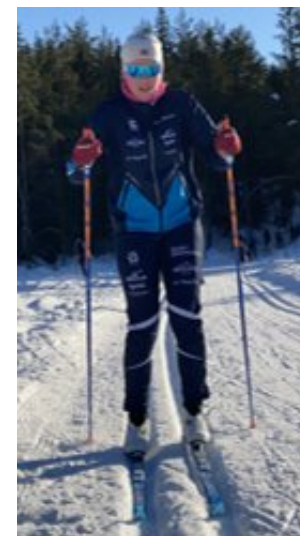


Vårmøte Akershus Skikrets Langrenn

26. mai 2021 – På Teams
Starter kl. 20.30



Enn litt annerledes vinter, men mange på ski og Akershusløpere bekrefter at vi er i verdenstoppen



Agenda

1. Åpning
2. Status LK
3. Evaluering sesongen 2020/2021
4. Kurs
5. Terminliste 2021/2022
6. TD status
7. Seniorsatsing Akershus
 1. Team ELON Oslofjord
 2. Åpne treninger
8. ASK innspill til Skiforbundets Vårmøte
9. Avslutning og andre spørsmål



NORGES
SKIFORBUND

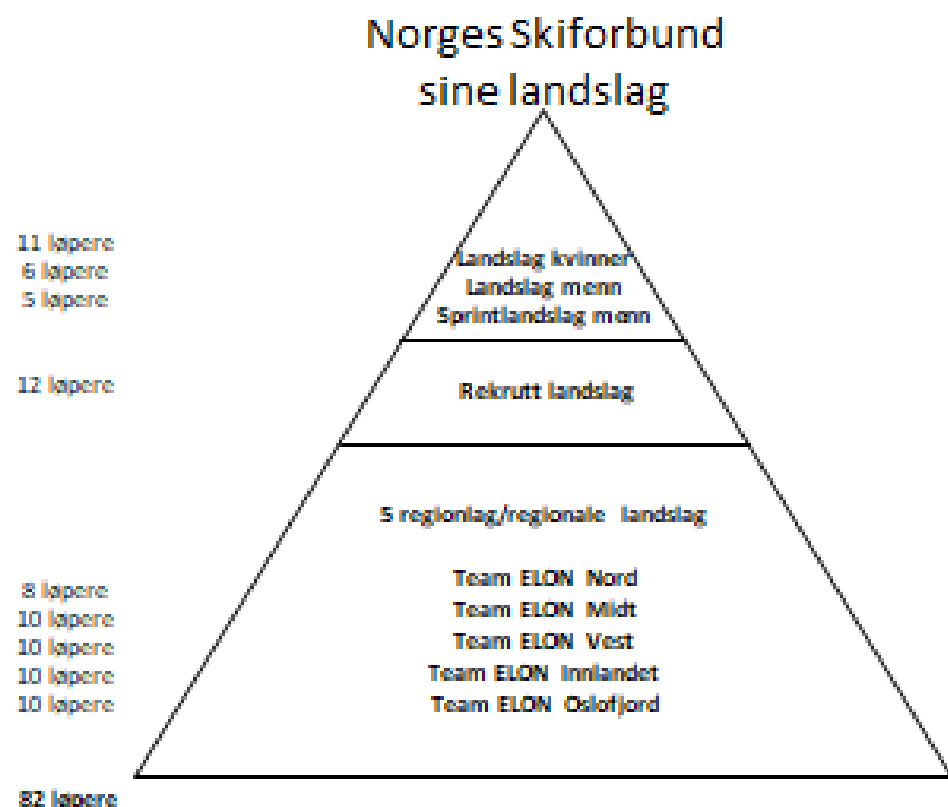
AKERSHUS
SKIKRETS

Hva er Team ELON?

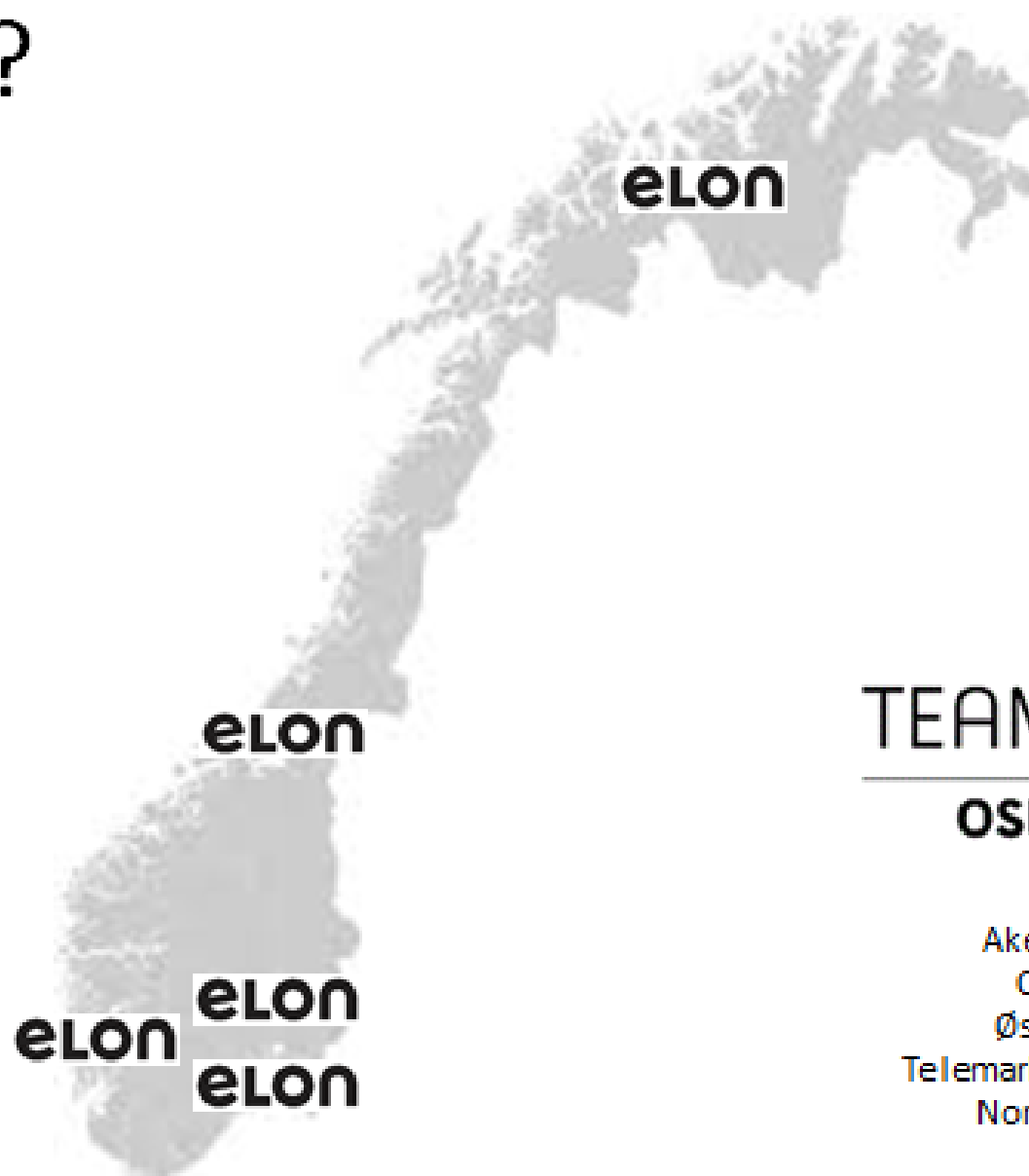


NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SKIKRETS



Team ELON lagene eies av skikretsene
i de gitte regioner og Norges Skiforbund.



