

Vårmøte Akershus Skikrets Langrenn

9. juni 2020 – På Teams

Starter kl. 20.30



Agenda

1. Åpning
2. Evaluering sesongen 2019/2020
3. Kurs
4. Terminliste 2020/2021
5. TD status
6. Seniorsatsing Akershus
 1. Team Oslofjord
 2. Andre team
7. Referat fra Skiforbundets Vårmøte
8. Status LK og behov for utvidelse
9. Avslutning og andre spørsmål



NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SKIKRETS

Gratulerer med flotte resultater!



Evaluering sesongen 2019/2020



AKERSHUS
SKIKRETS



Sparebank 1 Cup – 13-14 år

Pga dårlig vinter ble flere renn avlyst/utsatt og nye arrangører/renn kom inn. Deretter kom Korona-viruset slik at de 2 siste rennene ble avlyst.

Renn som ble gjennomført:

- Hakadalsrennet (klassisk)
- KM Skicross (fristil)
- KM Normaldistanse (klassisk)
- KM Langdistanse (fristil)
- Staviåsrennet (fristil - fellesstart, opprinnelig planlagt som skiatlon)
- Fischerrennet (klassisk)

Renn som ble avlyst:

- Nordåsenrennet-pga Covid-19, (fristil - fellesstart) (var opprinnelig planlagt som finale)
- KM Sprint-pga snømangel, (fristil) (finale, var opprinnelig planlagt i januar)

