



**SVENSKA SKIDFÖRBUNDET**®  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

# Dalarnas Skidförbund Alpina Höstting - 2021

13 oktober 2021

Pellebergs backe & Online, Microsoft Teams



**SVENSKA SKIDFÖRBUNDET**  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Inledning

### Mål & Syfte

Vi har följande mål och syfte med kvällens möte:

1. Information om Tour 2026
2. Utbildningsstruktur och Utbildningar säsongen 2021 – 2022
3. Presentera och besluta tävlingsprogram
4. Dalakort säsongen 2021 - 2022



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Inledning Deltagare

Förnamn	Efternamn	Idrottsorganisation	Deltagande
Trine	Kristiansen	Idre Sportklubb	MS-Teams
Patrik	Nygårds	IFK Borlänge Alpin	Fysiskt
Patrik	Eriksson	IFK Borlänge Alpin	Fysiskt
Niklas	Sundqvist	IFK Falun Alpin	Fysiskt
Hans	Liljenborg	IFK Falun Alpin	Fysiskt
Henrik	Petterson	IFK Falun Alpin	Fysiskt
Lars	Darth	IFK Mora Alpina Klubb	MS-Teams
Mattias	Frost	IFK Mora Alpina Klubb	MS-Teams
Anders	Holmström	IFK Mora Alpina Klubb	MS-Teams
Alexander	Norling	Leksands SLK	MS-Teams
Wilhelm	Jakobsson	Norrbärke Skidklubb Alpin	MS-Teams
Daniel	Stenberg	Rättviks Slalomklubb	MS-Teams
Peter	Wikman	Rättviks Slalomklubb	MS-Teams
Magnus	Pålsson	Sälens Idrottsförening	MS-Teams
Fredrik	Karelius	Sälens Idrottsförening – Distriktstränare (DT)	MS-Teams
Björn	Rinstad	Dalarnas Skidförbund/AK – IFK Falun Alpin	MS-Teams
Fredrik	Törnqvist	Dalarnas Skidförbund/AK – IFK Borlänge Alpin	Fysiskt
Peter	Flodberg	Dalarnas Skidförbund/AK – IFK Falun Alpin	Fysiskt
Andreas	Wessung	Dalarnas Skidförbund/AK – IFK Mora Alpina	Fysiskt
Minna	Sunesson	Dalarnas Skidförbund	Fysiskt
Anna-Karin	Jejlid	Svenska Skidförbundet Alpint	MS-Teams
Elisabeth	Egnell	Svenska Skidförbundet	MS-Teams

### Praktikaliteter – MS-Teams



- Stäng av/på mikrofonen
- Använd "Handuppräckning" vid frågor eller kommentarer



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Inledning

Vad anser ni att Dalarnas skidförbund alpint ska ha för uppdrag?

- Vårtinget och årsmötet bestämde att Dalarnas skidförbunds alpina kommitté fick i uppdrag att göra en ny enkät med utskick till klubbarna.
- Enkäten syftade till att undersöka vad klubbarna förväntar sig av Dalarnas skidförbunds alpint och dess verksamhet.
- Vi fick in svar från 8 av 14 föreningar:

- ✓ Orsa Alpina
- ✓ Norrbärke SK Alpin
- ✓ IFK Falun Alpin
- ✓ Malungs SLK

- ✓ IFK Borlänge Alpin
- ✓ Bjursås IK Alpin
- ✓ Sälens IF
- ✓ Rättviks Slalomklubb



