



Arrangement langrenn

Høstmøte Nordland 20.10.2020

Hvordan tenker NSF langrenn?

- NSF langrenn vil ta et klart samfunnsansvar i forhold til å begrense COVID-19. Dette ansvaret veier svært tungt i forholdet til ønsket om å gjennomføre en mest mulig normal skisesong.
- NSF langrenn føler et stort ansvar for utøvernes helse, og har fortsatt som mål at INGEN langrennsløpere i Norge skal bli smittet med Covid-19 under våre arrangement.



Fra møte med myndighetene

- Innspill fra møte med myndighetene (KUD, FHI, Helsedirektoratet, NIF)
 - Maksimalt 600 samtidig pr. arrangement, fordelt på 3 kohorter med 200 personer
 - Mulig å skifte ut kohorter
 - Forutsetning at hele kohorten må skiftes ut. Ingen individer kan eksponeres for flere kohorter gjennom arrangementet.
 - Ved bytte av kohorter kreves det nedvask av sentrale berøringspunkter, eks. toaletter, bord, stoler, gelender etc.
 - Ingen krav til opphold i tid mellom skifte av kohortene, annet enn at nedvask skal gjennomføres.
- Grensene på 600 pr. arrangement er grensen for hva som er tillatt. Helsemyndighetene påpeker at smitterisiko øker betydelig med antall individer.

De er derfor opptatt av å understreke at det **ikke** nødvendigvis er slik at **alt som er lov er lurt**, og poengterer at alle arrangører har et ansvar for å minimere smitterisiko, noe som må ha høyeste prioritet.
- NSF langrenn vil ta et klart samfunnsansvar i forhold til å begrense COVID-19
- Lokale smittevernmyndigheter vil være sentrale med hensyn til hva som kan gjennomføres og hvilke tiltak som må gjøres på det enkelte arrangement. Dette betyr at vi kan oppleve ulik praksis basert på lokale forhold.

Torbjørn Skogstad:



- Vi skal drive **bærekraftig**, både i et større samfunnsperspektiv og innad i vår egen langrennsverden.
- I stedet for å tøye grenser må vi hele tiden ha i bakhodet at en smittespredning i forbindelse med våre arrangement kan ha store samfunnsmessige konsekvenser, og i tillegg være totalt ødeleggende for en idrettsutøvers karriere.
- Vi må derfor alltid vurdere ønsket om å samle mange utøvere til gode konkurranser opp mot risiko for å spre smitte. Dette er bakgrunnen for endringene i sesongplanene for 2020/2021.

Espen Bjervig:



- Er det fornuftig i et større samfunnsperspektiv å samle flere tusen personer fra alle deler av landet til felles arrangementer med fare for smittespredning?
- Personene vi samler kommer fra et hundretalls arbeidsplasser, skoler og lokalsamfunn.
- Vi er opptatt av å gjennomføre gode, lokale aktiviteter i en sesong som blir annerledes med få nasjonale konkurranser, spesielt for utøvere under senioralder.
- Vi har stor tillit til at dyktige ildsjeler i klubber og kretser vil skape et godt konkurransetilbud for disse gruppene, som vil ivareta både smittevern hensyn og et godt sportslig tilbud.

Hva innebærer et stort arrangement?

- Eksempelvis vil et norgescuprenn junior i Østlandsområdet med ca. 800 deltagere utløse:
 - Minst 1500 personer tilstede "on site"
 - X flyreiser
 - Deltagere fra X skoler
 - Foreldre fra X arbeidsplasser
 - Utøvere fra X klubber
- Det vil være ekstremt krevende å skille kohortene mellom konkurranser og på reiser
- Potensiell smitteeksponering vil med andre ord være betydelig
- Faren for betydelige karantenesituasjoner er påregnelig
- Går kost/nytte-regnskapet opp?
- **Et lokalt arrangement med antallsbegrensninger innebærer en HELT ANNEN smitterisiko.**



Rundt 1000 i karantene etter smitteutbrudd i
Trondheim:
– Et mer smittsomt coronavirus enn vi er vant til



Noen avklaringer langrenn:

- **Hvorfor tok vi avgjørelsen nå?**
 - Vi ønsker gode lokale alternativ – da er vi allerede sent ute....
 - Smittebildet i verden og Norge ser ikke lovende ut.
 - Smitten trives (i følge FHI) godt i kulde. → ...og nå kommer «den kalde fine tida»
- **NM junior** – er under arbeid og publiseres snart:
 - Datoer
 - Program
 - Kvoter
- **FIS PUNKTER:**
 - FIS utvider perioden for beregning av FIS-punkter
 - For alle perioder vil de beregnes fra 13/5 2019, (pga Covid 19 og redusert sesong i fjor)
 - Det ses på muligheter for flere FIS-renn
- **Vi ser allerede GODE LOKALE INITIATIV**
 - NSF langrenn vil forsøke å bistå, bl.a. gjennom webinarer og manualer
 - Viktig at også disse initiativene er tilpasset smittevern hensyn....

