



INFORMASJON OM LANGRENNSAKTIVITET I LIA OG BØVERDALEN – SESONGEN 2025

	Tysdag 7.01	Tysdag 14.01	Tysdag 21.01	Tysdag 28.01	Tysdag 04.02	Tysdag 11.02	Onsdag 19.02 Barnas ski-VM	Tysdag 4.03	Tysdag 11.03	Tysdag 18.03	Laurdag 22.03
Klassisk		X Lia		X Lia		X Lia		X Lia		X Raubergstulen	
Fristil	X Lia		X Telenorka rusell		X Lia		X Lia		X Raubergstulen		X (klubbmeisterskap)

NB! ONSDAG 19/2 er det barnas ski-VM i Lia. Det blir ikke renn tysdag denne veka.

Lysløyperenn 2025

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, 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.

Ungdomstrimmen 2025: Alle frå 13 -18 år kan registrere seg i Gapahuken i Åsli, i eigen bok for ungdomstrimmen. Dei som har namnet sitt 6 gonger eller meir i boka kan vinne uttrekkspremie etter sesongen.

Premieutdeling blir på Klubbmesterskapet på Raubergstulen 22.03.

Alle som deltek på minst to lysløyperenn blir premierte. Liten premie for 2-4 renn, stor premie for 5 eller fleire renn.

Klubbmeisterskap på Raubergstulen, **laurdag 22.mars kl. 13.00. Merk dag!** Online påmelding eller i sekretariat kl. 12:00 – 12:15. Premiering rett etter rennet. Klubbmeisterskapet går i fristil.

Skitreninger vinteren 2025

Det blir skitrening i Lia med oppstart torsdag 09/01. 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 ungene på trening har ansvar for kveldsmat forberedelse, servering og vasking.

Løypekøyring: Ljosløypane har hovudprioritet i høve til oppkøyring. Vi prøver så godt vi kan å ha nypreparerte løyper der. Traseane til Kvammen, Åsli og Visdalen vert stort sett køyrde mot helgane. Langrennsløypane på Storhaugen kan og bli køyrte, følg med på Facebook. 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» og «Storhaugen skianlegg»

Helsing styret i Skigruppa:

Leiar: Sjur Bjørgen 958 36 828

Nettverksansvarleg: Thorstein Steinehaugen 91718032

Kasserar: Lars Kristian Sperstad 91829 653

Ansvarleg kiosk: Marit Teigen 99565591

Informasjon og web: Birgit Løyland 91530651

Alpint Storhaugen: Trond Teigen 957 87 744

Langrenn Bøverdalen: Bjørge Stenersen 93404143

Langrenn Bøverdalen: Olav Kvålshagen 41191715

Storhaugen 2025

Vi satsar på å få alt klart på Storhaugen til januar 2025. Info om opningstidar kjem på eige skriv når vi veit meir om dette.



ARBEIDSLISTE FOR SKIRENN LOM IL 2025

(MERK at klubbmeisterskap kjem til slutt i oppsettet)

	LYSLØYPERENN #1	LIA
7.01	Hovudansvarleg:	Sjur Bjørgen
	Startar:	Thorstein Steihaugen, Lars Kristian Sperstad
	Tidtaking:	Marit Teigen, Brage Engdal, Rolv Atle Mallaug
	Ta inn vestar/premie:	Olve Gaukstad
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen, Birgit Løyland
	Kiosk:	Jo Trygve Lyngved, Tove Johanne Stamstad, Ragnhild Sjurgard

	LYSLØYPERENN #2	LIA
14.01	Hovudansvarleg:	Marit Teigen
	Startar:	Kurt Are Garmo, Lars Kristian Sperstad
	Tidtaking:	Anne Merete Vole, Birgit Løyland, Gudmund Repp
	Ta inn vestar /premie:	Åse Marie Borgen
	Sekretariat:	Marit Teigen, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Hege Haugen, Kari Mette Gjeisar, Elisabeth Odden

	LYSLØYPERENN #3	LIA
21.01	Hovudansvarleg:	Lars Kristian Sperstad
	Startar:	Thorstein Steinehaugen, Rolv Mallaug
	Tidtaking:	Lars Kristian Sperstad, Liv Berit Sørhage, Sjur Bjørgen
	Ta inn vestar/premie:	Ann Jorid Lien
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Marit Teigen, Åsmund Galde, Svanhild Lyngved

