

# Felles smøreopplegg

## Hovedlandsrennet Gålå 2024

**NSF Langrenn har vedtatt/besluttet at under Hovedlandsrennet på Gålå (01.-03. mars 2024) skal det være opplegg for felles smøring under hele arrangementet langrenn og kombinert. Swix er smøreleverandør under Hovedlandsrennet.**

Foreløpig program Hovedlandsrennet:

**Torsdag 29.februar**

- 10:00-16:00 Offisiell trening alle løyper

**Fredag 01.mars**

- 09:00-14:25 5/7.5km F

**Lørdag 02.mars**

- 09:00-14:30 Sprint K + Langrennscross F (Sprint K før Langrennscross F)

**Søndag 03.mars**

- 10:00-12:00 Stafett 3.75/5km K-K-F-F

Smøreteamene settes sammen av hver enkelt krets, basert på antall deltakere. Hver krets blir tildelt sitt område i åpen smørehall/smøretelt. Det åpnes ikke for bruk av annen smøring eller andre produkter enn de som er definert som dagens løsning av smøreleverandør. Det legges opp til en felles rillestasjon. Det blir ikke tillatt med rill av ski utover det som gjøres på smøreleverandørens stasjon.

- Arrangør står for logistikk/rigging av smørefasiliteter og arena.
- Kretser står for inn- og utlevering av ski til sine løpere. Det inkluderer merking av ski ved innlevering.
- Det forutsettes at kretsene selv stiller med alt nødvendig utstyr, utover dagens aktuelle smøreprodukter og rilleutstyr. Dette bli spesifisert lengre ned i dokumentet.

### Utstyr

Hver enkelt krets stiller med følgende smøreutstyr til å dekke sitt behov:

- Smørebord (Vurder behov etter antall kvm. Som er tildelt)
- Profiler
- Smørejern
- Siklinger
- Skraper
- Driller
- Verneutstyr (**PÅBUDT**)
- Smøremaskin og skistabler (for de som har dette)

- Eventuelt annet tilgjengelig utstyr.

## Utstyr fra Swix:

- Dagsaktuelle glid og festeprodukter samt smørekorker og sandpapir.
- Renseprodukter og rensesepapir til glid og feste.

Kommentar til produkter: Det vil bli satt opp en fordelingsnøkkel på antall produkter pr krets. I denne

fordelingen skal det være nok produkter til å kunne utføre en effektiv og god jobb.

Produkter utover dette vil bli fakturert.

- Inntil 40 sett med rensbørster, rotobørster og rotohåndtak som fordeles på kretsene utfra antall smørere/løpere.
- Et begrenset antall smøremaskiner som vil være med på å forenkle jobben med legging av grunnvoks og klister. Dette vil også være med å bidra til et jevnere resultat av smøreforberedningen.
- Rilleverktøy med trykksensor.
- Inntil 16 stk skistablere.
- Siklingslipere

Er det kretser som har mangel på utstyr, har Swix et begrenset antall smørebord og noe smøreutstyr som kan lånes ut. Swix vil komme med et godt tilbud på kjøp av vernemaske til samtlige smørere.

Smøreutstyr utover dette kan bestilles på forhånd og leveres ut på Gålå. Dette er kjøp til kretsenes felles bruk og vil i etterkant bli fakturert til kretsene med gode priser.

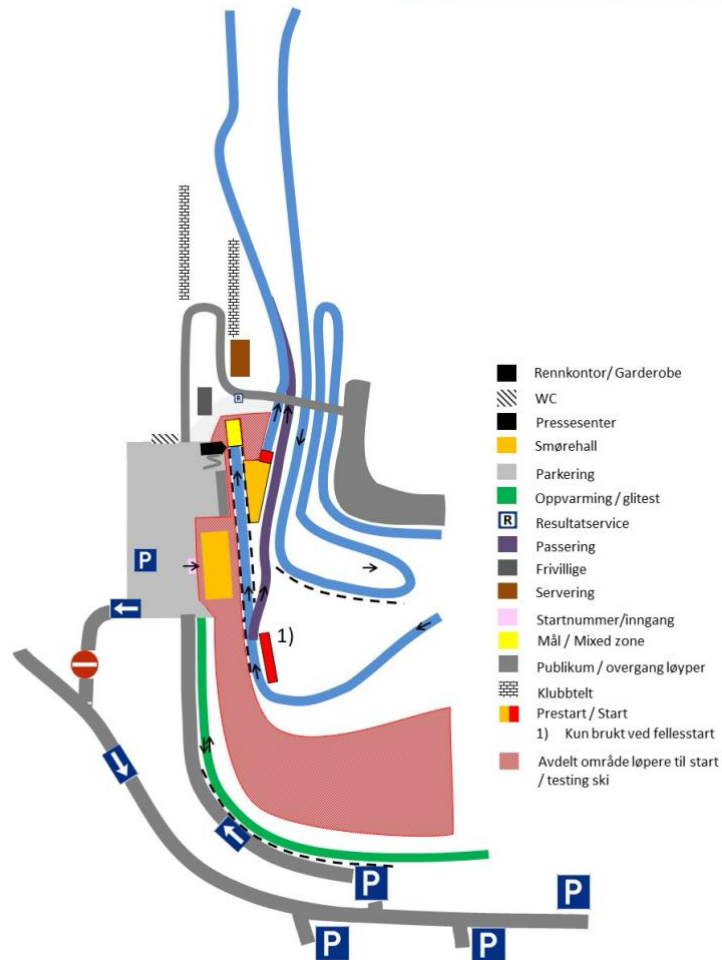
## Info logistikk arena – Utøverflyt arena

