

Årsberetning Lillehammer Skiklub 2022-2023



Ski for alle – hele livet

Innhold

| | |
|---------------------------------|----|
| MEDLEMSÅRET 2022 | 3 |
| STYRETS ÅRSBERETNING 2022 | 4 |
| KLUBBENS STYRENDE ORGANER | 6 |
| ØKONOMI – THOR/TRUDE | 7 |
| MØTER OG TILSTELNINGER..... | 8 |
| ANDRE ARRANGEMENTER..... | 9 |
| SAMARBEID OG ANNET | 11 |
| TEKNISK KOMITÉ ALPINT | 12 |
| TEKNISK KOMITÉ LANGRENN | 21 |
| TEKNISK KOMITÉ FREESKI | 33 |
| TEKNISK KOMITÉ RANDONEE..... | 38 |

Årsberetning 2022/2023

Ansvarlig redaktør: Trude Emaus
Redaktør: Stine Lombnæs



SpareBank 1
ØSTLANDET

SWIX

sport 1
Lillehammer

Eidsiva.

Medlemsåret 2022

«Ski for alle – hele livet» - Det er vår visjon, og det vi alltid jobber for i Lillehammer Skiklub.

Vi forsøker å balansere innsatsen slik at det skal være rom for både topp og bredde, ung og gammel. Som en skiklubb med fokus på både langrenn, alpint, freeski og randonee, har vi mange medlemmer og noen av de yngste er også med på mer enn en aktivitet i klubben. I en tid der media skriver side opp og side ned om at det å drive idrett i Norge er blitt for dyrt, er vi stolte av å kunne si at våre medlemmer under 10 år ikke betaler treningsavgift. Dette kan vi blant annet takke vår generalsponsor Sparebank1 Østlandet for.

Som styreleder vil jeg si at 2022, til tross for at Corona restriksjoner ikke lenger preger oss, har vært et krevende år. «Past Corona» er noe mange har kjent på kroppen, så også vi. Det har vært utfordrende å få både store og små opp av sofaen og ut i skiløypene og bakkene, og ikke minst få fylt opp dugnader og støtteapparat rundt våre aktiviteter.

Sakte, men sikkert har vi likevel fått opp engasjementet, og høydepunktene blir beskrevet under av de respektive TKene.

Aktiviteten har vært høy, og det ser vi også av regnskapet som viser at kostnader til aktivitet har økt betraktelig siden 2021. Denne posten er også betraktelig høyere enn det som var budsjettet for 2022. Dette uten at vi har klart å fylle på med mere inntekter.

Høst sesongen for styret og administrasjonen startet med at regnskapet ble lagt over i et nytt system uten nødvendig grunnarbeid og forarbeid i forkant. Dette resulterte i at vi i lang tid ikke hadde kontroll på regnskapet. Det har vært

jobbet iherdig med å få dette på plass fra både styret og administrasjonens side. Også regnskapsbyrået har brukt mye tid og ressurser på å få dette på plass igjen.

Planleggingen og budsjetteringen for 2023 har vært preget av dette. Vi har snudd hver sten, kuttet kostnader og klart å få et budsjett som er både realistisk og som viser et lite overskudd. Fokuset har vært å opprettholde aktivitetsnivået for våre medlemmer.

31.mars 2023 hadde både Stine Lombnæs, vår daglige leder gjennom de siste årene og Petter Blindheim, sportssjef for langrenn de siste 7 årene, sin siste arbeidsdag i Lillehammer Skiklub. Jeg vil takke begge to for fantastisk innsats og ønsker dem lykke til med nye utfordringer.

Vi i styret er i gang med å rekruttere nye medarbeider, og håper å ha dette på plass før vi tar sommerferie.

Jeg vil også takke styret for fantastisk innsats i et krevende år, og ønsker samtidig nytt styre velkommen og lykke til!

Med vennlig hilsen
Lillehammer Skiklub

Trude Emaus
Styreleder



Styrets årsberetning 2022

Årsmøte 2022

Årsmøte 2022 ble gjennomført 27.april på Birkebeineren Hotell. Det var 24 stemmeberettigede som møtte opp.

Styret har hatt følgende sammensetning:

| Rolle | Navn |
|-----------------------------|-----------------------|
| Styreleder | Trude Emaus |
| Nestleder | Eiliv Furuli |
| Styremedlem, Leder TKA | Ørjan Høyner-Farstad |
| Styremedlem, Leder TKL | Even Lillemo-Thorud |
| Styremedlem, Leder TKF | Caroline Bræin Klette |
| Styremedlem, ansvar økonomi | Thor Svegården |
| Styremedlem | Ole Bertil Reistad |
| Styremedlem | Ole Kristian Kirkerud |
| Styremedlem | Kjersti Isaksen |
| Varamedlem | Stian Sletmoen |

Det ble også avholdt et ekstraordinært årsmøte 7.juni 2022 for å velge inn det siste medlemmet i styret, som var TKL-leder.

I perioden fra årsmøtet i april 2022 til årsmøtet i april 2023 har det vært avholdt 9 ordinære styremøter, i tillegg til et styreseminar på Rustad Fjellstue i oktober 2022. På styremøtene dette året har særlig økonomi, arrangementer, herunder Ingalåmi og Birken, og sponsorarbeid vært høyt på dagsordenen.

Styresamlingen på Sjusjøen hadde spesielt fokus på økonomi, Ingalåmi og sponsorarbeid.

Styret er bredt sammensatt og har hatt gode diskusjoner for å komme fram til gode løsninger og vedtak.

I Birkebeinerrennet A/S, hvor LSK eier 50%, ble Trude Emaus, Eiliv Furuli og Jon Erik Rønning valgt inn i styret.

Generalforsamlingen (hvor disse møter) valgte de samme til styremedlemmer i Birken A/S.

Styret ansatte våren 2022 Randi Hoff som prosjektleder for Ingalåmi 2023 i et 50 % engasjement. Randi har hatt en organisasjonskomite med seg i forberedelsene og gjennomføringen av årets Ingalåmi. Komiteen gjorde en strålende jobb og arrangementet ble solid gjennomført i strålende vær. Se egen omtale av Ingalåmi 2023 senere i årsmeldingen.

Medlemstallet var ved siste årsskifte på rundt 1200 medlemmer, hvorav 4 er æresmedlemmer og 5 er livsvarige medlemmer. Kjønnfordeling i medlemsmassen er 2/3 menn, 1/3 kvinner. Klubben har omtrent 420 aktive medlemmer under 20 år. I alderen 21 – 50 år er det rundt 260 medlemmer, mens det fra 51 – 100 år er

det ca 500 medlemmer, både skiklubvenner og aktive medlemmer.

Komiteer og utvalg:

Kontrollkomite

Leder Stein-Ivar Lien

Medlem Oddleiv Sæle

1. varamedlem Dorthe Korsæth

2. varamedlem Thea Strand Bjørnaa

Birkebeinerrennet AS

Medlem Eiliv Furuli

Medlem Jon Erik Rønning

Medlem Trude Emaus

1. varamedlem Hans A. Kjærnsli

2. varamedlem Merete Fjeldavlie

3. varamedlem Ole Kristian Kirkerud

Valgkomite

Leder Torstein Rudihagen

Medlem Marit Løvlien

Medlem Karen Lauvålien

Medlem Morten Carolin

Revisor

BDO Lillehammer

v/Rune Pettersen

Klubbens styrende organer

Teknisk Komité Alpint

| | |
|-----------------------|-------------------------|
| Leder | Ørjan Høyer-Farstad |
| Medlem | Brita Foss |
| Medlem | Kjetil Veen |
| Medlem | Jørtik Lindberg |
| Funksjonærkoordinator | Ketil Norheim |
| Kretsrepresentant | Jo Mork |
| Økonomiansvarlig | Espen Moltubakk |
| Materiellansvarlig | Ole Christian Brobakken |

Teknisk Komité Langrenn

| | |
|-----------------------|---------------------|
| Leder | Even Lillemo-Thorud |
| Materiellansvarlig | Beate Carolin |
| Arrangementsansvarlig | Anders Aalberg |
| Oppmann Para | Einar Hoff |
| Yngres representant | Thomas Johansen |
| Junior representant | Svein Storlien |
| Dugnadsansvarlig | Vigdis Masovn Haave |
| Økonomiansvarlig | Peter Andersen |

Teknisk Komité Freeski

| | |
|----------------------------|-----------------------|
| Leder | Caroline Bræin Klette |
| Medlem Sportslig ansvarlig | Gøran Langgård |
| Trener | Kristian Lien |
| Medlem | Raymond Sjømark |

Teknisk Komité Randonee

| | |
|--------|-----------------------|
| Leder | Marcos Puigdefabregas |
| Medlem | Torstein Vestli |
| Medlem | Emilie Holme |
| Medlem | Lena Wistveen |

Administrasjon og sportslig ansatte

Stine Lombnæs har vært ansatt i 70 % stilling som daglig leder frem til 31.3.23

Petter Blindheim har vært ansatt i 100 % stilling som sportslig leder langrenn frem til 31.3.23

Bjørn Tore Staurset har hatt en 50 % stilling som sportslig leder alpint, og 50 % stilling som sponsoransvarlig frem til årsskiftet 2022/23. Fra årsskiftet har han vært ansatt i 80 % stilling som sportslig leder alpint og 20 % stilling som sponsoransvarlig.

Randi Hoff har vært ansatt i 50 % stilling som prosjektansvarlig for Ingalåmi, frem til 31.3.2023.

Timo André Bakken har vært ansatt i 25 % stilling som langrennstrener for Junior & senior, til og med februar 2023.

Økonomi – Thor/Trude

Lillehammer Skiklub's regnskap for 2022 viser et underskudd på kr 1 590 567.

LSK har i 2022 hatt et høyt aktivitetsnivå med treninger og konkurranser etter at «verden» åpnet etter Corona restriksjoner.

Styret og administrasjonen har hatt fokus på å få på plass styring og riktige regnskapsrapporter etter at regnskapsbyrået flyttet regnskapet over til ny plattform og rapporteringssystemet ble avsluttet.

Underskuddet for 2022 kommer i all hovedsak av tapte inntekter. Sponsorinntekter er redusert med nesten 800 000. Redbull 400 og Ingalåmi var lagt inn i budsjettet for 2022 med en inntekt på tilsammen 750 000. Redbull 400 ble ikke arrangert og Ingalåmi ga ikke noe overskudd i 2022.

Regnskapet viser en stor økning i kostnader til aktivitet både i forhold til 2021 og i forhold til budsjett. At aktiviteten har økt i forhold til 2021 er naturlig da vi er tilbake til et normalt år i forhold til aktiviteter. Kostnader til aktivitet ut over budsjett er i all hovedsak viderefakturert de aktive, og er dermed dekket opp.

