



## Referat Vår møte Langrenn, Skei 14.05.2018

### Sak 01) Innleiing/ oppsummering av sesongen 2017-2018

- god snøvinter
- alle arrangement etter plan
- SSF-cup, liten nedgang i antal deltakarar (nokre dårlege snøvintrar, andre aktivitetar)
- krinslag og impulsdrag: 35 løparar
- 73 deltakarar i gjennomsnitt på krinsrenn

### Sak 02) Utvikling av langrennsløparar i Sogn og Fjordane

v/ Sjur Ole Svarstad

Sårbare miljø, korleis få dei til å dra saman

### Sak 03) Rammer for Terminliste 2018-2019

#### Skicross/ sprint:

- Reint skicrossrenn, Hafslo kan tenke seg å arrangere det i alpinanlegget.
- Tambarskjelvar hadde skicrossrenn - men lita deltaking, langt å reise for kort løype. KM på Eid hadde nokre element med skicross, var bra.
- Fleire heat, t.d. samle poeng i fire, så dei får gått meir på dagen.
- Sprintrenn som prolog for ordinert renn, jaktstart.
- Om ein har sprintrenn: prolog og eit heat tek dagen. Vanskeleg å rekke fleire heat
- KM-sprint var moro, kan ønskje to sprint renn i cupen.

#### KM:

- KM-helga kolliderer med Kvalfoss sprint (skiskyting arr.)  
Legg KM NM-senior helga.
- Korleis få med mange på KM? La eit KM i jula for å få med fleire som er «heime» i jula. Tidleg for mange? Var god deltaking, skiskyttarar var med.
- Legg inn konkurransefrie helger og ha samlingar der løparane kan få gått mykje på ski.
- Soneren må vere tidleg i sesong og legge det inn i lokale karusell (t.d. NM-helg).



- SSF stafett, kan ikkje vere cup
- Vestlandsmeisterskap? Var før, hadde liten status, vart lagt ned.

#### «Sogn og Fjordane leikane»:

- Langrenn, alpin, hopp. 10-16 år. Planlagt første helga i januar, Sogndal.
- Prøve ulike greiner, trenarsamling på kvelden.
- Innspel: legg det til 15.-16. desember (Ullsrennet er den helga, lite interessert i å flytte helg)

#### Stilartar:

- tanke 50-50
- bør vere eit skøyterenn før jul
- KM skøyting i jula om ein vil ha med skiskyttarar, (og løparar som bur utanom fylket)

#### **Sak 04) Krinslaget 2018-2019, oppsummering av Simen Bækken**

- Kjenneteikn; kjekt å vere der. Bærer jakka med stoltheit. Funne fine plassar å ha samlingar. Samarbeid med Team Hallingdal, Hordaland, Møre og Romsdal plan neste år.
- Ser ut til å bli ei jentegruppe, er ein gjeng som backer kvarandre.
- Mange har «persa» i løpet av sesongen, moro. Nokre medaljar (Jon Rolf og Simon).
- Dei som spør om treningsopplegg får svar, men dei må ta initiativ sjølv.

-----

Treningsgruppe i Sogn er etabler og fungere bra, ei fellesøkt i veka, prøve å få med alpint og hopp på hausttreningar.

Sunnfjord: Førde er så store at det blir for mange. Førde og Gaular har hatt kvar sine dagar, Gaular har noko samarbeid langrenn og alpint.

-----

#### 2018-2019:

- Hovudtrenar: Simen Bækken. Må få med fleire, Ingrid vil bidra noko, Olaug på sommaren.
- Senior/eldre junior - 40 døgn, nokre med TVV



- Junior - 30 døgn
- Impuls - 12 døgn
- Forslag til samlingsplan, lik den i fjor.
- Vurdere utanlandssamling for senior/eldre junior
- Invitasjon har gått ut til løparar.

#### **Sak 05) Fellesopplegg nasjonalerenn og meisterskap**

- Felles overnatting, smøreteam, sekundering.
- Svært godt tilbud.

#### Ungdomsstafetten:

- flott arrangement, bør stille lag.
- I fjor stilling i SSF-cup. Langrennskomiteen tek ut.

#### **Sak 06) Breiddesamlingar (12-16 år)**

- Ullsheim i september
- Enivest skiskule – i Førde haustferie veka. Gjøran Tefre, plan om same opplegg for 2018.
- Idrettens møteplass i Sogndal. Foredrag for leiarar, samling for utøvarar i fleire greiner.
- Jentesamling ved Ullsrennet.

Samling på ski før jul- teknikk, burde det vere noko Sogn og Fjordane leikane?

Viktig å differensiere så nivået ikkje blir for høgt for dei som ikkje satsar frå dei er 12 år.

Sonesamling, miljøsamling var før.

Samle oss om noko, ikkje for mykje, det ein gjer må vere bra.

#### **Sak 07) Team Veidekke Vest**

Tre løparar frå Sogn og Fjordane, ni løparar totalt, 7 gutar og 2 jenter.



**Sak 08) Økonomi/ marked**

Ingrid gjekk gjennom rekneskap for 2017, er godkjent av LK. Informasjon til Vår møtet.

Marknadsavtalane styrer mykje av aktiviteten.

Krinslagsløparane må vere lojal til avtalar, må bruke krinslagsklede med rett sponsorar, og på lue.

Ref. Torunn Grut/ Ingrid Narum (s)