

Hordaland



Skøyteklubs

TERMINLISTE HURTIGLØP SESONGEN 2024/2025

Oppdatert 08.11.2024

05.11.2024 Stevnet avlyst	Bergen	Åpningsløp/Testløp
12.11.2024 Arr.: Fana IL Gruppe 1 (18.00-18.45) Gruppe 2 (19.00-) Se Appendix til terminliste Påmelding til: E-mail: Alternativ påmelding Starter:	Bergen	Sprintkveld 1 Tirsdag kl. 18.00 Inntil 4x100m fortløpende Inntil 5x100m fortløpende Georg Wiig tlf 958 12 155 geor-wi@online.no Fana IL Skøyter Facebooksider Camilla Hallås Farestveit
26.11.2024 Arr.: Fana IL Gruppe 1 Gruppe 2 2 individuelle distanser max +lagtempo (Husk valg i Påmelding). Påmelding til: E-mail: Alternativ påmelding Overdommer: Starter:	Bergen	Kretsløp 1 Tirsdag kl. 18.00 100m/100m/500m 500m/1500m/1000m/5000m+lagtempo Georg Wiig, tlf 958 12 155 geor-wi@online.no Fana IL Skøyter Facebooksider Tor Fridtjof Larsen/Trude Ryen-Herland Caroline Hallås Farestveit
05.12.2024 Arr: Hardanger SK Gruppe 1 Gruppe 2 Sprint sammenlagt 500+1000 meter. 2 distanser max+lagsprint. (Husk valg i Påmelding). Startkontingent kr 100, deltagermedaljer til alle Påmelding til: E-mail: Alternativ påmelding Overdommer: Starter:	Bergen	Hardangersprinten Torsdag kl. 18.00 100m/100m/500m 500m/1000m+lagsprint Georg Wiig, tlf 958 12 155 geor-wi@online.no Fana IL Skøyter Facebooksider Brynjulf Måkestad Tor Fridtjof Larsen

14-15.12.2024 Bergen

Arr.: Fana IL
Grupper ikke KM:
Gruppe 1
11 år
Klasser KM
12 år
Junior C/Junior B
Kvinner Junior A/Senior
Menn veteran 65,70,75,80
Menn Junior A/Senior
Menn veteran 30,35,40,45,50,55,60
Påmelding til:
E-mail:
Alternativ påmelding
Overdommer:
Starter:

Kretsmesterskapet Allround

Lørdag kl.10.00-15.00.	Søndag kl. 10.00-15.00
100m/300m 500m/1500m	100m/400m 500m/1000m
500m/1500m 500m/1500m	500m/1000m 1000m/3000m
500m/1500m 500m/1500m	1000m/3000m 1000m/3000m
500m/1500m 500m/1500m	1000m/5000m 1000m/5000m

Georg Wiig, tlf 958 12 155
geor-wi@online.no
Fana IL Skøyter Facebookside
Tor Fridtjof Larsen
Terje Stokken

19.12.2024 Bergen

Arr.: Trenerne m/assistanse
Gruppe 1
Gruppe 2
Se Appendix til terminliste
Påmelding til:
E-mail:

Treningsløp fellesstart 1

Torsdag kl 18.00
3 grupper a 4 minutter+ x3
3 grupper a 6 minutter+ x3

Sissel K. Borgen/Camilla Farestveit
sissel@bergen.as/camillahhf@gmail.com

29.12.2024 Bergen

Arr.: Bergen SK, Skuteviken SC
Gruppe 1
Gruppe 2
Kun en distanse
Påmelding til:
E-mail:
Kopi av påmelding til:
E-mail:
Alternativ påmelding
Overdommer:
Starter:

Romjulsløp med 10000 m

Søndag kl.10.00
100mx2
100mx2/10000m
(Husk valg i Påmelding).
Bergen Skøyteklubb
bergenskoyteklubb@gmail.com
Georg Wiig tlf 958 12 155
geor-wi@online.no
Fana IL Skøyter Facebookside
Caroline Hallås Farestveit
Tor Fridtjof Larsen

07.01.2025 Bergen

Arr.: Austevoll IK
Gruppe 1
Gruppe 2
Sprint sammenlagt 500+1000 meter.
*100m eller 500m ved påmelding.
Påmelding til:
E-mail:
Startkontingent og premiering
Egen innbydelse fra arrangøren kommer senere.

Austevollssprinten

Tirsdag kl. 18.00
100m/500m/400m*
500m/1000m

Kjell Bergum tlf.951 12 916
kjell@aukas.no

Overdommer:
Starter:

Trude Ryen-Herland
Harald Otterå

11-12.01.2025 Bergen

Arr.: Fana IL/ NSF
Kvinner Junior & Senior Sprint
Menn Junior & Senior Sprint
Kvinner Junior & Senior Allround
Menn Junior & /Senior Allround
Ytterligere info kommer senere.

