

Høstmøte LK, Akershus Skikrets

04.11.2013

Bjørnegård skole,
Jardar IL



Agenda høstmøte langrenn:

- ▶ Innledning ved repr. fra Jardar IL
- ▶ Kretsens terminliste for sesongen 2013/2014
 - KM (arrangement, avtaler og distanser)
 - Sparebank 1 cup 13/14 år
 - BDO Interkrets cup 15/16 år
 - Uttakskriterier stafett (HL, Ungd.stafett, Jr–NM)
 - TD'er
- ▶ Mesterskapene og Statoil NC 2013/2014, reserverasjoner og bestillinger for:
 - NM senior del I og II, NM junior og HL
 - NC junior/senior og andre større renn

Pause – enkel servering !

LSV-luer, Henting/bestilling/kjøp tar vi i pausen.

Agenda forts.

- ▶ **Informasjon fra Høstmøte i NSF**
 - Sesonginformasjoner, regelverk m.m
 - Ung i sporet v/Marius Vegheim fra LK i NSF
- ▶ **Regionale Team NSF**
 - Team Veidekke Oslofjord (fra våren 2014)
- ▶ **Samarbeid i krets**
 - «Team Akershus», åpent tren.samarbeid for E.jr/senior
 - Regionsamlinger 13–16 år
 - Interkretssamling, 15–16 år (Akershus, Buskerud, Oslo, Østfold, Hedmark og Oppland)
 - Jenteprosjektet ?
- ▶ **Anlegg** v/Rune Åslund fra kretsstyret
 - Status anlegg i kretsen og midler til utstyr
- ▶ **Kurs**
 - Ny kursmodell for trenerkurs

– Eventuelt

Kretsens terminliste 2013/2014

- ▶ Terminlista ASK
<http://www.skiforbundet.no/Kretser/akershus/Terminlistevisning/Sider/Terminlistevisning%20langrenn.aspx>
- ▶ KM programmet
- ▶ Sparebank 1 Cup 13–14år
- ▶ BDO Interkrets cup 15–16år
- ▶ Uttakskriterier
- ▶ TD'er. Alle klubber som søker om skirenn må ha utdannet TD før de får tildelt skirenn.

KM-programmet

KM programmet -Arrangement, distanser

Uke	Dato	Renn navn	Rennform	Kategori	Arrangør klubb	TD
4	25.01.2014	Solvangrennet KM normaldistanse	Fristil-distanse	Normaldistanse	Asker	Arne Fosen
4	26.01.2014	Ås-rennet - KM langdistanse	Klassisk fellesstart lang	Langdistanse	Ås	Øyvind Antonsen
5	01.02.2014	Jardarrennet 2014 KM Sprint	Fristil sprint	Sprint	Jardar	Jan Kildahl
12	23.03.2014	KM stafett Nes	Fristil stafett	Stafett	Nes	Jørn Røkås

Seedingsrenn til KM fellesstart:

Beste resultat teller.

13-14 år: Åsenrennet 26/12 og Sparebank1 Drøbaksrennet 12/1.

15-16 år: Åsenrennet 26/12 og Sparebank1 Drøbaksrennet 12/1.

Juniorer: Åsenrennet 26/12 og Statoil NC junior i Nybygda 5/1.

-Arrangøravtaler

Rennmøte for alle arrangører av KM og Cup'er

Sparebank 1 Cup 13-14år

▶ Rennoversikt:

	Dato	Renn	Arrangør	Stilart
1	21. des	Veståsensprinten	Gjerdrum IL	klassisk sprint
2	4. jan	Lommedalsrennet	Lommedalen IL	fristil distanse
3	12. jan	Drøbaksrennet	Drøbak IF	klassisk distanse
4	19. jan	Fischerrennet	Nittedal IL	duathlon distanse
5	8. feb	Hvaltjernsprinten	Fet Skiklub	klassisk distanse
6	1. mars	Jutulcrossen	Jutul IL	fristil langrennscross
7	22. mars	Nordåsen-rennet -Finale	Bjerke IL	fristil fellesstart

SpareBank
OSLO•AKERSHUS



Poengberegning

- ▶ Reglement for cupen:
- ▶ Av de 6 første rennene teller 4 renn, **uavhengig av stilart**. Ved avlyste renn reduseres antall tellende renn tilsvarende.
- ▶ De 30 beste på sammenlagtlista i hver klasse etter 6 renn seedes i finalen, renn 7.
- ▶ For øvrige deltagere blir det ordinær trekking, det gjelder også løpere som melder seg på til rennet fra andre kretser.
- ▶ Poengene som oppnås i renn 7 – finalen, legges til den summen man har før finalen.

