



NORGES  
SKIFORBUND

AKERSHUS  
SKIKRETS

# Høstmøte Langrenn Akershus Skikrets

På Teams

22. oktober 2020

# Agenda

1. Åpning
2. Presentasjon av LK og ansvarsområder/nytt medlem
3. Team ELON Oslofjord
4. Kurs
5. Informasjon fra høstmøte NSF, samt Akershus respons på noen av punktene
6. TD status
7. Terminliste Akershus
  1. Tildelte arrangment
  2. Diskusjon/synspunkter/hva er viktig sett i lys a Corona tilpasset terminliste
8. Terminliste Junior/Senior
  1. Info om arbeid som pågår ifht å få på plass erstatningsrenn gjennom en regional cup for junior/senior
  2. Diskusjon/synspunkter/hva er viktig
9. Evt og neste møte



# Møtegjennomføring

- Mute mic når du ikke snakker
- Bruk video når, men bare når du snakker
- Bruk chat til å komme med kommentarer/stille spørsmål
- Rekk opp en hand for å stille spørsmål
- Vi fører liste over “hender” samt vil ta fram spørsmål/kommentarer på chat i plenum
- Presentasjon vil legges ut på Akershus sine sider i etterkant av møtet

# Presentasjon av LK

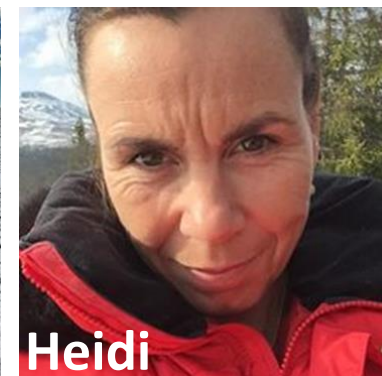


AKERSHUS  
SKIKRETS

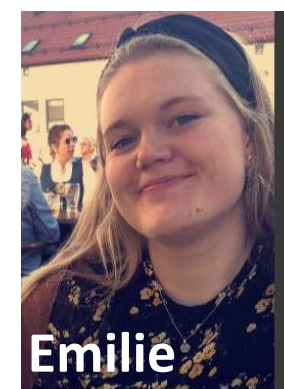
Oppgaver 2020/21		
Hva	Ansvarlig	Støtte
Leder	Dag	Ole Jonny
Nest leder	Ole Jonny	
LK sekretær	Heidi	
Terminlister og TD	Tone	Dag
Kurs	Emilie	Iben
Cup lister 13-14/seeding	Ingvar	
Cup liste 15-16	Tone	
Overnatting/smøreboder Jr	Heidi	Ingvar
Overnatting/smøreboder HL	Iben	Helle
13-14 års trinn	Iben	Helle
15-16 års trinn	Emilie	Helle/Iben
Junior	Heidi	Ingvar
Senior	Harald	Ole Jonny
TVO	Ole Jonny	Harald
ASK styre	Dag	Ole Jonny



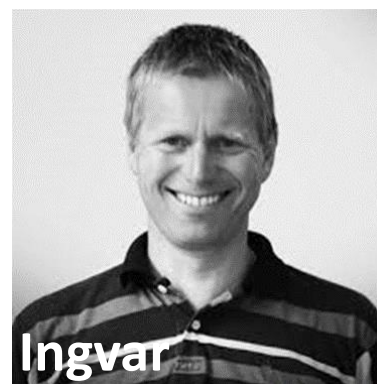
Dag



Heidi



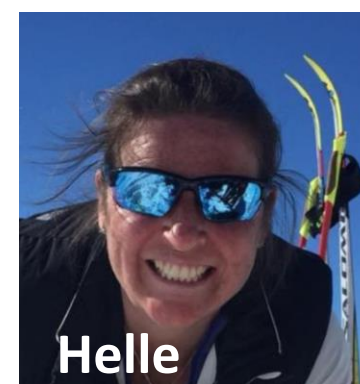
Emilie



Ingvar



Tone



Helle



Iben



Ole Jonny



John-Harald

# Regionlag Oslofjord

Team Veidekke Oslofjord



Team Oslofjord



Team ELON Oslofjord



# Team Elon Oslofjord – ny team sponsor til regionlagene ut 2020/2023 sesongen



**Selskapet skal finansiere fem regionslag og bidra til at Norge kan utvikle en ny generasjon toppløpere i langrenn.**

**Svenske Elon skal sponse Norges Skiforbunds storsatsing**

**Norges nya jättesatsning – sponsras från Sverige**

## Elektrisk regionsamarbeid i langrenn

Regionlagene i langrenn blir Team Elon. Hovedsamarbeidspartner Elon sikrer drift av regionlagene i Nord-Norge, Midt-Norge, Innlandet, Vest og Oslofjord i to til tre år framover. Regionlagene er en viktig byggesten for elitelagene og det kommende VM i Trondheim i 2025.

