



//

N O R

F R E E

S K I

X



Høstmøte Freeski

07.10.2025

Møteregler



Ha mikrofonen avskrudd
med mindre du skal prate



Rekk opp hånden hvis du
ønsker ordet



Vedtakssaker er
forbeholdt vårmøtet



Innledning

v/ FK-leder Øystein Tamburstuen

Agenda

Kommunikasjon

Organisasjon

Marked og stiftelser

Toppidrett

Bredde og rekruttering

NC/NM/HL

Europacup Trysil

Annet





Kommunikasjon

Friskikjøerne Sebastian Schjerve og Vebjørn Gråberg er klare for lørdagens slopestylefinale i verdenscupen fristil i Canada.

Birk Ruud tok gullet i friskikjøernes slopestylekonkurranse i sveitsiske Engadin fredag.



Sebastian Schjerve er klar for slopestylefinale i Canada lørdag. Foto: Erik Flaaris Johansen / NTB

Sport : Schjerve ble nummer fem i sitt kvalifiseringsheat med 78,01 poeng for sitt beste forsøk. Gråberg tok den åttende og siste finaleplassen i sitt heat med 73,58 poeng.

Alex Hall fra USA fikk dagens høyeste poengsum med 83,02 i Schjerves heat. Gråbergs heat ble vunnet av en annen amerikaner, Konnor Ralph, med 81,50.

Gråberg tok seg til finale med en margin på 0,42 poeng til niendeplasserte Tate Garrod i det første heatet.

Ulrik Samnøy og Oskar Gillebo er utslått med henholdsvis 18.- og 24.-plass i samme heat. Det gir dem 36.- og 49.-plass totalt blant de 56 deltakerne.

Torsdag ble Sandra Eie utslått med 20.-plass i kvinnes kvalifisering. Både kvinnes og menns finale avvikles lørdag.

(©NTB)

Flere nyheter:



Vg - Forsiden

21. mars 14:45 | Identisk

Folkebladet

21. mars 14:44 | Identisk

fvn.no

21. mars 14:43 | Identisk

Sebastian kjører for finaleplass

SVEITS: Sebastian Schjerve er klar for andre øvelse under VM i St.Moritz. Torsdag venter nemlig kvalifisering i big air.

Mens det var 16 utøvere som fikk kjøre finale i slopestyle, er nå øyet langt trangere i big air.

For totalt er det bare 10 utøvere som får kjøre lørdagens finale.

I kvalifisering er det to heat med 30 utøvere i hvert heat. Det er fem utøvere fra hvert heat som får plass i finalen.

I slopestyle endte Schjerve nettopp på 10. plass.

Finalen i big air går lørdag kveld.



KJØRER FOR FINALE: Sebastian Schjerve. **FOTO: PRIVAT**



Birk Ruud

Klare for Aspen

Norges Skiforbund Freeski sender seks utøvere til World Cup-rennene i freeski i Aspen, torsdag kveld med blant andre Birk Ruud.

Det er klart for slopestyle finale lørdag med kvalifisering torsdag, mens det er Big Air-finale torsdag neste uke med kvalifise

Tormod Frostad reiste hjem fra X Games med brudd i håndleddet, og følges opp av helseteamet til Norges Skiforbund.

Sendetider på TV

Lørdag 1. februar:

17:20: Slopestyle M/W Aspen, USA V sport +

Torsdag 6. februar:

17:20: Slopestyle M/W Aspen, USA V sport +

Skiforbundet / Freeski / Klare for Stoneham



Vebjørn Gråberg

Klare for Stoneham

Norges Skiforbund Freeski sender fem utøvere til helgas World Cup-renn i slopestyle i canadiske Stoneham.

– Etter mye om og men, med kansellerte fly, har vi hatt to bra treningsdager, sier landslagstrener Herman Valø Orheim.

– Jeg begynner gradvis å komme meg tilbake til der jeg var og føler meg bedre og bedre for hver dag, sier Sandra Eie.

