



**2014**

**SPORTSPLAN**



## Etikk/ grunnverdier

Leknes Skiklubb skal arbeide aktivt for et godt sosialt miljø som er åpent for alle. Vi ønsker at så mange som mulig skal få ta del i den gleden som skiaktivitet gir.

Hovedmomenter for våre aktiviteter er:

- **Glede**
- **Helse**
- **Felleskap**
- **Fairplay**

Ellers er **mestring, utvikling, selvstendighet, pågangsmot** og **allsidighet** også viktige elementer i vår virksomhet.

## Sportslig satsning/ kompetanseheving

Siden sesongen 2011/ - 12 har det blitt gjennomført skitrening/ skilek (Ski I Lag) for barn og ungdom i regi av Leknes Skiklubb. Tilbudet har blitt benyttet av barn, unge og voksne i ulike aldersgrupper, og på ulikt nivå. De fleste av løperne har vært i aldersgruppen 8- 12 år. I aldersgruppen fra 12 år og oppover er det flere som trener aktivt i løypene våre, men som så langt har valgt å trene utenom klubbens treninger. Det er et mål for klubben at disse løperne etter hvert begynner å delta på trening sammen med oss. Siden vi begynte med treninger første sesong, har vi hatt en jevn økning i antall deltakere/ løpere. Dette er en utvikling vi håper, og tror, skal fortsette.

På trenersiden har vi fått flere trenere, og vi har fått kurset disse gjennom de siste sesongene. Dette gjør at klubben i dag har fire trenere, der tre har gjennomført Trener 1- kurs, langrenn (etter ny kursplan), og der to har gjennomført vinterdelen av T2- kurs, langrenn (gammel kursplan). Dette gir oss økte muligheter til differensierte treninger både med hensyn til alder og nivå. I sesongene fremover ser vi for oss en todeling av treningene. En gruppe på 8- 12 år og en gruppe fra 12 år og oppover. For den eldste gruppa ønsker vi å tilby treninger to ganger per uke i vintersesongen. En trening med fokus på basistrening og en trening med fokus på teknikk og utholdenhet.

Skitreningene skal fortsatt gjennomføres i henhold til Norges Skiforbunds "Utviklingstrapp, langrenn".

Barmarkstrening i form av rulleskitrening har så langt vært gjennomført på biltrafikkert vei. På grunn av dette har vi ikke kunnet tilby slik trening for de yngste. I tiden fremover får vi utvidede mulighet til å bruke gang-/ sykkelvei. Det blir kommende sommer mulig å gå på rulleski fra skiklubbens garasje til Oppdøl. Vi ønsker da å tilby rulleski- (rulleskøyte-) trening også for yngre løpere.

Under fjorårssesongen ble det gjennomført smørekurs og skikurs for voksne (i samarbeid med Lofot Tidende). Kurset var svært populært og deltakerne ble delt inn i to grupper, klassisk og skøyting. Det ble også opplæring i smøring/ gliding av ski.

I kommende sesonger vil vi prøve å gjenta suksessen og gjennomføre flere kurs.

## Arrangement

### Telenorkarusellen

I kommende sesonger tar vi sikte på å gjennomføre minimum tre klubbrenn per sesong. Hvis vær og føre tillater det, er det ønskelig å komme i gang tidligere enn tidligere år for å unngå en hektisk og usikker sesongavslutning. Ved sesonger med lite snø må også midtuckerenn vurderes for å få nok renn.

### Vestvågøyrenn

Leknes Skiklubb ønsker å jobbe for å få til et samarbeid med de andre skiklubbene i kommunen om et renn per sesong som er for alle løperne i kommunen. Dette må være et renn som gjennomføres etter at klubbene er i mål med sine egne klubbrenn.

### Gammen rundt

I løpet av mars skal turrennet Gammen Rundt arrangeres. Løperne kan velge om de vil gå i Turklassen (uten tid), eller i Konkurransklassen (med tid). Løperne kan stille i klassisk, eller fri stil.

### Skikurs

I årene fremover tar vi sikte på å kjøre flere kurs, også for voksne. Vi ønsker å tilby kurs i gliding/ smøring av ski og i stilartene klassisk og skøyting.

### Leknesløpet

Siste år ble det ikke arrangert Lofoten Maraton. I stedet arrangerte Leknes skiklubb Leknesløpet på 5/ 10 km. Hvis ikke L M kommer i gang igjen, ønsker klubben å videreføre Leknesløpet.

## Økonomi

Det er et mål for klubben at det skal være lav terskel økonomisk for å være med.

Det skal derfor være lave priser både på medlemskap, treningsavgift og startkontingent på løp.

I tillegg tas det sikte på at klubbutstyr delvis blir finansiert ved hjelp av sponsorinntekter, slik at utgiftene til slikt utstyr holdes så lave som mulig, i alle fall for barn.

Ellers fortsetter arbeidet med å skaffe sponsormidler til innkjøp av ny tråkkemaskin i 2015. Her er vi på god vei til å nå målet.

## Anlegg/ løyper/ utstyr

Lysløypa brukes av mange året rundt. I den delen av året det er mørkt på ettermiddag/ kveld, står lyset på fra det blir mørkt og frem til kl 23.00.

Leknes Skiklubb har egen snøscooter med sporlegger og kjelke, og en Prinoth Husky løypemaskin. Scooter og tråkkemaskin står lagret i klubbens egen garasje/ klubbhus.

Når det er snøforhold til å trække og kjøre spor, kjøres så mye som mulig av traseen mellom Lofothallen og Gammen ved Kringlebotnvannet hver dag. Det kjøres også spor fra Fygle. I tillegg kjøres det spor i stadionområdet og i aktivitetsanlegget. Løpestatusen kan sjekkes [www.skisporet.no/Leknes](http://www.skisporet.no/Leknes). Det fins dessuten en tilhørende app for smart phone.

I løpet av siste år har Leknes skiklubb fått etablert et fantastisk flott aktivitetsanlegg i tilknytning til stadionområdet! Det er også satt opp flere lyspunkter i anlegget, slik at området som brukes til trening og skirenn for de minste nå er opplyst.

Aktivitetsanlegget består av akebakke med løpebane for bakkeløp, hoppbakke, gapahuk med grillplass og et "street work out- stativ". Aktivitetsanlegget har blitt meget godt mottatt, og det er jevnlig i bruk til mange slags treninger og sosiale aktiviteter.