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

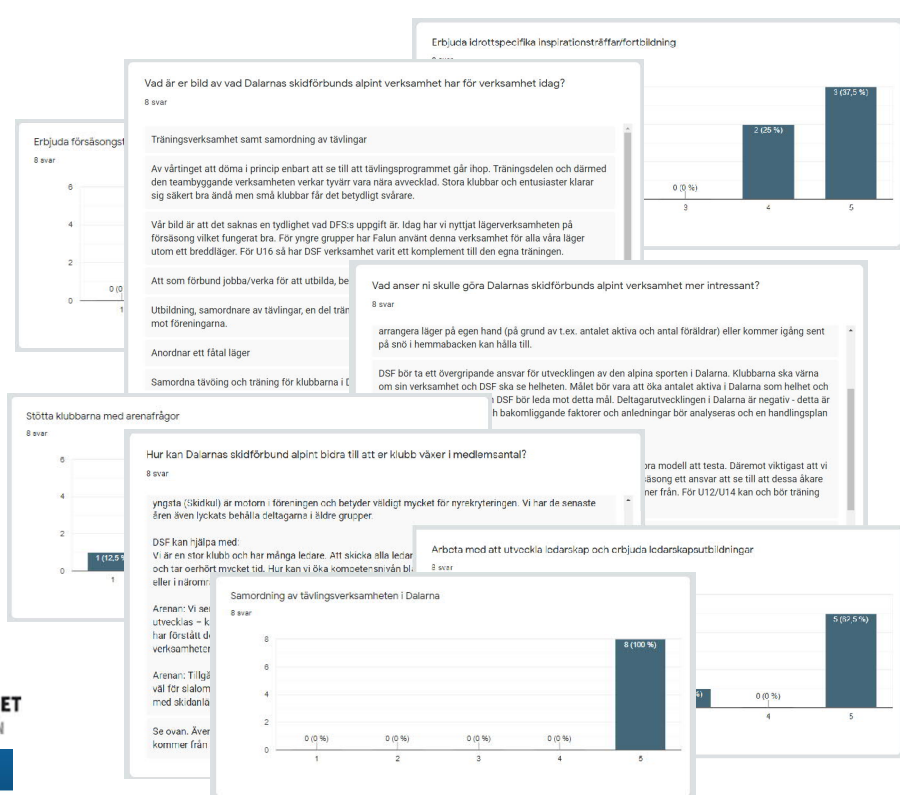
HUVUDPARTNER





## Inledning, Sammanställning Klubbsvar

- Enkäten var delad i två avsnitt med både öppna och graderingsfrågor



### Arbetsmöten Alpina kommittén



### Summering

Målet för Dalarnas skidförbund - alpina kommittés verksamhet är att öka antalet aktiva barn, ungdomar och föräldrar som är engagerade i alpin skidåkning inom distriktet. Detta genomförs i huvudsak genom att hjälpa klubbar inom distriktet att bedriva sin verksamhet.

#### Rekrytera

- Göra den alpina sporten lättillgänglig för ungdomar och föräldrar.

#### Bibehålla

- Utbildning av gamla/nya ledare och tränare
- Att verka för en ökad sammanhållning mellan ledare och aktiva i Dalarna.
- Att skapa förutsättningar för bättre samarbete mellan klubbar inom Distriktet.

#### Utveckla

- Bedriva aktiv träningsverksamhet när klubbarna inte själva har resurser eller förutsättningar.



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER







## Agenda

- Inledning Peter Flodberg, Falun
- Tour 2026 Elisabeth Egnell, SSF / Minna Sunesson DSF
- Utbildning Anna-Karin Jejlid, SSF Alpint / Björn Rinstad, Falun
- Ekonomi Kerstin Wähl, Norrbärke
- Tävling Anderas Wessung, Mora
- Dalakort Kerstin Wähl, Norrbärke
- Träning Björn Selander, Rättvik  
Erika Holmberg, Malung  
Fredrik Törnqvist, Borlänge
- Distriktstränare Fredrik Karelius, Sälen



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





**Elisabeth Egnell (SSF), Minna Sunesson (DSF)**



## Agenda

- Inledning Peter Flodberg, Falun
- Tour 2026 Elisabeth Egnell, SSF / Minna Sunesson DSF
- Utbildning Anna-Karin Jejlid, SSF Alpint / Björn Rinstad, Falun
- Ekonomi Kerstin Wähl, Norrbärke
- Tävling Anderas Wessung, Mora
- Dalakort Kerstin Wähl, Norrbärke
- Träning Björn Selander, Rättvik  
Erika Holmberg, Malung  
Fredrik Törnqvist, Borlänge
- Distriktstränare Fredrik Karelius, Sälen



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER







**Anna-Karin Jejlid (SSF-Alpint)**  
**Björn Rinstad (DSF-Alpint)**

Huvudsponsor

**VATTENFALL** 



## Utbildningar 2020-2021 Alpina kommittén

*Målet DSF Alpina kommitté*

*"...hjälpa klubbar inom distriktet att bedriva sin verksamhet"*

- Utbildning är en av nycklarna
- Digitala utbildningar i fokus
- Klubbarnas efterfrågan



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

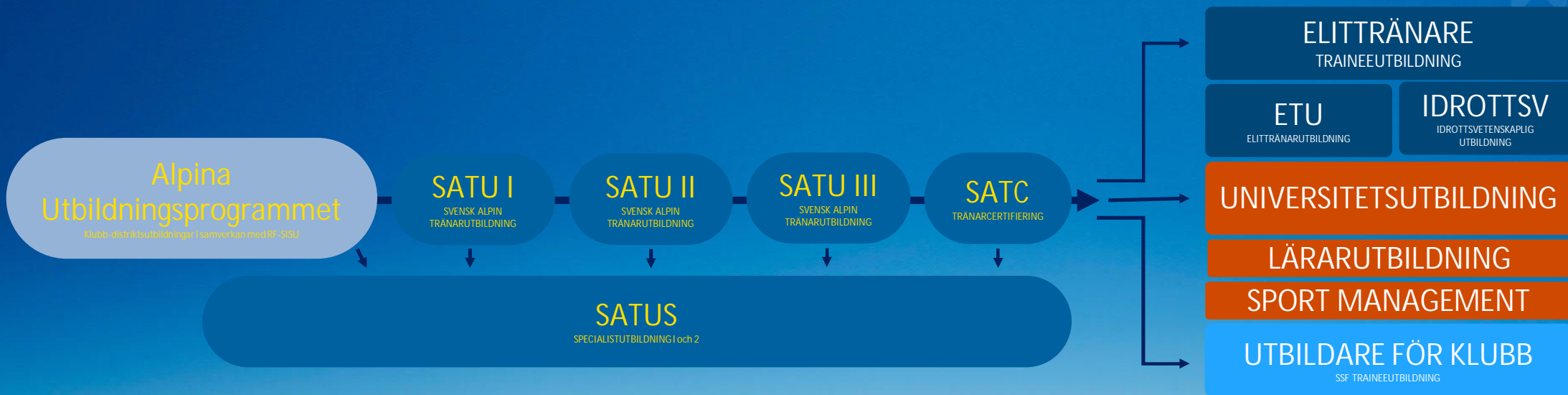
HUVUDPARTNER

Anna-Karin Jejlid utbildningsansvarig Svenska Skidförbundet Alpint & SX

- Alpina utbildningsprogrammet på Svenska Skidförbundet / Alpint / Utbildning:
  - [www.alpineski.se](http://www.alpineski.se)
  - [www.skidor.com/skidorvill](http://www.skidor.com/skidorvill)
  - [Tour 2026](#)



