



Norges
Skiforbund

Digitalt vårmøte

13.05.24

Velkommen!



Dagens agenda:

19:00 - Velkommen ved Torbjørn

19:10 - Presentasjon av Cathrine, og ny retning

19:30 - Bredde, rekruttering, utvikling og utdanning

19:45 - Arrangement

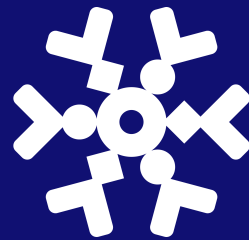
20:00 - Pause

20:05 - Toppidrett

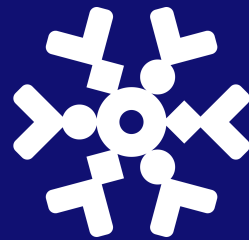
20:20 - Økonomi

20:45 - Informasjon om Skiting i Bodø og evt spørsmål





Å skape skiglede for alle. Sammen.



Vi skal bygge vårt fellesskap.
Vi skal skape en felles samtale og fortelling.
Noe som samler oss.





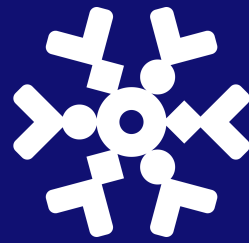
Vår fortelling





Hvordan sikrer vi at langrenn forblir relevant og attraktiv for nåværende og fremtidige generasjoner?

Vi tror på at det ene løfter det andre.



Vi bruker oppmerksomheten, betydningen og engasjementet til landslagene til å inspirere flere til å delta i aktiviteter.