TEAM **elon**

OSLOFJORD

Eies av:

Akershus Skikrets

Oslo Skikrets

Østfold Skikrets

Telemark & Vestfold Skikrets

Norges Skiforbund

Status LK



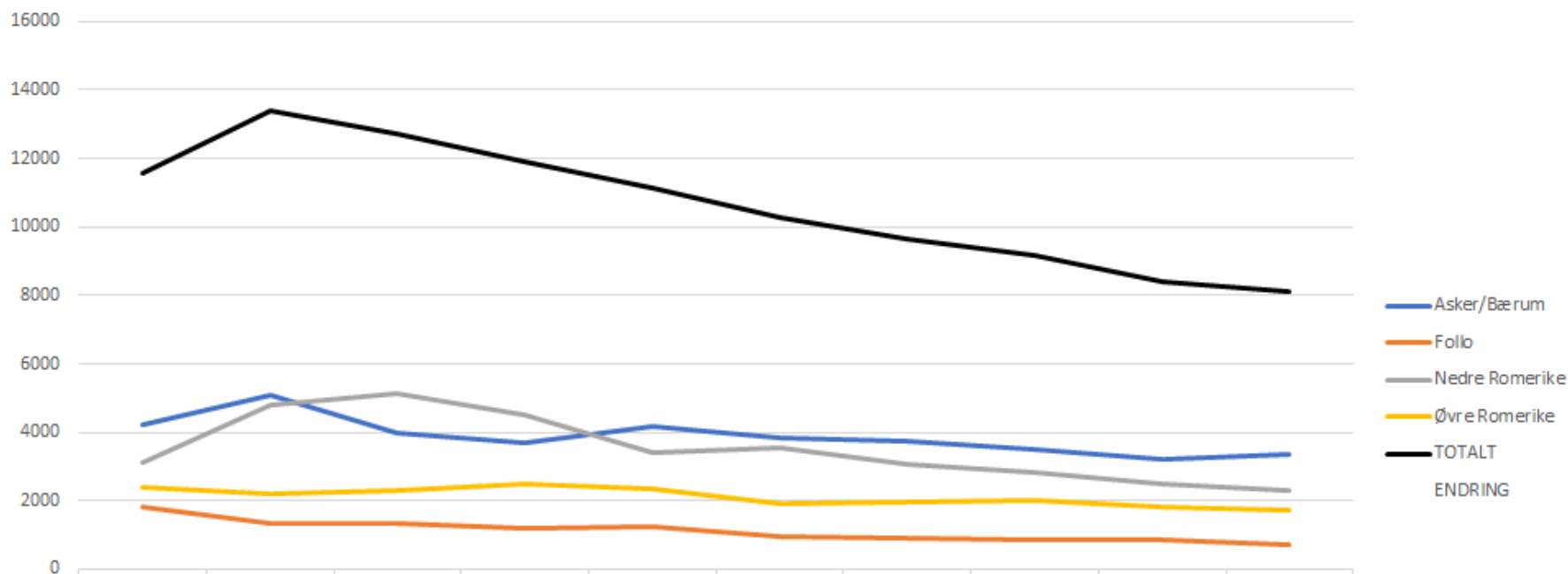
Hva	Ansvarlig
Leder	Dag
Terminliste/TD liste	Tone
LK sekretær	Heidi
Kurs	Emilie
Cup (13-14) lister/seeding	Ingvar
Overnatting/smøreboder	Heidi (Jr), Iben (HL)
13-14 års trinn	Emilie
15-16 års trinn	Iben,
Junior	Heidi
Senior	John Harald
TVO	Ole Jonny
Anlegg	John Harald
ASK styre	Dag (leder)

- Helle Nissen-Lie er pt inne som "assistant" , planlagt inn i styret fra høsten
- Iben går ut av styret, vi trenger en ny ungdomsrepresentant
- Meld fra til Henrik Pay (Valgkomite)
- Nytt LK velges på kretsting i September 2021 (utsatt fra i vår)

Statistikk

Idrettsregistrering langrenn - Akershus Skikrets

TOTALT

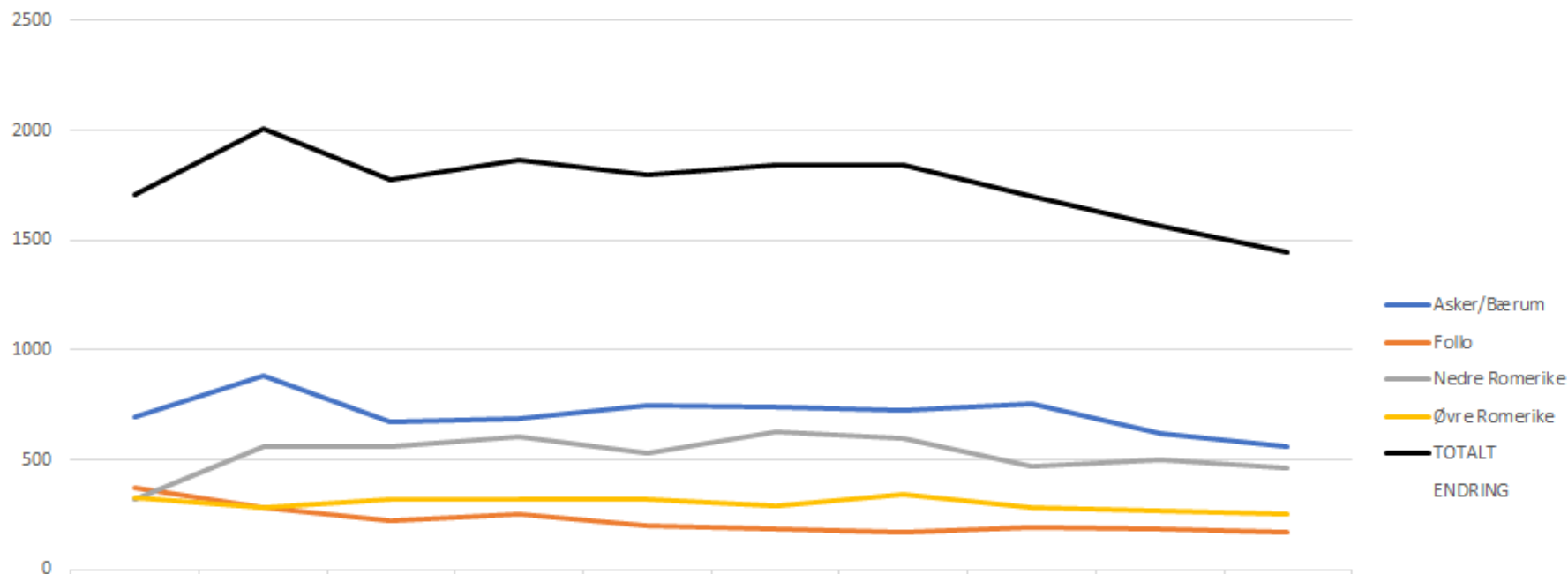


	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Asker/Bærum	4246	5066	3959	3716	4153	3846	3721	3495	3234	3342
Follo	1832	1340	1350	1195	1222	971	898	855	841	733
Nedre Romerike	3108	4780	5121	4528	3406	3545	3064	2820	2490	2301
Øvre Romerike	2389	2201	2312	2474	2360	1916	1984	2000	1822	1742
TOTALT	11575	13387	12742	11913	11141	10278	9667	9170	8387	8118
ENDRING		16 %	-5 %	-7 %	-6 %	-8 %	-6 %	-5 %	-9 %	-3 %