# SSF ALPINT UTBILDNINGSPROGRAM



## IDROTTENS utbildningar

RF-SISU utbildningar för foreningsutveckling och tränare och ledare





# Alpina Utbildningsprogrammet

Guida-distrikt utbildningar i samverkan med RF-SISU

## MÅLGRUPP

AKTIV

FÖRÄLDRAR

FÖRÄLDRAR

NYA TRÄNARE

UNGA LEDARE

UNGA LEDARE  
FÖR  
VIDAREUTBILDNING

TRÄNARE MED  
TRÄNAR-  
ERFARENHET

TRÄNARE MED  
TRÄNAR-  
ERFARENHET FÖR  
FORTBILDNING

BARNTRÄNARE

## UTBILDNINGAR SOM ARRANGERAS AV RF-SISU

INTRODUKTION  
UTBILDNING  
FÖR TRÄNARE  
RF/SISU

GRUND-  
UTBILDNING  
FÖR TRÄNARE  
RF/SISU

## UTBILDNINGAR SOM ARRANGERAS AV DISTRIKT och/eller FÖRENING

SKIDOR  
VILL

STRATEGI  
2026

BARN-  
TRÄNARUTBILDNING

SSF ALPINT  
BAS

FYSISK  
TRÄNING

ARRANGÖRSUTBILDNING

UNGA  
LEDARE

SKI  
EQUALITY

STUDIEPLANER FÖR ALPINA  
UTBILDNINGSPROGRAMMET FINNS PÅ  
IDROTTONLINE.  
KURSERNA SKA SKE I SAMVERKAN MED  
SISU/RF DISTRIKTEN



## RF-SISU KURSER

- Introduktionsutbildning för tränare – endast webbaserad
- Grundtränarutbildningen för tränare – webbaserad och praktiskt tillfälle i ditt distrikt

Instruktörs utbildningar  
- riktar sig till samtliga distrikt



## KURSER I FÖRENING ELLER DISTRIKT

- Skidor Vill
- SSF Alpint Bas
- Fysisk träning
- Bansättning
- Barntränarutbildning
- Unga Ledare
- Arrangörsutbildning

### ALPINA UTBILDNINGSPROGRAMMET



## CENTRALA KURSER

- SATU
- Unga ledare
- SSF Timing
- Central Arrangörsutbildning FIS
- Specialiseringsutbildningar, idrottsmedicin, bansättning, fart etc.. (under produktion)
- Tränarcertifiering (kommer säsongen 22-23)