	LYSLØYPERENN #4	LIA
28.01	Hovudansvarleg:	Thorstein Steinehaugen
	Startar:	Birgit Løyland, Sjur Bjørgen
	Tidtaking:	Lars Kristian Sperstad, Marit Teigen, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar/premie:	Gro Moshagen
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen,
	Kiosk:	Live Brimi, Ole Kristian Sveen, Malin Sætre

	LYSLØYPERENN #5	LIA
04.02	Hovudansvarleg:	Birgit Løyland
	Startar:	Thorstein Steinehaugen, Brage Engdal
	Tidtaking:	Birgit Løyland, Marit Teigen, Sjur Bjørgen
	Ta inn vestar/premie:	Stian Teigen
	Sekretariat:	Thorstein Steinhaugen, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Karina Mandal, Amund Mundhjeld, Oddrun Pauline Løkken Mo

	LYSLØYPERENN #6	LIA
11.02	Hovudansvarleg:	Lars Kristian Sperstad
	Startar:	Lars Kristian Sperstad, Marit Teigen
	Tidtaking:	Sjur Bjørgen, Thorstein Steinhaugen,
	Ta inn vestar/premie:	Runa Husom
	Sekretariat:	Lars Kristian Sperstad, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Anne Marte Nordlie Myren, Lucie Kucharova, Hanne Marstein

	LYSLØYPERENN #7	LIA
18.02	Hovudansvarleg:	Sjur Bjørgen
	Startar:	Birgit Løyland, Egil Bakke
	Tidtaking:	Lars Kristian , Rolv Enersvold, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar/premie:	Guro S. Grjotheim
	Sekretariat:	Marit Teigen, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Jørgen Vole, Stian Fagerli, Grete Torill Stamstad

	LYSLØYPERENN #8	LIA
04.03	Hovudansvarleg:	Lars Kristian Sperstad
	Startar:	Lars Kristian Sperstad, Stein Magne Eggen
	Tidtaking:	Marit Teigen, Thorstein Steinehaugen, Sjur Bjørgen
	Ta inn vestar/premie:	Terje Marstein
	Sekretariat:	Birgit Løyland, Sjur Bjørgen
	Kiosk:	Kristian Kjæstad, Inger Lene Skaansar, Kristin Husom

	LYSLØYPERENN #9	BØVERDALEN - RAUBERGSTULEN
11.03	Hovudansvarleg:	Bjørge Stenersen
	Startar:	Olav Kvålshagen, Lars Kristian Sperstad
	Tidtaking:	Birgit Løyland, Thorstein Steinehaugen, Bjørge Stenersen
	Ta inn vestar/premie:	Marie Galaaen, Asbjørn Hansen
	Sekretariat:	Marit Teigen, Sjur Bjørgen
	Enkel kiosk:	Marit Teigen, Bab Stenersen, Ragnhild Hoft

	LYSLØYPERENN #10	BØVERDALEN - RAUBERGSTULEN
18.03	Hovudansvarleg:	Olav Kvålshagen
	Startar:	Thorstein Steinehaugen, Bjørge Stenersen
	Tidtaking:	Marit Teigen, Amund Mundhjed, Vidar Stee
	Ta inn vestar/premie:	Bab Stenersen, Ruth Edel Kvandalsvold Kvålshagen
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen,
	Enkel kiosk:	Birgit Løyland, Anja Smedsmo, Magnhild Beate Galde

KLUBBMEISTERSKAP PÅ RAUBERGSTULEN

Laurdag 22. mars	Hovudansvarleg:	Bjørge Stenersen
	Startar:	Lars Kristian Sperstad og Per Arne Vole
	Tidtaking:	Bjørge Stenersen, Birgit Løyland, Thorstein Steinhaugen
	Ta inn vestar:	Olav Kvålshagen
	Sekretariat:	Sjur Bjørgen, Lars Kristian Sperstad
	Premieutdeling:	Styret i skigruppa
	Kiosk:	Grillansvarleg: Marit Teigen Vakt 1 (11.30-13.30): Lisa Skiaker, Anne Marte Nordlie Myren, Eldri Engdal Vakt 2 (13.30-16.00): Silje Stee Vole, Åsmund Galde, May Lene Vole, Marit Marstein, Mari Synnøve Steinehaugen
	Grill	Eilev Hellekveen, Kristian Kjæstad, Ola Rossehaug
	Saft:	Gro N.Moshagen
	Bakst	Marit Teigen
	Loddsalg:	Terje Marstein, Gudbrand Mo, Asbjørn Hansen

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.

Marit Teigen (995 65 591) har det overordna ansvaret for kiosken.

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

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