Styret er ikke tilfreds med årets resultat og er bevisst på at inntekter må økes for at vi skal kunne opprettholde aktivitet for våre medlemmer. Regnskapet er likevel avlagt under forutsetning om fortsatt drift.

Møter og tilstelninger

I 2022 var det heldigvis få begrensninger på hva som kunne gjennomføres av sosiale sammenkomster, så her har aktiviteten tatt seg opp.

Årsmøte 2022 ble gjennomført 27.april på Birkebeineren Hotell. Det var 24 stemmeberettigede som møtte opp. Fra styret deltok Jon Erik Rønning, Eilif Furuli, Caroline Bræin Klette, Ole Kristian Kirkerud, Svein Andresen, Kjersti Isaksen og Ørjan Høyer-Farstad. Fra administrasjonen Bjørn-Tore Staurset og Petter M. Blindheim. Daglig leder Stine Lombnæs var dessverre forhindret grunnet sykdom.

Det har i løpet av året blitt gjennomført flere handledager for klubbens medlemmer hos vår samarbeidspartner Sport 1 Lillehammer. Det har vært godt oppmøte, og dette er populære arrangementer som vi fortsetter med.

SpareBank1 Østlandet Sommerskiskole ble også arrangert i 2022, med rett under 60 påmeldte. Tradisjonen tro ble det en suksess med veldig fornøyde barn og foreldre. Base og utgangspunkt for sommerskiskolen er klubbhuset på stadion. På Birkebeiner stadion har vi tilgang på både asfaltert underlag, grus, skog og mark, til varierte økter for langrensløpere, alpinister og freeskiere. Vi er godt fornøyde med at alle våre grener også i 2022 var representert på sommerskiskolen, det skaper klubbfølelse og vennskap på tvers av grener. Skiskolen ledes og administreres av klubbkontoret, i tillegg til at deltagerne deles inn i 3 grupper som har hver sin ansvarlige gruppeleder. Det er aktive utøvere fra klubben som gjennomfører øktene. Det ble servert lunsj levert av våre samarbeidspartnere Birkebeineren Hotell og Lillehammer Bakeri, og dette falt i

smak☺. Det er også populært at det til enhver tid er saft og oppskåret frukt tilgjengelig. Sparebank1 Østlandet spanderer også pizza en av dagene, det er populært til sultne kids og trenere.

Den siste dagen ble det i år langtur til Mesnasaga, der det ble grillet over 300 pølser som gikk ned på høykant. Vi er veldig fornøyde med hvordan skiskolen har utviklet seg og vi ønsker sammen med Sparebank 1 Østlandet og utvikle denne videre.

Den tradisjonelle Sparebank1 Byttehelgen ble arrangert i november, og i år som i fjor fikk vi bruke flerbrukshallen på Birkebeineren Skistadion. Hallen er godt egnet med god plass inne og ute, og lett adkomst for både kjøpere og selgere! Byttehelgen er et arrangement vi er store tilhengere av: her kan man få kjøpt bra utstyr til en billig penge, og slik gjøre terskelen for å være med på skiidrett litt lavere. Det kaller vi et bra rekrutterings-tiltak! I tillegg blir det litt penger i klubbkassa. Også i år arrangerte vi sammen med sykkelklubben.

Total omsetning: 192.000,-, Antall transaksjoner: 210 med stort og smått. Utbytte til selgere var på 140 000,- Det som ikke ble solgt eller hentet ble donert til BUA Lillehammer og Fretex.



Skiklubbens Facebook-gruppe for kjøp og salg av brukt skiutstyr og skiklubb-klær blir også hyppig brukt, denne oppfordrer vi alle til å følge med på.

Klubben inviterte til den tradisjonelle julelunsjen for klubbens noe eldre garde og trofaste medlemmer, pensjonister og æresmedlemmer, i desember. Dette syns vi alle at er en veldig hyggelig tradisjon, og vår samarbeidspartner Birkebeineren Hotell disket alltid opp med nydelig julemat til oss. Vi fikk en kort orientering om rekrutt-trener for det britiske langrennslandslaget Alex Standen og en av hans utøvere, Tabitha Williams. For øvrig god stemning og hyggelig prat rundt bordene – som alltid.

«Skibanken» vår (et rikelig utvalg skiutstyr vi har fått fra Sparebank1/Sport1) har også i år vært i bruk av Lillehammer læringscenter. De hadde i år sin skidag på Skeikampen, og fikk låne utstyr fra vår skibank, til glede - og knall og fall - for mange som ikke har prøvd ski tidligere.

Klubbhus

Våre klubbhus på Birkebeiner Skistadion og i Hafjell er i flott bruk.

På Skistadion leier vi skicafeen av Olympiaparken. Her er det gode muligheter for sosiale samlinger for klubbens medlemmer i forbindelse med trening, foreldremøter mm. I 2022 har det heldigvis vært lite restriksjoner på sosiale samlinger, så da har det blitt servert kveldsmat til klubbens yngre langrennsløpere opptil flere ganger i løpet av sesongen. Dette er et viktig tiltak for å skape godt samhold, og det blir tid til å prate og ha det moro og bli enda litt bedre kjent.

Det er også mulig for klubbens medlemmer å leie lokalet til konfirmasjoner mm., noe flere har benyttet seg av med stort hell.

I Hafjell er aktivitetshuset i aktiv bruk både i forbindelse med treninger og arrangementer for alpint og freeski. Styret har også hatt møte her, og vi har hatt møter med sponsorer. Det er et flott bygg med supre fasiliteter.

Andre arrangementer

Red Bull 400

Dette arrangementet ble dessverre ikke gjennomført i 2022, men vi har tett kontakt med RedBull og håper at RedBull 400 kan arrangeres i Lysgårdsbakken igjen på et senere tidspunkt.

Ingalåmi

En gledelig 50 % økning i antall deltagere fra 2022 til 2023! Dette er vi godt fornøyd med. Rett under 600 damer stilte til start, i strålende sol og et par minus grader.

Ingalåmi 2023 ble planlagt og organisert av prosjektleder Randi Hoff, som har vært ansatt i en 50 % stilling for å jobbe med stort og smått rundt Ingalåmi.

Med seg har hun hatt en organisasjonskomité bestående av Oliver Furuli (Rennleder) Maiken Viker (event), Berit Melbø (Rennkontor) og Thor Svegård (frivillige). Disse igjen, har hatt med seg mange sentrale frivillige i planleggingen av arrangementet.

I år som i fjor ble Nye Birkebeiner skistadion tatt i bruk som arena, noe som fungerte meget bra for både funksjonærer og deltagere. Rennet gikk «mot klokken», altså ut mot kanalen, og inn Birkebeinerløypa.

Startnummerutdelingen foregikk hos Sport1 Lillehammer i forkant av rennet.

På renndagen var Red Bull til stede med Taurus-bil med lydanlegg som spilte god musikk til oppvarmingen fra Friskis & Sveltis. Dette skapte god stemning! De delte også ut energidrikk i mål. Swix var til stede på stadion og bidro med smørehjelp til de som ønsket det, selv om skiføret også i år var så bra at det nesten ikke var behov for dette!

Det er gjort noen grep i år, som har vært svært vellykket og nødvendig. Vi hadde skyttelbusser fra byen og opp til stadion før start, og ned igjen hele ettermiddagen. Dette ble godt mottatt. Den største endringen var imidlertid at vi i år leide «gråhallen» av Olympiaparken, og benyttet denne til Ingas Vertshus. Hallen

var åpen fra kl 9 – 16, og var stort sett full av folk.

Foruten servering av mat og drikke, foregikk premieutdelingen her. Og ikke minst hadde Swix et outlet-salg som ble godt mottatt av damene. Det var også noen andre varer til salgs, blant annet arbeidsklær for damer fra Flor, og gullsmed Frisenberg sine Ingalåmi-produkter.

Det ble også spilt musikk, så stemningen var helt upåklagelig! Dette hadde damene savnet, så det ble tatt veldig godt imot!

Det er bare å glede seg til 30-års jubileet for Ingalåmi neste år!

Vi vil rette en stor takk til alle de frivillige i klubben som stilte opp som funksjonærer – nærmere 80 personer, mange av de samme som i fjor. Mekan til blid og serviceinnstilt gjeng skal man lete lenge etter. Alle bidro til at deltagerne fikk en flott dag.



Foto privat.

Start pulje 15 km uten tid



setter pris på et forum der de kan møte hverandre.

Skiklubben har et nært samarbeid med Lillehammer Olympiapark og Hafjell-Kvitfjell Alpint om store arrangementer, og stiller med nøkkelpersonell, funksjonærer og annen kompetanse som er vital inn i store arrangementer.

I 2024 skal det arrangeres et stor-NM i alle skiforbundets grener. Dette blir et samarbeidprosjekt mellom Lillehammer Skiklub, Søre Ål og Olympiaparken.

Norges Toppidrettsgymnas (NTG)

Klubben har fortsatt et godt samarbeid med NTG for de av våre utøvere som ønsker å kombinere utdanning med satsing innenfor både alpint, langrenn og freeski. NTG-U har også blitt et populært skolevalg for mange av våre yngre utøvere.

Samarbeid og annet

Klubben har tett og god dialog med sine samarbeidspartnere, og har i år fått gjennomført en sponsorfrokost. Her var tema blant annet bærekraft og merkevarebygging. Det var godt oppmøte og gode spørsmål, og vi tror våre partnere

Teknisk Komité Alpint

Teknisk Komité alpint

Teknisk Komite Alpint (TKA)

Det har vært avholdt månedlige møter gjennom sesongen, og vært tett oppfølging. TKA har bestått av følgende medlemmer i sesongen:

Jørtik Lindberg, Jo Mork, Espen Moltubakk, Brita Foss, Ketil Norheim, Ørjan Høyer-Farstad, Ole Christian Brobakken, Kjetil Veen.

I tillegg har sportssjef Bjørn-Tore Staurset «Totto» deltatt på de fleste møter.

Hvert medlem i TKA har i tillegg til å sitte i TKA definerte oppgaver og ansvarsområder som økonomi, trenerkompetanse, skikretsen, klubbantrekk, skiskole kanthaugen og funksjonæransvar og arrangementer. Det er avholdt flere arrangementsmøter, trener- og foreldremøter samt flere sosiale arrangementer. Sesongen ble initiert med kick-off for hver av undergruppene. Det er høyt aktivitetsnivå i TKA og i de ulike aldersbestemte grupper der dugnadsinnsatsen er svært høy. TKA har jobbet mye med tilrettelegging av sportslig aktivitet og arrangementer samt prioritert å bygge miljø og langsiktighet i alle grupper.

