



INFORMASJON OM LANGRENNSAKTIVITET I LIA OG BØVERDALEN – SESONGEN 2024

	Tysdag 9.01	Tysdag 16.01	Tysdag 23.01	Tysdag 30.01	Tysdag 06.02	Tysdag 13.02	Tysdag 20.02	Tysdag 5.03	Laurda g 09.03	Tysdag 12.03	Tysdag 19.03
Klassisk		X Lia		X B.dalen		X Lia		X Lia	X (klubbmeisterskap)		X B.dalen
Fristil	X Lia		X Skicross Lia		X Skicross Lia		X Skicross Lia			X B.dalen	

Lysløyperenn 2024

Skirenna startar presis kl. **18:00** med utdeling av startnummer. Det er online påmelding via heimesida <http://lom-idrett.no/ski>. Vi ber om at alle er nøye med å fylle ut namn og nummer heilt likt for kvart løp, slik at den automatiske summeringa for renna fungerer som den skal. Vi ber om at alle bruker online påmelding. Det blir kun NØD-påmelding i skihytta **17:30 – 17:45**.

Kuldegrensa er -15°C. Sjekk facebook! Evt. avlysing vil skje innan kl. 14:00 same dag.

Startkontingent er kr. 30,- pr deltakar. Alle som startar må vere medlemmar i Lom IL. Medlemmar frå Garmo IL, Bøverdalen IL og Skjåk IL er også inviterte til å delta. Det blir naturlegvis kiosksal. Vipps eller bankkort ved betaling, helst ikke kontanter.

Vi held fram med trimklasse for vaksne. (5 km, frivillig tidtaking) og trimklasse utan tidtaking for utøvarar frå 13 år. Valfri distanse: 2km, 3km, 5 km. Tidtaking på renna frå og med 1. Klasse, men ingen rangering.

Telenorkarusell: Kveldane med skicross inngår i Norges Skiforbund sin Telenorkarusell med premieutdeling ved målgang.

Ungdomstrimmen 2024: Alle frå 13 -18 år kan registrere seg i Gapahuken i Åslia, i eigen bok for ungdomstrimmen. Dei som har namnet sitt 6 gonger eller meir i boka kan vinne uttrekkspremie etter sesongen.

Premiekveld i april. Alle som deltek på minst to lysløyperenn blir premierte. Liten premie for 2-4 renn, stor premie for 5 eller fleire renn. Dato kommer vi attende til.

Klubbmeisterskap på Raubergstulen, **laurdag 9.mars kl. 13.00. Merk dag!** Online påmelding eller i sekretariat kl. 12:00 – 12:15. Premiering rett etter rennet. Klubbmeisterskapet går i klassisk stil.

Skitreninger vinteren 2024

Det blir skitrening i Lia med oppstart torsdag 12/01. Det blir trening ein dag i veka, **kvar torsdag kl. 18.00** for 2 klasse og eldre. Vi deler inn i minst 3 puljer avhengig av tilgjengelege vaksne. 2 og 3 klasse, 4 og 5 klasse, 6 og 7 klasse. Treninga startar presis, så det er fint om barna har ferdigsmurde ski. Er du i tvil om stilart, avlysing etc., sjekk på Facebook- lom il ski.

Kveldsmat torsdager etter trening i skihytta. Foreldre som har ungane på trening har ansvar for kveldsmat forberedelse, servering og vasking.

Løypekøyring: Ljosløypa har hovudprioritet i høve til oppkøyring. Vi prøver så godt vi kan å ha nypreparerte løyper der. Traseane til Kvammen og Åslia vert stort sett køyrde mot helgane. Vi nyttar trakkemaskin i år også.

Vil du gje eit bidrag til løypekøyring, kan du nytte kontonr. 2085.07.22480 eller VIPPS nr 502189.

