



AGDER OG ROGALAND SKIKRETS

Hovden 23.3.2016

RAPPORT FRA HOVEDLANDSRENNET PÅ BJORLI



Eivind Hovda etter landing i utfortreningen.

Forberedelser:

Forberedelsene til årets hovedlandsrenn bestod i første omgang av booking av overnatting. Kapasiteten på Bjorli er begrenset, så det var lurt å være tidlig ute om man ønsket overnatting i nærheten av bakken. Kretstrener booket to leiligheter 300m fra bakken, og noen senere på høsten ble det bestemt at vi også hadde plass for deltakere og ledere fra Telemark og Vestfold Skikrets. Før julPakking av utstyr i kretstreners bil skjedde under KM på Haukeli 28.2, samt søndag 6.3. Det ble sendt ut informasjon til klubbene om hovedlandsrennet i begynnelsen av februar samt en endelig informasjon uke før mesterskapet startet opp.

Plan for uka:

Mandag 14.3	Tirsdag 15.3	Onsdag 16.3	Torsdag 17.3	Fredag 18.3	Lørdag 19.3	Søndag 20.3
	Heisstart	Heisstart	Heisstart	Heisstart	Heisstart	Heisstart
	Offisiell utfortrening	Offisiell utfortrening	Hovedlandsrenn i utfor for gutter	Hovedlandsrenn i utfor for jenter	Hovedlandsrenn i storslålåm for gutter og jenter	Hovedlandsrenn i slålåm for gutter og jenter
			Team-event	Hovedlandsrenn i super-g for jenter og gutter		
					Løpermiddag	

Deltakere:



PÅMELDINGSSKJEMA 2015															
Agder og Rogaland Alpinkomite															
Påmelding til samling:		Påmelding til Hovedlandsrennet 2016						1. til 7. mar. første treningsdag - t.o.m avreisdato, sett in verdi							Ant.dgn.
ID	Funksjon	NAVN	Født	KLUBB	Behov for heiskort	Behov for overnatting	Diverse annen info.	14.mar	15.mar	16.mar	17.mar	18.mar	19.mar	20.mar	
Eks	06 HL Løper	Anne Alpinist	1997	Slålåmklubben	Ja	Ja		01.jan	1	1	1	1	1	1	6
1	06 HL Løper	Ørjan Haugland	2000	Skade	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
2	02 Hjelptrener	Torbjørn Haugland		Skade	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
3	06 HL Løper	Ebba Olsson, Rjukan	2001	Rjukan	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
4	03 Hjelper	Bjørn Olsson, Rjukan		Rjukan	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
5	06 HL Løper	Kjersti Haukaas, Rjukan	2001	Rjukan	Ja	Ja					1	1	1	1	4
6	03 Hjelper	Halvor Haukaas, Rjukan		Rjukan	Ja	Ja					1	1	1	1	4
7	03 Hjelper	Arne Eivind Hovda		Ploggen	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
8	06 HL Løper	Eivind Hovda	2001	Ploggen	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
9	06 HL Løper	Ulrik Løvdal	2001	Hovden	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
10	03 Hjelper	Bård Løvdal		Hovden	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
11	06 HL Løper	Kaya Dirksen	2000	Sauda	Ja	Ja			1	1	1	1	1	1	6
12	03 Hjelper	Peter Dirksen		Sauda	Ja	Ja			1	1	1	1	1	1	6
13	06 HL Løper	Jonathan Hebnes	2000	Sauda	Ja	Ja		1	1	1	1	1	1	1	6
14	03 Hjelper	Aud Hege J. hebnes		Sauda	Ja	Ja			1	1	1	1	1	1	6
15	06 HL Løper	Tiril Pedersen	2000	Sandnes	Ja	Ja	st 17/1 kl12, på ski kl13				1	1	1	1	4
16	06 HL Løper	Tom Kristian Hansen	2001	Sandnes	Ja	Ja	st 17/1 kl12, på ski kl13				1	1	1	1	4
17	04 Lagleder	Tim Hansen		Sandnes	Ja	Ja	st 17/1 kl12, på ski kl13				1	1	1	1	4
18	06 HL Løper	Emely Gjerde	2000	Sandnes	Ja	Ja	st 17/1 kl12, på ski kl13				1	1	1	1	4
19	06 HL Løper	Rasmus Tønnessen	2000	Hovden	Ja	Ja			1	1	1	1	1	1	6
20	01 Gruppetrener	Hans Blattmann			Ja	Ja		0	0	0	0	0	0	0	0
					Totalt			5	13	13	19	19	19	19	101

Sportslig utbytte:

Hele mesterskapet ble fra arrangørens side gjennomført nærmest prikkfritt. Renn og trening foregikk under veldig bra forhold-til tross for krevende klimatiske forhold med både varmegrader og nedbør, og hele programmet for mesterskapet ble gjennomført på en veldig bra måte.

