



MØRE OG ROMSDAL
SKIKRETS

Desember 2020

Til arrangører av skirenn 2020/21

Vi nærmer oss rennsesongen, som pga. Covid-19 vil bli både annerledes og mer krevende enn vanlig. Skikretsen har utformet noen enkle anbefalinger/ retningslinjer for å gjøre jobben litt enklere. Disse vil bli løpende vurdert og justert i tråd med gjeldende smittevernregler.

Etter råd om Covid-19 tilpasning kommer andre råd/veiledning for arrangører.

Smittevernråd

Smittevernprotokoll og manual for arrangement 20/21 ligger på nettsiden til skiforbundet. Last ned denne og bruk til planlegging vedrørende de enkelte skirennene i M & R. Se også [skiforbundets koronaveileder](#) for mer utfyllende informasjon, bl.a. [smittevernprotokoll og arrangementsmanual](#)

Den enkelte arrangør må sette seg inn i eventuelle endringer i regelverket, samt pålegg og innspill fra nasjonale og lokale helsemyndigheter.

Kohorter/antall på stadion

P.t. kan det totalt være 200 personer på stadion samtidig, som inkluderer utøvere, trenere, foresatte og evt. publikum. Arrangørstaben kommer i tillegg.

For større skirenn enn 200 totalt, kan dere velge å arrangere flere økter, f.eks. kl. 11-13, de yngste klassene (maks 200 på stadion) og kl. 14-16, de eldre klassene (maks 200 på stadion) – med nedvask av kontaktpunkter på stadion mellom kohortene.

Parkeringsbetaling kun med vipps.

Deltakerbegrensninger på renn

NSF kom 19.11.20 med presiseringer mht. gjennomføring av skirenn, [KLIKK HER](#).

Her omtales også arrangørens muligheter til å legge inn geografisk deltakerbegrensning.

Alle langrenn i Møre og Romsdal skal registreres som **KRETSRENN** i SportsAdmin.

Skikretsen anbefaler at dere i utgangspunktet prioriterer utøvere fra klubber tilhørende Møre og Romsdal Skikrets, samt løpere fra klubber utenfor fylket som har sitt daglige oppholdssted innenfor fylket (f.eks. skoleelever og studenter). Deretter kan det åpnes for løpere fra Trøndelag dersom dette er praktisk mulig. Midt-Norge (Møre og Romsdal og Trøndelag samarbeider om flere regionale skirenn denne vinteren og kretsen bør derfor være åpne for denne muligheten). For arrangører på Søre Sunnmøre kan det åpnes for løpere fra nordre del av Sogn og Fjordane skikrins innenfor et område som er naturlig dersom dette er praktisk mulig.

Selv om skirennene helst kun skal ha deltagere fra egen skikrets, åpnes det for også klubber innenfor «et område med naturlig geografisk tilknytning» kan delta. (F.eks. i grensetrakter mellom skikretser)

Hvis dette blir aktuelt skal de skikretsene dette gjelder informeres om hvilke klubber dette gjelder. Denne kontakten kan Stig på skikretskontoret gjøre for dere, så bare meld inn til skikretskontoret hvilke klubber det gjelder.

Planlegg hvem dere arrangerer for og vær tydelig på dette i invitasjonen og i 'Beskrivelse av rennet' i SportsAdmin. Dersom det settes et makstak på antall deltakere, må det opplyses om i renninnsbydelsen. Vi anbefaler at antall løpere i en kohort ikke overstiger 150, da er det plass til 50 støtteapparat/foresatte. Dette vil være aldersavhengig, i de yngste klassene kan det evt. være 1 til 1 fordeling løper/foresatt.

Forslag til tekst i innbydelse/ informasjon på nettside-terminliste:

«Møre og Romsdal skikrets følger presiseringer for gjennomføring av skirenn gitt av NSF. Påmelding til skirenn arrangert av klubber i Møre og Romsdal skikrets, er fortrinnsvis forbeholdt deltakere fra klubber i Møre og Romsdal skikrets, samt løpere fra klubber utenfor fylket som har sitt daglige oppholdssted innenfor Møre og Romsdal fylke (f.eks. skoleelever og studenter). Utøvere fra klubber i Trøndelag og nordre del av Sogn og Fjordane skikrets vil kunne få delta dersom dette er praktisk mulig for arrangør. (Prinsippet om «førstemann til mølla» vil bli fulgt opp til maks. antall)»

I innbydelsen må det også presiseres at det er utøvers ansvar å vurdere egen helse/smittefare i forbindelse med deltakelse og at utøver må være symptomfri for å kunne møte på skirenn.

Kommuneoverlegen informeres i god tid før arrangementet.

