Föreningsträff

Digitalt 2025-10-15 klockan 19:00

Närvarande?

- Skriv er mejl i chatten – tack ☺
- Då skickar jag bildspelet till er och vi kan uppdatera våra mejlistor

Längdkommittén 2024-2025

- Sammankallande, ekonomiansvarig och länk mellan SSF och VSF styrelse: Veronica Lundquist
- Juniorer och distriktsstafett: Erika Brännström
- Regelansvarig: Erika Brännström
- Långlopp och anläggning: Ronny Hedman
- Hemsida och AC-cup, IT-frågor: ~~Stefan Skarp~~ **VAKANT**
- Unga ledare, cuper och läger: Lovisa, Arvid och ~~Andreas~~ **VI HAR EN VAKANT PLATS!**
- Utbildning: Amanda Mattsson
- Klädansvarig: Amanda Mattsson
- Ansvarig DM: John Dahlström
- Tävlingskalender SFF-TA – Martin Nylander

Kontakt:

langdkommitten.vsf@gmail.com

ungaledare.lk.vsf@gmail.com

Datum	Evenemang	Tävlingar	Arrangör	Geografiskt	Evenemangstyp	Status
2025-11-29	Tannbergssprinten	Tävlingar	Lycksele IF	Nordisk	Nordisk tävling	Godkänt
2025-12-06	Decemberloppet	Tävlingar	IFK Umeå	Region	Tävling	Godkänt
2025-12-13	Skelleftespelen	Tävlingar	Skellefteå SK	Nationell	Tävling	Godkänt
2026-01-10	KSK-loppet	Tävlingar	Kågedalens SK	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-01-11	KSK-stafetten	Tävlingar	Kågedalens SK	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-01-17	Stora Vildmannaloppet	Tävlingar	IFK Umeå	Nationell	Tävling	Godkänt
2026-01-18	Lilla vildmannaloppet	Tävlingar	IFK Umeå	Landsdel	Tävling	Godkänt
2026-01-24	Malmfältsloppet	Tävlingar	Malå IF	Nationell	Tävling	Godkänt
2026-01-31	COOPloppet	Tävlingar	Vännäs SK	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-02-01	Umeloppet 2026	Tävlingar	Västerbottens Skidveteraner	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-02-07	Bubbelloppet	Tävlingar	TTGU IF	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-02-07	Röbäcksspelen	Tävlingar	Röbäcks SK	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-02-14	Malmstråket	Tävlingar	Skellefteå SK	Nordisk	Nordisk tävling	Godkänt
2026-02-15	Byskeloppet	Tävlingar	Byske SK	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-02-22	Laxspelen	Tävlingar	Täfteå IK	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-03-14	Tjamstanloppet	Tävlingar	Malå IF	Nationell	Tävling	Godkänt
2026-03-14	Tjamstan Skicross	Tävlingar	Malå IF	Nationell	Tävling	Godkänt
2026-03-15	7-mila	Tävlingar	7-Mila Skidklubb	Nordisk	Nordisk tävling	Godkänt
2026-03-15	NORSJÖLOPPET	Tävlingar	Föreningen Norsjö Skidor	Distrikt	Tävling	Godkänt
2026-03-20 2026-03-22	Smart Energy Cup & Bauhaus Cup Final	Tävlingar	Lycksele IF	Internationell (FIS)	FIS Junior/Senior Cup	Godkänt
2026-04-18	Lappmarksloppet	Tävlingar	Sorsele SK	Nationell	Tävling	Godkänt
2026-04-19	Luspenloppet	Tävlingar	Storumans IK	Nordisk	Nordisk tävling	Godkänt

Ansökan tävling i distriktet

Gör klart era tävlingsansökningar senast 30:e april, de datum ni önskar genomföra tävlingar

1. Avsluta tävlingar 2024/2025 i SSF-TA

- Resultat uppladdade
- Avgiftsrapportering klar
- 20-kronan betald

2. Lägg in tävlingsansökan 2025/2026 i SSF-TA

3. Betala sanktionsavgift(er) för tävling(ar) 2025/2026

4. Lägg in klasser och sträckor – kom ihåg de öppna klasserna och tävlingsklass för ungdomar

5. Lägg in länk till tävlingsinbjudan

När stomprogrammet är spikat godkänner Längdkommittén de tävlingar som uppfyller ovanstående

VSFs styrelse beslutar om tävlingskalendern i mitten av juni. Därefter godkänns tävlingarna i SSF-TA.

