



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE LANGRENN

Torsdag 27. oktober 2016





NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

Nettverk

- SSID: Birkebeineren
 - Passord: lhmr1994
-

HØSTMØTE 2016

Høstmøte NSF 11-23. oktober

Ildsjelpris til:

Ingerid G. Lunde og Bjørnar Bakken



HØSTMØTE 2016

Agenda

- ✓ Status økonomi
- ✓ Status handlingsplan
- ✓ Aktivitet: 15/16 år - junior - senior + Team Veidekke Innlandet
- ✓ Nasjonal terminliste og sesonginformasjoner
- ✓ Overnattingstilbud ifbm. HL og NM/NC
- ✓ Samarbeidspartnere LK
- ✓ Terminlista langrenn og turrenn 2016-17, inkl. cuper
- ✓ Status TD'er
- ✓ Utdanning
- ✓ Saker fra NSF Høstmøte 21-23. oktober
- ✓ Ung i sporet
- ✓ Antidoping
- ✓ Eventuelt





NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Langrennskomiteen 2016-2017

- ✓ Leder: Torbjørn Broks Pettersen, Øyer-Tretten IF
 - ✓ Nestleder: Ragnhild Soleng, Vind IL
 - ✓ Hanne S. Kvåle, Brandbu IF
 - ✓ Håvard Nyhagen, Rogne IL
 - ✓ Robert Granseth, Lillehammer Skiklub,
ungdomsrepresentant/Ung i sporet
 - ✓ ?
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Handlingsplan 2015-17

7 SATSNINGSOMRÅDER:

- Breddeidrett
- Toppidrett
- Arrangement
- Antidoping
- Anlegg
- Kompetanse
- Organisasjon, økonomi og kommunikasjon

Formål:

OSK skal arbeide til beste for skiidretten i Oppland gjennom å utvikle egen aktivitet og organisasjon.

Verdier:

OSK skal preges av frivillighet, demokrati, lojalitet og likeverd. All skiaktivitet skal bygge på grunnverdiene: gleder, fellesskap, helse og ærlighet.

Visjon:

OSK skal arbeide for at alle gis mulighet til å utøve skiidrett ut i fra egne ønsker og behov, og på den måten skape MANGE; GODE OG GLADE SKILØPERE.



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Status økonomi LK pr. 30.09.15



| Prosjekt | Inn | Ut | Resultat | Rev.budsj. | Kommentarer |
|-------------------------------------|----------|--------|----------|------------|---|
| Post 3 - utdanning | | | | | |
| * Trener I snø Hadeland januar | -10 343 | 10 343 | 0 | 0 | Nulles ut med post 3-midler |
| * Trener 1 barmark Lillehammer sept | -9 977 | 9 977 | 0 | 0 | Nulles ut med post 3-midler |
| Post 3 - bredde/rekruttering | | | 0 | 0 | |
| Grentilskudd 2016 | -263 697 | | -263 697 | -263 697 | |
| Drift komité | | 39 306 | 39 306 | 60 000 | Gjenstår: Høstmøter NSF/OSK, LK-møter, klær |
| Sponsorinntekter | -27 000 | | -27 000 | -27 000 | |
| Prosjektmidler | | | 0 | 0 | |

Junior/senior

| | | | | | |
|-------------------------------|----------|---------|--------|---------|----------|
| Team Veidekke Innlandet | | | 90 000 | 100 000 | |
| NM sr. del 1 Tromsø | -252 228 | 265 695 | 13 467 | 13 467 | |
| NM sr. del 2 Beitostølen | -96 551 | 108 458 | 11 907 | 11 907 | |
| NM jr. Vang | -83 500 | 104 239 | 20 739 | 20 739 | |
| NC Steinkjer | -519 395 | 538 192 | 18 797 | 18 797 | |
| NC Hovden | -443 569 | 465 272 | 21 703 | 21 703 | |
| NC Meråker | -126 810 | 135 073 | 8 263 | 8 263 | |
| NC Lygna | -50 679 | 50 143 | -536 | -536 | |
| NC nov/des | 0 | 0 | 0 | 5 000 | |
| VM-mønstring jr. Åsen | -10 329 | 13 305 | 2 976 | 2 976 | |
| Sekundering/smørning (junior) | 0 | 17 359 | 17 359 | 17 359 | |
| Juniorsamling uke 40 | 0 | 0 | 0 | 20 000 | Gjenstår |

