

RAPPORT FRA SKISAMLING PÅ HAUKELI 2019



Av erfaring er det mange deltakere på denne samlingen så også i år ☺ Supert å registrere så mange unge aktive deltakere – det gror godt meg unge alpinister i kretsen. 77 løpere fordelt på 4 grupper og sammen med foreldre/trenere var vi 122 totalt. Forholdene var supre (noe smale traseer) og det ble gjort en god jobb med prepping av bakken til hver dag.

Vi hadde dessverre en bruddskade fredag, vi ønsker Jo god bedring og at han snarlig er tilbake i skiløypene ☺

Gjennomføring/organisering

Hans hadde booket alt av overnatting og tider i bakken på forhånd. Alle som ikke hadde privat innkvartering holdt til i Råshallet/Råsali. Vi brukte utstyr fra Ploggen til denne samlingen samt en ekstra kortstaur sekk og radioer fra Sauda. Vi la opp til 3 dager med SSL på grunn av få SSL treninger tidligere i treningssesongen.

U-10/U12 trente sammen i Grasdalen og hadde en langstaur og en kortstaur løype parallelt – tors./fre. Lørdag ble det satt kortstaur/dusk SL samt en SSL løype søndag. Det blir noen utfordringer med så mange på samling, men en super organisering av trenere/foreldre gjorde at det ble stor aktivitet og mange fornøyde unger 😊.

U14/U16 trente i parallellen gjennom hele samlingen og hadde en felles SSL løype samt 4 modeller i SL lørdag med kort og langstaur. På grunn av sesongåpning i skisenteret ble det løypekjøring fra morgningen av og frikjøring økt nr. 2 (helg), men vi fikk sette en modell SL lørdag i andre økt for U14/U-16.

Bent tok initiativ til å samle foreldre/hjelpere lørdag og gikk igjennom oppgaver som vi har behov for hjelp til gjennom samlingen. Vi hadde trenermøte etter ent økt hver dag og planla for den kommende dag.

Vi hadde barmark for U14/U16 torsdag og fredag – takk til Freddy & Sasa.



Mange gode medhjelpere



AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

U10/U12

Trenere: Linn Wold- Bent Jacobsen – Kristian Knudsen - Jørgen Kjellerød
Hermann – Rudy – Marte – Synne – Lørdag & søndag

Lars Veen Konstad	2010	Ploggen
Kasper Eidhammer	2010	Ploggen
Jonathan Juell Hansen	2010	Skif.
Isak Haruki Lunde Sanni	2011	Skarphedin
Rikke Gabrielsen	2011	Jæren
Teodor B. Flateland	2011	Arendal
Tellef Fyrde Moseid	2011	Arendal
Martine Vevik Myraker	2008	Arendal
Thias Asla-Jakobsen	2009	Ploggen
Ulla Osmundsen	2011	Skif.
Oscar Tveteraas Soland	2014	Skif.
Pelle Dørheim	2010	Jæren
Rikke Dørheim	2012	Jæren
Theo Dybing	2011	Jæren
Ada Spook	2010	Odda
Joachim Kjellerød	2011	Arendal
Axel Kjellerød	2013	Arendal
Josefine Velde		Ploggen
Torjus Johansen	2010	Jæren





AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

Oda Andersen	2008	Hovden
Tilde Johansen	2008	Jæren
Mathilde Liland-Vik	2008	Jæren
Eli Haugland	2008	Jæren
Pia Dørheim	2008	Jæren
Magnus Vevik Bierud	2008	Arendal
Herman Gabrielsen	2008	Arendal
Nikolai Hansen	2008	Sandnes
Ida Bø Knutsen	2008	Sandnes
Eskil Bø Knutsen	2008	Sandnes
Linnea Østvoll	2008	Sandnes
Eskil Ø. Nygård	2008	Ploggen
Even Ø. Nygård	2008	Ploggen
Maiken Fresvik Bøe	2008	Ploggen
Thelma Juell Hansen	2008	Skif.
Henrik Wold	2009	Jæren
Storm Asheim	2009	Jæren
Marius Møle Kjellerød	2009	Sandnes
Aron Smith	2009	Sandnes
Emma Heggheim	2009	Sandnes
Lotte Bredland Kvarven	2009	Ploggen
Annie Bredland Kvarven	2009	Ploggen
Jesper Osmundsen	2009	Skif.
Vanessa B. Flateland	2009	Arendal
Jo Waldmann	2009	Skif.





AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

U 14 Trenerer: Sasa Mimic (fre-søn) - Sander Stielstra

Toralf Rusten	2006	Sauda
Maria Hansen	2006	Sandnes
Sergei Mimic	2006	Sandnes
Jesper Velde	2006	Plogen
Ingrid Verpe Haugen	2007	Skarphedin
Cecile Slåtta Kaasa	2007	Skarphedin
Stine Gabrielsen	2007	Jæren
Rein Vaaland	2007	Jæren
Lochie Smith	2007	Sandnes
Herman Meusburger	2006	Odda
Kristian Kyrkjeide	2006	Odda
Mikkel Nereng	2006	Jæren
Adrian Spook	2006	Odda
Sigurd Johansen Voll	2007	Plogen





AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

U-16 Trener: Ragnar Fosstveit

Jarle Sørensen - Karina Fjetland (T2 kurs) – lørdag & søndag

Tor Kjetil Verpe Haugen	2004	Skarphedin
Sondre Andersen	2004	Hovden
Dan Asheim	2004	Jæren
Ida Angeles Wiig Braadland	2004	Sandnes
Mats Nordvik	2004	Plogen
Nikolai Vikse	2004	Plogen
Järvi Stielstra	2005	Sauda
Signe Fosstveit	2005	Sauda
Tuva Mo Solbrekk	2005	Sauda
Jarl Emil Sørensen	2005	Hovden
Mathias Wold	2005	Jæren
Henrik Munter	2005	Arendal
Thomas Mæle Kjellerød	2005	Sandnes
Peter Meusburger	2004	Odda
Erik Hamre Haraldseid	2005	Plogen
Ella Bredland Kvarven	2005	Plogen
Marius Fresvik Bøe	2005	Plogen





AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

Sportslig utbytte

Klokka Grupper	Onsdag 27.11	Torsdag 28.11		Fredag 29.11		Lørdag 30.11		Søndag 1.12	
		U16/U14	U12/U10	U16/U14	U12/U10	U16/U14	U12/U10	U16/U14	U12/U10
09:00		1.økt: SSL-trening Parallellen Løypekjøring	1.økt: SSL-trening Grasdalen Løypekjøring	1.økt: SSL-trening Parallellen Løypekjøring	1.økt: SSL-trening Grasdalen Løypekjøring	1.økt: SL-trening Parallellen Løypekjøring	1.økt: SL-trening Grasdalen Løypekjøring	1.økt: SSL-trening Parallellen Løypekjøring	1.økt: SSL-trening Grasdalen Løypekjøring
11:00		Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
11:30		2.økt: SSL-trening Parallellen Løypekjøring	2.økt: SSL-trening Grasdalen Løypekjøring	2.økt: SSL-trening Parallellen Løypekjøring	2.økt: SSL-trening Parallellen Løypekjøring	2.økt: SL-trening Frikjøring	2.økt: SL-trening Frikjøring	2.økt: SSL-trening Parallellen Frikjøring	2.økt: SSL-trening Grasdalen Frikjøring
13:30									
14:00									
15:00		til kl. 15:00	Til kl. 16:00						
16:00	Trenermøte på klubblokalet til Plogen Skiklubb etter trening hver dag								
17:00	Mulighet for gruppevis barmark, planlegges for hver dag.								
18:00						Felles middag på kafeen			
18:00									
21:00	Trenermøte								

Samlingen ble lagt opp med fokus på SSL - en dag SL. Ble noe mindre effektiv en sist samling, men vi fikk mange gode runder. Hyggelig å se at det er utvikling for de fleste fra Rjukan samlingen. Samtidig var det mange som var på ski for første gang i år og da er det positivt å registrere god utvikling og brede glis. Grasdalen er optimal arena for de yngste og sammen med god coaching fra Hermann, Rudy, Marte, Synne, Jørgen, Linn, Bent & Kristian ble løperne godt ivaretatt 😊 U14/U16 ble filmet 1 økt (tors./fre.) med gjennomgang i pausen – film er «ferskvare» og hver enkelt fikk tilbakemelding på hva en skulle jobbe med i andre økt. Av praktiske årsaker er dette vanskelig å gjennomføre for de yngste med det antallet som var.



AGDER OG ROGALAND SKIKRETS



Avsluttende bemerkninger

Mitt inntrykk etter ent samling er godt sportslig utbytte, godt samhold og fin utvikling. Har fått mange positive tilbakemeldinger og takker alle trenere/foreldre som står på for våre håpefulle på disse samlingene. Om ikke lenge så er vi gang på Hovden med fire nye dager og forholdene ser bra ut pr. nå 😊

Mvh Ragnar og Hans som var innom søndag 😊