Poengskala

- ▶ Poeng etter følgende skala:

Poeng basert på plassering					
1. pl.	100 poeng	7. pl.	36 poeng	13. pl.	20 poeng
2. pl.	80 poeng	8. pl.	32 poeng	14. pl.	18 poeng
3. pl.	60 poeng	9. pl.	29 poeng	15. pl.	16 poeng
4. pl.	50 poeng	10. pl.	26 poeng
5. pl.	45 poeng	11. pl.	24 poeng	29. pl.	2 poeng
6. pl.	40 poeng	12. pl.	22 poeng	Fullført	1 poeng

- ▶ Dersom to eller flere løpere deler en plassering, får de full poengscore.
- ▶ Poenglistene vil komme fortløpende på kretsens hjemmeside.

Premiering

- ▶ Premier til de 10 beste i hver klasse + uttrekkspremier.
- ▶ Ved poenglikhet 1. plass sammenlagt kåres vinner på grunnlag av flest 1. plasser osv.
- ▶ Premieutdeling i forbindelse med siste renn.
- ▶ Premier må hentes ved personlig oppmøte og ettersendes ikke.



Interkrets cup 15–16 år for Akershus, Oslo og Østfold

Rennoversikt:

	Dato	Renn	Arrangør	Stilart
1	21. des	Veståsensprinten	Gjerdrum IL	klassisk sprint
2	4. jan	Over Kjølen rennet	Ørje IL	klassisk distanse
3	11. jan	Oslo skifestival	Høybråten og Stovner	fristil distanse
4	2. feb	Rosignolrennet	Lillomarka IL	klassisk fellesstart
5	8. feb	Kollmila	Koll IL	fristil fellesstart
6	15. feb	Mistbergrennet	Nordre Eidsvoll	klassisk distanse
7	22. mars	Nordåsen-rennet Finale	Bjerke IL	fristil fellesstart

- ▶ Reglement for cupen: Av de 6 første rennene teller 4 renn, **uavhengig av stilart**. De beste på sammenlagtlista i hver klasse etter 6. renn starter først i finalen – renn 7. Poengene som oppnås i renn 7 (finalen), legges til den summen man har før finalen.

Uttaksrenn 15–16 år

- ▶ Rennene er satt opp i prioritert rekkefølge.
- ▶ Form i HL vil bli prioritert.
- ▶ Skjønn kan benyttes ved behov.

Egen påmeldingsløsning til stafetten i HL !

HL		U stafett
2xKlassisk etapper	2xFri etapper	4xFri etapper
28.2 HL klassisk distanse	25.1 KM fristil, Solvangrennet	28.2 HL, Fristil stafett
2.2 Rossignolrennet, BDO-cup.	11.1 Oslo skifestival- BDOcup	BDO cupresultat etter fristilrenn
26.1 KM lang, Åsrennet	8.2 Koll-Mila-BDOcup	

Uttaksrenn junior–NM stafett

- ▶ Individuell renn under junior–NM i Mo i Rana
- ▶ Norgescuprenn distanse på Vind
- ▶ Norgescup distanse på Nybygda.
- ▶ Skjønn

Rennene er satt opp i prioritert rekkefølge.
Form under junior–NM vil bli prioritert ved uttak.

Egen påmeldingsløsning til stafetten i junior–NM !

Ungdoms-sprintcupen 2013/14

- ▶ Buskerud Skikrets, i samarbeid med Akershus skikrets, Østfold Skikrets, Telemark/Vestfold skikrets, Oslo skikrets, Drammen videregående skole Toppidrett og FIS WorldCup Drammen, arrangerer i høst og vinter **UNGDOMS-SPRINTCUPEN 2013/14**.
- ▶
- ▶ Cupen består av 2 rulleski-sprintrenn og 3 sprintrenn (poeng som i verdenscupen), der de tre beste resultatene er tellende for deltagelse i finalen. Vi har valgt å la tre renn telle, siden rulleskisprintene kanskje kom litt for tidlig, og at mange ikke var oppmerksomme på disse arrangementene.
- ▶
- ▶ De 6 beste løperne blir kvalifisert til finalen, mens vinner av finalen er vinner av cupen. Finalen er Ungdomssprinten dagen før FIS WorldCup Drammen, dvs tirsdag 4.mars 2014.
- ▶
- ▶ Cupen omfatter klassene gutter og jenter 15 år, 16 år, 17 år, 18 år og 19/20 år.
- ▶
- ▶ **Følgende renn inngår i Ungdoms-sprintcupen:**
- ▶

lørdag 24.8.13	Skrim IL	rulleskisprint (F)
søndag 15.9.13	IL Ivrig	motbakkesprint rulleski (F)
lørdag 21.12.13	Gjerdrum IL	sprint (K)
søndag 2.2.14	Vikersund IF	sprint (K)
januar 2014	Oslo skikrets	sprint -ikke avklart p.t.
tirsdag 4.3.14	FIS WorldCup	Drammen finale (K)