Utfor-rennet ble gjennomført i en trase man ikke har benyttet til utfor tidligere. Traseen var betydelig mer teknisk krevende enn den gamle, og var også mer variert og spennende med blant annet et stort hopp. Kretsens løpere behersket traseen veldig bra og viste en fin progresjon fra dag én til dag to. Samarbeidet med Telemark- og Vestfold medførte at vi hadde hele 3 videoposisjoner hver dag, så løperne fikk detaljert informasjon og feedback hver dag på deres kjøring, linjevalg samt opptak av de beste løperne. Utfor-starten ble satt ned til super-g start på selve rennet grunnet de rådende forholdene i bakken (sikt og underlag).



Ørjan i svevet og Jonathan på vei inn mot hoppet.

Super-g rennet gikk fra planlagt start, og i samme trasé som utfor-rennet. Det var satt en meget fin løype og kretsens løperne leverte flere veldig solide resultater. Etter selve rennet falt Tiril Søndervik Pedersen under storslålåmtraining og var uheldig å brette leggbeinet. Timmi Hansen fulgte med henne til sykehuset i Ålesund for undersøkelser. Etter å ha levert et flott resultat med en 30.plass i super-g var dette en skikkelig nedtur.



Tiril og Rasmus i super-g rennet.

I jentenes storslålåmrenn lørdag klinket Emely Lovise Gjerde til med en imponerende 7.plass, og med 4.de beste tid i andre omgang. Dette var veldig moro og veldig sterkt med tanke på at Emely ikke har fått trent så mye på ski denne vinteren. I gutteklassen hadde vi totalt 3 løpere topp 30 og dette er også solid.



Emely Gjerde og Kaya Dirksen i storslålåm.



Tom Kristian og Ulrik Løvdal i storslålåmrennet.

I jentenes slålåmrenn kjørte Ebba Olsson fra Rjukan nok en solid konkurranse og ble nummer 17. Også i slålåm var Emely bra med og ble nummer 22. I guttenes slålåmrenn mistet Ørjan skien i andre omgang etter å ha ligget rundt 15 etter første omgang. De andre guttene plasserte seg noe beskjedent i denne grenen.



Ebba Olsson og Kjersti Haukaas i slålåm.

Totalt sett synes jeg gjengen markerte seg brukbart også på dette mesterskapet. Om man ser bort fra Emely sin 7.plass i SSL så vil jeg nok si at det manglet generelt en del på intensitet og risiko hos de fleste løperne. Skal man henge med i et hovedlandsrenn så må man satse skikkelig, i et kretsrenn kan man gjøre mange feil og allikevel vinne-det går ikke her. Resultatene vil også uansett speile forberedelser og trening, og skal man kjøre med mer intensitet i renn så må man også gjøre dette på trening. Deltakelse i flere større renn har en tendens til å få løperne til å satse mer, så igjen vil jeg anbefale løpere som vil være med på mesterskap om å delta på f.eks. ECO-cup i januar.

Team-eventen som ble gjennomført torsdag etter guttenes utfor, ble kort både for Agder og Rogaland og Telemark og Vestfold. Begge lagene ble slått ut i første runde dessverre.

Resultater:

	Utfor	Super-g	SSL	SL	Super-combi
Jenter	26. Ebba Olsson 53. Kaya Dirksen	28. Ebba Olsson 30. Tiril S. Pedersen 40. Emely L. Gjerde 54. Kaya Dirksen	7. Emely L. Gjerde 23. Ebba Olsson 44. Kaya Dirksen Kjersti Haukaas-brutt	17. Ebba Olsson 22. Emely L. Gjerde 43. Kjersti Haukaas Kaya Dirksen-brutt	16. Ebba Olsson 28. Emely L. Gjerde
Gutter	14. Ørjan Haugland 47. Jonathan Hebnes 61. Eivind Hovda 84. Ulrik Løvdal Rasmus Tønnessen-brutt	14. Ørjan Haugland 33. Rasmus Tønnessen 40. Jonathan Hebnes 44. Tom K. Hansen 76. Eivind Hovda 97. Ulrik Løvdal	15. Ørjan Haugland 26. Tom K. Hansen 30. Rasmus Tønnessen 67. Eivind Hovda 80. Ulrik Løvdal	39. Rasmus Tønnessen 44. Tom K. Hansen 53. Jonathan Hebnes 60. Eivind Hovda 75. Ulrik Løvdal	12. Ørjan Haugland 35. Rasmus Tønnessen 37. Tom K. Hansen 45. Jonathan Hebnes 62. Eivind Hovda 79. Ulrik Løvdal

Avsluttende bemerkninger:

Hovedlandsrennet på Bjorli tror jeg ble en minnerik opplevelse for dem som deltok. Det var god stemning i gjengen og løperne fikk også stått mye på ski hver dag. Arrangøren hadde tilrettelagt for trening i en parallell trasé for renntraseen hver dag, og de fleste løperne gjennomført hver dag mange treningsturer både i løype og i frikjøring. Prepping av ski var det foreldrene som stod for, i lokaliteter som var tilrettelagt av arrangøren-også dette fungerte veldig bra.

Med hilsen

Hans Blattmann

Kretstrener