15-16 år

| | | | | | |
|-------------------------------|----------|---------|----------------|---------------|------------------------|
| Hovedlandsrennet Fauske | -408 845 | 433 025 | 24 180 | 24 180 | |
| Ungdomsstafetten Oslo | 0 | 16 819 | 16 819 | 25 000 | |
| Avslutningssamling Gålå | -24 110 | 15 241 | -8 869 | 10 000 | Mangler kjøperegninger |
| Interkretssamling august/sept | -88 175 | 88 458 | 532 | 5 000 | |
| Snøsamling Sjusjøen desember | 0 | 0 | 0 | 10 000 | Gjenstår |
| RESULTAT pr. 30.09.16 | | | -14 054 | 83 158 | |

HØSTMØTE 2016

Målsetting sesongen 2016/17

MANGE, GODE OG GLADE SKILØPERE!

- Individuell medalje i NM senior
- Medalje i NM senior stafett
- Individuell medalje i NM junior
- Medalje i NM junior stafett
- Være en av de tre største skikretsene i Hovedlandsrennet





OPPLAND
SKIKRETS

Team Veidekke Innlandet



Utfordrende økonomi:

| | |
|------------------------|-------------|
| Status EK per 3.okt 16 | -27 000 |
| Kostnader ut 2016 | -367 000 |
| Bidrag kretser | 180 000 |
| Sparebank 1 | 170 000 ??? |
| Div inntekt | 30 000 |
| | |
| Estimert EK 31.12.16 | -14 000 |

Reduserte rammer til smøring, kun 2 smørere på renn
Bo billigere etc.

Hva vil være status per 30.04.17?



OPPLAND
SKIKRETS

Team Veidekke Innlandet



Løpere:

Chrisander S. Holth

Eirik S. Augdal

Eivind Bakkene

Emil Nyeng

Kristian Græsli

Mari S. Gussiås

Marthe Bjørnsgaard

Mattis Stenshagen

Thea Krokan Murud

Trener:

Eivind Warlo

Styringsgruppe:

Gabriel Johannesen

Helge Brynestad

Torbjørn B. Pettersen

Brit Baldishol

Erlend Slokvik



OPPLAND
SKIKRETS

Team Veidekke Innlandet



Sportslig suksess

Aktiv på sosiale medier

<http://www.teamveidekke.no/innlandet/>



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

- opp til 15 år

Høstcamp 2016, breddesamling

På tvers av grener, administreres av kretskontoret
Arrangert på Beitostølen 17-18.september

Xtrem Spræk 2016

På tvers av grener, administreres av kretskontoret
Arrangert i Gausdal 23-24. april 2016 med 78 deltakere
Planlegges arrangert etter samme lest som før april/mai 2017





OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Aldersbestemte klasser 15-16 år

Ansvarlige:

Robert Granseth

Høsten 2016:

- Interkretssamling med med Hedmark, Sjusjøen 2-4. september, med 54 utøvere, 19 fra Hedmark og 35 fra Oppland
- Snøsamling Sjusjøen 25-27. november - under planlegging

2017:

- Hovedlandsrennet Tolga 3-5 mars 2017
 - Ungdomsstafetten 12 mars 2017 - 3,75 km*4 klassisk Holmenkollen
 - Interkretssamling – august/september
 - Snøsamling siste helg i november
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Hovedlandsrennet 2017

Tolga 3-5 mars

Hovedledere:

Robert Granseth + ?

Overnatting

Det er reservert: 75 dobbeltrom på Røros Hotell

Bestilling til kretsen **innen 20. desember 2016**

Hovedleder setter opp romfordeling, evt. ønsker mottas i merknadsfelt ved bestilling

Smøreboder

... 1 smøreplass er en smører – enkelt bord

... 2 smøreplasser er 2 smørere på ett dobbelt bord.

Bestilling til kretsen **innen 1. november**

Regionkontakter

... Gudbrandsdalen:

... Lillehammer:

... Gjøvik/Toten:

... Hadeland:

... Valdres:



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Hovedlandsrennet 2017

Tolga 3-5 mars

Regionkontaktene hjelper til med:

- ... sekundering/smøretips/serviceposter.
- ... stafettuttak
- ... møtetidspunkter

Vi kommer til å bruke **facebook og internett** aktivt overfor løpere, foreldre, trenere, det er opprettet egen Facebook gruppe alt til HL!