For meir info, sjekk Facebook: «Lom Idrettslag skigruppa» eller «Bøverdalen idrettslag»

Helsing styret i Skigruppa:

Leiar: Sjur Bjørgen 958 36 828

Nestleiar og løypebas: Amund Mundhjeld 902 06 924

Kasserar: Lars Kristian Sperstad 91829 653

Ansvarleg kiosk: Stine Sva 997 76 172

Informasjon og web: Annette Hellekveen 954 91 619

Informasjon og web Storhaugen: Yngve Stee 414 30 653

Treneroppfølging: Thorstein Steinhaugen 91718032

Alpint Storhaugen: Trond Teigen 957 87 744

Langrenn Bøverdalen: Per Arne Vole 922 01 359



ARBEIDSLISTE FOR SKIRENN LOM IL 2024

(MERK at klubbmeisterskap kjem til slutt i oppsettet)

	LYSLØYPERENN #1	LIA
9.01	Hovudansvarleg:	Sjur Bjørgen
	Startar:	Annette Hellekveen, Lars Kristian Sperstad
	Tidtaking:	Amund Mundhjeld, Håvard Svestad, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar/premie:	Stine Sva
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen, Annette Hellekveen
	Kiosk:	Terese Bakke, Malin Sætre, Ragnhild Sjurgard

	LYSLØYPERENN #2	LIA
16.01	Hovudansvarleg:	Annette Hellekveen
	Startar:	Lars Kristian Sperstad, Thorstein Steinhaugen
	Tidtaking:	Stine Sva, Jostein Larsen, Amund Mundhjeld
	Ta inn vestar /premie:	Heidrun Garmo
	Sekretariat:	Annette K. Hellekveen, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Per Simen Myrhaug, Anne Veggum, Hege Haugen

	LYSLØYPERENN #3	LIA
23.01	Hovudansvarleg:	Stine Sva
	Startar:	Lars Kristian Sperstad, Rolv Mallaug
	Tidtaking:	Amund Mundhjeld, Stine Sva, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar/premie:	Ann Jorid Lien
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen, Annette Hellekveen
	Kiosk:	Marit Teigen, Elisabeth Odden, Tonje Lien Barkenæs

	LYSLØYPERENN #4	BØVERDALEN
30.01	Hovudansvarleg:	Amund Mundhjeld
	Startar:	Annette Hellekveen, Sjur Bjørgen
	Tidtaking:	Lars Kristian Sperstad, Stine Sva, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar/premie:	Gro Moshagen, Kari Mette Gjeisar
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen, Amund Mundhjeld
	Kiosk:	Anette Stee, Silje Vole, Astrid Soglo

	LYSLØYPERENN #5	LIA
06.02	Hovudansvarleg:	Annette Hellekveen
	Startar:	Annette Hellekveen, Brage Engdal
	Tidtaking:	Lars Kristian Sperstad, Rolf Martin Tunold, Sjur Bjørgen
	Ta inn vestar/premie:	Stian Teigen
	Sekretariat:	Amund Mundhjeld, Thorstein Steinhaugen
	Kiosk:	Jo Trygve Lyngved, Anne Merete Vole, Karina Mandal

	LYSLØYPERENN #6	LIA
13.02	Hovudansvarleg:	Lars Kristian Sperstad
	Startar:	Liv Turtum, Amund Mundhjeld
	Tidtaking:	Sjur Bjørgen, Bente Kvamme, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar/premie:	Runa Husom
	Sekretariat:	Lars Kristian Sperstad, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Stine Sva, Lucie Kucharova, Aras Sheikho

	LYSLØYPERENN #7	LIA
20.02	Hovudansvarleg:	Stine Sva
	Startar:	Ove Teigen, Stine Sva
	Tidtaking:	Lars Kristian , Egil Bakke, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar/premie:	Guro S. Grjotheim
	Sekretariat:	Annette Hellekveen, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Jørgen Vole, Nina Skjedsvoll, Kari O. Lyngved

	LYSLØYPERENN #8	LIA
05.03	Hovudansvarleg:	Amund Mundhjeld
	Startar:	Lars Kristian Sperstad, Annette Hellekveen
	Tidtaking:	Stine Sva, Ola Rossehaug, Sjur Bjørgen
	Ta inn vestar/premie:	Ziad Shouro
	Sekretariat:	Amund Mundhjeld, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Inger Lene Skaansar, Grete Torill Stamstad, Monica Lien