Vær også oppmerksom på at **lokale innstramninger** og føringer kan forekomme.

Påmelding utøvere

Påmeldingsfristen bør være tidlig, vi anbefaler 1 uke før rennet - det gir bedre tid til god planlegging. Etteranmeldinger bør unngås. Pga. maks antall deltakere anbefaler vi også at dere legger inn en linje om at det er førstemann til mølla dersom dette kan gjennomføres/følges opp.

Påmelding støtteapparat/foreldre

Husk at dere pga. mulig smittesporing er pålagt å ha navn og telefonnummer på alle som er til stede på stadion. Dersom det anses nødvendig for å sikre maks 200 pr kohort, kan dere etter fulltregnet påmelding for løperne eller påmeldingsfrist, fordele antall støtteapparat pr. klubb ut ifra antall deltakere og alder på deltakere.

Deltagere blir registrert under påmelding og arrangørene har liste med navn over funksjonærene. De øvrige bør registreres via elektronisk besøksregistrering ved ankomst til arrangementet. Andre måter å registrere på er også mulig. Oversikt slettes etter 10 dager.

Bruk gjerne NIF sitt verktøy for elektronisk besøksregistrering, www.qrona.nif.no, se info om ordningen [her](#)

Akkreditering til stadion/arena

Alle utøvere benytter sitt startnummer som akkreditering (bære det synlig på stadion og i løypa).

Påmeldt støtteapparat/foreldre bør også ha en vest e.l. som er godt synlig for å sikre oversikt for arrangør. Her kan f.eks. gamle startnummer brukes.

Funksjonærer bør ha egne vester.

Stadion/arena

Alle måltider serveres fortrinnsvis på hotell/bosted. Personell som skal være på arena over lengre tid bør få tilgang til ferdig påsmurt mat. Det bør kvalitetssikres skriftlig at alle involverte innkvarterings- og spisesteder følger gjeldende retningslinjer for smittevern.

Dette vil si ingen kiosksalg eller drikkestasjoner på skirennene våre.

Startnummer og brikke pakkes på forhånd og henges opp for avhenting av den enkelte utøver. Innpakking og oppheng gjøres av funksjonær som har fulgt interne prosedyrer for desinfisering. Dette betyr benyttelse av engangshansker og munnbind under pakking.

Kan deles ut innendørs dersom rommet er såpass stort at 1 meters avstanden kan overholdes.

Klær og utstyr ivaretas av den enkelte løper, det vil ikke være plastposer for klær.

Håndsprit settes ut på lett tilgjengelige steder under arrangementet.

Garderober og toaletter

Garderober kreves det hyppig renhold av. Derfor enklest å ikke tilby dette under skirennene.

Toaletter: Beskrivelse av toalettfasiliteter.

Her følger ett eksempel på «toalettinstruks»:

Det vil bli hengt opp en egen instruks på hvordan man skal anvende / forlate toalettene.

Instruks vil være:

*DØRHANDTAK INN / UT AV TOALETT,
KNAPP TIL NEDSPYLING SKAL RENGJØRES OG BERØRES
MED ANTIBAC-SERVIETT UNDER OG ETTER BRUK.
HUSK HÅNDVASK!*

Utenfor alle toaletter blir det satt opp egne stasjoner med håndsprit. Toalettene skal vaskes hyppig under arrangementet. (1 gang pr. time m/klor.)

Premieutdeling

Premieutdeling kan gjennomføres i henhold til gjeldende avstandsregler og uten utdelere. Premier må plasseres på podiet/på egnede bord e.l. i forkant og tas opp av den enkelte utøver selv. Dette betyr benyttelse av engangshansker og munnbind under arbeid med premiene.

Dersom arrangør ikke ønsker å gjennomføre premieutdeling pga smittevernhensyn, og ønsker å benytte Sport1 gavekort (SBM cup) kan verdien av gavekort registreres pr løper og gjøres tilgjengelig for Sport1 Tomra. Gi tilbakemelding til LK dersom dette alternativet benyttes, så vil LK ajourføre en akkumulert oversikt gjennom sesongen. Totalsummen for premier sendes til skikretskontoret for å sikre riktig fakturering.

Betaling

Klubber som har mulighet for forhåndsbetaling, bør vurdere dette nøye, da det vil kreve mer jobb med tilbakebetalinger dersom rennet må avlyses pga. korona.

AVLYSING av renn pga. korona

Vi anbefaler at dere har en tett dialog med lokale helsemyndigheter, også vedr. mulig avlysning.

Tidspunkt for avlysning vil variere gitt smittesituasjon i kommunen og vurdering av denne.

