

Nyhetsbrev november / desember 2014 fra Langrennskomiteen Oslo Skikrets

Nyhetsbrevet skal være en informasjon til klubber, utøvere, trenere, foreldre og andre interesserte, som ønsker informasjon om hvilke saker langrennskomiteen i Oslo Skikrets jobber med.

1. Nytt poengsystem for Milslukern Cup og BDO-Cup

Koll Ski har foreslått en ny poengberegningsmodell for Milslukern Cup, som gjør at flere vil få poeng for å holde på bredden i konkurransene. Utdrag fra Kolls forslag:

“Ettersom de beste uansett vil få flest poeng uansett ordning ser vi ikke hva Oslo Skikrets taper på å endre ordningen slik at flere får poeng hver gang. I tillegg favoriseres de beste i sterk grad. Dvs alle som klarer en toppllassering vil ikke kunne tas igjen av løpere som ikke får en topp 10 plassering i løpet av sesongen. (...) Koll Ski mener at vårt forslag vil bidra til at flere i Oslo Skikrets vil delta på flere skirenn over flere år enn om dagens ordning fortsetter.”

Forslaget er kommet fra Koll er diskutert i klubber og 15/16 års gruppene. Langrennskomiteen støttet forslaget som vil gjelde fra kommende sesong i Milslukern Cup. Husk påmeldings-frist 5. desember!
Les mer om Milslukern cup her:

<http://www.skiforbundet.no/oslo/nyhetsarkiv/klart-for-milslukercup-2015/>

BDO-Cup

Den samme endring i poengskala innføres for **BDO-Cup** for 15/16-åringer.

Alle løpere tilknyttet en klubb i Akershus, Oslo eller Østfold, og som tilfredsstillt deltagelse (dvs. har tegnet NSF's skiforsikring/lisens for sesongen 2014 - 2015), vil automatisk delta i BDO Cup. Det er ingen deltageravgift eller separat påmelding til årets BDO Cup. Ved å delta på ett eller flere renn nevnt under er man automatisk med i sesongens cup.
Se rennoversikt her:

<http://www.skiforbundet.no/akershus/langrenn/arrangement/bdocup/>

2. Regler for barneidrett

Vi minner om regler for barneidrett før vinterens skirenn starter. Regler for barneidrett – hvordan tolker skikretsen reglene?

Fra NIFs barneidrettsbestemmelser:

d) Fra det året barnet fyller 11 år kan det benyttes resultatlister, tabeller og rangeringer i konkurranser, dersom dette er formålstjenlig.

<http://www.idrett.no/tema/barneidrett/bestemmelserogrettigheter/barnebestemmelser/Sider/default.aspx>

Skiforbundets retningslinjer:

”Resultatlistene for barn opp til 10 år skal være urangerte (oppgis alfabetisk eller i startnummerrekkefølge), det er tillatt å oppgi tider.”

<http://www.skiforbundet.no/langrenn/regler-og-retningslinjer/for-barn-og-ungdom/>

Presisering fra NSF 2011:

NB: Lister med tider, poeng, lengder skal ikke publiseres i presse eller på nettsider. De kan henges opp på rennstedet.”

Ordinære, rangerte resultatlistene kan benyttes fra og med klasse 11 år.

Skiforbundets regler er strengere enn Idrettsforbundet sitt og noen klubber har reagert på at det ikke skal være mulig å legge ut tider på nettet, selv om disse er urangerte. Bakgrunnen til Skiforbundets nye presisering er meldinger om at overivrige foreldre lager rangeringer og sammenlikner tider, og at barna blir svært opptatt av å sammenlikne tidene sine med andre.

Det finnes imidlertid andre kreative løsninger på skirenn for barn under 11 år:

Telenorkarusellen har benyttet et system for de starter med 4/5 løpere av gangen hvert 10 sekund. Ingen tider blir tatt eller plasseringer blir registrert. Tilbakemeldingene er at dette fungerer bra. I Naborunden i år vil en kunne søke opp sin egen tid, men du får bare en og en tid opp ad gangen, og tidene er urangerte.

LK forholder seg selvsagt til NSF's retningslinjer, men ønsker også å sende et notat til NSF og spørre mer om årsaken til presisering av retningslinjer fra 2011, og om det bør være strengere regler i langrenn enn i de andre idrettsforbundene.

3. Reservearenaer for skirenn

Mange skirenn og lite snøfattige vintre krever reservearenaer for de viktigste rennene i kretsen. Langrennskomiteen har vedtatt at KM klassisk og KM fri må ha reservearena.

Begrunnelsen er at det er på disse to KM-distansene det er flest deltakere.

LK gir støtte til reservearena med 50% - maks opp til kr.7.500 for en helg i inneværende sesong (14/15).

