

Voss 28.10.22

Rapport Hintertux 2022



Hintertux 2022 samlingen er gjennomført, og igjen må det kunne sies at det var en kjempe tur. Gode snøforhold, stort sett bra vær, god service på hotellet, flinke trenere og blide foreldre er en god oppskrift, men 50 smilende, motiverte løpere som ønsker å utvikle skikjøringen sin må være hovedingrediensen.

Været leverte bra i 4 av 6 dager, med litt tåke og dårlig sikt første og siste dag, det kan vi leve med. Snøforholdene var gode, og vi kjørte på vintersnø. Noe som er vanlig på disse høyder i starten av oktober.

Dessverre fikk vi to skader, 1 benbrudd og 1 kutt i låret. Krysser fingrene for at Aron og Marius er raskt tilbake på ski.

Forberedelser

Hintertux er samlingen med flest deltakere og mest forberedelser. Nærmere 100 personer skal ha hotell og heiskort, og i flere forskjellige kombinasjoner. Flere traseer skal bookes, utstyr skal fraktes, busstur skal organiseres.

Hotellet med familien Dengg i ledelsen er erfarne, og har huset kretsen på høstferiesamling i snart 20 år. De er fleksible og vet at det vil komme en del endringer frem mot avreise, men legger sin ære i å

vite hvem som kommer når. Vi må derfor fremover fortsatt være nøye når vi fyller ut påmeldingskjemaet, samt å melde i fra så fort vi vet om en endring.

I år som i fjor ble staur fraktet med skigymnaset sin buss og henger, mens walkier og en del andre småting kom med fellesbussen fra Bryne.

Busstur

Felles buss har i alle år vært en stor del av Hintertux samlingen. De seneste årene har dette vært organisert og gjennomført av Roger Sundvor sammen med Jarle Sandstøl. Bussen er den enkleste og minst utfordrende delen og komme seg til Tux. Det eneste som den enkelte trenger å planlegge er fremmøte på avtalt avreiseplass til riktig tid. Etter dette ordner sjåførene Roger og Jarle sammen med reiseleder Lasse alle praktiske detaljer. Passasjerer og bagasje blir sluppet av 3,5m fra døren på Hotell Berghof. Du trenger derfor ikke bekymre deg for leiebil, bagasje som forsvinner, fly som kanselleres etc.etc.

Ca. 1/3 av deltakerne fulgte i år bussen, og de måtte i år ha med tilhenger for å få plass til bagasjen.



Gjennomføring og organisering

Vi var totalt 51 løpere som ble delt inn i 3 grupper.

2010 og yngre 19 løpere

Trenere: Hans Petter, Christian, Christian, Pia, Lasse, Fritjov

2009 og eldre 19 løpere

Trenere: Thomas og Helge

Voss Gymnas 13 løpere

Trener: Tobben

Vi kjørte 3 dager SSL og 3 dager SL. Hver dag ble delt inn i 2 økter, der det varierte om vi hadde løypetrase før eller etter pause. Økten uten trase ble brukt til frikjøring med tekniske øvelser. Minste gruppen delte periodevis opp i enda mindre grupper for å kunne gi hver og en utfordringer og mestringsfølelse på sitt nivå. Dette fungerte veldig bra.



Barmark ble delt i aldersgruppene U10, U12, U14, U16/Jr. og Voss Gymnas.

For de minste ble det mest bading, og noen få økter ute, så mer og mer jo eldre gruppene er. Barmarkstrenerne var Pia, Lasse, Bent, Helge og Tobben i tillegg til alle som satt badevakt.



Viktig å skape en god barmarks kultur i klubbene. Gode, kjekke barmarkstreninger gir sterkere, raskere og mer koordinative løpere som lettere lærer seg god skiteknikk.

Trener/lagledermøte ble avholdt hver kveld 18.30, her gikk vi gjennom dagen som var, og la planer for neste dag. Det er også på disse møtene det er mest effektivt å gi fellesbeskjeder, da alle klubbene er representert.

Sportslig utbytte

Ved å gjøre den inndelingen vi gjorde fikk vi 2 like store grupper med kretsløpere. Med noen flere trenere på den yngste gruppe kunne de dele opp ytteligere. På denne måten mener jeg vi klaret å gi alle løperne utfordringer ut fra sitt alderstrinn og nivå. Dette er viktig for å skape mestringsfølelse. Det er ingenting å vinne på å gå for fort frem.



Avsluttende bemerkninger

Årets høydepunkt, og en vitamininnsprøytning. En sportslig god samling med bra snøforhold. Flere unge tøffe løpere gir godt håp for fremtiden. Alltid kjekt å ha med seg Odda, og kjekt å få med seg løpere fra Telemark igjen.

Klarer vi å få med oss 30 flere neste år får vi hele Hotellet for oss selv. Det hadde vært noe.

Neste samling blir Ål 24-27. november forutsatt at det blir kaldt og de får lagt snø.

Sportslig hilsen

Kretstrener Helge Andersen