Uttakingsrenn til stafetten

- ... 21 januar KM Sprint Gjøvik Klassisk
- ... KM Lillehammer 28-29. januar Skate + klassisk fellesstart
- ... 12. februar Madshusrennet Klassisk
- ... 25. februar Skrautvålrennet Skate
- ... Gålå Cupen, generelt alt i alt
- ... HL (totalvurdering) - vektes opp mot HL

Ved lik vurdering av en løper i 15 og 16 år, blir løper i 16 år prioritert.

Det forutsettes at alle løpere ønsker å gå stafett.

Ønske om stilart må meldes hovedleder i god tid i forkant.

Alle får gå stafett, dersom vi får det til å gå opp med utøvere.

Slik kan eventuelt noen utøvere måtte gå sammen med en annen krets.

Vi er svært sårbare dersom noen på laget ikke kan stille.



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Ungdomsstafetten 2017

- ✓ Søndag 12. mars i Holmenkollen, Oslo.
 - ✓ Ungdomsstafetten er en mix stafett over fire etapper á 3,75 km.
 - ✓ Stilart er klassisk
 - ✓ OSK stiller med 2 lag bestående av:
 - 1. etappe J15 år
 - 2. etappe: G15 år
 - 3. etappe: J16 år
 - 4. etappe: G16 år
 - ✓ Hovedleder Robert Granseth
 - ✓ 1-2 smørere
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2015

Uttakingsrenn til Ungdomsstafetten 2017

- 21. januar KM Sprint Gjøvik, klassisk
- 29. januar KM Lillehammer, klassisk fellesstart
- 12. februar Madshusrennet, klassisk
- 3-5. mars Hovedlandsrennet

+ generell skjønnsmessig vurdering av sesongen og formutvikling.

Uttakingskomiteen består av regionkontaktene og LK.



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Statoil NorgesCup og NM 2016-17

Nasjonal terminliste NSF 2016-17

Sesonginformasjoner 2016-17



| Dato | Arr. /sted | Overnattingssted | Hotellidøgn | Antall rom | Pris | Link til bestilling | Frist |
|---------------------|--|--|---------------------|---------------|---|--|---------------------|
| 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 | 1075/person/dobbelrom frokost, matpakke, middag og kveldsmat | | 10. oktober 2016. |
| 9-11. desember | Lillehammer NC senior, SkanCup VM-mønstring jr | Ikke lagt opp til overnatting gjennom kretsen | | | | | |
| 17-18. desember | Lygna FIS-renn jr/sr NM-test | Ikke lagt opp til overnatting gjennom kretsen | | | | | |
| 2017 | | | | | | | |
| 13-15. januar | Nes NC junior (uttak jr. VM) | Best Western Oslo Airport Hotel | | | Priser kommer så snart hotellet er fordelt av NSF. | | 25. september 2016. |
| 21-22. januar | Sjusjøen NC senior | Sjusjøen Hytteutleie | 19-22. januar | 2 leiligheter | Pris avhenger av antall personer og ønsker om mat | Klikk her for bestilling | 15. november 2016. |
| 2-5. februar | NM del 1 senior Lygna | Hurdalsjøen Kurs- og Konferansesenter | 31. jan - 5. feb | 6 doble | 995/person/dobbelrom frokost, matpakke, middag og kveldsmat | Klikk her for bestilling | 20. desember 2016. |
| 17-19. februar | Voss NC junior NM sprint jr | Fleischers Hotel | | | Priser kommer så snart hotellet er fordelt av NSF. | | 25. september 2016. |
| 25-26. februar | Åsen NC senior U23-mesterskap | Scandic Oslo Airport Hotel | 23-26. februar | 12 doble | ca. 800/pers/dobbel frokost, matpakke og middags- buffet og kveldsmat | Klikk her for bestilling | 10. januar 2017. |
| 3-5. mars | HL2017 Tolga | Røros Hotel | 1-5. mars | 75 doble | 1025/pers/dobbel frokost, matpakke og middags- buffet og kveldsmat | Klikk her for bestilling | 20. desember 2016. |
| 10-12. mars | Harstad NM junior | Prøveordning booking via NSF Bestilles gjennom kretsen på vanlig måte innen 25.09.16 | | | Priser kommer så snart hotellet er fordelt av NSF. | | 25. september 2016. |
| 30. mars - 2. april | Gålå NM del 2 senior U23-mesterskap (fre) NC junior finaler | Wadahl Høgfjellshotell | 28. mars - 2. april | 20 doble | 1075/person/dobbelrom frokost, matpakke, middag og kveldsmat | Klikk her for bestilling | 15. februar 2017. |



