



TROMS
SKIKRETS

Høstmøte Troms Skikrets Langrenn

Lørdag 12. november 2016
Bardufosstun

Saksliste fagmøte Langrenn 12. nov 2016

- Presentasjon av lag – Team Veidekke NN og Team SNN
- Terminliste 2016-2017, hovedpunkter og SNN Cup
- Uttak til renn og reiseplan
- Gjennomgang av nye og gamle konkurranseregler
- Kurs og utdanning

LANGRENNSKOMITEEN

Hogne Eidissen	Senja Ski	leder
Håkon Melseth	BOIF	medlem - sportslig leder
Berit Kalseth	Nordreisa IL	medlem - rekruttering
Leif-Roar Mikkelsen	Fjell Skilag	medlem - terminlista
Trine Øvergård	Kvaløysletta SL	medlem - kurs & utdanning
Kristoffer Brox	Kvaløysletta SL	ungdomsrepresentant



TROMS SKIKRETS

LANGRENNSKOMITEEN - ansvarsområder

Hogne Eidissen - leder

- ✓ Generell ledelse og styring
- ✓ Medlem av styret i Troms Skikrets
- ✓ Medlem av Styringsgruppa TVNN
- ✓ Utarbeide og inngå nødvendige avtaler med trenere, støtteapparat og samarbeidspartnere på vegne av LK

Håkon Melseth - sportslig ansvarlig

- ✓ Juniorsatsing
- ✓ Seniorsatsing inkl toppidrett
- ✓ Samhandlingsoppgave NNS, NTG og andre videregående skoler
- ✓ Ansvar for uttak til Ungdomsstafetten sammen med trener kretstrener 15-16 år

Trine Øvergård – Kurs og utdanning

- ✓ Utdanning av trenere

Berit Kalseth - Rekruttering

- ✓ Rekruttering
- ✓ Integrering av funksjonshemmede

Leif-Roar Mikkelsen - Terminlista

- ✓ Terminlisteansvarlig

Kristoffer Brox - Ungdomsrepresentant

TEAM VEIDEKKE NORD NORGE

Trener

Kristian Skogstad

Løpere (6)

Emilie Kristoffersen

Alta IF

Lovise Heimdal

Bardu IL

Eirik Solvang

Innstrandens IL

Torgeir Sulen Hovland

Kvaløysletta SL

Anna Svendsen

Tromsø Skiklubb L

Audun Erikstad

Vadsø SKL

TEAM SNN

Trener

Kjetil Olsen

Løpere (14)

Maximilian Bie	Bardufoss OIF
Erik Valnes	Bardufoss OIF
Ingrid Mathisen	Fauske IL
Jørgen Jakola	Innstrandens IL
Ask Kleist Godal	Innstrandens IL
Anette Kjellbergvik	Kvaløysletta SL
Christian Tvedt Bugge	Kvaløysletta SL

Berthe Svenkerud	Kvaløysletta SL
Marit Robertsen	Kvaløysletta SL
Eirik Mikkelsen	Medkila SL
Simon Gundersen	Medkila SL
Hilde Espnes	Senja Ski
Elias Renè Valøy	Tromsø Skiklubb L
Edvin Frost	Tromsø Skiklubb L

TERMINLISTA 2016/17

Hovedpunkter TROMS

- ✓ 3.-4. des. – Tour De Reisa, Nordreisa IL – Sprint F + Ind. K
- ✓ 28.-29. jan. - KM del I, Nordreisa IL – Ind. K - Stafett K-F-F
- ✓ 4.-5. feb. – Prøve Jr NM, Medkila SL/IF Kilkam – Ind K + Ind F
- ✓ 18.-19. feb. - KM del II, Bardufoss OIF – Sprint F – Skiathlon – *mulig bytte helg*
- ✓ 10.-12. mars – Junior NM, Medkila SL /IF Kilkam -
- ✓ 17.-19. mars - NNM Kvaløysletta SL – Ind. K – Fellesstart F – *Stafett K-K-F/K*
- ✓ 1. april – Reistadløpet / Ski Classics - turrenn
- ✓ 2. april – Finale SNN-Cup – Øverbygd – Sprint