Evaluering sesongen 2019/2020

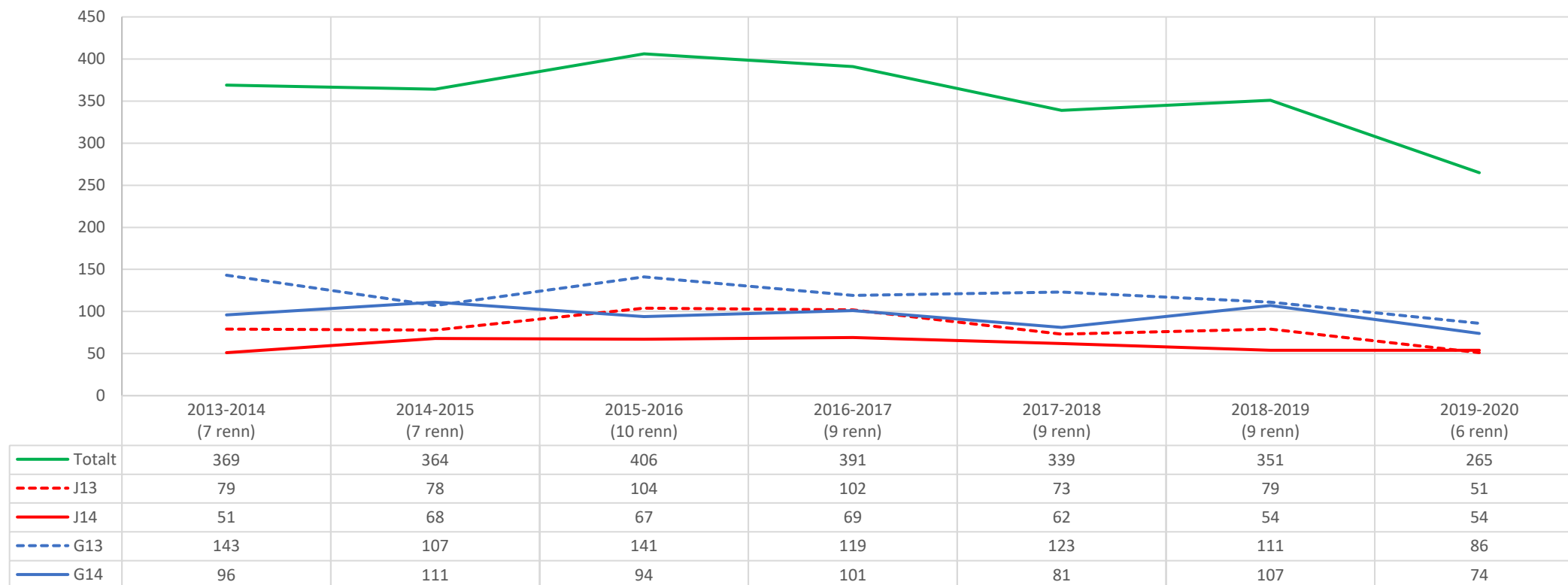


AKERSHUS
SKIKRETS



Sparebank 1 Østlandet Cup

Antall fra Akershus som har deltatt på minst ett renn i Sparebank 1 cup



Evaluering sesongen 2019/2020



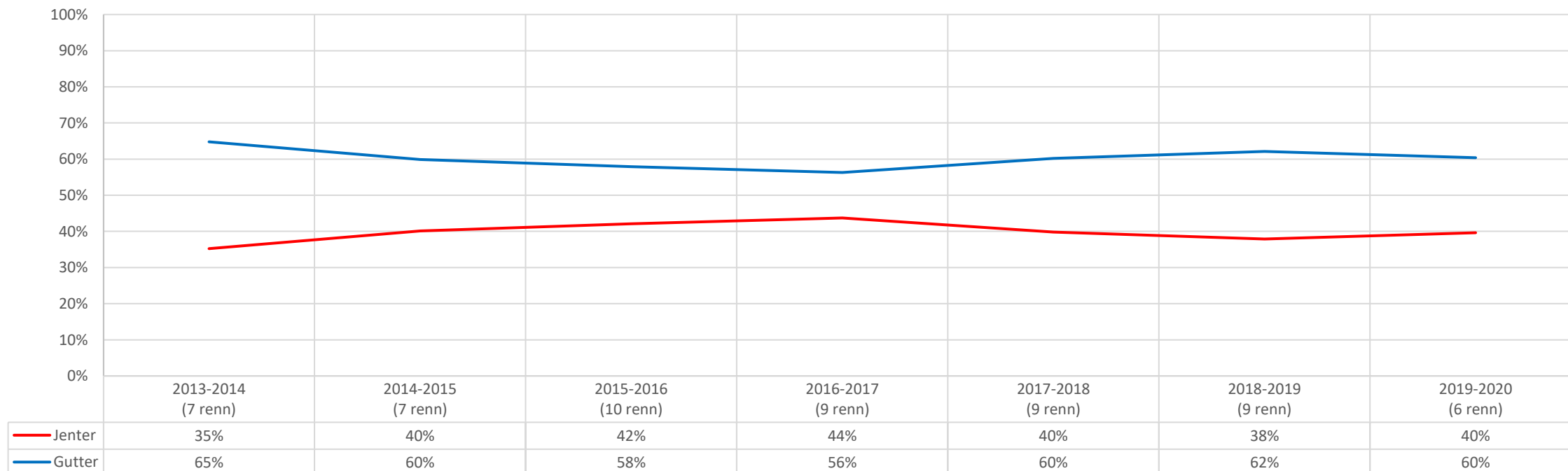
NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SKIKRETS



Sparebank 1 Østlandet Cup

Fordeling jenter/gutter som har deltatt på minst ett renn



Evaluering sesongen 2019/2020



Sparebank 1 Cup – 13-14 år



Generelt en stor tilbakegang i antall deltagere siste sesong, ca 25%

Noe av dette kan skyldes:

- dårlig vinter, måtte avlyse/utsette flere renn tidlig i sesongen
- ingen renn i Follo (Drøbaksrennet avlyst, KM Sprint avlyst i Oppegård flyttet til Hakadal)
- 2 siste renn i årets cup avlyst

Stor nedgang i 13-års klassene ift tidligere år. Spesielt lite årskull?

Premieutdeling i forbindelse med Gjelleråsen IF rulleskirenn 6 september

Evaluering sesongen 2019/2020



SNØ Cup besto av 6 renn + finale

- Hakadalsrennet (fristil)
- Lommedalsrennet (klassisk)
- Oslo Skifestival (fristil)
- Gjerdrumrennet (klassisk fellesstart langdistanse)
- Tour De Bærum / Jutulcrossen (100 m + skicross fristill. Jaktstart cross)
- Over Kjølen-rennet (klassisk) AVLYST
- Veidekkesprinten (fristil sprint)
- Rossignolrennet (klassisk fellesstart)

