

Oversikt over vedleggene:

Landslagene: Gode sammen	Side 2
Landslagene, presentasjon	Side 5
Langrenn – markedsinfo	Side 7
Nord-Trøndelag Skikrets	Side 8
Troms Skikrets Sportplan	Side 10
Allemannsretten, Marianne Reusch	Side 12
FIS-info Vegard Ulvang	Side 15
Ildsjeler og Klubb-NM, omtale	Side 18
Langrennsportens Venner Regnskap	Side 22
Juniorsatsingen	Side 25



GODE SAMMEN
NSF
LANGRENN




Ulik spisskompetanse, ulike konkurranseformer
Ulike individer og personligheter
Individuelle måsetninger



"For å bringe en mand fra et sted til et annet, må man i sannhet først finde ham, der han er."

Søren Kirkegaard




Utviklingen

"Verdens beste" 2013

Hva er planen?
Når skal det skje?

Hvor vil vi?
Hvor er vi?


Direkte prestasjonsfaktorer:
• aerob base
• anaerob base
• teknikk
• fartsressurser
• styrke
• mental styrke

Indirekte (ytre) prestasjonsfaktorer:
• restitusjonstid
• utstyrs kvalitet
• økonomisk og sosial trygghet
• støtteapparat

Evaluering – nåsituasjon 2012




"Det er ofte de beste som vil bli bedre"



"To get better you need to change, to be perfect you have to constantly change"

Winston Churchill



Hva kjennetegner godt teamarbeid?

Samspillet mellom sterke individualister:

- Utnytte tilgjengelig kompetanse internt i gruppa
- Akseptere "forskjellsbehandling"

Må se at det betyr noe for meg




 **Hva kjennetegner et godt samarbeid ?**

- Vekk med janteloven
- Bryte ned egoisme, men stimulere individualitet
- Lytt og lær, vær ydmyk!
- Misunnelse er fyord
- Når to er helt like, er vi en for mye....

Det er mest rettferdig å behandle alle ulikt !





 **Ikke mange sannheter, men trening og trivsel er to av de !**



- Humor og humør kan ikke undervurderes
- Smil
- Vis begeistring

- *At vi vil prestere må vises i hverdagen*
- *Likegyldighet er begeistringens verste fiende*

- **Det er likhetstegn mellom godt humør og seriøsitet!**



 **Godt humør = Godt miljø**
Hva kjennetegner et godt miljø?

- Akseptere hverandre
- Alle må yte noe
- Vilje til samarbeid
- God planlegging
"Plan the work, and work the plan"
- Åpenhet
- Ærlig evaluering



- *Prestasjonskultur*



 **Glede seg over andres prestasjoner!**





 **Hva kjennetegner en prestasjonskultur?**



Vinnerkultur innen idretten betyr:

- Konkurransglede
- Vilje til å trene for å bli bedre
- Må tørre å satse

"- du må tørre å tape for å kunne vinne"
Willy Rallo



 **Et velfungerende lag** 

- spørsmål til løperne

- Engasjement
- Samhold, trivsel og humør
- Sjøtillit og målbevissthet
- Åpenhet og takhøyde
- Utvikler seg kontinuerlig
- Gode ledere







En god leder



- spørsmål til løperne

- Tydelig
- Åpen for diskusjon
- Samlende
- Skaper engasjement
- Humor
- Faglig styrke







Spilleregler i Landslaget 2012/2013



4 verdier som grunnlag for spilleregler:

Snakke med hverandre, ikke om hverandre og være profesjonelle i alle ledd. (Grunnregel)

Offensive innad og utad:
 Nyskapende, prøve nye ting.
 Være i forkant av utviklingen.
 Tørre å si at vi skal være verdens beste løpere og støtteapparat, - og ta konsekvensen av dette.


Positive innad og utad:
 Løsningsorienterte.
 Være både formelle og uformelle sammen.

Samarbeidsvillige:
 Alles ansvar at alle jobbene blir gjort.
 Ærlige tilbakemeldinger. Stor takhøyde!
Troverdige:
 Sier ting som det er med en gang.
 Tar opp ting internt (til den det gjelder)!




"Hemmeligheten bak en suksess er alltid hardt arbeid, derfor forblir det en hemmelighet for de aller fleste"

Mark Twain



Landslagene Presentasjon

Høstmettet 2012




NSF Funksjonshemmede, sesongen 2012/13



Lite miljø – offensivt – best i verden



NSF Funksjonshemmede, sesongen 2012/13

Navn	Mariann Vestbøstad Marthinson	
Alder	27	
Bosted	Bergen	
Klasse	LW 10-12 (Sit-ski)	
Meritter	2 bronse VM 2011 - World Cup 2012	
Navn	Håkon Olsrud	
Alder	26	
Bosted	Oslo	
Klasse	LW 2-9 (Stående)	
Meritter	Topp 10 WC	
Navn	Vegard Dahle	
Alder	21	
Bosted	Trondheim	
Klasse	LW 2-9 (Stående)	
Meritter	3 sølv VM 2011 - World Cup 2012	
Navn	Trygve Steinar Toskedal Larsen	
Alder	39	
Bosted	Filsa	
Klasse	LW 10-12 (Sit-ski)	
Meritter	Gull, sølv og bronse i VM 2011	



NSF Funksjonshemmede, sesongen 2012/13

VM Sollefteå 25. feb – 5. mar 2013
 2011: 7 medaljer, 6. beste nasjon
 2013: 6-8 medaljer, 3. beste nasjon

Tiltak:
 Fokus på å øke aerob kapasitet
 Legger stor vekt på basis-styrke
 Alltid fysio med på samlinger og konk.
 Bedre utstyr for sit-ski
 Stille til start på FIS-renn

Bli mer synlig internt og eksternt



Målsetting sesongen 2013:



Verdens beste langrennsnasjon
 Individuell seter TDS




Elitelandslagene 2012/13






Høydetrening Langrenn "Gullopskriften Sochi 2014"

Hva har vi gjort:

- 22 år med erfaring
- Nytenkning, utvikling
- Olympiatoppen
- Datainnsamling
- Individualisering
- Støtteapparat

Lavlandsmesterskap vs høydemesterskap

- Val di Fiemme 900 moh.
- Suksessfaktor høydeforeberdeleser
- Blodeffekt som muliggjør prestasjons fremgang eller treingsleireffekten?