Etablering av et utviklingsprogram – en respons til den nye strategien

Fra handlingsplan til utviklingsprogram

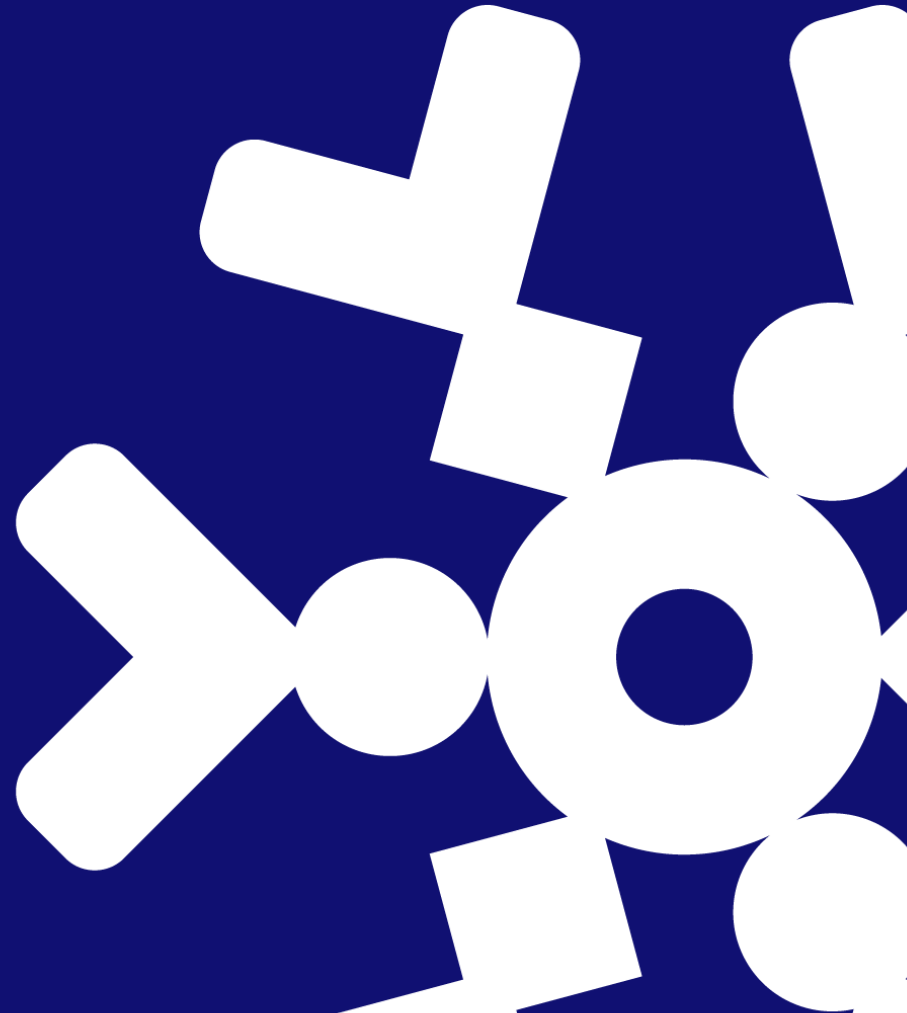


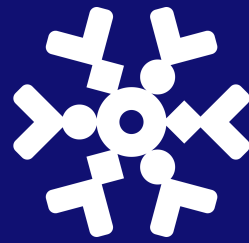
Hvorfor et utviklingsprogram?

Utviklingsprogrammet skal sikre nytenking, relevans, rekruttering og inntekter.

Vår verdi for kommersielle partnere er ikke begrenset av vår suksess i sporet; den ligger i vår kulturelle relevans og evne til å tenke nytt.

Vårt engasjement gjennom klubber, kretser, partnerskap, media og til publikum har en positiv samfunnseffekt og skal bidra til utviklingen av langrenn og samfunnet.



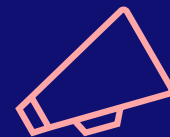


Partnerskap & muligheter

Samarbeid for å prioritere felles mål for næringsliv, sport og samfunn:



Økt synlighet, oppmerksomhet og styrkede assosiasjoner. Økt kjennskap til merkevaren gjennom logoeksponering



Utøvere og trenere skaper sterkt budskap og effekt i kommunikasjon om partner, produkt og merkevare



Økte markedsandeler gjennom sammenfallende markedsposisjoner og målgrupper



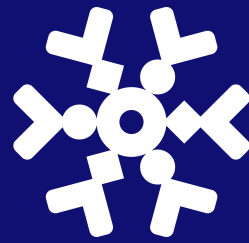
Gjennom felles prosjekter demonstrere samfunnsengasjement og styrke omdømmet og goodwill hos publikum, kunder, ansatte og investorer



Kommersielt? Og, en felles retning

- Programmet skal tiltrekke sponsorer som verdsetter vårt bidrag til lokalsamfunnene og anerkjenner langrenns unike plass i norsk kultur.
- Vår aspirasjon er å skape nye produkter og aktiviteter som kommer organisasjonen, klubber, kretser, partnere, publikum og samfunnet til gode.
- Vi bruker den store oppmerksomheten og engasjementet landslagene og utøverne våre har til å sette søkelys på programmet og aktivitetene og samle sponsorer under en paraply for å få større effekt.
- Initiativet i seg selv er til inspirasjon for å tenke annerledes både kommersielt og om betydningen av rollen til langrenn.