Videre har det vært stort fokus på å ivareta en tilfredsstillende økonomi for å kunne gjennomføre sportslig aktivitet. I all hovedsak har vi fått dette til gjennom større arrangement i Hafjell, hvor alle trenere, foreldre og andre med hjerte for alpinsporten har bidratt. Her vil vi særlig trekke fram Totto, vår sportssjef, og Østen Tande som er helt uunnværlige bidragsytere for gjennomføring av alle arrangementer og treninger for alpingruppa. Uten Totto og Østen hadde dette vært umulig å gjennomføre på en slik måte.

Miljø og skiglede

Det er for TKA viktig at alle trives og at vi har et godt og inkluderende miljø. Vi har gjort en rekke tiltak for å få med flere i sosiale sammenhenger. Blant annet i høst inviterte vi alle utøvere med foreldre på Lillehammer Kino hvor vi fikk en hel kinosal for oss selv hvor vi fikk sett Aksel filmen. Det var meget gledelig at så mange tok turen hit. Det har også blitt gjennomført kveldsmat for de yngste gruppene med foreldre slik at de har fått

sett hverandre uten hjem og brille. Dette har vært en suksess.

Terskelen for å bli med skal være lav, der vi håper å kunne ta vare på alle som vil være en del av vårt alpinmiljø. Vi verdsetter langsiktig tankegang og positivitet der våre grunnverdier er førende i alt vi foretar oss. Glede, Fellesskap, Kameratskap, Helse og Ærlighet.

Sportslig Aktivitet

Sesongen 2022/2023 har vært en fantastisk sesong for alpinistene med masse aktivitet, samlinger, sosiale sammenkomster og godt miljø. Vi har i år gjennomført så og si all planlagt aktivitet og endelig fikk vi komme tilbake til Hintertux. Der ble vi tatt like godt vare på som vi husket det og vi hadde en fantastisk uke, med supert treningsutbytte, magisk vær og flinke trenere, foreldre og utøvere som jobbet sammen for å gjøre turen så bra som overhodet mulig. Vi har gjennomført samlinger i Snøhallen i Oslo, Juvass, Kvitfjell, Skeikampen og Aurdal og deltatt på alle kretsrenn og kretsmesterskap

Arrangement i Hafjell

Lillehammer Skiklub alpint har gjennom flere år tilegnet seg en svært høy kompetanse på arrangement der vi har flere personer på et meget høyt nivå nasjonalt og internasjonalt.



Funksjonærmorale er høy der de aller fleste legger ned et betydelig antall dager for å gjennomføre skirenn. Det er viktig for samholdet og kulturen i alpingruppa samtidig som denne innsatsen bidrar betydelig til økonomi i vår sportslige satsning.

Vi har fått mange og gode tilbakemeldinger både fra Norges Skiforbund, FIS og øvrige klubber i Norge og internasjonalt på hvor bra og på hvor høyt nivå vi gjennomfører våre arrangement.

I vinter har vi arrangert renn for alle klasser hvor vi har utøvere – fra de yngste til de eldste. Første renn var «Rangeringsrenn i super-g for U14 og U16 helgen i uke 3. Rennet hadde 315 deltagere og gikk knirkefritt i etterkant av NSF sin breddesamling.

FIS Fartsuka ble arrangert i uke 4 som er U18 NM i utfor, super-g og den alpine kombinasjonen. Arrangementet gikk strålende og vi hadde eksemplariske forhold takket være gode funksjonærer og et supert samarbeid med Hafjell Alpinsenter.

Lørdag i uke 6 arrangerte vi KM i slalåm og kretsrenn, som også gikk knirkefritt uten utfordringer.

Siste rennet vi arrangerte var MiniFart 2023 helgen i uke 15. Her var det 115

deltagere fra hele landet som deltok under rammer til World Cup, men skalert til aldersgruppen U12 og yngre. Rennet er såpass populært at vi har satt et tak på 115 deltagere for å kunne beholde konseptet med mange runder og stor utvikling. Påmeldingen her ble full på halvannen time.

I tillegg til disse arrangementene har vi selvsagt arrangert Østbye&Sletmoen Cup som er klubbrenn i super-g, storslalåm og slalåm. Her har Øyer Tretten sine utøvere fra 10 år og eldre også deltatt.

Klubbmesterskapet 2023 ble avholdt 10. april og er som alltid den største dagen i sesongen hvor det handler om å feire alpingruppen i klubben. Her stiller både store og små med startnummer på brystet. Uten det store engasjementet i alpingruppa hadde vi ikke vi kunne gjennomført de arrangement her med de resultater vi har skapt. En stor takk til alle som stilte opp som funksjonærer.

Skikurs

Skikursene i Kanthaugen har blitt gjennomført til stor begeistring fra deltagerne. Som vanlig gikk plassene veldig fort unna. Våre instruktører gjorde en fabelaktig jobb. Det første kurset var Caroline, Thilla og Åsa som stod for med

god hjelp fra utøverne i U16 gruppen. Det andre kurset stod Anette, Christian og Emil for. Det siste kurset ble ledet av Pål-Martin, Line og Julie. Alle gruppene har fungert eksemplarisk og utviklingen til deltagerne har vært formidabel. Etter 5 kurskvelder har alle deltagere blitt invitert til Hafjell og i Familiebakken for å bli med U8 gruppen og mange har benyttet seg av. Her har også Hafjell Alpinsenter vært rause med å gi deltagerne et fantastisk tilbud på kveldskort.

U8 (6-8 år)

Antall løpere: 10

Sesongen startet utendørs med barmark (med Caroline, Dorthe, Ørjan og Jo) før det ble flyttet inn i Håkons hall i vente på snøen. I år sendte nissen en liten hjelper, som kom med nissedrakt og godteposer. Som i fjor var de første treningene i Hafjell i familiebakken, U8 og U10 sammen. Dette er en fin start for å kunne kjenne litt på tryggheten i bakken, men også for å kunne kartlegge ferdighetene til hver enkelt utøver. Det har i år kommet til noen nye medlemmer og småsøsken av medlemmer. Det har nå på slutten vært trening i Kjus sammen med U10, mens det har vært igjen en liten gruppe nede i familiebakken sammen med Dorthe. Der har det også blitt noen fellestreninger sammen med ØTI.

Skigleder og ferdighetene har gått hånd i hånd gjennom sesongen. Det er tydelig mestring og stort fellesskap når vi møtes til klubbrenn, Telenorkarusellen og Kikkanrennet. Det har også blitt gjennomført felles middag på Peppes etter årets tur til Gjøvik, og vi satser på å få i land en felles kveldsmat før vi gir oss for sesongen med Minifart og Klubbmesterskap.

I år er det Joachim Norheim som har overtatt stafettpinnen for det administrative, og deltatt og svart på spørsmål til store og små i bakken.

U10 (8-10 år)

Antall løpere: 12

U10 startet sesongen sammen med U8, med barmark utendørs før det ble flyttet inn i hallen. De deltok også på samme trening hvor nissens lille hjelper dukket opp. U10 og U8 er sammen på treninger på torsdager, både i familiebakken og i



Kjus. Fokuset ved oppstart i Hafjell var å kunne kjøre på skjær. Dette for å kunne kjenne at de har god kontroll før treningene flyttes opp til Kjus. Enkelte holder seg til en trening i uka, mens andre trener opptil fire. Det er et stort pluss å kunne ha denne fleksibiliteten, både med tanke på fellesskapet, skigleden og ferdighetene. Det er Ørjan og Jo som styrer disse treningene, sammen med Dorte. Det gjøres også i fellesskap med U12. Det neste som står for tur før sesongen rundes av er Bama på Ål, Minifart og klubbmesterskapet. På den

sosiale fronten har det vært felles middag på Peppes etter Kikkanrennet på Gjøvik, og vi håper å ro i land en felles kveldsmat om ikke så altfor lenge.



U12

Antall løpere: 13 løpere

Egne samlinger/ aktiviteter:

Sesongen startet med varierte og artige barmarkstreninger ute, både før og etter sommerferien. Etter høstferien ble treningene flyttet inn i Håkonshall med godt oppmøte.

De første var på ski på Juvass i slutten av september, og flere brukte høstferien på ski både i Hintertux og på Juvass. Enkelte rakk enda en samling på bre og noen kjørte også på ski innendørs, på SNØ, før Kvitfjell åpnet og treningene var i gang i slutten av november. Kick-off ble avholdt på Jorekstad sammen med U14 og U16, med info, bading og pizza. Der møtte vi Bernhard Sætereng, ny trener denne sesongen for første gang. Sammen med Morten og Magnus (frem til jul) har de trent barna, og Jeanette har vært oppkvinne. Alle i godt samarbeid med trenere og oppmenn i andre grupper. De første treningene i Lillehammer ble gjennomført før jul, i Kanthaugen og

Hafjell og allerede på julerennet stilte flere til start. Noen få deltok også på samling i regi av Oppland skikrets på Skeikampen før jul.

Gjennom vinteren har det vært treninger stort sett i Kjusbakken tirsdager og torsdager, mens det har variert hvor disse har vært i helger. En (valentins-) kveld i



februar ble det stekt og servert vafler i klubbhuset etter trening, takket være initiativrike foreldre. Dette ble en felles sak for alle som var i klubbhuset, uansett gruppetilhørighet, da det både var nok vafler og ønskelig med en sosial ramme for alle. Veldig trivelig, så tusen takk til alle som stilte opp.

Mange av barna deltok på breddesamling fart i regi av NSF i Hafjell i januar, og enda flere var med på breddesamling fart i Kvitfjell i regi av Oppland skikrets i februar.

Tre løpere meldte seg til å være prøvekjørere på Rangeringsrenn i super-g for U14 og U-16 i fm samlingen i januar, en mulighet de satte pris på å få.

Deltakelsen på klubbrenn er upåklagelig, og både på KM helgen i Hafjell og på kveldsrenn og Kikkanrennet på Gjøvik var gruppen godt representert.



I skrivende stund gjenstår mye moro, med alt fra super-g trening i Olympia nedre i vinterferien, til Bama alpinfestival på Ål, klubbrenn slalåm og ikke minst klubbmesterskapet og Minifart. For de eldste i U12 er det siste gang de får delta der og dagene skal nytes til det fulle (vel vitende om at de får kjøre prøve når de blir U14).

Barna i U12 er allsidige, og det er varierende oppmøte på treninger og renn, noe som faktisk er bra. Et solid fundament, uansett hva de skal videre, er noe vi håper å bidra til og både tennis, orientering, sykling, e-sport, korps, fotball, håndball, dans, langrenn og alt annet de måtte drive med er topp.

Gleder oss til resten av sesongen og håper alle blir med videre neste sesong.