Statistikk

Idrettsregistrering langrenn - Akershus Skikrets

13-19 år

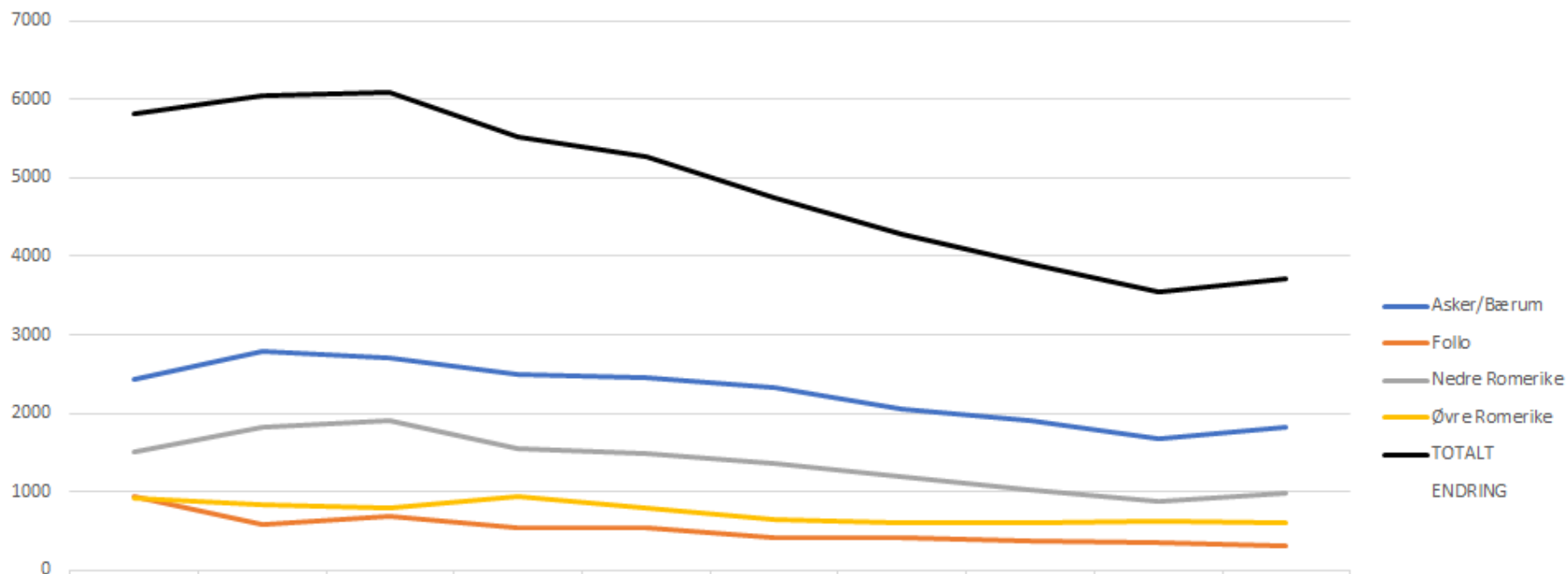


	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Asker/Bærum	696	884	670	684	746	739	727	756	619	560
Follo	369	282	223	255	201	186	169	196	185	169
Nedre Romerike	319	559	560	606	532	630	601	470	498	464
Øvre Romerike	325	284	319	322	322	287	343	281	264	249
TOTALT	1709	2009	1772	1867	1801	1842	1840	1703	1566	1442
ENDRING		18 %	-12 %	5 %	-4 %	2 %	0 %	-7 %	-8 %	-8 %

Statistikk

Idrettsregistrering langrenn - Akershus Skikrets

6-12 år

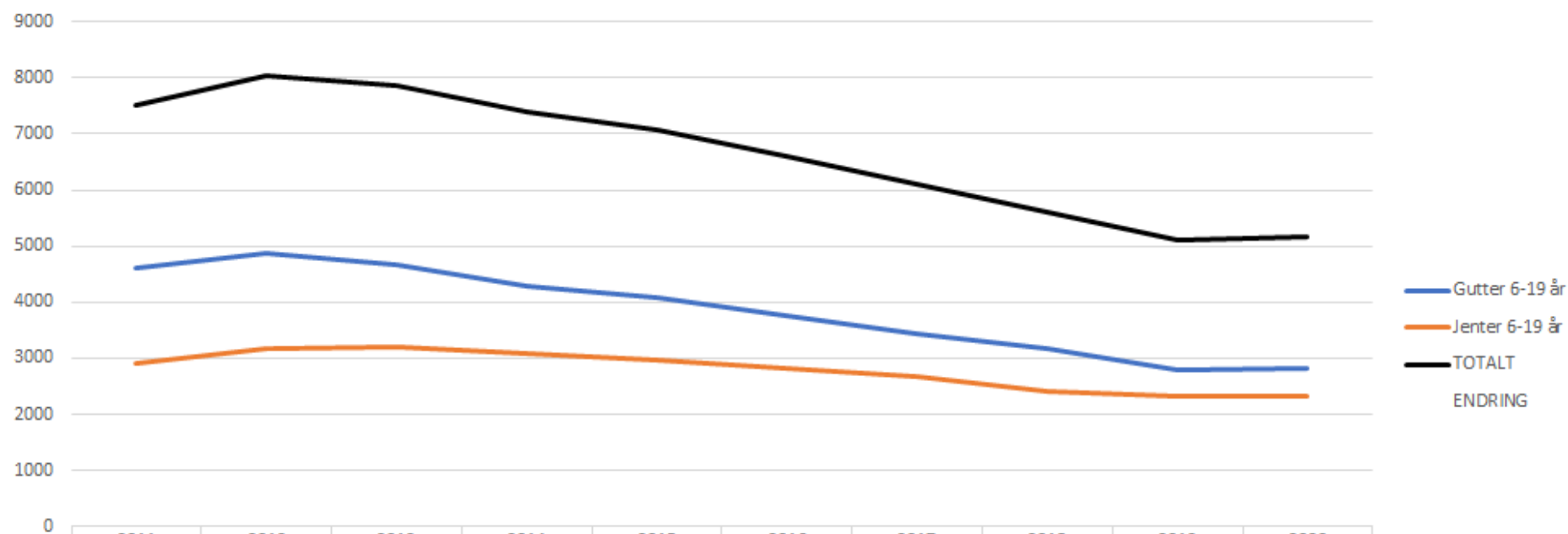


	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Asker/Bærum	2426	2800	2710	2492	2450	2337	2057	1897	1676	1827
Follo	943	594	691	536	534	414	421	367	359	303
Nedre Romerike	1516	1815	1897	1555	1496	1357	1193	1023	883	987
Øvre Romerike	921	829	798	937	796	641	601	612	633	596
TOTALT	5806	6038	6096	5520	5276	4749	4272	3899	3551	3713
ENDRING		4 %	1 %	-9 %	-4 %	-10 %	-10 %	-9 %	-9 %	5 %

Statistikk

Idrettsregistrering langrenn - Akershus Skikrets

6-19 år - fordelt på kjønn



	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020
Gutter 6-19 år	4609	4871	4675	4298	4094	3759	3436	3177	2797	2834
Jenter 6-19 år	2906	3176	3193	3089	2983	2832	2676	2425	2320	2321
TOTALT	7515	8047	7868	7387	7077	6591	6112	5602	5117	5155
ENDRING		7 %	-2 %	-6 %	-4 %	-7 %	-7 %	-8 %	-9 %	1 %

Evaluerings sesongen 2020/2021



Sparebank 1 Cup – 13-14 år

Korona-viruset satt sitt preg på denne sesongen.

Det var lagt en plan A identisk med et vanlig år. Den ble lagt på bakgrunn av de korona restriksjoner som var gjeldene på høsten 2020 (200 stk i en kohort og max tre kohorter).

Deretter ble det utarbeidet både en plan B og en plan C.

Renn ble utsatt og flyttet og samtlige arrangører strakk seg langt for å prøve å gjennomføre avtalt arrangement.

Ille ble til verre utover vinteren og vi endte derfor med å ikke kunne arrangere noen av KMéne og kun ett renn i Akershus. Åsen rennet.