5 års plan – mot vinter-OL 2030

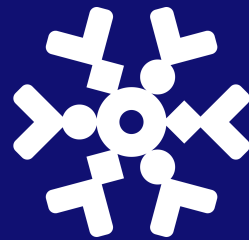
Etablering av
utviklings-program

2024

Partnerskap,
finansiering &
gjennomføring

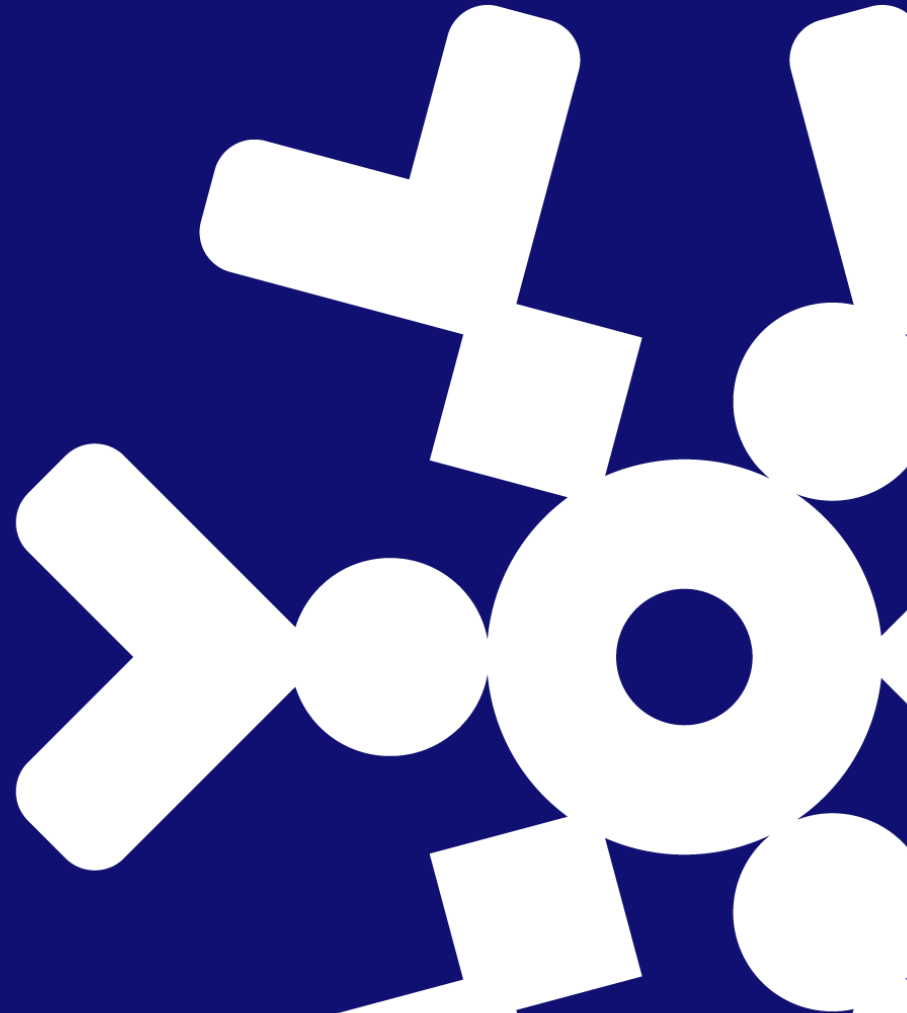
OL 2030





Innspill og gruppearbeid i Bodø

Bredde, rekruttering, utvikling
og utdanning



Bredde = 113000 medlemmer

Rekruttering = jobbe for å skape aktivitet som gjør at flere ser verdien i å bli medlemmer i klubb.

Utvikling = endringer og forbedringer som skjer





Bredde

Jobbe med klubb utvikling og tiltak som skaper stor aktivitet i klubb.

- Vise gode eksempler på aktiviteter som passer målgruppene i klubb
- Utdanne trenere
- Utdanne ledere
- Motivere foreldre

Rekruttering

Jobbe med å markedsføre de gode aktivitetene som klubbene gjennomfører.

Klubber har gode tilbud som en del personer som går på ski betaler mye penger for. (skikurs)

Jobbe for å få ski inn i gymtimer og tilbake skoleskidagen. (ski og rulleski)
Barnehager på ski



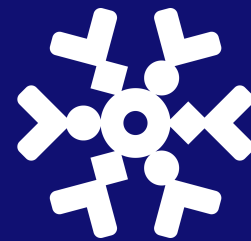
Skiklubbutviklere

Gjennomfører mange fantastiske aktiviteter

Skape aktive klubber og blåse liv i klubber som har ligget nede

Gjennomføre kurs





Skiklubb utviklere + gren

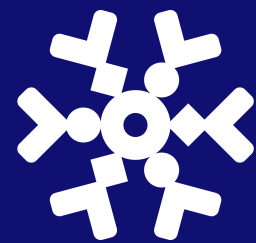
Sammen skal vi arbeide for å utvikle en god plan der målet er å skape større bredde gjennom aktiv rekruttering

Sammen skal vi skape aktiviteter som er tilpasset målgruppen, slik at det er attraktivt å være med i klubben

Sammen skal vi utvikle og gjennomføre gode kurs for trenere.

Sammen skal vi jobbe for å forenkle hverdagen til tillitsvalgte.

Sammen skal vi gjøre klubbene i stand til å tilby medlemmer et positivt og inkluderende miljø, der foreldrene skal føle tilhørighet.

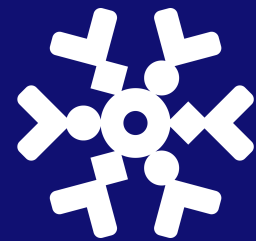


Videreutvikle og styrke vårt samarbeid

Skiklubbutviklere er grenens forlengede arm ut mot klubb.