Arenakartet under viser logistikk og utøverflyt under HL på Gålå. Det vil bli et avgrenset området markert i rødt, hvor løpere kun kan oppbevare de skiene som skal brukes i konkurranse.

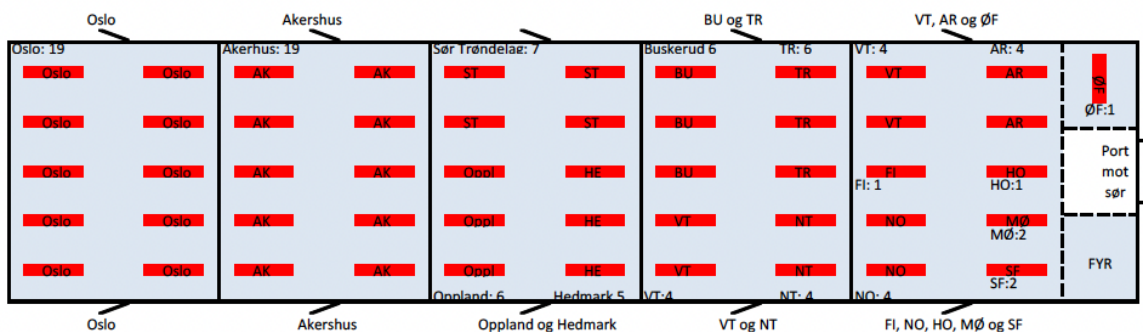
- Ski som skal brukes i påfølgende konkurranse må leveres i smørehallen (oransje langs oppløpet) dagen før, til oppsatt tidspunkt kommunisert av hver enkelt skikrets.
- Utøvere henter ski til start til oppsatt tidspunkt av sin skikrets ved smørehall og går innenfor rød sone til start.
- **Etter konkurranse fredag**, leveres alle skøyteski tilbake i smørehall uten å forlate rødt område. Vakter fra arrangør påser at dette overholdes.
- Klassiskski (lørdag og søndag) kan testes før start av løper innenfor avgrenset testområde. Sør for smørehall finnes testløype, hvor løpere kan teste sine ski før start og få justert feste av sine smørere.
- Ingen ski som skal brukes i konkurranse kan forlate avgrenset område (markert i rødt) før start.
- Akkrediterte smørere kan oppholde seg i testområde for justering av feste til sine løpere.

- Under sprintfinaler lørdag kan opptil 2 akkrediterte smørere per krets oppholde seg i startområdet (Markert i oransje bak start) for evt. justering av feste til sine løpere. Det er kun tillatt å justere festesone mellom heatene.

## Peer Gynt Stadion



## Smørehall Gålå Idrettsanlegg 11x40 m



## Antall smørere hver krets kan benytte

Det blir en begrensning av antall smørere hver skikrets kan benytte til smøring samtidig. Denne fordelingen gjøres på grunn av beregning av nødvendig smøring og areal til smøring. Fordelingsnøkkelen tar utgangspunkt i antall deltakere hver krets har og 1 smører per 8 løpere. Om skikretsens deltakerantall er høyere enn i 2023, vil det faktiske deltakerantallet på Gålå bestemme antallet smørere.

HOVEDLANDSRENNET			
KRETS	Startende 2023	Antall smørere	Antall logistikk
AK	151	19	8
OS	149	19	8
ST	55	7	3
BU	45	6	3
OP	45	6	3
TR	43	6	3
HE	37	5	2
NT	30	4	2
VT	29	4	2
NO	26	4	2
AR	26	4	2
HO	20	3	1
Fi	16	2	1
MØ	13	2	1
SF	9	2	1
ØF	4	1	1
<b>Totalsum</b>	<b>696</b>	<b>94</b>	<b>43</b>

## Innlevering av ski:

Alle ski leveres kretsvis på avtalt sted og tidspunkt kommunisert av skikretsen.

- **Fredagens renn:**
  - o Ett par skøyteski leveres torsdag
- **Lørdagens renn:**
  - o Ett par klassiskski leveres etter fredag
  - o Ett par skøyteski leveres umiddelbart til smørehall etter fredagens konkurranse. Dette må være samme par som benyttes under fredagens konkurranse. (Smøres ikke på nytt til lørdag)
- **Søndagens stafett:**
  - o Ett par klassisk eller skøyteski (avhengig av hvilken etappe løper har)

Hver enkelt krets er ansvarlig for innlevering av ski. Tidspunkt for innlevering kan defineres av hver enkelt krets for sine løpere.

