



Invitasjon til barmarksamling langrenn – Porsangmoen, 13.-15. oktober 2017

Finnmark Skikrets har den store glede av å invitere alle aktive utøvere over 11 år (født fra 2007) til og med junior til treningssamling fredag 13. til søndag 15. oktober.

Vi håper at så mange som mulig finner veien til denne etter hvert så tradisjonsrike samlingen.

Nytt av i år er at vi også ønsker å invitere foreldre og trenere til samlingen. Vi skal arrangere kurs for

- [teknisk delegerte \(TD\) og rennledere](#)
- [treningslederkurs](#)
- foreldrekurs – hva og hvordan løser vi foreldrerollen i langrennssportet.

Mens barna er ute på trening vil altså det være tilbud for alle i leira.

Det bør stille 2 stk fra hver klubb på TD kurset. Her vil man lære om hvordan skirenn skal arrangeres, og det vil derfor være veldig nyttig for rennledere også. Vi må ha flere TDer i kretsen for å få avviklet skirennene fremover.

Foreldrekurset vil ha fokus på foreldrerollen, hva det innebærer å ha aktive skibarn, hvordan vi best støtter og motiverer. Vi kommer også til å se litt på utstyr og smurning. Innimellom slagene blir det trimtur for foreldrene!

Samlingen er godterifri!

Tidspunkter: Innsjekk fredag: kl 1600-1700. Samlingen er ferdig søndag ca kl 1330.

Påmelding: **Frist for påmelding: Søndag 1. oktober.**
Benytt følgende link for påmelding:
<https://response.questback.com/norgesskiforbund/e233x8jmk4>

Første økt: Fredag kl 1730.

Kontaktperson: Leder sone-vest: Thomas Eliassen Darell, tlf 99701454, eller
epost: thomas.e.darell@gmail.com

Utstyrsbehov: To sett uteklær, overtrekk, undertøy, joggesko, inneklær/sko til trening i hall. Gode hansker/overtrekk som tåler røff bruk til militær hinderløype.

Aldersspesifikt utstyr: 13-14år: skistaver til elghufs (30-40cm under kroppshøyde)
15-16år: skistaver til elghufs og rulleski skøyting (føreforbehold)

Priser: Kr 600,- pr pers som inkluderer alle måltider og overnatting.
Dette blir fakturert i ettertid til klubbene.

Skilisens: **Alle som er fylt 13 år må ha betalt lisens fra 1.10.** (Ta kontakt med egen klubb om du ikke har fått lisens.)