Veien fremover

- Psekhako Rigde, Sochi 1480 moh.
- Gjøre det som er nødvendig for å vinne.
- Minimum 60 døgn i høyden pr treningsår, dvs minimum 3 opphold.
- Høydehus

Høydeprosjekt NSF / OLT 2012 -2014

- Fortsatt grave i høydegåten, ingen fasit.
- Mer monitorering
- Hematologi (studiet av blod)
- Blodvolum og effekt av trening ift hemoglobinmasse
- Mulig spinnoff.

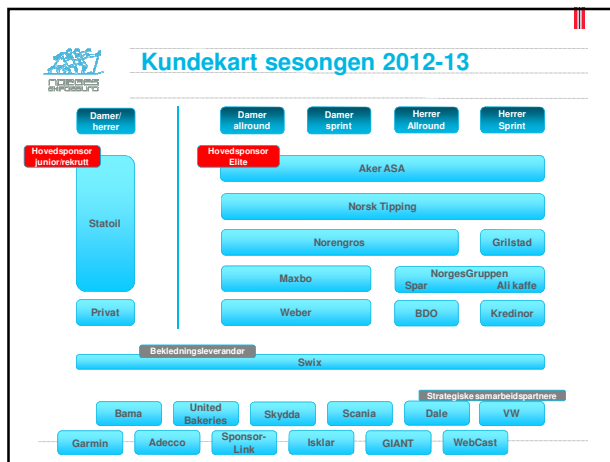
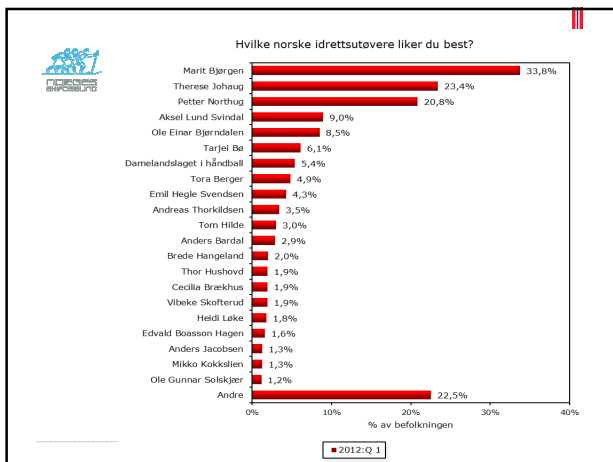
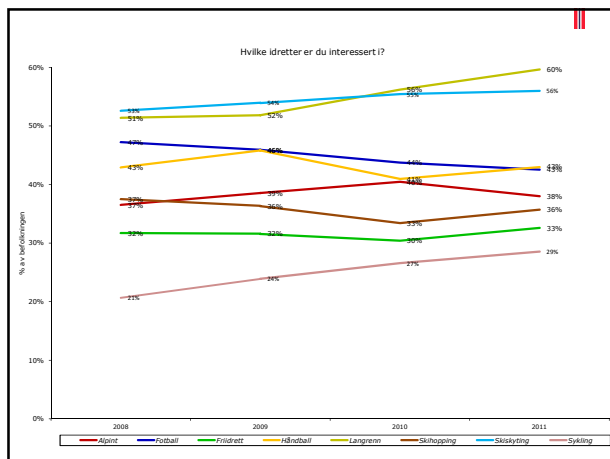
Antidoping

- FIS Antidoping
- Antidoping Norge
- FIS Whereabout/ADAMS

Langrenn, Markedsinfo



Hovedmål:
Verdens beste langrennsnasjon og Norges beste sponsorobjekt



Strategi for utvikling av norsk langrenn

Kontinuerlig profesjonalisering i alle ledd og en kontrollert vekst

- I forkant av sportslig utvikling
- Øke kundesamspillet
- Kommersialisering – sikre inntekter og EK
- Alle prestasjonsgrupper i samme spor
- Kommunikasjon
- Verdifokus

Kommersiell fokus nå

- Verktøykasse
 - Foto og film
 - Motivasjonsprogram (over 500 trente kunder siden august)
- Hospitality under VM
 - Over 1200 kunder tilstede
- Reforhandling bekledningsavtale
 - Langrenn forhandler på egne vegner
 - Flere produktkategorier, med budrunder
- Dialog med nye potensielle strategiske partnere

NORD-TRØNDELAG
SKIKRETS

Skikretsens organisering

LKs rolle i kretsen

Legge til rette for sunn og verdifull skiaktivitet i 78 klubber

Bidra til mange gode, glade skiløpere ☺

Sikre bredden, for å høste toppen!



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETS

Paraply-funksjon Forbund-krets-klubb

På samme måte som Norges skiforbund er paraplyen over kretsene, er NTS paraplyen over klubbene.

Nord Trøndelag skikrets har et styre bestående av lederne i hver grenkomitee, samt medlemmer som utgjør skikretsen AU.

Skikretsen med sine grenkomiteer er paraplyen over våre 78 klubber med utøvere innen langrenn, hopp, kombinert og alpint.



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETS

Enkeltmennesker og kompetanse i frivillig organisasjonsarbeid, i alle ledd

- Valgkomiteen innehar den viktigste rollen, i samarbeid med sittende styre, komitèmedlemmer, adm. sjef og klubbene
- Valgkomiteen skal ut fra innkomne forslag, og på eget initiativ legge frem ei liste kandidater som skal utgjøre et styre, eller en komitee, hvor suksess i arbeidet forutsetter engasjement, prioritert tid, kunnskap og evne til både selvstendig arbeid og samarbeid.



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETS

Skikretsens organisering se eget organisasjonskart – siste ark

- Et styre som består av et AU, samt lederne i hver grenkomitee (langrenn, hopp/kombinert, alpint)
- Komiteer med ledere og medlemmer
- Utfordringer;
Geografisk sammensetning, Erfaringsbakgrunn, den enkeltes engasjement, tid til disposisjon og forståelse for jobben som skal gjøres.



