



# Velkommen til sesongen 2018/2019



## Informasjonsskriv for aktive medlemmer i Skatval skilag



## Til alle som er med på treninger i regi av Skatval Skilag

Velkommen til en ny sesong! Treningene i hopp, langrenn/barmark og skiskyting samt allidrett og idrettskolen er godt i gang. Skiskyttereskole er gjennomført, 7 nye rekrutter er klar til dyst :-). Mange barn deltar og det utvises stor treningsvilje i Klempen og i hallen. Barmarksesongen vil nok vare en stund til, men vi håper at vi får snø ganske snart! Bli det nok kuldegrader i en lengre periode kan vi starte snøproduksjon også i Klempen! Selbuskogen har i skrivende stund allerede en imponerende kunstsneøstasé.

Informasjon om treningstider og terminlister finner dere etter hvert på våre nettsider [www.skatvalskilag.no](http://www.skatvalskilag.no) under fanen 'Skatval Skilag'.

### Medlemskontingent

Vi forutsetter selvsagt at barn som deltar på våre treninger også er medlemmer i Skatval Skilag, enten via **familiemedlemskap, kr 400,-** eller som **enkeltperson, kr 200,-**. Medlemskap er absolutt nødvendig for at barna skal være forsikret under treningsaktivitetene i regi av skilaget - gjelder også idrettskolen. Er dere ikke medlem ennå kan dere melde dere inn via MinIdrett eller på vår nettside - **<http://www.skatvalskilag.no/BliMedlem>** - og faktura sendes dere via MinIdrett og på e-post.

### Treningsavgift

Skilaget ønsker å informere om at alle barn som deltar på treningene i regi av skilaget må betale treningsavgift. Treningsavgiften beløper **kr 400,-** per sesong, og gjelder uansett hvor mange

forskjellige treninger i skilaget du deltar på. Medlemmer av idrettskolen på Skatval opp til 10 år betaler treningsavgift til idrettskolen. Treningsavgiften skal være betalt for at du fortsatt vil kunne delta på treningene! Trenerne holder oversikt over hvem som deltar og skilaget sender faktura på e-post til dere i løpet av høsten.

### Lisens

Minner om at barn som har fylt 13 år må ha løst lisens for å kunne starte i renn. Slik er barnet forsikret under renn, barn under 13 år er dekket av Norges Idrettsforbunds barneforsikring. Gi beskjed til treneren din om at du vil løse lisens eller start prosessen via MinIdrett, så kan skilaget registrere barnet i systemet slik at lisens kan aktiviseres. Langrennlisens koster kr 290,- for grunndekning, hoppelisens koster kr 450,- og skiskytter må ut med kr 250,- for B lisens (13-16 år) og kr 300,- for 16+ (A-lisens). Lisensen gjelder i et år (skiskyting : 1.5.18-30.4.19 / langrenn + hopp/kombinert : 1.10.18 - 30.9.19).

### Leie av våpen og ammunisjonsavgift

Leie av våpen koster kr 500,- per sesong, ammunisjonsavgift blir gradert etter hvor mye ammo som blir brukt (de yngste utøvere betaler ca kr 500,-; de eldre ca kr 1100,-). Kjøp av eget våpen anbefales i løpet av 2. eller 3. sesong, avhengig av våpenutleiesituasjonen.



## Hoppustyr

Sko, ski og dress kan lånes ved behov.

## Startkontingent / tidtakingsbrikke

Skatval skilag betaler startkontingenten til de konkurransene utøverne deltar i. Dette forutsetter påmelding innen fristen - utøvere/foreldrene melder seg selv/utøveren på til hvert renn de vil delta i via MinIdrett. Skiskyting har påmelding via EQTiming, kryss av sånn at faktura går til klubben. Ved påmelding etter fristen og evt. glemt brikke sender skilaget ut faktura for de samlede ekstrakostnadene ved sesongslutt.

Påmelding forutsetter deltagelse.

Fra sesongen utøveren stiller i 13 års klasse stiller utøveren med egen tidtakingsbrikke (kjøpes via [www.emit.no](http://www.emit.no), koster kr 725,- inkl. moms), leiekostnadene for brikkene til yngre utøvere dekkes av skilaget.

## Allidrett/Idrettskole

Skatval allidrett/idrettskole er et samarbeid mellom Skatval skilag og IL Fram for ungene fra 5 til 12 år.

5- og 6-åringene utgjør allidretten, mens unger blir medlem i idrettskolen fra den våren de går i 1. klassen (1. mai). Da starter fotballsesongen, men i løpet av et idrettsår skal ungene være innom flere og varierte aktiviteter, bl. a. langrenn, hopp og skiskyting (den siste fra 10 år).

## Dalførekarusell / Telenorkarusell

Hver sesong organiseres det dalførekarusell i langrenn av de forskjellige klubbene i Stjørdal for utøvere fra 8 år. Rennene blir avholdt på onsdager og blir annonsert i avisa. De foregår på klubbene sine hjemmearenaer eller ved Selbuskogen skisenter. Første renn (fristil) blir onsdag 9.1.2019 i Klempen eller Selbuskogen - følg med i avisa og på klubbens nettside.