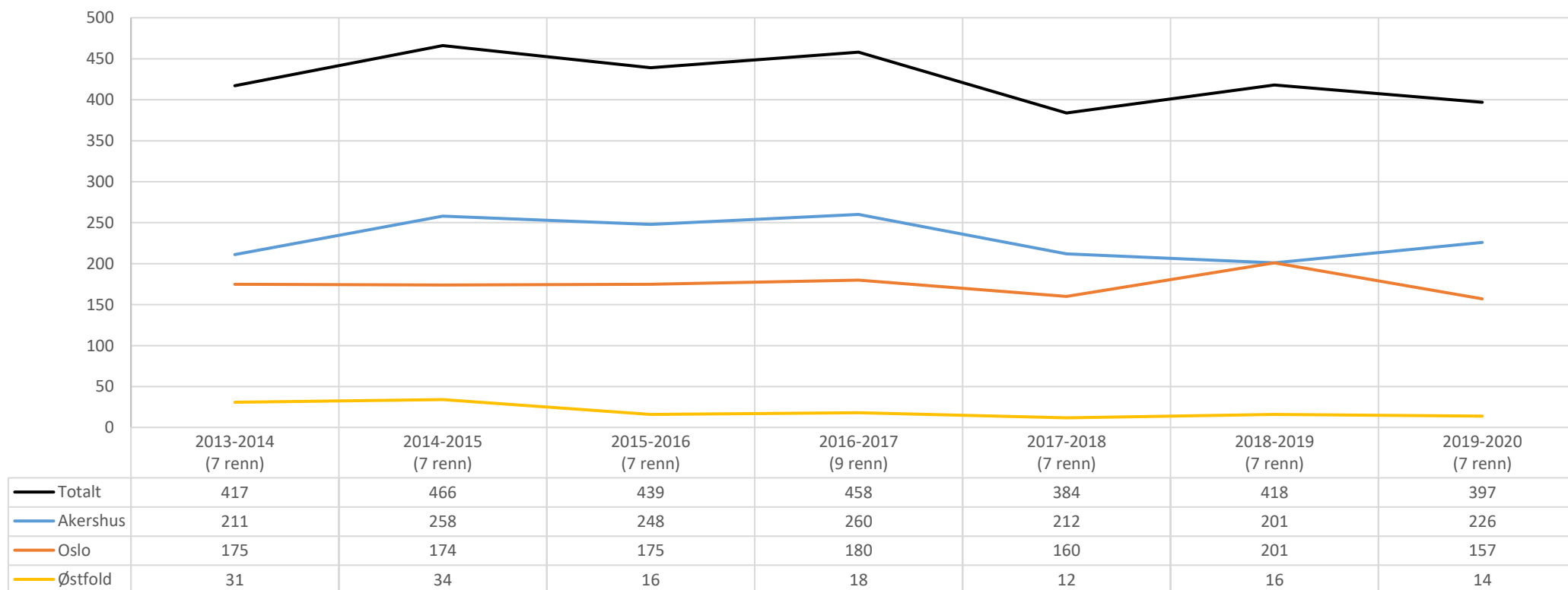


Evaluering sesongen 2019/2020



SNØ Cup

SNØ-cup - Antall deltagere pr krets

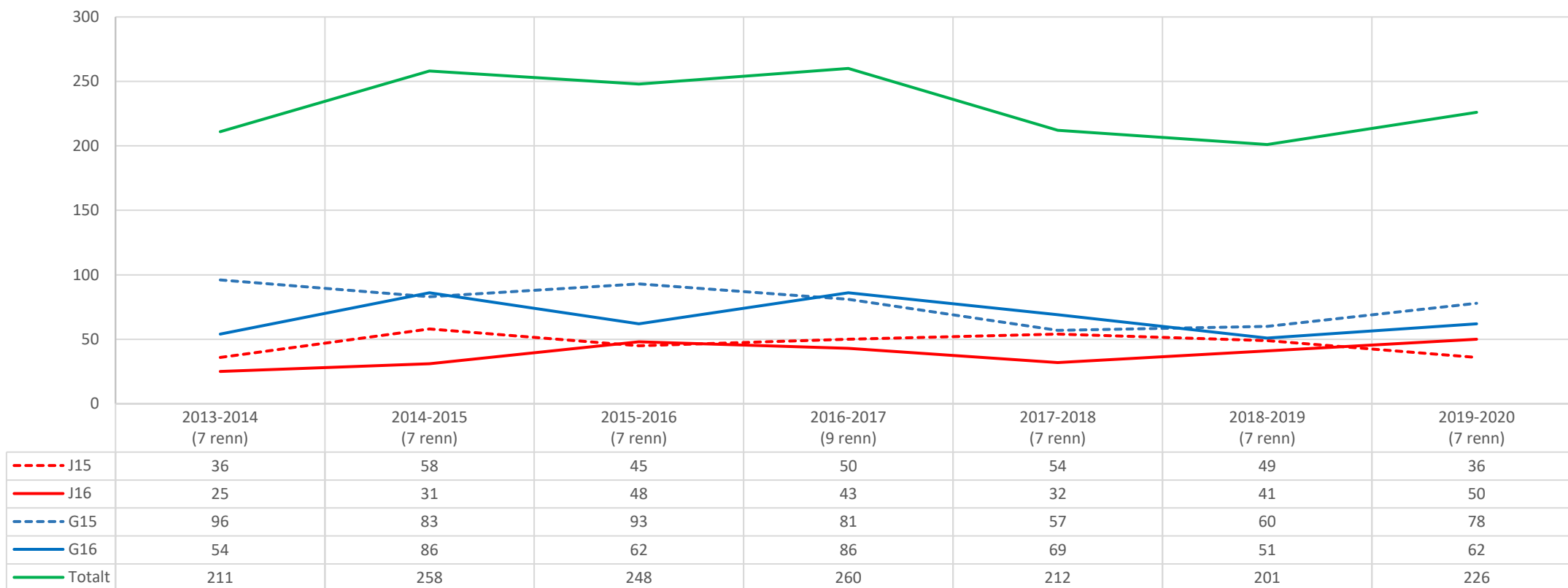


Evaluering sesongen 2019/2020



SNØ Cup

