



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

Velkommen til VÅRMØTE 2016



VÅRMØTE 2016

Agenda

Åpning/presentasjon
mCASH – Sparebank1
Oppsummering sesongen 2015-16

- * Økonomi
- * Kurs
- * Anlegg
- * 15 og 16 år
- * Junior
- * Senior og FH
- * Team Veidekke Innlandet
- * Kretscuper
- * Ung i sporet

Arrangement – terminliste – TD'er

Rulleski sommeren 2016

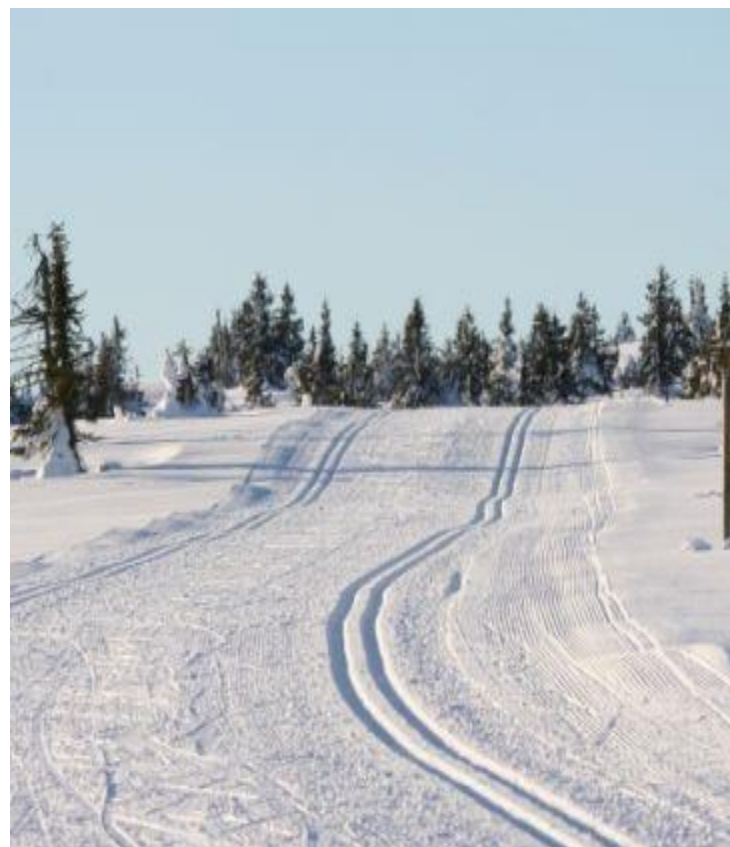
Sesongen 2016-17

- * Kretsopplegg NM/HL/NC
- * Landslag 2016-17

LK-arbeid

Informasjon fra Skitinget 2016

Valg LK



Navn	Klubb	Rolle
Syver Thon	Etnedal skilag	Leder
Kristian Nordlunde	Follebu Skiklubb	Sportsutvalget
Elling Langedal	Gjøvik Skiklubb	Sportslig leder Langrenn
Jan Sverre Seierstad	Gjøvik Toten Langrenn	Leder
Emil Bakken	Gjøvik Toten Langrenn	Trener
Lars Ove Wangensteen Berge	IL Kolbukameratene	Langrennsutvalget/leder
Morten Odsæter	Lillehammer Skiklub	Sportslig leder
Jon Erik Rønning	Lillehammer Skiklub	Leder TKL
Trond Evensen	Raufoss langrenn	Leder
Trude Børresen Bollingmo	Raufoss langrenn	Sportslig leder
Knut Arne Kolstadbakken	Rogne IL	Medlem
Hans Kristian Nordseth	Snertingdal IF Ski	Foresatt
Kari-Anne Steffensen Gorset	Svea Skilag	Sekretær
Lars Håvard Meli	Svea Skilag	Sportslig leder
Liv Karin Vesteng	Svea Skilag	Oppmann
Øivind Gammelmo	Svea Skilag	Leder
Bjørn Horten	Søre Ål IL	Leder langrenn og friidrett
Håvard Selbæk	Søre Ål IL	Leder
Svein Jetlund	Sør-Fron IL	Leiar i langrennsutvalet
Gry Anita Lunde	Vind IL	Sportslig leder langrenn
Ole Henrik Evensen	Vind IL	Styremedlem
Pernilla Egedius	Vind IL	Leder skigruppa



OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Langrennskomiteen 2015-16

- ✓ Torbjørn Broks Pettersen (leder)
- ✓ Ragnhild Soleng (nestleder)
- ✓ Hanne Kvåle
- ✓ Tom Nøvik
- ✓ Håvard Nyhagen
- ✓ Robert Granseth (ungdomsrepresentant)



mCASH

- Informasjon fra Sparebank1
 - Astrid Brandvold
-



OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Oppsummering sesongen 2015-16

Sportslig:

- ✓ Ingvild F. Østberg (Gjøvik SK) er vår frontfigur og fikk i år sitt STORE gjennombrudd som «allround løper», med 2. pl. totalt i WC, 3. pl. i distansecupen og 2. pl. i sprintcupen.
- ✓ Barbro Kvåle(LSK) og Martin Løvstrøm Nyenget(LSK) vant begge både norgescup for senior og Skandinavisk cup.
- VM jr: Marte M. Johansen, 1. plass 5 km klassisk
- VM jr: Stafettgull til guttene med Mattis, og jentene ble nr. 2 med Marte
- NC jr: Mathilde Myrvold, J18, 1.plass sammenlagt.

Økonomi: LK har en sunn og god økonomi

Rekruttering:

Rekruttering er viktig og en jobb det må jobbes med kontinuerlig.

Oppland Skikrets er klubbene og rekrutteringsarbeidet må derfor foregå ute i klubb.

Årsregnskap LK 2015

Prosjekt	Inn	Ut	Resultat	Budsjett	Kommentarer
Post 3 - utdanning					
* Trener I snø Sjusjøen januar	-17 000	13 205	-3 795	0	
* Trener I barmark Lhmr sept	-15 100	16 165	1 065		
* Trener I barmark Hadeland oktober	-7 200	8 191	991		
* Trener I snø Sjusjøen desember	-18 850	15 601	-3 249		
* Trener II, totalt tre samlinger	-27 641	32 252	4 611		
* Tidtakerkurs Lhmr nov	-10 400	10 776	376	0	
Post 3 - bredde/rekruttering			0	0	
Grentilskudd 2015	-267 160		-267 160	-271 551	
Drift komité		69 143	69 143	60 000	
Sponsorinntekter	-27 000		-27 000	-27 000	GD 7', Totenbanken 20'
Prosjektmidler	-53 170		-53 170	-50 000	Tildelte OSK prosjektmidler 2014, overført til aktivitet 2015 + 20' 2015

Junior/senior

Team Veidekke Innlandet		106 215	106 215	100 000	Kjøring PMN møter, kretstilskudd sesongen 2015-16 = 100'
NM sr. del 1 Røros	-182 000	191 267	9 267	7 000	ok
NM sr. del 2 Harstad	-353 400	375 310	21 910	30 000	ok
NM jr. Hommelvik	-524 700	546 474	21 774	25 000	ok
NC Lygna	-42 450	48 774	6 324	6 000	ok
NC Nes	-185 700	193 987	8 287	9 000	ok
NC Meråker	-123 225	131 469	8 244	8 500	ok
NC Gålå (nov 2015)	-33 660	39 410	5 750	5 000	ok
Sekundering/smørning					
* NC Lygna		7 151	7 151	13 000	Frøshaug ok, Nordlunde ok, Odsæter ok
* NC Nes		9 426	9 426	10 000	Frøshaug ok, Nordlunde ok, Odsæter ok
* NM junior		15 634	15 634	16 000	Frøshaug ok, Nordlunde ok, Odsæter ok
Juniorsamling uke 40	-47 000	66 332	19 332	15 000	ok

15-16 år

Hovedlandsrennet Stokke	-449 145	478 780	29 635	20 000	ok
Ungdomsstafetten Oslo	0	19 227	19 227	20 000	ok
OL-samling Lillehammer januar	-26 250	27 067	817	6 000	ok
Avslutningssamling Gålå	0	9 000	9 000	10 000	Gavekort Gålå Cup
Barmarkssamling Sjusjøen juni	0	0	0	5 000	ok, HSK arrangerte, ingen utlegg OSK
Interkretssamling august/sept	-24 000	26 553	2 553	5 000	ok
Snøsamling Sjusjøen desember	-76 900	79 633	2 733	8 000	ok
RESULTAT pr. 31.12.15			25 092	29 949	