I år har vi inte varit så hård....

Så kolla noga att inbjudan, klasser och sträckor finns med.

Glöm ej öppna klasser och gärna tävlingsklass för ungdomar om det är ett långlopp

Skidtävlingar i AC-cupen säsongen 25/26

Tävlingar	**25/26**
Klassiska	8
Fristil	7

Tannbergssprinten	Lycksele IF	Nordisk	Godkänt	Fristil
Decemberloppet	IFK Umeå	Region	Godkänt	Fristil
Skelleftespelen	Skellefteå SK	Nationell	Godkänt	Klassisk
KSK-loppet	Kågedalens SK	Distrikt	Godkänt	Klassisk
KSK-stafetten	Kågedalens SK	Distrikt	Godkänt	Klassisk
Lilla vildmannaloppet	IFK Umeå	Landsdel	Godkänt	Klassisk
COOPloppet	Vännäs SK	Distrikt	Godkänt	Klassisk
Röbäcksspelen	Röbäcks SK	Distrikt	Godkänt	Klassisk
Byskeloppet	Byske SK	Distrikt	Godkänt	Klassisk
Laxspelen	Täfteå IK	Distrikt	Godkänt	Fristil
Tjamstanloppet	Malå IF	Nationell	Godkänt	Fristil
Norsjöloppet	Föreningen Norsjö Skidor	Distrikt	Genomförd	Klassisk
Tjamstan Skicross	Malå IF	Nationell	Godkänt	Fristil
Lappmarksloppet	Sorsele SK	Nationell	Godkänt	Fristil
Luspenloppet	Storumans IK	Nordisk	Godkänt	Fristil

Kan bli fler om långloppen har ungdomsklasser!

AC-Cup 2025-2026

Inför tävlingarna bjuder vi in till INFORMATIONSMÖTEN (Lagledarmöten) för aktiva, föräldrar och ledare. Bra att det är fler som känner till tävlingarnas upplägg

För 9-10-åringar gäller bara deltagande – inte resultat och placeringar.

Alla som deltagit i minst 50% av tävlingarna får flitmedalj

Max flitpoäng motsvarar att man deltar i 75% av tävlingarna. Man kan missa enstaka tävlingar utan att det blir påverkande för din slutpoäng som åkare

Parstafett ger fortsatt inga resultatpoäng men vi ökar från 2 till 5 deltagarpoäng för att öka motivationen att delta även i dessa lopp. *(Ja, det betyder att om man deltar i parstaffetter kan man få en högre maximal deltagarpoäng)*

I de sällsynta fall då åkare hamnar på samma poäng så tillämpas samma regler som i andra cuper, dvs flest förstaplaceringar, därefter flest andraplaceringar etc.

AC-Cup – info och funderingar

- Långloppen ingår också i AC-cupen. Tänk på att ungdomar åker i ungdomsklass.
  Arrangören tänker på att ge ungdomarna möjligheter till prestation som likvärdiga vuxna åkare så att tex inte alla ungdomar får starta sist i en stor masstart.
  Ungdomar får ju åka motionsklass på längre distanser än tävlingsklassen, men erhåller då inga poäng i AC-cup.
- Utvärdering av Teknikzoner i Norsjö. Hur gick det? Ska vi ha fler tävlingar med teknikzoner?
- Blev det någon skillnad i priser på tävlingarna. Kan vi hålla nere pokal-hetsen och dela ut likvärdiga priser framåt?
- Rapportera gärna resultat direkt i TA. De aktiva uppskattar resultat på plats tidigt efter loppen. Gör ni som tävlingsarrangörer en snabb insats så uppdaterar vi också AC-cupen snabbt. Meddela gärna stefan@skarpjoks.se alt 072-522 1818 när det finns officiella resultat)
- Prisutdelningen i fjol blev rörig. Vi behöver bättra oss så att alla närvarande får sin medalj under priscermonin. Förenkling där medaljerna görs mindre individuella är en lösnining på gång.