# elon





NORGES  
SKIFORBUND

AKERSHUS  
SKIKRETS



# Team ELON Oslofjord

## Lag sesongen 2020/2021:

### Jenter:

Amalie Håkonsen Ous – Nes Ski  
Kristin Austgulen Fosnæs – Fossum IF  
Martine Engebretsen – IL Heming  
Sofie N. Hustad – Kjelsås IL

### Gutter:

Harald Astrup Arnesen – IL Heming  
David Thorvik – Kjelsås IL  
Simen Myhre – IL Heming  
Kasper Stadaas – IL Heming

### Trener:

Daniel Lunde

### Hovedsmører:

Tron Egil Løkkebakken

### Styringsgruppa:

Ola Horten – Oslo Skikrets – leder  
Erland Ensrud – Østfold Skikrets  
Ole Jonny Gigernes – Akershus Skikrets  
Simen Furnes – Telemark & Vestfold Skikrets  
Asgeir Moberg – Norges Skiforbund

# Kurs



- Veldig god kursaktivitet i kretsen – holder kurs ute i klubbene
- Planlegger TD-kurs over Teams (sammen med Oslo) - dato kommer :)
- Fremmet forslag til NSF angående nasjonalt webinar for TDer med fokus på smittevern
- For spørsmål om kurs/ønske om kurs: [emilie.Johanne@hotmail.com](mailto:emilie.Johanne@hotmail.com)



# Informasjon fra høstmøte NSF

## Generelt

- Vi skal drive bærekraftig, både i et større samfunnsperspektiv og innad i vår egen langrennsverden
- Samfunn-I stedet for å tøye grenser må vi hele tiden ha i bakhodet at en smittespredning i forbindelse med våre arrangement kan ha store samfunnsmessige konsekvenser
- Utøverhelse-en corona infeksjon kan være totalt ødeleggende for en idrettsutøvers karriere
- Vi må derfor alltid vurdere ønsket om å samle mange utøvere til gode konkurranser opp mot risiko for å spre smitte.

# Informasjon fra høstmøte NSF

## Fluor

- Forbudet er utsatt av FIS ett år.
- Forbudet og testing opp til og med 16 år fortsetter som før.
- Bruk av fluorholdige smøringsprodukter er regulert av EU direktiv.
  - Selv om FIS har valgt å utsette vedtaket om et generelt fluorforbud, må alle forholde seg lovverket og de reguleringer som til enhver tid er gjeldende.

## Akershus ønsker

- Testing på renn.
- Fokus på HMS arbeidet ute blant smørere på renn spesielt når det gjelder bruk av maske, og avfallhåndtering.

# Informasjon fra høstmøte NSF

## Terminliste

- Skandinavisk Cup går som planlagt, forutsatt åpne grenser og muligheter for deltagelse
- EYOF (junior): Norge deltar ikke
- Nordisk landskamp er utsatt ett år til 2022
- Det vil bli antallsbegrensninger i nasjonale senior-renn inkl. NM
- Norgescup for junior utgår
- NM Junior arrangeres over to helger med kvotebegrensninger (intensjon ca. 400 løpere pr. helg)
- Hovedlandsrennet utsettes ett år

## Akershus ønsker

- Jr NM åpent for alle som vil delta
- Østlandsmesterskap for 15 år og eldre
- Spisset landsfinale for de aller beste i forbindelse med Ungdomsstafetten
- Østlandscup for junior
- Tilbud for de nest beste seniorer

# Informasjon fra høstmøte NSF

## Oppdatert fra NSF

- NM jr. vil bli arrangert over 2 helger: Fredag: Sprint-fristil-Lørdag Distanse fristil, Søndag distanse kl

### • Helg 1: Kvinner

- Dato: 26-28.02 Forutsatt godkjenning av lokale smittevernmyndigheter.
- Distanser:
- Klasser (Inntil 200 i hver kohort)
- Kohort 1: Klasse K 17 - Kvote max. 200
- Kohort 2: Klasse K 18 - Kvote max. 200
- Kohort 3: Klasse K 19/20 - Kvote max 200

