



AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

Voss 22.08.21

Rapport fra Fonna 4, 02.aug-11.aug

Fonna 4 var planlagt som en storsamling med løpere fra U12 til Gymnasløpere. Utover sommeren ble det klart at snøen på fonna smeltet raskt. Etter hvert ble det klart at det av sikkerhetsmessige årsaker ikke var åpent for løpere under U16.



Som planlagt var det kun gymnasløperne de første 5 dagene, og det var med spenning vi reiste opp på breen mandag 2. august. Det var annonsert dårlige forhold og kun mulig å kjøre slalåm. På grunn av disse meldingene var det mange lag som kansellerte turen til Fonna, og det viste seg å være kun Voss og NTG Geilo i første omgang. Vi ble enige i samråd med velvillig personell på Fonna at det gikk an å forsøke seg på storlålåm de neste dagene.



Dermed fikk vi 3 verdifulle dager med storlålåm første uka, og 2 dager til i andre uke.

Det er bare å sende en stor takk til visitfonna for den fabelaktige jobben de la ned med tråkkemaskinene for å legge til rette for oss. Det var helt rått å se hvor mye jobb de la ned i å skue snø for å gjøre traseene best mulig.



Planen for U16 løperne var første skidag lørdag 7. og siste søndag 15. Dette ble kuttet til onsdag 11. på bakgrunn av hvor lenge senteret trodde de klarte å holde åpent, og det holdt så vidt.

Det ble også klart på fredagen at vinden på lørdag 7. ble for sterk og heisen kom til å stå. Derfor ble første skidag for U16 søndag 8.

Det ble 4 gode dager med 2 dager SL og 2 dager GS.

Å kjøre på så harde forhold tar på, både på utstyr og løpere, så jeg tror 4 dager var perfekt.



Organisering:

All overnatting ble organisert på huset.

De første 5 dagene var kun gymnaset på huset, med undertegnede som eneste «voksne» ansvarsperson. Da organiserte vi løperene inn i team som fikk ansvar for å rydde og holde orden på kjøkken og spiserom etter frokost lunsj og middag. Dette fungerte sånn noenlunde, men det er ingen tvil om at ting på huset fungerer bedre med flere voksne som ser hva som må gjøres. Så med Anneli, Mike, Tore H og Tore R på plass, gikk handling, matlaging, rydding etc. langt enklere 😊

Trening ble organisert av Tobben og Helge første uke, og Helge andre uke.

Barmarkstreningen varierte vi mellom Jondal og Krossdalen.



Deltakere:



PÅMELDINGSSKJEMA															
Agder og Rogaland Alpinkomite															
Påmelding til samling: Fonna 4															
ID	Funksjon	NAVN	Født	KLUBB	Behov for heiskort	Behov for overnatting							Ant. Døgn		
							07.aug	8. aug.	9. aug.	10. aug.	11. aug.	12. aug.		13. aug.	
Eks:	U16	Anne-Alpmist	2006	Sløttaklubben	Ja	Ja	±	±	±	±	±	±	±	±	7
1	U16	August Middelthun-Heg	2007	Skif.	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
2	Hjelper	Tore Heggheim		Skif.	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
3	U16	Heine Hagevik Moen	2007	Fana	ja	nei	1	1	1	1				4	
4	U16	Michael Øijordsbakken	2006	Fana	ja	nei	1	1	1	1				4	
5	U16	Sondre Mele	2006	Fana	ja	nei	1	1	1	1				4	
6	U16	Lachlan Maxwell Smith	2007	Sandnes	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
7	Lagleder	Michael Smith		Sandnes	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
8	U16	Arnfinn Solheim	2006	Sandnes	ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
9	Turist	Peder Solheim		Sandnes	nei	Ja	1							1	
10	U16	Adrian Skjerven Spook	2006	Odda	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
11	U16	Kristian Kvåle Kyrkjedeid	2006	Odda	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
12	U16	Herman Meusbürger	2006	Odda	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
13	U16	Marius Tobbiasen	2006	Arendal	Ja	Ja	1	1	1	1	1			7	
14		Annell Tobbiasen		Arendal	nei	nei	1	1	1	1	1			7	
15	U16	Toralf Rusten	2006	Sauda	Ja	Ja				1	1	1		5	
16		Tore Rusten		Sauda	Ja	Ja				1	1	1		5	
17	Trener	Helge Andersen												02.08.2021 03.08.2021 04.08.2021 05.08.2021 06.08.2021	
18	Jr	Ingrid Søgaard		Voss Gymnas	ja	nei	1	1						1 1 1 1 1	
19	Jr	Sondre Andersen		Voss Gymnas	ja	ja	1	1						1 1 1 1 1	
20	Jr	Troy Brandseth Norbakk		Voss Gymnas	ja	ja		1							
21	Jr	Andreas Andalsvik		Voss Gymnas	ja	ja	1	1						1 1 1 1 1	
22	Jr	Signe Fosstveit		Voss Gymnas	ja	nei	1	1						1 1 1 1 1	
23	Jr	Kristofers Gulbis		Voss Gymnas	ja	ja	1	1						1 1 1 1 1	
24	Jr	Peter Meusbürger		Voss Gymnas	ja	ja	1	1						1 1 1 1 1	
25	Jr	Camila Frotjold		Voss Gymnas	ja	ja								1	
26	Jr	Andreas H. Jørgensen		Voss Gymnas	ja	ja	1	1						1 1 1 1 1	
27	Jr	Jan Rand		Voss Gymnas	ja	ja	1	1						1 1 1 1 1	

Sportslig utbytte:

Det sportslige utbytte ble på denne samlingen langt bedre en vi hadde håpet på. Vi fikk kjørt mange dager med storslalom, noe vi fryktet vi måtte vente med til Hintertux. Både gymnasløpere og U16 hadde fin progresjon på det som var krevende forhold. Forholdene krevde fullt fokus, og det er god læring i at det ikke nytter å kjøre uten å være konsentrert.

Oppsummering:

En fin avslutning på Fonna sesongen, og utrolig kjekt å se arbeidet som ble lagt ned for at vi skulle få trent. Synd for anlegget at så mange lag velger å kansellere samlingen sin, men det gjorde også at vi fikk bedre plass til å boltre oss.

Dessverre fikk vi på gymnaset 1 skadet løper. Camila falt hardt, og fikk en vridning i kneet. I skrivende stund vet vi ikke hvor lenge hun blir ute.

Neste samling:

Snø 2 fra 2-5 september for U16-U14-U12, Gymnaset er der fra 30 august til 1 september

Med sportslig hilsen

Helge Andersen