Från mötet: Erbjud Skicross inslag på tävlingar, vikten av att åka i rätt klass, teknikzoner för utbildning – filma gärna och skicka till förening om ni ser tokigheter.

Distriktsstafetten 2026

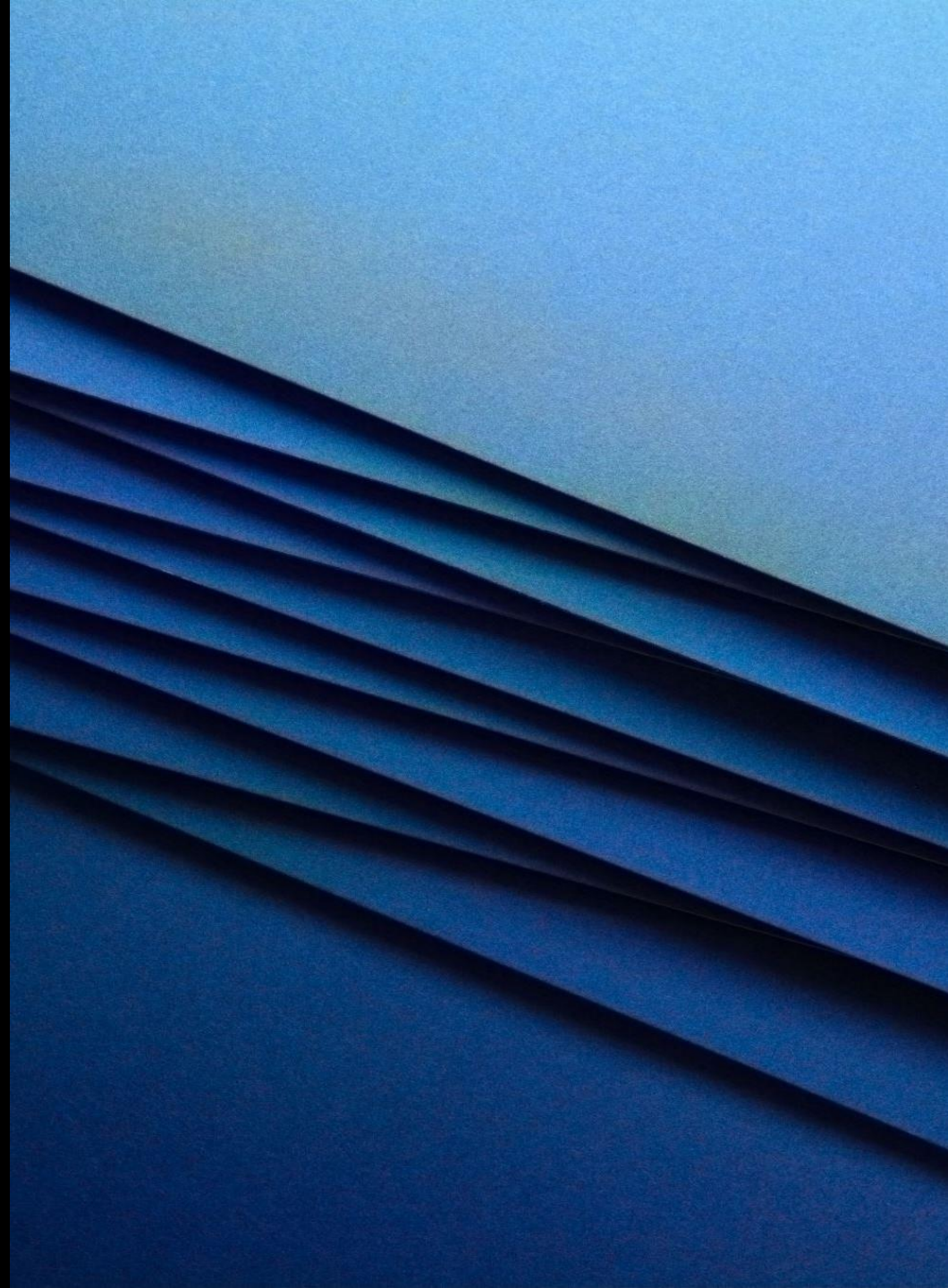
Distriktsstafetten för juniorer 17-20 år och genomförs lördag 21/3 i samband med Bauhaus cup i Lycksele.