## NYA UTBILDNINGSTRUKTURER

- Webkurser
- Digitala kurser/träffar
- Fysiska kurser/ utbildningar/träffar







# Svensk alpin tränarutbildning

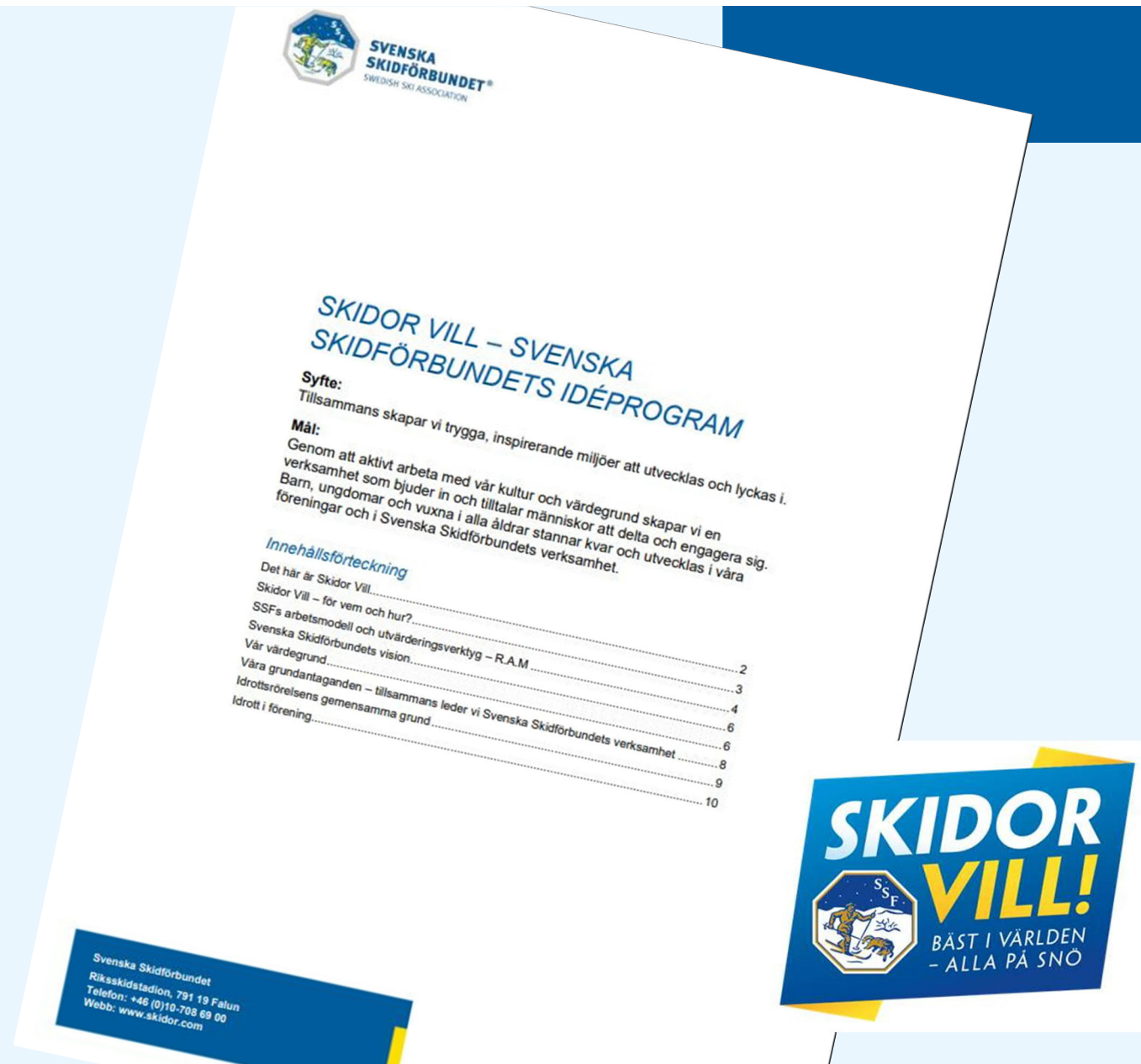
## Satu 2021-2022

- SATU I IDRE 10-12 december och JÄRVSÖ 14-16 januari
- SATU II IDRE 17-19 december och ÅRE 21-23 januari
- SATU III ÅRE 31 mars-3 april
- Anmälan sker på Idrottonline via skidor.com



# Skidor vill

- Hur ska vi bli fler och hur ska vi få fler att stanna kvar?
- Hur ska vi bli bättre?
- Där man trivs sker utveckling.
- <https://www.skidorvill.se/>



# Föreningsutveckling





# Information och lärande:

- <https://www.skidor.com/>
- <https://www.skidor.com/Grenar/Alpint/utbildningskolor/>
- <https://alpineski.se/>





## Agenda

- Inledning Peter Flodberg, Falun
- Tour 2026 Elisabeth Egnell, SSF / Minna Sunesson DSF
- Utbildning Anna-Karin Jejlid, SSF Alpint / Björn Rinstad, Falun
- Ekonomi Kerstin Wähl, Norrbärke
- Tävling Anderas Wessung, Mora
- Dalakort Kerstin Wähl, Norrbärke
- Träning Björn Selander, Rättvik  
Erika Holmberg, Malung  
Fredrik Törnqvist, Borlänge
- Distriktstränare Fredrik Karelius, Sälen



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER







## Ekonomi 2021/2022 Alpina kommittén

### Ekonomi:

Kerstin Wähl, Norrbärke

Anslag från DSF 65 000 kr  
Verksamheten bygger på  
självkostnadsavgifter



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER



Budget:	
Vår och höstting	3 000 kr
AK-kostnader	8 000 kr
Utbildning	12 000 kr
Träningskostnader	30 000 kr
Tävlingskostnader	12 000 kr
<b>Summa</b>	<b>65 000 kr</b>



## Agenda

- Inledning Peter Flodberg, Falun
- Tour 2026 Elisabeth Egnell, SSF / Minna Sunesson DSF
- Utbildning Anna-Karin Jejlid, SSF Alpint / Björn Rinstad, Falun
- Ekonomi Kerstin Wähl, Norrbärke
- Tävling Anderas Wessung, Mora
- Dalakort Kerstin Wähl, Norrbärke
- Träning Björn Selander, Rättvik  
Erika Holmberg, Malung  
Fredrik Törnqvist, Borlänge
- Distriktstränare Fredrik Karelius, Sälen



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Tävlingar säsongen 2021-2022

### Finaler

*Målet DSF Alpina kommitté*

*"... Att verka för en ökad sammanhållning mellan ledare och aktiva i Dalarna"*

- *Utsedda lagledare med träning på plats inför alla finaler*

### Tävling:

Andreas Wessung, Mora

- **LVC, Regionfinaler 2022 (11-12 år)**  
**Region 3:** (Örebro/Kumla) Valfjället v11, 18-20 mars
- **LVC, Landsdelsfinal 2022 (13-14 år)**  
**Svealand:** Gästriklands SF/region 3 & 4 Kungsberget v10, 10-13 mars
- **USM, Ungdoms SM 2022 (15-16 år)**  
**Sverige:** (Täby SLK / IFK Lidingö SLK) Åre/Duved v11, 14-20 mars



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Tävlingar säsongen 2021-2022 LVC-kval

### Tävling:

Andreas Wessung, Mora

- V3, 22-23/1 Mora GSx2
- V5, 5-6/2 Sälen GSx2 lördag + ev SG sön
- V6, 12/2 Rättvik SL
- V6, 13/2 Orsa GS
- V7, 20/2 Norrbärke SL
- V8, 26/2 Falun SL

GS: 5st SL: 3st SG: 1st



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Tävlingar säsongen 2021-2022 USM-kval