Gjennom tydelige prioriteringer og avklarte arbeidsområder skal vi sammen videreutvikle norsk langrenn.





Para - bredde og rekruttering

Sommerskiskole i slutten av Juni

Equinor International Junior Camp i august

Dagsamlinger - høst og vinter

Ung i Para

Ridderuka

Kick The Limits

Samarbeid Rehab.enhter /intr. organisasjoner

Ambassadører

Treningstips på web

Ønsker bistand på Para arbeidet fra
Skiklubb utviklere – tiltak i krets





Norges
Skiforbund

Utdanning langrenn

← 23/24

→ 24/25



TRENERSEMINARET 2024

14-15. juni 2024

Norges Idrettshøgskole, Oslo



Teknikkutvikling



Mental Helse



Trening og pubertet

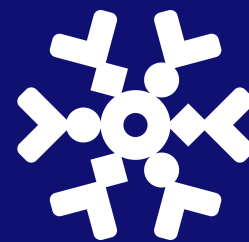
- **Christian Magelssen**, Stipendiat Institutt for fysisk prestasjonsevne NIH
- **Øivind Sørvald**, Utviklingsansvarlig Norges Tennisforbund
- **Christian Mitter**, Trener WC Herrer Alpint
- **Jan Kåre Gabrielsen**, Barmarksrener WC Herrer Alpint
- **Bjørn Ole Fosse**, Barmarksansvarlig Alpint
- **Landslagstrenerne i langrenn**
- **Landslagstrenerne i alpint**
- **Lene Puntervold**, Motorikk og Ferdighetsutvikling Olympiatoppen
- **Claude Lebreux**, Motorikk og Ferdighetsutvikling Olympiatoppen
- **Thomas J. Losnegard**, Professor på institutt for fysisk prestasjonsevne – NIH
- **Adrian Lorentsson**, Mental Helse Ung
- **Ronny André Hafsås**, Trener utviklingslandslag menn U23, Skiskyting
- **Anders Meland**, PhD og Idrettspsykologisk Rådgiver
- **Kajsa Vickhoff Lie**, Landslagsalpinist
- **Espen Tønnesen**, Professor i treningsvitenskap ved Høyskolen Kristiania
- **Martine Lorgen Øvrebust**, Trener Heimdal vgs langrenn



Norges
Skiforbund
Alpint



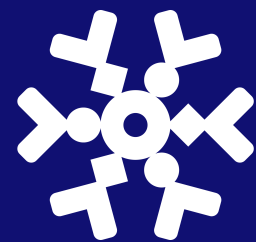
Norges
Skiforbund
Langrenn



Trenerseminar NIH 14-15 juni

Teknikkutvikling og mental helse Samarbeid langrenn /alpint

Hjelp oss med markedsføringen!



I Norge har vi mange unge langrennsløpere som drømmer om en gang å stå på toppen av pallen. Selv om de aller færreste når dette målet, er det viktig at flest mulig får ut sitt potensial. Veien fra barndommens lekpregede idrett til å bli verdensmester eller olympisk mester er lang, og ingen historier er like. Hver eneste verdensmester har sin egen unike fortelling, noe som også vil gjelde framtidige verdensmestere. Noen få er best fra første gang de sponner på seg skiene, mens de aller fleste må jobbe seg tålmodig framover – i mødengang og motgang, lek og alvor.

Utviklingstrappa i langrenn er en guide til unge, lovende skiløpere som ønsker å ta ut sitt idrettslige potensial. Her beskrives en hensiktsmessig, langsiktig utvikling av utøvere fra de er barn til de når toppidrettsnivå. Boka er også en veileder til trenere og foreldre, og den inneholder gode maler og ekthforslag som vil være anvendelige for trenere på ulike nivåer. Utviklingstrappa er integrert i Skiforbundets utviklingsmodell, som har som mål å styrke både bredde- og toppidrettsarbeidet i framtida.



Øyvind Sandbakk er professor ved Institutt for trenerskolen og fagansvarlig for utøverne ved NTNUs leder for Senior for toppidrettsforskning og utøverledelse i Skiforbundet i langrenn.