Klassisk teknik

Info om anmälan kommer senare

3 åkare/lag och minst en tjej. Vi anmäler så många lag som möjligt och tjejer får åka kill-sträcka. Distriktet star för anmälningsavgifter.

Uttagning baseras på resultat i Bauhaus cup och JSM



Unga ledare

Ungt ledarskap är en investering i framtiden för Svenska Skidförbundet (SSF). Genom att ge unga möjligheten att påverka och forma organisationen skapar vi en dynamisk och hållbar framtid för svensk skid- och snowboardåkning. SSF tror på det unga ledarskapet av flera anledningar:

Förnyelse och Innovation: Unga ledare bringar med sig nya perspektiv, idéer och kreativitet.

Engagemang: Genom att involvera unga ledare skapar man en naturlig rekryteringsgrund för framtida engagemang.

Målgruppsförståelse: Unga ledare har en djupare förståelse för den yngre generationens behov och intressen.

Kontinuitet: Genom att investera i ungt ledarskap säkerställer man en kontinuitet i förbundets arbete

HAR NI UNGA VUXNA i er förening – tipsa dom att komma med!

Folksam Cup (T/K 15-16)

- 26e februari – 1a mars
- Torsby (Stierneskolan)
- Gemensam bussresa
- Skate, 1 par tävlingsskidor
- Lovisa Stenberg

Anmälan Folksam:

- Intresseanmälan i distriktet för aktiva, ledare och vallare 15/12-2025
- Skarp anmälan i distriktet 23 januari -BINDANDE!
- Föranmälan till arrangör - aktiva, ledare, vallare - 16 januari 2026
- Skarp anmälan till arrangör - aktiva, ledare, vallare - 30 januari 2026
- Införmöte via Teams, cirka 2 veckor före tävlingar (14 februari*)
- Vallamöte via Teams cirka 2 veckor före tävlingar (16 februari*)
- Lagledarmöten via teams torsdag, fredag och lördag kväll Kallelse läggs ut på hemsidan (skbore.se), folksam-cup och grupp i whatsapp

SkiTeam Ungdomscup (T/K 13-14)

- Arrangeras i Järpen 6-8 Mar
  - Boende i totalt tre lokaler
  - Allt inom 300m
    - Boende, Mat, Arena mm.
- Gemensam resa
- Fri Stil
  - 1 Par tävlingsskidor per åkare
  - Para-klass som i Vårby
- ~~Andreas Svensson~~

Anmälan Ski-Team

- Intresseanmälan i distriktet för ledare, aktiva och vallare 15/12
- Slutgiltig bindande anmälan i distriktet 30/1-2026
- Preliminär anmälan 26 januari (6 veckor före)
- Skarp anmälan 6 februari (4 veckor före)

Gemensamt för båda cuperna

- Gemensamt boende
- Sänkt kostnad för ledare och vallare
- Boende för vallare
- Utdrag från belastningsregistret krävs
- Unga ledare
- Alla som anmäler sig signar upp på arrangemangets koncept
- Mailadress ”Unga Ledare”: ungaledare.lk.vsf@gmail.com

Resa

ALLA åker med i gemensam buss.

Extra ledare

De klubbar som har fem eller fler deltagare till klubbarna anmäler vuxna ledare som finns på plats och som får vara med i planeringarna. I år vet vi att det är:

- IFK UMEÅ – Båda cuperna
- Skellefteå SK- Båda cuperna
- Lycksele IF - SkiTeam

Självklart får andra klubbar också anmäla ledare.

Huvudansvaret ligger fortfarande på de unga ledarna om vi har unga ledare. Extra ledare åker med i bussen, bor på skolan och får mat på plats. INGEN kostnad för ledare.