– Løypa i Canada er sykt kul og kreativ, og jeg har sett fremme til denne verdenscupen lenge. Det har blitt mye bra skikjøring under treningsdagene, så gleder meg til konkurransen, sier Sebastian Schjerve.

Sendetid på Viaplay lørdag 22. februar:

16.00: Freeski Slopestyle W Stoneham, CAN V sport +

19.00: Freeski Slopestyle M Stoneham, CAN V sport +

Den norske troppen:

Sandra Eie, Bærums Skiklub

Sebastian Schjerve, Namsos IL

Ulrik Samnøy, Bærums Skiklub

Vebjørn Gråberg, Freidig freeski

Oskar Gillebo, Bærums Skiklub

Freeski

Vintersport

 Logg inn

Freeski i opptak

12. apr. 09:55



NM Freeski - Kvalifisering kvinner, finaler kvinner og menn

Freestyle • Freeski

11. apr. 09:55



NM slopestyle, kvalifisering menn

Freestyle • Freeski

10. apr. 09:55

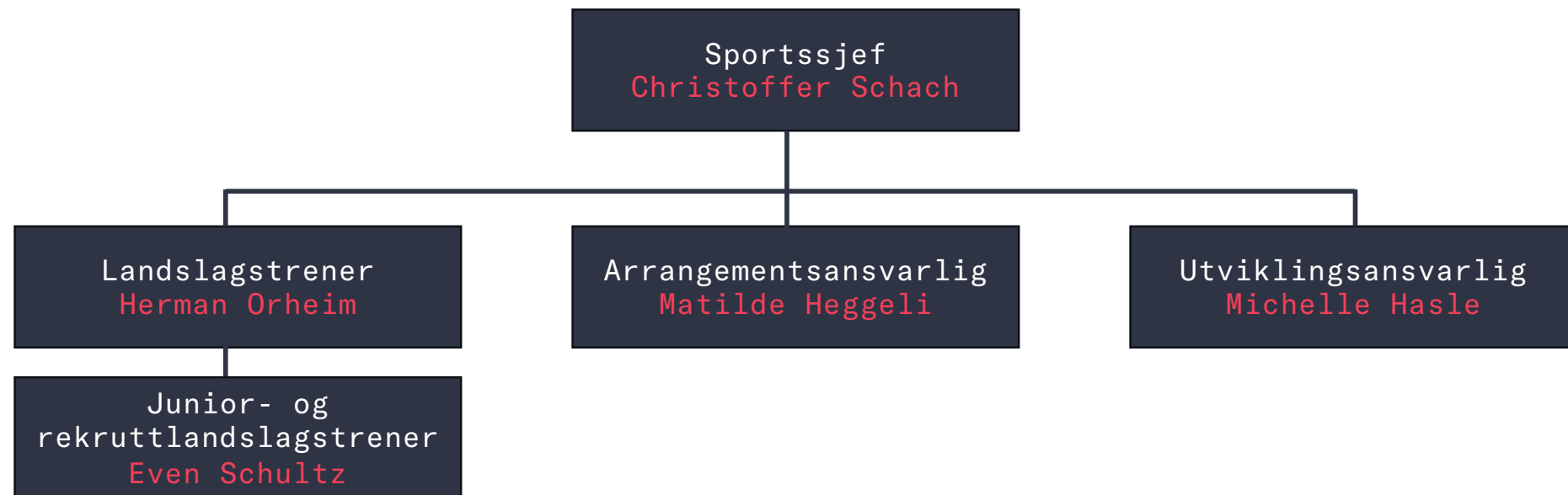


NM Big Air

Freestyle • Freeski



Organisasjon

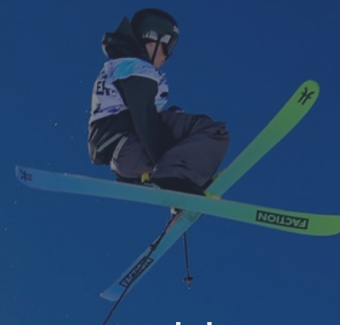




Marked og stiftelser

Marked og stiftelser

- En felles dugnad – alle steiner blir snudd
 - Sparebankstiftelsen → utdanning
- Workshop med potensiell partner
 - Landslaget





