



TROMS
SKIKRETS

Høstmøte Troms Skikrets Langrenn

Lørdag 4. november 2017
Bardufoss Vgs

Saksliste fagmøte Langrenn 4. nov 2017

- 1. Kort presentasjon** – LK, trenere, Team Veidekke NN og Team SNN, juniorsatsning
- 2. Terminliste 2017-2018** - hovedpunkter, SNN Cup, alternative konkurranseformer
- 3. Uttakskriterier** – 15-16 år, junior og senior
- 4. Reiseplan** – 15-16 år, junior og senior
- 5. Fluorforbud** – info og diskusjon
- 6. Eventuelt**

LANGRENNSKOMITEEN

Håkon Melseth	BOIF	leder
Kristian Olsen	Tromsø Skiklubb L	medlem - sportslig leder
Vibeke Gamst	Nordreisa IL	medlem - terminlisteansvarlig
Trine Lise Øvergård	Kvaløysletta SL	medlem - Handlingsplan/utdanning
Øyvind Hansen	Medkila Skilag	medlem - Rekruttering
Ingrid Ingebrigtsen Karlsen	Medkila Skilag	ungdomsrepresentant

LANGRENNSKOMITEEN - ansvarsområder

Håkon Melseth - 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

Kristian Olsen - sportslig ansvarlig

- ✓ Juniorsatsing
- ✓ Seniorsatsing inkl toppidrett
- ✓ Ansvar for uttak til Ungdomsstafetten sammen med kretstrener 15-16 år

Trine Øvergård – Kurs og utdanning

- ✓ Handlingsplan – ny utviklingsmodell
- ✓ Utdanning

Øyvind Hansen - Rekruttering

- ✓ Rekruttering

Vibeke Gamst - Terminlista

- ✓ Terminlisteansvarlig

Ingrid Ingebrigtsen Karlsen – Ungdomsrepr.

TEAM VEIDEKKE NORD NORGE

Trener

Kristian Skogstad og Jan Lindvall

Løpere

Emilie Kristoffersen

Alta IF

Lovise Heimdal

Bardu IL

Erik Valnes

BOIF

Torgeir Sulen Hovland

Kvaløysletta SL

Silje Theodorsen

Kvaløysletta SL

Merete Myrseth

Kvaløysletta SL

Martin Mikkelsen

Medkila SL

Anna Svendsen

Tromsø Skiklubb L

TEAM SNN

Trenere

Svenn Roger Ofstad og Morten Bie

Løpere

Erlend Nyhus

Bardu IL

Maximilian Bie

Bardufoss OIF

Ingrid Mathisen

Fauske IL

Sindre Torbergesen

Medkila SL

Aslak Ole Eira

Nordreisa IL

Jørgen Jakola

Innstrandens IL

Anette Kjellbergvik

Kvaløysletta SL

Berthe Svenkerud

Kvaløysletta SL

Eirik Mikkelsen

Medkila SL

Elias Renè Valøy

Tromsø Skiklubb L

Edvin Frost

Tromsø Skiklubb L

TERMINLISTA 2017/18

Hovedpunkter TROMS

- ✓ 2.-3. des. – Tour De Reisa, Nordreisa IL – Sprint F + Ind. K
- ✓ 27.-28. jan. - KM del I, Kvaløysletta SL – Ind. F - Stafett K-K-F
- ✓ 4.-5. feb. – Festival Kilbotn, Medkila SL/IF Kilkam – ?
- ✓ 10.-11. feb. - KM del II, Bardu IL – Sprint K – Skiathlon
- ✓ 16.-18. mars - NNM Mosjøen – Ind. F – Fellesstart K – *Stafett* K-K-F/F
- ✓ 7. april – Reistadløpet / Ski Classics - turrenn
- ✓ 14. april – Nordreisa/Tour De Ofoten – Finale SNN-Cup

TERMINLISTA 2017/18

Hovedpunkter Norges Skiforbund

15-16 år

- Hovedlandsrennet
- Ungdomsstafetten

Juniorer

- FIS-renn
- Mønstringsrenn VM Junior
- Statoil Norges Cup (1-2-3)
- Statoil Norges Cup (4-5-6)
- NM Junior + NC (7-8)
- Statoil NC+NC Finale (9-10)

Seniorer

- FIS-renn
- Statoil Norges Cup (1-2-3)
- NM Senior del I (4-5-6)
- Statoil Norges Cup (7-8-9)
- Statoil Norges Cup (10-11-12)+SC
- NM del II (NC 13-14)

Lygna 23.- 25. febr. – Ind F – Sprint/L .cross K – Stafett K-K-F-F
Holmenkollen 11. mars – Mix-Stafett F