All honnør til Åsen og Gjerdrum som var heldig med timingen og som fikk gjennomført et etterlengtet renn av god kvalitet og til stor glede for mange.

Evaluering sesongen 2020/2021



I likhet med Sparebank Cup ble SNØ Cup planlagt med både alternativ A, B og C.

Dessverre endte vi med å stå igjen med kun et rulleskirenn i Østfold (på høsten) som eneste renn i cupen.

Evaluering sesongen 2020/2021



HL Holmenkollen

Det ble ikke arrangert HL i Holmenkollen som planlagt i årets sesong.

HL vil bli arrangert i Holmenkollen 2022 ???

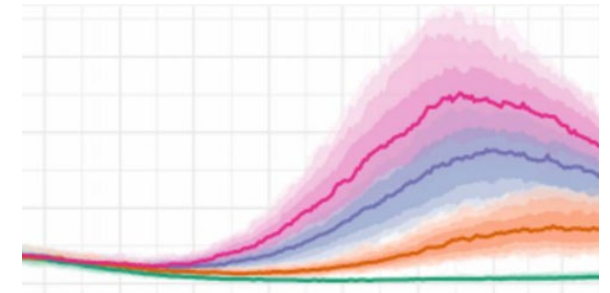
Evaluerings sesongen 2020/2021



- Både Norges Cup Jr og Jr NM ble avlyst
- Oslofjordcup som skulle være en erstatning for Norges Cup ble heller ikke gjennomført grunnet Covid 19 situasjonen.
- Det planlegges for en cup på rulleski sammen med de andre kretsene rundt Oslofjord, første renn er satt til etter sommerferien.
- 2022 Jr NM Nes

Spørre undersøkelse

- Hva kan vi lære av en Corona sesong?
- Hva kan vi gjøre bedre ved en ny tilsvarende sesong?
- Hva kan vi ta med oss inn i en normal sesong?



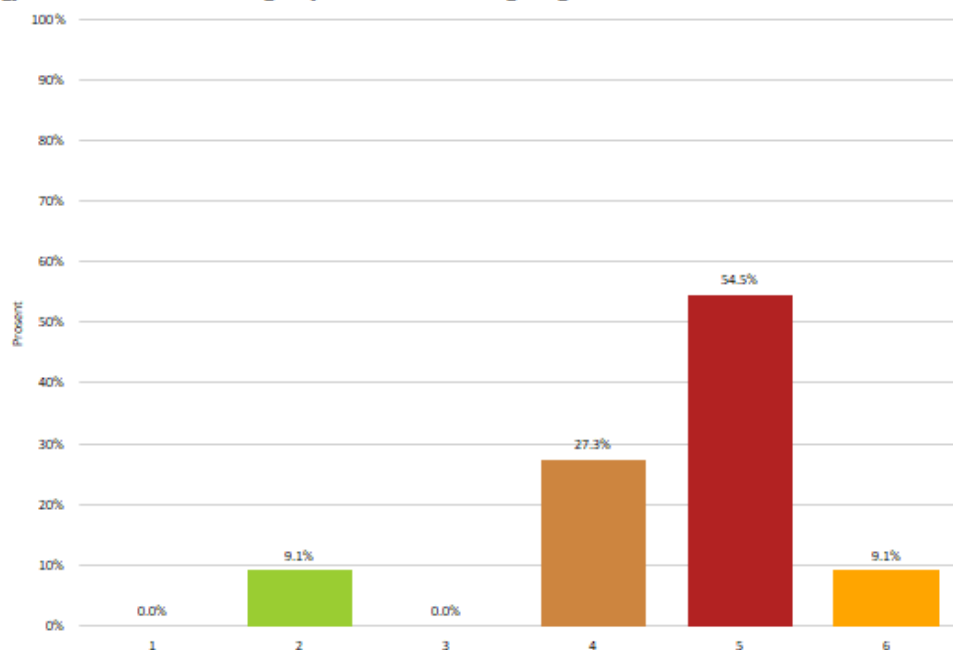
FHI regner ut fremtiden:

**Slik kan korona-
vinteren 2022 bli**

Kretsens rolle

Langrennssesongen 2020/21

1. Opplever din klubb at kretsansvarlige har lagt til rette for konkurranse ut i fra gjeldende korona retningslinjer? Der 1 er dårligst og 6 er best.



Powered by www.questback.com 25.05.2021 13:11

Kunne vært mer **sammordnet og koordinert - dvs stanard arrangementdokument**. Dette ble bedre mot slutten av sesongen. Klubbenes kontakt med kommunene var viktig, og muligens kunne standarddokument hjulpet i denne dialogen.

Jeg antar at dere prøvde, men de gjeldende regler satt ganske greit en stopper for det meste av renn.

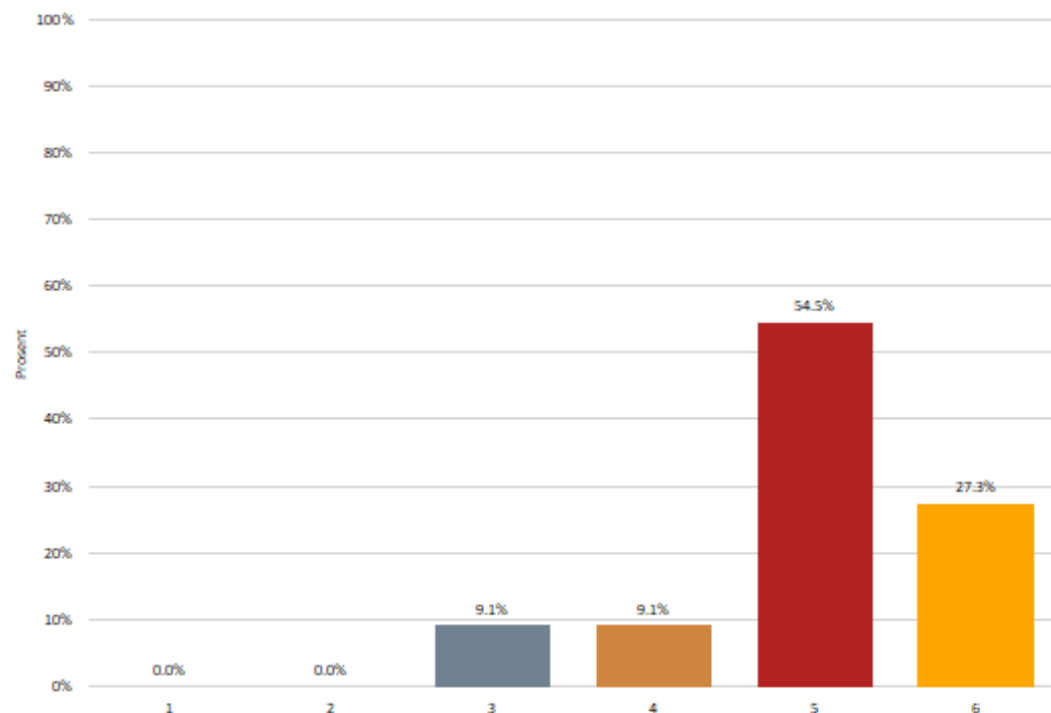
Vanskelig spørsmål. Fasiten er jo at (nesten) alle kretsrenn måtte avlyses. Det kan ikke kretsen noe for, og jeg opplevde kretsen som proaktiv som forsøkte å få opp nye renn/flytting underveis. Kanskje kunne kretsen ha **lagt til rette for mer erfaringsdeling mellom klubbene underveis** - for slik situasjonen ble var det klubbene som måtte arrangere konkurranser (og der ble det stor forskjell på klubbene)

Klubbene kunne fint følge restriksjoner, men **fokus fra kretsen i planleggingen var cup'ene som strakk seg over altfor store områder/regioner**. Identisk terminliste som et normal år. En plan B hvis dette ikke var mulig fikk lite fokus.