Toppidrett



MESTERSKAP 2025-2026

- OL2026 – Livigno
- JRVM Calgary
 - 26. februar - 07. mars
 - SS, BA, HP & ST
- Beskjed om uttaksprosess kommer før sesongstart

25.09.2025

16

Jentesatsning

- Videreføres for 2025/2026-sesongen
 - Samarbeid med OLT
- Uttakssamling 02.11
- Trenere:
 - Johanne Killi
 - Marina Johansen
- Samlingsbasert:
 - Uttakssamling + tre samlinger





Bredde og rekruttering

Utdanning

- Utdanningsløft
 - Subsidiere skikretsene for Trener 1
 - 2025/2026: Oslo, Sogn og Fjordane, Troms og Finnmark og Sør-Trøndelag
 - Treårig prosjekt
- A-lisens dommerkurs i helgen
 - 30 deltakere totalt, 10 norske
- Fem nye TDer
- Ta kontakt med NSF Freeski eller skikretsen deres om dere ønsker kurs i klubb/krets!



Dato	Kurs	Sted
25.-26.10.25	Trampolinetrener	Rindal
01.-02.11.25	Trener I: Fellesmoduler	Granåsen
07.-16.11.25	Trener I	Oslo
18.11.25	Trener 0	Digitalt
19.11.25	Lokal Dommer	Digitalt
13.-14.12.25	Trener I: Aktivitet snø + barmark	Vassfjellet / Granåsen
21.01.26	Trener 0	Digitalt

KURSKALENDER

MER INFO OG PÅMELDING HER:

WWW.SKIFORBUNDET.NO/FREESKI/KALENDER2

Camper

- Økonomi er en utfordring
 - Søkt stiftelser om midler
- Lokale jentecamper og NOR Freeski Camp blir dessverre ikke gjennomført i 2025
- Sentral jentecamp nå til helgen!
 - Samarbeid med Scandic
 - Scandic Lillestrøm + SNØ
 - Fulltegnet
 - Junior- og rekruttlandslaget stiller som trenere

25.09.2025

20





25.09.2025

Helårsanlegg for rails

- Helårsanlegget på Årvoll er ferdig!
- Finansierte av Sparebankstiftelsen DNB og spillemidler, bygd på dugnad av NOR Freeski og Årvoll IL
- Åpning med railjam
- **Gratis å bruke – åpent for alle hele året!**
- How to-guide ligger åpent for alle på hjemmesiden:
<https://www.skiforbundet.no/freeski/anlegg/bygge-park2/helaarsanlegg-for-rails/>



Telenorkarusellen

- For alle skigrener
- For årsklasser opp til og med 12 år
- Arrangørmateriell og deltakerpremie
 - Hvite fleecebuffer i premie i år!
- www.skiforbundet.no/om/rekruttering/telenorkarusellen/





NC/NM/HL

Terminliste 2025/2026

Dato	Arrangør	Sted	Gren	NC/NM/HL
17.01.2026	Trysil IL	Trysil	BA	NOR Freeski Cup
31.01.-01.02.2026	Freidig Freeski	Vassfjellet	SS, BA	Hovedlandsrenn
07.-08.02.2026	Hovden Sportsklubb	Hovden	SS	NOR Freeski Cup
14.-05.02.2026	Freidig Freeski	Vassfjellet	SS	NOR Freeski Cup
28.02.-01.03.2026	Dombås IL	Dombås	SS	NOR Freeski Cup
07.03.2026	Kongsberg Freestyleklubb	Kongsberg	BA	NOR Freeski Cup
08.03.2026	Heming IL	Wyller	BA	NOR Freeski Cup
12.-14.03.2026	Geilo IL	Geilo	SS, BA	Norgesmesterskap
07.-10.04.2026	Trysil IL	Trysil	SS, BA	Europacup