### • Helg 2: Menn

- Dato: 05-07.03 – Forutsatt godkjenning av lokale smittevernmyndigheter.
- Klasser (Inntil 200 i hver kohort)
- Kohort 1: Klasse M17 - Kvote max. 200
- Kohort 2: Klasse M18 - Kvote max. 200
- Kohort 3: Klasse M19/20 - Kvote max 200

# Informasjon fra høstmøte NSF

Oppdatert fra NSF



I praksis vil inndelingen/kvotebegrensningene medføre (basert på historikk):

At ca. 900 løpere deltar i NM jr.

At kapasitet for deltagere i alle klasser (unntatt M19/20) vil være større enn høyeste deltagerantall i fjorårets Norgescup

At kvotene for M19/20 vil være 34 lavere enn høyeste deltagerantall i fjorårets Norgescup (Her begrenser kohorten deltagerantallet til 200). Det jobbes intenst med å løse dette med ytterligere en liten kohort, slik at alle får delta. Inntil endelig løsning er på plass er kvote satt tilsvarende max. Kohortstr som er 200.

**Med denne løsningen får tilnærmet alle som ønsker det gå NM jr., og det løser seg uten en tredje helg som ville være både kostnadsdrivende og ressurskrevende.**

(Et viktig poeng er at en tredje helg uansett ikke løser utfordringen med deltagerantall versus kohortstørrelse i klasse M19/20, og dermed vil medføre samme deltagerbegrensning).

# Informasjon fra høstmøte NSF

## Kompensasjons- og stimuleringsordninger

### Krisepakke 3 – gjelder perioden 1/9-31/12

Vedtatt av Stortinget, ramme 1 mrd. kroner

- Vilkår foreløpig ikke klare, men vil ligne krisepakke 2
- 70% av inntektsbortfall ved avlysninger fram til 1/11
- 50% av inntektsbortfall ved avlysninger i perioden 1/11-31/12
- 70% av inntektsbortfallet ved gjennomførte arrangement

### Stimuleringsordning – 1. halvår 2021

- Regjeringen har foreslått en ramme på 1185 mnok
  - Vilkår ikke klare
  - Innrettes i større grad for å holde aktiviteten i gang, ikke som en kompensasjonsordning for avlysninger
- Ordningene administreres av lotteri- og stiftelsestilsynet. Se [www.lottstift.no](http://www.lottstift.no)

**Akershus ønsker:** Mulighet til å ilegge en «korona avgift» i deltageravgiften for å sikre økonomi for arrangører.

# TD Status

<https://www.skiforbundet.no/akershus/langrenn/arrangement/>



AKERSHUS  
SKIKRETS

Navn	Poststed
<a href="#">Nymo, Jorunn Aslaug</a>	Asker
<a href="#">Kildahl, Jan</a>	ASKER
<a href="#">Ring, Tore Wrangell</a>	Asker
<a href="#">Myroldhaug, Sondre</a>	BÆRUMS VERK
<a href="#">Granøien, Bård Johannes</a>	BÆRUMS VERK
<a href="#">Norheim, Thom-Arne</a>	DAL
<a href="#">Gran, Christian</a>	DRØBAK
<a href="#">Antonsen, Øyvind</a>	DRØBAK
<a href="#">Grøndalen, Torkjel Kleppo</a>	DRØBAK
<a href="#">Brun, Olav Gunnar</a>	EIDSVOLL
<a href="#">Jakobsen, Espen</a>	EIDSVOLL VERK
<a href="#">Simensen, Pål Alvestrand</a>	Fetsund
<a href="#">Mowé, Marianne</a>	FJELLSTRAND
<a href="#">Haugen, Øystein</a>	FROGNER
<a href="#">Alnæs, Stein Arne</a>	FROGNER
<a href="#">Sæves, Einar Bovin</a>	GJERDRUM
<a href="#">Fisketjønn, Nils Øyvind</a>	GJERDRUM
<a href="#">Hagen, Steinar</a>	GJERDRUM
<a href="#">Hagen, Emilie Johanne</a>	GJERDRUM
<a href="#">Næss, Hallvard</a>	GJETTUM
<a href="#">Grønvold, Sten Are Storvik</a>	HAKADAL
<a href="#">Grindalen, Knut Olav</a>	HAKADAL
<a href="#">Adde, Kristoffer Kallevig</a>	HASLUM