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Statoil Norgescup og NM

- 2 hovedledere (junior) – 1 hovedleder (senior)
 - Smørningskoordinator: Kristian Nordlunde
 - Smøreplasser – felles bestilling og koordinering gjennom kretsen, siste frist 1. november.
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETTS

HØSTMØTE 2016

Junior

Kretssamling uke 40:

- Mandag 3. oktober - torsdag 6. oktober på Natrudstilen
 - 24 deltakere i alderen 17-20 år
 - Hovedleder og -trener: Ole Martin Storlien
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Statoil Norgescup og NM junior 2016-17

- Hovedledere: Ragnhild Soleng og Håvard Nyhagen

- **Regionkontakter:**

Lillehammer:

Hadeland:

Gjøvik/Toten:

Valdres:

Petter Blindheim

Daniel Lunde

Ole Henrik Evensen

Vegard Kjøs Egge

Rennoversikt junior:

... 9-11. desember

... 13-15. januar

... 17-19. februar

... 11-13. mars

... 31. mars – 2. april

VM jr. mønstring Lillehammer

NC jr. Nes

NC jr. Voss

NM jr. Harstad

NM del 2, Gålå + NC jr. finale



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Statoil Norgescup og NM junior 2016-17

9.-11. desember, VM-mønstring jr., Lillehammer

Hovedledere fra OSK - ????

Overnatting: Ingen organisert overnatting gjennom skikretsen

13-15. januar, Nes

Hovedledere fra OSK - Ragnhild Soleng og Håvard Nyhagen

Overnatting: Best Western Oslo Airport Hotel

Bestillingsfristenn gikk ut 25. september.

Alle som har bestilt overnatting vil få.

17-19. februar, Voss

Hovedledere fra OSK – Ragnhild Soleng og Håvard Nyhagen

Overnatting: Fleischers Hotel

Bestillingsfristen gikk ut 25. september.

Mer info kommer så snart vi har noe klart.

.



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Statoil Norgescup og NM junior 2016-17

10-12. mars, NM junior, Harstad

Hovedledere fra OSK - Ragnhild Soleng og Håvard Nyhagen

Overnatting: Klubber/Team booker hotell gjennom skikretsen, hotellrom fordeles av NSF - jf. utprøving av ny ordning sesongen 2016-17.

31. mars – 2. april, NM del 2 + NC junior finale, Gålå

Hovedledere fra OSK - Hanne Kvåle, Ragnhild Soleng og Håvard Nyhagen

Overnatting: Wadahl Høgfjellshotell

Siste frist for bestilling er 15. februar 2017.



HØSTMØTE 2016

Statoil Norgescup og NM junior 2016-17

Nye rutiner for booking av overnatting

Vi har fått tildelt 91 sengeplasser av NSF, basert på historiske behov.
(1 leder per 4 utøvere)

Oppsummert:

Vi har seng til alle utøvere + ledere, ikke til foreldre



OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Statoil Norgescup og NM senior 2016-2017

- Hovedleder: Hanne S. Kvåle
- OSK har ikke sekundering, drikkeopplegg eller smøreopplegg.
- NB! Ikke noe OSK-opplegg på Beitostølen i november

Rennoversikt senior:

| | |
|-------------------------|---|
| ... 26-27. november | Gålå-sprinten |
| ... 9-11. desember | Lillehammer |
| ... 21-22. januar | Sjusjøen |
| ... 2-5. februar | NM del 1, Lygna |
| ... 25-26. februar | Åsen (+U23-mesterskap begge dager) |
| ... 30. mars – 2. april | NM del 2, Gålå (+U23-mesterskap fredag) |

