en blir langt bak. Da tror vi heller sprintstafett er et bedre rekrutteringsrenn enn vanlig sprint for de yngste.

Som nevnt over tror vi at en helg med KM vil være veien å gå. Som avslutningshelg kan en fortsatt ha KM stafett og om det er ønskelig med KM sprint kan dette gjennomføres i den forbindelse.

Vi har også deltatt på noen renn i Sverige hvor det gjennomføres distanserenn på morgenen og sprintstafett på ettermiddagen, dette har mange foreldre satt stor pris på da det blir litt mer enn bare å gå 10 min for å dra hjem igjen. Et slikt arrangement avhenger selvsagt av antall deltakere, men kan gjennomføres på enkel måte.

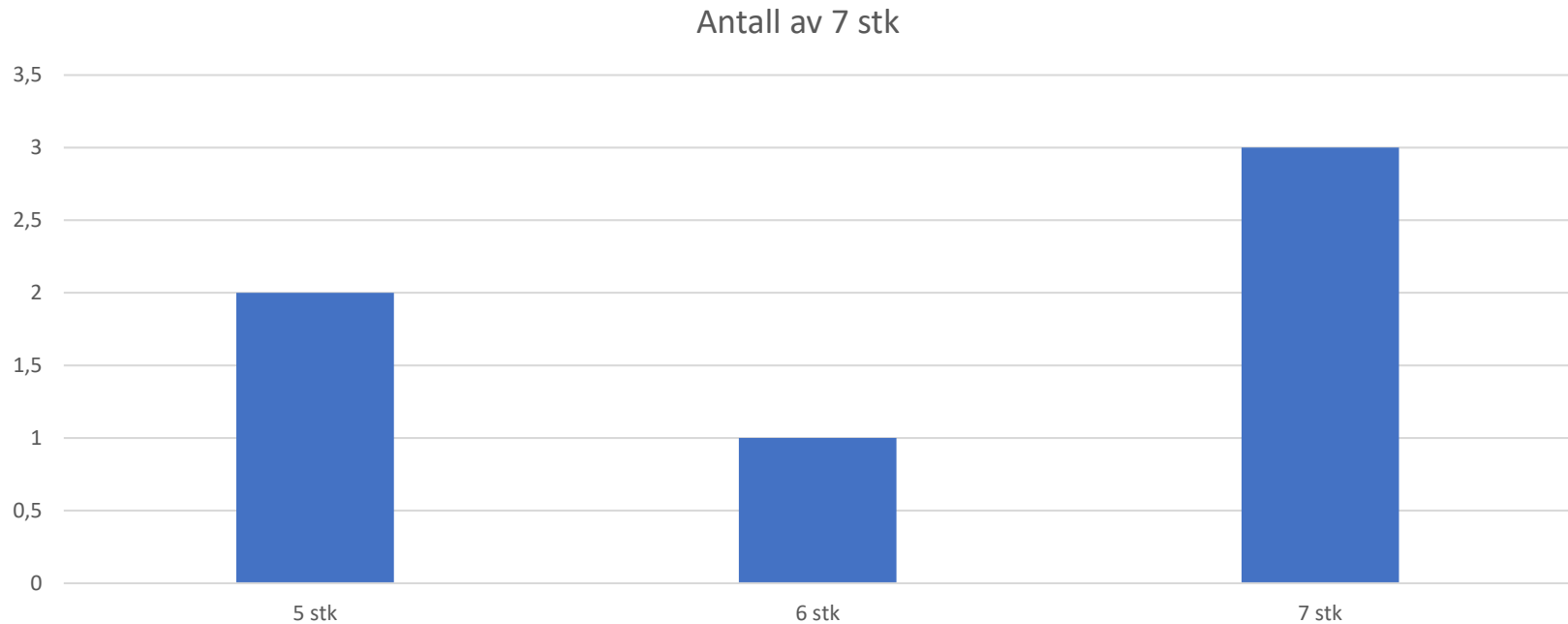
Bra oppsett av KM i år, men forsøke at arrangementene samme helg er i nærheten av hverandre.

Arrangører bør komprimere konkurransen slik at konkurransen ikke tar hele dagen.