Det bør gjøres en fortløpende vurdering mht. hvor lenge det er hensiktsmessig å fortsette planleggingen, blant annet basert på følgende faktorer:

Utsiktene til lettelse i kommunens smittevernregler.
Hvilke kostnader som påløper uavhengig av gjennomføring.
Fleksibilitet og ressursbruk knyttet til planlegging og forberedelser

Refusjon av startkontingent:

Startkontingenten bør som hovedregel refunderes 100 %, for øvrig viser vi til [rennregelverkets paragraf 214.2.4](#)

Ved avlysning før renndagen kan arrangøren ihht. reglementet paragraf 214.2.4 beholde 50% av startkontingenten forutsatt at dette er bekjentgjort på forhånd.

Se også [skiforbundets koronaveileder](#) for mer utfyllende informasjon, bl.a. smittevernprotokoll og [arrangementsmanual](#).

Vedlegg: [Eksempler på gjennomføring av arrangement i kohorter](#).

Utdrag fra arrangementsmanualen

Ved utendørsarrangement er det som hovedregel tillatt å gjennomføre arrangementer med inntil 200 personer til stede. Grupper med inntil 200 personer kan skiftes ut i løpet av arrangementet, dersom det gjøres på en smittevernfarelig forsvarlig måte og det ikke er kontakt mellom gruppene.

1. Arrangementet gjennomføres på offentlig sted, for eksempel i et idrettsanlegg
2. Det skal være en ansvarlig arrangør. Dette kan være idrettslag, annet organisasjonsledd eller arrangørselskap godkjent i hht NSF's reglement
3. I grensen på antall personer inngår deltagere, støtteapparat og eventuelt publikum. Personell som er nødvendig for gjennomføringen av arrangementet kommer i tillegg.
4. Deltagere og andre tilstedeværende skal holde minst 1 meters avstand til hverandre
5. Arrangør er ansvarlig for:
 - a) Å ha oversikt over deltagere og hvem ellers som er til stede for å kunne bistå kommunen ved en eventuell senere smitteoppsporing. Dersom det lages en slik oversikt med navn og kontaktopplysninger for å kunne spore smitte, skal denne slettes etter 10 dager. Bruk gjerne NIF sitt verktøy for elektronisk besøksregistrering, www.grona.nif.no, se informasjon [her](#)
 - b) Å iverksette tiltak som bidrar til at syke ikke deltar på arrangementet
 - c) Å følge relevante standarder om smittevern
 - d) Å tilrettelegge for at avstandskrav og smittevern kan følges under hele arrangementet
6. Skiklubber i NSF kan terminfeste og gjennomføre konkurranser forutsatt at myndighetenes regler og denne veilederen overholdes. NSF's reglement krever at utøverne i alle grener og konkurranseformer alltid skal holde 1 meters avstand.
7. Kommuner og/eller anleggseiere kan ha egne regler som er strengere enn de generelle retningslinjene. I slike tilfeller må respektive kommunes/anleggseiers regler følges.

Øvrige råd/veiledning for arrangører:

- formidle NSF sitt vedtak om fluorforbud for 16 år og yngre og informere i innbydelse. Forslag til tekst til innbydelse:
Langrennskomiteen i Norges skiforbund har innført forbud for **alle glidprodukter som inneholder fluor** i klassene til og med 16 år. Vi ber alle respektere fluorforbudet. Arrangør oppfordrer øvrige deltakere fra 17 år og eldre til å gjennomføre løpet uten bruk av glidprodukter som inneholder fluor.
- aktiv bruk av enkle fluorfrie smøretips på sosiale medier før arrangementet, **informere om dette i innbydelse** og følge opp at dette blir lagt ut på nettet av arrangøren
- dersom arrangør har kapasitet og ser mulighet for å gjennomføre innenfor gjeldende smittevernregler, kan det tilbys smørehjelp. **Dette bør i tilfelle markedsføres i innbydelse.** *LK har kjøpt inn en smørekoffert med festesmøring, litt glider, 3 stk rilleapparat og 2 typer børster som ligger i skikretshengeren. Egen profil med bein følger også med.*
- I alle klassiske renn skal det legges inn teknikksoner. Jury med TD bestemmer hvor sonene skal legges.
- Alle arrangører skal ha en avtale om reservearena, dette skal opplyses om i innbydelsen. LK vil kunne gi noe økonomisk støtte til arrangører som må flytte, f.eks til å dekke merutgifter til stadionleie osv.

Klasseinndeling

Ordinær klasseinndeling ihht NSF sitt reglement.