### Tävling:

Andreas Wessung, Mora

- V4, 24-27/1      Funäsdalen      Fartvecka DH, SG
- V5, 5-6/2      Sälen      GSx2 lördag, ev SG sön
- V6, 12-13/2      Sunne      GSx2 lördag, SLx2 söndag
- V8, 26/2      Falun      SLx2



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER







## Tävlingar säsongen 2021-2022 Alpina Dalacupen

### Tävling:

Andreas Wessung, Mora

- V4, 28-30/1      Leksand                      SG, DH
- V7, 19/2            Norrbärke                      SL
- V8, 26-27/2       Borlänge                      SL, GS
- V12 26-27/3       Falun                              SL, GS
- V13 2/4             Orsa                                GS
- 5 av 8 tävlingar räknas för ungdomarna.

Seger 100p, 2a 80p, 3a 70p, 4a 60p, 5a 55p, 6a 50p, 7 48p, 8a 46p .....

Priser till de 3 bästa i totalen

Vid lika poäng, skiljs åkarna åt genom individuellt bästa placering i deltävling efter deltävling.  
Om åkarna efter detta fortfarande är lika så blir det delad placering i totalsammanställningen.  
Totalsammanställning och prisutdelning vid final 2 april, 2022



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Tävlingar säsongen 2021-2022 Lilla Dalacupen och Södra Dalacupen

*Målet DSF Alpina kommitté*

*"....Att göra den alpina sporten lättillgänglig för ungdomar och föräldrar"*

### Tävling:

Andreas Wessung, Mora

- På temat rekrytera och behålla så är dessa instegstävlingar otroligt viktiga för de yngsta åkarna samt föräldrar och blivande ledare/tränare.
- Dessa tävlingar planeras och arrangeras av klubbarna i södra respektive norra Dalarna och här önskar Alpina Kommittén att man kan ha ett utbyte mellan Lilla Dalacupen och Södra Dalacupen.



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Agenda

- Inledning Peter Flodberg, Falun
- Tour 2026 Elisabeth Egnell, SSF / Minna Sunesson DSF
- Utbildning Anna-Karin Jejlid, SSF Alpint / Björn Rinstad, Falun
- Ekonomi Kerstin Wähl, Norrbärke
- Tävling Anderas Wessung, Mora
- Dalakort Kerstin Wähl, Norrbärke
- Träning Björn Selander, Rättvik
- Erika Holmberg, Malung
- Fredrik Törnqvist, Borlänge
- Distriktstränare Fredrik Karelius, Sälen



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Dalakort säsongen 2021-2022

### Alpina kommittén

Dalakort:

Kerstin Wähl, Norrbärke

### Förutsättningar

- DSF har totalt 50 st. Dalakort
- Den aktive skall vara medlem och tävla för sin hemmaklubb i Dalarna.
- Den aktive skall ha årskort i hemmabacken/träningsanläggning
- Den aktive skall följa det avtal som finns mellan DSF och aktiva med Dalakort. Avtalet finns att hämta på [www.skidor.com/dalarna](http://www.skidor.com/dalarna). Detta dokument skall undertecknas samt sändas till Dalarnas skidförbund senast den 30 september, inför kommande säsong.
- Aktiv som erhåller SLAO-kort eller befinner sig utomlands för studier kan inte få Dalakort.
- Länk till Dalarnas skidförbund: <https://dalarna.skidor.com/Grenar/Alpint/AlpinaDalakortet/>



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Dalakort säsongen 2021-2022

### Alpina kommittén

#### Dalakort:

Kerstin Wähl, Norrbärke

#### Uttagning

- Alpina Kommittén förbereder och nominerar åkare utifrån ansökan. Beslut om tilldelning tas av Alpina Kommittén efter samråd med deltagarna på hösttinget.

#### **Följande kategorier av åkare är berättigade att söka Dalakort:**

- **Tävlande i U15 (2007) och U16 (2006):**  
Ungdomar som deltar i regionsveksamheten och Dalarnas lägerverksamhet kommer att prioriteras.
- För övriga ungdomar sker uttagning efter ambitionsnivå. För att kunna söka Dalakort skall ungdomen vara mantalsskriven i Dalarna.
- **Åkare som studerar på skidgymnasium, RIG/NIU:**  
Uttagning sker efter ambitionsnivå inför kommande säsong samt tävlingsresultat.
- **Övriga juniorer samt seniorer:**  
Uttagning sker efter ambitionsnivå inför kommande säsong samt tävlingsresultat.
- **Skicross:**  
Uttagning sker efter ambitionsnivå inför kommande säsong samt tävlingsresultat