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETS

«Grupper» på tvers av styre og komiteer

- Disse er vi ikke flinke nok til å bruke, vi kunne dratt mye godt ut av å bruke disse gruppene mer, men igjen så er gruppene sammensatt av enkeltpersoner. Geografisk spredning og tid til disposisjon er utfordringer.
- Eksterne aktører, eks en TD som bidrar med terminliste og TD oppsett.
- Noen på «honorar»; trenere, smørere, kursholdere



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETS

Møteplassen


- Idrettens Hus: felles møteplass for komiteene
- Møtene starter med: fellesdel, kretslederen informerer, adm.sjefen informerer, alle får vite litt fra hver komitee, styret er disponibel for komiteene.
- Kan komme med innspill, spørsmål etc
- Hovedpunkter i sakslisten de samme for alle komiteer
- Adm sjefen ser tråden i hele kretsen, så også styret i skikretsen.



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETETS

Komiteen som faginstans for skistyret


- Høringsuttalelser, eks høydehus-saken.
- Samarbeid på tvers, eks samlingsplaner
- Kontrakter, felles utforming i forhold til verdier, forpliktelser begge veier, etc
- Foreslår terminliste, renn geografisk spredning, NTE cup, uttaksrenn, m.m.



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETETS

Arbeidshelg/døgn


- Oppstartssamling
- Kjent med kretsen
- Rollene og fordeling innad i komiteen
- Bli kjent med årshjul og handlingsplan
- I starten av forrige periode hadde vi dette, og det bidro til godt grunnlag for videre arbeid
- I inneværende periode ble det ikke prioritert, noe vi ser at var feil. Vi trenger å bli ristet sammen, og ha tid utover komitemøter fra 18-21.30 på hverdager hvor vi kjører fra 2- vel 100 km hver vei.



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETETS

Idrettskretsens møteplasser

- Høst og vår, blir særkretsene invitert til å legge sine møter til idrettskretsens møteplass
- Skikretsen har i mange år prioritert dette, og bidratt til gode møteplasser med bl. annet;
- Fellesforum på tvers av særiddrett og gren, som seminar om kosthold, treningsfilosofi, kurs (tidtakning, arrangør, smøring, modul i trenerkurs, med mer)
- Impulssamlinger, 13-16 år grenvis, men med felles lunsj og noen ganger seminar også for ungdom.
- Større fellesskap



NORD-TRØNDELAG
SKIKRETETS

Adm. sjefen alfa og omega

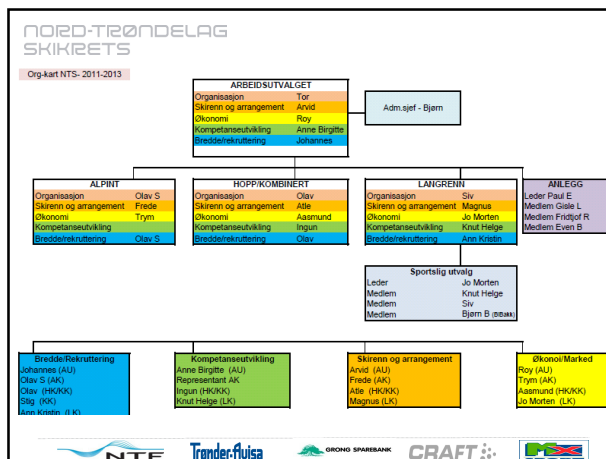
- Kretsens ansikt og stemme ut, han får telefonene og e-postene på godt og vondt.
- Særdeles viktig med godt samarbeid mellom grenleder og adm.sjef, samt at alle medlemmer alltid har adm.sjef på kopi, forbedringspotensiale!
- Kontinuiteten videreføres, sitter med erfaringene fra ulike måter saker er blitt behandlet på, og gjennomført på. Vi kan gjøre valg, men gjør klokt i å lytte!
- Historien sitter her, slik at nyvalgte har en levende kunnskapside tilstede på kontoret, tlf, e-post og i person på våre felles komiteemøter




NORD-TRØNDELAG
SKIKRETETS

LKs rolle

- Videreføre sunne og gode holdninger fra forbund, via krets til klubb
- Være håndlangere iftvt verktøy, konsulent, forbilde og støttespiller
- Ivareta fokusområdene i handlingsplanen
- Lk er lokomotivet i skitoget, profilere krets med kretslag og samlinger slik at det implementeres et eierforhold og en fellesskapstanke i hver klubbloper i forhold til kretstilhørighet i vår krets©




Sportsplan – Troms Skikrets, langrenn

Presentasjon på Norges Skiforbunds kretsleder møte


Gardermoen

28.10.12




Hvorfor en egen sportsplan?

- Systematisere arbeidet i LK.
- Synliggjøre overfor klubbene hvilke mål vi jobber mot på kort og lengre sikt.
- Ha en link mot NSF's skipolitiske dokument.
- Skal gjøre det enklere for nye personer som kommer inn i organisasjonen.
- Sportsplanen skal kort og godt være et langsiktig styringsverktøy som skal sikre en rød tråd i arbeidet i Troms Skikrets, langrenn. Planen revideres i hver periode.



Innledningen

- Troms Skikrets er kjent for å være en «samlet krets» - GULLUA.
- **Formål**
 - Langrennskomiteen i Troms skikrets skal jobbe til det beste for skiidretten i Troms. Arbeidet skal preges av fellesskap, idretts glede og langsiktighet. Målet er å øke rekrutteringen, samt skape mange og gode seniorløpere.
- **Visjon**
 - Troms Skikrets - mange, glade og GODE langrennløpere.



Innledningen

- **Verdier**
- **Fellesskap**
 - I fellesskap skal vi bli mange, glade og GODE langrennløpere! Troms skikrets skal preges av godt samhold og fellesskap. Langrenn skal være en idrett for alle, og alle skal dra lasset sammen.
- **Idrettslede**
 - Idretts glede skal gi mange, glade og GODE langrennløpere! Idretts glede skal være et helt sentralt stikkord for alle.
- **Langsiktighet**
 - Langsiktighet skal gi mange, glade og GODE langrennløpere. Aktiviteten i Troms Skikrets skal være basert på en langsiktig tankegang. Vi skal bli gode som seniorløpere.