Mesterskap/Cuprenn jun/sen

- ▶ NC junior på Nybygda
- ▶ Senior-NM del I i Molde
- ▶ NC senior (og Skandinavisk Cup) i Meråker
- ▶ U-23 NM m/NC senior og NC junior inkl. junior-NM sprint på Vind
- ▶ HL i Stryn
- ▶ Junior-NM i Mo i Rana
- ▶ Senior-NM del II + team sprint og NC junior fristil + finale på Gålå

Overnatting

- ▶ Gålå, BUL-sprint. 30plasser reservert på Gålå, (Gålå Hotel & Hytter). **Best.frist 16/10 !**
- ▶ Nybygda, Astoria Hotell og Scandic Hotell i Hamar, Ca.140 plasser er reservert. **Best.frist 16/10 !**
- ▶ Molde, NM del I. Rica Seilet Hotel i Molde. 40 plasser er reservert. **Best.frist 1/11 ! (Noe ledig)**
- ▶ Meråker, Teveltunet. Vi har reservert ca.70 plasser. **Best.frist 15/12 !**

Overnatting, forts.

- ▶ Vind. Strand Hotell Gjøvik(40 plasser + 60 fra fr-sø), Kløverhotellet på Gjøvik(21 plasser + 22 fra fr-sø), Paulsrud på Reinsvoll(25-40 plasser), og Osbakken pensjonat(ca. 20 plasser). **Best.frist 15.11 !**
- ▶ Mo i Rana, Junior-NM. Rica Meyergården Hotell. (180 plasser + ønske om 30 ekstra. I tillegg har Buskerud skikrets 20-30 plasser tilgjengelig hvis behov). **Best.frist 15.01 !**
- ▶ HL i Stryn. Hotell Loenfjord i Stryn (180 plasser er reservert. Link til oversikt innkvartering:
<http://idrett.speaker.no/Organisation.asp?WCI=wiKlubbKassaNews&WCU=1149425>
- ▶ Gålå. NM senior del II og NC junior, dist.renn + finale. (vi har reservert 8 Gålå Lid hytter)

Smøreboder

- ▶ Kretsen bestiller felles smøre plass for de klubbene som melder inn behov for plass i fellesbod. Faktura sendes ut fra kretskontoret i etterkant av arrangement etter det antall løpere klubben har påmeldt til arrangementet.
- ▶ Kretsen tar også i mot bestilling fra de klubbene som ønsker egen smørebod. Da kan vi samordne slik at kretsen blir mest mulig samlet på et område. Faktureres direkte fra arrangør til den aktuelle klubb. Her er det viktig at klubben oppgir fakturaadresse da smørebodene som regel må betales på forskudd.

Klubbene melder inn behov for smørebod i hht. opplysninger i dokumentet for reservert overnatting. **Dvs. snarest !!!**

Kontaktpersoner i LK:

HL: Marthe Jensen tlf. 41 506575,
mail: jensenmarthe@hotmail.com

Øvrige renn: Stein-Arne Alnæs, tlf. 93403121,
mail: stein-arne.alnes@if.no eller sar-alna@online.no

Langrennsportens venner lue 2013

- ▶ Skikretsen selger luene for kr. 200,- (+porto) ved kjøp av 5 stk. eller flere.

Ved kjøp av 1–4 luer er prisen kr. 250,- (+porto).

Overskuddet av salget går uavkortet til rekrutteringsarbeid i langrennskomiteen.

Bestilling via kretsens hjemmeside:

<http://www.skiforbundet.no/Kretser/akershus/Nyheter/2013/Sider/LSV-luer-2014.aspx>

«Team Akershus»

- ▶ Åpent treningstilbud for eldre junior og senior i kretsen.
- ▶ Vi har gjennomført
 - Oppstart på Idrettshøgskolen i mail
 - Samling på Sognefjell i juni
 - Samling på Lillehammer i september
 - Neste samling på Beitostølen 8.–11. nov. (32 påm.)

Regionale samlinger

- ▶ Regionale samlinger: Vi gir som tidligere støtte for inntil 3 samlinger pr. region, med inntil kr. 5.000 pr. samling etter dokumenterte utgifter.