Norges Cup 5

Lørdag kl.	Søndag kl.
500m/1000m	500m/1000m
500m/1000m	500m/1000m
500m/1500m	1000m/3000m
500m/3000m	1500m/5000m

16.01.2025 Bergen

Arr.: Trenerne m/assistanse
Gruppe 1
Gruppe 2
Se Appendix til terminliste
Påmelding til:
E-mail:

Treningsløp fellesstart 2

Torsdag kl 18.00
3 grupper a 4 minutter+ x3
3 grupper a 6 minutter+ x3

Sissel K. Borgen/Camilla Farestveit
sissel@bergen.as/camillahhf@gmail.com

21.01.2025 Bergen

Arr.: Fana IL
Gruppe 1
Gruppe 2
2 distanser max eks lagtempo. (Husk valg i Påmelding).
Påmelding til:
E-mail:
Alternativ påmelding
Overdommer:
Starter:

Kretsløp 2

Tirsdag kl. 18.00
100m/500m/300m
500m/1500m+Lagtempo
Georg Wiig tlf 958 12 155
geor-wi@online.no
Fana IL Skøyter Facebooksider
Tor Fridtjof Larsen
Sveinung Larsson

01-02.02.2025 Bergen

Arr.: Bergen SK
Gruppe 1 (inntil 2 distanser pr dag)
Klasser KM
12 år
Junior C/Junior B
Kvinner Junior A/Senior
Menn A/Senior
Veteraner alle Grupper (int. 5-årige Grupper)
Påmelding til:
E-mail:
Kopi av påmelding til:
E-mail:
Alternativ påmelding

Kretsmesterskap sprint

Lørdag kl.10.00-13.00.	Søndag kl. 10.00-13.00
100m/100m/500m	100m/400m
500m/1000m	500m/1000m
500m/1000m	500m/1000m
500m/1000m	500m/1000m
500m/1000m	500m/1000m
500m/1000m	500m/1000m

Bergen Skøyteklubb
bergenskoyteklubb@gmail.com
Georg Wiig tlf 958 12 155
geor-wi@online.no
Fana IL Skøyter Facebooksider

Overdommer : Caroline H. Farestveit (lørdag), Tor Fridtjof Larsen (søndag)
Starter: Tor Fridtjof Larsen (lørdag), Caroline H. Farestveit (søndag)

11.02.2025 Bergen

Arr.: Skuteviken SC
Gruppe 1 (18.00-18.45)
Gruppe 2 (19.00-)
Se Appendix til terminliste
Påmelding til:
E-mail:
Alternativ påmelding
Starter:

Sprintkveld 2

Tirsdag kl. 18.00
Inntil 4x100m fortløpende
Inntil 5x100m fortløpende

Georg Wiig tlf 958 12 155
geor-wi@online.no
Fana IL Skøyter Facebooksider
Camilla Hallås Farestveit

20.02.2025 Bergen

Arr.: Trenerne m/assistanse
Gruppe 1
Gruppe 2
Se Appendix til terminliste
Påmelding til:
E-mail:

Treningsløp fellesstart 3

Torsdag kl 18.00
3 grupper a 4 minutter+ x3
3 grupper a 6 minutter+ x3

Sissel K. Borgen/Camilla Farestveit
sissel@bergen.as/ camillahhf@gmail.com

06.03.2025 Bergen

Arr.: Fana IL
Gruppe 1
Gruppe 2
2 individuelle distanser (Husk valg i Påmelding).
Påmelding til:
E-mail:
Alternativ påmelding
Overdommer:
Starter:

Avslutningsløp

Torsdag kl 18.00
100m/100m/500m*
500m/1500m/3000m/5000m

Georg Wiig, tlf 958 12 155
geor-wi@online.no
Fana IL Skøyter Facebooksider
Tor Fridtjof Larsen
Sveinung Larsson

Viktig info :

Terminlisten inneholder totalt 15 stevner.
3 stevner Treningsløp fellesstart. Disse stevnene vil ikke kreve overdommer eller starter.
2 stevner Sprintkveld 100 meter. Disse stevnene krever starter, men ikke OD
10 stevner krever både OD og starter. 12 stevner krever starter.

Aldersgruppene ved våre kretsløp er ikke absolutte. Vi har de seneste sesonger latt ønsker, ferdigheter og erfaring være medbestemmende for distansevalg selv om distansene ikke er i overensstemmelse med oppsettet for løpernes aldersgruppe. For deltagelse i KM gjelder aldersklassene absolutt.