Andre innspill til
KM både sprint,
distanse og
stafetter

5

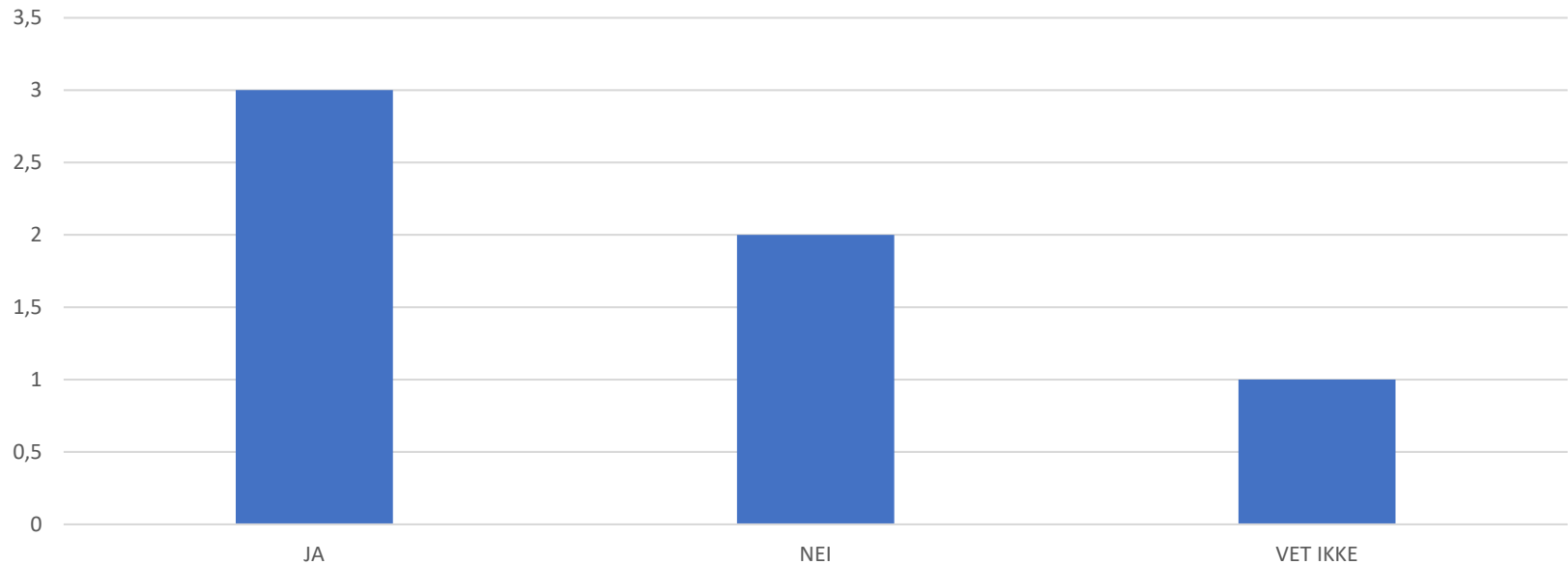
Antall SC renn - hovedmålgruppe 13-16 år



6

Bør ett av TDH rennene være en del av SC?

Antall av JA3



7

Det må arrangeres skirenn jevnlig og gjennom hele vinteren. Kretsen bør pålegge regionene å arrangere. Foregående sesong hadde nesten ikke skirenn etter januar.

1. Et av tour de Hedmarken bør være SC.

2. bør ta hensyn til ungdommens Holmenkollrenn og HL ved planlegging av terminliste/SC

Må ha to renn pr helg, særlig i nord- og sørfylket. Unntaket kan være enkeltrenn på Sjusjøen før jul.

Veldig bra at hovedterminlista kom ut tidligere, at datoene for SC var satt da det skulle søkes på renn, men det blir mange SC renn og KM renn, noe som resulterer i at de klubbene som ikke har renn med denne statusen blir "borte" og får få deltakere fra andre klubber.

Terminlista var fin i år. Lurt med 7 renn for å ha et par å gå på i tilfelle avlysning. Bør være to sprintrenn i SC som i år

Forsøke å legge renn fordelt over hele sesongen, bør unngå lengre opphold. Viktigst å tilpasse for 13-16 år. Ikke viktig å hensynta type renn som Vasaloppet og birken

Terminliste og antall SC renn. Kommentarer
til terminlista 2019-2020

Dobbelrenn i samme geografisk område under KM/sc helger.

2. KM avslutning i Nord Østerdalen/Trysil??

3. KM distanser bør/må opprettholdes.

4. KM bør arrangeres på jevne snø forhold.

3 dobbelthelger (ei helg før jul) + finale. Finale trenger absolutt ikke være på Natrudstilen hvert år, da dette har vært sesongens dårligste arrangement de siste årene...

Færre "viktige" renn vil forhåpentligvis øke statusen på disse samtidig som det gir rom for de mindre klubbene som ønsker å arrangere men som ikke ønsker KM eller SC status. Få ut terminlista så tidlig som mulig. Fordelingen i fylket er viktig slik at alle føler at de har renn i nærheten. KM helga kan være på samme sted med tanke på overnatting

TDH trenger ikke SC-status for å få tilfredsstillende antall deltakere. Om det blir for mange renn på få dager avhenger av kalenderen. Juniorene vil ofte prioritere å gå færre renn uansett. 13-16 år takler trolig mange renn rundt jul fint.

Ønsker innspill til
terminliste for
neste sesong



Uttak stafett Hovedlandsrennet. Forslag: Distanse og sprint rennet i HL teller mest da de går i ulike stilarter, og at KM klassisk distanse og KM skøyting distanse er en del av vurderingen. Løperen trenger ikke å ha deltatt i alle uttaksrenn for å bli vurdert.