Inndeling av planen forøvrig

PLANEN ER INNDELTE I FØLGENDE KAPITLER:

- **Bredde og rekruttering**
- **Toppidrett - senior**
- **Arrangement**
- **Anlegg**
- **Utdanning og kompetanse**
- **Hvert punkt har så et HOVEDMÅL og noen flere DELMÅL**



Sportsplanen som styringsverktøy

- **ORGANISASJONEN**
 - LK i Troms Skikrets velges for en periode på to år. Sportsplanen skal være et langsiktig styringsverktøy som skal sikre en rød tråd i arbeidet i Troms Skikrets. Planen revideres i hver periode.
 - LK er organisert med en leder og fire medlemmer med ansvar for satsningsområdene.
 - For å lette arbeidet for LK ytterligere, er det i sportsplanen innarbeidet et årshjul. Dette angir hvilke arbeidsoppgaver som skal gjøres når, og av hvem.



Sportsplanen - tiltaksplan

- Avslutningsvis er det i sportsplanen innarbeidet en egen tiltaksplan for de enkelte satsningsområdene, med:
 - Mål
 - Strategi
 - Tiltak
 - Ansvar



Sportsplanen - avslutning

- Planen skal sluttbehandles av LK og LK's høstmøte første helgen i november.
- For de som er interessert, kan vi oversende planen etter det - ta kontakt med undertegnede:
 - Mail: sveinung@esrevisjon.no
 - Mobil: 918 66 059

Allemannsretten og skiløypene



Av: Marianne Reusch, 2012

Allemannsretten er reglene som gjør at vi kan ferdes fritt i skogen og på fjellet. Allemannsretten er lovfestet i frilufsloven, som ble vedtatt i 1957. Loven er endret flere ganger.

Fri ferdsel i utmark

Allemannsrettens hovedregel står i frilufsloven § 2: ”I utmark kan enhver ferdes til fots hele året, når det skjer hensynsfullt og med tilbørlig varsomhet.” Ferdsel ”til fots” inkluderer også å gå på ski. Dette er altså tillatt for enhver i utmark hele året, uansett hvem som eier grunnen. Allemannsretten gjør at man har den samme retten til å gå både i og utenfor løypene.

Unntak

Fra hovedregelen om fri ferdsel i utmark, finnes det en del unntak. Det står i frilufsloven § 19 at utøvelse av allemannsretten gjelder med de begrensningene som følger av annen lovgivning. Det betyr for eksempel at kommunen i forskrift kan vedta bestemmelser om hvordan løypene skal brukes, eller forby bestemte aktiviteter. Kristiansand kommune har forbudt riding i lysløyper, Bergen kommune har forbud mot sykling lysløyper når disse er preparert. Mange kommuner har vedtatt båndtvang i merkede skiløyper.

Hensynsregelen

Allemannsretten gjelder bare så lenge man oppfører seg hensynsfullt og varsomt (frilufsloven § 2 og § 11). Man skal ikke volde skade og ikke være til ulempe verken for grunneieren eller andre. Eksempler på hensynsløs atferd kan være å ødelegge skispor. Dette vil kunne være et brudd på allemannsretten, og en overtredelse av frilufsloven.

Bortvisningsrett

I skiløypene kan det oppstå interessekonflikter mellom forskjellige brukere, som alle har en rett til å bruke naturen. I noen områder opplever man at for eksempel hundekjørerere, syklistere,

ryttere eller fotgjengere ødelegger løypene. Frilufsloven gir hjemmel for å be folk som ikke følger hensynsreglene om å forlate stedet. Frilufsloven § 11 sier at: ”Grunnens eier eller bruker har rett til å vise bort folk som opptre hensynsløst eller ved utilbørlig atferd utsetter eiendommen eller berettigete interesser for skade eller ulempe.” Dette kan bare gjøres som en muntlig henstilling, og vil ikke hjelpe hvis problemet er tilbakevendende, eller man ikke vet hvem overtrederen er.

Ferdselsregulering i løyper

I områder der løypene er særlig sårbare, eller interessekonfliktene er store, kan man be kommunen om å fastsette adferdsregler. Kommunen kan med samtykke fra grunneieren vedta ferdselsregler for løyper gjennom lokal forskrift (frilufsloven § 2 eller § 15 jf. § 24). Slike ferdselsregler kan regulere hvilke aktivitetsformer som er tillatt i løypa.

Merking og preparering av løyper

Allemannsretten forutsetter at man tar naturen som den er. Tilrettelegging for frilufsliv er ikke del av allemannsretten. Merking og preparering av skiløyper krever som hovedregel grunneierens samtykke. Hvis det er snakk om større naturinngrep, vil det som regel også være nødvendig med offentlig (kommunal) tillatelse. For kommunene i Oslo-regionen innførte markaloven i 2009 egne regler for anlegging, rydding, merking og preparering av skiløyper. I naturvernområder vil det normalt være restriksjoner på adgangen til å merke og preparere løyper. Hvor strenge reglene er, avhenger av verneformen. Naturreservater har for eksempel vanligvis strengere regler enn landskapsvernområder. I mange verneområder har verneforskriftene regler som gjør at forvaltningsmyndighetene kan gi dispensasjon til vedlikehold, utbedring og omlegging av skiløyper.

Hvis en grunneier ikke vil gi tillatelse til preparering av skiløype over sin grunn, har kommunen likevel en viss mulighet til å treffe beslutning om dette etter reglene om såkalt inngrepsløyve (frilufsloven § 35). Denne retten kan kommunen i enkelttilfeller gi til frilufsorganisasjoner og idrettslag. Dersom grunneieren påføres skade som følge av løypa, skal spørsmålet om erstatning avgjøres ved skjønn.

Motorisert ferdsel

Preparering av skiløyper innebærer motorisert ferdsel i utmark, og dette er i utgangspunktet forbudt etter motorferdselloven. Nasjonal motorferdsselforskrift har imidlertid et generelt unntak som sier (§ 3 e) at motorkjøretøy på vinterføre kan nyttes til: ”opparbeiding og preparering av skiløyper og skibakker for allmennheten og for konkurranser, når det foretas av kommuner, hjelpekorps, idrettslag, turlag eller turistbedrifter.”

