



NORGES
SKIFORBUND

MØRE OG ROMSDAL
SKIKRETS

Møre og Romsdal Skikrets Skikretstinget 2015.



Sebastian F. Solevåg, Ragnhild Mowinckel og Nina Løseth
Var tre av fire alpinister på det Norske laget i Team-
konkurransen under Alpin VM i Vail.

Martine L. Øvrebust, Jr.Norgesmester, og
2 og 3 pl. under Europeisk Ungdoms-OL.

MRSK - BERETNING 2013-2015



SPAREBANKEN MØRE



ORGANISERING

Særforbund: Norges Skiforbund.

Møre og Romsdal Skikrets består av alle lag innen skikretsens grenser som er medlem av Norges Skiforbund. Alle lag i kretsen plikter å overholde NIFs og skikretsens lover, sikkerhetsbestemmelser og bestemmelser. Gjennom Norges Skiforbund er skikretsen et organisasjonsledd innen Norges Idrettsforbund, og er underlagt NIF's og Norges Skiforbunds lover og bestemmelser. Skikretsen er den faglige myndighet under Norges Skiforbund innen skikretsens grenser. Saker som er av felles interesse for idretten, skal forelegges Møre og Romsdal Idrettskrets.

SKIKRETSENS TILLITSVALGTE

Styret:

Leder:	Per Vidnes, Spjelkavik IL
Nestleder:	Astrid Eide Stavseng, Liabygda IL
Styremedlem:	Frode Børstad, Sp.kl. Rival
AK – leder:	Marianne Nakken, Stordal IL
HK – leder:	Olav Magne Dønnem, Øvre Surnadal IL
KK – leder:	Nils Henrik Johnsen, Molde og Omegn IL
LK – leder:	Roar Lervik, Molde og Omegn IF
TK – leder:	Nils Magne Dahle, Åndalsnes IF

Grenkomiteer:

Alpint:	Marianne Nakken	Stordal IL
	Torstein Tafjord	Sp.kl Rival
	Egil Åmbakk	Ørsta IL
	Kristian Mork	Stranda IL
	Anne Marte Slettaløkken	Rauma Alpin
	Helge Røst	Spjelkavik IL
	Are Gjerde (Vara)	Sp.kl. Rival
Langrenn:	Jon Hølmo/Magne Glomnes	Tomrefjord IL/ Vallidal IL
	Ivar Øyen	Eidsvåg IL
	Geir Tomren	Tomrefjord IL
	Heidi Bjerke Nerland	Molde og Omegn IF
	Roar Lervik	Molde og Omegn IF
	Tiril Røkke, utøverrepr.	Stordal IL

Hopp:	Olav Magne Dønnem Arnor Evensen Jens Petter Straumsheim Terje Bergset Sindre Helland	Øvre Surnadal IL Molde og Omegn IF Molde og Omegn IF Blindheim IL Stordal IL
Kombinert:	Nils Henrik Johnson Per Skoglund Per Ivar Skodjereite Carl Gunnar Orset	Molde og Omegn IF Molde og Omegn IF Stordal IL Torvikbukta IL
Telemark:	Nils Magne Dahle Rune Lied Terje Alme Tore Korsnes	Åndalsnes IF Eitrefjell Telemarkklubb Eidsvåg IL Surnadal IL

Styreoppnevnt revisor: Odd Ivar Thue

Kontrollkomitè: Aud Dahle, Isfjorden IL
Ronny Solli, Grøa IL

Integreringskontakt: Bjørn Inge Drabløs, Sykkylven IL

Valgkomite:

Medlem:	Anne Cathrine Enstad Arve Jakobsen Olav Magne Dønnem	Lesjaskog IL Emblem IL Øvre Surnadal IL
---------	--	---

Styreoppnevnt anleggsutvalg:

Medlem: Ivar Øyen, Eidsvåg IL

Æresmedlemmer: (Og Æresmedlemskomitè)

Magnar Solheimdal
Andrine Flemmen



Styreaktivitet 2013-15

I Tingperioden har det blitt avholdt 8 Styremøter og ingen rene Arbeidsutvalgsmøter. Grenene har stort sett avholdt grenvise høst/ vårmøter denne perioden. Vårmøtet 2014 var Telemark og Langrenn samlet. Til Vårmøtet 2015 er alle grenene samlet. Skikretstinget 2015 ble lagt til Alexandra Hotel i Molde

De viktigste sakene har vært:

- Status i grenene
- Rekruttering, spesielt i forhold til den «grønne vinteren» i 2014.
- Økonomi og Regnskap
- Utvikling av Styrets arbeid/ NIF's Startmøte
- Handlingsplan - oppfølging

Representasjon:

MRSK har vært representert.

MRSK har vært representert ved NSF's Ting i Loen i juni 2014, og ved MARIK's Ting i Molde april 2014. I tillegg er skikretsen alltid representert på NSF's Vår og Høstmøter.



Medlemslag

Ved inngangen i Tingperioden hadde MRSK 86 medlemslag. Surnadal IL meldte seg i 2013 ut av MRSK og inn i Sør-Trøndelag Skikrets. Et beklagelig valg sett fra M&R Skikrets synspunkt. Surnadal IL er en stor og dyktig klubb både med tanke på rekruttering og arrangement, og har i en årrekke bidratt sterkt spesielt innen langrenn, både med samlinger, kurs, skirenn på sin snøsikre arena, ressurspersoner og mange utøvere. Men Surnadal IL mente et kretsbytte ville resultere i enda bedre rekruttering, og Idrettslaget hadde en prosess over flere år, som tilslutt endte opp i ønske om «krets-overgang».

I 2014 søkte også Aure IL om «krets-overgang» til Sør-Trøndelag av samme årsak som Surnadal IL. MRSK Styret så det som meget negativt at skimiljøet på Nordmøre ble utarmet ytterligere, og ønsket sterkt å beholde Aure som skikretsens «Ski-destinasjon» på Nordmøre. Aure IL har (som Surnadal IL) meget dyktige ressurspersoner, dyktige arrangører, og et godt skimiljø som MRSK Styret ønsket sterkt å beholde i Møre og Romsdal. Spesielt med tanke på arbeidet med å «få liv i» flere klubber på Nordmøre, er det veldig uheldig at de største klubbene går ut av kretsen. Heldigvis er både Surnadal IL og Aure IL positive til videre samarbeid med MRSK, og vil bidra i f.eks. sonearbeidet i langrenn.

I tillegg har Torjulvågen IL og Austefjord IL meldt seg ut av skikretsen i 2014 pga. ingen skiaktivitet.

MRSK har også noen skigrupper som er «passive» medlemmer. De har i en periode ikke skiaktivitet, men ønsker å stå som medlemmer. Dette gjelder Brattvåg IL, Syvde IL, og Straumsnes IL. Straumsnes IL har slått sin skigruppe sammen med Aure IL. MRSK har pr. i dag 82 medlemslag.

Medlemslag:

Lag	Leder
Aalesunds Skiklub	Sindre Nakken
Angvik IL	Knut Brakstad
Batnfjord IL	Åge Ødegård
Betna IL	Morten Betten
Bjørke IL	Solrun Osdal
Bolsøya IL	Jan Erik Devold
Brattvåg IL	Jørgen Ove Havnsund
Bæverfjord IL	Ann Kristin Engset
Bøfjord IL	Bjørge Aasbø
Driva IL	Siw Julbø
Eide IL	Per Olav Eide
Eidsdal IL	Merete L. Rønneberg
Eidsvåg IL	Ann Kristin Dyvik
Eidsøra IL	Lene Eidsør
Eitrefjell Telemarkklubb	Rune Lied
Ekko/ Aureosen IL	Baard-Andrè Fanghol
Emblem IL	Elisabeth Rundtom
Engesetdal IL	Modolf Hareide
Eresfjord IL	Tor Erik Aarstad
Frei IL	Alf Gundersen
Frode IL	Arnstein Halås
Fræna Ski og O. klubb	Kjetil Øvermo
Geiranger IL	Torgeir Rusten
Grøa IL	Heikki Dørum
Gyl IL	Christin L. Hagen
Hjelset-Fram IL	Øystein Solli
Hovdebygda IL	Rune Røyrrhus
Innfjorden IL	Kristin Lien
Isfjorden IL	Jan Møllerhaug
Istad IL	Jon Olav Krakeli
Kleive IL	Steinar Bratset
Kristiansund IF	Hans Christian Ofstad
Kårvåg IL	Helge Staurnes
Lesjaskog IL	Torgeir Nordgård
Liabygda IL	Astrid Eide Stavseng
Lyngstad og Omegn IF	Harry Gautvik
Malmefjorden IL	Geir Ove Sandøy
Molde og Omegn IF	Bjarne Sjøholm
Måndalen IL	Espen Sørli
Norddal IL	Kari Løvoll Dalhus
Osmarka IL	Linda Kristin Heggem
Rauma Alpinklubb	Bjørn Nord
Rausand IL	Tormod Aspås
Ravn IL	Pål Arne Devold
Sp.kl. Rival	Terje Lyngstad
Romsdal Randoneeklubb	Ola Hovdenak
Skaret Skiforening	Martin Risnes

Skodje IL	Nils Oddvar Halleland
Skåla IL	Lillian Christensen
Skålheim IL	Bård Owe Ytterhaug
Solemdal IL	Siv Merete Haugstad
Spjelkavik IL	Arve Øverås
Stordal IL	Erik Røkke
Stranda IL	Jørund Hagen
Straumsnes IL	Peder Strømsvåg
Sunnmørsalpane Ski og Snowboardklubb	Norman Hole
Sunnylven IL	Hans Hole
Sykkylven IL	Jo Sagli
Syvde IL	Rolf Åge Sjørdal
Søya IL	Leif Magne Andersen
Tingvoll IL	Per Gunnar Løset
Todalen IL	Jorid Ansnes
Tomrefjord IL	Gunnar Eik
Torvikbukta IL	Siri Ask Fredriksen
Tresfjord IL	Anders Skavnes
Triumf IL	Ann Iren Stenhjem
Trollheimen Randoneeklubb	Robert Sørli
Ulvungen IL	Arne Reiten
Valldal IL	Kristi L. Stakkestad
Valsøyfjord IL	Lars Botten
Velledalen IL	Svein Arne Nakken
Vistdal IL	Karianne Brude Lange
Volda T og IL	Per Sigvald Hoggen
Vågstranda IL	Eskild Svendsen
Åheim IL	Ole Magne Kvalsvik
Åmdal IL	Knut Urbø
Åndalsnes IF	Ingrid Hole
Øksendal IL	Kristin Rugtveit
Ørskog IL	Emma Hanssen
Ørsta IL	Magnar Breivik
Øverdalen IL	Harry Brude
Øvre Surnadal IL	Helga Holten





Administrasjon

MRSK har en ansatt i 100% stilling. Stig Aambø har vært administrasjonssjef i MRSK i Tingperioden

Norges Skiforbund (NSF) har arbeidsgiveransvaret mens kretsstyret er arbeidsleder for administrasjonssjefen. Administrasjonssjefen har ansvaret for den daglige driften og løpende administrasjon av skikretskontoret. Arbeidsoppgavene til adm. sjef er knyttet opp til den totale aktiviteten i skikretsen, og omfatter bl.a:

- sekretærfunksjon i skikrinsstyret
- bistand i oppfølging av NSF sin strategiplan gjennom kretsen sin handlingsplan
- oppfølging av budsjett, fakturering, regnskap og rapportering til styret og komiteer
- markeds- og inntektsbringende arbeid, inkl. offentlige støtteordninger
- tilrettelegging og oppfølging av arbeidet i grenkomiteene
- tilrettelegging av skiaktivitet i laga i skikretsen
- tilrettelegging av anleggsutvikling i skikretsen
- tilrettelegging av arrangement (terminlistearbeid, kretsmesterskap m.m., planlegging og etterarbeid)
- tilrettelegging av tiltak for å heve kompetansen på krets- og klubbnivå (ledere, trenere, arrangører og anleggseiere)
- informasjon til kretsstyret, grenkomiteer, skigrupper og løpere, herunder drift og utvikling av skikretsen sine nettsider .
- planlegging, gjennomføring og oppfølging av møter i skikretsen (Styret, grenkomiteer, vår- og høstmøte, kretsting m.m.)
- service ovenfor skigrupper og løpere
- rapportering og tilbakemelding til NSF

Samarbeidspartnere.

Sparebanken Møre er Skikretsens hovedsamarbeidspartner, og bærer bl.a. navnet på våre kretscuper i alpint, hopp, kombinert, telemark og langrenn.

Sparebanken Møre sitt bidrag til skisporten, er meget viktig for opprettholdelsen av den store aktiviteten i kretsen, og muligheten for å støtte opp om våre skiutøvere.

Gjeldende avtale er tegnet for 2013-15.

Sparebanken Møre ønsker at midlene benyttes til:

- Talentutvikling
- Satsning på yngre utøvere
- Trenerutvikling
- Skadeforebyggende tiltak

Økonomi/ Regnskap.

Skikretsen hadde i regnskapsåret 2013 et overskudd på kr. 411.000. hvorav kr. 340.000 tilhørte grenene. Flere grener hadde store inntekter/ egenandeler o.l. på høsten beregnet for drift i grenene vinteren 2014, som gir utslag på regnskapet ved pr. 31.12.2013.

Årsregnskapet for MRSK i 2014 viste et negativt resultat på kr. 83.000. Dette skyldes grenenes periodisering av inntektene i 2013. Flere grener benyttet deler av sin egenkapital fra 2013 i skisesongen 2014. Bla.a. investerte Hopp og Kombinertkomiteene i en transportabel K3 plashoppbakke.

Egenkapital til MRSK pr. 31.12.2014 er kr. 1.011.000. Sett i forhold til situasjonen for få år siden, må dette sies å være veldig bra.

Tilskudd.

Norges Skiforbund dekker lønn til adm.sjef i kretsene, mot en egenandel for kretsene på kr. 100.000. Som kompensasjon for noe av dette, mottar MRSK Post 3 midler fra NSF på ca. kr. 40.000 pr. år.

Etter søknad fra MRSK til Møre og Romsdal Idrettskrets, tildeles skikretsen Aktivitetsmidler fra Møre og Romsdal Fylke på ca. kr. 80.000 pr. år. I 2013 søkte MRSK, og fikk tilsagn på kr. 100.000 ekstra fra Møre og Romsdal Fylke til prosjektet «Ski i skolen».



Aktiviteter og tiltak.

Grenkomiteene i hopp, kombinert, telemark, langrenn og alpint har arrangert samlinger både innen ski og barmark. Det har i alle grener vært gjort et meget godt arbeid i forhold til samlinger og tilbud på for-sesongen.