Nei

JA

JA

De tre beste lagene rangerers, deretter like lag

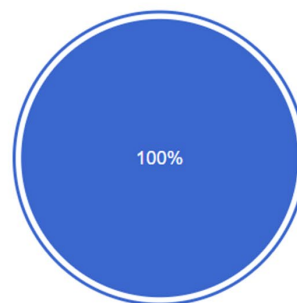
Klubben tenker at man i utgangspunktet rangerer alle lag, men åpner opp for alternativer

JA

Hva synes klubbene om at vi skal rangere alle lag i HL stafetten, eller kun de 2-3 antatt beste lagene for gutter og jenter og resterende lag gjøre tilnærmet like?

11

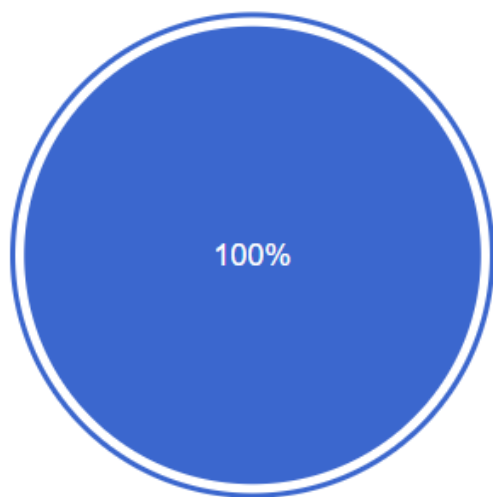
Ungdoms stafett
Holmenkollen - Forslag
til uttak av stafett lag: HL
distanse skal telle mest,
deretter HL sprint og HL
stafetten om stilarten er
relevant. KM i relevant
distanse er en del av
vurderingen. Løperen
trenger ikke å ha deltatt i
alle uttaksrenn for å bli
vurdert.



● JA

12

Stafett NM Junior Forslag: Uttak skjer etter følgende kriterier: NC1-2 -NM jr. Resultater fra disse som enkeltrenn.- Spesielle egenskaper/styrke hos løper vektlegges.- Eldre løpere går foran yngre løpere der de resultatmessig står tilnærmet likt.



● JA

Samlinger 2020

- Miljøsamlinger 13-16 år
 - Interkrets oppland, 28-30/08 Mosetertoppen (15-16)
 - Miljøsamling Rena 16-18/10, Barmark 13-16
 - Trysil snø 6-08/11. Snøsamling
- Junior og Senior
 - 06.06. – Natrudstilen: oppstart og testløp
 - 20.-23.08. – Trysil: barmark/testing
 - 17.-20.09. – Natrudstilen : barmark/testing
 - 15.-18.10. – Trysil: barmark
 - 05.-08.11. – Trysil: snø

Støtteapparat

- Dette må vi komme tilbake til på høstmøte
 - Smøretjeneste – Samarbeid Hamar SK/andre
 - Støtteapparat – Hovedleder/sekundering osv.
- Omfatter følgende arrangementer
 - Norgescup jr/senior, Skandinavisk cup
 - NM, jrNM
 - Hovedlandsrenn (15-16 år)
 - Ungdomsstafetten



Terminliste 2020/2021

- Vi må planlegge som om det blir normal sesong.
 - LK må behandle innspill
 - Dato hovedrenn i løpet av Juni
 - Frist for å søke på renn 1.9
(gjelder også langdistanse/turrenn)
 - Åpent for forslag til arrangementstype i søknadene.
-

Kort fra NSF fagmøte onsdag 03. juni 2020

- LK
 - Resultat krav 8.1. Mye sparetiltak
 - Normal samlingsplan fra august
 - Færre på elite, ungt rekrutt lag
- Helse/Korona
 - Strengt regler (2 meter avstand)
 - Ingen syke på samling
 - Ikke bo på samme rom som ikke bor i samme husstand
 - Nye retningslinjer for aktivitet kommer
- Kostnadsreduserende tiltak
 - Forslag til reisefordeling foreligger, behandles i LK
 - Andre tiltak kommer på høstmøte
- FIS
 - Nasjonal kvote ned fra 15 til 12 (2 U23)
 - WC poeng for stafett,



Fagmøte forsetter

- Fluor
 - Totalforbud
 - Testapparat (håndholdt under utvikling) 20 stk.
 - Utøver blir diskett.
- Arrangement/terminliste
 - Planlegger som vanlig. Alt avhengig av hva som blir lov.
 - Blir bestemt på høstmøte.

SKIFORBUNDET / LANGRENN / SKIRENN - ARRANGEMENT

Terminlistens hovedpunkter og sesonginformasjoner

Terminlistens hovedpunkter 2020-2021

(Oppdatert 03. juni 2020)