Saker fra vårmøtet

- Videreføring av vedtak fra forrige sesong
 - Friplasser til arrangørklubb (2 per kjønn)
 - Kvalifisering til NC (ikke NM) gjennom HL
 - Vinner av både BA og SS får personlig plass påfølgende sesong
 - Kvalifisering til NC (ikke NM) gjennom kretscup
 - Sammenlagtvinner av kretscup får personlig plass påfølgende sesong
 - Opp til krets om plassen går til yngre junior eller junior
 - For 2025/2026-sesong har kretsene vedtatt følgende:
 - Sør-Trøndelag: Junior
 - Oppland: Junior
 - Buskerud: Junior
 - Akershus/Oslo: Yngre Junior
- *Alle som har friplass **MÅ** melde seg på innen påmeldingsfristen to uker før for å benytte friplassen.*



Saker fra vårmøtet

- Slopestyle over to dager med økt deltakerantall
 - 90 gutter + jenter
- Endret påmeldingsfrist
 - Søndagen to uker før konkurransehelgen
- Etteranmeldinger
 - Mulig fram til onsdag kl. 23:59 før første konkurransedag (egne frister for NM)
 - Førstemann-til-mølla-prinsippet og ikke FIS-poeng
 - Merk: Venteliste får plass før etteranmeldinger
 - Gebyr: 175 kr (går til arrangørklubb)

EKSEMPLER PROGRAM NC

*Dette er kun eksempler.
Justeringer vil forekomme og
kommer an på vær og forhold.*

Slopestyle til venstre og
big air til høyre.

//
N O R
F R E E
S K I
x

PROGRAM

LØRDAG

Henting av BIB	08:00-08:50
Trening Heat 1 Gutter	08:10-09:00
Shaping	09:00-09:15
Kvalik Heat 1 Gutter	09:15-10:55
Shaping	10:55-11:10
Trening Heat 2 Gutter	11:10-12:00
Shaping	12:00-12:15
Kvalik Heat 2 Gutter	12:15-13:55
Shaping	13:55-14:10
Trening Heat 3 Gutter	14:10-15:00
Shaping	15:00-15:15
Kvalik Heat 3 Gutter	15:15-16:55

SØNDAG

Henting av BIB	09:00-09:50
Trening Jenter	09:10-10:00
Shaping	10:00-10:15
Kvalik Jenter	10:15-11:10
Shaping	11:10-11:25
Finale Jenter	11:25-11:50
Shaping	11:50-12:05
Trening Gutter	12:05-12:55
Finale Gutter	12:55-14:30
Premieseremoni	15:00

//
N O R
F R E E
S K I
x

PROGRAM

LØRDAG

Henting av BIB	08:00-08:30
Trening Jenter	08:10-08:40
Shaping	08:40-08:50
Kvalik Jenter	08:50-09:20
Shaping	09:20-09:30
Finale Jenter	09:30-09:50
Shaping	09:50-10:00
Trening Heat 1 Gutter	10:00-10:30
Shaping	10:30-10:40
Kvalik Heat 1 Gutter	10:40-11:30
Shaping	11:30-11:40
Trening Heat 2 Gutter	11:40-12:10
Shaping	12:10-12:20
Kvalik Heat 2 Gutter	12:20-13:10
Shaping	13:10-13:20
Trening Heat 3 Gutter	13:20-13:50
Shaping	13:50-14:00
Kvalik Heat 3 Gutter	14:00-14:50
Shaping	14:50-15:00
Trening Finale Gutter	15:00-15:30
Shaping	15:30-15:40
Finale Gutter	15:40-16:50
Premieseremoni	17:20