Antall fra Akershus som har deltatt på minst ett renn i SNØ cup



Evaluering sesongen 2019/2020



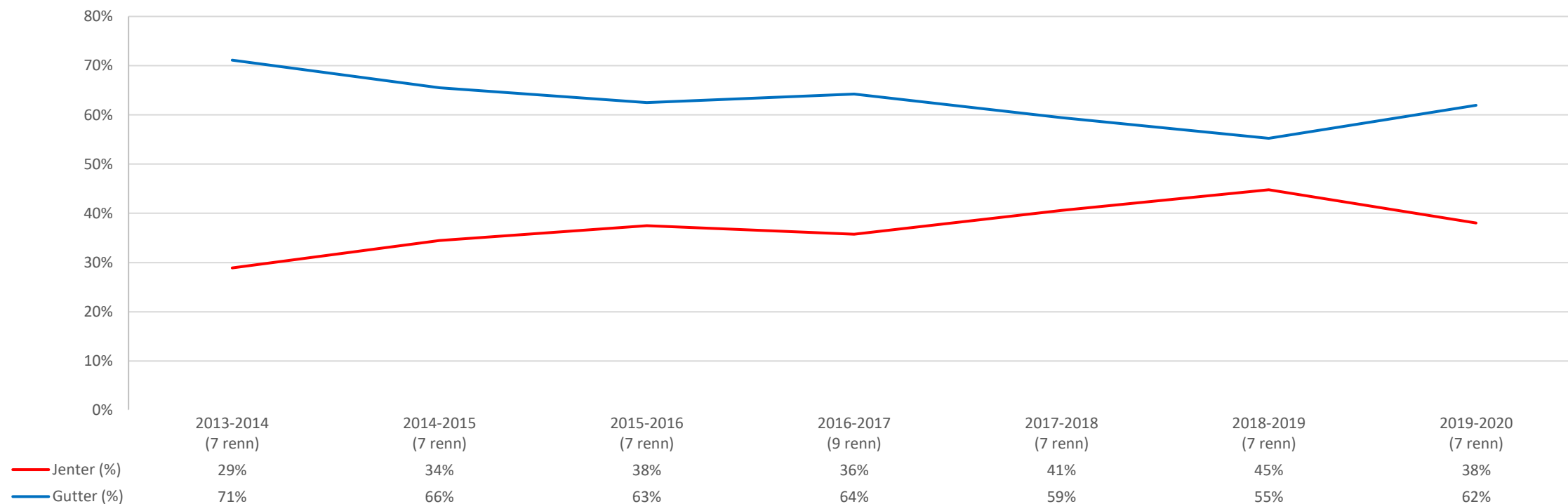
NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SKIKRETS