Pål Rian er idrettsfaglig med ansvar for Norges skiløpergruppa og tidligere trener på alle nivå, fra barnegrupper til landslagsnivå. Han er nå utøvergruppeleder i Norge, Skiforbund, ved langrenn.




Per Elias Kolffoss er toppleder i Norges Skiforbund ved langrenn, med det spesielle ansvaret for langrennsutøverne. Han har vært trener for utøvere på alle nivåer, fra barn til utøverne på olympisk nivå.



Thomas Losnegård er professor i idrett og idrettsskole, og tidligere prestesjef og trener i Norges skiløpergruppa, og fagansvarlig for utøverne i Olympiatoppen. Han har lang erfaring som langrennsutøver innen ulike aldersgrupper og nivå.



Brit Baldshol er utviklingsspesialist og leder for administrative tingene i Norges Skiforbund, ved langrenn. Hun har trent utøvere fra barn til og med juniorlandslag.

 FAGBOKFORLAGET

www.fagbokforlaget.no



UTVIKLINGSTRAPPA I LANGRENN



Øyvind Sandbakk, Pål Rian, Per Elias Kolffoss, Thomas Losnegård og Brit Baldshol (red.)

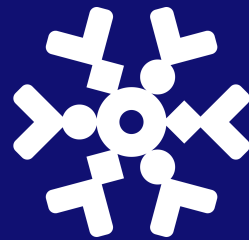
UTVIKLINGSTRAPPA I LANGRENN
3. utgave



 FAGBOKFORLAGET



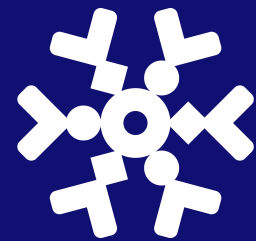
 Norges Skiforbund
Langrenn



Utviklings trappa



Norges
Skiforbund



Suksessfulle webinar sammen med Hedmark skikrets – videreføres til høsten

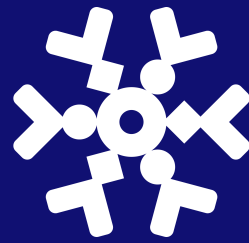


WEBINAR

Slik takler vi motgang og skaper balanse i livet

Mandag 29. April kl 20-21

**Møt Maren Lundby,
Helene Marie Fossesholm og
Tom Henning Øvrebø**

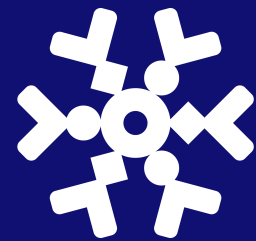


Trenerseminar NNM - En fin erfaring som kan gjentas andre steder

Hvordan trente de beste som unge?

Hvordan utvikle gode klubbmiljøer?





Noen kontinuerlige tiltak:

Trener-kurs

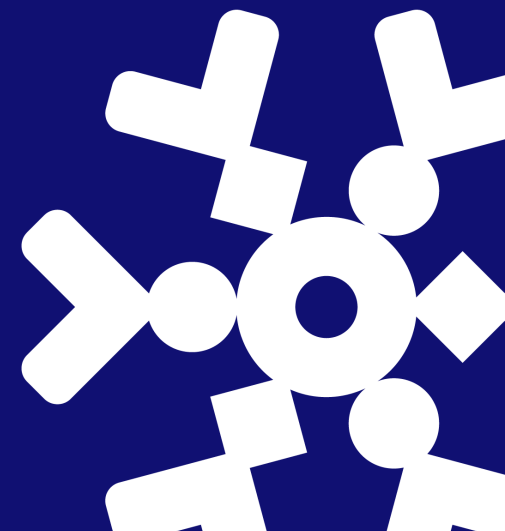
*Drift av Trenerklubben
- 350 medlemmer*

Løypeseminar



Fokusområder 24/25

- Utvikle tettere samarbeid med Skiklubbutviklerne
- Oppfølging og kursing av Trenerutviklere
- Fornyning av Trener 1 og 2
- Tettere oppfølging av /eierskap til Trener 1- og 2-kurs i kretsene
- Nytt Trener 3-kurs
- Videreføring av de mange gode prosjektene som nevnt