Resultater:

Løperne har deltatt på kretsrenn i Oppland. I tillegg har de stilt mannsterke opp på klubbrenn igjennom hele sesongen. Noen løpere reiste også til Ål for å delta på Bama Alpinfestival

U14

Antall løpere: 11 løpere

Egne samlinger/aktiviteter:

U 14 har hatt i snitt 4 ukentlige skidager for- og rennsesongen. Gruppen startet med første skisamling på Juvass helgen etter skoleslutt og har hatt 4 ukentlige treninger. Østen Tande har ledet gruppen sammen med Kjetil Veen og Martin har vært oppmann og sørget for informasjonsflyt og organisering. Treningene har vært mer eller mindre i hele Hafjell og gruppen har utviklet seg stort. I vinterferien hadde gruppen en hyggelig lunsj hvor det ble servert belgiske vafler og hvor siste slagplan for Telenor Lekene ble lagt.

Resultater:

Gruppen har deltatt på alle krets og klubbrenn. I tillegg har følgende løpere blitt kretsmestere: Liv Nele Wohlfeil (SSL), Ole Morten Tårneby Brønstad (SL). 5 av utøverne reiste også til Oslo og Wyllerløypa på Telenor Lekene. Liv Nele leverte to topp 10 plasseringer i SG og SSL. Ole Morten kjørte inn til en fin fin 8. plass i SL og ble 12 i SSL. Simen ble 28 i SG.

U16/U18

Antall løpere: 9 løpere

Det høyeste aktivitetsnivået finner vi i U16/U18-gruppen. 4 barmarksøkter i høstsesongen og 4-5 skidager i sesongen. Vi har gjennom høsten kjørt en barmarksøkt i uken med 15/16 årsgruppa i langrenn. Dette har vært veldig inspirerende og gøy og noe vi ønsker å fortsette med. Gruppen består av 7 jenter og 2 gutter. Gruppen har vært under ledelse av Totto og Roar med Espen som oppmann. Sesongen startet tradisjonsrikt på Juvass tidlig i mai, før vi returnerte til Juvass i starten på juni. for ett av årets høydepunkter, nemlig Pinsesamlingen for U16/U18. Gjennom høstsesongen har det vært flere turer til Juvass, Snø og Kvitfjell. I høstferien gjennomførte deler av gruppen en ukes samling i Hintertux i Østerrike. Gjennom vinteren har vi hatt fast base i Hafjell.. Det har blitt gjennomført nesten 120 treningsdager på ski og over 50 barmarksøkter sammen. De eldste utøverne i gruppen fikk være med på NTG på en hospiteringssamling på Juvass i oktober, noe de synes var veldig stas, lærerikt og spennende. I forbindelse med Fartsuka stilte løperne fra U16/U18 som prøvekjørere i utfør og Super-G gjennom hele uka, noe som var svært spennende og lærerikt. Høydepunktet til gruppen var også i år tur til Aurdal første helgen etter vinterferien, hvor vi bodde på toppen av skisenteret, fikk kjørt masse på ski og en det ble en hard quiz-konkurranse i regi av Totto.

Resultater: Kretsmestre Signe Marie Tinholt (SL og SSL), Hugo Wohlfeil (SL og SSL). På Hovedlandsrennet stilte klubben 5 utøvere hvor Signe Marie fikk en flott 8. plass i slalåm og 14. plass i storslalåm.



Løperne har i tillegg deltatt på alle krets- og klubbrenn.

Junior- og seniorløpere:

Vi har hatt mange utøvere som har fått kjøre Europa Cup renn også denne sesongen. I tillegg har vi en god masse med løpere som jobber knallhardt hver dag for å nå sine mål og drømmer. Disse løperne er veldig viktige for at de yngre løperne som kommer etter har noen å se opp til og som viser at det er mulig. Andreas Amdahl har jobbet seg knallhardt tilbake fra skade denne sesongen og startet sesongen veldig sterkt med å få en pallplass i New Zealand i storslalåm. Andreas har levert 6 pallplasser så langt denne sesongen og fått sjansen i noen Europa-Cup renn. Han er denne sesongen trent med Trysil Race Alpine Elite Tech samt en del økter sammen med U16 gruppen. Nikolai Larsen skiftet beite for årets sesong til Trysil Race Alpine Elite Speed og et opplegg som satser hardt på fart. De startet opp med en lengre samling i Chile, hvor han fikk noen gode utforrenn som

sikra han en fin start på sesongen. Nikolai har fått prøve seg en god del i Europa-Cupen og har fått verdifull erfaring som han skal bygge videre på neste sesong. Han har vært på pallen én gang og to ganger har han måtte ta til takke med den sure fjerdeplassen.

Amalie Harildstad Bjørnsgård har i år kjørt på Hafjell/Kvitfjell Snø. Dette er et opplegg som har base i Hafjell/Kvitfjell på vinteren. Hun har levert 4 pallplasser, men mangler å stille seg helt øverst. Amalie har kjørt renn i skandinavia.

Hermann Fjeldavlie Linberg trener med NTG – Lillehammer og har levert en fantastisk sesong med mange gode plasseringer og forbedret rangeringen sin enda mer siden i fjor. Hermann har vært på pallen 10 ganger i år hvorav tre av de helt øverst. På NM i Trysil leverte Hermann en fantastisk 7. plass i et kruttsterkt startfelt i storslalåm.

Ulrik Fjeldavlie Linberg går i første klasse på NTG – Lillehammer startet sesongen litt tungt, men når det ble NM U18 på

hjemmebane i Hafjell så klinket han til og sikret seg en fullt fortjent sølvmedalje i Utfor.

Vi har også hatt to utøvere som har representert klubben og sin nasjon i EYOF (European Youth Olympic Festival). Freja-Mathilde Vorre (Danmark) og Sienna Grande Bruseth (Norge).

Våre andre junior- og senior utøvere jobber hardt for å utvikle seg videre og tar nye steg hele tiden. I tillegg til de overnevnte utøverne har vi Amelia Gillard (trener med NTG), Oliver Norheim (trener med NTG), Clara-Marie Vorre (trener med NTG), Thomas Gillard (trener med NTG), Fredrikke Linn (3.klasse NTG), Freja-Mathilde Vorre (2. klasse NTG).

Teknisk Komité Langrenn

Teknisk Komité Langrenn

TKL har i rapporteringsperioden bestått av 8 personer.

Årets TKL kom litt sent ut av startblokkene, og første TKL møte for sesongen ble ikke avholdt før 13. juni. Flere av TKL sine representanter har i tillegg måttet bekle nye og ukjente i skiklubben, som det naturlig nok har tatt litt tid å få satt seg inn i.

Det er igjennom sesongen avholdt regelmessige TKL møter. Det har i tillegg blitt avholdt noen kortere møter på Team for løpende diskusjoner, avklaringer og beslutninger.

TKL har gjennom årets sesong blant annet jobbet med å legge til rette for gode årsplaner, forutsigbarhet og organisering av dugnader. TKL har fortsatt arbeidet fra tidligere sesonger med å rendyrke rollene i TKL, samt se på oppgavefordelingen mellom TKL, Sportssjef og oppmenn for å frigjøre mest mulig tid til det vi ønsker å gjøre; sportslig aktivitet. Dette er tidkrevende oppgaver og prosesser som tar tid å endre på. Arbeidet med disse oppgavene fortsetter fremover.

Rekruttering til skiidrett og langrenn er ikke noe vi må ta for gitt, selv ikke her i Lillehammer. TKL har derfor ekstra stort fokus på rekruttering. Det er flere faktorer som jobber mot oss i denne sammenhengen for tiden, og det er hard konkurranse fra andre idretter og tilbud i

byen. God rekruttering er kun mulig med hardt, målrettet og kontinuerlig arbeid over tid. Her må vi ikke stå med lua i hånda på bakerste rad, men være frempå og synlige. God bredde sikrer et godt fundament for å få frem de aller beste. Det skal være rom for både en stor bredde og de aller beste skiløperne i Lillehammer Skiklub.

Det er en utfordring å få med flere av de yngste utøverne på skirenn. Det kan virke som om påmelding og deltagelse er en for høy terskel for mange. Da tenkes det kanskje spesielt på de familier som ikke har erfaring med langrenn fra tidligere. Vi som klubb må legge bedre til rette for dette. Deltagelse på skirenn må ufarliggjøres. Skirenn er og skal være gøy. Vi må få med de yngste slik at de får egen erfaring med og glede av å delta på skirenn. Da blir de også med skirennet som arrangeres neste helg.

Tusen takk til alle utøvere, trenere, oppmenn, foreldre og andre skiklubbvenner som stiller opp og muliggjør at vi kan tilby og gjennomføre de aktiviteter og arrangement som vi gjør igjennom sesongen.

Tusen takk til vår mangeårige Sportssjef Petter Blindheim som nå takker av og gir seg i klubben etter denne sesongen. Petter har lagt ned en enorm innsats over mange år, og jobbet mange flere timer for klubben enn det man kan forvente.

spennende år foran seg hvis de tar nye steg igjennom tålmodig og grundig trening.

Leder TKL, Even Lillemo-Thorud

Sportslig aktivitet

I skrivende stund er ikke årets langrenns sesong ferdig. Det står fortsatt flere små og store skirenn på terminlista.

Årets sesong har vært den første etter flere sesonger med strenge pandemi restriksjoner. Sesongens aktiviteter og arrangement har endelig kunne blitt gjennomført som normalt.

Våre etablerte seniorløpere har representert oss godt både nasjonalt og internasjonalt. Magni har igjennom sitt lag Team Eksjöhus blant annet vunnet Marcialonga og innehatt den gule ledertrøyen i Ski Classics gjennom store deler av sesongen. Martin har deltatt i både WC og VM, og fikk en sterk 5. plass på VM 50 km etter at han kom inn som reserve. Håvard har hatt sterke resultater både nasjonalt og internasjonalt i WC renn.

Våre yngre løpere har som alltid hatt Ungdommens Holmenkollrenn og Hovedlandsrennet som årets høydepunkt der det ble levert sterke prestasjoner. Juniorene har også bitt godt fra seg i NC og NM. Sofie Kjær Jørgensen ble i tillegg tatt ut til å representere Norge i Nordisk Juniorlandskamp langrenn i Finland i februar.

Utøverne i seniorgruppa befester LSK sin posisjon som en av Norges beste skiklubber bak de klubbene eller teamene med betydelig mer ressurser i ryggen. Flere av utøverne er unge og har



Håvard deler ut premier til de yngste på Klubbmesterskapet 14. mars

Skileik 1. til 4. klasse – 7 til 10 år

Denne sesongen har det vært rundt 70 barn på de faste skileiktreningene som har blitt gjennomført hver tirsdag kveld fra og med uka etter høstferien og frem til påske. Dette har fordelt seg på (ca. antall) 19 stk. i 1. klasse og de som går siste året i barnehagen. 16 stk. fra 2. klasse og rundt 33 stk. i den kombinerte gruppa for 3. og 4. klasse.

