



AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

Hovden 17.9.2018

RAPPORT FRA BARMARKSSAMLING PÅ HOVDEN 15-16.9. 2018:



Forberedelser:

Denne helgen var det egentlig planlagt siste skisamling på Fonna, men grunnet snøforholdene fikk vi vite at dette ikke ville gå. Barmarkssamlingen ble derfor planlagt på Fonna-samlingen rett før skolestart. Hans sendte ut innbydelse, og booket overnatting, felles middag samt leie av sykler på Hovden Alpinsenter. Det sportslige innholdet ble koordinert med Hovden Skigymnas og flere av øktene ble gjennomført sammen med dem, samt også en grundig presentasjon av HSG med omvisning på skole og hybelbygg.

Organisering:

De fleste deltakerne hadde ordnet med egen overnatting, men Sauda, Jæren og deler av Sandnes bodde på Hovdehytta. Felles middag var organisert på Furumo Kafe i Hovden Sentrum. Testene ble gjennomført i Valle (3000m) samt Hovden Grendehus. Rollerbladesøkta ble kjørt i området rundt Hovden Gredehus/Hovden Skigymnas og downhillsyklingen ble gjennomført på Hovden Alpinsenter.

Detaljert plan:

Klokka	Lørdag	Søndag
08:00	Avreise fra Hovden til Valle	
09:00	Frammøte Valle	
09:30	3000 m løp	Frammøte Hovden Alpinsenter
10:00	Retur til Hovden	Downhillsykling
11:00	Hex, lengde u/tilløp, dips, buk, kassehopp	
11:30	Disse testene gjennomføres på	
12:30	Hovden Grendehus	
	Pause	
13:00		
14:00	Rollerblades. Møte utenfor Hovden Grendehus	Hjemreise
16:00		
18:00	Middag på Furumo kafé	
19:30	Presentasjon HSG på Hovden Skigymnas	
21:00		



Deltakere:



PÅMELDINGSSKJEMA									
Agder og Rogaland Alpinkomite									
Påmelding til samling:		Barmarkssamling Hovden					Jag - t.o.m avreise		Ant.dgn.
ID	Funksjon	NAVN	Født	KLUBB	Behov for overnatting	Deltakelse middag lørdag	Samlingsdatoer 15. sep. 16. sep.		
Eks.	06 HL Løper	Anne Alpinist	1997	Slalomklubben	Ja	Ja	1	1	2
1	07 LF Løper	Järvi Stielstra	2005	Sauda	Ja	Ja	1	1	2
2	07 LF Løper	Signe Fosstveit	2005	Sauda	Ja	Ja	1	1	2
3	07 LF Løper	Toralf Rusten	2006	Sauda	Ja	Ja	1	1	2
4	04 Lagleder	Sander Stielstra		Sauda	Ja	Ja	1	1	2
5	07 LF Løper	Ella Bredland Kvarven	2005	Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
6	10 Turist	Jannicke Kvarven		Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
7	06 HL Løper	Mathias Bergin Tveit	2003	Plogen	Nei	Nei	1	1	2
8	07 LF Løper	Erik Hamre Haraldseid	2005	Plogen	Nei	Nei	1	1	2
9	07 LF Løper	Jesper velde	2006	Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
10	03 Hjelper	Tore Velde		Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
11	06 HL Løper	Jørgine Leithe	2004	Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
12	06 HL Løper	Nikolai Vikse	2004	Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
13	03 Hjelper	Geir Vikse		Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
14	07 LF Løper	Marius F. Bøe	2005	Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
15	07 11-12 år	Maiken F. Bøe	2008	Plogen	Har eget	Nei	1	1	2
16	07 11-12 år	Oda Hystad Solberg	2008	Skif.	Har eget	Ja	1	1	2
17	06 HL Løper	Rudy Asheim	2003	Jæren	Nei	Ja	1	1	2
18	06 HL Løper	Dan Asheim	2004	Jæren	Nei	Ja	1	1	2
19	03 Hjelper	Freddy Asheim		Jæren	Nei	Ja	1	1	2
20	07 LF Løper	Mathias Wold	2005	Jæren	Nei	Ja	1	1	2
21	01 Gruppetrener	Helge Andersen		Jæren	Nei	Ja	1	1	2
22	06 HL Løper	Sondre Skaret Andersen	2004	Jæren	Nei	Ja	1	1	2
23	07 11-12 år	Oda Andersen	2008	Jæren	Nei	Ja	1	1	2
24	07 LF Løper	Jarl Emil Sørensen	2005	Hovden	Nei	Nei	1	1	2
25	07 11-12 år	August Middelthon-Heggheir	2007	Sandnes	Nei	Nei	1	1	2
26	07 11-12 år	Emma Middelthon-Heggheim	2008	Sandnes	Nei	Nei	1	1	2
27	06 HL Løper	Herman Middelthon-Heggheim	2003	Sandnes	Nei	Nei	1	1	2
28	06 HL Løper	Thea Margrethe Korneliussen	2003	Sandnes	Ja	Ja	1	1	2
29	10 Turist	Jan Korneliussen		Sandnes	Ja	Nei	1	1	2



Sportslig utbytte:

Det sportslige utbyttet ble veldig bra. Testene ble gjennomført som en konkurranse med premiering av vinnerne i hver klasse, dette bidro nok til ekstra innsats og også veldig mange fine resultater!!! Det var flere som tok mål av seg å legge ennå mer innsats i barmarkstreningen framover for å forbedre sine resultater. Vi kåret også beste klubb på testen, og vi håper også dette kan bli en inspirasjon for klubbene i barmarkstreningen i høst. Rollerbladesøkta og «pumptrack» samt downhillsyklingen var begge aktiviteter som var delvis nye for mange, også dette artige, spennende og nyttige aktiviteterrtent treningsmessig. Skigymnastrenerne bidro veldig bra på rollerbladesøkta samt med hjelp i forbindelse med gjennomføring av testene også!!!

Lørdag kveld hadde skigymnastrenerne en grundig presentasjon samt omvisning på skole og hybelbygg. Det å bli bedre kjent med Hovden og mulighetene der er spennende og interessant for dem som tenker å begynne på skigymnas. Hovden har utrolig flotte muligheter for all slags trening, både på ski og barmark, og hvert år skjer det nye ting som gir flere muligheter for spennende trening. Det jobbes konkret med å utvikle idrettsplassen ved Badeland med kunstgressbane, kunststoff løpebane, skateanlegg, og på Hovden Alpinsenter er det nå i sommer gjort investeringer på snøproduksjon i Vestbakken.



Avsluttende bemerkninger:

Selv om skisamlinger har prioritet, så var ikke denne samlingen noe dårlig alternativ. Å gjennomføre testene på en samling hvor de fleste klubbene deltar er mer inspirerende enn om det skjer klubb for klubb, og når vi er flere får vi flere og bedre muligheter til å organisere fine aktiviteter. På Hovden ligger forholdene svært bra til rette for slike samlinger, og med skigymnaset til stede så blir miljøet større og kompetansen ytterligere styrket.

Samlingen i Hintertux nærmer seg for alvor, og vinteren har også meldt sin ankomst der nede.



Mvh Hans Blattmann og Helge Andersen