Gratisprinsippet og løypeavgift

Adgangen til naturen skal som hovedregel være gratis, det følger av retten til ”fri” ferdsel. Grunneieren eller tilretteleggeren av et skiområde, for eksempel et idrettslag, kan innen begrensede rammer kreve betaling for bruken. Dette reguleres i frilufsloven § 14 som fastsetter at eier eller bruker på opparbeidet frilufsområde kan kreve en rimelig avgift for å

dekke utgiftene til tilrettelegging. NB! Slik avgift krever tillatelse (løyve) fra kommunen. Regelen innebærer at inngangspenger på rimelig nivå kan kreves for eksempel for bruken av et idrettsanlegg tilrettelagt med kunstsno. Men avgift kan ikke kreves for bruken av et større løypenett i utmark. Hvor grensen for et opparbeidet friluftsområde som kan avgiftsbelegges går etter de gjeldende reglene, er usikkert.

Kommunen kan i større utstrekning enn grunneieren eller tilretteleggeren treffe beslutninger om arealbruk som også kan føre til inngangspenger. Fornøyelsesparker, dyrehager, golfbaner og badeland er eksempler på utendørsaktiviteter som er avgiftsbelagt. Gjennom plan- og bygningsloven vil kommunen kunne tilrettelegge for skiaktiviteter med brukerbetaling. Eksempler på dette kan være skitunnel, frysespor, toppidrettsanlegg med spesielle standardkrav osv.

Lovteksten finnes på www.lovdato.no

Les mer i boken ”Allemannsretten – friluftslivets rettsgrunnlag”.

Jævla FIS..

OL Vancouver-50 km Classic Plt stop.....the new Challenge

Hvem er FIS?

- En sammenslutning av nasjonale forbund
 - Organiserer internasjonal skisport
 - Vedtar terminlister og konkurranseregler
 - Utdanner og oppnevner TD - er
- Eier kun verdensmesterskapene !
 - Hovedinntektskilde
- Alle andre rettigheter tilhører de nasjonale forbund

FIS økonomi

Overskudd: 23 mill chf.

- 28% FIS reserves & Marc Hodler Foundation
 - MHF: 1.2 mill chf,-
 - FIS reserves : 5.3 mill.chf,-
- 71.6% Nasjonale forbund
 - Nasjonale forbund: 16,5 mill chf,-

Hvem eier arrangementene?

Markedsrettigheter:
Eies av nasjonalt forbund/ arrangør
80% solgt til FIS Marketing

TV rettigheter:
Eies av nasjonalt forbund
NSF har solgt til Infront

Arrangør

Internasjonal gruppe – langrenn

Disse avgjør Norges syn

- Hermod Bjørkestøl- Regel
- Erik Røste- Verdenscup
- Rune Bergsodden- Turrenn
- Vidar Løfshus
- Per Nymoen
- Terje Lund
- Anita Beitdøkken
- Torbjørn Skogstad
- Vegard Ulvang

Langrennskomiteen

– Niklas Jonsson	SWE	Christophe Deloche	FRA
– Elena Välbe	RUS	Chris Grover	USA
– Peter Schlickerieder	GER	Dietmar Miklautsch	AUT
– Silvio Fauner	ITA	Shiro Sato	JPN
– Juha Koulu	FIN	Bruno Heinzer	SUI
– Uros Ponicvar	SLO	Zofia Kelpinska	POL
– Dave Dyer	CAN		

- Verdens Cup komiteen
 - Jak Mae, Per Elofsson, Magnar Dalen
- Aktiv representanter
 - Kikkan Randall og Sami Jauhojärvi
 - **FIKK STEMME RETT I LANGRENNSKOMITEEN I SOMMER**

F I S

Kalenderarbeit...

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNACIONAL DE FISHERION
INTERNATIONALES SKI VERBAND

F I S

Basics Period I

Season opening:

- Season kick off last weekend in November
- 2 weekends in Scandinavia
- Nordic weekends with at least 1 weekend with all Nordic disciplines
- Kuusamo / Lillehammer or Lillehammer / Kuusamo?
- Gällivare instead of Kuusamo in 2016/2017 because WSC in Lahti?

2 weekends in middle Europe (or North America)

8

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNACIONAL DE FISHERION
INTERNATIONALES SKI VERBAND

F I S

Basics Period II

Tour de Ski

- 7 to 9 competitions days (title / non title year)
- Competition days coordinated with 4 hill tournament

Sprint weekend after TDS

1 free weekend for National championships end of January

Pre-OWG or pre-WSC (if not an existing WC venue)

9

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNACIONAL DE FISHERION
INTERNATIONALES SKI VERBAND

F I S

Basics Period III

Title year

- 1 free weekend for training camps
- Last weekend before the title event (not far / same time zone / similar altitude)
- Last weekend before OWG 2018?

Non title year (2015-2016)

- 1 more Nordic weekend end of January (29-31/01)
 - => final concept presented next spring
 - => NSA applications before Autumn meetings 2013
 - => decided during Autumn meetings 2013
- An additional event needed for February 2016
 - => Additional Tour event?
 - => Long distance race?
 - => Ideas / proposals requested for next spring

10

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNACIONAL DE FISHERION
INTERNATIONALES SKI VERBAND

F I S

Basics Period IV

Traditional Lahti / Oslo / Falun (except when they have the title event)

WC Finals:

- 1 sprint competition
- 3 days event from 2014-2015?
- Competition formats for the WC Final 2015 in Norway?

11

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNACIONAL DE FISHERION
INTERNATIONALES SKI VERBAND

F I S

Organising Nations

1st Group: each year in the calendar (1 or 2 weekends)
=> NOR, SWE, FIN, GER, ITA, RUS, SUI

2nd Group: each 2 years 1 weekend (starting 2014/2015)
=> CZE, EST, FRA, POL, SLO

CAN / North America: each 3 years 2 weekends

KOR: OWG 2018 + Pre-OWG in 2016/2017

Other nations: application from TUR

12

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI
INTERNACIONAL DE FISHERION
INTERNATIONALES SKI VERBAND

FIS

6.2 World Cup Rules

BMW xDrive Cup

The BMW xDrive Cup ranking will be calculated on the basis of the bonus seconds and bonus World Cup points awarded from the beginning to the end of the World Cup season as detailed above.