Kretsens rolle

Langrennssesongen 2020/21

5. Opplever din klubb at kretsansvarlige har lagt til rette for aktiviteter og trening ut i fra gjeldene korona retningslinjer? Der 1 er dårligst og 6 er best.



Powered by www.questionback.com 25.05.2021 13:11

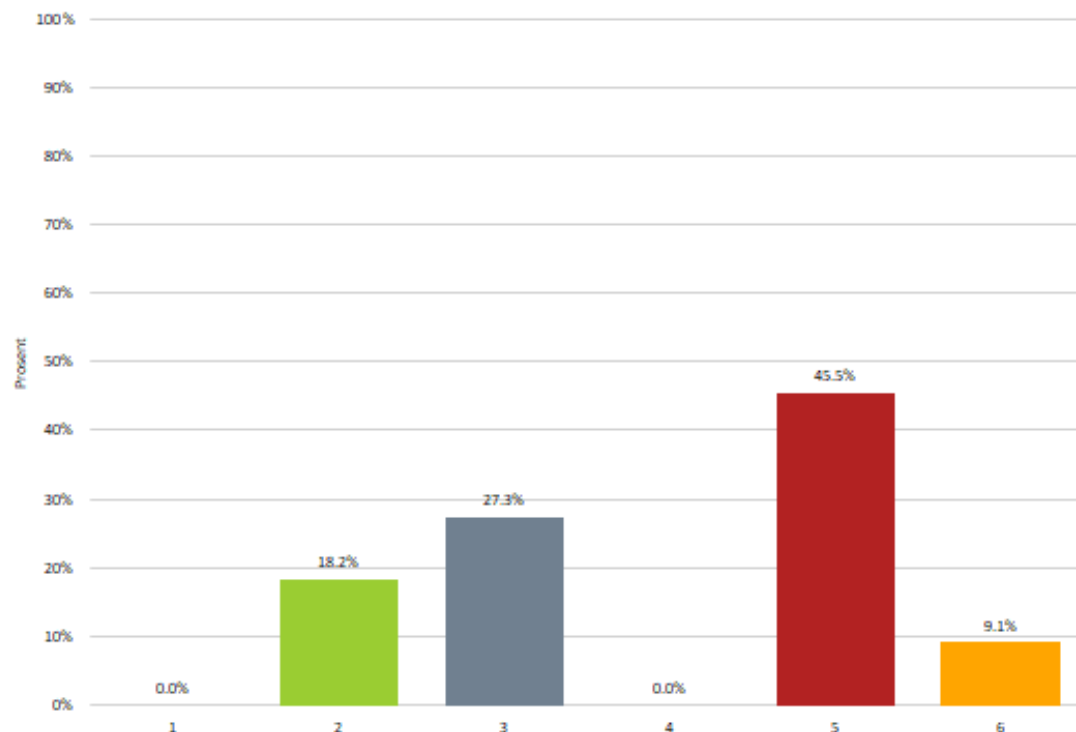
Informasjonsflyten fungerte bedre utover i sesongen. Utfordringen har vært ulike smittereglement i kretsens mange kommuner og hvordan tilpasse/justere.

Hva gjelder konkurranser - se første spørsmål. Hva gjelder aktiviteter og trening forøvrig, ble disse i stor grad styrt av kommunale koronaretningslinjer. På det punktet kan kretsen i liten grad bidra. Jeg opplevde at **kretsen var positiv til klubbens tiltak, og heiet på oss**. For oss ble også **distansekortet en positiv motivator i barnekullene**, og det betydde mye at kretsen fulgte opp dette.

NSF sin rolle

Langrennssesongen 2020/21

3. Opplever din klubb at NSF har lagt til rette for konkurranse ut i fra gjeldene korona retningslinjer? Der 1 er dårligst og 6 er best.



Powered by www.questionback.com 26.05.2021 13:11

Det har vært for lite fokus på hvordan få arrangert barne og ungdomsrenn. Igjen - manglende samtlende strategi, dokumentasjon, felles arrangementmanualer mm

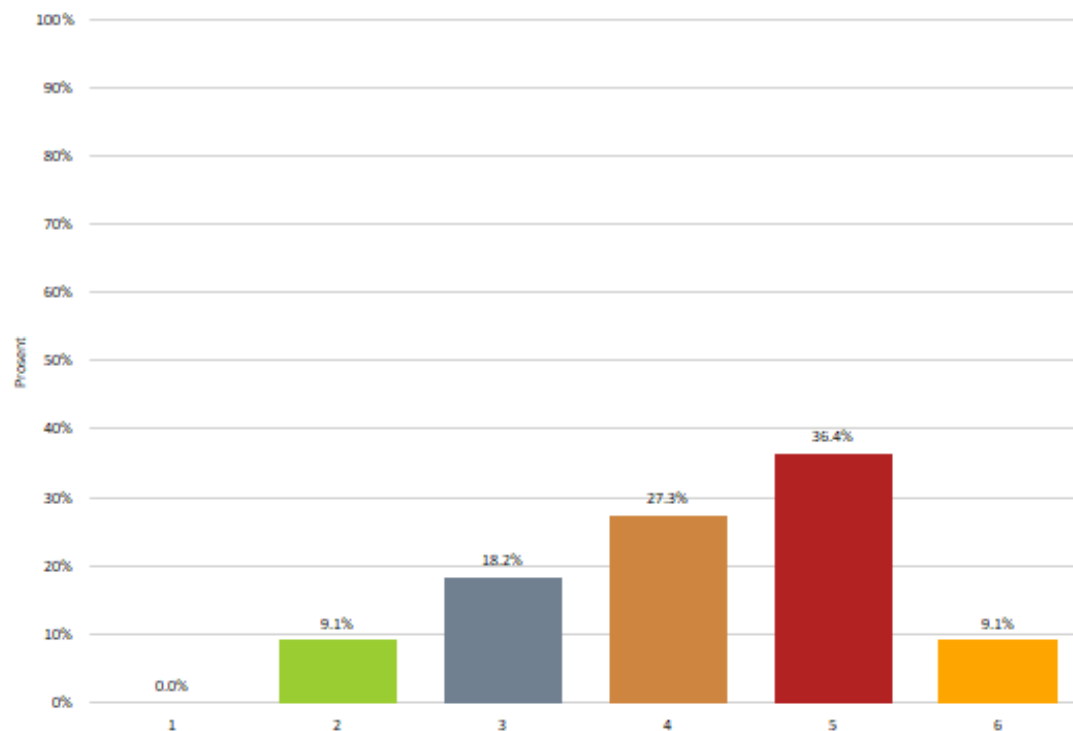
Jeg oppfatter det slik at NSF sentralt i **liten grad evnet å finne gode løsninger for (eldre) junior og (yngre) senior**. De aldersbestemte klassene håndterte vi som best vi kunne som klubb, og forsøkte å få til gode renn. Men det skjedde etter min oppfatning uten bistand fra NSF sentralt. (Min oppfatning var her at kretsen var langt mer positiv/ og heiet på dette)

Ja, har gjort det, men mye frem og tilbake. Se svar i forrige spm.

NSF sin rolle

Langrennssesongen 2020/21

7. Opplever din klubb at NSF har lagt til rette for aktiviteter og trening ut i fra gjeldene korona retningslinjer? Der 1 er dårligst og 6 er best.



Powered by www.questionback.com 25.06.2021 13:11

Trening har fungert bra - konkurranser har vært for dårlig.

NSF hadde en koronaveileder som gav informasjon. Bortsett fra det kan jeg dessverre ikke se at NSF sentralt bidro særlig. Hvorvidt en klubb lykkes i koronaperioden har etter min oppfatning nesten utelukkende vært opp til den enkelte klubb.