Hopp/ Kombinert har et meget spennende og voksende miljø på gang, og arrangerer hyppige samlinger i kretsregi. Her er det spesielt M.O.I./ Torvikbuk IL/ Hjelset Fram IL som tar ansvar for opplegget sammen med Hopp og Kombinertkomiteene i kretsen. Plastbakkeanlegget i Mølleråsen i Molde er avgjørende for sporten. I 2014 startet også Spjelkavik IL opp arbeidet med sitt plasthoppbakk, som etter planen skal så ferdig med tre plastbakker sommeren 2015. Dette blir meget spennende for videre utvikling i hoppporten i kretsen.

Også Telemark-miljøet i kretsen jobber imponerende godt. Her er miljøene rundt Nesset og Rauma toneangivende. Telemark har fått til et voksende og inkluderende miljø som allerede har gitt resultater nasjonalt og internasjonalt.

MRSK er regionansvarlig i Telemark for M&R og Sør-Trøndelag skikretser. Vi mottar årlig et beløp fra NSF, og organiserer treningssamlinger på tvers av kretsene.

Langrenn har en solid modell med regionlag/ klubb samarbeids-lag både for Sunnmøre (Storfjordlangrenn) og Romsdal/ Nordmøre (Team Nordmøre og Romedal). For juniorene i kretsen har tilbudet vært et åpent Juniorkretslag som har fungert meget godt, og som har levert strålende resultater. I tillegg fungerer langrennsatsingen ved Stranda vg. skole godt. I 2014 trapper også Romsdal vg. skole i Molde opp sin langrennsatsing, så samlet sett har kretsen et meget godt tilbud innen langrenn, opp til og med junioralder.

Som tidligere år er MRSK også medeier i Team Veidekke Trøndelag. Vi har ikke hatt noen løpere med på laget enda. Rune M. Ødegård ble tatt ut på laget i 2014, men valgte å fortsette sin skisatsing og studier i USA, Men MRSK er med i styringsgruppen, og MRSK har dette tilbudet som en mulighet til våre beste utøvere på seniornivå.

Alpint har også denne Ting-perioden hatt et meget godt samarbeid mellom klubbene. Pga. den elendige vinteren i 2014, og at mye av aktiviteten måtte legges til Bjorli, gikk dette ut over rekrutteringen til alpint. Økt rekruttering ble hovedfokus for alpinklubbene i 2015. Et ekstra tilbud/ «Kretslag» ble opprettet sesongen 2013-14 både for Hovedlands- og

Landsfinale-aldersklassene. For 2015-sesongen ønsket klubbene å prioritere egne rekrutteringssamlinger.

Stranda v.g. skole sin toppidrettssatsning i alpint ble dessverre avvirket etter 2014 sesongen. Kretsen/ skolen har ikke lyktes i å rekruttere alpinister til Stranda. Opplegget og trenerressursene ved skolen har vært av meget god kvalitet, men terskelen for å bytte skole/ flytte på hybel i Stranda har tydeligvis vært for høy. Heldigvis er søkertallene for langrenn gode, og langrennsatsingen videreføres.

Vinteren 2014 ble det holdt treningssamling og kurs i Jibbing på Fjellsetra i Sykkylven, med over 100 deltagere. Skikretsen har som mål å innlemme dette miljøet/ freeski tettere inn i MRSK, men vi har ikke lyktes enda med å finne riktig person(er) til å organisere/ koordinere skimiljøene i anleggene våre.

Skikretsen forsøkte å starte opp igjen "Ski i skolen" prosjektet i denne perioden. Snøen var stort sett fraværende hele vinteren 2014, og det var vanskelig å gjennomføre det planlagte opplegget. Kun Langmyra skole i Molde fikk til en «Ski i skolen» dag for sine elever i 2014. I 2015 har MRSK støttet to skoler med busstransport til «Ski i skolen» program. Prosjektmidlene til «Ski i skolen» fra M&R Fylke i 2013 er nå brukt opp, og MRSK Styret må se på en evt. videreføring av satsingen.

Ca. 30 Idrettslag i kretsen har begge vintrene fått tildelt Telenorkarusellrenn-utstyr fra NSF (barne-rekrutteringsrenn), og gjennomført Telenorkarusellrenn. (noe amputert i 2014)

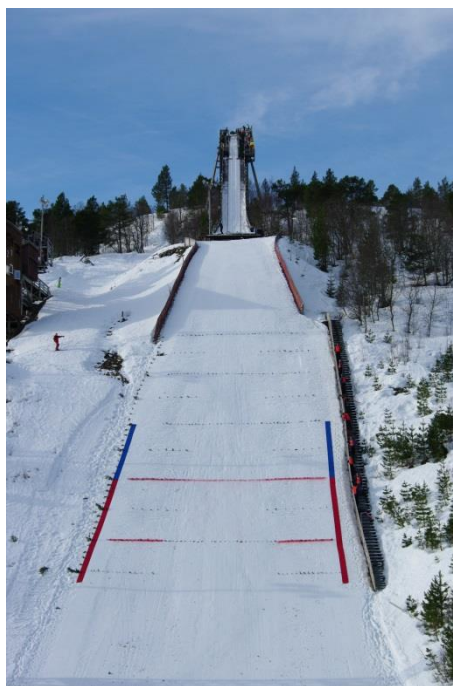


Organisasjon.

Aktivitetstallene i Idrettsregistreringen for året 2013 var 8.573. For 2014 var tallet 7.358. MRSK merket selvfølgelig at Surnadal IL meldte seg ut. I tillegg gjorde den elendige vinteren 2013-2014 utslag på aktivitetstallene til klubbene for 2014. Forhåpentligvis vil gode vintre, og stor fokus på rekruttering, øke aktivitetstallet igjen.

Utdanning.

I 2013-14 ble det som vanlig gjennomført Trener 1 kurs både i alpint og telemark ved Høgskulen i Volda. Hovdebygda IL sluttførte et Trener 1 kurs i langrenn gjennom sitt klubbopplegg, og Emblem IL/ Skikretsen gjennomførte Trener 1 kurs i langrenn vinteren 2014. «Hopp» gjennomførte et Treningslederkurs sommeren 2014, og «alpint» gjennomførte et Trener 1 kurs vinteren 2014-15. NSF's nye kurs-stige «Trenerløypa» er nå ferdigstilt på Trener 1 nivå, og MRSK planlegger nye Trener 1 kurs for alle grener i 2015.



Anlegg.

Anleggsutvalget er vårt rådførende organ for lokale anleggsutbygginger og har vært på flere befaringer i perioden. Skikretsen har kun Ivar Øyen som oppnevnt medlem i anleggsutvalget. I tillegg fungerer adm.sjef som anleggsutvalgsmedlem. Begge har vært på befaring bl.a. i forbindelse med utbyggingen av Skaret Skisenter frem mot NM 2014, og videre i utbygging av Rulleskianlegg, som vil ha prosjektstart i 2015. Skaret Skisenter med sin

utvidelse/ oppdatering mot NM 2014 har ført til at anlegget fremstår som et meget moderne og godt skianlegg. Deler av Snøproduksjonsanlegget som kom på plass høsten 2013, ble meget viktig for langrennsporten allerede vinteren 2014 (selv om NM måtte flyttes). Skaret Skisenter er nå godkjent som et interkommunalt anlegg, og vil bli et meget sentralt anlegg for skisporten i Møre og Romsdal i tiden fremover.

Skaret Skisenter prosjekterer og starter i 2015 opp arbeidet med rulleskiløype på 3.7 km, pluss en større aktivitetsflate. I prosjekteringen av Rulleskianlegget har adm.sjef hjulpet Skaret Skisenter med finansieringen/ søknad/ tilsagn på Programsatsingsmidler fra KUD. MRSK har ingen rulleskiløyper i fylket, og det er et stort behov for dette flere steder i fylket. Ikke minst med tanke på rekrutteringsarbeidet, og trafiksikkerhet, er dette noe som må prioriteres. Skaret Skisenter legger ned en formidabel innsats for skisporten i MRSK med sin anleggsutvikling.

Emblem IL prosjekterer i 2014-2015 snøproduksjonsutstyr ved sin skiarena på Emblem. Dette er meget gledelig og positivt for skisporten og vil gi solide ringvirkninger i årene fremover.

Skarbakkene Skisenter i Molde/ Fræna har også gjennomgått en utvikling i Ting-perioden med bl.a. nytt porselenspor. Stor-bakken sammen med de mindre bakkene i anlegget, er vårt sentrale anlegg for hoppporten i kretsen.

Spjelkavik IL skal etter planen ferdigstille sitt nye plashopp-anlegg i Spjelkavika sommeren 2015. Et anlegg med tre plastbakker/ rekrutteringsbakker og lysanlegg. Dette er meget positivt og spennende for hopp og kombinertsporten i kretsen!

Alpinsporten i kretsen har gode anlegg de fleste steder. Alle de større anleggene i kretsen har nå kunstsneøanlegg, og kan normalt tilby plass til trening og renn. Det er avgjørende for rekrutteringen til sporten at vi får størst mulig lokal aktivitet. Men selv våre solide anlegg «kom til kort» vinteren 2014. Mildvær – og ingen nedbør førte til stengte anlegg store deler av sesongen. Heldigvis hadde vi Bjorli Skisenter i «nærheten» som berger oss i slike vintre. Vinteren 2015 hadde alle «våre» alpinanlegg gode forhold og en god skisesong.

For anleggsutvikling i alpint og hopp har vi ressurspersoner i kretsen som kan kontaktes/ benyttes med anleggskompetanse.

Integrering.

Spenningskurset som arrangeres hvert år for funksjonshemmede på Bjorli mottar en liten støtte fra Skikretsen, og skikretsen er en samarbeidspart i kurset. Skikretsens Integreringskontakt er Bjørn Inge Drabløs. Han har oversikt over hva som skjer fra sentralt hold, og hva som er av tilbud spesielt innen langrenn og alpint. Vi har utøvere med ulik funksjonshemming godt integrert i våre skiklubber. Dette er slik vi ønsker at det skal være.

Skikretsen er også positive til å etablere egne tilbud for funksjonshemmede, om noen klubber måtte ønske dette. Egne opplegg/ samlinger kan være positivt for å få til bedre læring, og senke terskelen for å delta i klubbens ordinære aktivitet.

Bortgang.

Hoppdommer og skientusiast Sigurd Johansen fra Tennfjord gikk bort vinteren 2014. Tidligere Daglig leder ved Skikretskontoret i MRSK, Harald Tretvik gikk bort høsten 2014.



Arrangement.

Større arrangement i kretsen 2013-14:

Vinteren 2014 skulle være den store NM-vinteren i MRSK:

NM på Ski – Nordiske grener skulle arrangeres i Molde i januar 2014. Selv etter iherdig innsats, og store investeringer i snøproduksjonsanlegg, måtte M.O.I. dessverre gi fra seg langrenns-delen av NM. Dette var meget beklagelig. Vi så virkelig frem til et NM på hjemmebane – og det løftet dette ville gi for langrenn i kretsen. Heldigvis fikk arrangøren nok snø til å arrangere NM Hopp og Kombinert på Skaret/ Skarbakken i mars 2014. Et mesterskap som ble meget vellykket, og som ga arrangøren prisen «Årets arrangør» av NSF.

NM Telemark (Bakke) skulle vært arrangert av Sp.kl.Rival/ M.O.I. i mars. Dette måtte avlyses pga. lite snø. NM Randonè (Ørsta) og NM Fjelltelemark (Stranda) måtte også avlyses/ flyttes pga. lite snø.

Mange skirenn måtte avlyses denne vinteren pga. snømangel. Vinteren «ble sagt» var den dårligste på 50 år, og vi fikk en kombinasjon av meget lite nedbør og mildvær. De fleste turrennene måtte avlyses – med unntak av Osmarkrunden og Skardilten (der ble det gått 10

x 3km sløyfer). Vi hadde ingen telemarkrenn i kretsen i 2014. Hopp/ Kombinert hadde foruten NM, kun 4 mindre renn i K12 bakken på Skaret. Alpint fikk etter flytting av sted og tid, gjennomført de fleste av sine renn, men måtte også avlyse renn – spesielt mot slutten av vinteren. Langrenn fikk gjennomført bare 5 ordinære kretsrenn, og det selv etter flyttinger til ny arena – og til høyereliggende løyper.

Aure IL er blant arrangørene av Toppidrettsuken i Aure med stort besøk av landslag, kretslag og team. Toppidrettsveka er en stor suksess med solid deltagelse og stor media-oppmærksomhet.



Større arrangement i kretsen 2014-15:

Molde og Omegn IF arrangerte Norgescup i hopp og kombinert i Skarbakken Skisenter/ Skaret Skisenter.

Molde og Omegn IF arrangerte Midt Norsk mesterskap i langrenn i februar. Mesterskapet ble gjennomført på tross av stormen «Ole» som herjet i løypene. 300 deltagere var med i MNM.

Todalen IL arrangerte NC i Randonè, Åndalsnes IF arrangerte NC bakke og NC fjelltelemarkrenn i Skorgedalen. Stranda IL arrangerte NM Fjelltelemark i sitt Alperitt.



Landslag.



2013-14

Søstrene Nina og Mona Løseth fra Spjelkavik IL og Ragnhild Mowinckel fra Sp.kl. Rival tilhørte landslaget i alpint denne sesongen. Sebastian Solevåg IL, også fra Spjelkavik IL, tilhørte Europacup laget.

Etter strålende resultater ble alle våre fire topp-alpinister uttatt til Vinter-OL i Sochi. Se resultater under. Mona Løseth valgte «å legge skiene på hylla» etter 2014-sesongen.

Amund Valde, Isfjorden IL, var landslagsutøver i Telemark denne sesongen.

2014-15.

Alpint: Nina Løseth, Spjelkavik IL og Ragnhild Mowinckel, Sp.kl.Rival ble tatt ut til World Cup-landslag for damer, og Sebastian Solevaag, Spjelkavik IL ble tatt ut på WC-herrelaget.

Telemark: Amund Valde, Isfjorden IL ble tatt ut på World Cup lag i telemark.

Resultater.

Sesongene 2013-14 og 2014-15 ga mange fantastiske resultater for MRSK. Spesielt må nevnes våre alpinister som har hatt to meget sterke sesonger! Ragnhild Mowinckel har hatt sitt definitive internasjonale gjennombrudd, og Mona og Nina Løseth hadde et imponerende «come-back» etter lange skadeavbrekk. Ragnhild fikk en glimrende 6 plass under OL-Sochi, og Sebastian imponerte med en 9. plass i OL-slalåmen!