Hver av de 3 gruppene ruller seg imellom om hvilken gruppe som arrangerer kveldsmat på Skistua etter tirsdagstreningene. Dette er et populært tiltak som resulterer i mange ekstra fornøyde barn.

Det legges ned en solid innsats fra alle trenerne, hjelpetrenerne og oppmenn

tilknyttet skileikgruppene. Flere av trenerne har solid erfaring fra egen skikarriere som skiklubben nå nyter godt av.



Skileik, gruppe 2. klasse på vei ned «glidbakken» på Birkebeineren skistadion



Skileik gruppe 3. og 4. klasse

Swixkarusellen ble arrangert i samarbeid med Søre Ål IL over 4 renn i en ganske komprimert periode i januar og februar. LSK arrangerte 2 av rennene på Birkebeineren skistadion.



Kveldsmat på Skistua er populært

5. og 6. klasse – 11 og 12 år

| Årskull | Jenter | Gutter | Totalt |
|--------------|--------|--------|--------|
| 2011 – 11 år | 2 | 4 | 6 |
| 2012 – 12 år | 5 | 8 | 13 |

Den nye 11/12 års gruppa startet barmarkstreninger sammen etter høstferien, og har hatt treninger fast tirsdager og torsdager igjennom hele sesongen. Ordentlig kjent ble vi først etter en super overnatnings-samling på Ilstera i slutten av oktober. Her var hele 26 barn, 3

trenerne og 3 andre voksne med, og skapte et godt utgangspunkt for sesongen.

Vi har vært heldige med hele 6 trenere tilknyttet gruppen, alle med barn i gruppa (både 2011 og 2012 barn). Dette har gjort at vi har hatt mulighet for å dele gruppa opp, slik at alle har kunnet gjøre øvelser tilpasset sitt nivå.

Da skisesongen var i gang, har vi variert mellom friteknikk og klassisk, lek-baserte øvelser og etter hvert også smakt litt på intervalltrening og andre mer tradisjonelle treningsformer. Vi erfarer at barna liker forskjellige ting, og prøver å tilpasse etter nivå og ønsker.

I tillegg til treninger har vi gjennomført flere kvelder med kveldsmat i skistua, juleavslutning og sesongavslutning. Mange av barna i gruppa har deltatt i skirenn i kretsen, og vi har hatt gode påmeldinger til Swix-karusellen. Vi stilte også flere lag i Madshusstafetten.

Vi har også gjennomført flere lengre skitur- rundt Ingalåmi løypa har gruppa gått både klassisk og friteknikk. I mars tok vi turen fra Sjusjøen og hjem, for å teste ungdomsbirken løypa.

Flesteparten av barna har møtt opp på trening jevnlig, men vi har også hatt noe frafall, og opplever at dette skyldes konkurranse fra andre fritidsaktiviteter. En av de siste treningene før sesongavslutning inviterte vi 4. klassingene til felles trening- dette for å gjøre overgangen fra 4. til 5. klasse lettere.



7. og 8. klasse – 13 og 14 år

13-14 års gruppa har sesongen 2021-2022 vært en gruppe med totalt 12 løpere etter følgende fordeling:

| Årskull | Jenter | Gutter | Totalt |
|------------|--------|--------|--------|
| 2010 13 år | 1 | 3 | 4 |
| 2009 14 år | 3 | 3 | 6 |

Det er kun en jente f. 2010, og selv om vi har forsøkt flere miljøskapende tiltak har hun ikke deltatt på mer enn ett par treninger / samlinger med denne gruppen. Hun har heller valgt å trene med gruppen 11/12 år, hvor hun kjenner flere av de andre jentene. Dette fører også til at den eneste 2010 jenta fra treningssamarbeidet, som er aktiv denne sesongen, heller ikke deltar på treninger. Det er 4 gutter som har meldt seg ut av langrenn denne sesongen, av ulike årsaker. 3 av de deltok i liten grad i fjorårets sesong, mens den siste satser på annen idrett.

Også denne sesongen har det vært treningssamarbeid med klubbene Vingrom og Søre Ål. Fra samarbeidsklubbene har det vært totalt 17 utøvere, med flest fra Søre Ål. Roterud ble også med fra nyttår, med en utøver. Øyer/Tretten har også hatt 2 utøvere som har deltatt på enkelte treninger, da de ønsker seg ett bedre

treningsmiljø og ønsket å se hvordan vi trener.

Gjennom hele sesongen har vi vært totalt ca 18-20 utøvere på hver trening.

Vi startet opp med barmarkstreninger etter skolens sommerferie. Treningene ble lagt opp med en barmarkstrening og en rulleski-økt hver uke, og etter at snøen kom har det vært annenhver økt med klassisk og skate, men ikke en fast dag. Det har primært vært intervall/høyere intensitet på treningene på tirsdager, og lavere intensitet på torsdager.

Hovedtrener har vært Kristoffer Kvarstad, som er ny som trener for LSK. Han har laget gode treningsopplegg for sesongen, med varierte aktiviteter med basisferdigheter, teknikk og mestring for alle, uavhengig av ferdigheter som overordnet mål. Han har fått mye skryt av ungdommene, og de har trivdes godt med han fra første dag. Kristoffer har ett stort engasjement for ungdommene og det merkes godt at han virkelig ønsker at de skal lykkes og ha en god opplevelse på både trening og renn.

Johanne Harby har vært med som hjelpetrener fra klubben. Det er positivt for spesielt jentene at det har vært med en kvinnelig trener også, og også hun har fått kun positive tilbakemeldinger fra både utøvere og foreldre. Johanne og Kristoffer har vært ett godt trenersteam for denne gruppen.

Det har ikke vært så stort behov for hjelpetrenerne i år, men vi har hatt avtale med foreldre som kan stille ved behov. LSK har stilt med 2 stykker, mens samarbeidsklubbene har stilt med 4 til sammen.

Vi har denne sesongen hatt en overnattingssamling for denne gruppen. Den ble lagt til Ilsetra, rett etter høstferien

i oktober. Det var derfor en barmarkssamling, med 2 økter lørdag og langtur før lunsj og hjemreise søndag. Det var fokus på å bli kjent med delvis ny gruppe og bygge ett godt miljø.

Tilbakemeldingene fra ungdommene var kun positive, og vi hadde en flott helg.

Vi har også arrangert kveldsmat 2 ganger etter trening, og hadde juleavslutning med grøt. Det planlegges også en sesongavslutning, men hva det blir er ikke bestemt enda. Selv om ungdommene begynner å bli store, både ser og hører vi at de setter pris på å komme inn på Skistua etter trening og samles til kveldsmat.

Av renn har vi hatt renn som inngår i GD cup som prioriterte renn, i tillegg til KM og Natrudstilrennet. De fleste i gruppen deltar også på renn, og fra LSK har det vært 8 deltakere i GD cupen.

Gruppen stilte også med 3 lag på Madshusstafetten, hvor de blant annet vant gutter 13/14 år.

Sesongens høydepunkt var Ungdommens Holmenkollrenn. Fra Lillehammer skiklub stilte 6 utøvere, og totalt med samarbeidsklubbene var vi 20 utøvere. Vi var en stor gjeng, og gruppas gode miljø og opplegg ble lagt merke til av andre klubber. Helgen hadde ikke blitt en like stor suksess om det ikke var for trenerne Kristoffer og Johanne, samt ett fantastisk foreldrebasert smøreteam. Resten av foreldrene stilte som bakere og heiagjeng, og for ungdommene ble det mange gode erfaringer, plasseringer og minnerike øyeblikk.

Takk for en fin sesong og en ekstra takk til alle som stiller opp for ungdommen vår!

9. og 10. klasse – 15 og 16 år

Gruppen har i 2022/2023 sesongen bestått av totalt 21 utøvere, fem av utøverne har deltatt gjennom trenings samarbeidet vi har med Søre Ål IL, Vingrom IL og Follebu Skiklub.

| Årskull | Jenter | Gutter | Totalt |
|--------------|--------|--------|--------|
| 2008 – 15 år | 4 | 1 | 5 |
| 2007 – 16 år | 3 | 7 | 10 |

Treningene har vært ledet av Robert Granseth og Johanne Harby som motiverte og kunnskapsrike trenere.

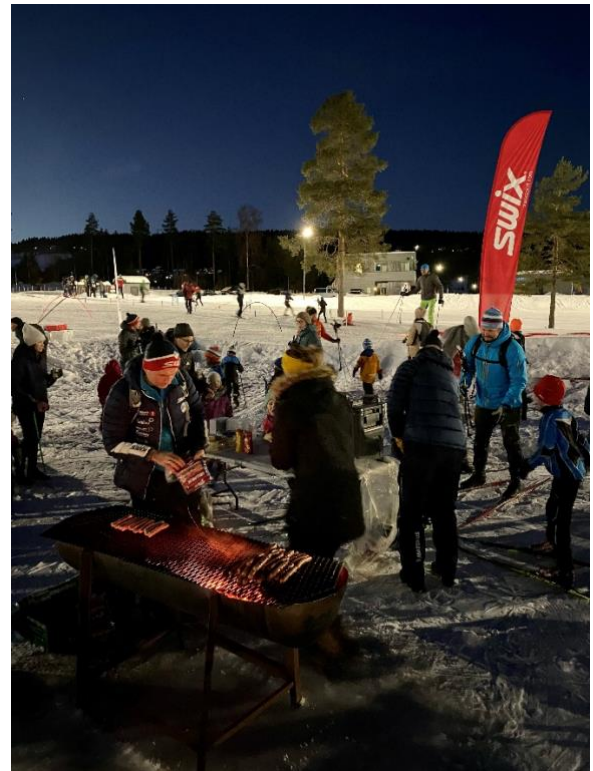
Fellestreningene har blitt gjennomført på tirsdager og torsdager, men i barmarks sesongen har vi også arrangert felles langturer på søndager med god hjelp av foreldre. Av høydepunkter denne sesongen må barmarkssamling med overnatting på Ilsetra i høst nevnes. Kantentesten hvor utøvere fra 15/16 års gruppa i skikretsen ble invitert, med påfølgende servering av lunsj i Skistua. Skistua har også blitt benyttet til gjennomføring av basisøker, foreldremøter og kveldsmat gjennom sesongen.

Det største høydepunktet har nok for de fleste i gruppe vært Hovedlandsrennet, med felles overnatting på hotell i Stjørdal sammen med utøvere fra blant annet Oppland Skikrets og konkurransene som ble arrangert i Meråker hvor det for første gang ble gjennomført med felles smøreopplegg for alle utøvere. Takket være blant annet velvillige foreldre var det mulig å gjennomføre opplegget på en god måte.