Egenkapital pr. 31.12.2015: kr. 469.962

Regnskap LK pr. 30.04.2016

Prosjekt	Inn	Ut	Resultat		Kommentarer
Post 3 - utdanning				0	
+ Trener / snø Hadeland januar	-10 150	10 343	193		
Post 3 - bredde/rekruttering			0	0	
Grentilskudd 2016			0	-257 119	Overføres så snart IR2016 er klar, trolig i august/september
Drift komité		16 196	16 196	50 000	
Sponsorinntekter	-27 000		-27 000	-27 000	Drift komité
Prosjektmidler			0	0	Bevertning møter 2 173

Kjøring	8 555
Årsgebyr sambandsutstyr	1 218
Gavekort NM-vinnere jr.	4 250
	16 196

Junior/senior

Team Veidekke Innlandet			0	100 000	
NM sr. del 1 Tromsø	-252 228	265 695	13 467	12 000	
NM sr. del 2 Beitostølen	-96 551	108 458	11 907	18 000	ok
NM jr. Vang	-83 500	104 239	20 739	18 000	ok
NC Steinkjer	-519 395	538 192	18 797	16 000	ok
NC Hovden	-443 569	465 272	21 703	16 000	ok
NC Meråker	-126 810	135 073	8 263	8 000	ok
NC Lygna	-50 679	50 143	-536	1 000	ok
NC nov/des	0	0	0	5 000	
VM-mønstring jr. Åsen	-10 329	13 305	2 976	3 000	ok
Sekundering/smørning (junior)	0	17 359	17 359	35 000	K. Nordlunde Steinkjer, Hovden og Vang
Juniorsamling uke 40	0	0	0	20 000	

15-16 år

Hovedlandsrennet Fauske	-408 845	443 025	34 180	20 000	ok
Ungdomsstafetten Oslo		15 885	15 885	20 000	
Avslutningssamling Gålå	-25 110	15 241	-9 869	10 000	Mangler kjøreregninger LK
Barmarkssamling Sjusjøen juni			0	5 000	
Interkretssamling august/sept			0	5 000	
Snøsamling Sjusjøen desember			0	10 000	
RESULTAT pr. 30.04.16			144 260	87 881	



VÅRMØTE 2016

Gjennomførte kurs 2015-16

TD-KURS

- ✓ Arrangert av Hedmark SK, på Ottestad, 14.oktober 2015: 9 deltakere fra Oppland
- ✓ Kursholder: Torbjørn Broks Pettersen

KURS EQ-TIMING

- ✓ Lillehammer, 19. november 2015: 13 deltakere
- ✓ Kursholder: Per Arne Jakobsen

TRENER I

- ✓ 12-13. september 2015, Lillehammer, barmarksmoduler: 25 deltakere
- ✓ 11-12. desember 2015, Sjusjøen, snømoduler: 21 deltakere
Kursholder: Sandra Lyngstad
- ✓ 24-25. oktober 2016, Hadeland, barmarksmoduler, 12 deltakere
- ✓ 23-24. januar 2016, Hadeland, snømoduler, 11 deltakere
Kursholder: Marthe Jensen

SKILEIK

- ✓ Engesvea Idrettspark, Lillehammer, torsdag 14. januar 2016, 16 deltakere
Kursholdere: Sandra Lyngstad og Marit Roland Udnæs
 - Skåbu, mandag 29.februar 2016, 9 deltakere
Kursholdere: Sandra Lyngstad og Anders Brun Hennem
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Sesongen 2015-16

Landslagsløpere:

- ✓ Ingvild Flugstad Østberg – damer senior
 - ✓ Barbro Kvåle – damer rekrutt
 - ✓ Martin L. Nyenget – herrer rekrutt
 - ✓ Håvard Solås Taugbøl – herrer rekrutt
 - ✓ Vegard Bjerkreim Nilsen – herrer rekrutt
 - ✓ Mattis Stenshagen – herrer junior
 - ✓ Petter Stakston – herrer junior
 - ✓ Marte Mæhlum Johansen – kvinner junior
 - ✓ Anne Karen Olsen – FH
 - ✓ Alexander Letrud – FH rekrutt
-



