



RINGEBU-FÅVANG  
SKIKLUBB

# SKINYTT 2026

## VELKOMMMEN TIL NY SKISESONG

Ringebu-Fåvang skiklubb ønsker velkommen ut i skisporet! Skiklubbens hovedoppgaver er å drive et organisert medlems-tilbud og å drifte klubbens lysløypeanlegg i Trabelia. Fokus er å skape et sosialt miljø, slik at alle skal føle glede ved å holde seg i form og være i aktivitet.

## LYSLØYPER

RFSKI har to lysløyper - Trabelia (hovedanlegg) og Brekkom. Løypene skal være klare for alle som ønsker å bruke skiene, enten det er til skilek, mosjon eller målrettet trening for konkurranser. Anlegget i Trabelia kjøres jevnlig, har nytt lysanlegg og skal holde god standard gjennom hele vinteren. Anlegget i Brekkom preppes, men det kommer ikke til å være lys på.

## MEDLEMSSKAP I RFSKI

Alle deltagere på skiklubbens treninger - store og små, må melde seg inn. Medlemsskontigenten er kr 50,- for alle og vi har ingen treningsavgift.

Innmelding gjøres på Minidrett

<https://medlemskap.nif.no/22246>, scan QR koden under.

Husk at skiklubben trenger medlemmer for å kunne drifte anleggene våre og lage aktivitetstilbud.



SpareBank 1  
GUDBRANDSDAL

sport 1  
Ringebu

FJØSSYSTEMER  
Bonden og dyrenes førstevalg





# SKINYTT 2026

## LYSLØYPERENN

Lysløyperenn arrangeres denne sesongen i lysløypa i Trabelia **tirsdager fra uke 2**, og avsluttes med klubbmesterskap i uke 11. Merk at i uke 9 (vinterferieuka) er det verken lysløyperenn eller trening.

Husk at lysløyperenn er for både store og små, og en fin mulighet til å komme seg ut i vinterkvelden og møte andre! Det er både aldersklasser og trimklasse uten tidtaking, men gøy om også store går på tid for å vise de små at konkurransen er for moro og ikke så seriøst og høytidelig. Det blir servering av kveldsmat for barn og ungdom inne i klubbhuset etter målgang.

Påmelding til lysløyperennene gjøres i luka fra kl 18:00, første start kl 18:45.

Skilek for de minste fra kl 18:00 og fram til start.

Startkontingent 60 kr pr renn, 300 kr for alle rennene og 750 kr for hele familien. Deltakerkontingent kan betales kontant eller på Vipps (132783). Kvittering i appen.

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

Deltagelse på 7 av 8 lysløyperenn gir ekstrapremie!  
NB! Deltagelse på Skottåsen rundt 22. februar teller som et lysløyperenn.

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





# SKINYTT 2026

## TERMINLISTE LYSLØYPERENN I TRABELIA

**Uke 2** Tirsdag 6. januar. Klassisk

**Uke 3** Tirsdag 13. januar. Fristil

**Uke 4** Tirsdag 20. januar. Klassisk

**Uke 5** Tirsdag 27. januar. Fristil

**Uke 6** Tirsdag 3. februar. Klassisk

**Uke 7** Tirsdag 10. februar. Fristil

**Uke 8** Tirsdag 17. februar. Klassisk  
*Søndag 22. februar. Skottåsen rundt klassisk*

**Uke 9:** Ingen aktivitet. Vinterferie

**Uke 10** Tirsdag 3. mars 2026. Fristil

**Uke 11.** Tirsdag 10. mars 2026. Klubbmesterskap. Klassisk





# SKINYTT 2026

## TRENINGER

Før jul har barmarkstreninger blitt arrangert på Fåvang for alle aldersgrupper på tirsdager fra uke 42. Etter jul blir det fra og med uke 2 lysløyperenn i Trabelia på tirsdager. Det er fullt mulig å bli med på trening på snø og lysløyperenn for de som ikke har deltatt på barmarkstreningene.

### **5 - 9 år (Følg med på FB gruppa RFSKI Trening 2025/2026 (5 år og eldre))**

Trabelia tirsdager kl 18:00 : Skilek fram til rennstart.

### **10 - 14 år + (Følg med på FB gruppa Sammen på ski)**

Trabelia tirsdager fra uke 2 kl 18:00-19:30: RFSKI arrangerer skitrening til 18:45 og lysløyperenn.

Fra uke 2 er det fellestreninger for Sør-Fron IL, Tormod Skilag og Ringebu-Fåvang Skiklubb annenhver torsdag fra 18.30 - 20.00 på Gålå og Trabelia.

Partallsuker er det fristil på Gålå og oddetallsuker er det klassisk på Trabelia.

### **Voksne og ungdom (RFSKI Tur & trim, følg med på FB gruppa med samme navn)**

Trener er Hans Kristiansen.

Mandager kl 18:00 Fåvang skole: Intervalltrening eller spenst og hurtighet etterfulgt av styrketrening i gymsalen. *NB! Påmelding via FB arrangementene.*

Tirsdager kl 18:00 Trabelia: Lysløyperenn.