Vallare

Erbjuds att åka med i bussen för billig peng - 20% av bussresans kostnad och får bo på skolan.

Vi betalar boende på skolan och mat för alla vallare. Vill man bo på annan plats eller äta egen mat betalar man det själv.

Anmälan om intresse sker senast 15 december.

Utdrag ur belastningsregistret

- ALLA oavsett roll: ledare och vallare behöver lämna in utdrag från belastningsregistret. Du fixar det på polisens hemsida: https://polisen.se/tjanster-tillstand/belastningsregistret/digitalt-registerutdrag/
- Ni skickar in det till langdkommitten.vsf@gmail.com senast ½-2026

Försäkring

försäkringen startklar –
en avbeställnings- och olycksfallsförsäkring ni kan teckna.
Startklar.nu

Råd och vård – En medlemsförsäkring som gäller för alla ; aktiva, föräldrar och ledare

Information framöver

Digital informationsträff inför cuperna

Föräldramöte och vallarmöten innan cuperna

Viktig info:

Det koncept som vi erbjuder är det som gäller.

När ni anmäler er så accepterar ni det erbjudande som vi presenterar.

Det kommer inte bli kill-och tjej rum – det kan inte arrangörerna fixa och önskemål fanns bara från Västerbotten. Men om det finns rum över kan vi önska ett extra rum.

Kostnaden för cupen faktureras till respektive förening och sedan är det föreningarna som beslutar om den aktives egenavgift.

Alla som anmäler sig signar upp på cupkonceptet = mer än tävlingar

Stimulera till bra tränings- och tävlingsverksamhet i våra skiddistrikt som bidrar till sammanhållning och kamratskap med fokus på att fler ungdomar ska fortsätta med längdskidåkning hela livet. Samt erbjuda en rikstäckande tävling för åldersgrupper där det läggs fokus på såväl prestation som gemenskap och glädje

DM

Sprint DM 2025 i Lycksele, 29/11-2025

Distans DM 2026 i Norsjö, 15/3-2026

Utbildning 2025/2026

Utbildningsstruktur

- SKIDLEKA och SKIDLÄRA genomförs årligen i distriktet
- SKIDTRÄNA 13-16 år genomförs vartannat år i Västerbotten
- Junior- och Seniortränarutbildningar

Hitta utbildningar

- Västerbottens Skidförbunds hemsida
- Kunskapsarenan
- Facebook - Västerbottens Skidförbund
- Mailutskick

Utbildningsplattform

- Ny plattform - Kunskapsarenan och Learnifier
- Freja+
- Anmälan direkt på sidan
- Kostnadsfria digitala utbildningar

Unga ledare

Unga ledare på snö - på Bosön (15-25 år)

Unga ledare-nätverk (14-25 år)

Introduktionsutbildning

- Kostnadsfri och webbaserad
- Omfång cirka 3 timmar
- Förkunskapskrav inför fortsatta utbildningar
- Kan genomföras själv eller med fördel, tillsammans
- Kan genomföras i ett svep eller uppdelat
  på flera tillfällen

SVENSKA SKIDFÖRBUNDET®
SWEDISH SKI ASSOCIATION

SKI TEAM SWEDEN X-COUNTRY

Huvudsponsor
VATTENFALL

Reflektionsblad Introduktionsutbildning längdskidåkning

Att konkretisera dina tankar kopplat till utbildningens olika delar ger bra förutsättningar för att senare kunna tillämpa innehållet. Använd nedanstående reflektionsblad när du genomför Introduktionsutbildningen. Du kan antingen skriva ut det på papper eller spara det på din dator och därefter göra anteckningar. Ta med bladet till efterföljande fysisk utbildning genom Svenska Skidförbundet.
Lycka till med utbildningen!