<a href="#">Testmann-Koch, Henrik</a>	HOSLE
<a href="#">Norløff, Christian Sammerud</a>	HOSLE
<a href="#">Hellesnes, Jørn-Ivar</a>	HVALSTAD
<a href="#">Gigernes, Ole Jonny</a>	HVAM
<a href="#">Fosen, Arne</a>	JAR
<a href="#">Holter, Lars Magnus</a>	JESSHEIM
<a href="#">Gomo, Terje</a>	KOLBOTN
<a href="#">Grotli, Lars</a>	Lillestrøm
<a href="#">Amdal, Bjørn Kåre</a>	LOMMEDALEN
<a href="#">Tidemann, Henning</a>	LOMMEDALEN
<a href="#">Hansen, Ove</a>	MAURA
<a href="#">Vognild, Torgeir</a>	MAURA
<a href="#">Fredriksen, Terje</a>	MINNESUND
<a href="#">Andersen, Pål Andrew</a>	NANNESTAD
<a href="#">Vestengen, John</a>	NITTEDAL
<a href="#">Åslund, Rune</a>	OPPAKER
<a href="#">Bruun, Erik</a>	Oslo
<a href="#">Wiig, Christoffer</a>	OSLO
<a href="#">Mork, Ole Christian</a>	RASTA
<a href="#">Tvedten, Lars Martin</a>	REISTAD
<a href="#">Støre, David</a>	RYKKINN

<a href="#">Hemstad, Stig</a>	SKEDSMOKORSET
<a href="#">Walter, Knut Erik</a>	SKEDSMOKORSET
<a href="#">Helsør, Hans Petter</a>	SKEDSMOKORSET
<a href="#">Blåfjell, John Henrik</a>	SKEDSMOKORSET
<a href="#">Five, Jørn</a>	SKEDSMOKORSET
<a href="#">Villadsen, Knut Erik</a>	SLEPENDEN
<a href="#">Tungesvik, Olav</a>	SLEPENDEN
<a href="#">Paulsen, Arve</a>	TROLLÅSEN
<a href="#">Kollerud, Lasse Klemet</a>	VOLLEN
<a href="#">Pedersen, Frode</a>	VORMSUND
<a href="#">Lilleheier, Karl Henrik</a>	Ås
<a href="#">Kure, Cathrine Finne</a>	Ås

# KM-2021



- 10. januar      KM sprint              klassisk              Oppegård
- 17. januar      KM stafett              klassisk              Gjelleråsen
- 30. januar      KM normal              fristil              Nittedal
- 31. januar      KM lang              klassisk              Gjerdrum
- 13. februar      KM skicross              fristil              Jutul

Veileder med retningslinjer for gjennomføring av KM:

<https://www.skiforbundet.no/akershus/langrenn/arrangement/>

Distribueres til TD'er og arrangører. Gi oss gjerne tilbakemeldinger på veilederen!



# Sparebank 1 cup – 2020/21



1.	13. des	Hakadalsrennet	klassisk	Hakadal
2.	9. jan	Lommedalsrennet	fristil	Lommedalen
3.	10. jan	KM sprint	klassisk	Oppegård
4.	23. jan	Drøbaksrennet	fristil	Drøbak-Frogn
5.	30. jan	KM normal	fristil	Nittedal
6.	31. jan	KM lang	klassisk	Gjerdrum
7.	13. feb	KM skicross	fristil	Jutul
8.	7. mars	Asker skifestival	klassisk	Asker/Holmen
9.	20. mars	Nordåsen-finale	fri - felles	Bjerke

8 renn+finale med 5 tellende renn før finalen.

# Snøcup 15-16 år - 2020/21



1.	18.10	Østfold - Fredrikstad	Rulleski fristil	
2.	12/13.12	Akershus - Hakadal	Fristil	
3.	10.01	Oslo	Klassisk	Dato må revurderes
4.	16.01	Oslo - Njårdrennet	Klassisk	
5.	23.01	Oslo - Oslo skifestival	Fristil	
6.	07.02	Østfold	Klassisk sprint	
7.	13.02	Akershus - Jutulcrossen	Skicross	
8.	06.03	Oslo - Veidekkesprinten	Sprint fristil	
9.	20.03	Akershus	Fristil fellesstart	

<https://www.skiforbundet.no/akershus/langrenn/arrangement/sno-cup/>  
<https://www.facebook.com/groups/1066656946827312/>

Av de 8 første renn teller 5, uavhengig av stilart/form. Poengene som oppnås i finalen, legges til den summen man har før finalen.