Telenorkarusellen vil finne sted i Klempen mandagene 28.1, 4.2 og 11.2 - snøforbehold ! For alle :-)  
Velkommen alle sammen!



## Klubbavtale

Skatval skilag har en klubbavtale med G-Sport, Stjørdal (Torgkvartalet). Avtalen innebærer faste rabatter når klubbkortet fremvises og klubben blir tilgodesett med 3 % av deres kjøpesum. Klubbkortet fås hos [leder@skatvalskilag.no](mailto:leder@skatvalskilag.no) eller 92209448 (Els). Årlig organiserer G-Sport handledager for medlemmene i Skatval skilag. Disse annonseres på nettsiden og via e-post.

## Klubbklær

Trimtex er leverandør for klubbdrakten til Skatval skilag. Hver høst blir det mulighet for bestilling av klubbklær (overtreksdress, jakke + bukse -

foret eller uforet / vest og konkurransedress). Størrelser fra 130 cm til 6XL, både dame og herre.)



### Klubbhåndboka

Skilagets klubbhåndbok med vedlegg finner dere på klubbens nettside, [www.skatvalskilag.no](http://www.skatvalskilag.no), under fanen 'Skatval Skilag'. Mye praktisk info å finne der, så bruk boka :-)



### Dugnad

Det finnes mange arenaer å bidra på i løpet av sesongen : snøproduksjon, vedlikehold av bygninger og utstyr, tidtaking, preparering av løyper, organisering av renn,.. På forhånd takk for at dere skriver dere opp på flere av oppgavene når oversikten kommer.

**Klubben trenger tidtakere, og ansvarlig for snøkanonen, så meld dere til Els snarest, tlf 92209448 ! Opplæring vil bli gitt 😊**

### **Dalførearrangement 2019** (egen dugnadsinnsats kiosk, løyper, tidtaking,..)

<b>Arrangement</b>	<b>Dato</b>	<b>Sted</b>
Dalførekarusell 1 (fristil)	09.01	Selbuskogen kl 18.30
Trøndercup 3 skiskyting	26.01	Selbuskogen
Telenorkarusell 1	28.01	Klempen (snøforbehold)
Dalførekarusell 2 (fristil)	30.01	Vårtun eller Selbuskogen kl 18.30
Barneskifestival/Equinordagen	03.02	Klempen, evt. Selbuskogen
Telenorkarusell 2	04.02	Klempen (snøforbehold)
Skatvalsrennet Hopp	10.02	Klempen (snøforbehold)
Skjelstadmarkstafetten (kl./fri)	10.02	Vårtun
Telenorkarusell 3	11.02	Klempen (snøforbehold)
Dalførekarusell 3 (fristil)	13.02	Klempen eller Selbuskogen kl 18.30
Skatvalsrennet (kretsrenn langrenn)	02.03	Klempen, evt Selbuskogen for langrenn
Barne OL	04.03	Selbuskogen
Dalførekarusell 4 (klassisk)	13.03	Forradal eller Selbuskogen kl 18.30
Dalførekarusell 5 (klassisk) Stjørdalsmesterskap	27.03	Selbuskogen kl 18.30

Vi ser frem til mange gledesøyeblikk for store og små i vintersesongen som kommer, forhåpentligvis flere på snøen i Klempen, vår egen arena, men også rundt omkring i kretsen og hele Norge samt resten av verden!

Lykke til med sesongen!

**Hilsen fra styret**

# TRENINGSTIDER SKATVAL SKILAG 2018/2019

<b>LANGRENN/SKISKYTING (Klempen / skytehallen / Selbuskogen)</b>			
Tid	Aktivitet	Gruppe	Trenere
<b>Mandag</b>			
17.30 - 18.30	Barmark	2008	foreldre
17.30 - 18.45	Skiskyting	2004-2006	<b>Ståle Kvernørød</b> , Tore M. Remman, Arve Vassli (+ foreldre)
18.30 - 20.00	Skiskyting	1998 -2004	<b>Kyrre Kraft</b> , Jakob Haugen, Tore M. Remman, Geir Aspenes, Ellen Nielsen (+ foreldre)
<b>18.30 - 20</b>		98 - 06	
<b>Tirsdag</b>			
18.00 – 19.00	langrenn	2007-2008	<b>Jon Erik Hallan</b> (+ foreldre) - fra medio desember
<b>Onsdag</b>			
Fra 18.00 <b>(18.30)</b>	Skiskyting	98 - 04	<b>Kyrre Kraft</b> , Jakob Haugen, Tore M. Remman, Geir Aspenes, Ellen Nielsen (+ foreldre)
18.00 – 19.15	skiskyting	07 - 08	<b>Svein-Olaf Linset</b>
<b>Torsdag</b>			
17.30 – 18.30	Langrenn	04 - 06	<b>Rikard Ulset</b> , Asgeir Lorås, Kyrre Kraft, Jakob Haugen + foreldre
17.30 – 18.30	skileik	09-10-11	<b>Bente Dullum</b> og <b>Einar Wangberg</b> + foreldre
18.15 – 19.45	Langrenn	2007	<b>Svein-Olaf Linset</b> + foreldre
18.30 – 20.00	Langrenn	03 og eldre	<b>Rikard Ulset</b> , Asgeir Lorås, Kyrre Kraft, Jakob Haugen + foreldre
<b>18.30 20</b>		<b>felles</b>	
<b>Søndag</b>			
10.30 - 12.30	Løpetur	Alle	<b>Jostein Skatval</b> (oppmøte ved Skatval kirke)
<b>HOPP</b>			
<b>Tirsdag (Skatvalshallen)</b>			
18.00-19.00 (17.30 – oppvarming)	Halltrening	Alle	Espen Klefsåsvold (Kjell Brage Lunnan, Håvard S. Lunnan)
<b>Torsdag (i Klempen når snø)</b>			
18.00-19.00	Hopp-bakkene	Alle	Espen Klefsåsvold (Kjell Brage Lunnan, Håvard S. Lunnan)
18.00 -			Fra januar: Hopp-skole hver torsdag