HØSTMØTE 2016

Terminliste 2016-17

Føringer:

- Nasjonal terminliste
- OSK-LKs vårmøte
- Klubbenes rennønsker

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.
 - Store arrangement i vår krets
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Terminlister Oppland 2016-17

Terminliste LANGRENN Oppland 2016-17

Terminliste TURRENN Oppland 2016-17



OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Terminliste 2016-17

3 KM-helger (individuelt 2 renn – sprint – stafett)

Videreføre Totenbank- og GD-cup for 11-14 år og Gålå-Cup 15-16 år
... ingen cuprenn før jul

Cuper:

- geografisk spredning
 - balanse mht. stilart
 - spredning i tid
 - uttak til stafetter (HL og Ungdomsstafetten)
 - unngå konkurranse mellom renn i samme region
 - nødvendig hensyn til nasjonal terminliste
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Samarbeidspartnere 2016-2017



GD-cup



Totens Sparebank

Totenbank-cup



Gålå-cup



OPPLAND
SKIKRETS



HØSTMØTE 2016

GD-cup 11-14 år Lillehammer/Gudbrandsdalen

- Hovedsponsor er avisen GD
 - Kontaktperson hos GD er (Solveig Sigstadstø, 61221000)
 - Arrangør tar kontakt med GD i god tid før arrangementet ang. annonse i avisa.
 - Alle arrangører av GD-cup renn skal bruke startnummer og ha stadionreklame fra GD (kontakt GD for avtale om sending/henting av dette).
 - Resultater sendes GD pr. e-post renndagen (sporten@gd.no) og Oppland@skiforbundet.no
 - OSK fører poenglister for cupen.
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016



Følgende renn inngår i GD-cup 2017:

- 8. januar Follebu Friteknikk indiv. start
 - 12. februar Astridbekken Klassisk indiv. start
 - 26. februar Øyer-Tretten Langrennscross
 - 5. mars Dombås Friteknikk indiv. start
 - 19. mars Trabelirenet Klassisk/Skiathlon
 - 25. april Beitostølen Friteknikk fellesstart
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Totenbank-cup 11-14 år Vest-Oppland/Valdres



Totens Sparebank

- Hovedsponsorer er Totens Sparebank.
 - Alle arrangører av Totenbank-cuprenn bruker startnummerserie fra Totens Sparebanken for klassene J/G 11-14 år.
 - Totens Sparebank kan om ønskelig profilere seg med stand på arenaen
 - Resultatliste sendes til Oppland@skiforbundet.no, som fører poenglister.
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016



Totens Sparebank

Følgende renn inngår i Totenbank-cup 2017:

- 7. januar Svea Klassisk indiv. start
 - 22. januar Vind IL Friteknikk/duathlon
 - 12. februar Madshusrennet Klassisk indiv. start
 - 25. februar Raufossrennet Langrennscross
 - 18. mars ØTS-sprinten Friteknikk
 - 25. mars Beitostølen Friteknikk indiv. start
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Gålå cup 15-16 år hele kretsen



- Hovedsponsorer er Gålå AS.
- Alle arrangører av Gålå-cuprenn skal bruke startnummer fra Gålå i klassene J/G 15-16 år – tilpass start for disse klassene ut fra startnummer dere har til rådighet.
- Resultatliste sendes til Oppland@skiforbundet.no, som fører poenglister.



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016



Følgende renn inngår Gåå-cup 2016-17:

- 30. desember Beitostølen Friteknikk indiv. start
 - 21. januar KM sprint Gjøvik Klassisk sprint
 - 28. januar KM Lillehammer Friteknikk indiv. start
 - 29. januar KM Lillehammer Klassisk fellesstart
 - 12. februar Madshusrennet Klassisk indiv. start
 - 25. mars Beitostølen Friteknikk fellesstart
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Poengberegning cuper 2016-17