Mitt namn och förening:

SKIDLEKA upp till 9 år

Första utvecklingsstadiet i Skidförbundets utvecklingsmodell

Förkunskapskrav:
Introduktionsutbildning

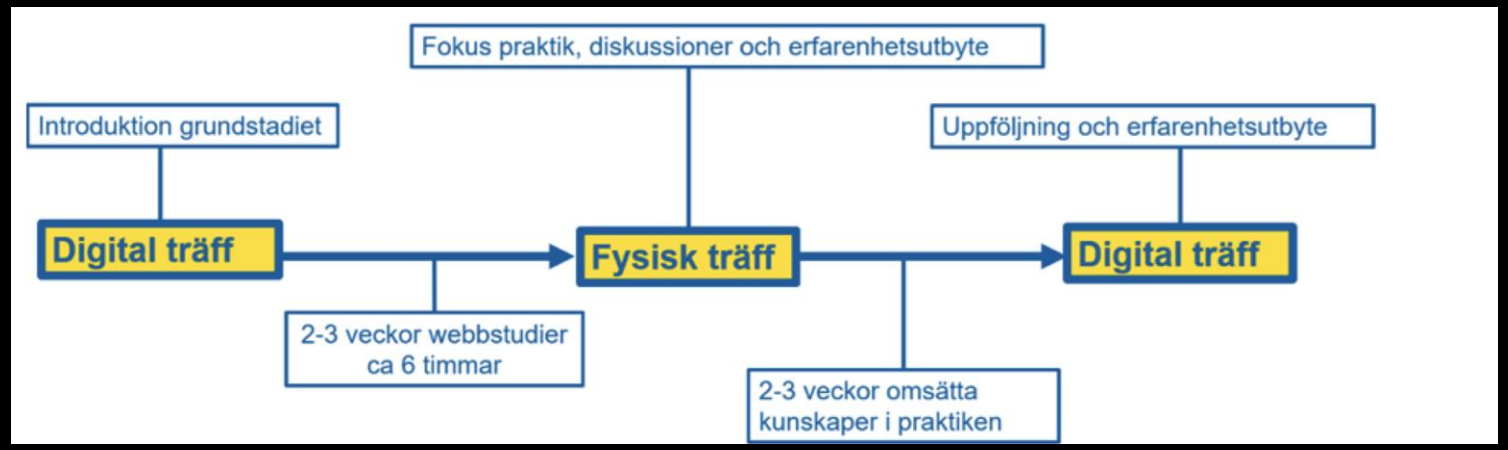
En heldag - cirka sju timmar
- Teoretiska och praktiska moment

Kursavgift 1 400:-

SKIDLÄRA 9-12 år

Andra utvecklingsstadiet i Skidförbundets utvecklingsmodell

- Förkunskapskrav: Grundtränarutbildning & Skidleka
- Hybrid
  - Två digitala träffar
  - Fysisk träff, en heldag
- Webbstudier och hemuppgift
- Kursavgift 2 200:-



Nationell Utbildarhelg 2025

Summering

Sollefteå 3-5 oktober

Smörgåsbord av utbildningar parallellt + gemensamma föreläsningar

200 deltagare i olika utbildningar, inklusive Kick-off för ungdomscuper

Nästa år: Falun 2-4 oktober 2026

Utbildningshelg 2025/2026

- Skellefteå 18-19 oktober - ca 30 deltagare
- PG Fahlström gästföreläsning

- Grundtränarutbildning + SKIDLEKA
- SKIDLÄRA
- Tidtagning

- *Din förening kan söka idrottsmedel från SSF på upp till halva kursavgiften, dock SENAST två veckor efter avslutad och genomförd utbildning.* https://www.skidor.com/idrotter/langdakning/utbildning/projektstod-idrottsmedel

Är din förening i behov av utbildning eller har önskemål under säsongen?

Kontaktuppgifter

- Skidkonsulent
  David Engström
  david.engstrom@skidor.com
  070-643 24 89

- Utbildningsansvarig, Västerbottens Skidförbund
  Amanda Mattsson
  amattssn@gmail.com
  076-788 00 77

Läger

Är någon förening sugen på att bjuda in till läger?
Vi kommer inte erbjuda något läger I år.

Övriga frågor/info

Thomas Granlund erbjuder regelutbildning framöver

Påminner om årsmöte VSF 4 november

Tack för ikväll!

VÄSTERBOTTENS SKIDFÖRBUND

VÄSTERBOTTEN