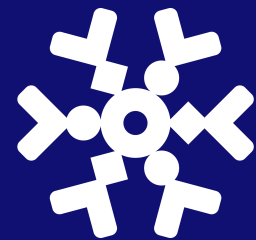


Norges
Skiforbund

ARRANGEMENT TERMINLISTEN

LANGRENN

SESONGEN 2024/2025



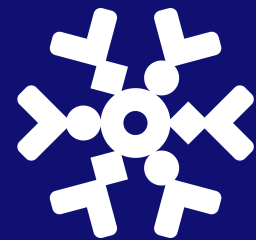
SPØRREUNDERSØKELSER



**EQUINOR
NORGESCUP
JUNIOR OG
SENIOR**

HOVEDLANDSRENN GÅLÅ



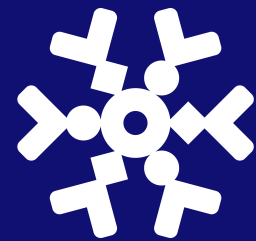


SPØRREUNDERSØKELSER



**EQUINOR
NORGESCUP JUNIOR
OG
SENIOR**

- Equinor NC i sin helhet
- Rennprogram og konkurranseformer
- Sprintformat
- Løyper
- Junior i seniorrenn
- Fluorforbud og smøreopplegg
- Sammenlagtstillingen/
Utøveranalysen
- TV/Streaming av Equinor NC

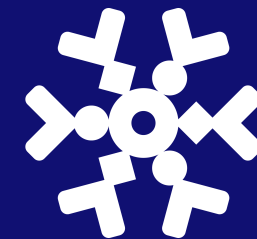


SPØRREUNDERSØKELSER

- Arrangementet i sin helhet
- Rennprogram
- Felles smøreopplegg

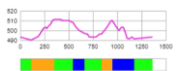


TERMINLISTEN



CERTIFICATE
OF FIS HOMOLOGATED CROSS-COUNTRY COURSE
FIS CROSS-COUNTRY COMMITTEE

| | | | | | |
|------------------|--------|-------------------------|-----|----------------|------|
| Course length: | 1,363m | Height difference (HD): | 21m | Lowest point: | 490m |
| Course category: | D | Maximum climb (MC): | 29m | Highest point: | 511m |
| | | Total climb (TC): | 49m | | |

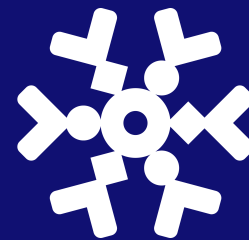


TERMINLISTENS HOVEDPUNKTER 2024-2025

Oppdatert 10.05.2024 - Endres fortløpende. Med rødt er ikke bekreflet. Tilbakemeldinger sendes: erik.husby@skiforbund.no

| | STED | NASJ | KVINNER | MENN | RENNKAT | TD og merknader | |
|--|--|------|---|---|-------------------------------|----------------------|----------------------|
| 07.06.24 08.06.24 | Bodo | NOR | 10km K felles 5km F | 20km K felles 7,5km F | FIS-renn rullleski | John Olav Fuglem | Nordland |
| ons 31.07.24 tor 01.08.24 fre 02.08.24 lør 03.08.24 | Lysøbotn Ålgård-Sandnes Sandnes Sandnes | NOR | Mottbakkeleip Langløp 50 km 10 km F felles Sprint F | Mottbakkeleip Langløp 50 km 15 km F felles Sprint F | Blinkfestivalen- rullleski | Geir Colbjørnsen | Agder og Rogaland SK |
| ons 14.08.24 tor 15.08.24 fre 16.08.24 lør 17.08.24 | Hitra Aure Trondheim Trondheim | NOR | Langløp 56km K Sprint 20km F felles Jaktstart 12km F | Langløp 56km K Sprint 20km F felles Jaktstart 12km F | Toppidrettsveka | Torbjørn B Pettersen | Morten Vannebo |
| | Beitostølen Ø.Slidre IL (Sprinten) | NOR | Sprint K 10km K 20km F | Sprint K 10km K 20km F | FIS-renn | Kenneth Holth | |
| | | | 10km K Sprint K | 10km K Sprint K | WC | | |





TERMINLISTEN 2024/2025

Gjøre sesongen lengre
Tidligere sesongstart junior

Rennprogram basert på tilbakemeldinger
Mere variasjon i rennprogram

Rennprogram tilpasset uttak mesterskap og int. renn

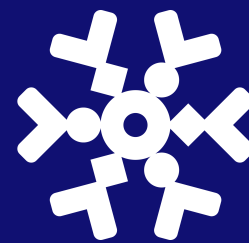
Fordeling av rennhelger
Spredning i terminlisten