Gruppen preges av godt samhold både blant utøvere og foreldre. Dugnadsånden står sterkt i gruppa og mange bidrar når klubben har behov for hjelp til å fylle dugnadsvakter.

Arrangementer for de yngste

«Åpen skistadion», skisprell ble arrangert i samarbeid med Oppland skikrets 14. februar. Flott vintervær med artige øvelser i området i tilknytning til «Dæhliehaugen» på Birkebeineren skistadion. Arrangementet minner oss på og bekrefter behovet for et permanent skileik- og langrennscross område på denne delen av skistadion. Vi har tilgang til mye på Birkebeineren skistadion, men et permanent skileikområde for skisprell i umiddelbar nærhet til parkering og andre fasiliteter er mangelvare.



Skisprell, Åpen skistadion ble arrangert på Birkebeineren skistadion 14. februar

Barnas skileker ble arrangert 22. februar. Arrangør var Sport Event AS, arrangøren bak blant annet Tour of Norway for kids

sommerstid. LSK var med som medhjelpere og medarrangør. Arena var WC stadion. Rundt 70-80 barn deltok på dette gratis arrangementet.



Fra Barnas skileker 22. februar

Juniorgruppa langrenn

Juniorgruppa langrenn Sesongen 2022/2023 har gjennomført en bra sesong til nå. Utøvergruppen har vært noe mindre enn sist år. I tillegg til utøvere som har vært med i klubben gjennom flere år kom det til nye løpere i eldre junior klassene. En del av de utøverne er også elever ved NTG Lillehammer slik at de ikke deltar på de faste treningene.

Treningsopplegget for sesongen har vært som normalt med oppsatte fellestreninger og tester gjennom sesongen. Sesongen startet med oppstartsamling hjemme på Lillehammer i mai. Deretter har det vært 5 treningsamlinger. Helgesamling på Sjusjøen i juni, ukesamling på Voss i august, helgesamling på Gålå i september, ukesamling i høstferien på Gjøvik i oktober og snøsamling på Ilsetra en helg i november.

Treningene og oppfølging av utøverne gjennom sesongen er gjort av Petter Blindheim og Timo Bakken.

Løpere fra Lillehammer Skiklub har deltatt i tre Equinor norgescup arrangementer denne sesongen. Første helg med norgescup junior ble holdt på Lillehammer og ble et vellykket arrangement. Det ble fine plasseringer av flere løpere. Beste plassering ble Sofie Kjær Jørgensen med en sterk 3. plass i K17. Den andre NC-helgen ble avholdt på Voss der vi hadde en fin og sosial helg med felles overnatting. NM junior ble avholdt i Alta siste helgen i februar. Det var noe redusert antall fra skiklubben denne helgen, men god innsats fra alle deltagere. Avslutningshelgen holdes på Tolga i slutten av mars der det er finaler i NC.

Gjennom sesongen har mange foreldre bidratt med kjøring, støtte til matlaging og handling på lokale samlinger og bidratt i smøreteam for junior på Norgescup. Svein Storlien har representert juniorgruppen i Teknisk komite langrenn (TKL) denne sesongen.

Seniorgruppa langrenn

Seniorgruppa har denne sesongen bestått av 23 utøvere. Som tidligere år har disse utøverne vært fordelt mellom flere grupper/team. 2 utøvere på Landslaget til NSF (Martin Løvstrøm Nyenget - allround og Håvard Solås Taugbøl - sprint) og 3 langløpere på Team Eksjøhus (Morten Eide Pedersen, Martin Løvstrøm Nyenget og Magni Smedås)

Aktiviteten arrangert av klubben har vært stor. Seniorgruppa har hatt tre fellestreninger i uken. En basis-trening i Fitnesspoint og to treninger ute med joggesko, rulleski og ski. En gang i måneden har det vært samlinger for

gruppa. Senior har i år hatt et variert samlingsprogram:

Mai: Lillehammer

Juni: Hemsedal

August: Voss med Junior

September: Sjusjøen med Team Bauhuas

Oktober: Larvik

November: Snøsamling på Beitostølen

Det har vært en stor og god gjeng i seniorgruppa i år, som har hatt det moro på tur sammen og prestert godt. Med mange førsteårs og andre års seniorer har fokuset vært å prestere i forhold til de andre yngre seniorenene i U23 klassen. Der har man hevdet seg veldig bra med 16 stykk som har tatt poeng i U23 Norges Cupen. På jentene siden hadde ein heile to løpere topp 10. I NM stafetten på Gjøvik ente gutta ente på ein sterk 10 plass. Det blei ein veldig sterk 4 plass på første laget til jentene, dei to andre lagene fulgte opp med 25 og 26 plass., og fulgte opp med en 5. plass i team sprint på Tolga. Her var det hele 3 lag fra Lillehammer i damefinalen som telte 15 lag.

Våre løpere på NSF sine lag har har som vanlig representert oss sterkt internasjonalt

Håvard Solås Taugbøl har til tross for ein sesong prega av skader vist at han er ein man og rekne med i verdenstoppen. Han har i sesongen lever tre topp 10 plasseringer og 1 pallplass. Han var med i den norske VM troppen. Men var uheldig og blei takla ut av ein svenske.

Martin Løvstrøm Nyenget har hatt ein sterk sesong, og vist at han er blant dei beste distanse løperene i verden. Han har denne sesongen tatt 8 topp ti plasseringer og 3 pallplasser. I tillegg avslutta han sesongen sterkt med seier i dei to siste SkiClassics langløpa

Magni Smedås har i år satsa langløp på laget Team Eksjøhus, og har hatt ein meget sterk sesong. Med seier i Maricalonga som det absolutte høydepunktet, men ho tok også seieren i Jizerska50. Med å følge opp seirene med mange sterke plasseringer var ho med heilt til siste renn i kampen om den gule trøya.

Gruppa har et sterkt apparat rundt seg med hovedtrener Petter M. Blindheim.. På hvert renn har det vært et solid smøreteam bestående av foreldre og vi har hatt et godt samarbeid med NSF-rekrutt sin smøretrailer.



Foto: NTB



Foto: privat



Foto: privat



Foto: privat

Trenings og mosjonsgruppen

Trening og mosjon er en gruppe som organisatorisk hører under TK Langrenn. Alderen spenner fra midt i 20-årene til over 80 og begge kjønn er godt representert. Nivået i gruppa varierer fra de aller sprekeste som trener nesten hver dag, deltar og klarer merkekravene i Birkebeiner-arrangementene, til de som kun ønsker å holde seg i brukbar form og trene sammen med andre.



Lørdags-langtur på ski.

Vi har tre faste treninger i uka; mandag, onsdag og lørdag.

- Fra september til april er det styrke- og bevegighetstrening innendørs i gymsalen på Lillehammer videregående skole avd. nord (Vargstad). Dette er et tilbud som kommer i stedet for samarbeidet skiklubben har hatt med Friskis & Svettis. Treningene har vært ledet både profesjonelt og med glimt i øyet av Kristoffer Kvarstad. Fremmøtet har vært stabilt mellom 40 og 50 deltakere hver uke.
- Onsdager er intervalldag. Vår, sommer og høst gjennomføres ulike former for intervall- og tempotrening etter oppsett fra sportsjef langrenn Petter M. Blindheim. I skisesongen kjøres intervalløktene i løypene på Birkebeineren skistadion.
- Lørdager møtes gjengen til langtur på ski eller terrengløp når det ikke er skiføre.

Frammøtet på utendørstreningene varierer fra 10-15 til over 50.



Treningsgruppe på lørdags-langtur.

Andre aktiviteter:

- Høsten 2022 ble det gjennomført egen økt med løpeteknikk med Stine Lombnæs som instruktør.
- Petter Blindheim har gjennomført instruksjonskveld i skiteknikk med oppfølging på ordinære treningskvelder.

- Eivind Nåvik har gjennomført to instruksjonskvelder med skiteknikk.



Stine Lombnæs instruerer ivrige mosjonister i effektiv løpsteknikk.

I tillegg til de faste aktivitetene på mandag, onsdag og lørdag, er det mange av medlemmene våre som er med på «mandagsklubben» som har løpetrening i Hovemoen fra mai og ut september. Fredager er det en gruppe som går på rulleski opp Nordseterveien. Andre bruker fredagen til tempo-økt opp VIP-veien. Gruppen «Senior ski og sykkel» er «gamlekara» som kan trene på dagtid. De har skitrening på tirsdag og torsdag når det er snø, og vekselvis landeveis- og terrengsykling når det ikke er skiføre.

Treningstilbudet i Trenings- og mosjonsmiljøet er veldig bra både for de som kun ønsker å holde seg i bra form og for de som liker å optimalisere kondisjonen. Det viktigste av alt er likevel det gode miljøet og samholdet i gruppene. Vi har hatt sommerfest og julebord. Nå er det også planer om å blåse liv i skifesten som har ligget nede under pandemien.



Informasjon til medlemmene blir formidlet gjennom Facebook og ved utsendelse av ukentlige mail til alle medlemmene. Det sendes ut informasjon ukentlig til om lag 240 medlemmer.

Medlemmene i Trenings- og mosjonsmiljøet er en god ressurs for klubben. Medlemmene stiller villig opp på når det trengs bemanning til renn eller annet dugnadsarbeid.

Koordinator Helge Leonhardsen og oppmann Frode Finne vil takke administrasjonen i Lillehammer Skiklub for det gode samarbeidet og alle treningskameratene som bidrar til et svært godt treningsmiljø.

Para-gruppen

Para-gruppen (langrenn) har økt med 4-5 nye utøvere siste året, og består nå av 15 utøvere som ivrig stiller opp på trening en gang i uken.

Det er fast trening mandager kl 18.00 – 19.30. Barmarkstrening inne på Maihaugen starter opp rett etter at skisesongen er over, og den varer frem til skoleslutt og fortsetter etter skolestart frem til høstferien. Etter høstferien flytter vi til området rundt Kleivbakken syd for Håkons hall, der det er lys og muligheter for å drive barmarkstrening med staver og hodelykt. Når det er muligheter for skigåing, flyttes aktiviteten opp på Birkebeineren skistadion. Hver trening

inneholder både kondis, individuell ferdighetstrening samt gruppeøvelser/ lek. Siste året har vi hatt et samarbeid med LIF sin paragruppe, hvor vi har kjørt flere felles treninger på barmark. Dette har vært positivt for begge gruppen, og vi vil fortsette samarbeidet til sommeren. Trenerne har lært av trenerne fra den andre gruppen, samt at det har avlastet behovet for egne trenere som må stille opp.