Mange meget sterke WC resultater fra Nina, Ragnhild og Sebastian i 2014-15 sesongen, med første «pall-plassering» i WC både til Nina og Sebastian! Nina og Sebastian «kronet» i tillegg det hele med NM gull og Kongepokaler under NM Alpint 2015 i Hemsedal.

Vi har mange utøvere som markerer seg meget sterkt i alle grener. Medaljer og topp-3 plasseringer florerer i NM, NC, VM jr, og NM jr. Vi markerer oss sterkt i nasjonale finaler (Hovedlandsrenn/ Telenorleker/ Solan Gundersen m.fl) Se detaljert resultatoversikt i Gren-rapportene.

I langrenn må spesielt Martine L. Øvrebust og Mari Støen Gussiås nevnes. Martine med Gull i NM jr. og seier i Norgescupen sammenlagt, og Mari med sølv og bronse i VM-jr.-Rulleski.

Kari Vikhagen Gjeitnes, som er oppvokst i Skåla IL, markerte seg spesielt sterkt i WC-sprintrenn i 2015-sesongen, og ble belønnet med plass i VM troppen til Falun. Her ble Kari nr. 6 i sprintrennet.



Toppresultater av MRSK-utøvere i 2014-sesongen:

Alpint:

Ragnhild Mowinckel:	OL	Sochi	Kombinasjon	6 pl.
	WC	Beaver Creek	Storslalåm	8 pl.
	WC	Altenmarkt	Kombinasjon	4 pl.
	EC	St. Moritz	Super G/Utfor	1 pl.
Nina Løseth:	OL	Sochi	Storslalåm	17 pl.
	WC	Lienz	Slalåm	5 pl.
	WC	Flachao	Slalåm	7 pl.
	NM	Hemsedal	Storslalåm	2 pl.
Mona Løseth:	OL	Sochi	Slalåm	16 pl.
	EC	Levi	Slalåm og SSL	1 pl.
	EC	Zinai	Storslalåm	2 pl.
	NM	Hemsedal	Slalåm	1 pl.

Sebastian F. Solevåg:	OL	Sochi	Slalåm	9 pl.
	WC	Levi	Slalåm	9 pl.
	EC	Kløvsjø	Slalåm	2 pl.
	NM	Hemsedal	Slalåm	4 pl.

Telemark:

Amund Valde:	WC	Steamboat	Klassisk	4 pl.
	NM	Rauland	Klassisk	2 pl.

Guro H. Kjølseth:	VM jr.	Geilo	Sprint	2 pl.
	WC	Steamboat	Sprint	4 pl.
	WC	Contamines	M. Parallell-sprint	5 pl.
	NM	Rauland	Sprint	2 pl.

Sivert Hole:	VM jr.	Geilo	Parallell-Sprint	5 pl.
	NM	Rauland	Sprint	2 pl.
	NM	Rauland	Klassisk	3 pl.

Langrenn:

Mari Støen Gussiås	VM jr.	Val di Femme	Sprint	8 pl.
	VM jr.	Bad Peterstal	Rulleski-fristil	2 pl.
	VM jr.	Bad Peterstal	Rulleski-sprint	3 pl.
	NC jr.	Nybygda	Fristil	1 pl.

Martine L. Øvrebust:	NM jr.	Mo i Rana	Sprint	1 pl.
	NC jr.	Gåla/ Vind/ Nybygda/		1 pl.
	NC jr.	Sammenlagtcup , 17 årsklasse		2 pl.

Toppresultater av MRSK-utøvere i 2015-sesongen:



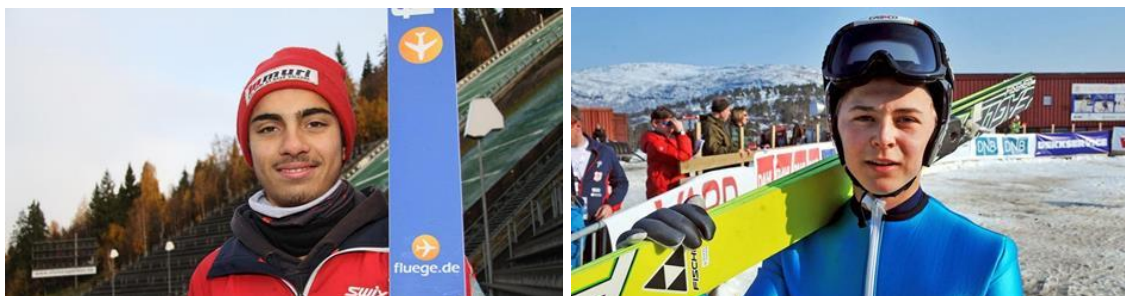
Alpint:

Ragnhild Mowinckel	WC	Kuethal in Tirol	Storslalåm	5 pl.
	WC	St. Moritz	Super G	7 pl.
	VM	Vail	Kombi-utfor	5 pl.
	WC	Maribor	Storslalåm	7 pl.
Nina Løseth	WC	Levi	Slalåm	5 pl.
	WC	Zagreb	Slalåm	3 pl.
	WC	Flachau	Slalåm	6 pl.
	WC	Maribor	Slalåm	4 pl.
	NM	Hemsedal	Slalåm	1 pl.
	NM	Hemsedal	Storslalåm	2 pl.
Sebastian Solevåg	EC	Levi	Slalåm	1 pl.
	WC	Levi	Slalåm	4 pl.
	WC	Zagreb	Slalåm	3 pl.
	VM	Vail	Slalåm	9 pl.
	NM	Hemsedal	Kombinasjon	3 pl.
	NM	Hemsedal	Slalåm	1 pl.
Josefine Mork	HL	Hemsedal	Super G	3 pl.

Telemark:



Amund Valde	VM	Steamboat	Sprint	8 pl.
	VM	Steamboat	Parallel	9 pl.
Andreas S. Alme	NM jr.	Steamboat	Parallel	9 pl.
	WC	Rjukan	Parallel	9 pl.
Sivert Hole	WC	Steamboat	Parallel	9 pl.
	VM jr.	Steamboat	Parallel	3 pl.
Guro H. Kjølseth	WC	Hintertoux	Parallel	9 pl.
	VM	Steamboat	Sprint	8 pl.
	VM jr.	Steamboat	Sprint	4 pl.
	VM jr.	Steamboat	Parallel	5 pl.
	WC	Mürren	Klassisk	9 pl.



Hopp/ Kombinert:

Rishi Vellupillai	Nordisk Juniorlandskamp	1. pl
Petter L. Skodjereite	Hovedlandsrennet-Kombinert	1 pl.

Langrenn:



Martine L. Øvrebust	European Youth Olympic	Klassisk	4 pl.
	European Youth Olympic	Sprint	3 pl.
	European Youth Olympic	Mixed	2 pl.
	NM jr. Hommelvik	Fristil	1 pl.
	NC jr. Nes, både fristil og klassisk		1 pl.
	NC jr. Harstad	Duathlon	1 pl.
	NC jr. Sammenlagt	18 år.	1 pl.
Ingvild Øye	NC jr. Nes	Fristil	10 pl.
	NM jr. Hommelvik	Fristil	9 pl.
Mari S. Gussiås	Scandinavisk cup	Sprint	9 pl.
	NC jr. Gålå	Fristil	7 pl.
Kari V. Gjeitnes	SC Falun	Sprint	1 pl.
	WC Otepää	Sprint	9 pl.
	NM Røros	Sprint	2 pl.
	WC Østersund	Sprint	4 pl.
	VM Falun	Sprint	5 pl.
Rune M. Ødegård	FIS USA		4 x 1 pl.
	FIS USA		4 x 2 pl.
	FIS USA National Championship		2 pl.

For mere utfyllende resultatoversikt, se Grenrapportene.

Beretning for Telemark i Møre og Romsdal Skikrets 2013-2015

Telemarkskomiteen har hatt fire medlemmer i perioden. Vi har ikke hatt fast regiontrener. Det er derfor mange trenere som har bidratt. Møtevirksomheten i komiteen har hovedsakelig vært pr. telefon og når vi har møttes på treninger og renn. Vi har deltatt på Skiforbundets vårfagmøte og høstmøte.

Styrets hovedfokus denne sesongen har vært å arrangere treninger for løpere i alle aldre. Samtlige treninger har vært åpen for utøvere i alle aldre og nivåer. Det har vært spesiell fokus på rekruttering. Dette har vi fått til med svært god hjelp fra flere trenere. Vi vil rette en stor takk for villig innsats fra trenerne (se liste under).

For Telemarkskomiteen
Nils Magne Dahle



Emma Støve – Nybegynner i 2015



Sivert Hole – Uttatt til Wold Cup landslaget 2015-16

Telemarkskomiteen i perioden 2013 til 2015

Navn	Medlem fra	Funksjon	Klubb	Valg 2015
Nils Magne Dahle	2012	TK leder	Åndalsnes IF	På valg
Terje Alme	2013	TK medlem	Eidsvåg IL	På valg
Rune Lied	2013	TK medlem	Eitrefjell	På valg
Tore Korsnes	2013	TK medlem	Surnadal IL	På valg

Trenere

Kjetil Søvik, Isfjorden IL

Arne Sæter, Molde

Lars Ove Berge, Skiforbundet

Niklas Støve, Åndalsnes IF

Steffen Nybø, Åndalsnes IF

Stig Aambø, Skikretsen

Treninger

Treninger i regi av skikretsen har hovedsakelig blitt arrangert på Bjorli.

Treningsdager

Bjorli 2013/2014 sesongen: 20 dager

Bjorli 2014/2015 sesongen: 15 dager

I tillegg har det blitt arrangert kveldstreninger i Tusten. Samt barmarkstreninger i samarbeid med alpint.



Lørdag 26. oktober ble det arrangert hopp trening i Mølleråsen i Molde.



Treninger i regi av Skiforbundet

Skiforbundet arrangerer treninger som rettes mot utøvere i både aldersbestemt og junior/senior klasser.

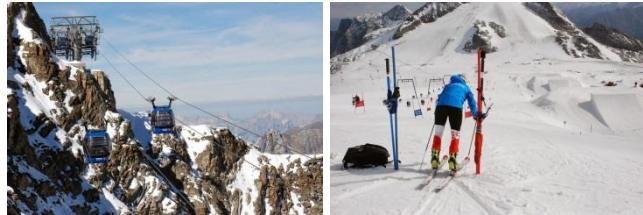
Hintertux

10 dagers trenings-samling som arrangeres på Hintertux breen i Østerrike i september/oktober.

Deltakere fra Skikretsen

2013

- Julie Reiten Dahle, Åndalsnes IF
- Guro Kjølseth, Sportsklubben Rival
- Sivert Hole, Åndalsnes IF
- Sondre Støve, Åndalsnes IF
- Ivar Magne Aak, Åndalsnes IF
- Vidar Helde Kjølseth, Sportsklubben Rival
- Amund Valde, Isfjorden IL
- Nils Magne Dahle, Åndalsnes IF



2014

- Julie Reiten Dahle, Åndalsnes IF
- Sivert Reiten Dahle, Åndalsnes IF
- Guro Kjølseth, Sportsklubben Rival
- Sivert Hole, Åndalsnes IF
- Sondre Støve, Åndalsnes IF
- Ivar Magne Aak, Åndalsnes IF
- Vidar Helde Kjølseth, Sportsklubben Rival
- Nils Magne Dahle, Åndalsnes IF



Juniorsamling Lillehammer august 2013



Juniorsamling Lillehammer august 2014



Juniorsamling Kvitfjell januar 2015



Telemarksutøvere i Skikretsen

Klasse	2013-2014 sesongen	2014-2015 sesongen
Jenter 10-12 år	0	3
Gutter 10-12 år	2	1
Jenter 13-14 år	1	1
Gutter 13-14 år	2	2
Jenter 15-16 år	2	1
Gutter 15-16 år	3	4
Kvinner Junior	2	1
Herrer Junior	4	6
Kvinner Senior	0	1
Herrer Senior	2	1
Totalt	18	21

Tabellen viser antall utøvere som har vært med på regiontreninger og deltatt på Norgescup renn i bakketelemark. I tillegg kommer ca 15 junior og senior utøvere som har deltatt på fjelltelemarkrenn.



Oppdal 2011. De fleste på dette bildet er fortsatt med.



Bjorli 2015



Landslaget

Sesongen 2013 – 2014

Amund Valde, Isfjorden IL, Landslaget

Sesongen 2014 – 2015

Amund Valde, Isfjorden IL, Landslaget.

Valgte å si fra seg plassen pga. studier.

Sesongen 2015 – 2016

Sivert Hole, Åndalsnes IF, World Cup Landslaget

Guro Kjølseth, Rival, Rekrutteringslandslaget

Andreas S. Alme, Eidsvåg IL, Rekrutteringslandslaget



Sportslige resultater

Tabellen viser deltakere fra Skikretsen i Hovedlandsrenn og NM i 2014 og 2015. Samt øvrige deltakere i Norgescup renn (deltakere som ikke deltok i NM). Tabellen viser også resultatet for Norgescup for junior og senior.