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

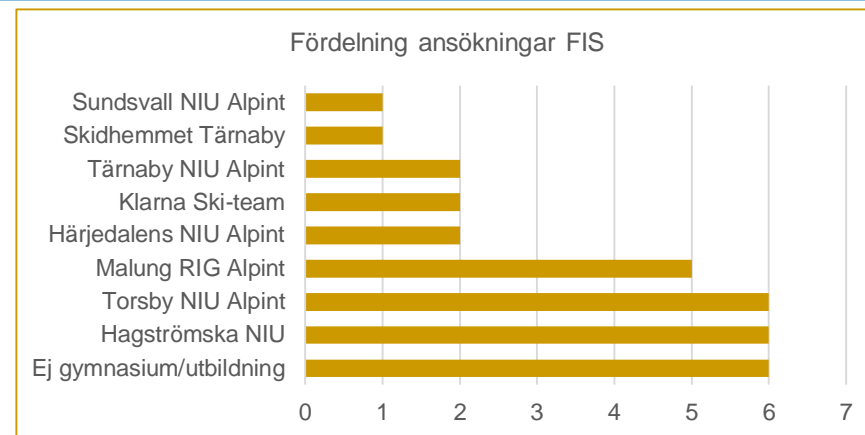
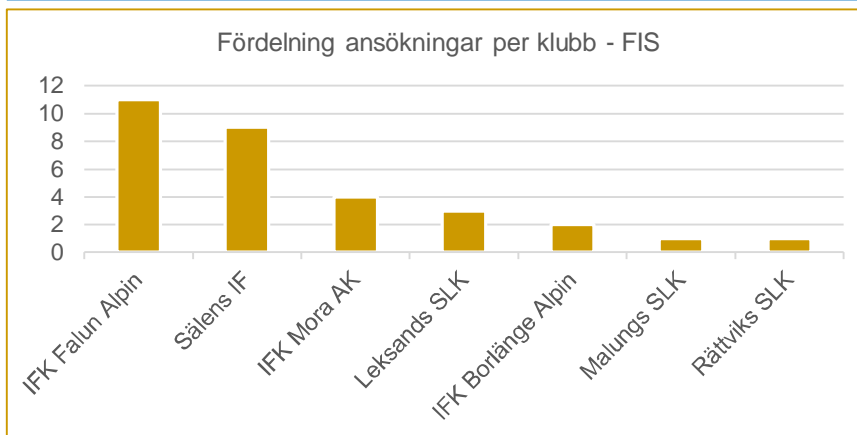
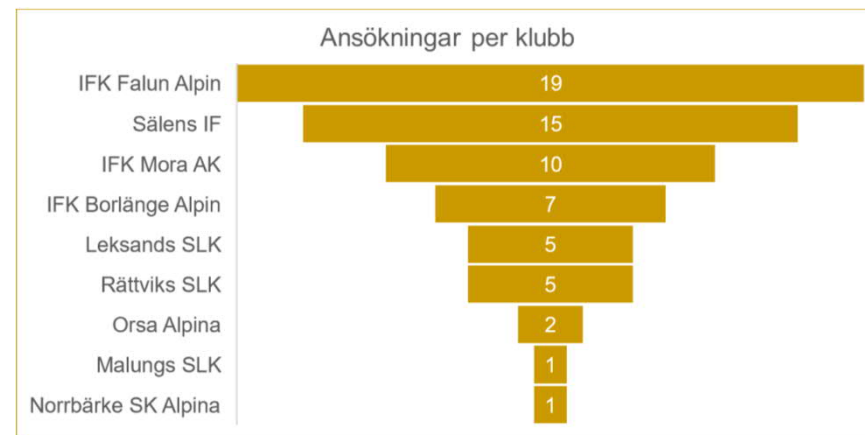
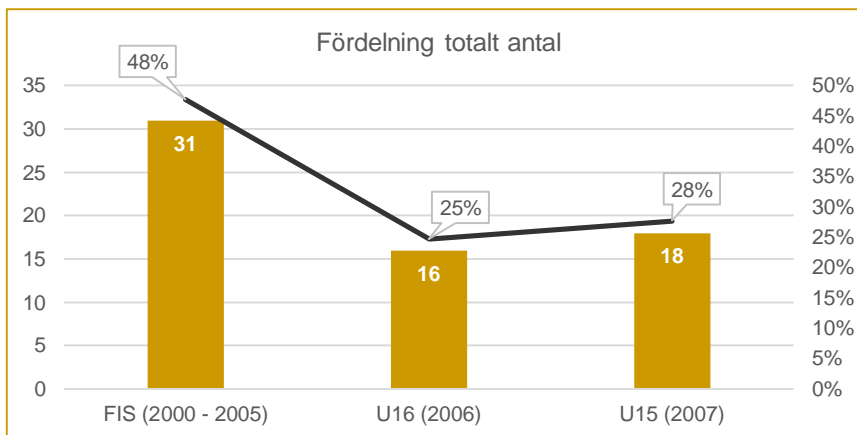
HUVUDPARTNER







## Dalakort ansökningar 2021-2022, Totalt 65 stycken ansökningar



I år har vi totalt  $65 + 7 = 72$  Dalakort på listan men bara **50** att dela ut