SNØ Cup

Fordeling jenter/gutter som har deltatt på minst ett renn



Evaluering sesongen 2019/2020

HL Nybygda

	HL normal	HL Sprint	HL Langrennscross	Antall med minst en start
G 15 år	62	65	54	67
G 16 år	58	63	51	63
J 15 år	26	27	21	30
J 16 år	41	44	36	47
FH G 15 år	1	1	0	1
	187	199	162	207

- Stafett: 25 guttelag og 14 jentelag (seeding av alle lag)
- Luer & pannebånd til alle utøvere på stafetten
- Overnatting - alle som gikk gjennom kretsen var på samme hotel
- HL 2021 går i Holmenkollen 25-28 februar

Evaluering sesongen 2019/2020

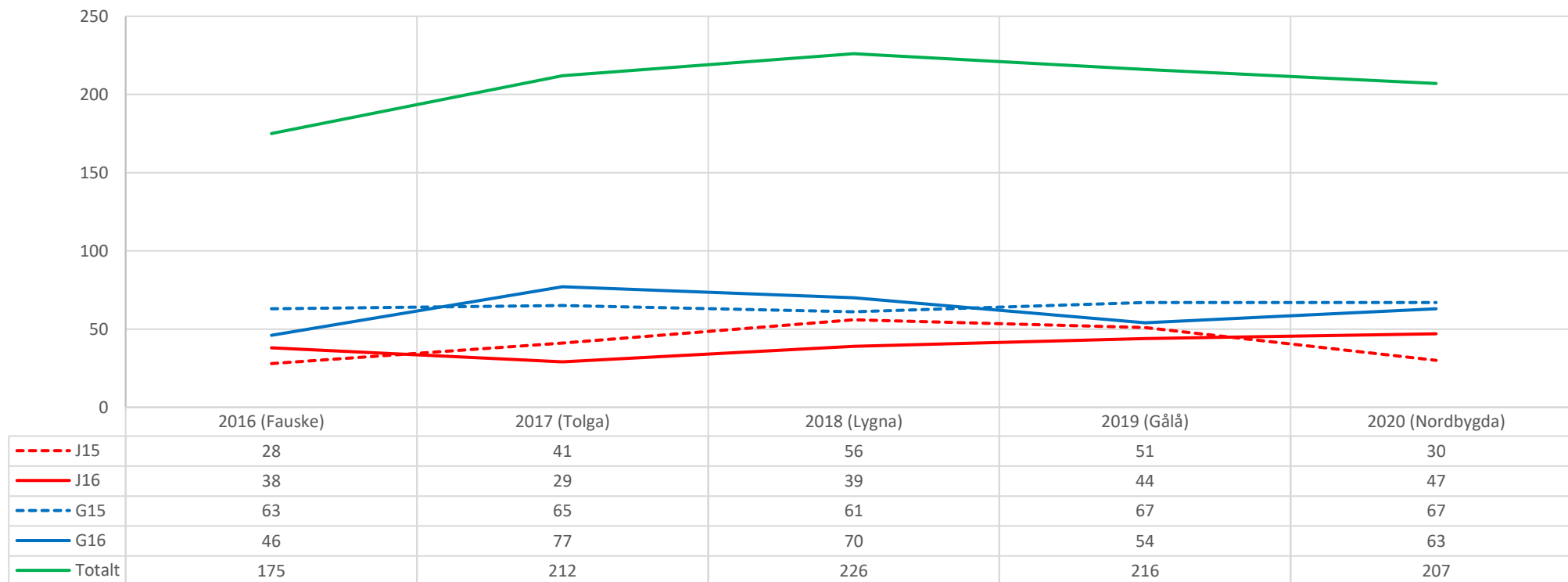


NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SKIKRETS

HL Nybygda

Antall fra Akershus som har deltatt på minst ett renn i HL



Evaluering sesongen 2019/2020

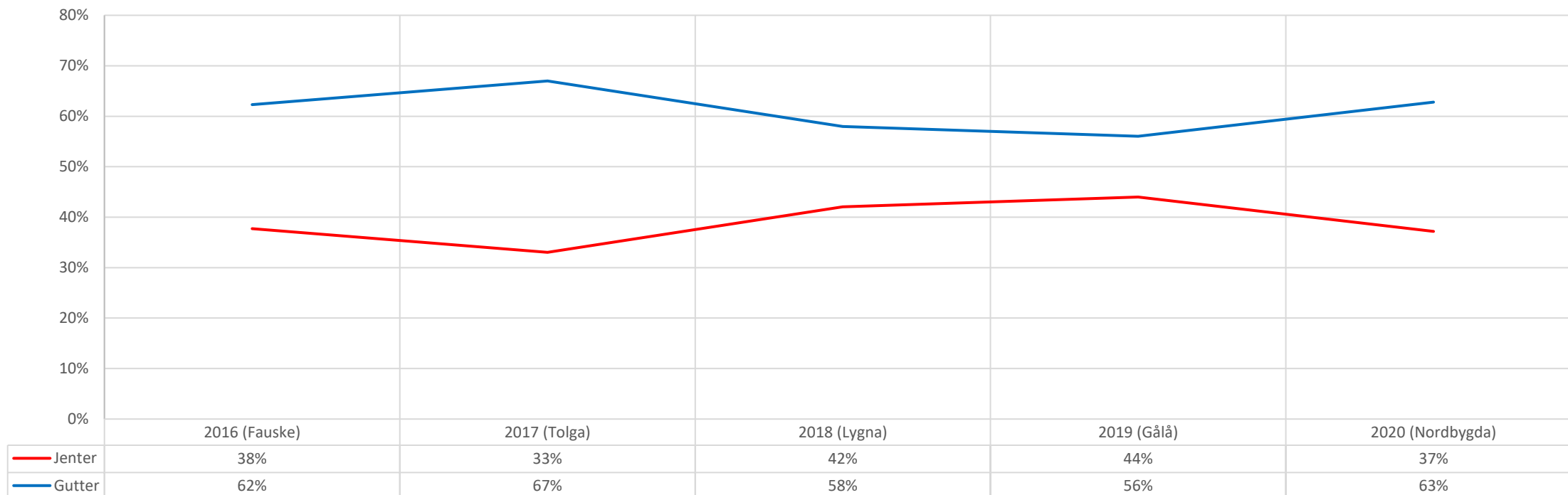


NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SKIKRETS

HL Nybygda

Fordeling jenter/gutter fra Akershus som har deltatt på minst ett renn i HL



Evaluering sesongen 2019/2020

Norges Cup Jr

- Kun 2 helger gjennomført (Lygna og Holmenkollen).
De 2 siste (NM Beitostølen og Lillehammer avlyst pga korona).
- 1 klubb (Asker) hadde overnatting ifm NC Lygna. Ellers bodde alle hjemme/ordnet selv.
- 2021 Jr NM Nes (5-7 mars) / NM del 2 Trondheim (25-28 mars)

Kurs



- Jevnt over god kursaktivitet ute i klubbene