	LYSLØYPERENN #9	BØVERDALEN
12.03	Hovudansvarleg:	Per Arne Vole
	Startar:	Sjur Bjørgen, Marvin Flaten
	Tidtaking:	Stine Sva, Amund Mundhjeld, Bjørge Stenersen
	Ta inn vestar/premie:	Marie Garaaen, Asbjørn Hansen
	Sekretariat:	Annette Hellekveen, Sjur Bjørgen
	Enkel kiosk:	Ingrid Sulheim, Stig Roar Mandal, Elin Slålien

	LYSLØYPERENN #10	BØVERDALEN
19.03	Hovudansvarleg:	Bjørge Stenersen
	Startar:	Lars Kristian Sperstad, Bjørge Stenersen
	Tidtaking:	Amund Mundhjeld, Thorstein Steinhaugen, Vidar Stee
	Ta inn vestar/premie:	Bab Stenersen, Asbjørn Hansen
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen, Per Arne Vole
	Enkel kiosk:	Marit Marstein, KristinHusom, Kathrine A E Furuseth.

KLUBBMEISTERSKAP PÅ RAUBERGSTULEN

Laurdag 9. mars	Hovudansvarleg:	Sjur Bjørgen	
	Startar:	Lars Kristian Sperstad og Pe Arne Vole	
	Tidtaking:	Amund Mundhjeld, Stine Sva, Thorstein Steinhaugen	
	Ta inn vestar:	Per Morten Oldren	
	Start 13.00	Sekretariat:	Sjur Bjørgen, Annette Hellekveen
	Premieutdeling:	Styret i skigruppa	
	Kiosk:	Vakt 1 (11.30-13.30): Linda Løberg, Anette Stee, Annette Hellekveen Vakt 2 (13.30-16.00): Inger Lene Skaansar, Hanne Marstein, Marie Galaaen, Therese Bakke.	
	Grill	Eilev Hellekveen, Kristian Kjæstad, Ola Rossehaug	
	Saft:	Gro N.Moshagen	
	Bakst	Ida Mundhjeld, Elin Slålien, Bab Stenersen, Ingrid S. Steinhaugen	
Loddsalg:	Raymond Kristiansen, Gudbrand Mo, Vegard Kroken		

Dersom du ikkje kan møte, så ordnar du sjølv nokon i staden for deg. Har du ikke høve til å møte den kvelden du er sett opp, er det fint om du ordnar med nokon istaden for deg. Gje ein av oss i styret beskjed om kven som stiller istaden for deg.

Styret møter kl. 16.30. Kioskvaktene og andre med arbeidsoppgaver møter seinast 16.45 på tysdagsrenna.

Stine Sva (997 76 172) har det overordna ansvaret for kiosken.

Følg med på www.facebook.com/lomilski for oppdatert informasjon.

TUSEN TAKK FOR AT DU BIDREG, VI SJÅAST TIL TRIVELEGE TYSDAGSKVELDAR!





INFORMASJON OM ALPINT PÅ STORHAUGEN I BØVERDALEN – SESONGEN 2024

Storhaugen alpingruppe ynskjer velkommen til skikjøring, fra januar 2024 til så langt føret rekk. Følg med på facebook for oppdatert informasjon!

Kveldskjøring

Måndagar og torsdagar kl 17.30 – 20.30

Helg

Laurdagar og sundagar kl 11.00 – 15.00

Heiskort medlem i Lom IL:

Dag/kveld: 100,- kr Sesong: 1000,- kr

Heiskort ikkje medlem i Lom IL:

Dag/kveld: 150,- kr Sesong: 1500,- kr

Heiskort betalast med Vipps

Storhaugen har varmebu og enkel do. Det står bålpanne tilgjengeleg for å varme medbragt niste.

Følg oss på Facebook «Bøverdalen idrettslag» eller «Lom Idrettslag Skigruppa» sin side for oppdatert informasjon og spontane arrangement undervegs i sesongen.

Moglegheit for grupper utanom åpningstid, Sjå kontaktinfo under.

Hilsen alpingruppa for sesongen 2024:

Leder: Trond Teigen 957 87 744

Web og informasjon: Yngve Stee 414 30 653

Vidar Stee

Johan Holø

Jo Kolbjørn Sulheim

Ingolf Aleksander Kvalshagen