

Sportslig aktivitet 2017

Følgende har vært trenere i inneværende sesong:

Kenneth Rabben	Marthe Fagerli
Tom Stian Ovesen	Katrine Fjelddahl
Ove Bromseth	Helge Sandnes
Lena Kralicek	Erlend Høyen
Solveig Bjørkmo	Karsten Karlsen
Thor Einar Henriksen	Marie Lian Krane

Klubben har hatt stor aktivitet fra oppstart med barmarkstrening i vår og gjennom hele vinteren. Utøverne har som tidligere vært delt i to hovedgrupper, smågruppa for U10 og yngre og storgruppa for U12 og eldre. De yngste har i hovedsak trent en gang pr uke fra august, mens storgruppa har hatt to treningsøkter pr uke i barmarkssesongen og tre ganger per uke fra det ble mulig med skikjøring.

Storgruppa

Trenere for storgruppa er Kenneth Rabben, Tom Stian Ovesen og Ove Bromseth. Storgruppa startet treningen i vår med to ukentlige økter, hvor trenerne hadde ansvar for den ene og foreldregruppen den andre. Den tidlige oppstarten, kombinert med at mange utøvere driver med flere fritidsaktiviteter, gjorde at utøverne hadde bra treningsgrunnlag når høsten kom. Det ble gjennomført en solid treningshøst hvor gruppa bl.a. gjennomførte tre av skiforbundets Iron Man-tester. Storgruppa gjennomførte også to treningssamlinger i løpet av høsten/tidlig vinter hvor også utøvernes familier i stor grad deltok. Dette var utelukkende positivt for miljøet og styrket samholdet både blant utøverne og foreldregruppa. Første samling var på Kjenssvasshytta i september hvor det ble gjennomført flere gode treningsøkter og hvor utøverne blant annet fikk prøvd brevandring. Sosialt var dette også en flott samling både for store og små. Innsatsen fra foreldregruppa var også svært bra og dette bidro til en vel gjennomført samling. På denne samlingen deltok ca. 30 stk utøvere og foreldre.

I november ble det arrangert treningssamling på ski i Levi. Dette var sesongens først møte med ski for flesteparten av utøverne og selv med varierende forhold var dette en fin start på skisesongen. Samlingen var samkjørt med Svolvær Alpinklubb og Sortland Alpinklubb, noe som bidro til at utøverne ble bedre kjent med hverandre på tvers av klubbene. At World Cup-åpningen i slalåm var i Levi denne helgen satte en ekstra spiss på oppholdet. Totalt deltok nesten 40 utøvere, søsken og foreldre på denne samlingen.

I tillegg til de to samlingene klubben arrangerte var noen av klubbens eldste utøvere på snøsamling på Juvass i august og Østerrike i oktober.

Treningsvinteren på ski har denne sesongen vært svært bra. Fra midten av november ble det gjennomført ukentlige treninger i bakkene i Tärnaby, både på ukedager og i en del helger. Oppstart på Skillevollen var i desember og bakken har siden vært åpen mer eller mindre hele vinteren. Dette har gitt svært gode treningsforhold og god stabilitet for utøverne. I tillegg til de ukentlige treningene har storgruppa også gjennomført helger med treninger, spesielt med fokus på fartstrening.

Klubben hadde også 5 deltakere på FFA's fartssamling i Narvik i februar.

Smågruppa

Smågruppa har som tidligere år vært delt etter alder i blå, rød, og gul gruppe, men har hatt mye samarbeid på tvers av gruppene. Det ble også gjennomført en felles samlingsdag på ski i Hemavan i desember.

Blågruppen består i hovedsak av utøvere født 2008-09 og trenerne her er Lena Kralicek, Solveig Bjørkmo og Thor Einar Henriksen. Gruppen har hatt treninger mandager og onsdager. Fokuset har vært basisøvelser for teknikk kombinert med trening i porter.

Rødgruppen trenes i hovedsak av Marthe Fagerli og Katrine Fjelddahl. Aldersmessig er utøverne på denne gruppen født i 2010. Rødgruppen har siden august hatt faste treninger på mandagene. I høst har fokuset vært på varierte aktiviteter utendørs frem mot skisesongen. Gruppen fikk blant annet i tillegg til barmarksaktiviteter også testet langrennsskiene før alpinbakken ble klar til bruk. I vinter har hovedfokuset vært skiglede og lek, grunnposisjon på ski samt introduksjon til å kjøre i løype. I barmarkssesongen var det ca. 10-15 stk på treningene, mens det i vinter har vært ca. 6-7 utøvere.

Gulgruppa består av klubbens yngste utøvere, født fra 2011 og senere. Trenerne for gruppa er Helge Sandnes og Erlend Høyen. Fokuset har fra høsten av vært variert trening og mye moro. Allsidighet og basisferdigheter har vært hovedtema på barmarkstreningen, som igjen er blitt videreført til treningene på ski. I starten av vintersesongen ble det kjørt varierte treninger i barnebakken og fra «5'a» i Svartbakken. Mot slutten av sesongen, og når ferdighetene økte og barna ble tryggere på de brattere hengene har treningene blitt flyttet til toppen av bakken. Her har det blitt kjørt en rekke forskjellige løyper, hopp og andre øvelser som bidrar til allsidige skiferdigheter. De som har kjørt noen sesonger begynner nå å beherske mer tekniske oppgaver og øvelser og vi har fått mere fokus på posisjonering og svingteknikk.

I tillegg til de ovennevnte trenerne på smågruppa, har også Karsten Karlsen og Marie Lian Krane vært en del av trenerteamet og bidratt på tvers av gruppene.

Renn

Klubben har denne sesongen gjennomført 5 cuprenn og 3 klubbmesterskap (alle disipliner). I tillegg arrangerte klubben i tradisjon tro Solcup med deltakere fra hele Nordland. Her bidro svært mange i ulike funksjoner og arrangementet fikk gode tilbakemeldinger fra tilreisende klubber.

Når det gjelder eksterne renn, har klubben hatt deltakere på renn i Levi, Arvidsjaur, Svolvær, Hemsedal, Narvik og NNM på Ankenes. Spesielt på rennene i Arvidsjaur og NNM var det stor deltakelse fra egne rekker. Klubben kan vise til gode resultater med mange pallplasser og fin framgang for alle utøverne. Landsfinaler og Hovedlandsrenn arrangeres senere denne sesongen og her har klubben 3 deltakere som er kvalifisert på kretsens kvote.