- Utarbeidet retningslinjer for gjennomføring av kurs ift Covid-19
 - Smitteverntiltak
 - <https://www.skiforbundet.no/norges-skiforbund/nyheter/2020/5/gjennomforing-av-kurs/>
- TD-kurs til høsten:
 - Tar en vurdering mot slutten av sommeren hva, hvordan og når (tidlig oktober) pga Covid-19
- Spørsmål?
Kontakt ansvarlig i LK Emilie Johanne Hagen: emilie.johanne@hotmail.com

Terminliste 2020/2021

Søknad neste sesong

- Alle klubber som arrangerer renn MÅ også stille med minst en TD
 - Dette gjelder også rulleskirenn.
- Søknad på Sportsadmin innen **1.august 2020**
- Noter ønsket dato, men også alternative aktuelle datoer.
- Vi oppfordrer klubber til å arrangere renn før jul/tidlig i januar samt fra og med vinterferie og ut mars.
- De som ønsker KM eller Cup'er må søke om dette og forplikter seg til å følge **regelverket og retningslinjer**. En kan søke enten KM eller Cup eller begge deler.
 - Arrangement som er omsøkt innen fristen og med **fleksible datoer/arrangementstyper** vil bli prioritert ifht tildeling av KM/Cup.
- Vi oppfordrer klubbene til å lage alternative renn som gir en variert og artig terminliste som stimulerer flere unge løpere og skiferdigheter.
- LK forbeholder seg retten til å tildele arrangement KM/cup status selv om det ikke er omsøkt dersom perioden er sportslig ønskelig mtp renn.