Muonio (FIN), 10.-12. nov. – Sprint K – Ind K – Ind F

Natrudstilen 8.-10. des. – Sprint F - Ind K – Skiathlon

Beitostølen 5.-7. jan. – Ind F – Sprint F - Ind K

Holmenkollen 16.-18. feb. – Ind F – Sprint K – Ind K

Steinkjer 2.-4. mars – Ind K – Ind K – Stafett F-F-F-F

Alta 5.-8. april – Teamsprint K - Ind 5/10 K – Finale Skiathlon

Muonio (FIN), 10.-12. nov. – Sprint K – Ind K – Ind F

Gålå/BUL-Sprinten 24.-26. nov. – Ind F – Ind K

Vang 11. -14. jan. – Ind F - Sprint K – Skiathlon – Stafett K-F-F

Åsen 9.-11. feb. – Sprint F – Ind K – Ind F

Trondheim 23.-25. feb. – Sprint F - Ind K – Jaktstart K

Alta 5.-8. april – Sprintstafett F – Ind 5/10 K – Ind 30/50 F

TERMINLISTA 2017/18

SNN Cup 2017-18

- ✓ Klasse 13, 14, 15 og 16 (2002-2005)
- ✓ 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 2017/18

SNN-Cup 2017-18

1. 3/12 Nordreisa IL ski Ind. K
2. 9/12 Mellemygd Sprint F
3. 27/1 Kvaløysletta SL, KM del I Ind. F
4. 3. el 4/2 Medkila SL/IF Kilkam Ind. ?
5. 10 el 11/2 Bardu IL, KM del II Skiathlon
6. 7/4 Øverbygdsprinten Sprint F
7. 14/4 Bjerkvik (Tour De Ofoten)/Nordreisa Ind.



TROMS
SKIKRETS

TERMINLISTA 2017/18

ALTERNATIVE KONKURRANSEFORMER

UTTAKSKRITERIER 2017/18

15-16 år

Hovedlandsrennet – Lygna 23.-25. februar

- ✓ Åpen deltakelse for alle født i 2002 og 2003
- ✓ Løpere må representere klubb i Troms
- ✓ Stafett (4 x 3,75 K-K-F-F) uttak gjøres av LK og kretstrener 24/2 og baseres på resultater fra HL, kretsrenn inkl. KM
- ✓ 50 % av lagene er «toppet». LK vil tilstrebe at alle får gå stafett

Ungdomsstafetten – Holmenkollen 11. mars

- ✓ To lag med fire løpere født i 02 og 03 – to jenter og to gutter 02 + to jenter og to gutter 03
- ✓ Stafett – 4 x 3,75 km - Friteknikk
- ✓ Kretsen dekker 50 % av reise og opphold
- ✓ Uttak gjøres av LK og kretstrener - **offentliggjøres senest 26/2**
- ✓ Uttaket baseres på resultater fra:
 - Kretsrenn - Bardu IL, 30/12
 - KM del I - Kvaløysletta SL, 27/1
 - KM del II - Bardu IL, Skiathlon 11/2

UTTAKSKRITERIER 2017/18

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 Beitostølen 5-7/1 (1,2,3)**, uttaksdato: 18/12 – ca **40** løpere
 - 2) **NC Holmenkollen 16-18/2 (4,5,6)**, uttaksdato: 1/2 – ca **40** løpere
 - 3) **Jr NM Steinkjer 2-4/3 (7,8)**, uttaksdato: 19/2 – ca **40** løpere
 - 4) **NC Alta 5-8/4 (9,10)**, fri deltakelse 6/4, kvalifiserte løpere 8/4



TROMS
SKIKRETS

UTTAKSKRITERIER 2017/18

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 2017/18

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
- ✓ 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.
- ✓ 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
- ✓ 1. NC Gålå nov - Fritt
- ✓ 2. SC Vuokatti 15-17. des – FIS-poeng uttaksdato: 27/11
- ✓ 3. SC Piteå 5-7.jan – FIS-poeng uttaksdato: 16/12
- ✓ 4. NM del I Vang jan – styres av NSF FIS-poeng uttaksdato: ca 4/1
- ✓ 5. NC Åsen 9-11. feb – FIS-poeng uttaksdato: 29/1
- ✓ 6. SC/NM Trondheim 23-25 .feb – FIS-poeng uttaksdato: 5/2
- ✓ 7. NM Alta - Fritt

REISEPLAN 2017/18

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. LK ordner med 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 (ikke senere enn foreslåtte tidspunkt på reisen til rennet pga transport).

REISEPLAN 2017/18

15-16 år								
Dato	Ste	Rute	Utreise	Tid	Hjemreise	Tid	Distanser	Bosted
23. feb	Hovedlandsrennet	TOS-OSL-TOS	22.Feb		25.Feb		Ind 5/7,5 km	Elton Hotell Raufoss
24. feb	Lygna	EVE-OSL-EVE	22.Feb		25.Feb		Sprint/L.cross	
25. feb		BDU-OSL-BDU	22.Feb		25.Feb		Stafett (K-K-F-F) 4 x 3,75 km	
11. Mars	Holmenkollen	TRO-OSL-TRO	9.Mars	17:05	11.Mars	18:35	Stafett 4 x 3,75 km F	Thon Ullevaal
	Ungdoms stafetten	EVE-OSL-EVE	9.Mars	17:55	11.Mars	17:55		
		BDU-OSL-BDU	9. Mars	17:15	11.Mars	18:30		