| | | | |
|-------------------|---------------------------------------|-------------------|-------------------|
| 1 plass gir 50 p | 6 plass gir 25 p | 11 plass gir 20 p | 16 plass gir 15 p |
| 2 plass gir 35 p | 7 plass gir 24 p | 12 plass gir 19 p | 17 plass gir 14 p |
| 3 plass gir 30 p | 8 plass gir 23 p | 13 plass gir 18 p | 18 plass gir 13 p |
| 4 plass gir 28 p | 9 plass gir 22 p | 14 plass gir 17 p | 19 plass gir 12 p |
| 5 plass gir 26 p | 10 plass gir 21 p | 15 plass gir 16 p | 20 plass gir 11 p |
| 21 plass gir 10 p | 26 plass gir 5 p | | |
| 22 plass gir 9 p | 27 plass gir 4 p | | |
| 23 plass gir 8 p | 28 plass gir 3 p | | |
| 24 plass gir 7 p | 29 plass gir 2 p | | |
| 25 plass gir 6 p | 30 plass og videre utover gir 1 poeng | | |

Det gis dobbelt poengsum i det siste cuprennet i all tre cupene!



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Seeding i cuprenn



Fellesstart/skiathlon (for klassene 13 år og eldre):

- Det bør være plogformasjon og max 9 startspor i en fellesstart for å få strekk i feltet
 - Startrekkefølgen er resultater sammenlagt i cup'en på renntidspunktet
- Dersom det stiller løpere fra andre regioner eller kretser, stiller de bakerst i plogen



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Sprint/skicross (11-14 år):

GD-cup og Totenbank-cup:

- Heatsprint – løperne plasseres i heat á max 6 løpere. Hver løper bør gå min. 3 heat. Vinneren av heatet får 6 poeng, nr. 2 får 5 poeng osv. De 6 løperne med best poengsum totalt etter heatene går superfinale, ved lik poengsum på løpere på 6 pl. går den løperen med flest seiere videre.

Gåå-cup:

- Gjelder KM sprint Gjøvik
- WC-program benyttes og er det ikke 30 løpere videre til kvartfinaler avvikles videre finaler etter skjema utarbeidet av NSF; [Sprintskjema med få deltakere](#)

Dersom det stiller løpere fra andre regioner eller kretser, får disse gå sprinten på ordinær måte, MEN teller ikke i cupen.



OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Arrangører

- Alle arrangører som skal arrangere GD-cup og Gålå-cup, eller Totenbank-cup og Gålå-cup samtidig, får en utfordring ifm. bruk av startnummer. Som det framgår over, skal dere bruke forskjellige startnummer fra forskjellige sponsorer på de forskjellige cupene.
 - Arrangører er selv ansvarlig for å skaffe startnummer til sitt renn. Vi oppfordrer arrangørene til å ta kontakt med arrangør av foregående renn for overlevering/sending av startnummer osv.
 - Det skal være logoer for sponsorene på cupen på programmets forside.
 - Det skal i tillegg til vanlig invitasjon skrives under med Oppland Skikrets som er medarrangør av cupene.
-

HØSTMØTE 2016

Status TDer





NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Høstmøte NSF 16-18. oktober

NB! Regelendringer

Angående maks stavlengde

I september 2016 ble følgende regler angående staver innført av FIS for alle FIS konkurranser. Disse reglene ble i oktober 2016 også beslutta innført i NSF sitt rennreglement og gjeldende for alle renn på Norges Skiforbunds terminliste.

NSF regel 343.8.1 (ny regel)

I renn med klassisk teknikk kan stavenes lengde være maksimalt 83% av løperens kroppshøyde. Ved fri teknikk er maksimal stavlengde 100% av løperens kroppshøyde.

Kroppshøyden males med skisko på, fra et flatt underlag og opp til issen. Stavlengden måles fra stavens pigg (spiss) opp til der hvor øverste håndreimen går inn i staven. Alle mål skal angis i hele cm, med vanlige avrundingsregler (0,4 avrundes ned, 0,5 forhøyes opp).

NSF regel 343.12.1 (oppdatert regel)

Staver kan byttes under løpet, med følgende begrensninger: Stavbytte er tillatt kun når en stav er brukket eller ødelagt. Ved klassisk teknikk er det forbudt å bytte begge stavene med mindre de to nye stavene oppfyller regelen om stavlengde (maks 83% av kroppshøyde).



OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Høstmøte NSF 16-18. oktober

Angående soner

I juni 2016 ble følgende regel angående bruk av soner vedtatt av FIS for alle FIS konkurranser.

FIS regel 310.2.1.4 (ny regel)

Juryen kan forby bruk av en eller flere teknikker i markerte soner i løypa.