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Dalakort 2021-2022

### Gymnasium/Högskola

Nr	Namn	Klubb	Födelseår	Skola	FIS licens
1	Elin Pettersson	IFK Falun Alpin	2000	Skidhemmet Tärnaby	Ja
2	Rickard Forsman	Malungs SLK	2000	Klarna Ski-team	Ja
3	Tilde Kandell	Leksands SLK	2001	Klarna Ski-team	Ja
4	Emma Borelius	IFK Falun Alpin	2002		Ja
5	Gabriel Granath	IFK Falun Alpin	2002		Ja
6	Lova Liljenborg	IFK Falun Alpin	2002	Torsby NIU	Ja
7	Emilia Backman	Leksands SLK	2003	Häjedalens NIU Alpint	Ja
8	Hugo Flodberg	IFK Falun Alpin	2003	Häjedalens NIU Alpint	Ja
9	Jesper Öjerteg	IFK Borlänge Alpin	2003		Ja
10	Lisa Ekström	IFK Falun Alpin	2003	Malung RIG	Ja
11	Clara Lovén	IFK Mora AK	2003	Tärnaby NIU	Ja
12	Kasper Larsson	Sälens IF	2003	Malung RIG	Ja
13	Wilma Olers	Sälens IF	2003	Tärnaby NIU	Ja
14	Simon Pettersson	IFK Falun Alpin	2003	Hagströmska NIU	Ja
15	Emma Bergner	Sälens IF	2003	Torsby NIU	Ja
16	Mimmi Eliasson	Sälens IF	2004	Torsby NIU	Ja
17	Dante Wikzell	Rättviks SLK	2004	Hagströmska NIU	Ja
18	Hilma Dufva Sandberg	IFK Mora AK	2004	Hagströmska NIU	Ja
19	Albin Larsson	Sälens IF	2004	Malung RIG	Ja
20	Hilma Lissdaniels	Sälens IF	2004	Torsby NIU	Ja
21	Moa Lorentsson	IFK Mora AK	2005	Torsby NIU	Ja
22	Indra Finn Rombo	IFK Mora AK	2005	Hagströmska NIU	Ja
23	Nils Grimberg	IFK Falun Alpin	2005	Hagströmska NIU	Ja
24	Adam Bohm	Sälens IF	2005	Malung RIG	Ja
25	Måns Larsson	Sälens IF	2005	Torsby NIU	Ja
26	Nella Granath	IFK Falun Alpin	2005	Hagströmska NIU	Ja
27	Julia Lindberg	Leksands SLK	2005	Torsby NIU	Ja



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Dalakort 2021-2022

### USM – U16

Nr	Namn	Klubb	Födelseår	Grupp
28	Emma Norman	IFK Borlänge	2006	U16
29	Max Pålson	Sälens IF	2006	U16
30	Irma DARTH	IFK Mora	2006	U16
31	Daniel Berkebo	IFK Borlänge	2006	U16
32	Julia Norling	Leksand SLK	2006	U16
33	Molle Siljeholm	IFK Falun	2006	U16
34	Liam Liljenborg	IFK Falun	2006	U16
35	Hedda Elfving	IFK Borlänge	2006	U16
36	Elvira Ledin	IFK Falun	2006	U16
37	Lovisa Flyborn Jonsson	Sälens IF	2006	U16
38	Gustav Philblad	Rättvik SLK	2006	U16
39	Hanna Erkers	Leksand SLK	2006	U16
40	Tommy Nordahl	Rättvik SLK	2006	U16
41	Amelié Andersson	IFK Borlänge	2006	U16
42	Olle Frost	IFK Mora	2006	U16
43	Elvira Lindberg	IFK Borlänge	2006	U16



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Dalakort 2021-2022

### Alpina kommittén

Nr	Namn	Klubb
44	Björn Selander	Dalarnas Skidförbund
45	Björn Rinstad	Dalarnas Skidförbund
46	Peter Flodberg	Dalarnas Skidförbund
47	Fredrik Törnkvist	Dalarnas Skidförbund
48	Kerstin Wähl	Dalarnas Skidförbund
49	Fredrik Karelius	Distriktstränare
50	Andreas Wessung	Dalarnas Skidförbund



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Dalakort säsongen 2021-2022

### Alpina kommittén

Dalakort:

Kerstin Wähl, Norrbärke

### Utlämningsförfarande

1. AK Dalarna gm. DSF kansli sänder meddelande till klubbarna vilka som erbjuds Dalakort, samt avtal mellan DSF och åkaren, klubben skall sedan vidarebefordra erbjudandet till den aktive som ensam bestämmer om denne vill anta eller avstå erbjudandet
2. De aktiva som antar erbjudandet sänder in medskickat avtal till DSF. Alt gör ett besök hos Minna på DSF, adress Pelle Bergs Backe 3 791 50 Falun Tel. 072-240 48 00
3. Åkare som avstår erbjudande om Dalakort ombedes maila detta till: [dalarnas.skidforbund@dalaidrotten.se](mailto:dalarnas.skidforbund@dalaidrotten.se)
4. Kort som inte avhämtats senast 30 november 2021 erbjuds åkare längre ner på listan inom samma kategori.
5. Dalakorten kommer att kunna nyttjas från "säsongstarten" i Idre. (mot uppvisande av legitimation i reception avstäms mot DSF's tillhandahållna dalakortslista tills de riktiga korten är tryckta och utdelade)



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER







## Agenda

- Inledning Peter Flodberg, Falun
- Tour 2026 Elisabeth Egnell, SSF / Minna Sunesson DSF
- Utbildning Anna-Karin Jejlid, SSF Alpint / Björn Rinstad, Falun
- Ekonomi Kerstin Wähl, Norrbärke
- Tävling Anderas Wessung, Mora
- Dalakort Kerstin Wähl, Norrbärke
- **Träning** Björn Selander, Rättvik  
Erika Holmberg, Malung  
Fredrik Törnqvist, Borlänge
- **Distriktstränare** Fredrik Karelius, Sälen



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

Huvudsponsor

VATTENFALL



## Översikt träningsplan U12 och U14 2021-2022

*Målet DSF Alpina kommitté*

*"...Bedriva aktiv träningsverksamhet när klubbarna inte själva har resurser eller förutsättningar"*

