

## Referat - Haustmøte langrenn 7.nov.2016, Sogn og Fjordane skikrins

### Sak 1 Godkjenning av innkalling og sakliste v/ Arthur Hegrenes (SFSK/ LK)

Ingen kommentarar til innkalling og sakliste.

### Sak 2 Val av referent.

Torunn Grut valt til referent.

### Sak 3 Orientering frå Norges Skiforbund v/ Sindre Bergan (NSF/ LK)

#### a) I fellesdelen orienterte Bergan om Martin-saken, astma-saken og Therese-saken

Det vart opna for spørsmål om dette. : Kvifor framleis bruk av astmamedisin? Avventar kommisjon sin rapport. Det blir brukt astmamedisin for å forebygge astma. Så langt er det innført sju punkt om endring i system, men ingen vedtak om endring i medisineringsenno.

#### b) NSF Langrenn si utviklingstrapp v/ Sindre Bergan (NSF/ LK)

- grunnlag for all aktivitet/trening i langrenn.
- involvering av utøverar, så dei kan skap økter sjølv
- sosialt viktig.
- bygg grunnmur

Ny utviklingstrapp under utvikling, ferdig i sommar 2017: Meir vekt på helse og miljø

Trapp –SUM

*Barnetrening* – del etter ferdigheitsnivå, jobb med det som er trenbart i aktuell alder, utvikle ein aktivitetsbank. -Alle utøvere aktiv gjennom heile økta

*Barn til ungdom og vegen til toppen* – mykje likt det som er i dag

*Aktiv livet ut* - Her trengst det mykje. Viktig å la mange bidra på ulike oppdrag, også ungdom.

#### c) Dobbelttak og framtida til klassisk/ regelendringar m.m. v/ Sindre Bergan (NSF/ LK)

Vedtak frå haustmøte til langrennskomiten 2016:

Tiltak for at klassisk skal «overleve»: -**stavlengde** maks 83% av lengda til utøvar.

Spiss på skistav til der hempa går inn, kroppslengde med sko på.

**Stakefri sone:** Jury kan beslutte: tydeleg merka, soner for nærmare angitt teknikk.

Desse renna skal ha stakefrie soner: Alle NC junior, stafset NM jr, sprint og stafset HL og senior NC Gålå

**Frå kommande sesong skal barn 12 år og yngre ikkje gå: fellesstart, jaktstart eller skiathlon (skibytte)**

Var forslag om å kutte stafset på HL. Vart ikkje bifalt, men «Skikretsene bør sette opp gode systemer for uttak av lag, og samtidig skape holdningar som kan gjøre stafetten til en god opplevelse for alle, både løpere og ledere.»

**Kuldegrensar:** skandinavisk Cup: -17, avlysing eller utsetting

Andre FIS-renn 15 km og kortare: -18, avlysing eller utsetting

Andre FIS-renn over 15km: -15 avlysing eller utsetting

**Sak 4 Terminliste Langrenn 2016-2017 v/ Oddmund Lefdal (SFSK/ LK)**

Behandla på vårmøte, justert etter innkomne kommentarar.

Bjønnaerenet, står på terminlista, kan bli avlyst pga anleggsarbeid.

Må bli nokre endringar pga. ikkje fellesstart og skiathlon for 12 år og yngre.

Har sett inn renn med stakefrie soner.

Innspel frå Sindre Bergan: Meir skicross, særleg for dei yngste

**Sak 5 Rustad IL – langrenn, Barbro Tomter Dahlen informerte.**

Ski er GØY – Rekruttering

Felles klubbdrakt godt rekrutteringstiltak.

1200 medl. Rekruttere frå Oslo syd øst

630 aktive medlemmer, 60 trenere.

Rekruttering er ein heilskap (barn, unge, vaksne).

11-16 år -kreative trenere

-mange foreldre (ikkje til dei beste)

-ungdomstrenere, 14-16 åringar som hjelpetrener på skileik (eigen trening etterpå)

- 14-16 åringar – hjelper til teknisk, (bærer, lavo på Dølfjell m/Birken)

-gå trappetrinna, ikkje forsere f.eks: ikkje rulleski før de er 15 år



SOGN OG FJORDANE  
SKIKREINS

-egne gut- og jentetreningar, fleire alderstrinn saman, meir lek

*17 år og elder* deles i to nivå satsing og rekruttering

Rekruttering er folk som vil trene og kanskje gå nokre konkurransar, er ofte trenarar for yngre.

*Turrenngupper* for damer og herrar (ca 200).

#### **Sak 6 Info om Sognalangrenn av Tor Arne Hov (Kaupanger IL)**

Treningsmiljø på tvers av klubbar i Sogn for 13 år og eldre.

Fellestrening, intervall el.l på måndagar. Korte samlingar på nokre laurdagar.

#### **Sak 7 Fellesopplegg ifbm. nasjonalrenn og meisterskap v/ Yngve Thorsen (adm)**

Saka utgjekk p.g.a. tida.

Info ok felles opplegg på nasjonale renn finst på nettet.

#### **Sak 8 Økonomi v/ Yngve Thorsen (adm.)**

Saka utgjekk p.g.a. tida.

Rekneskap var lagt ut i sakspapir til haustmøtet.

Ref. Torunn Grut (SFSK/ LK)