# Terminlista 20/21



Uke	Dato	Akershus renn aldersbestemte klasser	Arrangør	Renn form/stil	KM 13-senior	Sp1-cup (9/7) 13-14	Snø-Cup 15-16	Østfold/ Oslo renn	AKERSHUS SKIKRETS
	06.09	Rulleskirenn Skytta	Gjelleråsen IF	Fristil					
	18.10						Rulleskirenn Østfold (F)		
50	12.12	Hakadalsrennene	Hakadal IL	Fristil			Hakadal (F)		
50	13.12	Hakadalsrennene	Hakadal IL	Klassisk		Klassisk			
52	28.12	Romjulsrennet	Nes IL	Fristil					
1	9.1	Lommedalsrennet	Lommedalen IL	Fristil		Fristil		KM Skagen, Sprint -Lyn	
1	10.1	Oppegardsprinten	Oppegård IL	Klassisk	KM Sprint	Klassisk	Lauritz Bergendahl(K)	Lauritz Bergendahl	
2	16.1	Staviåsrennet	Eidsvold Værks Skiklub	Skiathlon (Skibytte)			Njård-rennet (K)	Njård-rennet (Holmenkollen)	
2	17.1	GIF-Stafetten	Gjelleråsen IF		KM Stafett				
3	23.1	Drøbaksrennet 2021	Drøbak-Frogn IL	Fristil		Fristil		Oslo skifestival	Oslo skifestival
3	24.1	Hvalstjernerrennet	Fet Skiklubb	Fristil			Oslo skifestival (F)	Oslo skifestival	Oslo skifestival
4	30.1	Fischerrennet	Nittedal IL	Fristil	KM Normal	Fristil			
4	30.1	Kivi Hoslerrennet	Øvrevoll Hosle IL	Klassisk (8-14år)					
4	31.1	Gjerdrumsrennet	Gjerdrum IL/Åsen IL	Klassisk	KM Lang	Klassisk			
5	6.2	Åsrennet	Ås IL					Østmarksrunden	Ungdommens holmenkollrenn
5	6.2	Ungdommens holmenkollrenn	BVH					Østmarksrunden	Ungdommens holmenkollrenn
5	7.2	Ungdommens holmenkollrenn	BVH				Cuprenn Østfold (K)		Ungdommens holmenkollrenn
5	7.2	Tærudklassikeren	Skedsmo skiklubb	Fristil (8-16år)					
6	12.2	TdB - Haslumrennet	Haslum/Jutul/Jardar						
6	13.2	TdB Jardarsprinten 100m + Jutulcrossen	Haslum/Jutul/Jardar	Cross	KM Cross	Skicross	Jutulcrossen (F)	Rosignolrennet?	
6	13.2	Åsenrennet	Gjerdrum IL/Åsen IL						
6	14.2	TdB VestmarkaRett Ned	Haslum/Jutul/Jardar					Rustad-stafetten KM	
Vinterferie	7	20.2							
	7	21.2							
	8	27.2							Hovedlandsrennet
	8	28.2							Hovedlandsrennet
9	6.3	Nordåsen sprintstafett	Bjerke IL	Sprintstafett skicross					
9	6.3	Asker skifestival	Asker og Holmen	Skicross			Veidekkesprinten (K)	Veidekkesprinten (Kjelsås)	
9	7.3	Asker skifestival??	Asker og Holmen	Klassisk		Klassisk		Kollmila	
9	7.3	Madshussprinten	Lørenskog skiklubb	Fristil sprintstafett					
10	14.3								Ungdomsbirken/ungdomsstafetten
11	20.3	Fossumstafetten							
11	20.3	Nordåsenrennet	Bjerke IL	Fristil		Fellesstart fristil	Nordåsen- avslutning (FF)		
11	21.3	Bakkesprinten	Bærum skiklubb						
Påske	12	27.3							
	12	28.3							
	13	3.4							
	13	4.4							
3	20.01	Hodelyktrennet	Bjerke						
6	13.02	Stomperudrennet	Sørum IL						

\*Vi finner en løsning for Mistbergrennet

# Terminlista 2020-2021/TD-oppsett

- Terminlista sendes til Thor på kretskontoret som godkjenner rennene i sports-admin slik at det blir synlige i terminlista.
- TD tildeles rennene løpet av ca en uke
- TD listene er oppdatert på <https://www.skiforbundet.no/akershus/langrenn/arrangement/>
- Viktig at klubbene sørger for å utdanne nye TD'er

