

## REFERAT

# HØSTMØTE 2023 LANGRENN

Torsdag 26. oktober 2023

Honne Konferansesenter, Biri

---

## DELTAKERE

Trude Jåvoll-Hagen	Brandbu IF	Karen Sigrid Schjetne	Redalen IL
Tormod Bjerke	Follebu Skiklubb	Hans Kristian Nordseth	Snertingdal IF SKI
Frode Nordahl	Gjøvik Skiklubb	Erik Stange	Søre Ål IL
Ingerid Lunde	Gjøvik Skiklubb	Ole Henrik Evensen	Vind IL
Dag Ivar Hovde	Gjøvik Skiklubb	Elin S. Kjeldsberg	Vind IL/Team GTL
Rolf Robøle-Sørensen	Gran IL/ Team Hadeland	Magnus Aass	Østre Toten Skilag
Ragnhild Hoel	Kolbu KK	Tom Borgen	Østre Toten Skilag
Kirsten Bråten	Lalm IL	Lisa Tangen Lunheim	Øyer-Tretten IF Ski
Tore Kleiven	Lalm IL	Merethe Lerfald	Øyer-Tretten IF Ski
Terje Kleiven	Lalm IL	Torbjørn Broks Pettersen	OSK LK/ Øyer-Tretten IF
Stein Kluften	Lalm IL	Ragnhild Soleng	OSK LK/ Vind IL
Bjørn Olav Røstad	Nordre Land IL	Robert Granseth	OSK LK/ Lillehammer SK
Thomas Johansen	Lillehammer SK	Stian Ulberg	OSK LK/ Skrautvål IL
Erik Gaarder	Lillehammer SK	Gunnar Vestad	OSK LK/ Vågå IL
Cato Solberg	Lillehammer SK/ Spydeberg IL	Frode Sørumsdalen	OSK LK/ Moen Sportsklubb
Dorthe Seierstad	Raufoss IL Langrenn	Marianne Myklebust	OSK Skiklubb utvikler
Trond Evensen	Raufoss IL Langrenn	Ellie Lein	OSK Admin

## LANGRENNSKOMITEEN 2023-24

- |             |                                      |                             |
|-------------|--------------------------------------|-----------------------------|
| • Leder     | Torbjørn Broks Pettersen, ØTI        | Team Elon, terminliste m.m. |
| • Nestleder | Ragnhild Soleng, Vind IL             | Senior                      |
| • Medlem    | Gunnar Vestad, Vågå IL               | Junior                      |
| • Medlem    | Robert Granseth, Lillehammer Skiklub | 15-16 år                    |
| • Medlem    | Stian Ulberg, Skrautvål IL           | 15-16 år                    |
| • Medlem    | Frode Sørumsdalen, Moen Sportsklubb  | Bredde og rekruttering      |

## HEDERSPRISER

Følgende fikk velfortjente priser, heder og ære, kåret av NSF Langrenn:

**Årets Langrennslubb:** Skrautvål IL v/ Stian Ulberg, leder i skigruppa

**Årets ildsjeler:** Tormod Bjerke, Follebu Skiklubb  
Kirsten Bråten, Lalm IL

## NSF HØSTMØTE LANGRENN 13-14. OKTOBER

Torbjørn deltok for LK Oppland. Han refererte kort fra noen av hovedpunktene på møtet;

- Nasjonal terminliste 2023-24
- FLUOR
- Serviceavgift
- Handlingsplan NSF Langrenn
- Ungdomsstafetten

### Vedr. Ungdomsstafetten:

Egiunor har avsluttet sitt sponsorat, det er derfor usikkert om stafetten vil bli arrangert denne vinteren. Et flertall av skikretsene ønsker at den skal videreføres, og de utfordrer arrangementsavdelingen til å bidra som en del av WC-arrangementet.

Det vil bli lagt ut referat fra høstmøtet på NSF Langrenn sin side.

## STATUS ØKONOMI

Regnskap pr. 30.09.23 ble gjennomgått.

Vi ligger an til et lite overskudd for 2023.

## NASJONALE RENN 2023-24

### Hovedlandsrennet/ 15-16 år

- Ansvarlige for kretsen  
Robert Granseth og Stian Ulberg
- Regionkontakter  
Hver region har sin regionkontakt. Oppgaven er å kjenne utøverne fra sin region og bistå ved stafettuttak. Vi utfordrer hver enkelt region til å utpeke den de ønsker som sin regionkontakt. Følges opp av kretsledere.
- Overnatting:  
Det er reservert rom på Wadahl Hotel, men her kan det komme endringer dersom Wadahl blir ayslmottak. Vi er i en dialog med arrangøren mht. alternativ overnatting. Alle som her reservert overnatting vil bli informert dersom det blir endringer.