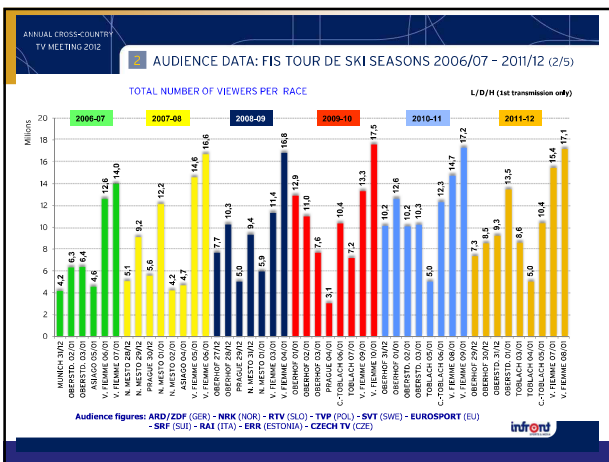
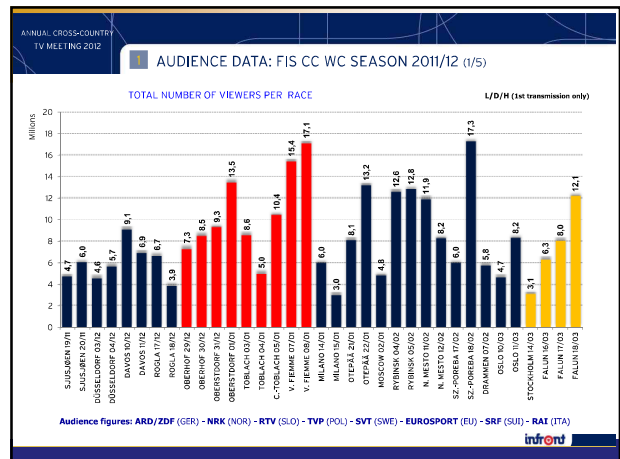
Table Races / bonus points

The winner of the BMW xDrive Cup ranking will be the athlete (male & female) who has collected the most bonus seconds or/and bonus points from the beginning to the end of the season.

If two or more competitors score the same number of bonus seconds, the winner or current leader is the competitor who has the highest number of individual wins and then the best results (i.e. most 2nd places, most 3rd places...). If the competitors are still equal, they will be ranked according to their ranking in the Overall World Cup standing.

13

FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI INTERNATIONALSKI FEDERATION INTERNATIONALEL SKI VERBAND



- Fremover...**
- Gode seertall og store sponsoringteker
 - Men vi er altfor avhengig av et sterkt Tyskland
 - Ingen store endringer på gang
 - Tettere samarbeid med TV produsentene
 - Det er bre enighet om:
 - To teknikker
 - En familie en gren
 - De største heltene skal kunne delta i alle disipliner
 - Pengepremiene skal opp
 - Verdenscup finale i Holmenkollen 2015 ?
 - Tour VM 2020 ? - Trønder tour i 2016 ?
- FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI INTERNATIONALSKI FEDERATION INTERNATIONALEL SKI VERBAND

- FIS**
- ## Turrenn
- Popular Committee ledes av Rune Bergsodden
 - Sterke og tradisjonsrike arrangører med varierende kontakt mot sitt nasjonale forbund
 - Egen organisasjon: World Loppet
 - Alle løp går etter FIS regelbok og med FIS oppnevnt jury
 - FIS Marathon Cup og Ski Classics
 - Ski Classics eies av IEC (TV rettighetsselskap) Birkebeineren og Vasaloppet
 - Men de er alle FIS løp
- FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI INTERNATIONALSKI FEDERATION INTERNATIONALEL SKI VERBAND

- FIS**
- ## Nasjonalt
- Vi må rekruttere flere til internasjonalt TD kurs- gjerne tidligere aktive og trenere
- FEDERATION INTERNATIONALE DE SKI INTERNATIONALSKI FEDERATION INTERNATIONALEL SKI VERBAND

Ildsjieler og "Klubb-NM":

1: Om denne kandidaten sier juryen:

De er to personer som til sammen har bidratt med følgende:

- Trener for aldersbestemte klasser og junior i Bardu IL fra 1995
- Deltatt som del av lederteamet og smøresjef for Troms ved et utall skirenn
- Klubbens tidtakersjef på krets- og sonerenn
- Kretslagstrener for 13-14 år i Troms de siste 3 år.
- Arrangør av Dølaski sommerskiskole i 12 år
- Organisator av fellestrening for alle aldersgrupper i Bardu IL Ski
- Pådriver for å få skiidrett inn i skolen

Begge to er ildsjeler og langrennstrenere i Bardu IL, en klubb som fra 1995 har utviklet seg fra å ikke ha organisert aktivitet, til i dag å ha ca 300 deltakere på klubbrenn og ca 100 utøvere som deltar på ukentlige treninger. De to har vært pådrivere for å få dette til. De har begge en unik evne til å se den enkelte utøver uavhengig av nivå og alder. De har klart å skape et meget godt miljø hvor ledere, foreldre, utøvere og trenere trives, noe som har redusert frafallet blant utøvere i aldersbestemt og junior. De har gjort dette ved å fokusere på den enkelte, og ikke på de beste. Resultatet er imponerende.

Line og Bjørn Heimdal, Bardu IL

2: Om den e kandidaten sier juryen:

Han har vært en ressurs for idretten og spesielt skiidretten i Lierne i snart en mannsalder. Med sin behagelige væremåte får han ting gjort og organisert uten at det er det minste styr rundt hans arbeid. Han har i en årrekke vært en ledende figur i idrettslaget, en type "altmuligmann" som bl.a. har utført og hatt sentrale ansvarsoppgaver innenfor som bl.a.;

- Trener
- Leder
- Administrator
- Løypekjører
- Rennleder
- "Dugnadsboss"
- Leder Flyktningerennet
- Initiativtaker og leder for stiftelsen Namdals Ski
- Anleggsutvikler

Han er en primus motor for idretten og spesielt skiidretten i regionen. Har alltid vært tilstede, ivaretatt alle og enhver, og skapt et trygt og godt "aktivitetsrom" til å være en del av uavhengig av alder, kjønn og nivå.