Terminliste 2020/2021

- KM
 - 9. januar KM sprint klassisk (Oslo har KM samme dato)
 - 3.januar/6.mars KM skicross fristil
 - 30. januar KM normal fristil
 - 31. januar KM lang klassisk
 - 20.februar/21.mars KM stafett fristil (Oslo 14.2)

Veileder med retningslinjer for gjennomføring av KM:

<https://www.skiforbundet.no/akershus/langrenn/arrangement/retningslinjer-for-km-langrenn-i-akershus-skikrets/>

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

- Sparebank 1 cup – 2020/21
 - 8 renn (4 KM renn + 4 andre renn) + finale
 - 5 tellende renn før finalen

Veileder med retningslinjer for gjennomføring av cuprenn under utarbeidelse

Snøcup 15-16 år - 2020/21 (tentativ plan)



1.	18.10	Østfold	Rulleski fristil
2.	12/13.12	Akershus	fristil
3.	10.01	Oslo	klassisk
4.	16.01	Oslo	klassisk
5.	23.01	Oslo	fristil
6.	07.02	Østfold	klassisk
7.	13.02	Akershus	skicross
8.	06.03	Oslo	sprint klassisk
9.	27.03	Akershus	fristil fellesstart

Oslo skifestival

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

Av de 8 første renn teller 5 eller 6(uavklart), uavhengig av stilart/form. Poengene som oppnås i finalen, legges til den summen man har før finalen.

TD-situasjonen

- Endel jobb med oppsett og endringer, men all renn gikk med TD – **takk for innsatsen!**
- 6 nye TDer i 2019, ca like mange sluttet så antallet er stabilt.
(TD listen på nett oppdateres og avstemmes mot LK sin liste)
- **Klubber med kun en TD oppfordres sterkt til å sende minst en ny deltaker på kurs**

KLUBB	ANTALL TD'er
Ås IL	2
Åsen il	1
Asker Skiklubb	3
Bærums Skiklubb	2
Bærums Verk Hauger IL	3
Bjerke IL	2
Drøbak/Frogn IL	3
Eidsvold Værk Skiklubb	3
Fenstad	
Fet skiklubb	2
Fossum	2
Frogner IL Ski	1
Gjelleråsen IF	3
Gjerdrum IL	5
Gui	1
Hakadal IL	2
Haslum	1
Holmen	1
Hosle	
IL Jardar	2
Jutul	1
Lommedalen IL	2
Lørenskog Skiklubb	1
Nes Ski	3
Nesodden IF	1
Nittedal	1
Nordre Eidsvoll IL	1
Oppegård IL	2
Øvrevoll/Hosle IL	2
Skedsmo Skiklubb	4
Sørum IL	
Ullensaker Skiklubb	1
Grand Total	58



NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SKIKRETS

2020/2021 TD oppsett



- **Alle klubber som søker om arrangement av skirenn, må stille med *minimum 1 operativ TD per omsøkt renn. Klubbens TD må kunne ta oppdrag i andre klubbers renn.***
- **Hvordan blir man TD?**
 - Kretsen vil sette opp TD kurs til høsten. I tillegg må praksis gjennomføres på et skirenn sammen med annen TD.
 - Liste over de som er registrert som TD kan sendes klubbene ved henvendelse til kretskontoret. Ved feil eller mangler på lista, gi beskjed til kretsen ved Thor Gjelsvik og ansvarlig i LK. (Tone Haugen Ramstad – tone_haugen@yahoo.com)
- **Viktig at alle renn arrangører avtaler med sin TD så snart TD lista er klar.**
- **TD'er som ikke kan ta tildelt renn må selv bytte dette med andre (holder ikke å bare melde tilbake til LK).**
 - TD'er som ønsker å melde inn behov/tidsbegrensning gjør dette til ansvarlig i LK innen 30. august.
- **Viktige renn vil få oppsatt TD ass/vikar.**