Navn og klasse	Kolonne2	Parallell 8. mars 2014. Rauland	Klassisk 9. mars 2014. Rauland	NM Fjelltelemark Avlyst i 2014	Norgescup 2014	Øvrige deltakere på NC renn 2014 sesongen
<u>Jenter 13-14 år</u>						
Rakel Kvernberg Blø		5	7			
<u>Jenter 15-16 år</u>						
Julie Reiten Dahle		2	3		3	x
Lene Marie Husvik						x
<u>Kvinner Junior</u>						
Guro Helde Kjølseth		2	3		3	
Hanne Hegset					4	
<u>Gutter 10-12 år</u>						
Odin Blø						x
Edvard Svensli						x
<u>Gutter 13-14 år</u>						
John-Steinar Solstad Alme		1	7			
<u>Gutter 15-16 år</u>						
Ørjan Kvernberg Blø		2	1			
Tor Kjetil Alstad		3	4			
Erik Kvernberg		4	3			
<u>Herrer Junior</u>						
Sivert Hole		1	1		1	
Sondre Støve		5	9		5	
Ivar Magne Aak		9	10		8	
Andreas Solstad Alme		5	4		10	
<u>Menn Senior</u>						
Amund Morstøl Valde		5	2		1	
Vidar Kjølseth		5	5		4	

Navn og klasse	NM Sprint 6. februar 2015. Oslo	NM Parallell 7. februar 2015. Oslo	NM Klassisk 8. februar 2015. Oslo	NM Fjelltelemark 21. februar. Stranda	Norgescup 2015	Øvrige deltakere på NC renn 2015 sesongen
<u>Jenter 10-12 år</u>						
Emma di Støve		3	4			
Kaja Husvik				1		x
Tora Melbø Rødstøl						x
<u>Jenter 13-14 år</u>						
Rakel Kvernberg Blø	1	2	1			
<u>Jenter 15-16 år</u>						
Lene Marie Husvik				3		
<u>Kvinner Junior</u>						
Julie Reiten Dahle	3	3	5	2	3	
<u>Kvinner Senior</u>						
Guro Helde Kjølseth	4	3	3		2	
Birgitte Bjørdal				1		
Marta Hauge				2		
<u>Gutter 13-14 år</u>						
Edvard Svensli	2	2	2			
Ludvik Vold Hovde						x
<u>Gutter 15-16 år</u>						
Tor Kjetil Alstad	2	4	2			
Erik Kvernberg		2	1	1	16	
John-Steinar Solstad Alme		5	3	2		
Sivert Reiten Dahle						x
<u>Herrer Junior</u>						
Andreas Solstad Alme		2	1		1	
Sivert Hole	1	3			2	
Ivar Magne Aak	9	9	6		5	
Ørjan Kvernberg Blø	7	5	9		6	
Sondre Støve	6	5	7	4	7	
Sondre Svensli						x
<u>Menn Senior</u>						
Amund Morstøl Valde	3	1	4		5	
Kjetil Søvik					10	x

Vidar Kjølseth, Sportsklubben Rival

Race date	Place	Nation	Category	Discipline	Positi	FIS Poin
29-03-2014	Rjukan	NOR	World Cup	Sprint	30	
27-03-2014	Rjukan	NOR	World Cup	Classic	27	
24-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Classic	20	
23-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Sprint	29	
22-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Parallel Sprint	26	
19-03-2014	Funaesdalen	SWE	World Cup	Parallel Sprint	17	
18-03-2014	Funaesdalen	SWE	World Cup	Sprint	17	
30-11-2013	Hintertux	AUT	World Cup	Sprint	24	
29-11-2013	Hintertux	AUT	World Cup	Sprint	DNF	
07-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Parallel Sprint	32	
06-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Classic	28	
05-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Sprint	24	
01-03-2013	Rjukan	NOR	World Cup	Parallel Sprint	17	
28-02-2013	Rjukan	NOR	World Cup	Parallel Sprint	23	
10-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	FIS Junior World Ski Championships	Classic	15	
10-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	World Cup	Classic	32	
09-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	11	
09-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	World Cup	Sprint	22	
18-03-2012	Espot	SPA	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	18	
18-03-2012	Espot	SPA	World Cup	Sprint	40	

Andreas Solstad Alme, Eidsvåg IL

Race date	Place	Nation	Category	Discipline	Positi	FIS Poin
21-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Parallel Sprint	9	200.00
20-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Sprint	19	65.67
19-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Classic	28	105.40
27-02-2015	Steamboat Springs	USA	FIS Junior World Ski Championships	Classic	DNF	
27-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Classic	DNS	
26-02-2015	Steamboat Springs	USA	FIS Junior World Ski Championships	Parallel Sprint	9	200.00
24-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Sprint	DNS	
24-02-2015	Steamboat Springs	USA	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	11	84.72
21-01-2015	Golte	SLO	World Cup	Sprint	21	57.35
20-01-2015	Golte	SLO	World Cup	Sprint	20	74.17
17-01-2015	Bad Hindelang	GER	World Cup	Sprint	23	93.27
24-03-2014	Geilo	NOR	FIS Junior World Ski Championships	Classic	14	
24-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Classic	25	
23-03-2014	Geilo	NOR	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	20	
23-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Sprint	35	
22-03-2014	Geilo	NOR	FIS Junior World Ski Championships	Parallel Sprint	19	
22-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Parallel Sprint	32	

Amund Valde, Isfjorden IL

Race date	Place	Nation	Category	Discipline	Positi	FIS Poin
21-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Parallel Sprint	DNF	
20-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Sprint	11	36.48
19-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Classic	18	69.44
27-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Classic	11	59.47
26-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Parallel Sprint	9	200.00
24-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Sprint	8	46.18
27-03-2014	Rjukan	NOR	World Cup	Classic	DNS	
14-02-2014	Steamboat Springs	USA	World Cup	Parallel Sprint	5	
13-02-2014	Steamboat Springs	USA	World Cup	Sprint	16	
12-02-2014	Steamboat Springs	USA	World Cup	Classic	11	
11-02-2014	Steamboat Springs	USA	World Cup	Classic	4	
18-01-2014	Rauris	AUT	World Cup	Classic	DNF	
17-01-2014	Rauris	AUT	World Cup	Sprint	8	
23-12-2013	Les Contamines Montjoie	FRA	World Cup	Sprint	DSQ	
22-12-2013	Les Contamines Montjoie	FRA	World Cup	Parallel Sprint	9	
21-12-2013	Les Contamines Montjoie	FRA	World Cup	Sprint	11	
01-12-2013	Hintertux	AUT	World Cup	Parallel Sprint	17	
30-11-2013	Hintertux	AUT	World Cup	Sprint	11	
29-11-2013	Hintertux	AUT	World Cup	Sprint	22	
17-03-2013	Espot	SPA	World Ski Championships	Sprint	20	
15-03-2013	Espot	SPA	World Ski Championships	Parallel Sprint	19	
12-03-2013	Espot	SPA	World Ski Championships	Classic	14	
07-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Parallel Sprint	5	
06-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Classic	13	
05-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Sprint	29	
01-03-2013	Rjukan	NOR	World Cup	Parallel Sprint	17	
28-02-2013	Rjukan	NOR	World Cup	Parallel Sprint	25	
10-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	World Cup	Classic	19	
10-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	FIS Junior World Ski Championships	Classic	9	
09-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	World Cup	Sprint	10	
09-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	4	
19-01-2013	Rauris	AUT	World Cup	Classic	18	
18-01-2013	Rauris	AUT	World Cup	Sprint	20	
13-01-2013	Bohinj	SLO	World Cup	Sprint	28	
12-01-2013	Bohinj	SLO	World Cup	Sprint	22	
18-03-2012	Espot	SPA	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	9	
18-03-2012	Espot	SPA	World Cup	Sprint	21	

Sivert Hole, Åndalsnes IF

Race date	Place	Nation	Category	Discipline	Positi	FIS Poin
21-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Parallel Sprint	17	200.00
20-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Sprint	22	68.66
19-03-2015	Rjukan	NOR	World Cup	Classic	16	63.26
27-02-2015	Steamboat Springs	USA	FIS Junior World Ski Championships	Classic	10	77.71
27-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Classic	DNS	
26-02-2015	Steamboat Springs	USA	FIS Junior World Ski Championships	Parallel Sprint	3	200.00
26-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Parallel Sprint	9	200.00
24-02-2015	Steamboat Springs	USA	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	10	72.58
24-02-2015	Steamboat Springs	USA	World Ski Championships	Sprint	DNS	
21-01-2015	Golte	SLO	World Cup	Sprint	26	92.63
20-01-2015	Golte	SLO	World Cup	Sprint	22	78.64
18-01-2015	Bad Hindelang	GER	World Cup	Parallel Sprint	17	200.00
17-01-2015	Bad Hindelang	GER	World Cup	Sprint	22	92.76
30-11-2014	Hintertux	AUT	World Cup	Parallel Sprint	17	0.00
29-11-2014	Hintertux	AUT	World Cup	Sprint	27	112.34
28-11-2014	Hintertux	AUT	World Cup	Sprint	DNF	
29-03-2014	Rjukan	NOR	World Cup	Sprint	24	
27-03-2014	Rjukan	NOR	World Cup	Classic	22	
24-03-2014	Geilo	NOR	FIS Junior World Ski Championships	Classic	10	
24-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Classic	21	
23-03-2014	Geilo	NOR	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	8	
23-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Sprint	18	
22-03-2014	Geilo	NOR	FIS Junior World Ski Championships	Parallel Sprint	5	
22-03-2014	Geilo	NOR	World Cup	Parallel Sprint	9	
19-03-2014	Funaesdalen	SWE	World Cup	Parallel Sprint	17	
18-03-2014	Funaesdalen	SWE	World Cup	Sprint	23	
18-01-2014	Rauris	AUT	World Cup	Classic	16	
17-01-2014	Rauris	AUT	World Cup	Sprint	23	
06-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Classic	DNS	
05-03-2013	Geilo	NOR	World Cup	Sprint	DNF	
10-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	World Cup	Classic	46	
10-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	FIS Junior World Ski Championships	Classic	26	
09-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	World Cup	Sprint	44	
09-02-2013	Les Houches/Chamonix	FRA	FIS Junior World Ski Championships	Sprint	24	

Materialliste

- Leddporter med børste 80 stk
- Bor 35 mm 2 stk
- Faststaur 80 stk
- Bosch (blå) drill 2 stk
- Portflagg 80 stk
- Jaktradio 10 stk
- T Brush linjemarkering 20 stk

Norgescup renn i Skikretsen

I perioden 2013 til 2015 har det blitt arrangert følgende Norgescup og NM renn i fylket

- NM Alperittet, Stranda 21.02.2015
- NC Bakketelemark Skorgedalen, Åndalsnes 28.03.2015
- NC Skarvenrittet Skorgedalen, Åndalsnes 29.03.2015



Bilde fra Skorgedalen

Telemark på facebook

Telemarkskomiteen har opprettet en facebook side. Her informerer vi om samlinger etc. og legger ut bilder etter renn.

<https://www.facebook.com/#!/moreogromsdalskikretstelemark>

Telemark i media

Vi har oppnådd god pressedeckning for telemarksporten i lokal media. I tillegg til diverse lokalaviser har vi fått innslag i NRK Møre og Romsdal.



Økonomi

Viser til Skikretsens regnskap, med eget avdelingsregnskap for Telemark.

Telemarkskomiteen har i tillegg til midler fra Skikretsen også mottatt tilskudd fra Skiforbundet – Telemark.

Fotografer:

- Lars Ove Berge
- Morten Nordli
- Morten Vold Eriksen
- Nils Magne Dahle

Årsberetning

Kombinertkomiteen Møre og Romsdal skikrets

Sesongen 2013-2014

Kombinertkomiteen har bestått av:

Nils Henrik Johnson, Molde og Omegn IF (leder)

Per Ivar Skodjereite, Stordal IL

Carl Gunnar Orset, Torvikbukt IL

Per Skoglund, Molde og Omegn IF

Møter

Kombinertkomiteen (KK) har hatt 1 møte sammen med hoppkomiteen (HK). Saker utenom de ordinære møtene har blitt drøftet via e-mail, telefoner samt ved konkurranser, treninger og samlinger.

Leder eller stedfortreder har deltatt på de fleste styremøter i skikretsen.

Per Skoglund, Evy Meisingseth og Per Olav Blikås deltok på Skiforbundets vårmøte.

Kombinertkomiteen i Skiforbundet avviklet de ordinære høstmøtene og erstattet de med besøk i kretsene. M&R hadde høsten 2013 besøk av Jan Christian Bjørn ifm avslutning av Rossignol kombinertcupen i september 2013.

Økonomi

KKs inntekter er midler fordelt fra styret i skikretsen og støtte fra Sparbanken Møre (SBM). KK og HK besluttet høsten 2013 å anskaffe en mobil minihoppbakke. Store deler av KKs midler ble derfor brukt til finansiering av denne. Videre ble det gitt støtte til deltakelse på regionale og nasjonale hopp/kombinertsamlinger, reisestøtte til nasjonale renn (Solan Gundersen og HL), samt arrangert kretssamlinger. KK gikk omtrent i balanse.

Sportslig aktivitet

Sesongen var preget av at det så å si ikke har vært snø i bakkene i Møre og Romsdal. Det har gjort det nesten umulig å arrangere renn og treninger i vinterhalvåret. De eldre utøverne har måttet reise til anlegg med kunstsnø (Granåsen) og bedre snøforhold (Østlandet) for å få gjennomført

hopp trening. Mye av hoppingen i vintersesongen har derfor foregått i forbindelse med renn utenfor kretsen. Det har vært mulig å gå på langrenn i en kort kunstsnøløype på Skaret.

Det har ikke vært mulig å gjennomføre kretsrenn, KM eller Telenorkarusellrenn i kombinert denne sesongen. Det ble arrangert et renn i K5-K12 på Skaret (Romsdals hoppheg). Det har vært arrangert tre hopprenn i Telenorkarusellen i Molde i K5-K12, med totalt 35 utøvere på ett eller flere arrangement.

I sesongen har kretsens utøvere deltatt på følgende treningssamlinger i og utenfor kretsen:

- Kretssamling i Mølleråsen i juni
- NSF Storsamling i Midtstulia i juni (15 deltakere)
- Jazzhopp i Mølleråsen
- NSF Kombinertskolen i Granåsen i august (8 deltakere)
- Ungdomsprosjektsamling i Molde i august i regi av NSF (15 deltakere)
- Kombinertcup-avslutning i september i Molde
- Kretssamling i Knyken i september (20 deltakere)
- NSF Nordsetersamling i november (3 utøvere)
- Hopp samling i Granåsen i januar (7 deltakere)
- Kombinerttrening i regi av NSF under NM Molde (13 deltakere)

Det har vært faste treninger på plast i Mølleråsen gjennom sommersesongen og innetrening på Tøndergård skole i Molde i oktober-november.

Rossginol kombinertcup ble arrangert for første gang. Cupen premierer deltakelse i ulike renn og samlinger gjennom året 2013 (sesongen 2012-13 og 2013-14). Cupen bestod av kretssamlinger, kretsrenn, RC-renn, Solan Gundersen vinterleker og hovedlandsrennet. Totalt var 41 utøvere med i ett eller flere aktiviteter. Totalt 7 aktiviteter inngikk i kombinertcupen som ble avsluttet med en samling med besøk fra NSF.

Trenere har vært Olav Magne Dønnem, Per Ivar Skodjereite og Sten Olav Kleven (hopp) og Evy Meisingseth (langrenn). Vi har i flere år hatt stabil trenersituasjon på hopp, og det er helt avgjørende for utviklingen.

Deltakelse i nasjonale kombinertrenn

I alt 7 utøvere har deltatt i nasjonale RC-renn i kombinert denne vintersesongen: Erik Hovdenak, Håvard Straumsheim, Andreas Skoglund, Petter Løset Skodjereite, Aleksander Skoglund, Øyvind Straumsheim og Alexander Johnson.

På Solan Gundersen vinterleker deltok 6 utøvere i kombinert: Hanna Selam Johnson, Vegard Meek, Håvard Straumsheim, Andreas Skoglund, Erik Hovdenak og Henrik Szontheimer. Andreas Skoglund vant både kombinert og hopp (G13).