TERMINLISTA 2016/17

Hovedpunkter Norges Skiforbund

15-16 år

- Hovedlandsrennet, **Tolga 3.- 5. mars** – Ind F – Sprint/L Cross K – Stafett K-K-F-F
- Ungdomsstafetten, **Holmenkollen 12. mars** – Mix-Stafett K

Juniorer

- Mønstringsrenn VM Junior, **Lillehammer 9.-12. des.** – Ind K – Sprint F – Skiathlon
- Statoil Norges Cup Jr (1-2-3), **Nes 13.-15. jan.** – Ind F – Sprint K - Fellesstart K
- Statoil Norges Cup Jr (4-5-6), **Voss 17.-19. feb.** – Ind F – Sprint F – Fellesstart K
- NM Junior + NC (7-8), **Harstad 10.-12. mars** – Ind F – Ind K – Stafett K-K-F-F
- Statoil Norges Cup Jr (9-10) og NC Finale, **Gålå 30. mars-2. april** – Ind 5/10 K – Skiathlon

Seniorer

- FIS-renn Muonio (FIN), **11.-13. nov.** – Sprint – Ind F – Inf K
- Statoil Norges Cup (1+2), **Gålå/BUL-Sprinten 26.-27. nov.** – Ind F – Ind K
- Statoil Norges Cup (3+4+5) + SC, **Lillehammer 9.-11. des** – Sprint K – Ind F - Skiathlon
- Statoil Norges Cup (6+7), **Sjusjøen 21.-22. jan** – Ind F – Ind K
- NM Senior del I (NC 8+9+10), **Lygna 2. -5. feb.** – Ind F - Sprint K – Skiathlon – Stafett K-K-F
- Statoil Norges Cup (11+12)/NM U23, **Åsen 25.-26. feb.** – Sprint K – Fellesstart F
- NM del II (NC 13+14), **Gålå 30. mars- 2. april** – Sprintstafett F – Ind 5/10 K (NM U23) – Ind 30/50 K



TROMS
SKIKRETS

TERMINLISTA 2016/17

SNN Cup 2016-17

- ✓ Klasse 13, 14, 15 og 16 (2001-2004)
- ✓ 7 renn – 5 beste tellende
- ✓ Premie til de 5 beste sammenlagt pr klasse
- ✓ Gul ledertrøye til leder i hver klasse
- ✓ Poengsystem (som World Cup): 100 - 80 - 60 - 50 - 45 -40- 36 - 32 -29 - 26 -24 - 22 -20 - 18 - 16 - 15 -14 - 13 osv.
- ✓ Evt. avlysninger fører til strykning av arrangement i cupen og antall renn reduseres tilsvarende
- ✓ Resultater legges ut fortløpende på kretsens nettside

TERMINLISTA 2016/17

SNN-Cup 2016-17

1. 3/12 Nordreisa IL ski, Sprint F
2. 30/12 Bardu IL, Ind. K
3. 28/1 Nordreisa IL, KM del I, Ind. K
4. 4/2 Medkila SL/IF Kilkam, Ind. F
5. 19/2 Bardufoss OIF, KM del II, Skiathlon
6. 25/2 Ballangen IL, Ind K
7. 2/4 Øverbygd IL, Finale, Sprint F



UTTAKSKRITERIER 2016/17

15-16 år

Hovedlandsrennet – Tolga 3-5. mars

- ✓ Åpen deltakelse for alle født i 2001 og 2002
- ✓ Løpere må representere klubb i Troms
- ✓ Stafett (4 x 3,75 K-K-F-F) uttak gjøres av LK og kretstrener 4/3 og baseres på resultater fra HL, kretsrenn inkl. KM
- ✓ 50 % av lagene er «toppet». LK vil tilstrebe at alle får gå stafett

Ungdomsstafetten – Holmenkollen 12. mars

- ✓ To lag med fire løpere født i 01 og 02 – to jenter og to gutter 01 + to jenter og to gutter 02
- ✓ Stafett – 4 x 3,75 km - Klassisk
- ✓ Kretsen dekker 50 % av reise og opphold
- ✓ Uttak gjøres av LK og kretstrener - **offentliggjøres senest 10/2**
- ✓ Uttaket baseres på resultater fra:
 - **KM del I 28. januar Nordreisa IL**
 - **Kretsrenn 5. februar Medkila SL**