FIS-lisens og årslisens

- FIS-lisens: Lisens i det Internasjonale Skiforbundet, trengs for å ha en aktiv FIS-kode
 - Kjøpes selv i MinIdrett, mer info her: www.skiforbundet.no/freeski/for-utovere2/fis-registrering-og-paamelding/
 - Frist var egentlig 01. oktober, alle som ikke har betalt for FIS-lisens innen **12. oktober** vil få lisensen sin **deaktivert**
 - *Merk: Du får tilbake FIS-poengene dine om du reaktiverer FIS-lisensen, men da kommer ikke poengene med før på neste FIS-poengliste.*
- Årslisens/skilisens: **Forsikring**
 - Kjøpes selv i MinIdrett
 - I år tilbys både grunnlisens (1500kr) og utvidet lisens (3600kr) i freeski
 - Grunnlisensen gir mindre dekning, men sikrer at flere kan delta til en lavere kostnad
 - Mer info: www.skiforbundet.no/om/skilisens/





NOR Freeski Cup, NM og HL

WhatsApp-gruppe



Skann eller last opp QR-koden med WhatsApp-kameraet for å bli med i gruppen

WhatsApp-gruppe

Fra og med 2025/2026-sesongen vil vi ikke sende ut deltaker-e-poster lenger og all informasjon vil foregå i denne WhatsApp-gruppen

Utøvermøte

- 06. januar 2026 – kommer mer info!
- Info om sesongen
- Dommerkriterier
- Mulighet til å stille spørsmål til NOR Freeski og dommere





FIS-renn

- Pt. ingen FIS-renn som ikke inngår i NC/NM på terminlisten
- Vi er behjelpelige med:
 - Å søke FIS
 - Finne dommere og TD
 - Start- og resultatsystem
- Må avklares ASAP
- Ved interesse, kontakt Matilde Heggeli

Start- og resultatsystem

- Sjekker muligheten for andre leverandører
 - LiveHeats
 - Kostnadsspørsmål
 - Må være kompatibelt med FIS





NM GEILO



Europacup Trysil

Europacup Trysil

- 06.04: Uoffisiell trening og første TCM
- 07.04: Big Air kvalik menn
- 08.04: Big Air kvalik kvinner, finaler kvinner og menn
- 09.04: Slopestyle kvalik menn
- 10.04: Slopestyle kvalik kvinner, finaler kvinner og menn

Foreløpig program, endringer kan forekomme.

- Nasjonal kvote kommer an på antall påmeldte fra andre nasjoner
 - Påmeldingsfrist 28.03 for BA og 30.03 for SS



Europacup Trysil - Uttak

- Ønsker en dialog rundt hvilken FIS liste det er ønskelig at uttaket baseres på
- To alternativer:
 - 11th FIS Points List
 - Publiseres 11.03
 - Resultater til 07.03 (NM, Wyller og muligens Kongsberg vil ikke være inkludert)
 - 12th FIS Points List
 - Publiseres 31.03
 - Resultater fra alle NC og NM er inkludert
- Nøyaktig antall plasser til norske utøvere er klart når påmeldingsfristen går ut 10 dager før (FIS-som bestemmer)
 - 28.03 for BA
 - 30.03 for SS



Europacup Trysil - Uttak

- Uttak SS baseres på kun SS-poeng
- Uttak BA baseres på hva som er høyest av BA og SS-poeng
 - Slik det gjøres i WC





Annet

Annet

- NOR Freeski nyhetsbrev
 - Påmelding:
<https://pub.dialogapi.no/s/MjI4MjE6MWQ5OTZjMDctMDRmOS00MWMxLWFiN2YtMmNhZjEzZDIzZTM5>
- Spørsmål? 😊

25.09.2025

39





Ny railrampe i Oslo!

Forrige uke markerte vi den offisielle åpningen av den nye railrampen på Årvoll, sammen med Jibbenlever og Årvoll IL. Åpningen ble en suksess med masse aktivitet på anlegget som er åpent for alle året rundt og helt gratis å bruke. Les mer om åpningen og railrampen [HER!](#)



Jentecamp på SNØ

Høstmøte