I Hovedlandsrennet på Hamar i mars deltok Alexander Røshol Johnson (G16), Øyvind Straumsheim (G16), Petter Løset Skodjereite (G15) og Aleksander Skoglund (G15). Beste resultat var Petter Løset Skodjereite med 2 plass i normaldistansen og 3 plass i kombicross.

I forbindelse med at NM i kombinert ble arrangert på Skaret i Molde, fikk M&R dispensasjon til å stille lag bestående utelukkende av løpere under junioralder. Petter Løset Skodjereite (Stordal IL) og Aleksander Skoglund og Alexander Røshol Johnson (begge MOI), representerte kretsen på en fremragende måte i kamp med nybakte OL-mestere. Kretsens utøvere var også prøvehoppere under NM i hopp og kombinert på Skaret.

Petter Løset Skodjereite ble på bakgrunn av resultater i kombinert og langrenn tildelt skikretsen Magnor-pokal som beste 15-åring uansett gren.

Anlegg

Mølleråsen fungerer godt som rekruttbakker i sommersesongen for de minste utøverne. Det er satt i gang arbeid med helårsplastbakker i Spjelkavik i Ålesund (K10-K20-K40). Dette vil være et vesentlig bidrag til å øke interessen for hopp og kombinert i kretsen. Rekruttbakkene på Skaret trenger en oppgradering, ikke minst for å bli enklere å drifte i daglig treningsarbeid.

Porselenssporet i K90 på Skaret ble ferdigstilt til sesongen og benyttet under NM hopp og kombinert.

Eventuell utbygging av rulleskianlegg på Skaret vil være betydelig for treningsarbeidet for langrenns- og kombinertutøvere i Molderegionen.

Utfordringer

En vinter praktisk talt uten snø har skapt store utfordringer for aktivitet og arrangement av renn. En snøfattig vinter er en stor utfordring med tanke på rekruttering til kombinertsporten i skikretsen.

Årsberetning

Kombinertkomiteen Møre og Romsdal skikrets

Sesongen 2014-2015

Kombinertkomiteen har bestått av:

Nils Henrik Johnson, Molde og Omegn IF (leder)

Per Ivar Skodjereite, Stordal IL

Carl Gunnar Orset, Torvikbukt IL

Per Skoglund, Molde og Omegn IF

Møter

Kombinertkomiteen (KK) har hatt 2 møter sammen med hoppkomiteen (HK). Saker utenom de ordinære møtene har blitt drøftet via e-mail, telefoner samt ved konkurranser, treninger og samlinger.

Leder eller stedfortreder har deltatt på de fleste styremøter i skikretsen.

Per Skoglund deltok på Skiforbundets vårmøte i Loen.

Kombinertkomiteen i Skiforbundet avviklet de ordinære høstmøtene og erstattet de med besøk i kretsene. M&R hadde høsten 2014 besøk av Roald Olsen fra Trondheim på et av fellesmøtene i HK/KK.

Økonomi

KKs inntekter er midler fordelt fra styret i skikretsen og støtte fra Sparbanken Møre (SBM). KK og HK besluttet høsten 2013 å anskaffe en mobil minihoppbakke. Store deler av KKs midler ble derfor brukt til finansiering av denne. Videre ble det gitt støtte til deltakelse på regionale og nasjonale hopp/kombinertsamlinger, reisestøtte til nasjonale renn (Solan Gundersen og HL), samt arrangert kretssamlinger. KK gikk med et lite underskudd, men har ingen store investeringer for kommende år, og renger med å være i balanse i løpet av neste sesong.

Sportslig aktivitet

Det har denne sesongen vært mer snø enn i foregående to sesonger, og det har vært mulig å holde bakkene åpne, både i Molde og Fjellbakken. Omskiftelig vær har imidlertid gjort det til en utfordring å gjennomføre renn og treninger som planlagt.

Det har vært gjennomført tre kretsrenn i hhv Molde og Stordal, herunder KM i Molde. Det har vært gjennomført Telenorkarusellrenn i kombinert i Molde denne sesongen, med total 20 utøvere.

Kretsmestere i 2015 ble:

- G13 James Skavnes, Torvikbukt IL
- G14 Andreas Skoglund, MOI
- G16 Aleksander Skoglund, MOI

I sesongen har kretsens utøvere deltatt på følgende treningssamlinger i og utenfor kretsen:

- Kretssamling i Mølleråsen i juni
- NSF Storsamling i Midtstulia i juni (13 deltakere)
- Jazzhopp i Mølleråsen
- NSF Kombinertskolen i Granåsen i august (4 deltakere)
- Kretssamling i Knyken i september (15 deltakere, hvorav 8 i kombinert)
- NSF Nordsetersamling i november (3 deltakere)

Det har vært faste treninger på plast i Mølleråsen gjennom sommersesongen og innetrening på Tøndergård skole i Molde i oktober-november. Det har vært gjennomført faste treninger i Skarbakkene gjennom vintersesongen. For de yngste har dette vært en del av Telenorkarusellen.

Trenere har vært Olav Magne Dønnem, Per Ivar Skodjereite og Sten Olav Kleven (hopp) og Evy Meisingseth og Carl Gunnar Orset (langrenn). Vi har i flere år hatt stabil trenersituasjon på hopp, og det er helt avgjørende for utviklingen. Samtidig er det behov for å utdanne flere som kan ta enkle treneroppgaver, og høsten 2014 ble det arrangert et forenklet Trener 1 kurs i Molde med 9 deltakere.

Deltakelse i nasjonale kombinertrenn

Andreas Skoglund deltok i Knykenlekene i kombinert i september.

I alt 4 utøvere har deltatt i nasjonale kombitreff (tidligere RC) denne vintersesongen: Johan Orset, Andreas Skoglund, Petter Løset Skodjereite og Aleksander Skoglund.

På Solan Gundersen vinterleker deltok 2 utøvere i kombinert: Johan Orset og Andreas Skoglund. Andreas vant både kombinert og hopp (G14).

I Hovedlandsrennet på Hamar i mars deltok Petter Løset Skodjereite (G16) og Aleksander Skoglund (G16). Beste resultat var Petter Løset Skodjereite med 1. plass i normaldistansen og 2. plass i kombicross.

Alexander Johnson, Petter Løset Skodjereite og Aleksander Skoglund deltok på NSF's KK-samling på Lillehammer i september. Disse utøverne har deltatt i NC-sommer i Oslo, Trondheim/Knyken og Lillehammer.

Alexander Johnson (10 renn), Petter Løset Skodjereite (2 renn) og Aleksander Skoglund (2 renn) har deltatt i NC-B i kombinert denne vinteren.

Aleksander Skoglund, Petter Løset Skodjereite og Alexander Johnson (kun hoppdelen) deltok under juniorNM i Trondheim i mars.

Alexander Johnson deltok i seniorNM 10 km Gundersen på Beitostølen i november.

Alexander Johnson og Aleksander Skoglund deltok på seniorNM penalty i Granåsen i mars. M&R deltok i lagkonkurransen under NM i Trondheim i mars med et lag bestående av rekrutter og juniorer. Andreas Skoglund, Aleksander Skoglund og Alexander Røshol Johnson (alle MOI) fikk 6. plass.

Petter Løset Skodjereite ble på bakgrunn av resultater i kombinert og langrenn tildelt skikretsen Magnor-pokal som beste 16-åring uansett gren.

Deltakelse i internasjonale kombinertrenn

Andreas Skoglund deltok på FIS Youth i Oberstdorf i august med 4. og 9. plass

Alexander Johnson og Petter Løset Skodjereite representerte Norge på Nordisk juniorlandskamp i Sollefteå i februar.

Andreas Skoglund deltok på FIS Youth i Trondheim i mars med 1. og 2. plass.

Anlegg

Mølleråsen fungerer godt som rekruttbakker i sommersesongen for de minste utøverne. Det er satt i gang arbeid med helårsplastbakker i Spjelkavik i Ålesund (K10-K20-K40) so skal ferdigstilles høsten 2015. Dette vil være et vesentlig bidrag til å øke interessen for hopp og kombinert i kretsen. Rekruttbakkene på Skaret trenger en oppgradering, ikke minst for å bli enklere å drifte i daglig treningsarbeid.

Eventuell utbygging av rulleskianlegg på Skaret vil være betydelig for treningsarbeidet for langrenns- og kombinertutøvere i Molderegionen.

Utfordringer

Deltakelse i trening og renn i hopp og kombinert har gått markant tilbake sammenlignet med for to-tre sesonger siden. Dette skyldes nok de to foregående vintrene med lite/ingen snø. Selv om det i år har vært snøforhold for hopp og langrenn har vi ikke klart å rekruttere de vi har mistet. Rekruttering må derfor være hovedmålet for arbeidet de neste årene.

Årsrapport LK, 2013-2014

LK har i perioden hatt følgende sammensetning:

Leder –	Roar Lervik
Ansvarlig turrencup og rekruttering	Geir Tony Tomren
Ansvarlig for Kretslag	Jon Hølmo
Medlem	Heidi Bjerke Nerland
Anleggsansvarlig	Ivar Øyen
Ungdomsrepresentant	Tirill Olin Vestre Røkke

Statusrapport

Vinteren 2013/14 var en svært vanskelig vinter med lite snø og store problemer med å få avviklet skirenn. Flere renn ble avlyst og vi klarte tilslutt å arrangere 6 SBM cup renn. Romjulsrennet ble flyttet til Bjorli i Januar, Vistdalsrennet ble flyttet til Skaret, mens Eidsdal, Stordal og Valldal klarte å arrangere sine renn som planlagt, men alle disse ble arrangert på alternative steder grunnet lite snø.

Flere av Kretsmesterskapene ble også avlyst og antallet deltakere på kretsrennene hadde en liten nedgang denne sesongen, med ca 100 deltagere i snitt. Det var spesielt de yngste gruppene som ble redusert og det er viktig med fokus på både nyrekruttering fremover da det pga 2-3 snøfattige vintre har vært dårlig for rekrutteringen.

Denne sesongen ble også Rulleskirenn Trollstigen Opp lagt inn SBM cup. Trollstigen Opp arrangeres av Kretslaget til MRSK og overskudd av arrangementet går til drift av kretslaget. Det var 87 startende og først i mål på den korte løypen var Ole-Henrik Lervik (26:38) og Ragnhild Mogstad (30:57) og på den lengste løypen kom Mathias Rundgreen (39:15) og Martine Lorgen Øvrebust (50:33) først i mål.

Anlegg

I forbindelse med det planlagte senior NM på Skaret Skisenter i Molde kom endelig det første snø produksjonsanlegget på plass og dette gav muligheter for trening på snø i en ellers snøfattig vinter. Mange klubber slet med tilgang på snø, men mange klubber måtte lage alternative løyper for i det hele tatt å kunne trene på snø.

MRSK har fortsatt ikke noe rullerulleskianlegg i fylket og det ble intensivt jobbing for å sikre finansiering til et rullerulleskianlegg. Det anses som viktig å få til et slik også i vårt fylke da mye av rullerulleskitreningene (og renn) foregår på trafikkert vei. Det ble etablert en kort sløyfe i forbindelse med det nye skiskytteranlegget på Skaret Skisenter og dette vil danne utgangspunkt for en lengre rullerulleskiløype.

Regionale lag

Kretslaget har denne sesongen bestått av ca 20 løpere. Pål Bjørn Øvrebust og Jan Erik Westerås har vært trenere for laget og fra LK var det Jon Hølmo som hadde ansvaret. Kretslaget gjennomførte 7 samlinger med ca 30 samlingsdøgn med hovedvekt på aktiviteter om sommer og høst frem til sesongstart.

Storfjordlangrenn besto sesongen 2013-14 av 23 løperer og de gjennomførte 6 samlinger (Tomrefjord, Stryn, Setnesmoen, Stordal, Dombås og Bjorli). Hallbjørn Langstein var leder og Anniken Hjellbakk Hole og Runar Korsens var trenere.

Team Nordmøre/ Romsdal hadde sitt andre år etter oppstart og besto av 22 løpere i alderen 13 – 16 år og det ble gjennomført 4 samlinger (Molde, Torsby- Sverige, Setnesmoen og Bjorli). Leder var Roar Lervik og hovedtrener var Lydia Benedikte W. Winter-Hjelm.



Samarbeid LK/MRSK og Idrettsfag på Videregående skoler

Også denne sesongen var det et godt samarbeid mellom MRSK og Stranda Videregående skole. Mange av løperne på kretslaget har tradisjonelt vært elever på Stranda VGS og Jan Erik Westerås som er trener på kretslaget er ansatt som lærer på skolen og har dermed ansvar for mange av kretslagsløperne også på skolen.

Nord for Romsdalsfjorden har MOI vært sterkt delaktig i etableringen av en langrenn/skiskytterlinje på Romsdal Videregående skole (RVGS) i samarbeid med MRSK. Denne linjen har også hatt en økende antall utøvere og tilbudet er godt etablert og mange av kretslagsløperne gikk på RVGS denne sesongen.

Vinnere SBM- cup og KM

Klasse	SBM cup	KM Klassisk Normal	KM Langdistanse	
J13	Heidi Indergård	Aud Øyen Halås	Aud Øyen Halås	
G13	Karsten Andre Vestad	Karsten Andre Vestad	Kristian Silset	
J14	Vilde Lorgen Øvrebust	Vilde Roysdatter Lange	Marta Eik	
G14	Åsmund Ertresvåg Jakobsen	Åsmund Ertresvåg Jakobsen	Åsmund Ertresvåg Jakobsen	
J15	Guro Myrset	Vilde Årøen Lykke	Rikke Gjeitnes Dahle	
G15	Petter Elias Vestre Røkke	Petter Elias Vestre Røkke	Even Alexander Romuld Gikling	
J16	Ingrid Nerem	Ingrid Nerem	Sigrid Ertresvåg Jakobsen	
G16	Ole-Henrik Lervik	Ole-Henrik Lervik	Ole-Henrik Lervik	
K17	Martine Lorgen Øvrebust	Martine Lorgen Øvrebust	Ingrid Lundanes	
M17	Isak S Pedersen	Isak S. Pedersen	Halvard Lied	
K18	Tiril Olin Vestre Røkke	Tiril Olin Vestre Røkke		
M18	Iver Matias Linge Glomnes	Iver Matias Linge Glomnes	Anders Bugge	
K19-20				
M19-20	Ole-Martin Lid	Trond-Marius Vad		
Kvinner	Fredrikke Pettersen	Fredrikke Pettersen	Fredrikke Pettersen	
Menn		Runar Korsnes	Martin Peder Kvalshaug	

Hovedlandsrenn 2013 - Savalen

Årets Hovedlandsrenn ble arrangert på Savalen og beste resultat for MRSK var

J16 Martine Lorgen Øvrebust (1) , (3) prolog

Midt Norsk mesterskap 2013- Steinkjer

Årets MNM ble arrangert av Beitstad IL i kunstsno og MRSK hadde følgende løpere blant topp ti:

Fristil:

J15: Guro Myrset (1), Rikke Gjeitnes Dahle (2), Vilde Årøen Lykke (5)

J16: Sigrid Ertresvåg Jakobsen (10)

Klassisk:

J14: Vilde Roysdatter Lange (8)

J15: Guro Myrset (2), Rikke Geitnes Dahle (5)

Stafetter

MRSK stilte med stafettlag i følgende konkurranser:

Hovedlandsrennet Savalen

Jenter:

Jenter 1 28 plass Martine Lorgen Øvrebust, Sigrid Ertresvåg Jakobsen,
Sigrid Moe Bævre og Hanne Marte Eik Ellingsen

Gutter 1 73 plass Ole-Henrik Lervik, Jonas Aasbø, Stein Olve Godejod og Ingar Folde

Gutter 2 111 plass Ådne Eide Stavseng, Bernt Marius Rørstad, Jørgen Mongstad Eriksen,
Vegard Røyrhus

Ungdomsstafetten

MRSK stilte også i år med to lag i Ungdomsstafetten i Holmenkollen.