UTTAKSKRITERIER 2016/17

Junior

Norges Cup og Jr NM

- Resultater i kretsrenn og NC vil bli vektlagt
- Løperne må ha gått kretsrenn langrenn i hver "uttaksperiode"
- Løperne må representere en klubb i Troms Skikrets
- Løpere som bor i en annen del av landet må dokumentere deltakelse på kretsrenn i sin region i samme tidsrom som de lokale uttaksrenn
- Uttak:

- 1) **NC Nes 13-15/1 (1,2,3), uttaksdato: 31.12.16 – ca 30 løpere**
- 2) **NC Voss 17-19/2 (4,5,6), uttaksdato: 06.02.17 – ca 20 løpere**
- 3) **Jr NM/NC Harstad 10-12/3 (7,8), fri deltakelse**
- 4) **NC Gålå 31/3-2/4 (9,10), uttaksdato: 13.03.16 – løpere aktuelle for finale**



TROMS
SKIKRETS

UTTAKSKRITERIER 2016/17

Juniorer, forts

Trenerne fra Nordnorsk skilinje, NTG-Tromsø og kretsen gjør innstilling til uttak

Kretstrener og LK fatter endelig vedtak og står ansvarlig for uttaket

Løpere som blir tatt ut til kretsens opplegg skal være med fullt ut. Dvs. at alle løpere reiser sammen, bor på samme plass og smører alle skiene av Troms skikrets sine smørere

Alle løpere skal gå med GUL Troms lue/pannebånd i konkurransene og overholde gjeldende sponsoravtaler



UTTAKSKRITERIER 2016/17

Senior

- ✓ Uttak til Norges Cup og Skandinavisk Cup baseres på **FIS-poeng**:
- ✓ **Norges Cup** – Kvinner: 100 p – Menn: 80 p
- ✓ **Skandinavisk Cup** – Kvinner: 80 p – Menn: 60 p / Sprint – Kvinner: 100 p – Menn: 80 p
- ✓ Til **NM U23** vil det lempes noe på kravene. Trener innstiller og LK foretar endelig uttak
- ✓ Det brukes også skjønn ved uttak i forholdet mellom TSNN-/kretsløper og løpere på Team Veidekke NN.
- ✓ Kretsrenn i desember danner også grunnlag for uttak (Nordreisa 3-4/12 og BOIF 17/12) og løpere må delta i kretsrenn/FIS-renn i hver "uttaksperiode". Topp 3 i kretsrenn.
- ✓ Løperne må representere en klubb i Troms, Nordland eller Finnmark Skikrets
- ✓ Løpere som bor i en annen del av landet må dokumentere deltakelse på kretsrenn i sin region eller FIS-renn i samme tidsrom som de lokale uttaksrenn

REISEPLAN 2016/17

Troms Skikrets har tradisjoner for å ha felles kretsopplegg på reiser og konkurranser, og lojaliteten til kretsen og kretsopplegget har vært stor.

Kretsen organiserer reiser til mesterskap, Norges Cup, Skandinavisk Cup og FIS renn. Dette innebærer overnatting og transport på rennstedet. Vi tar ut ledere som skal fylle alle funksjoner i troppen:

- hovedleder
- smørere
- sekundanter

Alle løpere/klubber bestiller flybilletter selv. Fellesopplegget starter og avsluttes på flyplassen ved rennstedet.

Det er satt opp anbefalte flyreisetidspunkt på alle renn. Det er mulig å bestille flybillett til andre tidspunkt.

REISEPLAN 2016/17

15-16 år								
Dato	Ste	Rute	Utreise	Tid	Hjemreise	Tid	Distanser	Bosted
3. Mars	Hovedlandsrennet	TRO-TRD-TRO	1.3.17	16:30	5.3.17	19:05	Ind 5/7,5 km F	Tolga Skole
4. Mars	Tolga (Sør-Trøndelag)	EVE-TRD-EVE	1.3.17	15:25	5.3.17	18:20	Sprint/L.cross K	
5. Mars		BDU-TRD-BDU	1.3.17	06:40	5.3.17	19:40	Stafett (K-K-F-F) 4 x 3,75 km	
12. Mars	Holmenkollen	TRO-OSL-TRO	10.3.17	17:05	12.3.17	18:35	Stafett 4 x 3,75 km F	Radisson Blu Nydalen
	Ungdomsstafetten	EVE-OSL-EVE	10.3.17	17:55	12.3.17	17:55		
		BDU-OSL-BDU	10.3.17	17:15	12.3.17	18:30		