Vi har 6 entusiastiske og dyktige trenere, der ansvaret for treningsopplegget og utsending av informasjon går på rundgang hver måned mellom trenerne. Våre trenere pr dato er Magni Smedås, Hedda Bakkemo, Jonas Hammelow Fridlund, Fredrik Glomsrud Stensersen, Lisa Bjønnes og Even Karlsen samt vår god assistent Lasse Løvstrøm Aulin. Alle trenerne kommer veldig godt overens med utøverne, og det har nesten uten unntak bare vært god stemning på treningene.

Utøver Emma Nerhagen Johansen har deltatt på flere samlinger i regi av Norges Idrettsforbund. En av våre utøvere, Herman Bilstad, ble den første personen med Downs syndrom som gjennomførte Birken. Han gjorde dette sammen med sin assistent Lasse Aulin. TV BRA har lagd en reportasje om hans imponerende forberedelser og hans ferd over fjellet. Herman skulle gått skøytebirken på fredagen, men denne ble avlyst pga dårlig vær. Heldigvis klarte Birken å legge til rette for at skøyte-Birken likevel ble gjennomført etter klassisk-Birken på lørdagen, og dermed var det duket for Herman og Lasse. To av jentene; Charlotte og Holly, var med på Ingalåmi – imponerende.

Og Isak – han vant Ungdomsbirken i klassen FH.

Vi er imponert over alt dere får til – både de som er med i konkurranser og de som kommer på trening uke etter uke, med godt humør og stor innsatsvilje.

Utover dette har det vært flere positive nyhetsoppslag i NRK Innlandet og GD om Paragruppen og klubben.

Bidraget fra Britt Pettersen Tofte med sponsor Assister Meg er avgjørende for Para-gruppen, slik at vi kan opprettholde høy kvalitet på trenere til denne gruppen av utøvere. Målet for gruppen er at alle skal trives, og at vi skal tilpasse aktiviteten til hver enkelt utøver så godt vi kan. Takk for godt samarbeid med daglig leder og skiklubben!

Teknisk Komité Freeski

Teknisk Komité Freeski

Nok en fantastisk sesong er over, kort oppsummert har vi hatt det kjempegøy! Vi har stabilisert medlemstallet vårt, og har nå 208 medlemmer. Det er fortsatt ekstremt mange, men vi har løst utfordringene bedre i år.

Vi ser at barna vi har hatt med oss de siste årene fortsatt henger med. Derfor vokser nå også den største gruppen i antall. Medlemmene er fordelt på 131 barn opp til 10 år og 77 barn fra 11-16. Avmeldingene vi har fått i år har utelukkende gått på at det kræsjer med andre aktiviteter, og foreldre må prioritere. Sånn er verden, men alle tilbakemeldingene vi får er veldig gode. Det er moro!

Det blir flere og flere barn fra hele byen, det er veldig gledelig å se. Vi opplever at freeski har et godt rykte blant medlemmene, og vi får derfor flere barn fra flere skoler i og med at ryktet går. De yngste barna er 5 år og starter det året de begynner på skolen.

Trenere

Vi har kjørt sesongen uten en hovedtrener, for første gang. Hovedtreneren måtte trekke seg til jul, og vi måtte se på andre løsninger. Vi kjenner heldigvis mange sporty folk som er ekstremt gode på, og glade i, ski, og dermed hadde vi to nye «trenere» som deltok på de fleste treningene for U11-16.

Olav og Martin, begge ansatt på en av byens sportsbutikker, ønsker å være med videre, til vår store glede!

I tillegg har vi fire faste hovedtrenere (medlemmene i TKF) som har fulgt oss de siste årene.

Nytt av sesongen er at vi har «søkt» etter juniortrenere blant den største gruppen. Det resulterte at 9 av våre ivrige eldste i år har fungert som trenere for Kids-gruppene på onsdager. Tre jenter og seks gutter. En ordning som har vist seg å være ekstremt vellykket, for alle. Juniortrenerne er mellom 13 og 15 år, og har vist en enorm vilje og motivasjon til å bidra. Vi er utrolig stolte og glade for å se hvor godt juniortrenerne fungerte med de mindre barna, og hvor mye læring det ligger i ordningen for både store og små barn.



Treninger

Innetreningene startet uken etter høstferien i Kristins Hall. Der har vi trampoline, airtrack og mange ulike hindre slik at barna kan øve seg på balanse og styrke før det blir skiføre. Vi har beholdt tre timers treninger for Kids for å kunne få plass til alle på én og samme dag. U 11–16 trener innendørs på søndager, og den treningen er enklere å gjennomføre med færre og eldre deltagere. U11-16 har også, som i fjor, et ekstra treningstilbud med

utetrening hver tirsdag, der ca halvparten av gruppen deltar.

Gjengen som er i Hafjell (U11-16) kjører både park og skog etter eget ønske. Mot slutten av sesongen hadde vi en kveld med bagjump i Gausdal: det står en stor luftpute under hoppet slik at nye triks kan prøves uten hard landing. Uken etter tok 98 % av gruppen 360 på et av de største hoppene i Backyard, utrolig moro! U11-16 er en fantastisk gjeng. Det er en gjeng som støtter og backer opp hverandre, lærer av hverandre og har det sosialt og gøy på trening. Helt i freeskiånd. Det railer og hoppes som aldri før, og alle barna nådde egne utviklingsmål lenge før tiden slik at disse måtte oppjusteres. Det er stor glede og mye mestring å spore blant barna, og mange stolte smil.



Også blant barnegruppene som trener i Kanthaugen har vi sett stor progresjon i bakken. Skogsløyper utforskes med stor iver og lite frykt, og det hoppes og railer over en lav sko. Lite snø har nok en gang dessverre tvunget oss til mer bakkekjøring enn ønskelig, men barna har hatt det moro med hopp og kanthindringer. Til og med barnegruppen på 5 år kjører på det største hoppet, med stor konsentrasjon og desto større smil når hoppene forseres.

Kids-gruppen har i år telt 131 barn (5-10 år) fordelt på to treninger på samme dag. 5 til 7 år har hatt første trening, deretter

kommer 8-10-åringene 15 minutter etter at den første treningen er avsluttet. De største alderstrinnene denne sesongen har vært over 30 stykker, og på det meste har vi hatt i underkant av 70 stykker samtidig på trening. Vi har delt opp gruppene i ca 10-15 barn på to juniortrenerne. I tillegg har det vært med en voksen på hver gruppe, mest mtp hvis det skulle skje noe uforutsett som juniortrenerne ikke skal måtte håndtere alene.

Barna er tryggere når de er sammen med andre barn de kjenner fra før, og vi har derfor lagt opp til å dele inn de samme gruppene med de samme trenerne hver gang så langt det lar seg gjøre.

I praksis har det vært 5 grupper på trening første del av onsdagen (som er treningsdag i Kanthaugen), og 7 grupper på trening siste del av onsdagen. Med innføringen av juniortrenerne har vi hatt langt mindre behov for foreldrehjelp enn de tidligere årene, og treningene for de yngste er nå enklere å gjennomføre.



Bredde versus topp

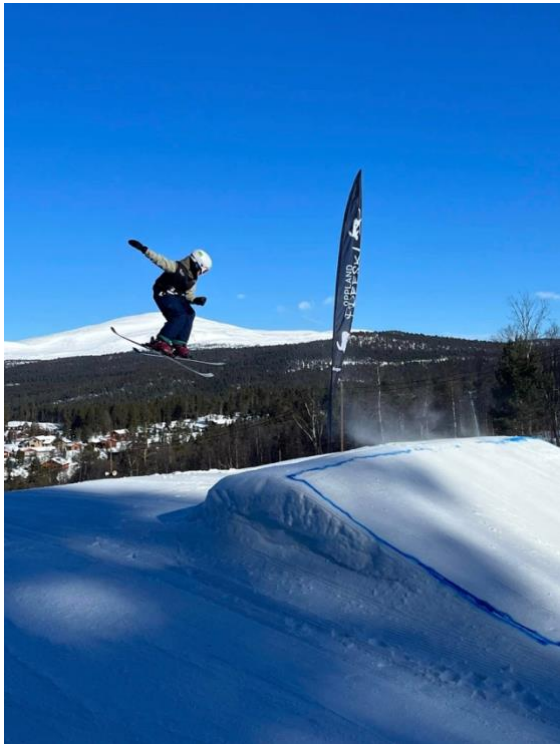
Vi har fortsatt størst fokus på bredde i gruppa, men arbeidet med å jobbe mer mot konkurranser er vidererført, med stort hell.

Konkurranser

Det har vært deltagelse på flere konkurranser denne sesongen, men den største var nok KM i Slopestyle på Dombås. Der deltok vi med hele 23

medlemmer fordelt på tre klasser, over halvparten av totalt antall deltagere. Det endte med totalt to gull, to sølv og to bronser i tillegg til totalseier i G12 og junior. Vi fikk også sammenlagt seier i Oppland Freeski Cup i G12, G14 og junior.

I tillegg arrangerte vi KM i Big Air i Hafjell i mars, vårt første store renn, en smertefri gjennomføring. Vi har også hatt deltagere i Hemsedal Freeride junior og sesongens siste med Oppdal Freeride junior.



Samarbeid med andre klubber

De konkurranseansvarlige har hatt mye kontakt med Gausdal og ØTI i forkant av renn, og har blant annet vært med i arrangørstaben til Gausdal for å lære.



Sosialt

I forbindelse med KM på Dombås, leide vi en storhytte slik at vi alle kunne bo sammen. Det ser vi har veldig god effekt på både det sosiale miljøet og prestasjon i konkurranser. De som ikke nødvendigvis tør å stille i konkurransene trygges og overtales av de andre. Alle gjennomfører derfor alle konkurransene de er påmeldt. Det er godt miljø og god stemning i den største gruppen.

Utfordringen med så store barnegrupper er at det er vanskeligere å samle alle til sosiale samlinger. Vi løste dette også i år ved å invitere til to sesongavslutninger, en i Hafjell og en i Kanthaugen. Vi grillet pølser, og i Kanthaugen kom Birkebeineren Hotell med saft. Totalt har det gått med 400 pølser og 60 liter saft på de to avslutningene.



Kurs

Juniortrenerne har gjennomført Trener 0-kurs og Trampolinekurs i regi av NSF. At det er så stor interesse fra ungdommen om å bli med som trener, har vakt oppsikt også hos NSF Freeski. De har derfor startet arbeidet med å endre regelverket slik at man kan få registrert en type trenerbevis også under 14 år. Det syns vi er utrolig kult å ha vært en igangsetter for!