1.laget: Petter Elias vetre Røkke, Guro Myrset, Ole-Henrik Lervik og Ingrid Nerem

2.laget: Petter Løset Skodjereite, Vilde Årøen Lykke, Vegard Røyrhus, Sigrid Ertresvåg Jakobsen

Junior NM

Stafett kvinner	20 plass	Martine, Mathea, Ingvild, Mari.
Menn 1 lag	17 plass	Alexander, Ole-Martin, Iver Matias, Harald.
Menn 2 lag	94 plass	Arne, Bernt Marius, Isak, Trond Marius.

JrNC 1,2,3 Nybygda 3-5 januar 2014

Renna vart flytta frå Nybygda til Natrudstilen og Sjusjøen. Det gjorde at programmet og vart litt endra.

Program:	Fredag	Sprint fristil	
	Laurdag	Fristil	Jenter 17,5 km, Jenter 18 og 19 7,5 km. Alle gutar 10 km.
	Søndag	Klassisk	Alle jenter 5 km. Alle gutar 10 km.

Felles overnatting for kretsen ved Scandic Hotell Hamar. Ein bra plass og bu, og i utgangspunktet sentralt også. Men so var det slik at rennet vart flytta til Natrudstilen og Sjusjøen. Då vart dette litt langt å reise. 1 time kvar veg. Det gjekk ok, men var ikkje ideelt.

Gode forhold i løypene både på Natrudstilen og på Sjusjøen. På grunn av flytting av renna frå Nybygda so hadde vi ikkje smørebod under sprinten på Natrudstilen. Smørebodene var på Sjusjøen. Eg trur dette likevel gjekk greitt, det var greie forhold for smøring på hotellet på Hamar, og dei fleste gjorde det meste der.

Vi hadde totalt 14 løparar påmeldt denne helga. 11 på sprinten fredag og 14 på dei to andre øvelsane laurdag og søndag.

Det var mange gode prestasjonar og under her er det ei oversikt. Jentene hadde dei beste plasseringane totalt og nokre er verdet å nemne her. Flott seier til Martine Lorgen Øvrebust i skøyting. Ho tok i tillegg andre og fjerdeplass. Pallplass til Mari Støen Gussiås i sprint og sjuende og niendeplass til Ingvild Øye i skøyterenna. I guteklassene vart det nokre plasseringar på 20 og 30 talet i M18 klassa. Det er også sterkt.

<u>Deltakarar</u>			<u>Sprint</u>	<u>Fristil</u>	<u>Klassisk</u>
K17	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	4	1	2
K19/20	Mari Støen Gussiås	MOI	3	19	22
	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	7	9	30
M17	Isak Stiansson Pedersen	Vågstranda IL	65	68	95
	Tobias Solgaard	Vågstranda IL	-	-	- (sjuk)
	Bernt Marius Rørstad	Volda TIL	88	115	90
	Toralf Neraas	Aure IL	145	123	120
M18	Iver Matias Linge Glomnes	Valldal IL	74	22	37
	Alexander Løvik Nyheim	Tomrefjord IL	68	94	40
	Hans Jørgen Vestre	Tomrefjord IL	125	143	133
	Arne Bjørnevik Nygaard	MOI	-	119	32
	Hans Kristian Folde	MOI	41	29	72
M19/20	Henning Øverås	Tomrefjord IL	-	170	109
	Ole Martin Lid	Tomrefjord IL	-	124	59

JrNC 4 5 6, JrNM sprint, U23 NM

14 - 16 februar 2014

Program:

Fredag	Sprint klassisk	1.4 km, 1.6 km, 1.8 km
Laurdag	Klassisk	K17 og K18 5km, K19/20 og senior 10km. M17 og M18 10km, M19/20 og senior 15km.
Søndag	Fristil	K17 og K18 10km, K19/20 og Senior 15km. M17 10 km, M18 15 km, M19/20 og senior 20km.

Felles overnatting vart flytta frå hotell i sentrum av Gjøvik til Bjørns Kro på Lillehammer. I tillegg måtte vi supplere med eit par rom på Breiseth hotell i Lillehammer. Det vart sjølvst sagt litt langt å køyre også denne gongen, men eg oppfattar at folk var nøgde med at det vart ei vesentlig billigare løysing enn det som først vart bestilt.

Gode løyper på Gjøvik, men utfordrande ver og føre. Det var snø-ver og nullføre, so rubbeski kom godt med, og vart stort sett brukt av dei fleste både på klassisk sprint fredag, og klassisk laurdag. Elles må det seiast at dei hadde store utfordringar med veret og løypene under klassisk-rennet laurdagen. Det var snø-ver heile dagen og først var utfordringa at det var dårlig med løypemannskap, dette gjekk først og fremst utover Iver Matias i M18, han måtte til dels brøyte løype på første runden sin. Deretter forsvant nermast løypene og det heile vart meir som ei rås. Utfordrande forhold, men etter kvart vart det likt for alle. Heldigvis køyrde dei nye løyper til damene skulle starte og utsette denne starten. Søndag var det fine forhold, men gradvis litt meir sug i snøven.

Smøreboda vår i teltet fungerte greit, men vi må i det vidare også passe på at dette ikkje blir ein oppbevaringsplass, då blir det fort fullt.

Vi hadde totalt 19 løparar påmeldt til denne helga. Alle juniorar, vi hadde ingen seniorar med. To stk. Vart sjuke og møtte ikkje i det heile. Altså 17 løparar til start.

Det vart sjølvst sagt både oppturar og nedturar slik det brukar å være ei slik helg. Her trekkjer eg fram nokre av dei beste resultatata. Martine hadde endå ein gong ei bra helg, og stod for dei beste resultatata til kretsen. Ho fekk ein 1,2 og 4 plass, dette er eksakt same resultat som den første norgescup-helga. Ingvild fekk ein fin 6 plass i skøyting, etter å ha lege heilt i toppen tidleg i løpet, men fekk det litt tungt på slutten. Iver Matias hadde fekk ein kjempebra 15 plass på skøytinga søndag, det er sterkt. I tillegg må nevntast at Isak var veldig nær å komme til ein kvartfinale i sprint, der mangla han berre 8 tidelar. Alexander 31 plass i klassisk og nærmar seg soleis poengplass. Det tenkjer eg han greier ved neste høve.

Under følgjer ei fullstendig oppsummering av resultat.

Deltakarar			Sprint	Klassisk	Fristil
K17	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	4	2	1
K18	Tiril Olin Vestre Røkke	Stordal IL	48	54	-
K19/20	Mathea Gjeitnes	MOI	37	DNS	-
	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	44	DNF	6
	Mari Støen Gussiås	MOI	DNS	DNS	DNS
M17	Isak Stiansson Pedersen	Vågstranda IL	36	89	49
	Tobias Solgaard	Vågstranda IL	87	65	54
	Bernt Marius Rørstad	Volda TIL	104	121	131
	Toralf Neraas	Aure IL	144	116	108
	Stein Olve Godejord	MOI	-	98	69
M18	Iver Matias Linge Glomnes	Valldal IL	90	57	15
	Alexander Løvik Nyheim	Tomrefjord IL	52	31	51
	Hans Jørgen Vestre	Tomrefjord IL	118	114	114
	Arne Bjørnevik Nygaard	MOI	70	52	-
	Hans Kristian Folde	MOI	DNS	DNS	DNS
M19/20	Henning Øverås	Tomrefjord IL	-	111	123
	Ole Martin Lid	Tomrefjord IL	134	80	64
	Trond Marius Vad	Valldal IL	140	147	DNF
	Simen Hølmo	Tomrefjord IL	-	140	-

JrNM, JrNC 7,8

14 - 16 mars 2014

Program:

Fredag	Klassisk	K17 5km, K18 10km, K19/20 15km M17 10km, M18 15km, M19/20 20km
Laurdag	Fristil	Alle K, 5km Alle M, 10km
Søndag	Stafett	Stafett kvinner k,k,f,f alle etappar 3,75 km Stafett menn k,k,f,f alle etappar 5km

Felles overnatting på Rica Fjordgården i Mo i Rana. Dette var veldig greit, med berre 10 min køyretid til stadion. Vi hadde det på alle måtar greit her. Hotellet hadde ein kontainer til skismøring utanfor hotellet, men i praksis var det smøreboda på stadion som vart brukt også kveldane.

Som vanlig (i år) var det eit svært utfordrande ver og føre også denne helga med norgescup. I Mo i Rana har dei hatt ein vinter med gode snøforhold i ein lang periode, og mykje fint ver(austaver). Like før JrNM snudde dette om, og vi vart møtt av voldsomme regnbyger og mykje vind. Slik var det både onsdag og torsdag, og arrangøren la ned ein stor jobb for å halde løypene i orden. Blant tilreisande var det litt snakk om korvidt alt ville gå som planlagt, om det ville bli utsetjingar eller om dei ville korte ned løypene. Frå arrangørane si side virka det ikkje som dette var noko tema og heldigvis vart det og kaldare i veret frå fredag av. Det vart soleis vinterver, men særst ufordrande føre til klassiskrennet fredag. Deretter vart det betre og betre fram til ein strålande siste dag med knapt 10 minusgrader og strålande sol under stafettane søndag.

Det var harde og krevjande løyper i Mo i Rana, spesielt den lange klassiskløypa var nok litt uvant for mange med veldig mange fiskebeinsbakkar, det er ikkje so vanlig no for tida. Alt i alt viser det seg likevel som oftast at dei beste er best også under vanskelige forhold. Det er vel verdt å merke seg.

Smøreboda vår på stadion fungerte greitt. Vi har etter kvart blitt vant til at det er underlag av noko slag i desse smøretelta, då blir det eit betre inn klima og lettare å sette frå seg ting. Her var det snø til underlag. Denne snøen vart fort til is og vatten. Men alt i alt gjekk det greitt.

Vi hadde totalt 13 løparar til start. Fleire hadde litt trøbbel med ski på klassiskrennet, men totalt sett vart det slik også denne helga at mange presterte oppimot sitt maksnivå i eit av renna eller på ein stafettetappe, det er bra..!

Resultat.

Først og fremst må vi trekke fram Martine som fekk gull i skøyting laurdag. Det var kjekkt, og også kjekkt at ho fekk revansjert seg etter 7 plass i klassisk. I tillegg fekk Mari 7 plass i skøyting og Ingvild 14 plass i skøyting. Av gutane var det Iver Matias som stod for dei beste plasseringane med 26 plass i klassisk og 21 i skøyting. I tillegg til desse vil eg trekke fram stafettlaget til gutane som gjorde ein kjempeprestasjon søndagen som siste øvelse i mesterskapet. Her var det alle gutane som var oppimot sitt maksnivå på same tid, og det resulterte i eit av høgdepunkta for Møre og Romsdal skikrets i dette JrNM. Flott.

Under ei oppsummering av resultat:

Stafett:

Stafett kvinner	20 plass	Martine, Mathea, Ingvild, Mari.
Menn 1 lag	17 plass	Alexander, Ole-Martin, Iver Matias, Harald.
Menn 2 lag	94 plass	Arne, Bernt Marius, Isak, Trond Marius.

Individuelt:

<u>Deltakarar</u>	<u>Klassisk Fristil</u>			
K17	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	7	1
K19/20	Mathea Gjeitnes	MOI	DNF	70
	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	19	14
	Mari Støen Gussiås	MOI	49	7
M17	Isak Stianson Pedersen	Vågstranda IL	68	91
	Bernt Marius Rørstad	Volda TIL	104	129
	Stein Olve Godejord	MOI	81	92

M18	Iver Matias Linge Glomnes	Valldal IL	26	21
	Alexander Løvik Nyheim	Tomrefjord IL	DNF	72
	Arne Bjørnevik Nygaard	MOI	63	DNF
	Harald Birkeland Larsen	MOI		42
M19/20	Ole Martin Lid	Tomrefjord IL	75	132
	Trond Marius Vad	Valldal IL	146	172

NM-del 2 / junior finalehelg Gålå 28 - 30 mars 2014

Fredag	NM sprintstafett senior
Laurdag	NM fristil fellesstart 30km kvinner, 50km menn K17, K18, K19/20, M17 fristil intervallstart 7,5 km M18, M19/20 fristil intervallstart 15 km
Søndag	Duathlon junior. K17, K18 3,75 + 3,75 km K19/20, M17, M18 5 + 5 km M19/20 2x5 + 2x5 km

Felles overnatting på Wadahl Høgfjellshotell. Nokre budde og i leilighet like ved, eller privat. I tillegg kom nokre og tok dette som ein dagstur med eit enkeltstående renn laurdag. Veldig greit på Wadahl, og på Gålå i si heilheit forsovidt. Det er gåavstand mellom overnatting og stadion, det er flott..! Det var smørerom på hotellet, men smørebod på stadion vart brukt fordi det var so nært.

Alt i alt vart dette ei fantastisk avslutning på sesongen. Strålande ver, gode løyper og rikelig med snø. Arrangementet elles vart og gjennomført på ein glimrande måte.

Totalt hadde Møre og Romsdal Skikrets 9 løparar i sving. Heldigvis hadde vi ein løpar med blant seniorane på NM 50km, men det var berre denne eine. Elles hadde vi fire som var kvalifisert til finale duathlon for juniorane søndag, og fire til som tok med fristilrennet laurdag som eit enkeltstående renn. Som sagt ein fin måte å avslutte sesongen på..!