4. Nye renn og arrangører inn på terminlisten?

Det er trangt om plassen på terminlisten og det kan være vanskelig for nye arrangørklubber og nye renn å få plass i løpet av en kort sesong. LK ønsker nyvinninger på terminlisten velkommen. Vi vil oppfordre alle klubber som ønsker arrangere renn i sesongen 15/16 til å komme med 3 alternative datoer før 15. Mai 2015. LK vil i tillegg informere klubbene som i år arrangerer sine faste renn at en eventuell endring på terminlisten for neste sesong kan skje.

5. Retningslinjer for Lang – KM

Oslo Skikrets har ikke hatt retningslinjer for Lang KM og har heller ikke arrangert KM lang tidligere. Bækkelaget ønsket å arrangere KM Lang denne sesongen, men på grunn av

manglende ledige datoer i terminlisten og opptatt arena på den ene ledige datoen måtte Bækkelaget trekke arrangementet. Om Lang KM skal arrangeres i fremtiden er LKs vedtatte retningslinjer som følger:

Vår anbefaling er at rennet arrangeres i forholdsvis lette løyper. Distansene må være noe fleksible i forhold til trassene som benyttes. LK anbefaler: 13/14år 7,5 km -10 km og 15/16 år 15km -20km. Junior: 20-30 km, Senior: 30 km.

Ressurser for klubbene.

Langrennskomiteen ønsker å bygge en ressursbase på navn på trenere, ernæringsfysiologer el, som kan bestilles av klubber til foredrag og treninger. Disse er selvstendig næringsdrivende og deltar mot honorar. Det er selvsagt helt opp til klubbene selv om de vil benytte seg av disse. Men fra tid til annen kommer det forespørsler fra klubber om kretsen har forslag på trenere og lignende, som kan leies inn av klubber ved behov. Derfor denne listen med noen forslag, som vi tror kan fungere bra om det skulle være behov for å hente inn trenerkrefter eksternt, til f.eks teknikk-økter.

Trenere:

Kjell-Christian Markset, Koll. (tidligere junior-VM-løper)

kcmarkset@gmail.com

Petter Reistad (junior-verdensmester fra sist sesong)

94899405

Preistad@hotmail.com

Ernæringsfysiolog:

Barbro Sætha

barbrosatha@hotmail.com

Kom gjerne med tilbakemeldinger på andre trenere / ernæringsfysiologer med mer som du mener klubbene i kretsen kan nyte godt av. På den måten kan vi bygge opp en ressursbase av anbefalte nøkkelpersoner som klubbene kan kontakte ved behov.

Obligatorisk kjøp av Emit-brikker.

Skiforbundet har i fra i år lagt opp utøvere fra og med 11-årsklassen skal kjøpe egen personlige tidtakerbrikke som skal brukes på renn. Denne saken har så langt ikke vært tatt opp i Langrennskomiteen da den ble kjent etter vårt forrige møte.

Det har kommet reaksjoner fra flere klubber på den nye ordningen. LK er i løpende kontakt med Skiforbundet for å løse dette på en smidig måte.

En mulighet er å oppfordre de som går mer enn 5 renn per sesong til å kjøpe egne brikker, mens de som går mindre kan leie brikker på stedet. Svært mange i årsklassen 11-13 år har i dag ikke egne brikker, og det kan da oppstå merarbeid for arrangørklubbene om disse skal leies ut fra rennkantoret. Prisen er 635 kroner for brikken som da varer i fem sesonger. Men har du to barn i alderen 11-13 år som går lite skirenn, men bare vil prøve seg litt frykter jeg (mitt personlige standpunkt som formann i LK), at barna ikke blir påmeldt renn uten en mest mulig fleksibel ordning.

Kom gjerne med innspill på denne saken.

Les mer om saken her:

<http://www.skiforbundet.no/langrenn/skirenn/tidtakerbrikker/>

Stor aktivitet i kretsen.

I høst har Røa hatt åpen kretssamling for 12-13-åringene med 250 fornøyde deltakere og med gode tilbakemeldinger på arrangementet.

15-16 åringene har hatt to åpne kretssamlinger med rundt 140 deltakere og står nå foran sin første snøsamling på Nordseter i månedsskiftet november/ desember.

Det arrangeres dessuten egen jentekveld på Heming 5.12 for 15-16 åringene.

Team Kollen har allerede vært på sin første snøsamling på Beitostølen.

Her er to filmer fra barmarksamlingene for 15-16-åringene:

Barmarksamling september:

<https://www.youtube.com/watch?v=bRLXKJIAAnLY>

Barmarksamling oktober:

<https://www.youtube.com/watch?v=uuIc7kC3rnY>

Har du innspill til sakene, eller noe du lurer på? Ikke vær redd for å ta kontakt:

Espen.utaker@gmail.com (leder LK)

47 46 87 08.

Mvh

Langrennskomiteen