Vi har også arrangert skredkurs for U11-16 med foreldre. Vi fylte det nye arenabygget med en teoridel tidlig i januar, og en praktisk del ute i Hafjell et par uker senere. Da lærte vi blant annet hvordan skredsøkere fungerer. Veldig av mange medlemmer kjører i skogen i helgene, og vi mener det er viktig at de alle får en basisforståelse for skredfare, og hvordan man kan unngå å havne i farlige situasjoner.



| Sesong | Jenter | Gutter | Totalt |
|-----------|--------|--------|--------------|
| 2022/2023 | 50 | 158 | 208 |
| 2021/2022 | 59 | 166 | 225 |
| 2020/2021 | 52 | 112 | 164 |
| 2019/2020 | 18 | 64 | 82 |
| 2018/2019 | 10 | 33 | 43 |
| 2017/2018 | | | Ca 15 |

Det ligger an til at vi gjentar skredkurset neste sesong, i tillegg til å videreutdanne juniortrenerne våre.

Alt i alt har det vært en god sesong for freeski, med mange nye medlemmer, økte skiferdigheter, nye vennskap og mye moro. Og det er det vi ønsker å få til.

Det blir lederskifte i Freeski neste sesong, men de fleste i teamet fortsetter enten med direkte eller indirekte involvering. Vi har også bygget en organisasjon og struktur som det er enkelt å videreføre, så freeski har uendelig mange gullår foran seg i Lillehammer Skiklub!

Teknisk Komité Randonee

Teknisk Komité Randonee

Teknisk komitée randonee ble opprettet på årsmøtet 2021, og ledes av Marcos Puigdefabregas.

Vi gjennomførte historiens første NC Randonee i Innlandet i januar 2023. Sprint ble gjennomført i Kanthaugen mens individuell ble gjennomført i Søre Gråhøa (Espedalen) i samarbeid med Strand Fjellstue. Norges Ski Forbundet ga oss positive tilbakemeldinger på arrangementene. Hele den tekniske komiteen var godt involvert i prosessen, men Torstein Vestli må dras frem for (racing og eventansvarlig) en utrolig god og stor innsats. Dette var en prøve for eventuelt NM neste år.

Vi satte opp to skredkurs til både klubbmedlemmer og ikke-medlemmer i vinter. Det gjorde vi i samarbeid med Avasafe for å sikre oss god fagkompetanse. Det ble dessverre kun gjennomført ett kurs med fire deltakere. Det er litt uklart for oss hvorfor det ikke var flere påmeldte, men vi må forsøke igjen. Kursene ble annonsert tidlig på høsten i fjor, og alle deltakerne var medlemmer i klubben.

Lørdag 22. april har vi invitert til dagstur til Jotunheimen. Invitasjonen er åpen for alle, og det er kun en liten turavgift for de som ikke er medlemmer (kr 350,-).

Facebook-gruppen har vokst bra i år og vi har 136 medlemmer per 18.04.2023. Det er mange som liker og støtter initiativet, men det er lite engasjement enn så lenge. Tanken er at denne gruppen skal være et "møtepunkt" for å samle folk til turer og trening. Det har vi ikke lyktes med helt enda.

Oppsummert er vi fornøyde med årets aktivitet, men vi er samtidig litt overrasket over at det ikke er flere som blir med på kurs, turer eller treninger. Vi har antagelig ikke funnet helt formen på grenen enda, samtidig er det nok en del som kan gjøres rundt kommunikasjon. Vi tar gjerne imot tilbakemelding og forslag til hvordan vi kan nå ut enda bedre fremover!



Foto: privat

Sluttord

Lillehammer Skiklub vil få takke alle sine medlemmer – både aktive og skiklubbvenner, og alle våre samarbeidspartnere og støttespillere, for nok et innholdsrikt skiklub-år.

Medlemstallet vårt er omtrent uendret fra år til år, selv om det svinger mellom ulike grener og aldersgrupper. Det har vært sportslige høydepunkter i alle grener, som vi som klubb er veldig stolte av.

Det legges ned mye tid og energi i det sosiale miljøet i klubben, slik at alle skal trives og ha det gøy på trening. Det er viktig! I tillegg til det solide sportslige tilbudet til både små og store, på alle ambisjonsnivåer – håper vi å legge til rette for en fin klubb å være medlem i.

Sist men ikke minst vil vi rette en stor takk til alle i klubben som stiller opp i ulike verv eller som funksjonærer på både våre egne og andres arrangementer. Uten dere ville det ikke blitt noen aktivitet! Dere er helt uvurderlige.

Lillehammer Skiklub



Even Lillemo-Thorud

Caroline Bræin Klette

Ørjan Høyen-Farstad

Eiliv Furuli

Ole Kristian Kirkerud

Ole Bertil Reistad

Kjersti isaksen

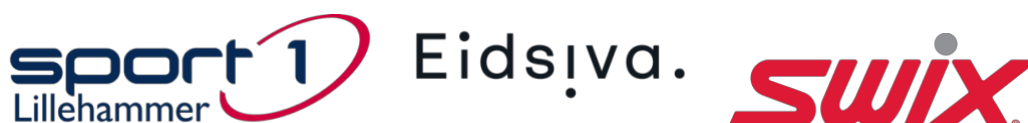
Thor Svegården

Trude Tmaus

Generalpartner



Hovedpartnere



Grensponsorer



Støttespillere



| | |
|-----------------------------|--|
| Tittel | Årsberetning23 |
| Filnavn | Årsberetning23.pdf |
| Dokument-ID | ddee6643eea715a73e7844ebc1a3410a67939327 |
| Datoformat revisjonssporing | MM / DD / YYYY |
| Status | ● Underskrevet |

Dokumenthistorikk



SENDT

04 / 19 / 2023

23:25:06 UTC+2

Sendt for underskriving til Even Lillemo-Thorud (evenlillemo@gmail.com), Caroline Bræin Klette (ledertkf@lillehammerskiklub.no), Ørjan Høyer-Farstad (ledertka@lillehammerskiklub.no), Eiliv Furuli (eiliv@live.com), Ole Kristian Kirkerud (olekristian@worldcupkvitfjell.no), Ole Bertil Reistad (ole.reistad@online.no) and Kjersti Isaksen (kjersti.isaksen@inn.no) fra trude@heltinkludert.no
IP: 81.166.58.186



VIST

04 / 20 / 2023

00:49:59 UTC+2

Vist av Caroline Bræin Klette (ledertkf@lillehammerskiklub.no)
IP: 77.16.56.159



UNDERSKREVET






04 / 20 / 2023

00:50:41 UTC+2

Skrevet under av Caroline Bræin Klette (ledertkf@lillehammerskiklub.no)
IP: 77.16.56.159








| | |
|-----------------------------|--|
| Tittel | Årsberetning23 |
| Filnavn | Årsberetning23.pdf |
| Dokument-ID | ddee6643eea715a73e7844ebc1a3410a67939327 |
| Datoformat revisjonssporing | MM / DD / YYYY |
| Status | ● Underskrevet |

Dokumenthistorikk

| | | |
|---|---|--|
|  VIST | 04 / 20 / 2023 07:19:32 UTC+2 | Vist av Ørjan Høyer-Farstad (ledertka@lillehammerskiklub.no) IP: 81.166.58.139 |
|  UNDERSKREVET | 04 / 20 / 2023 07:23:22 UTC+2 | Skrevet under av Ørjan Høyer-Farstad (ledertka@lillehammerskiklub.no) IP: 81.166.58.139 |
|  VIST | 04 / 20 / 2023 07:43:05 UTC+2 | Vist av Ole Kristian Kirkerud (olekristian@worldcupkvitfjell.no) IP: 158.248.8.14 |
|  UNDERSKREVET | 04 / 20 / 2023 07:45:29 UTC+2 | Skrevet under av Ole Kristian Kirkerud (olekristian@worldcupkvitfjell.no) IP: 158.248.8.14 |
|  VIST | 04 / 20 / 2023 07:47:50 UTC+2 | Vist av Eiliv Furuli (eiliv@live.com) IP: 77.16.52.182 |

| | |
|-----------------------------|--|
| Tittel | Årsberetning23 |
| Filnavn | Årsberetning23.pdf |
| Dokument-ID | ddee6643eea715a73e7844ebc1a3410a67939327 |
| Datoformat revisjonssporing | MM / DD / YYYY |
| Status | ● Underskrevet |

Dokumenthistorikk

| | | |
|---|-----------------------|--|
|  | 04 / 20 / 2023 | Skrevet under av Even Lillemo-Thorud (evenlillemo@gmail.com) Skrevet under av Eiliv Furuli (eiliv@live.com) |
| UNDERSKREVET | 07:48:40 UTC+2 | IP: 77.16.52.182 |
|  | 04 / 20 / 2023 | Vist av Ole Bertil Reistad (ole.reistad@online.no) |
| VIST | 13:43:27 UTC+2 | IP: 193.213.86.14 |
|  | 04 / 20 / 2023 | Skrevet under av Ole Bertil Reistad (ole.reistad@online.no) |
| UNDERSKREVET | 13:44:53 UTC+2 | IP: 193.213.86.14 |
|  | 04 / 21 / 2023 | Vist av Even Lillemo-Thorud (evenlillemo@gmail.com) |
| VIST | 00:11:14 UTC+2 | IP: 158.248.0.76 |
|  | 04 / 21 / 2023 | Vist av Kjersti Isaksen (kjersti.isaksen@inn.no) |
| VIST | 12:23:18 UTC+2 | IP: 89.8.227.252 |
|  | 04 / 21 / 2023 | Skrevet under av Kjersti Isaksen (kjersti.isaksen@inn.no) |
| UNDERSKREVET | 12:31:49 UTC+2 | IP: 89.8.227.252 |
|  | 04 / 24 / 2023 | |
| UNDERSKREVET | 15:16:06 UTC+2 | IP: 82.147.32.86 |

 Levert av  Dropbox Sign

04 / 24 / 2023
 15:16:06 UTC+2

Dokumentet er fullført.

| | |
|-----------------------------|--|
| Tittel | Årsberetning23 siste signering |
| Filnavn | Årsberetning23(pågår)(signed).pdf |
| Dokument-ID | 8c04ce9154bd1db8c34ce2d1e6db228ae9a7fa6a |
| Datoformat revisjonssporing | MM / DD / YYYY |
| Status | ● Underskrevet |

Dokumenthistorikk

| | | |
|---|---|--|
|  SENDT | 04 / 24 / 2023 18:38:43 UTC+2 | Sendt for underskriving til Thor Svegården (thor.svegarden@outlook.com) fra trude@heltinkludert.no IP: 81.166.58.186 |
|  VIST | 04 / 24 / 2023 18:40:23 UTC+2 | Vist av Thor Svegården (thor.svegarden@outlook.com) IP: 81.166.58.23 |
|  UNDERSKREVET | 04 / 24 / 2023 18:43:15 UTC+2 | Skrevet under av Thor Svegården (thor.svegarden@outlook.com) IP: 81.166.58.23 |
|  FULLFØRT | 04 / 24 / 2023 18:43:15 UTC+2 | Dokumentet er fullført. |