VÅRMØTE 2016

Hovedlandsrennet 2016 Fauske

Klassisk individuell start

G15 Nr.8 Håvard Kvam, IL Kolbukammeratene

G 16 Nr.3 Ansgar Evensen, Vind IL
Nr.9 Håkon Nyhagen, Rogne IL

Fristil sprint

G15 Nr.7 Håvard Kvam, IL Kolbukammeratene
Nr.8 Simen Sethne, IL Kolbukammeratene
Nr.10 Reidar Aurmo. Lom IL

J 16 Nr.6 Kristine H. Strandlie, Gjøvik Skiklubb

G16 Nr.1 Ansgar Evensen, Vind IL
Nr.4 Kristoffer Alm Karsrud, Raufoss IL
Nr.5 Petter Lindmoen, Raufoss IL
Nr.6 Angrim Sørumsaugen, Gjøvik Skiklubb

Stafett

Sølvmedalje til guttenes 1. lag.

I stafettene stilte vi med 8 guttelag og 7 jentelag.

Regionkontaktene bidro med ansvar for stafettuttak, smøretips og sekundering/serviceposter.



VÅRMØTE 2016

Ungdomsstafetten 2016

Målsetting: Stille med to lag med felles reise og overnatting.



De to lagene fra Oppland gjorde sine saker meget bra, med 6. og 11. plass.

Følgende utøvere ble tatt ut på OSK sine to lag:

OPPLAND 1

- J15 Hedda Bakkemo, Gjøvik Skiklubb
- G15 Håvard Kvam, IL Kolbukammeratene
- J16 Anna Slåen, Tormod Skilag
- G16 Ansgar Evensen, Vind IL

OPPLAND 2

- J15 Anita Bueno Lindmoen, Raufoss IL
- G15 Reidar Aurmo, Lom IL
- J16 Kristine H. Strandlie, Gjøvik Skiklubb
- G16 Kristoffer Alm Karsrud, Raufoss IL

Kretsleder: Robert Granseth og Håvard Nyhagen

Ski og smøring: Ole Henrik Evensen og Håkon Kvam



OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Regionkontakter 15-16 år

Det er viktig å ha kontaktpersoner som kan avlaste hovedleder og som "kjenner" sin region

HL Regionkontakter

- ✓ Gudbrandsdalen: Øystein Slåen
- ✓ Lillehammer: Mikal Bjørnaa
- ✓ Gjøvik/Toten: Håkon Kvam
- ✓ Hadeland: Gøran Syversen
- ✓ Valdres: Ola Kjørli

Regionkontaktene er ansvarlig for:

- ✓ Holde kontakten med sine løpere mht. startnummer og påmelding
 - ✓ Lagledermøter
 - ✓ Sekundering /smøretips/serviceposter.
 - ✓ Stafettuttak
 - ✓ Møtetidspunkter
-



OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Samlinger 15-16 år

Gjennomførte samlinger 2015-16

- ✓ 4-6. september 2015 Interkretssamling OSK/HSK (15-16 år), 41 deltakere fra OSK, trenere fra Team Veidekke Innlandet.
- ✓ 27-29. november 2015 Snøsamling (15-16 år) 47 deltakere (alle OSK), trenere fra NTG Lillehammer
- ✓ 9-10. april 2016 Avslutningssamling Gålå 15-16 år

Planlagte samlinger 2016-17

- ✓ 2-4. september 2016 Interkretssamling OSK/HSK (15-16 år)
- ✓ September 2016 Breddesamling i forbindelse med Høstmøte 2015 (11-15 år)
- ✓ 25-27. november 2016 Snøsamling (15-16 år) Sjusjøen



Ungdomsstafetten rulleski - Bislett



- **Lag 1**

1. etappe (J2002)
2. etappe (G2002)
3. etappe (J2001)
4. etappe (G2001)

Eivor Melbybråten, Rogne IL
Isak Skari Berger, Lillehammer Skiklub
Hedda Bakkemo, Gjøvik Skiklubb
Reidar Aurmo, Lom IL

Lag 2

1. etappe (J2002)
2. etappe (G2002)
3. etappe (J2001)
4. etappe (G2001)

Anna Heggen, Harestua IL
Vegard Thon, Etnedal Skilag
Anita Bueno Lindmoen, Raufoss IL Langrenn
Håvard Kvam, IL Kolbukameratene

VÅRMØTE 2016

Junior sesongen 2015-16

Målsetning:

- ✓ INDIVIDUELL MEDALJE NM JR. – målsettingen er oppnådd
- ✓ MEDALJE NM JR. STAFETT – målsettingen er ikke oppnådd





VÅRMØTE 2016

Junior sesongen 2015-16

OPPLAND
SKIKRETS

NM sprint, Hovden

- K17:** Dorthe Seierstad, Raufoss IL, 2. plass
K18: Mathilde Myrvold, Vind IL, 2.plass
K 19/20: Marte M. Johansen, Østre Toten Skilag, nr. 10
M 19/20: Mattis Stenshagen, Follebu Skilag, 1. plass

NM junior, Vang

- K 17:** Marit Øygard, Rogne IL, 2. plass 5 km fri, 4. plass 7,5 km klassisk
Tuva Bakkemo, Gjøvik Skiklubb, 6. plass 5 km fri, 4.plass 7,5 km klassisk
K 18: Mathilde Myrvold, 2. plass 5 km fri og 4. plass 10 km klassisk
Anna Grøntjernet, Svea Skilag, 9. plass 10 km klassisk
K 19/20: Marte M. Johansen, Østre Toten Skilag, 3. plass 5 km fri, 3. plass 15 km klassisk
M 17: Anders Kolstadbakken, Rogne IL, 8. plass 10 km klassisk
M 19/20: Mattis Stenshagen, Follebu Skilag, 2. plass 20 km klassisk
Johan S. Gangsø, Gran IL, 8. plass 20 km klassisk

Stafett: 4. og 9.plass på jentene, 8.plass på guttene.

Junior-VM Rasnov, Romania:

Marte M. Johansen, 1. plass 5 km klassisk, Mattis Stenshagen 12. plass 10 km klassisk
Stafett – gull til guttene med Mattis, og jentene ble nr. 2 med Marte.

Nordisk juniorlandskamp i Otepaa, Estland:

Mathilde Myrvold, Vind IL, 2. plass sprint, 6. plass 5 km klassisk og 1. plass på stafetten



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Junior sesongen 2015-16

NC junior sammenlagt:

K17: Tuva Bakkemo, Gjøvik Skiklubb, 4. plass

K18: Mathilde Myrvold, Vind IL, 1. plass

K 19/20: Marte M. Johansen, Østre Toten Skilag, 3.plass

M 17: Ingen blant de 3

M 18: Ingen blant de 3

G 19/20: Mattis Stenshagen, Follebu Skiklubb, 2.plass



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Junior sesongen 2015-16

Kretssamling barmark - Natrudstilen:

- ✓ Uke 40 , mandag til fredag i høstferieuka
- ✓ Hovedleder Øyvind Trøen, Lillehammer Skiklub
- ✓ 24 deltakere

NM og Norgescup – opplegg:

- ✓ Overnatting
 - ✓ Smøring
 - Kristian Nordlunde
 - ✓ Stafett junior-NM – uttak med regionkontakter
 - Øyvind Trøen, Lillehammer/Gudbrandsdalen
 - Ragnhild Skjærli, Gjøvik/Toten/Valdres
 - Gøran Syversen, Hadeland
-



OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Senior sesongen 2015-16

Målsetning: INDIVIDUELL MEDALJE I NM SENIOR

Målsetning er nådd 😊

- ✓ 2 NM sølv(sprint og skiathlon) og NM bronse(30 km) til Ingvild Flugstad Østberg (Gjøvik SK) - NM sølv(10 km K) til Mari Eide(ØSIL) - NM bronse(10 km K) til Thea Krokan Murud(Roterud IL) – NM sølv(15 km K) til Martin Løvstrøm Nyenget(LSK) – NM bronse(sprint) til Håvard Solås Taugbøl(LSK).
- ✓ Stafettene i NM: 3. plass LSKs 1.lag (damer – Bjørnsgård, Gussiås og Kvåle) og 2. plass til LSKs 1. lag (menn – Nyenget, Stock og Taugbøl).
- ✓ Teamsprint: 3. plass LSKs herrelag(Pedersen og Nyenget) og 4. plass til LSKs damelag.
- ✓ Norgescupen U23 sammenlagt – 2 pl. Marthe Bjørnsgaard (LSK)
- ✓ Norgescupen senior sammenlagt – 1 pl. Barbro Kvåle (LSK) – 2. pl. Mari Eide(ØSIL)
1. pl. Martin Løvstrøm Nyenget(LSK)



OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Senior sesongen 2015-16

- ✓ OSK har i år hatt 49 seniorløpere med på Statoil-cup og NM. Vi har også hatt store tropper i Skandinavisk cup.
 - ✓ **Deltakelse i U23-VM Rasnov(Romania):**
 - ✓ Marthe Bjørnsgård(LSK) 11. pl. på 10 km K og 22. pl. sprint - Thea Krokan Murud(Roterud) 13. pl. på 10 km K og 26. pl. Sprint - Mari Støen Gussiås(LSK) 16. pl. sprint. og Håvard Solås Taugbøl(LSK) 19. pl. sprint.
 - ✓ **Representasjon World-cup:**
 - ✓ Ingvild Flugstad Østberg (sammenlagt nr. 2), Mari Eide(sammenlagt nr.45), Martin L. Nyenget (nr. 53 sammenlagt), Håvard Solås Taugbøl(nr. 56 sammenlagt), Eivind Bakkene(nr. 112 sammenlagt).
 - ✓ **Nasjonal kvote (Lillehammer, Drammen og Holmenkollen)**
Barbro Kvåle, Marthe Bjørnsgård ,Thea Krokan Murud, Mari Gussiås og Daniel Stock.
-

Oppland Skikrets har hatt to representanter på lag denne sesongen, begge i stående klasser:

- ✓ Anne Karen Olsen(f.1995) , Svea Skilag i kvinner stå
- ✓ Alexander Letrud(f. 1992), Øyer-Tretten IF i menn stå

Resultater:

- **Anne Karens meritter:**
Beste resultater WC sesongen 2015-2016
6.pl stafett Mix Class, Finsterau, GER feb 16
7. pl 7,5 km kl Tyumen, RUS des 15
7. pl sprint fri, Tyumen RUS des 15
10 pl. sammenlagt i WC
- **Alexanders meritter:**
Beste resultat sesongen 2015-2016
NC sammenlagt 1. pl .
Rockies Race, WC Finsterau, GER, februar
3. pl.. - 5 km klassisk
4. pl - 7,5 km fri





OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Senior sesongen 2015-16

- ✓ Kretsopplegget generelt mener vi at har vært bra. Dette gjelder både overnattingsplasser og smøreplasser.
 - ✓ Ikke tilsvarende samarbeid på senior som junior.
 - ✓ Seniorløpere som ikke har vært tilsluttet team, har blitt fulgt opp av kretsleder ved behov.
 - ✓ Seniorløpere tok opp noen saker i 2015 som har blitt meldt inn til NSF og tatt «tak i»:
 - ønske om flere FIS-renn i Norge
 - TD' er må opptre etter regelboka og være konsekvente
 - ✓ Overnattingsplasser til neste år er allerede bestilt der rennstedene er på plass.
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Team Veidekke Innlandet 2015-16





VÅRMØTE 2016

Team Veidekke Innlandet 2015-16

Løpere sesongen 2015-16:

- ✓ Mari Eide, Øystre Slidre IL
- ✓ Thea Krokan Murud, Roterud IL
- ✓ Marthe Bjørnsgaard, LSK
- ✓ Mari Støen Gussiås, LSK
- ✓ Magni Smedås, Nansen IL
- ✓ Emil Nyeng, Ringebu-Fåvang SK
- ✓ Eivind Bakkene, Øystre Slidre IL
- ✓ Even Sætheren Hippe, LSK
- ✓ Erik Sverdrup Augdal, Ringkollen

Trener: Eivind Warlo



VÅRMØTE 2016

Team Veidekke Innlandet 2016-17

Uttatte løpere sesongen 2016-17:

- ✓ Thea Krokan Murud, Roterud IL
- ✓ Marthe Bjørnsgaard, LSK
- ✓ Mari Støen Gussiås, LSK
- ✓ Emil Nyeng, Ringebu-Fåvang SK
- ✓ Eivind Bakkene, Øystre Slidre IL
- ✓ Erik Sverdrup Augdal, Ringkollen
- ✓ Chrisander Skjønberg Holth, IF Birkebeineren
- ✓ Mattis Stenshagen, Follebu Skiklubb
- ✓ Kristian Græsli, Hamar Skiklubb

Trener: Eivind Warlo



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Samarbeidspartnere 2015-2016



GD

- GD cup.