For sesongen 2024-25 opereres det med 2 Grupper i lokale løp utenom KM.

For vanlige kretsløp er oppdelingen:

Gruppe 1 De som trener kl 18, i utgangspunktet rekrutter, 10 år, (11) år. Som tidligere kan eldre løpere melde seg på i Gruppe 1 hvis det passer bedre for deres nivå.

Gruppe 2 er for de som har trening kl 19 på Slåtthaug og andre til og med veteraner. (11) 12 år og oppover)

- * I de stevner der det er satt opp 100/100/500 for Gruppe 1 vil start på 500 meter i utgangspunktet være forbeholdt løpere som har gått 100 meter <25 sek tidligere.

Kretsmesterskap veteraner arrangeres med aldersklasser (5-års) etter gjeldende internasjonale regler. For alle andre løp arrangeres veteranløp som del av gruppe 2, alternativt 1 klasse.

Dersom det blir endringer med hensyn til stevnedato/starttidspunkt eller oppsatte nøkkelpersoner skal dette meddeles snarest til følgende:

Leder av autorisasjonsrådet: Tor Fridtjof Larsen tlf 970 62 146 e-post: torfrithjof@hotmail.com

Koordinator terminlisten: Georg Wiig tlf 958 12 155 e-post: geor-wi@online.no

Endringene vil deretter bli sendt på e-post iht koordinators mailliste.

Eventuelle endringer i e-post-adresser og adresser til evt nye brukere bes meddelt koordinator snarest.

Offisielle resultatlistor med tid og plassering kun for 11-års-klassen og eldre frem til 31.12.24. Fra og med 1.1.2025 også 10-årsklassen (i henhold til NIF/NSF regelverk).

Siden vi som hovedregel har 2 hovedgrupper vil tider offentliggjøres for løpere født i 2013 eller tidligere frem til 31.12.2024, etter 1.1.2025 offentliggjøres resultater for løpere født også i 2014. Dette er helt i overensstemmelse med NIFs aldersbestemmelser.

Generell frist for påmelding settes til:

Kl. 12.00 dagen før stevnet. (Dvs mandag for tirsdagsstevnet, onsdag for torsdagsstevner og fredag for helgestevner. Påmeldingsfrist på **Facebook settes til kl.24.00 to dager før stevnet.** For KM kan det bli endrete tidsfrister.

Med dette som utgangspunkt må søknad om utvidet stevnetid vurderes for:

14-15.12.2024	KM Allround
29.12.2024	Romjulslop
11-12.01.2024	Norges Cup 5
01-02.02.2025	KM Sprint

Fyllingsdalen, 8. november 2024

Georg Wiig

Terminlistekoordinator

Hordaland



Skøyteklubs

APPENDIX TIL TERMINLISTE HURTIGLØP SESONGEN 2024/2025

Av Sissel Borgen, HSK-styret

Treningsløp - fellesstart

Eit tilbod til alle (rekrutt til veteran)

Tid: Kl 18-18:45 - gruppe 1,

Kl 19 ferdig - gruppe 2

Praktisk gjennomføring:

Gruppe 1 (dei som trener kl 18)

Alle påmeldte blir delt i 3 grupper, tilfeldig samansetning uavhengig av tidlegare resultat.

Dei skal gå samanhengane i 4 minutt.

Når 3 minutt er passert får ingen starte på ein ny runde (dei blir "flagga" inn til i oppvarmingsfeltet).

Start og mål som 400m.

Sikkerheitsutstyr: alle må ha hjelm (sykkelhjelm er ok)

Løpet går i indre/ytre bane, ikkje oppvarmingsfeltet.

Alle gruppene får starte 3 gonger.

Gruppe 2 (dei som trener kl 19)

Alle påmeldte delt i 3 grupper, gruppene blir satt opp etter PB på 1500m.

Alle gruppene skal gå 6 minutt.

Start og mål som 400m.

Sikkerheitsutstyr: alle må kuttsikkert utstyr etter NSF sine reglar

Løpet går i indre/ytre bane, ikkje oppvarmingsfeltet.

Alle gruppene får gå 3 (eller 4) gonger.

Den beste i heatet skal starte 100m bak (evt 50 m for det svakaste heatet) for å få ein betre konkurranse i heatet.

Dette er eit *treningsløp*, så ingen overdommar / startar.

Sprintkveld - berre 100 meter heile kvelden

Eit tilbod til alle (rekrutt til veteran).

Tid: 18-18:45 - gruppe 1,

Kl 19 - gruppe 2

Gruppe 1:

Ferdig til 18:45

Dei får stille til start på inntil 4 x 100m

Gruppe 2:

Dei får stille til start på inntil 5 x 100m

Følgjer NSF sine reglar.

--Sissel