REISEPLAN 2016/17

Junior								
Dato	Sted	Rute	Utreise	Tid	Hjemreise	Tid	Øvelser	Bosted
9-11/12	Lillehammer VM-mønstring Jr	OSL-Gardermoen	7.12.16	Ettermiddag	11.12.16	Ettermiddag	Sprint K, Ind F, Skiathlon	Lillehammer
13-15/1	NC Nes	OSL-Gardermoen	12.1.17	Tidlig	15.1.17	Ettermiddag	Ind F, Sprint K, Fellesstart K	
17-19/2	NC Voss	FLE- Bergen	15.2.17	Formiddag	19.2.17	Kveld	Ind F, Sprint F (NM), Fellesstart K	Store Ringheim
10-12/3	NM jr Harstad	Egen transport	8.3.17		12.3.17		Ind F, Ind K, Stafett	
30/3-2/4	NC Gålå	OSL-Gardermoen	29.3.17	Ettermiddag	2.4.17	Kveld	Ind F, Skiathlon	



TROMS
SKIKRETS

NM JUNIOR HARSTAD 9.-12. MARS 2017

Det legges opp til et stort og bredt fellesopplegg under NM Junior på hjemmebane i Harstad 9.-12. mars 2017.

- Det vil bli mellom **50 og 60 løpere fra Troms**
- **10-12 smørere** i smøreteamet i tillegg til et **lederteam på 4 personer.**
- Smøreteamet vil teste **feste, gli og struktur**, som i god Troms skikretsånd vil finne det **beste alternativet.**
- Vi får et **godt areal i smøreteltet.**
- Alle som er med på smøreopplegget leverer de(t) aktuelle skipar(ene) for dagens distanse til smøreteamet, møter på løpermøtene til kretsen og følger de tids- og logistikkplaner som gjelder.



TROMS
SKIKRETS

NM JUNIOR HARSTAD 9.-12. MARS 2017

- Skiløpere må være på plass innen **torsdag 9. mars kl. 10.00** på stadion og i smøreteltet.
- Det er booket hotell i Harstad til våre løpere og ledere. Noen løpere og ledere vil også bo privat.
- For øvrig gjelder de normer og retningslinjer som vi i kretsen har under slike mesterskap.
- Det vil bli en **uforpliktende påmelding med frist 4. desember** til kretsen, slik at vi kan planlegge hotellkapasitet, størrelsen på smøreteltareal, utstyr til smøreopplegget mm.
- Det kommer på et senere tidspunkt, i god tid før NM, en invitasjon med bindende påmelding til kretsens opplegg.

REISEPLAN 2015/16

Senior						
Dato	Sted	Rute	Utreise	Hjemreise	Øvelser	Bosted
11-13/11	FIS-renn Muonio (samling+renn)		08.11.16	13.11.16		Muonio
18-20/11	FIS-renn Beitostølen	OSL	16.11.16	20.11.16	Ind, Ind, Sprint	Beitostølen R
26-27/11	NC Gålå/BUL-Sprinten	OSL	24.11.16	27.11.16	Sprint, Skiathlon	Gålå Booking
9-11/12	SC Lillehammer	OSL	7.12.16	11.12.16	Ind, Sprint, Skiathlon	Lillehammer
6-8/1	SC Lahti	Lahti	4.1.17	8.1.17		Scandic Lahti
21-22/1	NC Sjusjøen	OSL	19.1.17	22.1.17	Ind F, Ind K	Rica Lilleh.
2-5/2	NM del I Lygna	OSL	31.1.17	5.2.17	Ind, Sprint, Skiathlon, Stafett	
10-12/2	SC Madona (LAT)	Tallin	8.2.17	12.2.17	Sprint, Skiathlon	
25-26/2	NC/NM U23 Åsen	OSL	23.2.17	26.2.17	Sprint, Ind	
30/3-2/4	NM del II Gålå	OSL	28.3.17	2.4.17	Sprintstafett, Ind 5/10, Ind 30/50	Fefor Høifj.h.