<b>TRIM</b>			
<b>Styrke / kondisjon (Skatval samfunnshus)</b>			
<b>Mandag</b>			
19.00-20.00	Styrke (Sirkeltrening)	Åpent for alle	Linda Indergaard
<b>Torsdag</b>			
19.00-20.00	Step / styrke	Åpent for alle	Lene Tronseth

<b>Basistrening for ungdom 13-19 år (Friskgården)</b>			
		avventer påmeldte	Ta kontakt med
	Variert styrketrening		<a href="mailto:anita.floan@hotmail.com">anita.floan@hotmail.com</a>

<b>Basistrening (Friskgården)</b>			
<b>Tirsdag</b>			
20.00-21.00	Sirkeltrening m/apparater	Åpent for alle. Påmelding	Maren Vollan
<b>Torsdag</b>			
19.30-20.30	Sirkeltrening m/apparater	Åpent for alle. Påmelding	Vilde Fasteraune
<b>Fredag</b>	<b>(Skatvalshallen)</b>		
18 - 19	styrkeøvelser	Åpent for alle fra 5. klasse til 100 år ☺	Damelaget i IL Fram

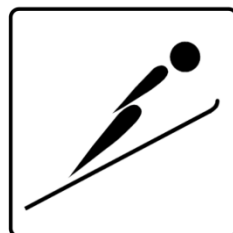
<b>Gubbetrim</b> (oppmøtested, se facebook på "Snowteam/TRIM Skatval")			
<b>Tirsdag</b>			
Fra kl 20.00	Jogging/ski	Åpent for alle, også damer	Intitiativtakere Einar Wangberg og Asgeir Lorås

Allidrett / idrettskole, se egne planer på nettsidene til Skatval skilag og IL Fram.

\*\*\*\*\*

Velkommen til årsmøtet mandag 25.3.2019 kl 19  
i skihytta i Klempen !

\*\*\*\*\*



[www.skatvalskilag.no](http://www.skatvalskilag.no)

# Kontaktpersoner i Skatval skilag 2018

FUNKSJON	NAVN	TELEFON	E-POST
<b>STYRET</b>			
Leder	Els De Keyzer Lie	922 09 448	elsdklie@gmail.com
Nestleder	Inge Auran	959 93 420	iauran@broadpark.no
Kasserer	Gunn I. Fornes	952 93 139	gunn.fornes@ntnu.no
Sekretær	Pål Martin Daling	971 770 08	pmdaling@hotmail.com
Styremedlem	Margrete Mære Husby	482 37 707	margretemhus@gmail.com
Varamedlem	Espen Klefsåsvold	952 44 352	espen.klefsasvold@ntebb.no
Varamedlem	Målfrid Røkke	992 25 590	maalfridroekke@hotmail.com
<b>UTVALGENE</b>			
Leder langrennsutvalg	Jon Erik Hallan	901 03 793	jonehallan@hotmail.com
Leder skiskytterutvalg	Kristel Buan Linset	477 58 737	kristel.linset@malvik.kommune.no
Leder hopp/kombinert	Espen Klefsåsvold	952 44 352	espen.klefsasvold@ntebb.no
Leder trimutvalg	Hilde Landfald	412 53 931	hilde.landfald@hotmail.com
Leder allidrett	Maren Vollan	92 29 71 76	maren.vollan@gmail.com
Leder idrettskole	Morten Hedstein	74803875	morten.hedstein@gmail.com
Leder skihytte/kiosk	Kirsti Bakken	907 43 540	kirsti.bakken@ntebb.no
Leder valgkomité	Björg H. Daling	97129039	bjorg_helland@hotmail.com
Leder skihytte / utleie	Håvard Beitland	926 92 623	beitland@gmail.com



**NORBIT**