Når det gjeld resultat nevner eg først det som var NM her, for senior altså. Rune Malo Ødegård frå MOI var einaste senior frå kretsen som deltok. Han gjekk bra i starten og låg langt framme. Etter kvart fekk han det litt tøffare, men enda med ein 31 plass til slutt. Det er likevel meget respektabelt i dette selskap. Eg og ein bror av Rune bidrog med drikkepostar.

Når det gjeld juniorane var det igjen jentene som stod for dei beste plasseringane. I eldre junior vil eg nevne spesielt 4 plass til Mari i fristilrennet laurdag, det er veldig bra. Ingvild hang bra med midtveis, men fekk det tungt på slutten. I tillegg sjølvst Martine som fleska til med 1 plass både i fristilrennet laurdag og finalen søndag. Samanlagt vart ho berre 10 poeng frå ein delt 1 plass i norgescupen. For gutane sin del var det først og fremst bra av Iver Matias at han var kvalifisert til

finalen for andre år, av to mulige, so det er bra. Han gjennomførte ok renn, utan å ha den heilt samme forma som tidlegare i vinter. Kjekt også at Tobias fekk ei bra plassering på tampen av sesongen synest eg..

Under følgjer ei oppsummering av resultat av våre løparar denne helga. I tillegg synest eg de kan sjå litt på norgescupen samanlagt. Denne finn de link til bak her for [JUNIOR](#) og [SENIOR](#) .

Deltakarar			Fristil	Finale duathlon
K17	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	1	1
K19/20	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	15	22
	Mari Støen Gussiås	MOI	4	16
M17	Isak Stianson Pedersen	Vågstranda IL	68	
	Bernt Marius Rørstad	Volda TIL	72	
	Tobias Solgaard	Vågstranda IL	47	
M18	Iver Matias Linge Glomnes	Valldal IL	29	35
M19/20	Ole Martin Lid	Tomrefjord IL	57	
M senior	Rune Malo Ødegård	MOI	31 (NM 50km)	

Internasjonal deltagelse

Mari Støen Gussiås deltok i Junior VM og fikk der 2 plass i sprint prologen og 8 plass totalt.

Mari deltok også i Rulleski VM og fikk der 2 plass i 12,5 km fristil og bronse i sprintstafetten.

Rune Malo Ødegård har bl.a deltatt i FIS kontinentalCup i USA (5), Det amerikanske universitetsmesterskapet (1), Student VM (5,8,11,7,7) og Skandinavisk Cup (14,19)

Vi gratulerer med flotte resulater i en tøff internasjonal konkurranse

Årsrapport LK, 2014-2015

LK har i perioden hatt følgende sammensetning:

Leder	Roar Lervik
Ansvarlig turrenncup og rekruttering	Geir Tony Tomren
Ansvarlig for Kretslag	Magne Eivind Glomnes
Medlem	Heidi Bjerke Nerland (permisjon)
Anleggsansvarlig	Ivar Øyen
Ungdomsrepresentant	Tirill Oline Vestre Røkke

Statusrapport

Etter noen magre snøvintre ble sesongen 2014/15 et lyspunkt med snø i hele fylket. Etter en litt treg start, hvor bl.a åpningsrennet i begynnelsen av Desember måtte avlyses, ble de fleste renn gjennomført etter planen.

Antall deltakere på kretsrenn holdt seg stabilt, men kretsen opplever en liten nedgang i de yngste aldersklassene pga dårlige snøvintre i det siste. Det er også en utfordring å holde på de eldste utøverne, men gjennom gode skoletilbud (Stranda VGS og Romsdal VGS) og et godt kretslagstilbud ser det ut som om kretsen klarer å holde på løperne noen år ekstra.

Vi har i år gjennomført 10 Sparebanken Møre cuprenn og det har deltatt totalt 126 løpere (37 kvinner/89menn), noe som er en liten nedgang fra tidligere år.

På grunn av at ikke alle KM ble arrangert i sesongen 2013/14 ble det arrangert hele 4 Kretsmesterskap denne sesongen.

Det ble også startet opp en ny turrenncup med tilsammen 6 inkluderte løp. Dette var Svartløken Rundt, Skardilten, Fjellseterrunden, Osmarka runden, Isfjorden Rundt og Fannefjellsløpet.

Rulleskiprosjekt

LK satte sommeren 2014 igang et rekrutteringsprosjekt knyttet til Rulleski. Det ble gått til innkjøp av 20 sett med rulleski og Geir Tony Tomren utviklet en opplæringspakke som ble tilbudt klubber og skoler i kretsen. Dette ble meget godt mottatt og Geir Tony besøkte flere klubber samt at rulleskiene ble brukt i ulike arrangementer rundt om i fylket for å skape fokus på barn og Rulleski.

Også enkelte klubber har tilbud om rulleski til sine yngste løpere og i denne sammenhengen vil vi gjerne fremheve Hovdebygda IL som de siste sesongene har utviklet en egen rulleskicup for de yngste og de opplever en god vekst av yngre løpere.

Anlegg

Sesongen 2014/15 ble også sesongen der grunnlaget for kretsens første rulleskianlegg ble lagt. Gjennom Norges Skiforbund har Skaret skisenter fått økonomiske midler til et rulleskianlegg og dette kombinert med midler som MOI har klart å skaffe tilveie så ligger alt til rette for oppstart av rulleskiløype sensommeren 2015.

Det er også gledelig at Emblem IL jobber aktivt med å utvikle anlegget på Emblemsfjellet og det foreligger nå planer om betydelige oppgraderinger av vei samt snøproduksjon og rulleskianlegg.

Regionale lag

Kretslaget har denne sesongen bestått av 23 løpere og Pål Bjørn Øvrebust og Jan Erik Westerås har også i år vært trenere for laget. For LK har Magne Eivind Glomnes hatt ansvaret og kretslaget gjennomførte 7 samlinger med ca 30 samlingsdøgn.

Storfjordlangrenn har sesongen 2014/15 hatt 15 løpere og det er gjennomført 6 samlinger (Tomrefjord, Stryn, Vistdal, Stordal, Gålå og Beitostølen). Ståle Vestre har vært leder og trenere har vært Anniken Hjellebakk Hole og Lars Anders Hoel.

Team Nordmøre/ Romsdal hadde ikke aktivitet sesongen 2014/15 grunnet lav oppslutning fra klubbene.

MRSK er også medlem i Team Veidekke Trøndelag, men heller ikke i sesongen 2013/14 hadde MRSK løpere i teamet. LK/MRSK vil gjøre vurderinger om dette seniortilbudet er bra nok for våre seniorer eller om vi skal forsøke å utvikle et eget seniortilbud, evt sammen med Sog og Fjordane skikrins.

Samarbeid LK/MRSK og Idrettsfag på Videregående skoler

Også denne sesongen var det et godt samarbeid mellom MRSK og Stranda Videregående skole. Mange av løperne på kretslaget var også elever på Stranda VGS og Jan Erik Westerås som er trener på kretslaget er ansatt som lærer på her og har dermed ansvar for mange av kretslagsløperne også på skolen.

Nord for Romsdalsfjorden har MOI vært sterkt delaktig i etableringen av en langrenn/skiskytterlinje på Romsdal Videregående skole (RVGS) i samarbeid med MRSK. Denne linjen har hatt et økende antall utøvere og tilbudet er godt etablert og mange av kretslagsløperne gikk også på RVGS denne sesongen. Trener her er Sylfest Glimsdal og det er etablert et godt samarbeid med kretslagstrenerne for oppfølging av den enkelte utøver samt koordinering av treningsplaner.

Vinnere SBM- cup og KM

Klasse	SBM cup	KM klassisk Normal	KM Fristil Lang	KM Fristil Normal	KM klassisk Lang
J13	Guro Eline Vollan	Guro Eline Vollan	Kristine Hjellbakk Hole	Guro Eline Vollan	Guro Eline Vollan
G13	Sander Engdahl	Sander Engdahl	Sigve Ulleland	Sigve Ulleland	Sigve Ulleland
J14	Heidi Indergård	Aud Øyen Halås	Aud Øyen Halås	Heidi Indergård	Heidi Indergård
G14	Håkon Bakke Kjerstad	Karsten Andre Vestad	Karsten Andre Vestad	Andreas Skoglund	Håkon Bakke Kjerstad
J15	Vilde Roysdatter lange	Vilde Roysdatter Lange	Vilde Roysdatter Lange	Vilde Lorgen Øvrebust	Vilde Roysdatter Lange
G15	Åsmund Ertresvåg Jakobsen	Åsmund Ertresvåg Jakobsen	Åsmund Ertresvåg Jakobsen	Åsmund Ertresvåg Jakobsen	Eskil Engdahl
J16	Guro Myrset	Vilde Årøen Lykke	Vilde Årøen Lykke	Guro Myrset	Guro Myrset
G16	Petter Elias Vestre Røkke	Håvard Støen Gussiås	Petter Elias Vestre Røkke	Eirik Kjøl Tornes	Fredrik Nakken Langstein
K17	Sigrid Ertresvåg Jakobsen	Ingrid Nerem	Ingrid Nerem	Sigrid Ertresvåg Jakobsen	Sigrid Ertresvåg Jakobsen
M17	Vegard Røyhus	Vegard Røyhus	Vegard Røyhus	Vegard Røyhus	Åbde Eide Stavseng
K18	Ingrid Lundanes	Ingrid Lundanes	Ingrid Lundanes	Martine Lorgen Øvrebust	Ingrid Lundanes
M18	Isak S Pedersen	Isak S Pedersen	Erlend Nilsen Sandnes	Isak S Pedersen	Isak S Pedersen
K19-20				Ingvild Øye	Ingvild Øye
M19-20	Iver Matias Linge Glomnes	Alexander Løvik Nyheim	Tobias Solgaard	Harald Birkeland Larsen	Iver Matias Linge Glomnes
Kvinner			Fredrikke Pettersen		
Menn		Ola Aspås	Pål Bjørn Øvrebust	Jon Kåre Løvold	Frode Rønneberg

Hovedlandsrennet Stokke

Hovedlandsrennet ble i 2015 arranger på Stokke under svært dårlige vinterforhold. Hele arrangementet ble gjennomført på regntung kunstsno og beste resultater for MRSK var:

G16 Eirik Kjøl Tornes (13) fristil Normal

J16 Vilde Årøen Lykke (15) sprint

Midt Norsk Mesterskap Molde

Midt Norsk Mesterskap 2015 ble arrangert av MRSK og MOI på Skaret Skisenter.

Våre beste resultater (topp 10 eller beste plassering) ble:

Fristil:

J13 Guro Eline Vollan (3 pl),

G13 Sigve Ulleland (9 pl)

J14 Olea Iversen Gjeldbik (5 pl),

G14 Karstan Andre Vestad (4pl)

J14 Rebecka Oppigard (7 pl)

G14 Mikkel Waldeland Gautvik (7 pl)

J15 Marta Eik (8 pl)
pl)

G15 Åsmund Ertresvåg Jakobsen (13

J16 Vilde Årøen Lykke (7 pl)

G16 Eirik Kjøl Tornes (8 pl)

Klassisk:

J13 Guro Eline Vollan (6 pl)

G13 Sigve Ulleland (7 pl)

J14 Aud Øyen Halås (5 pl)

G14 Mikkel Waldeland Gautvik (8 pl)

J14 Heidi Indergård (6 pl)

G14 Karsten Andre Vestad (9 pl)

J15 Marta Eik (18 pl)

G15 Åsmund Ertresvåg Jakobsen (3 pl)

J16 Vilde Årøen Lykke (2 pl)

G16 Petter Elias Vestre Røkke (8 pl)

J16 Guro Myrset (10 pl)

Stafetter

MRSK har hatt stafettlag i følgende arrangementer:

Hovedlandsrennet:

MRSK 1 (20 pl): Vilde Årøen Lykke, Guro Myrset, Reese Bendiksen,

Vilde Roysdatter Lange

MRSK 1 (60 pl) Åsmund Ertresvåg Jakobsen, Olav Spilling, Eirik kjøl Tornes

Olav Oterhals Størdal

Ungdomstafetten

Ungdomstafetten arrangeres av Oslo skikrets og består av de beste 15 og 16 åringen fra hver skikrets. I 2015 stilte MRSK med følgende lag:

MRSK 1 (19 pl) Vilde Roysdatter Lange, Åsmund Ertresvåg Jakobsen, Vilde Årøen Lykke
Eirik Kjøl Tornes

MRSK 2 (28 pl) Vilde Lorgen Øvrebust, Olav Spilling, Martha Skogeng Reiten

Petter Elias vestre Røkke

Junior NM

Stafettlaga søndag gjekk som følgjer:

Kvinner	11 plass	Ingrid, Sigrid, Ingvild, Martine
Menn 1 lag	43 plass	Harald, Vegard, Isak, Iver Matias
Menn 2 lag	76 plass	Ole-Henrik, Hans Kristian, Arne, Ådne
Menn mix-lag	DNF	Hans Jørgen, Kornelius, Andreas Bjørvik Fugle (S & F), deretter ingen...

NC Lygna Jr. NC 1,2,3

16-18 januar 2015

Program:

Fredag	Fristil	K17, K18, K19/20 – 5 km. M17, M18, M19/20 – 10 km.
Laurdag	Klassisk	Sprint. Alle K – 1,5 km. Alle M – 1,7 km.
Søndag	Klassisk	K17 og K18 – 5 km. K19/20 – 10 km. M17 – 7,5 km. M18 – 10 km. M19/20 – 15 km.

Felles overnatting fordelt på to plassar på Raufoss. Dei aller fleste på Raufoss Badeland Gjestegård, og nokre på Svane Apartments. Dette fungerte greitt. Ganske enkel standard og det er greitt, vi hadde alt vi trengde på RBG. Det var vel og relativt billig overnatting, og det er folk nøgde med. Ganske akkurat ein halvtime å køyre til stadion på Lygna, og dette er innanfor det som kan akseptterast. På RBG, hadde vi tilgang på ei smørebod på Raufoss skistadion litt lenger nede, denne vart brukt ein del. På Svane Apartment vart det ikkje brukt smørebod fordi dei då skulle ha ekstra betalt for dette.

Kan elles melde om gode løyper på Lygna, og flinke arrangørar. Skøyteføya gjekk i ein relativt slak trase, men det var ei jobbeløype der ein måtte jobbe mykje i dobbeldans. Klassiskføya var litt meir av den gamle typen i skogen, men forholdsvis smal trase, og fiskebeinsbakkar. Det fungerte greit med smøreboda på stadion. Den vart brukt av dei fleste, og den er og eit viktig møtebukt for eksempel mtp. Utdeling av startnr. Dyre er dei likevel desse smørebodene, det kan vi være einige om.