# Terminliste Akershus

- Inntil 600 personer kan være til stede på utendørsarrangement, fordelt på 3 kohorter på inntil 200 personer
- Kohortene må være fysisk adskilt (minimum 2 meters avstand)
- Kohorter kan skiftes ut i løpet av arrangementet, forutsatt at de ikke kommer i kontakt med hverandre og at det foretas nødvendig vask av rom og felles berøringsflater
- Arrangørstab kommer i tillegg og trengs ikke skiftes i løpet av dagen
- Det er ikke anledning til å skifte kohort i løpet av arrangementet
- I begrensningen på antall personer gjelder deltagere, støtteapparat, foresatte, media, tilskuere og andre som ikke har oppgaver knyttet til gjennomføringen av arrangementet
- For alle konkurranser gjelder regel om at utøverne skal holde 1 meters avstand
- Lokale smittevernmyndigheter vil være sentrale med hensyn til hva som kan gjennomføres og hvilke tiltak som må gjøres på det enkelte arrangement. Dette betyr at vi kan oppleve ulik praksis basert på lokale forhold.

# Terminliste Akershus

Ansvarlig arrangør skal:

1. Gjøre en risikovurdering av aktiviteten/arrangementet som planlegges
2. Utarbeide smittevernplan
3. Sørge for nødvendig varsling og tillatelse fra lokale helsemyndigheter
4. Informere deltagere og tilstedeværende om gjeldende smitteverntiltak
5. Registrere tilstedeværelse

# Terminliste Akershus

Alle idrettslag har gratis tilgang til digital besøksregistrering

- [qrona.nif.no](https://qrona.nif.no)
- <https://www.skiforbundet.no/norges-skiforbund/nyheter/2020/10/nsf-koronaveileder-for-klubber-og-kretser/>

Klubber som er tildelt KM/Cup må prioritere disse i sitt arrangement ifht deltager/gjennomføring

Alle klubber som er tildelt et arrangement må gi en **tilbakemelding til Tone: [tone\\_haugen@yahoo.com](mailto:tone_haugen@yahoo.com) innen 31.10.2020** ad:

- *Ja vi kan gjennomføre som planlagt*
- *Ja vi kan gjennomføre med følgende modifikasjoner*
- *Nei, vi trekker oss som arrangør*
- *Vår klubb er villig til å ta på oss ekstra arrangement om nødvendig for klassene xxx*
- *Diskusjon rundt arrangement kan gjøres med Helle: [helle.nissenlie@gmail.com](mailto:helle.nissenlie@gmail.com)*

# Erstatningsrenn/cup for Junior/Sr



LK jobber for å få på plass et godt alternativ til den avlyste Norges Cupen. Vi ønsker at våre utøvere skal få konkurrere mot flest mulig innenfor smittevernsreglene

Våre forslag i prioritert rekkefølge:

1. Østlandscup for junior med alle kretser på Østlandet. Arrangeres på datoer som er satt av til NC. Delt arrangement på to steder, for eksempel kvinner på en stadion og menn på en annen. Ønsker FIS status.
  2. Oslofjord Cup sammen med Oslo og Østfold dersom de andre kretsene ikke ønsker å delta i alternativ 1. Kan gjennomføres som ett arrangement. Arrangeres på datoer som er satt av til NC. Som avslutning inviteres de andre Østfold kretsene til en finale hvor man deler opp i to arrangement.
  3. Oslofjord Cup sammen med Oslo/Østfold dersom de andre kretsene ikke ønsker alternativene over. Arrangeres på datoer satt av til NC . Kan gjennomføres som et arrangement.
- Alle alternativene bør arrangeres i FIS godkjente løyper for å få FIS status
  - Innspill /synspunkter kan emailes til: [heidi.tjernshaugen@gmail.com](mailto:heidi.tjernshaugen@gmail.com)
  - Akershus komite består av John Harald Amundsen, Ingvar Sperstad, Heidi Tjernshaug, (Dag HH)



# Evt og neste møte

- Evt/noen siste kommentarer
- Endelig terminliste
- Seedingsrenn/Uttaksrenn
- Overnatting (om nødvendig)
- Priser/stipend
- Annet

Vi sees igjen medio-november 😊

