

Smøretjenesten Hedmark Skikrets Junior/Senior Webinar 4.6.2025

- Erfaringer fra sesongen 2024/2025
 - Innspill fra smøreteamet
- Kommende sesong 2025/2026

Hvem er vi?

Henrik Sørli – bosatt i Moelv, lang erfaring innen smøring for Hedmark Skikrets, jobb i Madshus og siste årene i Hamar Skiklubb. Vært med siden 2018

André Kvarstad – Hamar Skiklubb, vært med i smøreteamet siden 2018, far til Kristoffer, Jørgen og Henrik

Knut Jørgen Stramrud – Hamar Skiklubb far til Martin og Erik

Trond Opsal – bor i Brumunddal, Mjøsski, far til Mads.

Geir André Holum Jacobsen – Moelv. Far til to aktive skiløpere i Moelv; Oliver og Linus.

Testerne har siste årene vært hovedsakelig Erik Kleven (Ottestad), Magnus Martinsen Stensby og Erik Bøhleng (Hamar), Jan Ulrik Baksjøberget (Vang) og Ulf Erik Strand (Strandbygda).

Samlet har ca 20 personer bidratt for smøretilbudet i 24/25. Det er lagt ned ca 1000 timers arbeid for dere. Kleven klokker inn ca 1000 km på ski i sesong ifbm testing

Erfaringer

- Stats fra 2024/2025
 - Junior – ca 40 løpere påmeldt hver NC-helg
 - Senior – ca 15 løpere påmeldt hver NC-helg
 - Tilbud på alle NC, NM samt et SC og mønstringshelg sist sesong. Ikke vært eget tilbud på Scancup for seniorer pga kostnader
 - Eget testopplegg for senior denne sesongen da flere løpere i seniortilbudet skaper bærekraftig løsning
- Evalueringen vår 2025 oppsummeres med
 - 33 svar total, 18 junior og 15 senior (2024; 15 svar junior, 2 svar senior)
 - Generelt god opplevelse av smøretjenesten både junior og senior
 - For seniorer involveres smøreteamet som sparringpartner mht skivalg
 - For juniorer jobber vi med veiledning/sparring i et langsiktig perspektiv
 - Utstyr i hamarvogna til måling av ski gir bedre innsikt

Veldig bra og organisert. Føler at vi som løpere har blitt godt ivaretatt.

Veldig bra. Bra kommunikasjon med smørerne.
Stort sett hatt bra ski.

Veldig godt fornøyd med opplegget rundt felles smøring ig tilstedeværelse på skirenn. Generelt godt fornøyd med smøresultat da særlig på klassisk delen. Da det gjelder smøring og rilling til skøyte ski, så har vi opplevd litt for lite fokus på rilling i forhold til skienes opprinnelige slipp, hvor det har vært en del bom.