TD

Skikretsen setter opp TD til alle arrangement. TD skal bistå arrangør i forhold til NSF sitt regelverk for arrangement. Vi oppfordrer derfor til så tidlig som mulig å involvere TD i planlegging av skirenn, for å sikre at arrangementet blir gjennomført på en så god måte som mulig og innenfor NSF sitt regelverk. TD sammen med rennleder og løypesjef danner arrangementets jury, der TD er juryens leder.

Premiering

LK oppfordrer alle arrangører til å premiere alle deltakere (selv om NSF regelverk sier noe annet). Hvilke premier som velges er opp til arrangør, men ved bruk av gavekort fra Sport1 Tomra, betaler klubb 50 % av verdien. Sport1 Tomra dekker resten av verdien. Ved bruk av gavekort oppfordres arrangør til å premiere med følgende beløp: 1. pl: kr 200 2. pl: kr 150, 3. pl: kr 100, 4. pl: kr 50 og videre kr 50.

De klubbene/ arrangørene som ønsker å benytte seg av Sport 1 Tomra-gavesjekkene som premier, melder inn antall gavesjekker som er ønskelig – til skikretskontoret i god tid før rennet. Skikretskontoret printer ut gavesjekker, og sender disse til arrangøren. Husk å notere totalsummen som blir delt ut i form av gavesjekker, og meld denne summen til skikretskontoret etter rennet. Klubben mottar da faktura på 50 % av utdelt beløp.

Dersom arrangør ikke ønsker å gjennomføre premieutdeling pga smittevernhensyn, kan verdien av gavekort registreres pr løper og gjøres tilgjengelig for Sport1 Tomra. Gi tilbakemelding til LK dersom dette alternativet benyttes, så vil LK ajourføre en akkumulert oversikt gjennom sesongen.

Hvis arrangør velger å ikke dele ut Sport1 gavekort, må de fortsatt sende totalsummen for premier til skikretskontoret for å sikre riktig fakturering.

Startlisens

Alle startende skal ha startlisens, dette er løperens ansvar og ikke noe arrangør skal kontrollere. Stikkprøver kan foretas. Arrangør må kunne selge engangslisenser. Info hentet fra skiforbundets hjemmesider:

Engangslisens

Gjelder bare dette rennet og betales til arrangøren.
Forsikringsdekningen tilsvarer nesten grunnforsikringen for årslisensen.

For løpere 13 – 25 år koster engangslisensen kr 60.
For løpere som er 26 år og eldre koster engangslisensen kr 150.

Arrangør rapporterer og innbetaler engangslisens via [NSFShop.no](https://www.nsfshop.no).
eller registrer personer som har betalt engangslisens i [engangslisensskjema](https://www.nsfshop.no/engangslisensskjema) og send skjema til engangslisens@skiforbundet.no. Betal til kontonummer 1644.15.97138.

Utstyrstilhenger fra MR skikrets

Møre og Romsdal skikrets har egen tilhenger med diverse utstyr for arrangører. Her er det telt, lydanlegg, varmeovn, startnummer, beachflagg, diverse SBM effekter (målbue osv), smørekoffert, smøreprofil med mer. Her er det Info om innhold finner dere på skikretsen sin hjemmeside: <https://www.skiforbundet.no/more-og-romsdal/utstyrs-tilhenger/>

Alle grener benytter seg av tilhengeren og utlån/fordeling gjøres av skikretsen v/Stig Aambø. Søk derfor om lån av tilhengeren til Stig Aambø på skikretskontoret så tidlig som mulig.

Sponsor og media

Vi minner om at alle SBM-cup skal profilere SBM så langt som mulig. I tilhengeren er det som nevnt mye profileringseffekter som kan benyttes, det er innkjøpt nye effekter/startnr før sesongen 2020/21. Det kan også evt. gjøres avtale om lån av deler av dette utstyret. Minimum er bruk av startnummer med SBM-logo. Vi oppfordrer arrangører til å ta bilder til bruk i sosiale medier der SBM blir profilert.

Skikretsen sender ukentlig informasjon om skirenn i kretsen til de største avisene og NRK. I tillegg oppfordres arrangører til å kontakte lokale medier med info om skirenn, bistå med å sende informasjon til disse slik at våre arrangement får best mulig oppmerksomhet. Det å få vist fram våre arrangement vil være positivt både med tanke på rekruttering og senere sponsorarbeid.

LK ønsker alle lykke til med sine arrangement. Dersom dere har spørsmål, ta kontakt med medlemmer i LK, så skal vi bidra så godt vi kan. Karianne Brude Lange er LK sin kontaktperson vedrørende arrangement, mob.452 63 350, e-post: karianne.lange72@gmail.com

Desember 2020
LK i Møre og Romsdal