Løyper tilpasset nivå
Tildeling junior vs. senior

| TERMINLISTENS HOVEDPUNKTER 2024-2025 | | | | | | |
|--|---|---------|--|--|-------------------------------|--|
| STED | NASJ | KVINNER | MENN | RENNKAT | TD og merknader | A |
| 07.06.24 08.06.24 | Bodo | NOR | 10km K felles 5km F | 20km K felles 7,5km F | FIS-renn rullleski | John Olav Fuglem Nordland |
| ons 31.07.24 tor 01.08.24 fre 02.08.24 lør 03.08.24 | Lysbotn Ålgård-Sandnes Sandnes Sandnes | NOR | Motbakkelepp Langløp 50 km 10 km F felles Sprint F | Motbakkelepp Langløp 50 km 15 km F felles Sprint F | Blinkfestivalen- rullleski | Geir Colbjørnsen Agder og Rogaland SK |
| ons 14.08.24 tor 15.08.24 fre 16.08.24 lør 17.08.24 | Hitra Aure Trondheim Trondheim | NOR | Langløp 56km K Sprint 20km F felles Jakstart 12km F | Langløp 56km K Sprint 20km F felles Jakstart 12km F | Toppidrettsveka | Torbjørn B Pettersen Morten Vannø |
| | Beltostølen Ø.Slidre IL (Sprinten) | NOR | Sprint K 10km K 20km F | Sprint K 10km K 20km F | FIS-renn | Kenneth Holth |
| | | | 10km K Sprint K | 10km K Sprint K | WC | |

Slå sammen junior og senior-cup
Flere møtepunkter junior og senior
Frigjøre flere helger for kretsene
Spare Ski-Norge for flere kostnader
Bevare fokuset på utviklingstrappa

Synlighet gjennom TV/Streaming
Tilpasse rennhelger og rennprogram
Gjøre langrenn mest mulig tilgjengelig

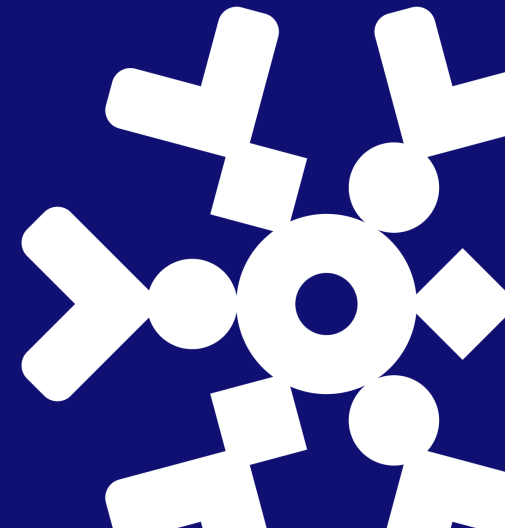


Toppidrett

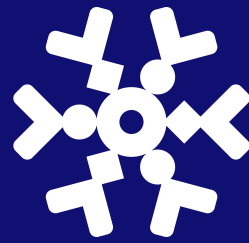
- Evaluering
 - Helse - helseoptimalisering
 - Kompetanseutvikling – deling i trenerteam – coaching OLT
 - Involvere utøvere til feedback med hverandre
- Landslagene – 36 utøvere - 9 trenere
 - Menn elite 11 utøvere - 2 trenere
 - Kvinner elite 9 utøvere + 1 – 3 trenere
 - Para elite 4 utøvere + ledsager – 2 trenere
 - Rekrutt 10 utøvere - 1 trener
 - Junior 10 utøvere - 1 trener
- Planer – 34 WC -
 - 288 dager til VM – ca 50 samlingsdøgn
 - 653 dager til OL
 - 1018 dager til VM Falun



Økonomi



ØKONOMI



| | 2022 | 2023 | <i>Rev. Budsjett 2024</i> |
|----------|---------|---------|-------------------------------|
| Resultat | (5 270) | (4 788) | 114 |
| EK 31.12 | 5 672 | 884 | 998 |

Tusen takk for
oppmerksomheten!