«Annerledesvinteren» gir oss MULIGHETER:

- Anleggene ligger der, åpne og tilgjengelige
 - Avstand er et lite problem i vår idrett/våre grener
 - Tid til å trene og utvikle ferdigheter er bedre enn noen gang
 - Muligheten for å skape de gode miljøene er bedre enn noen gang
 - I år kan vi prøve nye konsepter dersom vi vil....
-
- **Det er VI (ledere, trenere og foreldre) som setter agendaen og bestemmer vinklingen på «nyhetene» når de formidles videre!**

Kohorter og smitteverntiltak

- Egne avgrensede parkeringsområder
- Egne innganger til stadionområder og egne skitest-områder
- Avgrensning fra andre med doble sperringer (2m avstand)
- Toaletter, bespisning, oppholdsrom innenfor de samme avgrensede områdene
- Akkrediteringer/vester/armbånd, må være personlige
- God informasjon i forkant om hvilke regler og rutiner som gjelder
- Startnummer deles ut uten fysisk kontakt og vil enten være engangsbruk eller samles inn uten fysisk kontakt og gå rett til vask
- Ikke servering av løperdrikke
- Evt skiftesone med antallbegrensning slik at smittevernregler avholdes (vakthold)
- Tidtagerbrikke (lånebrikke) overleveres uten fysisk kontakt og håndteres før/etter løp av hver enkelt løper

Kritiske faktorer

- Slusing inn til stadion før konkurranse --> adskilte innganger til arena
- Slusing ut av stadion etter konkurranse
- Avgrensing av områder / isolering av kohorter
- Generelt smittevern
- Smittesporingsrutiner
- Opphopningspunkter
- Innkvartering: Det tilstrebes at innkvarteringslokasjon i størst mulig grad samordnes på kohortnivå, og at det er minimal aktivitet på tvers av kohorter.

Smittesporingstiltak

- Det planlegges å benytte registreringsløsning med Vipps (utarbeidet i samarbeid med NIF), hvor alle tilstedeværende blir registrert.
- Det vil benyttes akkrediteringssystem hvor det skilles klart mellom kohortene, og hvor det er udiskutabel antallsgrense pr. kohort.
- Arrangør vil kartlegge innkvarteringssted for alle deltagere i forkant av arrangementet.
- Det vil bli informert til alle tilstedeværende hvilke varslingsrutiner som skal iverksettes ved evt. symptomer/sykdomsutbrudd. Disse utarbeides sammen med helsepersonell / lokal smittevernmyndighet.

Internasjonale renn og mesterskap

- World Cup – ref. orientering fra Erik Røste, Vegard Ulvang
- Jr. og U23 VM – ref. orientering fra Erik Røste, Vegard Ulvang
- Skandinavisk Cup
 - Går som planlagt, men med klausul om at det tas endelig beslutning om hvert enkelt arrangement 30 dager før
- Nordisk juniorlandskamp
 - Utsatt til sesongen 2021/2022 etter vedtak i «**Scandinavian group**»
- EYOF
 - Norge har valgt å ikke delta i langrenn (LK-vedtak).

Nasjonale renn

Langrennskomitéen foreslår følgende nasjonale renn sesongen 2020/2021:

- **Sesongåpning Beitostølen** går som planlagt med noe antallsbegrensninger
 - Ikke åpent for junior
 - Ikke åpent for para
- **NC Gålå** går som planlagt
 - Åpent for 10+10 juniorer i seniorklassen
 - Åpent for para
- **NC senior** går som planlagt, men tilpasset smittevern hensyn (Antall)
- **NC junior** utgår
- **NM junior** fordelt på to helger med deltakerbegrensning på 400 pr helg.
 - Alternative kvalifiseringsmetoder: FIS-punkter eller kretskvoter, alternativt en kombinasjon av begge.
- **NM del 1** går som planlagt, men med deltakerbegrensninger iht. smittevernregler
 - Maks antall stafettlag (60 – 60)
 - Juniorer tatt ut til VM jr. får delta
- **NM del 2** går som planlagt, men med deltakerbegrensninger iht. smittevernregler
 - Kun 10 + 10 juniorløpere på 5/10km fredag
 - Ingen juniorfinale
- **Hovedlandsrennet** utgår 2021, men tilbys samme arrangør 2022