- Smøreopplegg

Det legges opp til kretsvis fellessmøring med noen lunde samme oppsett som i fjor, men i år vil hver krets smøre sine egne utøveres ski. SWIX har vunnet anbudet. Skikretsen trenger en admindsjef som tar ansvar for organiseringen, dette trenger IKKE være en smører. Dersom noen føler seg kallet, ta kontakt med skikretskontoret.

- UTTAK STAFETT

Det er enighet om at det er viktig å skape trygghet for utøverne, bl.a. gjennom tydelig kommunikasjon i forkant. Etter gode diskusjoner, landet høstmøtet på følgende:

Uttaksrenn

... Klassisk:    KM indiv. Start Svea, 13. januar  
                  KM sprint Vind, 27. januar  
                  KK-rennet, 18. februar

... Fri teknikk: KM fellestart Vind, 28. januar  
                  Madshusrennet, 11. februar  
                  HL distanse, 1. mars

- Ett av tre renn i hver stilart skal strykes, men ikke det siste uttaksrennet (HL)
- Samme som blir brukt poengskala som blir brukt i Mosetertoppen Cup
- Ingen doble poengsummer
- Ved lik poengsum mellom to, er det beste plassering i det siste uttaksrennet som teller.
- Ved lik vurdering av en løper i 15 og 16 år, blir løper i 16 år prioritert på HL stafett.
- Alle løpere som ønsker å gå HL stafetten melder seg på via lenke som blir lagt ut i Facebook-gruppen, Oppland Skikrets HL 2024 Gålå. Ordlyden vil bli endret, slik at man ikke 'binder seg' til en stilart.
- Det er uttaksrennene og tilhørende poengskala som skal danne hovedgrunnet for uttak. Men det kan utøves skjønn ved uttak i følgende situasjoner; Vurdering av 15- vs. 16-åring, stilart og evt. ekstraordinære prestasjoner. Her har regionkontaktene en viktig rolle, de må kjenne sine utøvere og deres prestasjoner godt.
- Vi topper 3 lag, resterende lag blir regionlag på stafetten i HL.
- Alle som ønsker å gå HL stafett, skal få gå stafett. Dersom vi ikke får det til å gå opp, kan eventuelt noen utøvere måtte gå sammen med løper fra annen krets eller et ikke fulltallig lag.

- Kommunikasjon

... vil primært skje gjennom en egen gruppe på Facebook,  
[Oppland Skikrets HL 2024 Gålå](#)

## Junior

- Ansvarlig kretsleder: Gunnar Vestad
- Regionkontakter:
  - ... Lillehammer: Mattis Sjøli
  - ... Gudbrandsdalen: Ikke klart
  - ... Hadeland: John Stenberg
  - ... Gjøvik/Toten: Dorthe Seierstad
  - ... Valdres: Joakim Voytovich
- Overnatting
  - NC jr. Lygna; venter på svar fra NSF
  - NC jr. Granåsen; Scandic Lerkendal, alle har fått plass
  - NM jr. Nybygda; Hotel Norge Høsbjør, alle har fått plass
  - NC jr. finaler Skeikampen; ikke organisert felles overnatting
- Smøreopplegg

Gunnar vært dialog med de ulike smøremiljøene vedr. ordningen

  - NTG fortsetter som koordinator, og er ansvarlige for at det blir lagt ut tips. De kan be om bistand fra andre miljøer ved behov
  - Informasjon om tester/anbefaling vil bli gitt på egen gruppe på whatsapp.
  - Link til denne legges ut på OSK sin hjemmeside/FB-side.
  - Det er også lov å komme innom smørevogna / ta kontakt med smørekoordinator
  - Første tips vil bli lagt ut SENEST 1 time før første start
  - Retesting i løpet av dagen
- Uttak stafett:

Uttakskomite: Kretsleder(e) og regionkontakter

Det føres ingen poenglister, men uttaket gjøres primært ut fra prestasjoner i NC og forutvikling i NM. Mandat gitt av vårmøte: stille best mulig 1. lag
- Kommunikasjon

... vil primært skje gjennom egen gruppe på Facebook, [Oppland Skikrets – NC junior](#)

## Senior

- Ansvarlig kretsleder: Ragnhild Soleng
- Ikke noe felles smøreopplegg
- Overnatting
  - NC sr. Gålå; Frist for overnatting utløpt
  - NC sr. Lygna: Ingen organisert overnatting
  - NC sr. Nes: Bestilles direkte til hotell, info lagt ut av arrangør
  - NM del 1 Beitostølen: Bergo Hotel, frist 12. desember
  - NC sr. Hommelvik: Scandic Hell Hotel, frist 3. januar
  - NM del 2 Lillehammer: Ingen organisert overnatting
- **Kommunikasjon**

