



AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

RAPPORT SKISAMLING – FONNA 2 (20-28 JUNI)

Fonna 2 ble en vellykket samling både sportslig og sosialt og været var stort sett med oss 😊
Samlingen var lagt opp med fokus på U-12 og yngre de fire første dagene og U-14 og eldre de fire siste dagene. Noen av de eldste var med oss gjennom hele samlingen. Det var mange deltakere til Fonna 2 som gjorde at noen ble innkvartert på Flatabø samt Samfunnshuset de første dagene 😊
Korona restriksjonene er fortsatt gjeldene og de samme tiltakene ble fulgt opp som forrige Fonna samling.



Gjennomføring/organisering

Hans hadde gjort alt på forhånd med innbydelse, booking av overnatting og traseer i bakken. I tillegg var alt på plass av utstyr til kretsen ankom. Ragnar hadde i forkant satt opp trenerteamet og fordelt dem på de ulike gruppene. Vi samarbeidet med Hovden skigymnas og Para landslaget denne samlingen, alle våre U-16 løperne fulgte dem alle dagene. Samlingen var lagt opp med 2xSL og 2XSSL de første 4 dagene og vi benyttet samme trase (ute til høyre sett nedenfra) for U-14 og yngre. U-16 hadde trase på venstre side sett nedenfra de 4 første dagene og kjørte samme disipliner som de yngste. Noe varierende vær de første dagene gjorde at vi kjørte lang økt uten pause enkelte dager. Vi valgte og å benytte oss av å kjøre en økt på fredagen da det var noen løpere som kom opp litt senere samt at været var strålende. De fire siste dagene var det færre løpere og vi kjørte alle økter sammen med Hovden og Para. Vi hadde to dager med Super-G første økt og SL andre økt samt en dag med SL og avsluttet med SSL. På grunn av varierende værmelding og slitne løpere valgte vi å avslutte samlingen lørdag. Hans kjørte en kveld med preppkurs for foreldre/trenere. Vi hadde og et supert foredrag av Jesper Saltvik Pedersen for alle løpere og foreldre/trenere som gjorde inntrykk på de fleste 😊

En stor takk til alle foreldre som bidro gjennom samlingen med hjelp i bakken, organisering av måltider og andre gjøremål 👉



U-16 Trenerer: Helge Andersen & Hans Blattmann

Jakob Hetle Nevøy	2004	Sandnes
Eirik Hystad Solberg		Skiforeningen
Sondre Andersen	2004	HSG
Andreas Andalsvik	2004	HSG
Mathias Tveit	2003	HSG
Gaute Frantzen	2004	Rjukan
Ella Bredland Kvarven	2005	Ploggen
Sergei Mimic	2006	Sandnes
Jarl Emil Sørensen	2005	Hovden
Järvi Stielstra	2005	Sauda
Signe Fosstveit	2005	Sauda
Toralf Rusten	2006	Sauda



U14 Trenerer: Ragnar Fosstveit, Thomas Liland Vik, Sasa Mimic

Mathilde Tveit	2008	Plogen
Ida Bø Knutsen	2008	Plogen
Eskil Bø Knutsen	2008	Plogen
Maiken Fresvik Bøe	2008	Plogen
Sigbjørn O Ribe	2008	Sandnes
Thage Gilje	2008	Sandnes
Oda Hystad Solberg		Skiforeningen
Oda Andersen	2008	hovden
Kristian Kvåle Kyrkjeeide	2006	Odda I.L
Herman Meusbürger	2006	Odda I.L
Adrian Spook	2006	Odda I.L
Pia Dørheim	2008	JAK
Mathilde Liland-Vik	2008	Jæren
Rein Vaaland	2007	Jæren
Eli Haugland	2008	Jæren alpink
Linnea Østvoll	2008	Jæren
Teo Dybing	2011	Jæren
Heine Frantzen	2007	Rjukan





AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

U10/12 Trenere: Bent Jakobsen og Kristian Knutsen

Thias Asla Jakobsen	2009	Plogen
Lars Veen Konstad	2010	Plogen
Annie Bredland Kvarven	2009	Plogen
Lotte Bredland Kvarven	2009	Plogen
Marthe Tveit	2010	Plogen
Emilie B. Riise	2010	Plogen
Kasper Eidhammer	2010	Plogen
Halvard Østebøvik	2009	Plogen
Sophia Nygård	2010	Plogen
Aron Smith	2009	Sandnes
Ada Spook		Odda I.L
Torjus Johansen		Jæren
Pelle Dørheim	2010	JAK
Leon Dybing	2009	JAK
Ane Frantzen	2010	Rjukan
Emma M-Heggheim		Skifor.
Louisa Nygård	2011	Plogen
Vilde B. Risie	2013	Plogen
Anna Eidhammer	2013	Plogen
Håvard O Ribe	2011	Sandnes





AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

Sportslig utbytte

Noe utfordrende vær søndag og mandag gjorde at vi kjørte langt økt. Fokus på øvelser for U-10 og noen U-12 løpere da det var lenge siden sist de hadde vært på ski. God innsats og stor fremgang for alle ☺ Vi hadde to modeller på SSL og tre modeller på SL, hvor det ble benyttet både kort og langstaur. God progresjon for alle og enn kunne ta sommerferie med et smil. For de eldste ble det kjørt to modeller på SL øktene samt to modeller på SSL øktene med timing. Noe mer krevende trase og noe mer varierende prestasjoner. De som valgte å være gjennom hele samlingen hadde noen supre forhold og ikke minst flott vær. Vi benyttet onsdagen (som var tenkt til fredag) til en økt SSL. Vi registrerte en del slitne løpere utover i uken. Torsdag og fredag kjørte vi Super-G første økt og SL andre økt under fantastiske forhold. Flere fikk utfordret seg selv og flyttet noen grenser ☺ Lørdagen, som ble siste skidag, valgte vi å endre trase (noe enklere) som gjorde at flere fikk en god opplevelse. Vi hadde barmark hver dag og det ble stort sett tatt gruppevis. Vi hadde de fleste dagene i Jondal på idrettsbanen og avsluttet med bading og hopping fra broa i noe kaldere vann ☺



Avsluttende bemerkninger

Vi hadde ingen større skader under denne samlingen blant løperne ☺ men et par som var noe småsjuke. Vil ønske Marianne, som var uheldig i bakken, god bedring. Alle oppførte seg eksemplarisk og foreldre/trenere løste oppgavene som måtte gjøres i bakken, ved måltider, prepping av ski og ikke minst den sosiale biten som er avgjørende for at alle skal trives!



ØNSKER ALLE EN AKTIV FERIE SÅ SEES VI SNART IGJEN ☺

Nests samling starter lørdag 8. august

Mvh Ragnar og Hans ☺