Senior satsing

- I tillegg til Team Oslofjord er det etablert noen senior team i kretsen de siste par årene
 - Team Norconsult Asker
 - Team AF Håndverk Åsen IL
 - Team Romerike (nytt av året)
 - Team Vestmarka (nytt av året)
- Alle teamene har fokus på både bredde og topp
- Flere gode resultater i norgescupen sesongen 2019/2020

Team 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

Referat fra Vår møte Skiforbundet

- <https://www.skiforbundet.no/langrenn/kontakt/langrennskomiteen/motedokumenter/>
- Landslag
- Fluor forbud
- Corona
 - <https://www.skiforbundet.no/langrenn/nyhetsarkiv/?npid=103748&page=NSFs+koronaveileder>
- Terminliste til vinteren
 - <https://www.skiforbundet.no/globalassets/04-gren---medier/langrenn/terminlistens-hovedpkt/terminlistens-hovedpunkter-2021.pdf>
 - Planlagt som vanlig, men gitt situasjonen kan dette forekomme
 - -mulige kvotebegrensninger i konkurranser
 - -mulige innkvarterings- og bispisningsbegrensninger
 - -reisebegrensninger
 - -ulike tilpasninger av arrangementsgjennomføring/konkurransereformer/startordninger
 - -vil begrensninger påvirke valg av arrangørsteder
 - -tilpasninger av de forskjellige cuper / mesterskap
 - -mulige økonomiske konsekvenser og begrensninger av økonomiske forpliktelser
- Diskusjonsaker utsatt til Høstmøtet

Status LK og behov for utvidelse

Hva	Ansvarlig	Støtte
Leder	Dag	Ole Jonny
Terminliste/TD liste	Tone	Dag
LK sekretær	Heidi	
Kurs	Emilie	Iben
Cup (13-14) lister/seeding	Ingvar	
Overnatting/smøreboder	Heidi (Jr), Iben (HL)	Ingvar
13-14 års trinn	Emilie	Iben
15-16 års trinn	Iben,	Emilie
Junior	Heidi	Ingvar
Senior	John Harald	Ole Jonny
TVO	Ole Jonny	John Harald
Anlegg	John Harald	
ASK styre	Dag (leder)	Ole Jonny (nest leder)

- Per nå har alle barn i junior eller eldre.
- Emilie/Iben følger opp 13-16, men det ville vært gunstig å ha en til i styret med barn i 13-14 (15) for å forsterke samt ha kontinuitet
- Henrik Pay (Valgkomite) finne en aktuell kandidat fra August-forslag taes imot

Kontaktinfo

Har du spørsmål til LK i Akershus er det bare å ta kontakt:

Leder – Dag Helland-Hansen– mobil: 41474029 – e-post: daghellandhansen@gmail.com



God sommer alle sammen!



AKERSHUS
SKIKRETS

RULLESKIVETREGLER

- 1) For å trene i trafikken må du beherske rulleski godt. Dette gjelder særlig bremsing og vending.
- 2) All opplæring og undervisning må skje på steder uten biltrafikk.
- 3) Barn under 15 år bør ikke gå på rulleski på trafikkerte veier.
- 4) Ved bruk av veibanen går du i hovedsak på høyre side av veien.
- 5) Tren kun på steder hvor du er godt kjent. Unngå stor trafikk, farlige utforkjøringer, svinger og veikryss.
- 6) Gi tydelige signaler til andre trafikanter og gjør deg forstått i trafikken.
- 7) Kle deg synlig og bruk alltid refleks. Treningen bør foregå i dagslys.
- 8) Bruk alltid hjelm. Glem heller ikke briller som beskytter øynene.
- 9) Unngå musikk i ørene for å ha fullt fokus i trafikken.

- Tren på trygge veger hvor du er godt kjent.
- Kle deg synlig i trafikken og bruk refleks - bruk alltid hjelm.
- Dropp musikk på øra slik at du har alle sanser skjerpet.
- Ta hensyn til andre trafikanter, særlig fotgjengere og bilister.
- Gå en i bredden når du skøyter - unntaksvis to i bredden ved klassisk stil.

