

## Uttakskriterier

### Generell informasjon:

- Før uttaket er det satt sammen en klart definert uttakskomite som er ansvarlig.
- Før uttaket er uttakskriteriene publisert på kretsens hjemmeside.
- I uttakskriteriene skal det også ligge tips og råd om hvordan de som blir skuffet over uttaket skal opptre (hvem kan du snakke med, hvem kan du klage til osv).
- En person i uttakskomiteen har ansvar for å lage en resultatoversikt/statistikk for de utvalgte uttaksrennene.
- Uttaket publiseres senest én time før løper-møtet på kretsens facebook-gruppe for arrangementet.

### Uttakskomiteens retningslinjer:

- Uttak baseres på resultater fra relevante skirenn gjennom hele sesongen.
- Resultater i NC og NM jr./ Hovedlandsrennet vektlegges spesielt (de som er i form prioriteres).
- Junior: Alle lag «toppes», dvs at alle lag tas ut etter samme kriterier.
- 15/16 år: 2 lag «toppes» og resterende lag trekkes tilfeldig.
- Vi ønsker at alle utøverne får gå stafett, de som ikke får plass på et lag får andre oppgaver i forbindelse med stafetten (skitest, stavpost, hjelpe til på stadion osv), dersom det ikke er mulighet for mix-lag.
- I tilfeller der utøvere står svært likt prioriteres den eldste.
- Skjønn kan benyttes:
  - hva er best for laget med tanke på egenskaper; god på første etappe, god skøyter, avslutningsegenskaper osv.
  - hvis noen har hatt uhell på individuelle konkurranser (knekt stav o.l)
  - endringer i føre (ved samme distanse for flere klasser)

### Oppfordring til løpere, ledere og foreldre:

- Det er lov å være skuffet i max 30 min, så gjør man sitt beste for laget.
- Det er viktig at alle respekterer de uttak som et gjort.
- En evt. klage på uttak gjøres, etter stafetten, til LK.

28.10.2023

Langrennskomiteen og trenere