9. Hva har kretsen gjort som har vært bra denne sesongen i forhold til håndtering av korona pandemien ?



Arrangering av renn

- Prøvd å finne alternative renndager, justere terminlisten.
- Kretsen og de andre kretsene Akershus har samarbeidet med har gjort gode forsøk for å få til gode konkurranser.
- Prøvd og arrangere renn. Bra.
- Selvfølgelig kunne kretsen pushet klubbene enda mer ilt å arrangere og legge til rette for flere renn, men siden smittesituasjonen har variert så kraftig i løpet av sesongen så har det nesten blitt en umulig oppgave for klubbene å arrangere renn.
- Støttet arrangør i planlegging

Informasjon

- Rimelig god løpende informasjon om retningslinjer
- Vært tilgjengelig for spørsmål, råd og veiledning
- Kretsen har alltid tatt i mot telefoner og e-poster med en åpen og hyggelig tone, og har heiet på og samtalt om klubbens initiativer. Det har vært en viktig moralsk støtte i min rolle.
- Kretsen har informert (så godt det lar seg gjøre i en slik periode) om endringer i planer mht rennavvikling etc, og om hvilke initiativer som blir diskutert.
- Jeg vet ikke helt hva som er gjort, men med de rådende forhold var det jammen ikke lett å gjennomført noe.
- Jeg mener kretsen har håndtert dette veldig bra og lagt til rette for det som kan legges til rette for. Informasjon ut til klubber og idrettslag har vært meget bra. Det er forsøkt å avholde konkurranser, men dessverre er mange blitt avlyst.
- De yngre gruppene har jobbet isolert fra større arrangement og har forholdt seg greit til retningslinjer og rammer gitt av LK. Her har ikke større konkurranser vært det viktigste.
- Sendt ut informasjon
- Avholdt møter

10 Hva har kretsen ikke gjort så bra?

Arrangering av renn

- Mangler felles strategi og felles arrangementsmanual
- Ref tidligere svar kunne kretsen kanskje:
 - Sørget for mer erfaringsutveksling mellom klubbene (åpne nettmøter e.l?) som kunne ført til inspirasjon/bedre aktivitet i klubbene
 - Hjulpet til med alternative rennkonsept på klubbnivå
- Litt rot rundt Konnerudrennet. Vet ikke om kretsen var involvert.
- Innenfor de retningslinjer kretser har fra NSF er det ikke så mye mer de kunne ha gjort.
- De eldre gruppene har følt seg tilsidesatt og noe urettferdig behandlet.
- Litt for ensidig fokus på store renn, cuper.

Informasjon

- Noe kommunikasjonsutfordringer. Har forståelse for at kommunikasjon rundt covid-19, tiltak og restriksj ikke er lett.
- Noe lite veiledning til klubber om hvordan håndtere trening og konkurranse under pandemien.

Annet

- Vet ikke
- Kommer ikke på noe
- vet ikke
- Har ingen kommentar her

11. Hva kunne kretsen gjort annerledes



Arrangering av renn

Etablere felles strategi og manualer for hvordan kommunisere med smittevernsmyndigheter og gjennomføre renn innenfor gitte regler.

Kunne hatt alternativ plan med regionale arr.

Informasjon

Tydeligere kommunikasjon, smidigere håndtering for å sikre konkurransetrening.

Mer informasjon og veiledning.

Annet

Tror ikke det er mulig å gjort det noe annerledes.

- Ingen konkrete tips
- Kommer ikke på noe
- vet ikke
- Se over.
- Ingen kommentar

12. Er det noe dere har opplevd som positivt ifht trening i klubbene under pandemien, i tilfelle hva?

Positivt

- **Trening har vært bra** - barn/unge skjønner situasjonen. De har jobbet ekstra godt med trening.
- **Vært mange kreative aktiviteter som vi må ta med oss videre** selv om verden blir normal igjen.
- **Oppsving i rekrutteringen blant de yngste** etter nyttår pga færre tilbud av andre idretter
- Muligheten for intern renn.
- Masse snø og mer fokus på det sosiale.
- Trening i mindre grupper gir annen sosial interaksjon, **større mulighet til personlig oppfølging** (men høyere kostnad og mye tid til organisering)
- Treningen har blitt en viktigere sosial arena pga at mange andre aktiviteter sluttet
- Vi har måttet skjerpe oss og variere treningen mer for å **skape avbrudd i en monoton tilværelse** for ungdommen
- **Enorm takknemlighet fra foreldre og barn**
- Treningene har vært meget positive for både utøvere og trenere. **Mye lek, moro og skiglede** og mange alternative løsninger nå som det ikke har vært arrangert skirenn. Trenere har vært kreative for å holde motivasjonen og skigleden oppe hos barna. **For noen barn har det vært en fordel å ikke ha det presset eller fokuset som skirenn innebærer**, ihvertfall i de yngre gruppene.
- Muligheten til å trene i kohorter har fungert bra. Dette har vært avhengig av kreative løsninger og initiativ lokalt.
- Tidlig start, mange treninger, sosial profil
- Nei
- Nei

13. Hvordan har treningsoppmøtet vært denne sesongen, har det gått opp, ned, eller holdt seg stabilt?



- Stabilt godt hele sesongen. Ingen sluttet.
- Har gått litt opp og ned ut fra diverse nedstegninger osv.
- Litt opp
- Det har vært bra. Stabilt oppmøte. Lite konkurrerende aktiviteter. Ski har vært kjærkomment.
- Stabilt oppmøte hele sesongen
- folk har sluttet
- Dette har variert fra kull til kull, men generelt stabilt og svakt økende. Særlig på ungdomskullene opplevde vi svært stor oppslutning om treningene
- Meget bra. Oppmøtet har økt og medlemstallet likeså. Tror det har vært en fordel at vi er en utendørsidrett som har kunnet trene i stort sett hele sesongen. Merker en økt tilstrømning av barn i de yngre gruppene.
- Gått noe ned.
- Noe frafall fra 13 og oppover. Yngre grupper har holdt seg stabilt og noe økt medlemsmasse.
- Stabilt eller opp. Har flest deltakere i yngre klasser.

14. Har din klubb arrangert testrenn og hvordan har oppmøtet vært?



- Vi har arrangert testrenn - alle har stilt opp.
- Ja - godt oppmøte.
- Ja, veldig populært og god oppslutning
- Ja, OK oppmøte. Med saft og premier.
- Ja, og det har vært veldig bra oppmøte/ deltagelse. Blir bare litt kjedelig for HL/ juniorløpere som gjerne skulle ha matchet seg med andre løpere
- vi har hatt tre testrenn og oppmøtet har vært bra, nesten 100% av de som vi forventet ville komme
- Vi har arrangert ca 65 testrenn (45 langrenn, 20 skiskyting), de fleste i treningstiden og klubbasert. Oppmøte har generelt vært godt. En god del har blitt med som ellers kanskje ikke tør bli med på store renn (mer uformelt). Men noen blir ikke med fordi de synes at konkurranser med sine nærmeste er skumlere (mer synlig hvordan det går). Generelt har det vært en svært positiv opplevelse.
- Ja
- Meget bra oppmøte
- Har også arrangert treningsrenn ifm treninger
- Ja, men labert oppmøte. Kan skyldes kort varsel og snøforhold.
- Konkurransetrening og testrenn har vært kjærkomment og utelukkende bra oppmøte og positive tilbakemeldinger på dette. Det har vært noe større slitasje på arrangører for å opprettholde smittevern.
- Nei