Vi hadde totalt 15 løparar påmeldt denne helga, men ein av desse vart suk, så vi hadde 14 til start. Som vanleg vart det både oppturar og nedturar i løpet av helga. Det er kjekkt om alle løparane i løpet av ei slik helg greier å ha minst eit av renna opp i mot sitt beste, det må være eit mål..!

Atter ein gong er det jentene som står for dei høgaste plasseringane. Martine starta sesongen sterkt med plasseringane 1,2,2. I tillegg hadde Ingrid og Ingvild med 13 og 16 plass. Og Sigrid var ikkje langt bak. Av gutane var det Tobias, Iver Matias og Alexander som hadde dei beste resultatane med plasseringar på ca 40-50.

Vi har gode snøforhold i år so håper folk får trenna godt fram til neste norgescup. Det er fleire her som har mykje å gå på, og vi håper dei klatrar litt på listene om ein knapp månad.

Deltakarar			Sprint	Klassisk	Fristil
K17	Ingrid Nerem	Emblem IL	13	16	20
	Sigrid Ertresvåg Jakobsen	Emblem IL	28	31	27
K18	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	1	2	2
K19/20	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	16	-	28
M17	Kornelius Linge Glomnes	Vallidal IL	142	161	142
	Trym Jordahl	MOI	162	159	170
	Vegard Røyhus	Hovdebygda IL	65	117	117
M18	Isak Stiansson Pedersen	Vågstranda IL	79	70	67
	Tobias Solgaard	Vågstranda IL	45	-	46
	Bernt Marius Rørstad	Volda TIL	123	118	132
M19/20	Iver Matias Linge Glomnes	Vallidal IL	48	130	84
	Alexander Løvik Nyheim	Tomrefjord IL	89	57	50
	Hans Kristian Folde	MOI	165	159	173
	Arne Bjørnevik Nygaard	MOI	-	155	144

NM-sprint og NC junior 4,5,6

NES 13-15 februar 2015

Program:

Fredag	Fristil	K17 og K18 – 7,5km. K19/20 – 10km. M17 og M18 – 10km. M19/20 – 15km.
Laurdag	Fristil sprint	Alle K – 1,25 km. Alle M – 1,35km.
Søndag	Klassisk	K17 og K18 – 5km. K19/20 – 7,5km. M17 – 7,5km. M18 – 10km. M19/20 – 10km.

Felles overnatting for skikretsen på Scandic Gardermoen. Dette fungerte bra og det var ein knapp halvtime til stadion. To små grupperom vart gjort om til smørerom på hotellet og dette fungerte veldig bra. I tillegg til dette var det ein løpar som budde på anna hotell på Gardermoen og ein løpar som hadde bubil på stadion på Nes skianlegg.

Ein god trase var det også på Nes Skianlegg, som det oftast er på norgescup. Nokre meinte traseen var i smalaste laget nokre stadar, men eg trur det var få problem. Størst behov for ei utviding hadde det nok vore i sprintløypa. Her kunne det nok vere vanskelig å passere i bakkane. Elles var det ei 5km løype som vart brukt i alle distansar, og denne kunne bli kuttast til å bli 3,75km, noko som blei gjort for dei som gjekk 7,5 km, altså 2x 3,75. Smørebod på stadion fungerte også bra, men dei var ganske små. Om vi ikkje hadde hatt moglegeheit for smøring på hotellet, so ville det nok blitt trangt om plassen i smøreboda på stadion.

Når det gjeld arrangementet elles so gjekk det bra veldig lenge. For rennet søndag vart det imidlertid litt rot. Eg trur det kan oppsummerast omtrent slik. Arrangøren trekkte startlister og la dei ut tysdag. Tysdag kveld trekkte dei av ein eller annan grunn startlistene på nytt. Då vi fekk startnr på laurdagen var desse pakka etter feil pakklister. Samtidig fekk vi ein versjon av startlistene i papirform samtidig som den riktige versjonen låg ute på nett. Resultatet var at arrangøren fekk det travelt og måtte bruke natta på å pakke nye nr til alle skikretsar. Dei redda seg soleis inn her og arrangementet gjekk etter planen. Eg må likevel seie eg vart overraska då vi vart møtt med gamle startlister med feil klokkeslett og fekk desse av parkeringsvaktene søndag.. då hadde eg forventet at riktige lister skulle bli distribuert i rikelig monn..!

Møre og Romsdal hadde totalt 16 løparar påmeldt denne helga, men pga. sjukdom vart det litt fråfall. Vi hadde difor 12 løparar til start i alle tre renna. Dei fleste av løparane hadde i løpet av helga eit renn der dei hadde opptur og fekk ut noko av sitt beste.

Eg håper ingen føler seg forbigått, men eg prøver meg likevell på å nemne nokre av dei beste prestasjonane. Og det vart ein del av dei i løpet av helga. Martine må sjølvstekt nemnast med plasseringane 1,4,1. Ingvild må og nemnast med ein god 10 plass i skøyting. Veldig kjekt var det og at fleire av gutane hadde gode prestasjonar. Iver Matias fekk ein 35 plass i skøyting fredag, Vegard fekk 41 plass i skøyting. I sprinten fekk Ingvild 23 plass og det vart ein gledelig 29 plass til Isak. Her kom han altså vidare til kvartfinale og vart ei erfaring rikare. Nevner og nokre gode plasseringar av gutane søndag. Alexander fekk 40 plass her, Isak 45 plass og Iver Matias 48. I tillegg ser vi at fleire lenger nede på listene presterte oppimot sitt beste og har god framgang. Dette legg vi merke til og håper på stadig vidare framgang. ☺

Oppsummering av resultat under her..

Deltakarar			Fristil	Sprint fri	Klassisk
K17	Sigrid Ertresvåg Jakobsen	Emblem IL	31	41	43
K18	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	1	4	1
K19/20	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	10	23	28
M17	Kornelius Linge Glomnes	Valldal IL	99	159	135
	Trym Jordahl	MOI	177	158	173
	Vegard Røyarhus	Hovdebygda IL	41	88	96
	Ådne Eide Stavseng	Liabygda	162	124	114
M18	Ole Henrik Lervik	MOI	117	123	103
	Isak Stiansson Pedersen	Vågstranda IL	66	29	45
	Hallvard Lied	Liabygda	135	123	126
M19/20	Iver Matias Linge Glomnes	Valldal IL	35	138	48
	Alexander Løvik Nyheim	Tomrefjord IL	111	72	40

JrNM / NC junior 7,8

Hommelvik 6-8 mars 2015

Program:

Fredag	Fristil	K17-7,5km. K18-11,25. K19/20-15km. M17-11,25. M18-15km. M19/20-18,75
Laurdag	Klassisk	Alle K – 3,75. Alle M – 7,5km.
Søndag	Stafett	Både kvinne og herrestafett gjekk som 4x3,75km.

Felles overnatting på Stav Hotell. Heilt greit det, og veldig sentralt i forhold til arrangementet med berre 15min å køyre til stadion. Gode forhold for skismøring på hotellet. I tillegg var det to som overnatta i bobil på stadion, ei som budde privat og ein som budde på anna hotell.

Arrangøren hadde det ikkje lett mtp. snøforholda, og hadde lagt ned eit voldsomt arbeid både for å få arrangementet i hamn, og for å få best mogleg forhold. I tillegg vart det litt endingar, eller tilpassningar på distansane under meisterskapet, og det gjeld faktisk alle dagar. Fem-kilometeren som var planlagt å bruke vart korta ned, so dei enda opp med ei løype på 3,75km som vart brukt alle dagar. Løypa vart salta og dei greidde etter forholda å lage gode forhold. Det vart litt skilnad i forholda i løpet av dagen, og i nokre tilfelle fekk det også litt utslag i dei enkelte klassene. Arrangøren / juryen hadde tatt litt høgde for dette, og plasserte seeda gruppe midt i klassene alle dagar. Alt i alt vil eg seie løypene hald etter forholda ganske bra, eg hadde faktisk venta det skulle bli lausare..!

Eine dagen vart det og litt skilnadar pga. veret. Det var spesielt M19/20 klassa som fekk merke dette på laurdag under klassisk-rennet. Dei som starta seint i klassa fekk eit voldsomt uver, og også dei som starta i seeda gruppe vart råka. Eg trur kanskje dette også påverka samansetninga av pallen..??

Møre og Romsdal hadde totalt 20 løparar påmeldt denne helga, men som vanleg vart det litt fråfall pga. sjukdom. I tillegg vart det litt fråfall til stafetten pga. folk som heller ikkje her kjende seg heilt klare for det. Dette kjem fram i resultatata under.

Igjen var det Martine som stod for dei klart beste resultatata med 1 plass og gullmedalje i JrNM både i skøyting og fristil. Ingvild fekk ein knallbra 9 plass i skøyting og Ingrid fekk 18 plass i klassisk. Elles hadde desse jentene plasseringar på 20 talet og sovidt på 30 talet. Iver Matias fekk den høgaste plasseringa av gutane, med 44 plass i skøyting. I tillegg hadde Isak og Ådne også plasseringar på 50 talet, so nokre premieplassar vart det også her.

Jentene fekk 11 plass på stafetten, noko som er oppgang frå 20 plassen i fjor. På gutesida vart det tilbakegang og beste gutelag fekk 43 plass mot 17 plass i fjor.

Stafettlaga søndag gjekk som følgjer:

Kvinner	11 plass	Ingrid, Sigrid, Ingvild, Martine
Menn 1 lag	43 plass	Harald, Vegard, Isak, Iver Matias
Menn 2 lag	76 plass	Ole-Henrik, Hans Kristian, Arne, Ådne
Menn mix-lag	DNF	Hans Jørgen, Kornelius, Andreas Bjørvik Fugle (S & F), deretter ingen...

Som de ser hadde vi ikkje tre fulle gutelag, men stilte eit mix-lag med ein frå Sogn og Fjordane. Vi greide ikkje å stable på beina ein person til fjerde etappe her, so laget måtte stoppe etter tre etappar. Dei fekk gått stafett og fekk samanlikne seg på etappetider..

Oppsummering av resultat kjem her:

Deltakarar			Fristil	Klassisk	Stafett
K17	Ingrid Nerem	Emblem IL	28	18	x
	Sigrid Ertesvåg Jakobsen	Emblem IL	34	26	x
	Vilde Brenne Bjerkeset	MOI	81	DNS	
K18	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	1	1	x
K19/20	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	9	23	x
M17	Kornelius Linge Glomnes	Valldal IL	129	173	x
	Trym Jordahl	MOI	176	DNS	
	Vegard Røyhus	Hovdebygda IL	77	90	x
	Ådne Eide Stavseng	Liabygda	147	54	x
	Ole Henrik Lervik	MOI	75	124	x
	Bjørn Erik Langstein	Tomrefjord	DNF	169	
M18	Isak Stiansson Pedersen	Vågstranda IL	57	61	x
	Tobias Solgaard	Vågstranda IL	DNF	DNS	
	Bernt Marius Rørstad	Volda TIL	DNS	DNS	
M19/20	Iver Matias Linge Glomnes	Valldal IL	44	54	x
	Alexander Løvik Nyheim	Tomrefjord IL	129	119	
	Hans Kristian Folde	MOI	DNS	129	x
	Arne Bjørnevik Nygaard	MOI		146	x
	Harald Birkeland Larsen	MOI	104		x
	Hans Jørgen Vestre	Tomrefjord IL			x

JrNC 9,finale / NM-del 2

Harstad 27-29 mars 2015

Program:

Torsdag	NM-sprintstafett senior	Fristil
Fredag	NM senior --> 17 år 5 km	Klassisk
	NM senior --> 17 år 10 km	Klassisk
Laurdag	NM 30 / 50 km senior	Klassisk
Søndag	Finale NC-junior	Duathlon (fellesstart m/skibytte)
	K17+K18 2x3,75 km	
	K19/20+ M17+M18 2x5 km	
	M19/20 2x5 + 2x5 km	

Det var ein liten gjeng som var i veg nordover på NM-del 2 / JrNC-finale. Tre juniorar var kvalifisert til finalen og ingen seniorar var på NM-del 2. Overnatting på Tjeldsundbrua på kro og hotell. Her hadde vi det bra, ikkje smørebod, men hadde smørebod på stadion. Alt i alt bra. Skiløypene låg i Kilbotn ca. 20 min frå Harstad sentrum, og forholda var strålande. Både løypene og forholda her var noko av det beste eg har sett i norgescup gjennom dei siste åra.

Juniorane frå Møre og Romsdal deltok altså berre på renna fredag og søndag. Det mest spesielle på programmet var nok rennet på fredagen. Det var eit fellesrenn mellom junior og senior. Alle gjekk i seniorklassa, frå 17 år til senior. Startrekkefølge var etter fis-punkt med dei beste til slutt. Eg var litt spent på dette før start, men konkluderer med at det fungerte bra og at det var eit spennande prosjekt. Både på kvinnesida og herresida såg vi at nokre juniorar hevda seg høgt oppe. I tillegg til ei resultatliste for rennet, vart det sett opp resultatliste / rekkefølge i dei enkelte klassene, berre for at det skulle delast ut poeng i norgescupen klassevis.

Kan også nemne at 30/50 km NM-senior på laurdagen gjekk i klassisk stil og med intervallstart. Der vart det etter kvart ein del store avstandar, men vi hadde altså ingen med her.

Søndag var det finale for junior, duathlon på vanlig måte. Det er dei 30 beste jentene og dei 50 beste gutane samanlagt i norgescupen som er kvalifisert til denne.

Når det gjeld resultat so var det kjekt at Martine sikra sigeren norgescupen samanlagt i K18 klassa. Det er ikkje kvart år Møre og Romsdal får ein samanlagtvinnar, so dette var stas. Ingvild hadde ein god 14 plass i duathlon søndagen etter ei bra innhenting i skøytedelen. Ingrid hadde ikkje si beste form for vinteren her, og måtte bryte i finalen.

Resultata oppsummert under..

Deltakarar			Klassisk (rennet)	(eiga klasse)	Duathlon finale
K17	Ingrid Nerem	Emblem IL	128	25	DNF
K18	Martine Lorgen Øvrebust	Stordal IL	20	2	1
K19/20	Ingvild Øye	Hovdebygda IL	68	21	14

Internasjonale Renn

Sølv til Martine i Ungdoms-OL!

I årets Mix-stafett ble det sølvmedalje til Martine og det norske laget i Europeisk Ungdoms-OL, Gratulerer igjen! Stordal IL's Martine Lorgen Øvrebust har nå en 2, 3, 4 og 8 pl. i mesterskapet, Fantastisk!