Alle regelbrudd vil bli rapportert til juryen.

I NSF sitt høstmøte i oktober ble også følgende vedtak angående bruk av soner for sesongen 2016/17 fattet:

NSF skal som minimum ha soner på alle norgescuprenn junior, stafett i NM Junior, sprint og stafett i Hovedlandsrennet og på senior-cup på Gålåsprinten 26 – 27. November

Ordningen blir løpende vurdert gjennom sesongen

Det kan fortsatt være mulig å innlemme flere renn i ordningen

Skikretsen oppfordres til å prøve sone-ordningen

Juryen har den endelige avgjørelsen i forhold til den praktiske gjennomføringen på rennstedet



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Kurs

- 2. november TD-kurs, Honne
- 8. november Innføringskurs EQ-timing, Otta
- 9. november Innføringskurs EQ-timing, Eina

EQ-timing-kurset på Otta kan evt. bli flyttet til Gausdal/Lillehammer

- 9-10. november Løypekjørerseminar Beitostølen

Under planlegging:

- Trener 1 unge sammen med Hedmark Skikrets
 - Trener 1 snømoduler Lillehammer-regionen
 - Evt. Trener 1-kurs I andre regioner etter ønske/behov
 - Skileik-kurs - kan settes opp etter innmeldte ønsker til skikretsen
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Sonesamlinger

- Skikretsen planlegger sonesamlinger i alle soner/regioner i kretsen i løpet av 2016-17, sammen med Olympiatoppen Innlandet og representanter fra NSF.
 - For tillitsvalgte, trenere, foreldre og andre med hjerte for skiidretten
 - Tema: Bredde, rekruttering og frafall, sett i sammenheng med Skipolitisk dokument, Skiforbundets utviklingsmodell og Utviklingstrappa.
 - Første møte: For Midt-Gudbrandsdalen, på Vinstra mandag 14. november!
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Ung i sporet

unge
LK sentralt

Unge representanter LK
krets

Unge representanter i klubber



OPPLAND
SKIKRETS

Hvorfor er det viktig med unge representanter i "styr og stell"

For idretten:

- Høy gjennomsnittsalder – trenger nye øyne
 - Har "ferske" erfaringer
 - Tenker annerledes
 - Ungt engasjement
 - Utøvere kan trives med trenere og ledere nærmere dem selv i alder
-



OPPLAND
SKIKRETS

Hvorfor er det viktig med unge representanter i "styr og stell"

For de unge-frivillige:

- Være del av miljøet og være med å forme fremtiden
 - Nettverk
 - Erfaring som leder
 - Idrettsglede
 - Utvikling og ny kompetanse – fantastisk læringsplattform
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Antidoping

Vi oppfordrer følgende **KLUBBER** om å gjennomføre [Rent Idrettslag](#)

- Klubber som arrangerer KM 2016-17
- Klubber som arrangerer større turrenn i kretsen
- Klubber som avgir løpere til NSF landslag og Team Veidekke Innlandet

Fra og med sesongen 2017-18 vil det bli et krav at alle klubber som nevnt over har status Rent Idrettslag.



antidoping.no



OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

Husk....

- ✓ Telenorkarusell, siste frist 10. november
 - ✓ Skilisens, klubben ordner, MÅ være betalt!
 - ✓ FIS-liste – alle f.o.m. junior som skal gå NM- og NC-renn, MÅ være innmeldt
 - ✓ LSV-luer, bestilles nå direkte fra Langrennsportens Venner
 - ✓ TD-kurs – for bade nye og erfarne TD'er, påmeldingsfrist 28. oktober
 - ✓ Innføringskurs i EQ-timing, påmeldingsfrist 1. november
 - ✓ Bestilling av smørebarer, siste frist 1.november
 - ✓ Kretssamling 15-16 år, påmeldingsfrist 13. november
 - ✓ Spillemidler til utstyr, inkl. prepareringsutstyr langrenn – søknadsfrist 23.nov
-



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETS

HØSTMØTE 2016

Lik oss på [Facebook](#) og bli oppdatert på alt som skjer!



facebook



NORGES
SKIFORBUND

OPPLAND
SKIKRETETS

HØSTMØTE 2016

LYKKE TIL MED SESONGEN !