Fluorforbud - nasjonale konsekvenser

- **Fluor-regler for langrennsløpere:**
Klasser til og med 16 år:
- «Styret i Norges Skiforbund har vedtatt å videreføre et verdibasert fluorforbud i klassene til og med 16 år for sesongen 2020-2021. Forbudet omfatter bruk av fluorholdige gildprodukter. Det vil bli gjennomført kontroller.
("Glidprodukter" omfatter også bruk av glidprodukter i festesonen)
- **Alle aldersklasser /Generelt:**
- Bruk av fluorholdige smøringsprodukter er regulert av EU direktiv. Selv om FIS har valgt å utsette vedtaket om et generelt fluorforbud, må alle forholde seg lovverket og de reguleringer som til enhver tid er gjeldende.

Fluorforbud - nasjonale konsekvenser

- **Praktisk gjennomføring av fluorkontroller for klasser til og med 16 år og kommunikasjon i etterkant av kontrollene sesongen 20/21**
 - Det vil bli tatt stikkprøver før start i utvalgte renn.
 - Stikkprøvene analyseres i etterkant av rennet, og resultatet blir kommunisert til gjeldende løpers foresatte via klubb kun i de tilfeller det foreligger et positivt prøvesvar.
 - Prøvesvar som påviser fluor vil ikke forårsake noen form for sanksjoner mot enkeltutøvere utover tilbakemelding nevnt i forrige punkt.
 - Alle prøvesvar blir behandlet i henhold til GDPR-bestemmelser og makulert.

Smørevett - fortsatt like aktuelt!

- Det er fortsatt viktig å gjøre tiltak i smøreboden:
 - Helseforebyggende
 - Avfallshåndtering
- Følg NSF's smørevettregler!





Kompetanseutvikling

Høstmøte Nordland 2020

Aktivitet

- Gjennomført aktivitet
 - 201 kursaktiviteter er registrert for langrenn så langt i 2020.
375 kursaktiviteter ble registrert for samme periode i 2019.
(Mange kurs rapporteres inn på slutten av året, det er derfor ikke sammenlignbare tall)
- Planlagt aktivitet
 - Webinarer NSF sentralt
 - Kompetanseutvikling i klubber og lag (kommer senere i presentasjonen)

Vår ryggrad - en felles utviklingsforståelse



Kvalitet i daglig trening



Kortreist

- Aktiviteter i klubber og lag
- 50 Trenerutviklere



Oslo
Telemark og Vestfold
Møre og Romsdal
Sør Trøndelag
Nord Trøndelag
Nordland
Troms
Finnmark

LK rep forbund
Per Elias



Trenerutviklere



Tove + LK rep krets
Marie Renate + LK Rep K
Stig + LK rep krets
Stian + LK rep krets
Bjørn + LK rep krets
Lars + LK rep krets
Asgeir + LK rep krets
Eli + LK rep krets

Østfold
Akershus
Hedmark
Oppland
Buskerud
Agder og Rogaland
Hordaland
Sogn og Fjordane

LK rep forbund
Brit



Thor + LK rep krets
Thor + LK rep krets
Jan Olav + LK rep krets
Ellie + LK rep krets
Liv + LK rep krets
Petter + LK Rep krets
Bernt + LK rep krets
Ingrid + LK rep krets

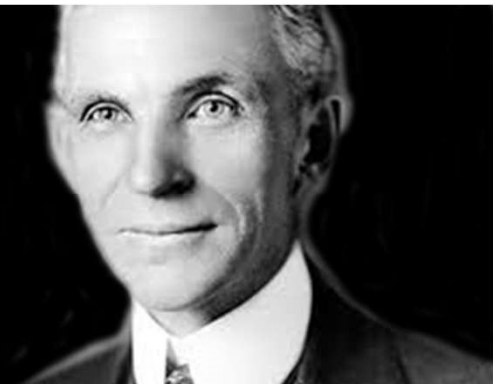
Post3 aktivitetsmidler?





Coming together is the beginning.
Keeping together is progress.
Working together is success

Henry Ford



Webinar 21.Oktober - Video i teknikkutvikling