Totens Sparebank - Totenbank-cup



Gålå

- Gålå cup



OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Ung i sporet – v/ungdomsrepresentanten

- ✓ Sesongen 2015-16 deltok Robert på samlingene til 15-16 år, leder på Hovedlandsrennet, leder på Ungdomsstafetten, avslutningshelgen på Gålå, høstmøte til Skiforbundet sammen med ung i sporet og vårmøte til Skiforbundet.
- ✓ Ny ungdomsrepresentant i langrennskomiteen til skiforbundet, Marthe Kobbersletten Jensen + Kari Sylten er i Ung i sporet og er valgt inn som vanlig medlemmer i langrennskomiteen til Skiforbundet. (2stk under 25 år!)
- ✓ Vi er nå 16stk i Ung i sportet.
- I OSK sin Handlingsplan, står det under kapittel 5, Kompetanse: Idrettskompetanse og ungdom: Tiltak: rekruttere flere ungdommer og tidligere utøvere til leder- og trenerverv. Tiltak: Arrangere egne trenerkurs for ungdom.
 - - Sted: Lillehammer
 - - Når: Aktuelt tidspunkt for barmarksdelen er høsten (sept/okt) (fredag – lørdag)
 - - Når: Aktuelt tidspunkt for skidelen er jan/feb (fredag – lørdag)
 - - Kurslærere: Sandra. Med hjelp av Robert
 - - Hvem: Ungdom opp til 15 - 30år? Skal vi invitere alle ungdommer fra hele Østlandet?
Eller kun Oppland/Hedmark?



OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Rulleski

HUSK å melde inn rulleskirenn!

Sommer 2016:

17.aug ØTS

1.Sep LSK



RULLESKIVETTREGLER

- 1 For å trene i trafikken må du beherske rulleski godt. Dette gjelder særlig bremsing og vending.
- 2 All opplæring og undervisning må skje på steder uten biltrafikk.
- 3 Barn under 15 år bør ikke gå på rulleski på trafikkerte veier.
- 4 Ved bruk av veibanen går du i hovedsak på høyre side av veien.
- 5 Tren kun på steder hvor du er godt kjent. Unngå stor trafikk, farlige utforkjøringer, svinger og veikryss.
- 6 Gi tydelige signaler til andre trafikanter og gjør deg forstått i trafikken.
- 7 Kle deg synlig og bruk alltid refleks. Treningen bør foregå i dagslys.
- 8 Bruk alltid hjelm. Glem heller ikke briller som beskytter øynene.
- 9 Unngå musikk i ørene for å ha fullt fokus i trafikken.

Utarbeidet av Norges Skiforbund, Norges Skiskytterforbund, Statens vegvesen og Trygg Trafikk.



VÅRMØTE 2016

OPPSUMMERING 2015-16

- ✓ Terminlista 2015-16 besto av:
 - 34 langrenn
 - 19 turrenn
 - ✓ Noen få avlyste renn pga. snøforholdene.
 - ✓ LK-representant har vært tilstede på alle KM-arrangement.
 - ✓ Oppsett av TD'er har fungert greit denne sesongen.
Mentorordningen er kompetanseflyt 😊
-



OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Terminliste 2016-2017

Føringer:

- ✓ nasjonal terminliste
- ✓ OSK-LKs vårmøte kommer med føringer
- ✓ klubbenes rennønsker – søknadsfrist 1/9
- ✓ OSK-LKs høstmøte fastsetter terminlista

I tillegg må vi ta hensyn til:

- ✓ sammensetning av ulike stilarter og konkurranseformer
 - ✓ spredning gjennom hele sesongen – alle renn kan ikke gå i februar
 - ✓ uttaksrenn i riktig stilart, og riktig tidsmessig plassert ifht Hovedlandsrenn, Ungdomsstafett og NM jr.
-



VÅRMØTE 2016

TERMINLISTE – KM historie

KM rullering:

<u>År:</u>	<u>Individuelt:</u>	<u>Sprint:</u>	<u>Stafett:</u>
• 2009	Svea		
• 2010	Dombås		
• 2011	Gålå	Vind	Vestringen
• 2012	ØTS	Biri	Vestringen
• 2013	Lygna	Lygna	Vestringen
• 2014	Dombås/Vind	Biri	Vestringen
• 2015	Gålå	Dombås	ØTS(Lygna)
• 2016	Skrautvål	Svea	Gålå



VÅRMØTE 2016

TD

TD'er:

Alle arrangører som søker om renn, må også stille med TD'er!