... vil skje primært gjennom egen gruppe på Facebook, [Senior Oppland Skikrets](#)

## **INNMELDT SAK FRA LILLEHAMMER SKIKLUB**

### FELLES SATSNING FOR U23/SENIORER I SKIKRETSEN

Lillehammer Skiklub vil avslutte sin seniorsatsning i dagens form 30. april 2024 pga. vår økonomiske situasjon. I den forbindelse håper vi at Oppland Skikrets f.o.m. neste sesong kan initiere en dialog som vil gi lovende skiløpere en mulighet til å satse videre. I utgangspunktet tenker vi på et U23 lag som kan jobbe tett med Team Elon Innlandet, men vi er åpne for alt på dette tidspunktet.

Styreleder Erik Gaarder i Lillehammer Skiklub innledet i saken, før det ble åpnet opp for diskusjon.

Det er viktig at hele kretsen blir involvert i prosessen, også de andre teamene, slik at evt. tiltak ikke går på bekostning av dagens teamløsninger. Målet må være å ha et godt sportslig tilbud til en lavest mulig pris.

***Høstmøtet besluttet at LK får i oppdrag å sette ned et utvalg som arbeider fram et forslag til organisering av tilbud for senior og evt. junior i Oppland, og hva slags eventuelle rolle kretsen skal ha i et slik tilbud.***

## **TERMINLISTE LANGRENN OG TURRENN 2023-24**

Terminlistene for hhv. Langrenn og Turrenn har vært ute til høring, noen små justeringer er gjort. Endringer på høstmøtet:

- Sparebank 1-/THL-rennet 3. desember strykes, settes evt. opp senere på vinteren
- ØTS-crossen 9. desember strykes, de satser heller på et godt renn med cross-stafett 10. desember.

### **KM 2024**

- Lørdag 13. januar: Svearenn, klassisk indiv. Start
- Lørdag 27. januar: Vind IL, sprint fri teknikk
- Søndag 28. januar: Vind IL, fellesstart fri teknikk
- Søndag 7. april: Skeikampen, KM stafett

### **Kretscuper 2023-24**

Sparebank 1 Gudbrandsdal er inne som ny sponsor for 11-14 år, erstatter GD Cup. Avtalene med Mosetertoppen Skiline og Toten Sparebank videreføres.

- Seks renn i hver cup, hvorav 5 tellende, siste renn kan ikke strykes
- Samme poengskala som tidligere år
- Ingen doble poengsummer i siste renn
- Avslutningsrenn for alle kretscuper på Skeikampen lørdag 6. april

#### Totenbank Cup 2024

- 6. januar      Åsvangrennet K
- 13. januar     Svearenn K (KM)
- 11. februar    Madshusrennet F
- 18. februar    KK-rennet K
- 9. mars        Skrautvålrennet F cross
- 6. april        Gausdalsrennet DUA/F

#### Sparebank 1 Gudbrandsdal Cup 2023-24

- o 16. desember Arne Rustadstuens Minneløp K
- o 6. januar Trabelirennen F
- o 20. januar Astridbekkrennet K
- o 11. februar Heidalsrennet K
- o 9. mars Tessandsprinten F cross
- o 6. april Gausdalsrennet DUA/F

#### Mosetertoppen Cup 2023-24

- o 16. desember Arne Rustadstuens Minneløp K
- o 6. januar Trabelirennen F
- o 27. januar Vind KM sprint K
- o 17. februar Myrskogenrennet F cross
- o 9. mars Skrautvålrennet F cross
- o 6. april Gausdalsrennet DUA

Det har også kommet innspill (etter høringsfristens utløp) om at det burde vært sprintrenn også i de to kretscupene for 11-14 år. Det er få arrangører som søker om sprintrenn, LK oppfordrer flere klubber til å gjøre dette inn mot neste sesong. Innspillet kom litt for sent til at vi rakk å gjøre noe før høstmøtet. Skikretsen har etter høstmøtet vært i kontakt med et par av de arrangørene som kunne vært aktuelle for å gjøre om sitt renn til sprint, men ingen av dem ønsket dette denne sesongen. Dette vil bli fulgt opp litt ekstra inn mot terminlistearbeidet for neste sesong.

#### ***Høstmøtet godkjente framlagte forslag til terminlister for 2023-24.***

### **STATUS TD'ER**

For å klare å dekke opp behovet for TD'er på alle skirennene i kretsen, har vi som krav at alle klubber som arrangerer kretsrenn skal kunne stille med TD fra sin klubb til tilsvarende antall renn på skikretsens terminliste.

