

SKINYTT 2022

VELKOMMMEN TIL NY SKISESONG

Ringebu-Fåvang skiklubb ønsker velkommen ut i skisporet!

Skiklubbens hovedoppgaver er å drifte klubbens lysløypeanlegg og å drive et organisert medlems-tilbud.

TRENING

Vi starter med allidrett for alle fra 1. - 4. klasse om høsten. Det har også vært en egen barmarkstrening for 5. klasse og eldre denne høsten, og i tillegg felles trening med Harpefoss IL, Sør-Fron IL og Tormod SK. Fra etter jul blir det skileik, trening på snø og lysløyperenn. Det er fullt mulig å bli med på trening på snø også for de som ikke har deltatt på barmarkstreningene. Skiklubben legger til rette for deltakelse på skirenn utenom klubben for alle som vil. Fokus er å skape et sosialt miljø, slik at alle skal føle glede ved å holde seg i form og delta på våre aktiviteter.

LYSLØYPER

RFSK har to lysløyper - Trabelia (hovedanlegg) og Brekkom. I henhold til årsmøtevedtak driftes kun Trabelia denne sesongen. Anlegget skal kjøres jevnlig, og holde god standard gjennom hele vinteren. Følg med på skisporet.no for å se når det er kjørt. For RFSK er det viktig at anlegget er åpent for alle som ønsker å bruke skiene, enten det er til skileik, mosjon eller målrettet trening for konkurranser.

Husk!

Alle deltakere må registreres i minidrett.no.

De som allerede har profil der går inn på denne og søker om medlemskap i RFSK.

Dette er viktig for å sikre at alle deltagere er forsikret under organisert aktivitet.



SKINYTT 2022

LYSLØYPERENN

Lysløyperenn arrangeres i lysløypa i Trabelia torsdager fra uke 1, og avsluttes med klubbmesterskap i uke 12. Merk at i uke 9 (vinterferieuka) er det verken lysløyperenn eller trening.

Påmelding til lysløyperennene skjer i luka fra kl 18:00, første start kl 19:00.

Deltakerkontingent kan betales kontant eller på Vipps (132783). Kvittering i appen.

Startkontingent 50,- pr renn, 250,- for alle rennene / 700,- for hele familien.

Resultatliste blir lagt ut på klubbens Facebookside så snart den er klar.

Kuldegrense er -15 C. Eventuell avlysning kunngjøres på Facebook senest kl 17.00.

TERMINLISTE

Uke 1 klassisk

Uke 2 klassisk

Uke 3 fristil

Uke 4 fristil

Uke 5 klassisk

Uke 6 klassisk

Uke 7 fristil

Uke 8 fristil

Uke 9 Vinterferie, ingen aktivitet

Uke 10 klassisk

Uke 11 fristil

Uke 12 klassisk klubbmesterskap



SKINYTT 2022

ARRANGEMENTER

Treninger

Fra uke 1 blir det skilek 6 -10 år på torsdager kl 18.00-18.00, etterfulgt av lysløyperenn. Skitrening 11 år og eldre mandager kl. 18.00, Trabelia.

Aktivitets-/skileikdag for de yngste lørdag 8. januar kl 10.00-14.00

RFSK arrangerer aktivitets-/skileikdag på Trabelia for klubbens medlemmer i alderen 6-13 år. Følg med på Facebook for info og påmelding. Ingen deltakeravgift.

Skottåsen rundt søndag 27. februar

Skirenn for hele familien. Rennet er 17 km langt, uten tidtaking. Start ved lysløypa i Brekkom. Åpent for alle. Se Facebook for mer informasjon. Deltageravgift kr 100.

Årsmøte onsdag 9. mars kl 19.00

Årsmøte avholdes i klubbhuset på Trabelia. Vanlige årsmøtesaker og valg. Alle medlemmer er hjertelig velkommen! Se Facebook for sakliste mm.

Trabelirenn søndag 13. mars

Skirenn for alle utøvere født 2014 og tidligere. Inngår i GD-cup.

Klubbmesterskap torsdag 25. mars kl 18.00 på Trabelia klassisk stil

Sesongens klubbmesterskap for alle medlemmer. Servering og premieutdeling etter målgang.

Lillehammer Troll Ski Marathon 2022 lørdag 2. april

Verdens lengste turrenn som går fra Venabygdsfjellet til Sjusjøen, med 95 og 120 km, samt alternativ start fra Goppollen (45 km) og Pellestova (15 km). Arrangeres sammen med Øyer/Tretten IF, Søre-Ål IL, Mesnali SL og reiselivsbedrifter i området.

Skiavslutning søndag 31. mars kl 18.00 på Ringebu ungdomsskole

Premiering for lysløyperenn og klubbmesterskap. Klubben spanderer pizza og brus.

Løpende informasjon

Følg våre aktiviteter på skiklubbens Facebooksider. Der finnes til enhver tid informasjon om aktiviteter og påmeldinger til renn, samt referat fra ulike arrangement som klubbens medlemmer har deltatt på.

SKINYTT 2022

STYRET

Leder
Tor Sverre Borgedal
Tlf. 91 55 92 86
Mail: ts@borgedalbygg.no

Nestleder
Signy Brandstad Stubrud
Tlf. 90 56 40 54
Mail: ssigny@hotmail.com

Styremedlem, sekretær
Kari L. Mangset
Tlf 97 65 60 37
Mail: karimangset@gmail.com

Styremedlem, kasserer
André Mortensen
Tlf. 91 55 92 86
Mail: amo@gaus.no

Styremedlem, sportslig leder langrenn
Stein Arve Solås
91 18 24 60
Mail: steinarvesolas@gmail.com

Styremedlem, anlegg
Runar Stenumgard
Tlf. 97 61 25 23
Mail: rstenumg@bbnett.no

Styremedlemmer, vara

Kari Gunstad Lindvig
92457126

Liv Kristin Øverlie
Tlf. 95 20 40 42

TRENERE

6-8 år (født 2011-2014)
Christmut Lindvig
8-10 år (født 2011-20)
Frode Martinsen: 90 01 29 99

11 år + (født 2009 og tidligere)
Hans Christian Elstad: 91 81 98 91
Edvard Granskogen Kjørstad: 95 46 63 06



BYGGER VARIGE VERDIER