Fikk i forbindelse med åpningen av årets Flyktningerenn i Lierne, tildelt Kongens fortjenestemedalje for sin innsats for det frivillige samfunnsengasjement og da spesielt rettet mot idrettsarbeidet i en årrekke. Mottok skikretsens høyeste utmerkelse "Hederstegnet" i forbindelse med "nordtrønderidrettens Idrettsgalla", som ble arrangert 28. april 2012.

Kåre Olav Viken, Lierne IL

3: Om denne kandidaten sier juryen:

- har vært usedvanlig betydningsfull på mange områder i Røros IL og Sør-Trøndelag skikrets gjennom en rekke år.
- var han i unge år aktiv innen langrenn og orientering med mange gode prestasjoner.
- har i mange år vært trener for unge skiløpere.
- I tillegg har han vært hovedansvarlig for viktige oppgaver i forbindelse med flere store regionale, nasjonale og internasjonale arrangement.
- vært hovedansvarlig for Norgescup og andre større arrangement og sist som rennleder for det meget vellykkede NM på ski, del 2.
- er målbevisst og stiller store krav til seg selv og sine medhjelpere. Ingen oppgave for liten og ingen for stor, stiller opp når det er behov.
- æresmedlem i Røros IL for sin innsats for barn og unge på ski og orientering.
- I Sør-Trøndelag skikrets er han et aktivt medlem i anleggsutvalget innefor langrenn. Han er utdannet homologingsinspektør og har hjulpet flere klubber med tilrettelegging og planlegging av nye løyper og arenaer.
- er også TD i Sør-Trøndelag med flere oppdrag hver vinter.

Terje Schjølberg, Røros IL

4: Om denne kandidaten sier juryen:

- har sittet i styret i IL NOR i mange år.
- har også vært skiformann i Meldal IL.
- trener i Meldal Ski (klubbsamarbeid) i 1996 og var trener frem til 2001. Da tok han over som sportslig leder og smører.
- Fra 2005 til 2008 var han leder for Meldal Ski. Han vært utrolig engasjert og tatt sine oppgaver på alvor både som trener, smører og leder. Blant annet har Meldal Ski "i alle år" vært i Bruksvallarna på en årlig meget populær samling, og han har engasjert løpere og klubber fra store deler av kretsen til og være med dit.
- Som smører har han vært engasjert både for Meldal sine løpere og for løpere fra andre klubber siden slutten på 80tallet. Han lagt ned en utrolig stor frivillig jobb for mange, og har aldri sagt nei til å hjelpe noen hverken med å finne riktig utstyr eller til smøring.
- Har også vært primus motor for å samle skiløperne til lag i St.Olavsløppet, og har mange timer som organisator for IL NOR sine lag. Dette er også noe som engasjerer mange skiløpere.

Øystein Flønes, Meldal IL

KLUBB-NM

1: Om denne kandidaten sier juryen:

Et stort idrettslag i Nord-Norsk Målestokk. 230 medlemmer i skigruppa, herav 75 godt aktive.

Har aktivitet i mange idretter, langrenn og skiskyting sammen.

Meget gode på rekruttering: 50-60 barn på trening, stor vekst i senere år.

Gode på arrangement: Nord-Norsk Mesterskap senest i 2011, Norgescup 2 ganger.

Står for en stor årlig kretssamling med 150 deltagere.

Anlegg med blant annet 35 km skiløype.

Tidligere storløpere "flytter hjem" og bidrar i klubben.

Klubben legger vekt på at aktiviteten skal være klubbstyrt, ikke foreldrestyrt.

Nordreisa IL, Troms (v/Odd Hugo Pedersen og Eva Pedersen)

2: Om denne kandidaten sier juryen:

1.800 innbyggere i bygda, 222 aktive medlemmer i langrennsgruppa

Klubben er usedvanlig god på dugnadsarbeid!

God på å bidra til fellesskapet i skikretsen: Arrangerer samlinger, stiller med trenere, TD-er, kursholdere, m.m.

Flink på rekrutteringsarbeid rettet mot yngre løpere.

Arbeider med å utvide anlegget sitt.

Er aktive på skikretsens møteplasser: Sonemøter og kretsmøter.

Tar alltid på seg oppgaver, og tar oppgavene alvorlig! Er et forbilde for andre klubber.

Beitstad IL, Nord-Trøndelag (v/Jarle Kjeldseth og Arild Lægran)

3: Om denne kandidaten sier juryen:

267 aktive medlemmer i langrennsgruppa.

Klubben er en av landets store klubber, med lange tradisjoner.

Stor klubb både i topp og bredde.

Jobber målbevisst med rekruttering og har bra rekruttering.

Bra kvalitet på trenere, både for yngre, og for junior og senior, jenter og gutter.

Har mange arrangement, helt fra klubbrenn og opp til Norgescup.

Tar aktivt del i samarbeid med andre klubber og med skikretsen.: Stiller med kursinstruktører, har trenere som bidrar på kretslag, stiler mannskap til World Cup i Granåsen, har ressurspersoner inn i rullskiprojekt.

Strindheim IL, Sør-Trøndelag (v/Oddbjørn Bruland)

Årsregnskap

Langrennsportens Venner

2011/2012

Resultatregnskap

Langrennsportens Venner

Driftsinntekter og driftskostnader	Note	2011/2012	2010/2011
Salg av luer		1 739 215	1 682 673
Annonseinntekter		215 498	208 466
Sum driftsinntekter		<u>1 954 713</u>	<u>1 891 139</u>
Kjøp av luer		677 757	685 094
Telefon		6 164	5 123
Data/EDB kostnader		10 125	0
Porto, frakt		61 254	40 314
Kontorrekvisita		48 772	65 877
Administrasjon		26 657	36 619
Kostnader med "I Sporet"		37 500	30 950
Reise, oppholds- og møteutgifter		157 591	183 131
Bankgebyr		382	452
Stipend gaver		376 731	468 398
Kretstilskudd og salgsbonus		140 900	148 500
Kompetanseflyt		0	659 500
Sum driftskostnader		<u>1 543 833</u>	<u>2 323 957</u>
Driftsresultat		<u>410 880</u>	<u>-432 818</u>
Finansinntekter og kostnader			
Annen renteinntekt		54 637	48 958
Resultat av finansposter		<u>54 637</u>	<u>48 958</u>
Resultat før skattekostnad		465 518	-383 860
Ordinært resultat		<u>465 518</u>	<u>-383 860</u>
Årsoverskudd (Årsunderskudd)		<u>465 518</u>	<u>-383 860</u>