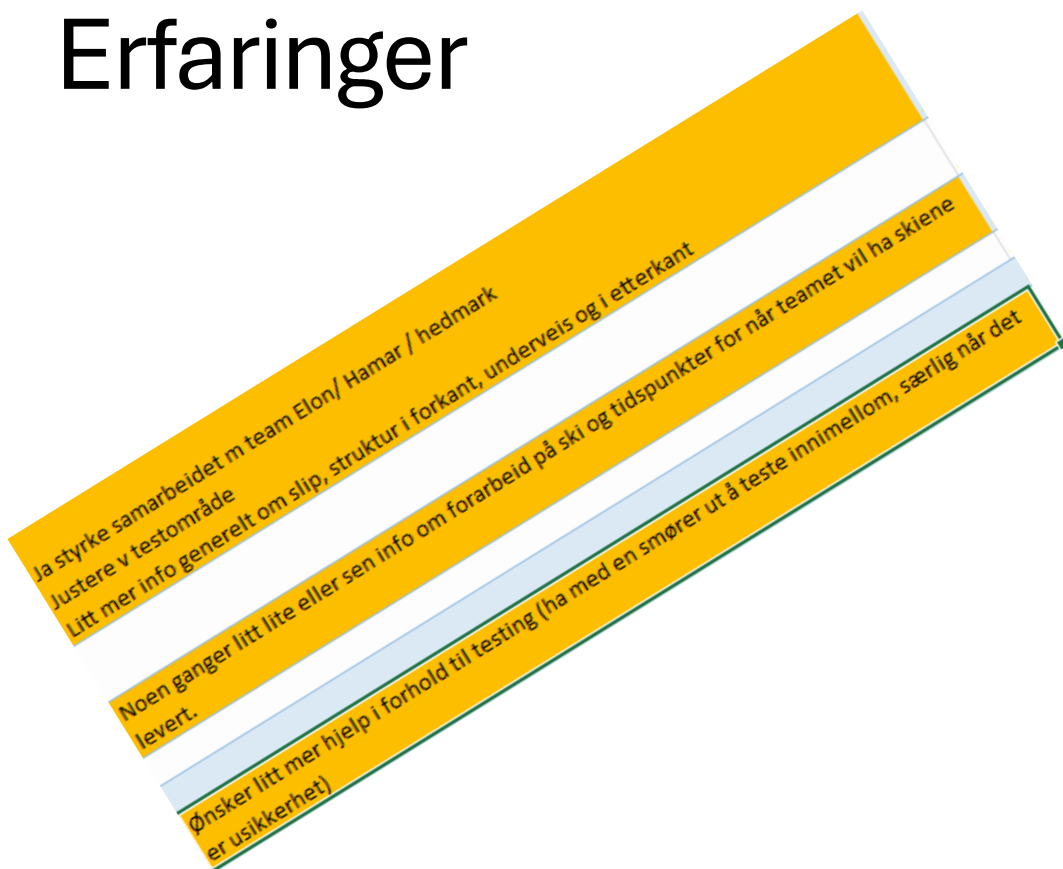
Funket veldig bra

Det var fantastisk! Smørere hadde veldig bra innspill til skivalg og selvfølgelig skiene vare alltid blant forreste og festet var også alltid perfekt.

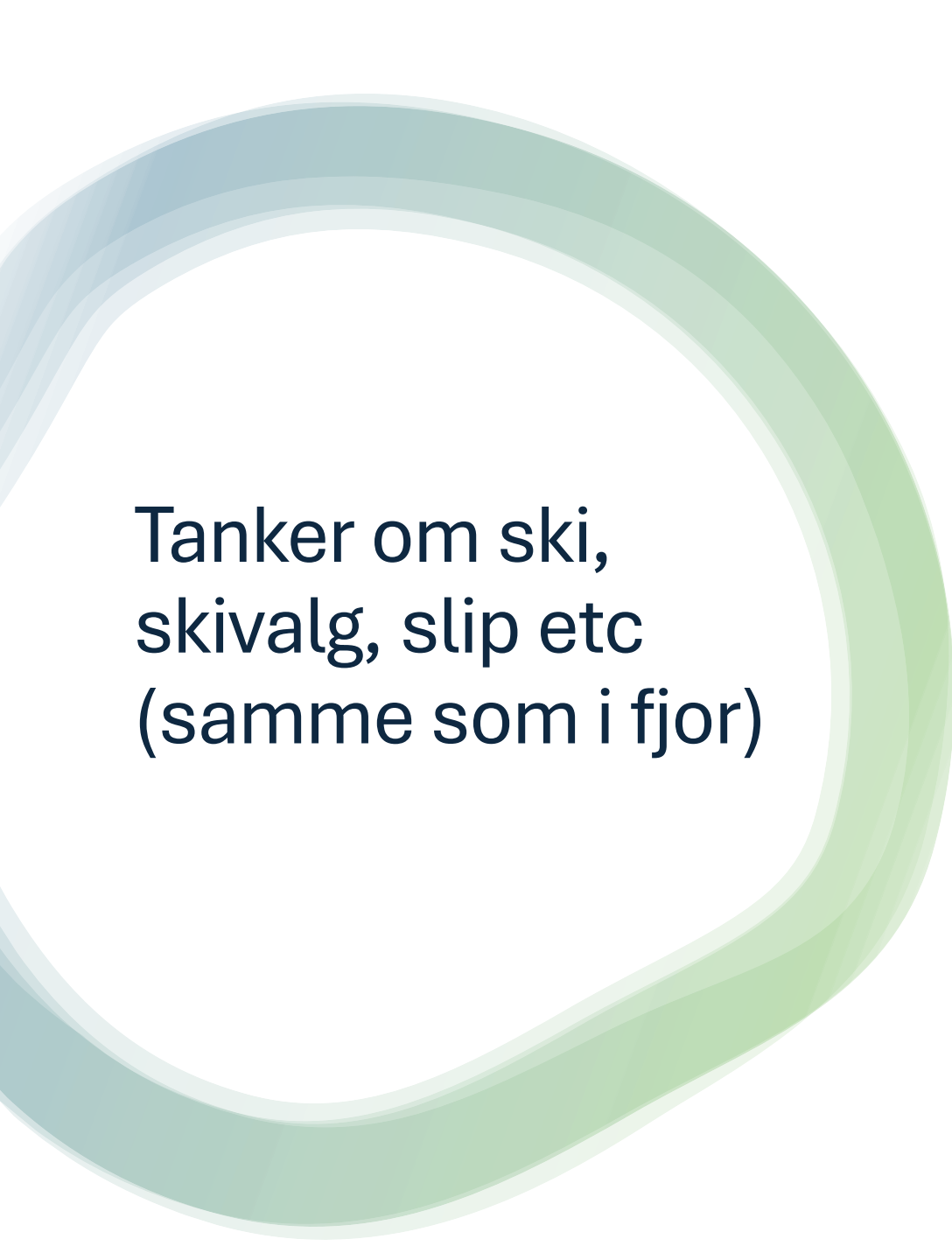
Syns det har vært bra. Ryddig og god kommunikasjon mellom smørere og utøvere. De har vært veldig behjelpelig ved valg av ski eller andre spørsmål på skirenn.