Maks kr.15.000 pr.region.

Rapport og billag skal sende kretsen før utbetaling.

I region Romerike er det gjennomført samlinger i Lørenskog og i Gjerdrum. Region Follo har hatt to samlinger, Driv og Skimt. I region Asker og Bærum kjører Team Asker & Bærum opplegg på tvers av klubbene i regionen.

Interkretssamling 15–16år

Interkretssamling for 15–16år ble arrangert på Geilo helgen 30/8–2/9. Akershus skikrets hadde ca 90 deltagere på samlinga.

Hvis det er ønske fra klubbene i kretsen vil samlingen videreføres neste år, og fortsatt bli arrangert på Geilo.

Oppland og Hedmark vurderer å trekke seg ut da de har veldig dårlig oppslutning på samlingen.

Team Veidekke Oslofjord

- ▶ Regionlag for seniorløpere fra Akershus, Oslo og Østfold.



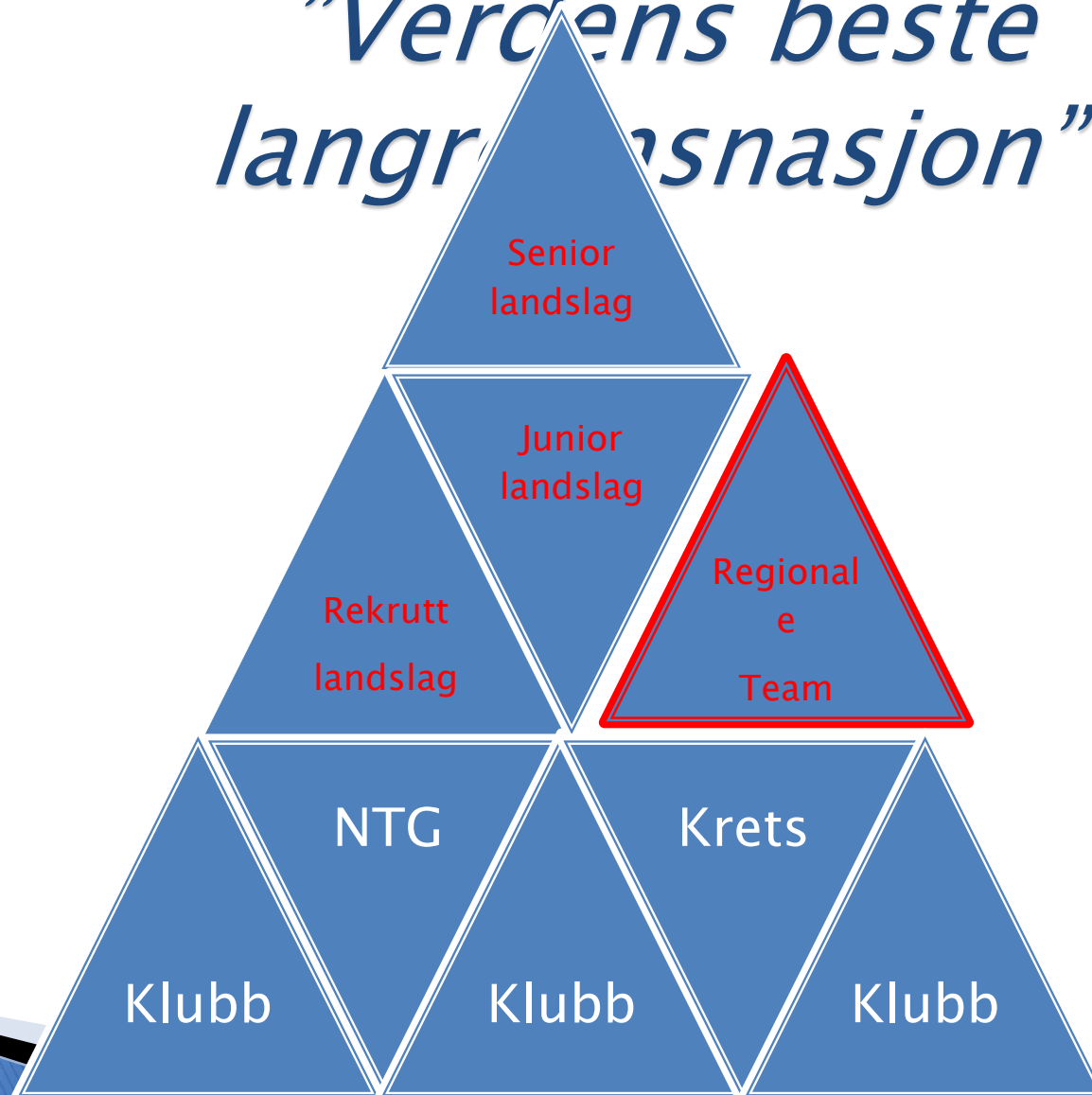
Informasjon

NSF`s regionale elitesatsing seniorer

Team Veidekke Oslofjord.