Balanse

Langrennsportens Venner

Eiendeler	Note	2011/2012	2010/2011
Omløpsmidler			
Nordea 05 58408		918 003	506 323
Nordea 56 4131		2 053 399	1 999 562
Sum omløpsmidler		<u>2 971 402</u>	<u>2 505 885</u>
Sum eiendeler		<u>2 971 402</u>	<u>2 505 885</u>
Egenkapital og gjeld			
Opptjent egenkapital			
Annen egenkapital		2 971 402	2 505 885
Sum opptjent egenkapital		<u>2 971 402</u>	<u>2 505 885</u>
Sum egenkapital		<u>2 971 402</u>	<u>2 505 885</u>
Sum egenkapital og gjeld		<u>2 971 402</u>	<u>2 505 885</u>

Langrennsportens Venner
Postboks 75
2801 GJØVIK

Jeg bekrefter herved å ha revidert regnskapet for Langrennsportens Venner for perioden 1. juni 2011 – 31. mai 2012, og funnet det i orden. Årsoppgjøret viser et årsoverskudd på kr.465.517,64. Beholdninger i bank kontrollert mot utskrift.

Jeg anbefaler at regnskapet fastsettes som Langrennsportens Venner's regnskap for perioden.

Kapp, 24.10.12
Kapp Regnskap
Postboks 3, 2858 Kapp
Tlf.: 61 16 67 70 Fax: 61 16 73 00
Kari Røste Haugen
Kari Røste Haugen



**NORGES
SKIFORBUND**

Juniorarbeidet 2012/2013

Brit Baldishol

 **Morgendagens
helter**




Hvorfor juniorsatsing

- Prøve å finne de løperne som blir kommende seniorlandslagsløpere
- Juniorlandslaget er "toppen" av Utviklingstrappa





- Må ha en viss "bredde"
 - Landslaget
 - De "under landslaget": Skigymnas, klubber m.m.
 - Ønsker å bidra med "kompetanseoverføring"




"Hovedfelter" i juniorarbeidet


- Juniorlandslaget (10 utøvere)
- Samarbeid med det Tyske juniorlandslaget
 - (14 utøvere)
- Åpen juniorlandslagsamling
 - (10 jr lag + 12 Tyskland + 8 inviterte + 60 påmeldte = 90 utøvere)
- Skigymnasoppfølging
 - Besøk på alle 5 skigymnas, + evaluering(?)
- Skigymnassamling
 - (10 jr lag + 8 inviterte + 23 skigymnas)
- LSV "Gulljakke" oppfølging (8 stk).






Juniorlandslaget 2012/2013 ☺








Utøvere

Sondre Fossli – Hokksund IL, Buskerud Skikrets
 Mathias Borgnes – IL Heming, Oslo Skikrets
 Simen Hegstad Krüger – Lyn IL, Oslo Skikrets
 Ole Anders Hattestad – Lillehammer Skiklubb, Oppland Skikrets
 Vebjørn Turtveit - Voss IL, Hordaland Skikrets
 Gjørn Tefre – Førde IL, Sogn og Fjordane Skikrins

Hilde Landheim – Tynset IF, Hedmark Skikrets
 Linn Eriksen – IL Heming, Oslo Skikrets
 Thea Krokan Murud - Roterud, Oppland Skikrets
 Silje Theodorsen – Kvaløysletta Skilag, Troms Skikrets

10 utøvere fra 6 skikretser og 1 skikrins





Samlinger for junior

21. – 24. mai, Oslo (testsamling) 10 stk
 Laktat test + VO2 max test, Frognerstertest, Styrketest.

22. – 27. Juni, Sognefjellet (ski mengdetrening) 10 stk
 Langtur på ski, I3 på ski, testløp på ski og styrketrening.

09. – 17. august, Oslo + Sjusjøen (barmark) 90 stk
 Testing i Oslo 09. og 10. august 10. – 13. august med Tyskland.
 13. – 17. august, åpen samling + Tyskland

2. – 7. september, Gjøvik (barmark) 10 stk
 Kvalitetstrening sammen med rekruttlandslaget





Samlinger

- 1. – 6. oktober, Oslo (skigymnassamling) **41 stk**
Frognersetertest, styrketest.
- 19. – 26. oktober, Oberhof (Mengdetrening/barmark) **24 stk**
Skitunnell og barmarkstrening sammen med Jr. laget til Tyskland
- 09. – 14. november, Sjusjøen (ski - mengde) **24 stk**
Sammen med Jr laget til Tyskland
- 1. – 6. desember, Gålå (ski) **10 stk**
BUL sprinten
Kvalitetstrening sammen med rekruttlandslaget
- 9. – 13. januar (Jr. VM samling for uttatte løpere)



Oppfølging - organisering

- Planlegger og gjennomfører samlinger
- Gjennomfører treningsamtaler
- Oppfølging treningsdagbok
- Oppfølging "medisinske" tester
- Oppfølging med lege, fysioterapeut og øvrig støttepersonell.
- Oppfølging av ski og nødvendig utstyr



Hvorfor være på et juniorlandslag?

- Trene sammen med de beste i landet på samme alder.
- Starte læringen mot å bli en toppidrettsutøver.
 - selvstendigjøring
 - diskutere trening med erfaren trener
- Tilhørighet i en flott gjeng med motiverte utøvere.



Trenerens mål

- Skape trygge og selvstendige personer
 - Se personene ikke "bare" utøverne.
- Utdanne toppidrettsutøvere
- Bistå utøver på det utøver trenger hjelp til:
 - Treningsplanlegging
 - Treningsoppfølging
 - Evaluering av trening
 - Hjelp med oppfølging på medisinske tester
 - Følge opp utøvere ved spesielle behov mot helseteamet til Norges Skiforbund og Olympiatoppen
 - Nødvendig skiutstyr



Sky is the limit



Prestasjonsmål

- Vi skal kjempe om medaljer i Junior VM i Liberec