Torsdager kl 18:00 Trabelia: Skitrening.





# SKINYTT 2026

## RFSKI SINE ARRANGEMENTER I SKISESONGEN

### **Aktivitetsdag med Skisprell for de yngste søndag 18. januar kl 10.00-14.00**

Skilektdag på Trabelia for alle i alderen fra fem år og oppover.

**Ta med en venn eller to eller tre!**

Følg med på Facebook for info og påmelding. Ingen deltakeravgift.

### **Skottåsen rundt søndag 22. februar**

Skirenn med lange tradisjoner og åpent for alle! **Nytt av sesongen er at start og målgang**

**blir på Skotten seter.** Løypa er cirka 13 km lang og går i flott terreng rundt Skottåsen, uten tidtaking.

I tillegg blir det nå en kortere trasé for de minste.

Deltageravgift kr 100. Påmelding på Skotten seter renndagen.

### **Trabelirennnet søndag 8. mars**

Klassisk stil for aldersklassene 7-12 år. Skiathlon for klasse 13 år og oppover.

Inngår i Sparebank 1 Gudbrandsdal cup (11-14 år) og Mosetertoppen cup (15-16 år).

Påmelding her : <https://isonen.no/event/cm0507i301jr8c01xm8x4kj9/>

### **Årsmøte onsdag 12. mars kl 19.00**

Årsmøte avholdes i klubbhuset på Trabelia. Vanlige årsmøtesaker og valg. Alle medlemmer er hjertelig velkommen! Det blir som alltid kaffe og kake. Årsmøtepapirer sendes ut på e-post.

### **Klubbmesterskap tirsdag 11. mars kl 18.00 på Trabelia fristil**

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

### **Skiavslutning tirsdag 14. april kl 18.00**

Premiering for lysløyperenn og klubbmesterskap, diverse andre utmerkelse og sosialt samvær. Klubben spanderer enkel bespisning, brus og kaffe og kaker.

### **Løpende informasjon**

Følg med på våre aktiviteter på skiklubbens

nettside <https://rfski.no/>

facebookside *Ringebu-Fåvang Skiklubb*

og facebookgrupper:

*RFSKI Trening 2025/2026 (5 år og eldre)*

*RFSKI Tur & Trim*

*Sammen på ski*





# SKINYTT 2026

## SKIRENN

Skiklubben tilrettelegger for deltagelse på kretsrenn og andre renn for alle som vil. Det er gøy å teste formen og måle krefter mot andre. Her er noen renndatoer i vårt område.

### Terminliste Sparebank 1 Gudbrandsdal cup - kretscup for 7-14 år

- 3. januar - Lygna kretsmesterskap distanse klassisk
- 24. januar - Lillehammer kretsmesterskap sprint klassisk/langrennscross,
- 25. januar - Lillehammer kretsmesterskap distanse fristil
- 7. februar - Madshussprinten klassisk
- 8. februar - Madshussprinten fristil
- 14. februar - Rudsbygdrennet klassisk
- 22. februar - Øyersprinten fristil cross
- xx.xx - Tessandsprinten F langrennscross
- 7. mars Raufossrennet fristil cross
- 8. mars Ringebu Trabelirenet klassisk og skiathlon
- 22. mars - Veldre sag avslutningsrenn, felles med Hedmark skikrets

### Turrenn

- 14. februar - Furusjøen rundt
- 21. februar - Hafjell skimaraton
- 14. mars - Birkebeinerrennet
- 15. mars - Ungdomsbirken





# SKINYTT 2026

## SAMMEN PÅ SKI

Se eget Skinytt for trenings samarbeidet mellom Ringeby-Fåvang skiklubb, Sør-Fron IL og Tormod skilag, som er delt på Facebookgruppa **Sammen på ski**.





# SKINYTT 2026

## STYRET

Leder

Kari L. Mangset

Tlf. 97 65 60 37

Mail: karimangset@gmail.com

Nestleder

Signy Brandstad Stubrud

Tlf. 90 56 40 54

Mail: ssigny@hotmail.com

Styremedlem, sekretær

Amanda Graafland

Tlf 94 79 10 67

Mail: amandaortoptist@xs4all.nl

Styremedlem, kasserer

Trygve Berge Isum

Tlf. 99 15 92 75

Mail: trygve@isum.no

Styremedlem, sportslig leder langrenn

Eirik Førlandsås Bjørkli

Tlf: 90 94 39 72

Mail: eirik.bjorkli@gmail.com

Styremedlem, anlegg

Roger Skansgård

Tlf. 95 14 56 67

Mail: skansgard@gmail.com

Styremedlemmer, vara:

Kari Gunstad Lindvig

Tlf: 92 45 71 26

Liv Kristin Øverlie

Tlf. 95 20 40 42



BYGGER VARIGE VERDIER



Hallum Tak og Blikk AS

BLIKKENSLAGER • VENTILASJON

Bademiljø

Asbjørn Nordsveen Fåvang AS

Tlf: 62 33 06 00 Mob: 903 63 137

Vakttelefon: 907 54 130

Fåvang - Moelv - Brumunddal