- ✓ Hvordan skal vi rekruttere?
- ✓ Kurs hvert år?
Kurs for nybegynnere og viderekommende?



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

Terminliste sesongen 2016-17



Terminlistens hovedpunkter 2016-17



VÅRMØTE 2016

Kretsopplegg NM/HL/Norgescup 2016-17

Dato	Arr. /sted	Overnattingssted	Hotelldøgn	Antall rom
2016				
18-20. november	Beitosprinten Åpningshelg	Ikke lagt opp til felles kretsopplegg		
26-27. november	Gålå-sprinten NC senior	Wadahl Høgfjellshotell	24-27. nov	10 doble
9-11. desember	Gålå-sprinten NC senior Skand. Cup	Ikke lagt opp til overnatting gjennom kretsen		
2017				
20-22. januar	NC junior <i>Sted ikke bestemt</i>	<i>Prøveordning via NSF</i>		
2-5. februar	NM del 1 senior Lygna	Hurdalsjøen Kurs- og Konferansesenter	31. jan - 5. feb	6 doble
11-12. februar	NC senior <i>Sted ikke bestemt</i>			
17-19. februar	NC junior Voss	<i>Prøveordning via NSF</i>		
3-5. mars	HL2016 Tolga	Røros Hotel	1-5. mars	75 doble
4-5. mars	NC senior <i>Sted ikke bestemt</i>			
10-12. mars	NM junior Harstad	<i>Prøveordning via NSF</i>		
30. mars - 2. april.	NM del 2 senior NC junior finale Gålå	Wadahl Høgfjellshotell	28. mars - 2. april.	20 doble



VÅRMØTE 2016

Kretsopplegg NM/HL/Norgescup 2016-17

Overnatting ifbm. HL og NC/NM senior

- ... det mangler fortsatt et par arrangører
- ... bookes gjennom kretsen, bestilling som vanlig etter angitte frister

Overnatting ifbm. NC/NM junior

- ... det skal prøves ut ny ordning med administrasjon av overnatting via NSF
- ... her vil Oppland få tildelt sengeplasser tilsvarende 1 leder pr. 4 utøvere, vi kan evt. bestille ekstra dersom det er ledige senger etter at alle kretser har meldt inn behov
- Bookes på vanlig måte gjennom skikretsen, frist allerede 25. september

All informasjon om overnatting – med frister og linker til bestilling – legges ut på skikretsens hjemmesider før sommerferien.



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Sesongen 2016-17

Landslagsløpere sesongen 2016-17:

- ✓ Ingvild Flugstad Østberg – damer senior
 - ✓ Martin Løvstrøm Nyenget – herrer sprint
 - ✓ Barbro Kvåle – damer rekrutt
 - ✓ Håvard Solås Taugbøl – herrer rekrutt
 - ✓ Anne Karen Olsen – FH
 - ✓ Alexander Letrud – rekrutt FH
 - ✓ Petter Stakston - herrer junior
 - ✓ Marte Mæhlum Johansen – kvinner junior
-



OPPLAND
SKIKRETETS

VÅRMØTE 2016

LK-arbeid

Hva er viktige saker som LK skal jobbe med fram mot Høstmøtet 2016?

- Kurs:
 - Trener1/aktivitetsleder, Totenomr., aug/sep
 - Trener2, oppstart høst 2016
 - EQ-timing, november
 - Kompetanseoverføring i forb med samling uke 40
 - Unngå terminlistekonflikter med Liatoppen/Bendit etc
 - Fortsette med felles avslutning på krets-cuper (Gålå)
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

VÅRMØTE 2016

Valg LK

- Leder: Torbjørn Broks Pettersen, Øyer-Tretten IF – ikke på valg
- Nestleder: Ragnhild Soleng, Vind IL – gjenvalg 2016-18
- Medlem: Håvard Nyhagen, Rogne IL – ikke på valg
Hanne Kvåle, Brandbu IF – ikke på valg
Repr. fra Norddalen – ny 2016-2018
- Ungrepresentant: Robert Granseth – ikke på valg
-