KONKURRANSEREGLER

UTSTYR

- **Stavlengde – Klassisk 83% av kroppslengde – Friteknikk 100% av kroppslengde (*mer i egen presentasjon*)**

TEKNIKK

- **Klassiske soner innføres i NC Junior, Sprint HL, NC Gåå for senior og Nordnorsk Mesterskap (*mer i egen presentasjon*)**
- Klassisk teknikk = diagonalgang, dobbelttak teknikker og fiskeben **uten glifase!**
- Singel eller dobbelskøyting er ikke lov.
- Svingteknikk - skøytetak kun for å endre retning – ikke fraspark i svinger
- Det er ikke lov å hoppe inn og ut av spor gjentakende ganger.

LØPERS ANSVAR

- I alle trenings og konkurransesituasjoner må løperen vise aktsomhet og ta hensyn til løypeforholdene, sikt og opphopning av løpere.
- I alle trenings og konkurransesituasjoner MÅ løperen følge fartsretningen.
- I renn med intervallstart må en løper som blir tatt igjen av andre, gi løype på første signal. Dette gjelder ved klassisk teknikk, selv med to spor.
- Ved fri teknikk må løperen gi løype selv om løperens egne bevegelser blir innskrenket.
- Under sekundering har funksjonærer, trenere og andre ikke lov til å løpe mer enn 30 meter ved siden av løperen.

SKILISENS

- Alle som deltar i skirenn og har fylt 13 år må ha skilisens.
- Alle som hadde lisens forrige sesong skal ha mottatt lisenskrav i Minidrett. Lisensansvarlig i klubben løser lisens i Sportsadmin til de som fyller 13 i år og andre nye løpere. Grunnlisens eller Utvidet lisens (hhv kr 290 og 790).

KONKURRANSEREGLER

STARTKONTINGENTSATSER

For tiden er det følgende satser:

Barn og ungdom: kr 100,- pr renn - Junior: kr 115 pr renn - Senior: kr 130 pr renn (150 kr ved distanser over 31km)

Turrenn: Turrennarrangører kan fastsette startkontingenten selv.

Startkontingent ved etteranmeldelse:

Ved etteranmeldelse kan arrangøren innkreve dobbel startkontingent (minus deltageravgiftsdelen). Denne regel gjelder ikke barn 12 år og yngre. (Rennregl. pkt 214.2.5 og 313.3.3)

KULDEGRENSER

For barn og ungdom: minus 15 grader

For junior og senior: minus 18 grader

For distanse over 30km: minus 15 grader

Reglene gjelder under gunstigst mulige værforhold

REKLAMEREGLER

På hodeplagg: ett sponsormerke på max. 50 cm². Det må også være klubbmerke eller flagg i fronten av lua.

Over hvert øre: lueprodusentenes merke, max 15 cm²

På drakt: inntil 400 cm² reklamemerker. Max 100 cm² per merke.

(fullstendige regler i Rennregl. pkt 207)

KURS & UTDANNING 2016/17

Kurs høsten 2016

- | | | |
|---------------------------|--------------|------------------------------|
| ✓ Trener I kurs langrenn | oktober | Nordreisa og Harstad |
| ✓ Trener II kurs langrenn | nov | Tromsø – 2. samling |
| ✓ EMIT tidtakerkurs | nov-des | Bardufoss** |
| ✓ TD/arrangørkurs | 20-21 januar | Harstad |
| ✓ TD/arrangørkurs | des-jan | Tromsø, Nordreisa, Bardufoss |

** «Arr.ansvarlig» i Sportsadmin, Krav: egen PC/klubbens med EMIT – ikke prøveversjon, EMIT må fungere – sjekk før kursstart

BREDDE & REKRUTTERING

Telenorkarusellen/karusellrenn

Økning i antall arrangørklubber og deltakere i Troms.

50 arrangører og ca 6 000 deltakere i 2015/16. (2010/11 – 34 arrangører og ca 4 000 delt).

Pr 7/11 ca 40 påmeldte arrangørklubber fra Troms. (Frist 10. nov.)