15. Er det noe som har blitt gjort i din klubb som ansees som vellykket og som kan tas med videre til kommende sesonger?



- God oppfølging av utøverne - mange trenere som stiller opp som trenere.
- Alternative konkurranser som ski cross, diverse sprinter
- Større oppmøte på møter pga bruk av Teams
- Arrangert 13km intern renn gjennom marka. Fra Løvlia ned mot By i Lommedalen. Dette var en suksess.
- testrenn, egentrening for utøvere, som jeg håper de tar med seg videre. man må ikke ha organisert trening for å trene.
- Ja, absolutt, f eks: Lavterskel treningsrenn/lysløperenn i treningstiden (for alle kull) som inngår i en totalcup med gule (totalt) og grønne (sprint) vester (for ungdomskullene), som senker terskelen for å bli med på skirenn
 - - Milslukerkonkurranser (både enkeltturer og totalt)
 - - Nye måter å organisere trening på.
- Flere treningsrenn, lavterskel, som organiseres innad i de forskjellige aldersgruppene. Klubben delte ut startnummer til hver aldersgruppe så kunne trenerne legge opp til treningsrenn når det passet. Vi avtalte også med de andre klubbene, som bruker samme skianlegg, faste datoer hvor den ene eller den andre klubben hadde skianlegget for seg selv slik at man kunne arrangere treningsrenn uten at det var for mange andre utøvere fra andre klubber i løypene. Dette var meget vellykket og koronavennlig :)
- Nei
- Terrensløp som alternativ til hardere økter. Stor deltagelse. Positivt og motiverende for eldre årsklasser og morsomt for de yngre årsklassene.
- Lavterskel "konkurransetrening" for yngre grupper som "Vestmarka rett ned". Høy fart, motiverende og inkluderende for yngre utøvere.
- Arrangement. Forenkle profil på disse og forenkle arr.

16. Har deres klubb gjort noe spesielt for å holde på interessen i en sesong uten skirenn?



- Gode og mange treninger, små kohorter, personlig oppfølging.
- Prøvd å avholde treninger så normalt som mulig
- Intern renn.
- Holdt trykket oppe med korona tilpassede treninger.
- Felles utendørs måltider etter økt.
- Stafetter og annen aktivitet på tvers av alderstrinn
- nei
- Vi har brukt mye penger på ekstra trenerressurser, og ekstremt mye frivillig innsats for å organisere, informere, og gjennomføre treninger og konkurranser på kreative og inkluderende måter som vi håper gjør at folk har følt seg sett og ivaretatt. Dette har vært et gigantløft, det har kostet mye, men vi har også lært mye.
- Treningsrenn med startnr. Testrenn for de eldre gruppene. Samarbeidet med andre klubber når det har vært innenfor koronarestriksjonene.
- Arrangert "Ungdomsbirken" lokalt i samarbeid med andre klubber . Trenerne har vært flinke til å variere treningene
- Det har vært utfordrende å feks ha mer fokus på det sosiale da det også har vært perioder med restriksjoner på treninger og sosiale sammenkomster.
- Aktive og kreative foreldregrupper og ungdomstrenere har arrangert kohortvis konkurransetrening og andre aktiviteter innenfor rammene av retningslinjene. Generelt mye innsats fra foreldregruppene for å holde aktiviteter og treninger i gang innenfor smittevernet.
- Fokus på å holde treninger i gang.
- Variert aktivitet i grupper og på tvers av grupper når det er mulig.

17. Er det interesse for at det arrangeres en rulleskicup i løpet av høsten for HL gruppa, og bør denne være en del av Snøcup?

- Forholder oss nøytralt til dette.
- Ja det må vi jobbe for å få til
- Ja! Må ikke nødvendigvis være en del av Snøcup.
- Ja til rulleskicup.
- Usikker om den bør være en del av SnøCup.
- Gøy med cup, men vi mener den ikke bør være en del av snøcup
- sikkert et smart forslag
- Ja
- Ja
- Ja
- Interesse for dette. Ingen mening om å inkludere eller ikke inkludere dette i Snøcup.
- Ingen mening

18. Er det interesse for at det arrangeres en rulleskicup for 13-14 i løpet av høsten?

Renn er bra, men ser ikke behov for en egen cup., Ja det må vi jobbe for å få til, Ja, Ja, det kan være interessant, Ja,ja,, Ja, Ja, det hadde vært interessant!

Ja

Ja.

Usikker.

Kurs

- Begrenset aktivitet denne sesongen grunnet covid-19.
- Utarbeidet retningslinjer for gjennomføring av kurs ift Covid-19
 - Smitteverntiltak
 - <https://www.skiforbundet.no/norges-skiforbund/nyheter/2020/5/gjennomforing-av-kurs/>
- TD-kurs
 - Gjennomført TD-/arrangørkurs sammen med Oslo i november 2020, i tillegg deltok flere fra Akershus på NSF's TD kurs november/desember 2020
- Spørsmål?
Kontakt ansvarlig i LK Emilie Johanne Hagen:
emilie.johanne@hotmail.com

Terminliste 2021/2022

Søknad neste sesong

- Alle klubber som arrangerer renn MÅ også stille med minst en TD
 - Dette gjelder også rulleskirenn.
- Søknad på Questback/Isonen innen **13.juni 2021 (bytter fra Sportsadmin til Isonen)**
- 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.
 - Arrangører som hadde fått tildelt KM/CUP i 2020/21 vil bli prioritert neste sesong om mulig i "puslespillet"

Terminliste 2021/2022



- KM

- | | | |
|--------------|-------------|----------|
| • 8. januar | KM sprint | klassisk |
| • ???? | KM skicross | fristil |
| • 22. januar | KM normal | fristil |
| • 23. januar | KM lang | klassisk |
| • 26.mars | KM stafett | fristil |

- Andre renn

- 15/16. januar Oslo Skifestival
- 5-6. februar Ungdommens Holmenkollrenn
- 20. mars Ungdomsbirken

Terminliste 2021/2022



- Cup for 13-14.årsklassen – 2021/22
 - 8 renn (4 KM renn + 4 andre renn) + finale
 - 5 tellende renn før finalen

Veileder med retningslinjer for gjennomføring av cuprenn vil bli publisert i løpet av sommeren/høsten

Snøcup 15-16 år - 2021/22



NORGES
SKIFORBUND

AKERSHUS
SHIKRETS

– ser for oss tilsvarende kommende sesong som planlagt for 2
(Tentativ plan – ikke avstemt med Oslo/Østfold)

1. 17.10	Østfold	Rulleski fristil evt + 2 renn (eller egen cup)
2. 11/12.12	Akershus	Fristil
3. 09.01	Oslo	Klassisk
4. 16.01	Oslo	Fristil Oslo Skifestival
5. 29.01	Oslo	Klassisk
6. 06.02	Østfold	Sprint klassisk
7. 13.02	Akershus	Skicross
8. 06.03	Oslo	Sprint fristil
9. 27.03	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.