### Träning:

Björn Selander, Rättvik / Fredrik Törnqvist, Borlänge / Erika Holmberg, Malung

Datum	Lägerort
Vecka 34	Leksand (ej utfört)
Vecka 40	Höstläger: Juvass → Oslo
Vecka 50	Breddläger: Sälen
Vecka xx	Fartläger: Åre

- Läs vidare om träning 2021-2022 på Dalarnas Skidförbund / Alpint / Läger/träning:
  - [Läger & Träning](#)
- Facebook: [Dalarnas Skidförbund-Alpina läger](#) för löpande information



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## U16 Dalarna - Översikt träningsplan 2021-2022

- Barmark
  - Barmarksläger Kumla 28-29 aug, Träning + Teambuilding, (Regionsläger)
  - Fystester Ironman, Sälen 26 sept (Distrikt)
  
- Snöträning försäsong
  - Juvass → Oslo vecka 40 (Distriktsläger)
  - Idre vecka 45 (Regionsläger)
  - Sälen/Trysil vecka 50 (Regionsläger)
  
- Fartträning
  - Funäsdalen v4 i samband med USM-kval SG och DH (Region)
  - Eventuellt fartläger i Åre under våren. (Distrikt)
  
- Vårläger (Region)
  - Tid och plats bestäms senare under säsong.  
Skall även vara en brygga mellan U14-U16



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER



Inbjudan administreras via Facebookgrupp Dalarnas Alpina Läger eller Alpint Region 3.

Fredrik Karelius - Distriktstränare U16



## U16 Dalarna – Fokuseringspunkter vid träning

- Barmark- och fysläger
  - Att höja respektive individs kunskaper kring förberedande fysisk träning
- Snöträning SL
  - Fokus på ingång sväng samt position
- Snöträning GS
  - Fokus på ingång sväng samt rörelser
- Farträning
  - "Kortaste vägen är inte alltid den snabbaste"
- Vårläger (Region)
  - Gemenskap och sparring



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER



Fredrik Karelius - Distriktstränare U16



## Antagningsprocessen till RIG/NIU skolor

### **1 oktober 2021 – 1 december 2021**

Ansökningsperiod, eleven registrerar ansökan på <https://ansokan.skidor.com>

### **2 december 2021 – 3 januari 2022**

Ansökan ska kompletteras med filmer på tekniska moment, banåkning och fysövningar. Exempel på övningar finns beskrivna på <https://skidor.com/ovningar>

### **2 december 2021 – 31 januari 2022**

Gymnasiehelg och centralt skolningsläger genomförs

### **1 februari 2022 – 7 februari 2022**

Eleven har möjlighet att uppdatera sin ansökan

### **8 februari 2022 - 10 april 2022**

Nationell tävling och gymnasiemässa genomförs  
Skolan startar antagningsprocessen  
Skolan ringer upp eleven och erbjuder plats



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER







## Antagningsprocessen till RIG/NIU skolor

Det som ligger till grund för antagning är bland annat:

- Intervjuer för att få en bild av åkaren på det personliga planet.
- Direkt grenspecifika momenten som skidkompetens, fysiska och motoriska färdigheter.
- Åkarens framtida utvecklingspotential, historiska och aktuella resultat.
- Fysiska träffar där tränarna får träffa åkarna i olika miljöer.

Det är elevens ansvar att aktivt söka information om de skolor man väljer att ansöka till.

För att bli antagen till ett skidgymnasium krävs det att man sökt aktuell skola under ansökningstiden 1/10-1/12 2021. Ansökan ska kompletteras med filmer både på skidor och fys fram till 3/1 2022.

Ytterligare information om kriterier och detaljer i antagningsprocessen hittar ni på [skidor.com](http://skidor.com).

**Alpint > Utbildning/Skolor > Skidgymnasieverksamhet > Skidgymnasieantagning 2021-2022**

Där hittar ni även kontaktuppgifter till respektive gymnasium!



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





## Gymnasiehelg och Centralt skolningsläger

### 11-12 december 2021 – Gymnasiehelg

- Förstahandssökande kallas av respektive skidgymnasium till träff under helgen 11-12/12 2021.
- Träffen kommer bl.a. att innehålla följande moment:
  - Intervju, Beep test, Utbildning i lyftteknik, Olympiska lyft, Gymnastikpass
- Exempel på testövningar finns beskrivna både i text och film på <https://skidor.com/ovningar>

### 27-30 januari 2022 – Centralt skolningsläger (Björnrike)

- SSF anordnar med skolorna ett centralt läger öppet för alla som sökt RIG/NIU skidgymnasium.
- På lägret kommer fokus att vara friåkning-, slalom- och storslalomteknik.
- Alla skolor är representerade på lägret.

### Vecka 11 2022 - gymnasiemässa och information inför ansökning HT 2022

- Sker i samband med USM, där kommer SSF och berörda skolor närvara.
- Målgruppen är ungdomar födda 2007 och övriga som ska söka till skidgymnasium senast 2022-12-01.



SVENSKA SKIDFÖRBUNDET  
SWEDISH SKI ASSOCIATION

HUVUDPARTNER





**BÄST I VÄRLDEN – ALLA PÅ SNÖ  
VI SKALL BLI FLER & BÄTTRE .**