## Priser

Smøring av ski koster 150kr inkl. mva. per par. Betaling gjøres i påmeldingssystemet, iSonen.

## Starttidspunkt for smøring

Ingen skikretser kan begynne å smøre ski før dagens smøremøte er avholdt. Smøremøter avholdes på følgende tidspunkt:

Torsdag: 15:30

Fredag: 15:30

Lørdag: 15:30

Etter smøremøtet kan kretsene begynne å smøre ski til morgendagens renn.

## Smøreteam

Hver skikrets er selv ansvarlig for å organisere sitt eget smøreteam. Det er kun lov til å ha det antallet smørere som er tildelt over, i arbeid til enhver tid. Hver skikrets må oppnevne en smøresjef/ansvarlig og en logistikkansvarlig. Disse må delta på et planleggingsmøte i forkant av arrangementet (5.februar) og være kontaktperson til arrangør og leverandør under hele arrangementet.

Følgende må oppnevnes før 15.januar:

- Smøresjef/ansvarlig
- Logistikkansvarlig

Anbefaler hver krets å sette opp sin egen vaktplan, for når smørere er i arbeid.

Hver skikrets kan maksimalt benytte 1 logistikkperson per 20 påmeldte løpere.

## Oppgaver til Smøresjef og logistikkansvarlig

Smøresjef:

- Delta på et info/smøresjefmøte i forkant av arrangementet
- Ansvarlig for å sette opp sitt smøreteam i sin krets.
- Ansvarlig for at kretsene har nok smørere til oppsatte tidspunkt (f.eks vaktliste)
- Sørge for at kretsen kommer med det utstyret kretsene skal stille med.
- Være hovedkontakt til arrangør, Swix og NSF under arrangementet.

Logistikkansvarlig:

- Delta på smøremøte i forkant av arrangementet
- Ansvarlig for å sette opp sitt team i sin krets
- Oppgaven er at ski skal leveres inn dagen før neste konkurranse.
- Ski skal merkes med startnummer, navn og krets (og evt. rill).
- Hver krets organiserer innlevering (tidspunkt og sted) selv. Vi kommer med tips til dette i smøremøtet. Litt forskjellig her hva kretsene ønsker.
- På konkurransedag bistå med at ski leveres ut til riktig løper.

## Rillestasjon

Hver skikrets skal stille med en person som riller for sin krets. Swix stiller med rilleutstyr (rillejern med trykksensor) som rilleansvarlig i sin krets benytter.

## Smøreprosess

Smøreprosessen skal være lik for alle skikretser. Det betyr at hver skikrets vil få utlevert nødvendig dagsaktuell smøring og leverandør vil instruere kretsene i metode. Det kan bli gjort justeringer etter vær og føre, men følgende prosess er tenkt:

### Stasjon 1: Rensing (ca 3 min pr par)

1. Glidsone renses
2. Børste med fin stålbørste 2 ganger
3. Tørk over med tørr fiberlene

Tørke ca 10 min i romtemp

### Stasjon 2: Flytende glider (ca 5 min pr par)

1. Børstes med stålbørste
2. Tørke over såle med fiberlene
3. Spray på et tynt lag med dagsaktuell flytende glider
4. Jevnes ut med filtkork

Tørke ca 10 min i romtemp

### Stasjon 3: Fleece (ca 2 min pr par)

1. Rotofleece en gang over skia
2. Børste lett med blå nylån roto. (fleece og blå nylån settes på samme aksling og gjøres i en og samme prosess)
3. Tørke over med fiberlene
4. Skiene klare til utlevering eller festesmøring

**Stasjon 4: Rill (fellesstasjon) (ca 2 min pr par)** kretsene må utnevne en person til denne oppgaven. Swix stiller med jern.

## Feste:

Utføres på morgenen i forkant av rennstart. Vi må vurdere om grunnvoks/grunnklister legges kvelden før, sammen med glidprosess. Dette avhenger av vær og føre.

Swix organiserer utdeling av smøreprodukter ut fra avtalt behov. Alle utleverte produkter tilhører Swix. Alt av nye og brukte produkter som er igjen etter utført smørejobb, skal leveres tilbake.

**Vi tar forbehold om justeringer i forkant av arrangementet.**

**Kontaktpersoner:**

Henrik Johnsen, Swix:

e-post: [henrik.johnsen@brav.com](mailto:henrik.johnsen@brav.com) eller telefon +47 900 21 796

Lars Wadahl, Arrangør

e-post: [lars.wadahl@gmail.com](mailto:lars.wadahl@gmail.com) eller telefon +47 974 00 900

Erik Husby, Arrangementsansvarlig Langrenn NSF:

e-post: [erik.husby@skiforbundet.no](mailto:erik.husby@skiforbundet.no) eller telefon +47 454 50 297