Opplevd smøretjenesten som et profesjonelt opplegg med god innsats fra smørere og testere. Det er en hard bransje så noen ganger blir det bom og noen ganger blir det bra. Ingen store bom har blitt gjort og noen helger har teamet nesten hatt best ski.

Erfaringer



- Innspill fra svarene fra dere
 - Informasjon
 - Vi tilstreber å gi informasjon, men må vurdere forhold og værprognoser.
 - Hjelp testing
 - Ressurser
 - Bruk av utstyr som for eksempel klisterrulle
 - Lære seg å jobbe med eget utstyr – binding
 - Samarbeid med ELON Innlandet
 - Vi ønsker samarbeid, men ønsker først og fremst å bygge på egne erfaringer fra eget test-team. Da har vi bedre kontroll på produkter og løsninger enn å forholde oss til andre team. Mye like produkter og løsninger – kunnskap og erfaring mer kritisk enn produkt
- Innspill/erfaringer fra smøretjenesten
 - For juniorene er det som tidligere sagt viktig at utøver kjenner egne ski og at de er godt merket mht festesoner
 - God erfaring med bruk av klisterrulle for legging av klister
 - Fin og tett dialog med utøvere – viktigere enn foreldrene ;-)



Tanker om ski, skivalg, slip etc (samme som i fjor)

- Anbefaler å bygge opp en skipark over tid, gjerne flere år
- Jeg har god erfaring med bruk av lokal skibutikk og at de plukker ski etter våre ønsker
- Brukt kan være like bra (kanskje bedre) som nytt!
- Vær bevisst på hva man har av skityper og hva man trenger
 - Se etter komplementære ski. Skienes egenskaper.
 - Klassisk – spenn ifht utøver.
 - Noen utøvere mistenker vi at har for stive klassiskski
 - Skate – spennkurve viktig mht egenskaper mot dagens føre
 - Testing kan gjøres hele året. Klusterski og varmere ski kan f.eks testes på Sognefjellet
 - Kompis-testing – viktig å bygge læring og erfaring

Festesoner

- T- tørrvoks
- K – klister

Vekt

- Halvvekt
- Fullvekt



Festesoner/Trykksoner





Tanker om ski, skivalg, slip etc

- Ingen fasit på antall ski, viktigere å kjenne de skiene man har enn antall par. Jeg har fokusert på ski basert på disse kriteriene
 - Klassisk; blåpar/tørrsnøski, klusterski, evt rubbski (klassiskski kan rubbes)
 - Skate; grønn (kald slip, langt spenn), blå (medium slip/langt evt kortere spenn), hvit (varmere slip, kortere trykkpunkter)
- Skate vs klassisk – prioriter antall skateski og gjerne mot kaldere skityper
- Nyslipte skateski kan ofte virke tråe i starten og kan være lurt å få jobbet litt med for å optimalisere skiene til kaldt/tørr snø.
- Nysnø – viktig med skarpe sliper. Kanskje bør man ha et blåpar skate nyslipt til sesong?



Tanker om ski, skivalg, slip etc

- Viktig at dagens skivalg er basert på dagens føre og utøvers kvaliteter. Kanskje viktigere enn at de glir best?? Basert på test av skiene – vurder hva som er viktigst for deg!
- Flytting av binding – ofte endrer dette noe på egenskapene til skiene. Testes gjerne på trening. Både klassisk og skate. Kan også endre ski-egenskaper.
- Bruk av rennski i treningshverdagen – min erfaring er god. Da blir løpere bedre kjent med skiene
- Kretsen tester manuell struktur/rill på NRP-slipper. Vi har benyttet G3, B3 og H32 i vår testserie
- Ha med Alle skiene på NC helg! De kan ha andre egenskaper på Voss enn på Gåsbu!

Planer for kommende sesong

- Planen er å gi tilsvarende tilbud neste sesong
 - Junior og Senior; samarbeid Hamar Skiklubb og Hedmark Skikrets hvor André Kvarstad er organisator
- Basert på løpere i Hedmark Skikrets i aldersklassene antar vi det er behov for tilsvarende tilbud for junior og senior med bruk av 2 vogner og evt komplettere med en 3. vogn på Åsen?
- En del av helgene er klare
 - Noen helger er samkjørt; NC Gålå, NC Åsen og NM del 2 Harstad.
 - Junior i tillegg NC Beitostølen og Gålå (jnr NM). Mønstring uklart?
 - Senior Beitostølen, NC Trondheim, NM Steinkjer og NC Skeikampen
 - SC Østersund?