

Nettverksmøte Hopp/kombinert

Sted: Midtstulia

Tid: 21.okt 2025 kl.18.00-20.00

Møteleder(e): Vårinn Rein Trustrup og Tove Andersen

Varinnrein.trustrup@skiforbundet.no / tove.andersen@skiforbundet.no

Introduksjon

Til stede:

- Erlend Munkeby, Kollen hopp
- Ken Martin Rustad, Eidsvoll

Agenda

- **Presentasjonsrunde**
- **Nytt fra Skiklubbutviklere og fra Norges skiforbund**
- Klubbguiden
- Aktivitetshefter, Aktivitetsplanleggeren (med filmer), Ukas økt -> Inspirasjonsøkta
- Utstyrsutlån-tilhenger i alle kretsene
- Trenerkurs
- Hoppskolen
- **Klubbenes time**
 - Runden rundt
- Terminliste

Info fra skiklubbutviklere

Klubbguide: <https://www.skiforbundet.no/om/rekruttering/klubb utvikling/>

Ukas økt er nå «Inspirasjonsøkta»

- Er økter i alle skigrenene som Skiklubbutvikler og NSF gren lager som tips til trenere, øktene lages tilpasset sesong
- Skiklubbutviklere ønsker forslag til økter som hopp/kombinert vil ha filmet (vi kommer gjerne ut i klubb og filmer)
- <https://www.skiforbundet.no/om/rekruttering/ukas-okt/>
- Aktivitetsplanlegger / Øktbank (digital vinter og barmark med filmer):
<https://aktivitetsplanlegger.no/>

- Hefter som ligger i PDF på nettside:
 - Barmark: [Hefte Barmark](#)
 - Vinter(langrennsbasert): [Hefte Vinter](#)
 - Rollerblades/rulleski: [Hefte Asfalt](#)

Henger og utstyr

- Oslo skikrets:
 - Oversikt utstyr og kontrakt lån ligger nettside Skikretsen gå inn på “om” og klikk på: [Lån av utstyr](#)
 - Link: [Om](#)
- Akershus:
 - [Gratis lån av utstyrshenger](#)

Ta kontakt med skiklubbutvikler for lån av henger og/eller utstyr.

Minst 1 uke i forveien av lån.

Egen kontrakt signeres for lån av tilhenger og evt utstyr.

Klubbens time

Kollen hopp

- 80 utøvere i Kollen hopp
- Spent på de yngre (under 12), hvordan det blir fremover.
- *Tirsdag er rekrutteringsdag (gratis å komme å prøve)*
- *Kan låne utstyr*
- Hele første sesong gratis for nye
- Har innetrening torsdager
- Barn drar med seg andre barn,
- Eks: en gutt som hadde mast fordi han ville bli skihopper, men moren sa nei, han fikk lov å være med 1 gang. Nå er han ustoppelig.
- I 2016, begynte vi med barnebursager. Fungert bra.

Eidsvoll

- Hoppgruppa starta opp igjen i 2018.
- Ken Martin har vært leder i 4 år.
- 2 aktive utøvere på sommer
- 10 aktive utøvere på vinter
- Har kunstsno
- 4 bakker, 1 av dem i drift. 10m, 18m og 25 m.
- Samarbeider litt med Eidsvoll verk nå, så får vi se om det hjelper på rekruttering.
- *Åpent hver mandag, alle kan komme*
- *Kan låne utstyr gratis her*
- For medlemmer: kun medlemsavgiften
- Des-ut februar- hopper på snø.
- Jobber med å få tak i voksne som kan bidra. Lite folk.
- Delt ut 500 flyers i fjor, kom ingen.
- Nytt spor i K20 (eidsvoll) - hentet plast i gamle Granåsen.
- Blir hopprenn i Eidsvoll begynnelsen av februar.

Utfordringer:

Litt av problemet hos hopp - langrenn er redd for å miste utøvere til hopp?

Opplever motstand på samarbeid med langrennsklubber.

Østre Aker v /Endre Landbø meldte inn punkt (kunne ikke delta)

- Trenger å påvirke Oslo kommune for å fikse anlegget. Heis, restaurere småbakker, ønsker plast.
- Har to trenere pr nå, Fredrik H H og en til

Trenerkurs

- Barnehopptrener 6.januar (4-timers kurs) [Barnehopptreneren -trenerkurs nybegynnere i Midtsulia | iSonen](#)
 - Planen er at Tove og Brage holder det sammen, påmelding kommer innen midten av november
- Trener 1 med langrenn, september, og 12-13 des.(meld på innen 3 desember) (aktuelt for kombinert å bli med i desember). Invitasjon på isonen, [Skidel langrenn Trener 1 | iSonen](#)

Også de som ikke nødvendigvis skal være trenere kan være med på kurs. Kan bidra til at foreldre blir tryggere og skape samhold fordi da blir de tryggere.

- Kollen hopp har ikke like stort behov for utdanning av trenere, godt rustet.
- Eidsvoll har få å ta av, derfor ingen å sende.

Hoppskolen (som en rekrutterings tiltak)

- Lik barnehopptrener, basert på mye av det samme , Lavterskel
- Ferdig mal på plakat og diplom
- Anbefaler å ha det over for eksempel 3 kvelder

Rekruttering

AKS/SFO og skole

- Kollen har 2, 9-setere som potensielt kan hente barn.
- Skiforbundet jobber på politisk nivå med å få inn skidag.
- Tove sender kontaktinfo på Svenstuen skole til Erlend i Kollenhopp(de har hatt skilek i Holmenkollen 2 år på rad for 1-6 klasse)
- Møre og Romsdalsklubber har hatt suksess med dette i noen hoppklubber

Terminliste- Oslo vintergames

Starter onsdag 14. januar til og med 4. februar (mulig det blir en uke ekstra). Opptil 16 år.
Ha skilek en av disse dagene ?

Oslo skikrets er blitt spurt om å bidra under WC kollen søndag 15 mars, ha skilek for barn, trekke publikum

Kollenhopp - hoppskole

Kollenhopp – har planer om å kjører utstyr inn til Ullevålseter og har hoppskole der i helgene. Bruker ungdomstrenerne.

- Bygdøy hoppskole - få til noe der .
- Fortsette samarbeidet vi har med Fossum. Asker holder på litt for seg selv (de har gode forbilder å benytte, og de har ansatt - Elias. De kommer også på Oslo vintergames).

Rekrutteringsutvalg

Representanter fra hver gren. Som kan kobles opp mot oss SKU. Nå begynt å opprettes i ulike kretser i landet.

- Oslo skikrets har opprettet, mangler representant fra Hopp/kombinert. Få på plass før utgang av november. Tove koordineringsansvarlig.
- Ikke mye jobb, Helst teamsmøter. Oslo har t planlagt arr og det er Åpen dag- prøv skikgrenen , Liabakken(Stovner en søndag i januar)

Når utøvere gir seg

Ikke slipp de utøverne som gir seg, spør om de ønsker å fortsette å bidra, selv om de gitt seg med konkurranse.

Rekruttansvarlig Kollenhopp

Brage Stensland-Larsen (Vårinn og Tove skal ha møte med han uke 45)

Barneidrett bestemmelsene

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/bestemmelser-om-barneidrett/>