Vi har p.t. ganske god dekning av TD'er, det er kun 2-3 klubber som ikke kan stille med TD. Disse 'låner' pt. TD fra en annen klubb, men er sterkt oppfordret til å jobbe med å rekruttere en TD fr egne rekker.

TD-/arrangørkurs arrangeres på Lillehammer onsdag 1. november.

TD-kabalen påregnes å være klar senest i uke 46.

### **KURS OG KOMPETANSE**

#### Trener 1

Gjennomført barmarksmoduler på Lillehammer, snømoduler arrangeres så snart det kommer snø

#### Trener 2

Under planlegging

For andre inspirasjonskurs

... ta kontakt med skikretskontoret eller skiklubb utvikler Marianne Myklebust.

## **BREDDE OG REKRUTTERING**

### **Åpne dagsamlinger 11-14 år**

Det har vært godt oppmøte på samlingene, en stor takk til klubbene som har stilt opp som arrangører. Populært med Gausdal som ny arrangør, med airtrek- og trampolinetrening. Det fungerte også bra å legge inn ØTS-rullen som en del av samlingen i Karidalen.

... gjenstår: Beitostølen søndag 26. november, [KLIKK HER](#) for mer informasjon og påmelding.

### **Skisprell 2024**

Det vil bli mulig å få besøk av skikretsen v/ skiklubb utvikler Marianne også denne vinteren. Informasjon legges ut på skikretsens hjemmeside. Klubber som ikke har arrangert skisprell før, vil bli prioritert dersom det er for mange søkere.

### **Telenorkarusellen**

Mer informasjon legges ut på skikretsens hjemmeside i løpet av november.

### **Barnas Mini-VM**

Dette er en sideprosjekt til VM i Trondheim 2025, sponset av Sparebank 1. Det innebærer at klubber får arrangørhjelp til å arrangere et skirenn i egen klubb, både mht. menneskelige og materielle ressurser. Det er også bankene som legger føringer for hvor det skal arrangeres. I fjor ble Barnas Mini-VM arrangert på Gjøvik, denne vinteren ønsker de å prioritere Nord-Gudbrandsdalen.

### **Nyhet: Klubben vår**

Dette er en digital klubbguide som alle klubber kan tilpasse sin egen klubb med egen informasjon. Det vil bli arrangert et webinar om hvordan den kan tas i bruk, og den vil være et tema på de planlagte regionmøtene (se under)

### **Regionmøter**

For å komme enda tettere på klubbene, planlegges regionale møter der skikretsen reiser ut. Hovedtema er REKRUTTERING, målgruppen er trenere, foreldre, styre m.fl.

Aktuelle tema å løfte opp og diskutere på møtene;

- Rekruttering på skikretsens hjemmesider
- KLUBBEN VÅR;
- Rekrutterende skirenn
- Rekrutterende anlegg
- Foreldrerekruttering
- Skikretsens aktivitetshenger
- Skisprell 2023-24
- Ukas økt
- Aktivitetsbanken
- Inspirasjonskvelder/Temakurs
- Trenerkurs
- Klubbsamarbeid

Informasjon/invitasjoner legges ut på skikretsens hjemmesider så snart det er klart.

## HANDLINGSPLAN 2023-25

[Skikretsens Handlingsplan 2023-25](#) ble vedtatt på Skikretstinget 2023.

Med utgangspunkt i denne er alle grenene utfordret til å utforme konkrete tiltak for sin gren. Etter en god diskusjon på høstmøtet, landet høstmøtet på følgende tiltak for Langrenn 2023-25:

### 1. Aktivitetsutvikling

- Jobbe frem en modell med treningstilbud junior- og seniorløpere for hele kretsen, innen 1. april 2024
- Utdanne 8 til Trener-1 kompetanse innen 1. april 2024
- Utdanne 2 til Trener-2 innen oktober 24.
  
- Rekruttering; Arrangere regionmøter i minimum 3 regioner høst -23, og to regionmøter i hver region innen høst -25

### 2. Anleggsutvikling

- Ingen tiltak

### 3. Arrangementsutvikling

- Ha konkurranser med ski-cross og sprint i alle 5 regionene.
- Arrangere nettmøte/erfaringsmøte med de aktuelle arrangørene innen 15. desember.
- I samarbeid med EQ tilby tidtakerkurs høst-23 og høst -24.

## EVENTUELT

### Planlagte webinar

- Onsdag 8. november kl. 20.15  
[Webinar iSonen](#)
- Mandag 13. november kl. 20.00  
[Nettmøte om langrennscross](#)

*Lillehammer, 30.10.23*

*Referent Ellie Lein*