Hoveduttvalget for langrenn i NSF

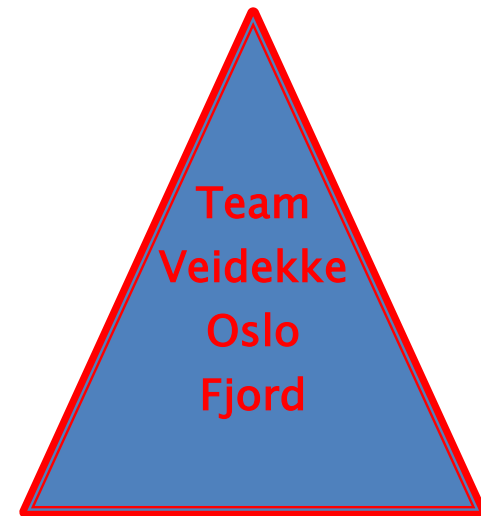
*”Verdens beste
langrennsnasjon”*



Organisering

1/11/15

- ▶ Oppstart sesong 2014–15
- ▶ Midler fra NSF og sentral sponsor ca kr 1000`
- ▶ Midler Krets, Klubb og Utøver ca kr 200`
- ▶ Midler fra lokal sponsor ca kr 300`
- ▶ Engasjere en trener ressurs på 60–80 % stilling
 - Sportslig opplegg
 - Samlinger, derav noen åpne for øvrige seniorer i Regionen
 - Treninger
 - Renndeltakelse
- ▶ Eget smøreteam med fast plass i buss



1 utøver pr sesong videre til Landslaget

- ▶ Samle de "beste" fra Oslo, Akershus og Østfold :
 - Utøver, teamavtale
 - Trener, 60–80 %
 - Smører team
 - Administrasjon ved Oslo Skikrets
- ▶ "1 utøver pr sesong videre til Landslaget"
- ▶ Utvikle sportslige prestasjoner, kompetanse og ferdigheter i Teamet, både for utøvere og trenere



• Attraktiv utstyrspakke til utøvere :

- Klespakke fra Swix
- Hjelm og briller fra Salice
- Klokke fra Garmin
- Hodelykt fra Silva
- Mat og drikke fra Bend It



SWIX



SALICE
vedi italiano



**bolt &
006 combi**

- Legesjekk 2 g pr år
- Testing på OlympiaToppen
- Fysio-service



Sponsor og samarbeidspartner søkes

- ▶ Stort potensialet med Veidekke og Langrennsport som samarbeidspartner
- ▶ Nasjonal markedsføring gjennom draktreklame, websider, arenareklame, TV og avis oppslag
- ▶ Interne bedriftsaktiviteter og samlinger
- ▶ Produktlansering
- ▶ VIP plass på tribunen

Anlegg v/Rune Åslund

- ▶ Status anlegg i kretsen
- ▶ Midler til utstyr

KURS

- ▶ Ny kursmodell – trenerkurs.
- ▶ Øvrige kurs i kretsen.
 - TD-kurs ble arrangert 20.10.2013(Strømmen)
Oslo arrangere TD-kurs torsdag 7. november.
Kontakt jensenmarthe@hotmail.com

Eventuelt

▶ Ærlig talt foredrag

- ▶ TID: 7.11 kl. 18.00–21.00
- ▶ STED: Vestby; Grevlingen skole og kultursenter, Kultursalen
- ▶ PROFILER: Morten Heierdal (tidligere dopingmisbruker) og Eirik Verås Larsen (tidligere olympisk mester i kajakk)
- ▶ Påmelding: <https://www.linkevent.no/Events/RegForm.aspx?id=88816b8d-8ba3-4925-8963-93e4951ba99d>

- ▶ TID: 20.11 kl. 18.00–20.30
- ▶ STED: Bærum; Rykkinnhallen
- ▶ PROFILER: Morten Heierdal (tidligere dopingmisbruker) og Frode Estil (olympisk mester i langrenn)
- ▶ Påmelding: <https://www.linkevent.no/Events/RegForm.aspx?id=9bb6f217-82d8-4f21-8137-dc0118b7e9a8>

<http://www.idrett.no/krets/akershus/nyhetsarkiv/Sider/Ærlig-talt-seminar.aspx>