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.
- TD-listen på Akershus skikrets sine nettsider er oppdatert med godkjente TD'er. (Ligger på siden med Skirenn og cuper) Feil meldes til kretskontoret

TD-situasjonen

- 6-7 TD'er har trukket seg i løpet av 2020/21
- 9 nye TD'er deltok på kurs, men alle mangler praksis
- **Viktig å fokusere på utdanning av nye TD'er og legge plan for gjennomføring av praksis**

Klubb	Antall TD'er	Nye under opplæring	Totalt
Ås IL	2		2
Åsen il	1		1
Asker Skiklubb	2		2
Bærums Skiklubb	2		2
Bærums Verk Hauger IL	3		3
Bjerke IL	2		2
Drøbak/Frogn IL	3		3
Eidsvold Værk Skiklubb	3		3
Fet Skiklubb	2	2	4
Fenstad	0		0
Fossum	2		2
Gjelleråsen IF	1	1	2
Gjerdrum IL	5		5
Gui	1		1
Hakadal IL	2		2
Haslum	1		1
Holmen	1	2	3
IL Jardar	2	1	3
Jutul	1		1
Lommedalen IL	2		2
Lørenskog Skiklubb	1		1
Nes Ski	3		3
Nesodden IF	1	2	3
Nittedal	1		1
Nordre Eidsvoll IL	1		1
Oppegård IL	2		2
Øvrevoll/Hosle IL	2		2
Skedsmo Skiklubb	3		3
Strømmen og Lillestrøm	0		0
Sørums	0		0
Ullensaker Skiklubb	1	1	2
Grand Total	53	9	62

Seniorsatsing Akershus

- Team Elon Oslofjord
- Åpne treninger/samlinger



Team ELON Oslofjord

TEAM **eLON**

OSLOFJORD



Lag sesongen 2021/2022

Amalie Ous, Nes Ski
Julie Bjervig Drivenes, Lommedalen IL
Martine Engebretsen, IL Heming
Nora Sanness, Kjelsås IL
Sigrid Leseth Føyen, Kjelsås IL
Sofie Hustad, Kjelsås IL

David Thorvik, Kjelsås IL
Harald Astrup Arnesen, IL Heming
Lars Agnar Hjelmeset, Gjelleråsen IF
Simen Myhre, IL Heming

Trenere/smørere:

Tinus Dahl
Markus Holm
(assistent/smører) Tron Egil
Løkkebakken (smører)

Styringsgruppa 2021/2022

Leder: Ole Jonny Gigernes, Akershus Skikrets
Simen Furnes, Telemark & Vestfold Skikrets
Sturla Korsæth, Østfold Skikrets
Pål Rise, Norges Skiforbund
??? (velges i juni 2021), Oslo Skikrets

Åpne treninger/samlinger

- Felles møte med senior trenere i Oslofjord regionen 19.5.2021 for å skape en arena på tvers av klubber og team for samarbeid.
- Det er opprettet en Whats-App gruppe for senior trenere i Oslofjord regionen for informasjons flyt om åpne treninger. Alle må bidra til at gruppa skal "leve".
- Team ELON Oslofjord kommer til å invitere til åpne treninger for senior løpere i regionen når korona situasjonen tillater dette.

Innspill til NSF ting lørdag 12 juni

12 INNKOMNE FORSLAG

12.1 Fra Akershus Skikrets, gebyr ved flytting av renn

Akershus Skikrets har fremmet følgende forslag for Skitinget:

Gebyr ved flytting av renn (§ 214 i fellesreglementet)

Arrangører, som på grunn av snøsituasjonen, velger å flytte sitt arrangement gis rett til å kreve inn et flyttegebyr på kr. 30.- pr. deltaker.

Begrunnelse for forslaget

I sesonger der mange renn blir avlyst på grunn av snøsituasjonen er det ønskelig at arrangementene blir gjennomført på andre steder enn planlagt. Et flyttegebyr vil dekke inn de ekstrakostnadene og ulempene arrangøren vil få ved en flytting.

12.1.1 Lov- og påtaleutvalgets bemerkninger

Forslaget er et reglementsforslag som ikke krever tingbehandling.

12.1.2 Skistyrets behandling

Skistyret har behandlet saken, og fremmer følgende forslag til Skitinget:

-
- *Forslaget fra Akershus skikrets til endringer i Fellesreglementet oversendes Skistyret*
-

Skistyrets begrunnelse

Forslaget fra Akershus skikrets er i realiteten et rent reglementsforslag. Fellesreglementet vedtas av Skistyret, og det er opp til Skistyret å behandle endringer i reglementet etter mottatte forslag og ordinær saksbehandling i organisasjonen. Skistyret ser ingen grunn til at det skal legges opp til behandling av regelsaker på et skiting, da forslag til reglementsendringer årlig kan framsendes til og behandles av Skistyret og grenkomiteene. Skistyret foreslår derfor at saken oversendes styret for ordinær behandling.

Skitinget 2021, Saksliste

12.2 Fra Akershus Skikrets, offentliggjøring av resultater

Akershus Skikrets har fremmet følgende forslag for Skitinget:

Offentliggjøring av resultater i klassen 11-14 år.

For klassene 11-14 år skal resultatlistene kun være rangert for de 50% beste. Tider og/eller poeng oppgis for alle.

Begrunnelse for forslaget

En ny rapport fra NOVA basert på Ungdata-undersøkelsen 2018 viser at det ikke er et bestemt tidspunkt i ungdomsårene der frafallet fra organisert idrett er spesielt stort, frafallet er jevnt økende utover i ungdomstiden fram til 16–17 års alderen. Men en del slutter i overgangen fra barne- til ungdomsidretten, og 17 prosent slutter før de begynner på ungdomsskolen. Det er rapportert at flere unge opplever det som stigmatiserende å havne nederst på resultatlisten og at dette i flere tilfeller fører til en dårlig opplevelse med skirenn og etter hvert frafall. I løpet av corona vinteren 2021 er det rapportert om flere unge som har fortsatt med skitrening pga det reduserte opplevde presset på å gå skirenn. Det å ta vekk noe av søkelyset på resultat vil være et tiltak for å redusere frafallet

12.2.1 Lov- og påtaleutvalgets bemerkninger

Forslaget er et reglementsforslag som ikke krever tingbehandling.

12.2.2 Skistyrets behandling

Skistyret har behandlet saken, og fremmer følgende forslag til Skitinget:

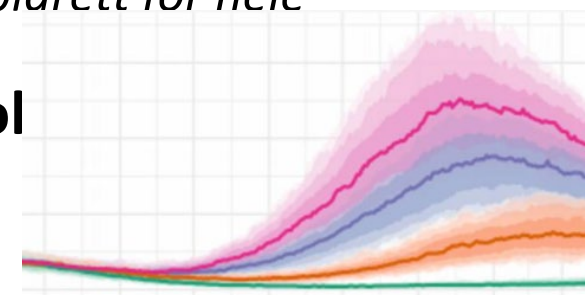
-
- *Forslaget fra Akershus skikrets til endringer i Fellesreglementet oversendes Skistyret*
-

Skistyrets begrunnelse

Forslaget fra Akershus skikrets er i realiteten et rent reglementsforslag. Fellesreglementet vedtas av Skistyret, og det er opp til Skistyret å behandle endringer i reglementet etter mottatte forslag og ordinær saksbehandling i organisasjonen. Skistyret ser ingen grunn til at det skal legges opp til behandling av regelsaker på et skiting, da forslag til reglementsendringer årlig kan framsendes til og behandles av Skistyret og grenkomiteene. Skistyret foreslår derfor at saken oversendes styret for ordinær behandling.

Innspill til NSF Vår møte 8 juni

- Erfaringer fra sesongen basert på klubb innspill (questback)
- **Til LK sentralt i NSF:**
 - Kretsene under her oppfordrer Langrennskomiteen til å drøfte følgende:
 - *Er dagens definisjon av Toppidrettsbegrepet i Langrenn for strengt?*
 - *Vi vil gjerne vite om LK har handlingsrom til å lage en «videre definisjon»?*
 - *Kan man for eksempel ha forskjellige definisjoner av Toppidrett? Vi tenker oss ut i fra hvilket landskap man står i?*
 - *Sist men ikke minst, bør ikke Skistyret lage en felles definisjon av Toppidrett for hele Skiforbundet?*
 - For kretsene **Oslo, Akershus, Østfold, Buskerud og Vestfol**
- Innspill mottatt og diskutert i Oslofjordkretsene + Buskerud
 - Uttakskriterier/uavhengig UK for internasjonale renn/landslag
 - Besluttet å ikke løfte videre, men informert LK sentralt



FHI regner ut fremtiden:

**Slik kan korona-
vinteren 2022 bli**

Spørsmål eller kommentarer

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!



RULLESKIVETTREGLER

- 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.