REISEPLAN 2017/18

Junior								
Dato	Sted	Rute	Utreise	Tid	Hjemreise	Tid	Øvelser	Bosted
8.-10/12	Natrudstilen VM-mønstring Jr	OSL-Gardermoen	6/12	Ettermiddag	10/12	Ettermiddag	Sprint F, Ind , Skiathlon	
5-7/1	NC Beitostølen	OSL-Gardermoen	3/1	Formiddag	7/1	Kveld	Ind F , Sprint F, Ind K	Gjestegården, Beito
16-18/2	NC Holmenkollen	OSL – Gardermoen	15/2	Tidlig?	18/2	Kveld	Ind F, Sprint K, Ind K	Voksenåsen
2-4/3	NM jr Steinkjer	TRD – Værnes	28/2	Ettermiddag	4/3	Kveld	Ind K, Ind F, Stafett (FFFF)	Quality Grand Hote, Steinkjer
5-8/4	NC Alta	Egen transport	4-5/4		8/4		Sprintstafett, Ind K, Skiathlon	



REISEPLAN 2017/18

Senior						
Dato	Sted	Rute	Utreise	Hjemreise	Øvelser	Bosted
3-12/11	FIS-renn Muonio (samling+renn)		3.11.17	12.11.17	Sprint, Ind, Ind	Muonio
17-19/11	FIS-renn Beitostølen	OSL	15.11.17	19.11.17	Sprint, Ind, Ind	Beitostølen R
24-26/11	NC Gålå/BUL-Sprinten	OSL	22.11.17	26.11.17	Ind ,Sprint, Ind	Wadahl Hotell
15-17/12	SC Vuokatti	Oulu	13.12.17	17.12.17	Ind, Sprint, Ind	Vuokatti Resort
5-7/1	SC Piteå	Luleå	3.1.18	7.1.18	Sprint, Ind, Fellesstart	
11-14/1	NM del I Vang	OSL	9.1.18	14.1.18	Ind, Sprint, Skiathlon, Stafett	Scandic Ringsaker
9-11/2	NC Åsen	OSL	7.2.18	11.2.18	Sprint, Ind, Ind	Scandic Airport
23-25/2	SC/NC Trondheim	TRD	21.2.18	25.2.18	Sprint, Ind, Jaktstart	Quality Hotel Panorama
5-8/4	NM del II Alta		3-4.4.18	8.4.18	Sprintstafett, Ind 5/10, Ind 30/50	Scandic Alta

FLUOR

- Langrennskomiteen i Norges Skiforbund har innført fluorforbud i klassene til og med 16 år, men først når det finnes sikre kontrollmetoder som kan identifisere fluor under skiene før start i skirenn.
- Metoder for kontroll finnes ikke per dags dato, men flere arbeider for å få dette på plass.
- Frem til dette forbudet trer i kraft oppfordres alle skikretser og klubber til å benytte glidprodukter uten fluor – i alle skirenn – spesielt i årsklasser til og med 16 år.
- Når sikre kontrollmetoder er på plass, skal forbudet gjelde fra 14 dager etter at alle kretser og klubber har mottatt informasjon fra NSF om at forbudet inntreffe.
- For å begrense helse- og miljøskade ved bruk av fluor vil Langrennskomiteen i Norges Skiforbundet oppfordre alle til å påse at vedtatte smørevettregler og regler for avfallshåndtering blir fulgt».



TROMS
SKIKRETS

EVENTUELT

1. UTDANNING

Pågående kurs:

- Treningslederkurs Harstad 1. samling sept

Planlagte kurs:

- TD/Arrangørkurs Harstad Desember/januar (RT)
- TD/Arrangørkurs Tromsø Desember/januar (SO)
- TD/Arrangørkurs Midt-Troms Desember/januar (FAJ)
- Trenerkurs I Midt-Troms/Silsand 1. samling nov/des
- Treningslederkurs Tromsø 1. samling des

EVENTUELT

2. BREDDE & REKRUTTERING

Telenorkarusellen/karusellrenn

Økning i antall arrangørklubber og deltakere i Troms.

59 arrangører og ca 6 300 deltakere i 2015/16. (2010/11 – 34 arrangører og ca 4 000 delt).

Pr. 3/11 er det 24 påmeldte arrangørklubber fra Troms til Telenorkarusellen.

(Frist 12. nov.)



TROMS
SKIKRETS

EVENTUELT

3. Rekruttering av yngre ledere, trener og smørere

4. Kosthold på skirenn

5. Fagmøtet i framtiden

- To-dagers m overnatting?
- En arena for å samles, ivareta dialog mellom klubber og krets, mellom klubber (både formell og uformell)
 - faglig påfyll
 - sosialt samvær
 - utdele heder og ære (ildsjeler, arrangører, trenere, løypekjørere etc)

KONKURRANSEREGLER

UTSTYR

- **Stavlengde – Klassisk 83% av kroppslengde – Friteknikk 100% av kroppslengde**

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 deltakeravgiftsdelen). 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)