Utviklingsplan og kriterier

KUNSTLØP

2026-2027

Oppdatert 7.9.2026 Sportssjef og Uttakskomiteen:
Regina Jensen, Kari Anne Olsen, Line Kaldestad, Cathrine Hestenes

Foto:Maria Janbo/ Gunvor Bay

Innhold

- Innledning s.3-6
- Helse s.7-8
- Progresjonstrapp s. 9
- Sammen Mot Toppen s. 10
- Beskrivelser og intensjon forbundslag s. 11-14
- Uttak forbundslag side s. 15-18
- Bonustrapp s. 19
- Internasjonale stevner s.20-22
- Anbefalinger antall stevner s.23
- Internasjonal deltagelse; krav og spesifiseringer . 24-34

Innledning

NSF ”Utviklingsplan og kriterier” er en langsiktig plan for norsk kunstløp.

Vi er avhengig av flere faktorer for å oppnå fremgang og mål, individuelt eller i gruppe. Vårt mål er å jobbe med følgende faktorer over tid:

INTENSJONER: Vi setter tydelige mål og skaper forståelse for hvorfor disse målene er viktig for utvikling. Det vi gjør bør lede mot målet

FELLES KJERNEVERDIER: Skape forståelse for behovet for en felles oppfatning om hva som tar norsk kunstløp videre

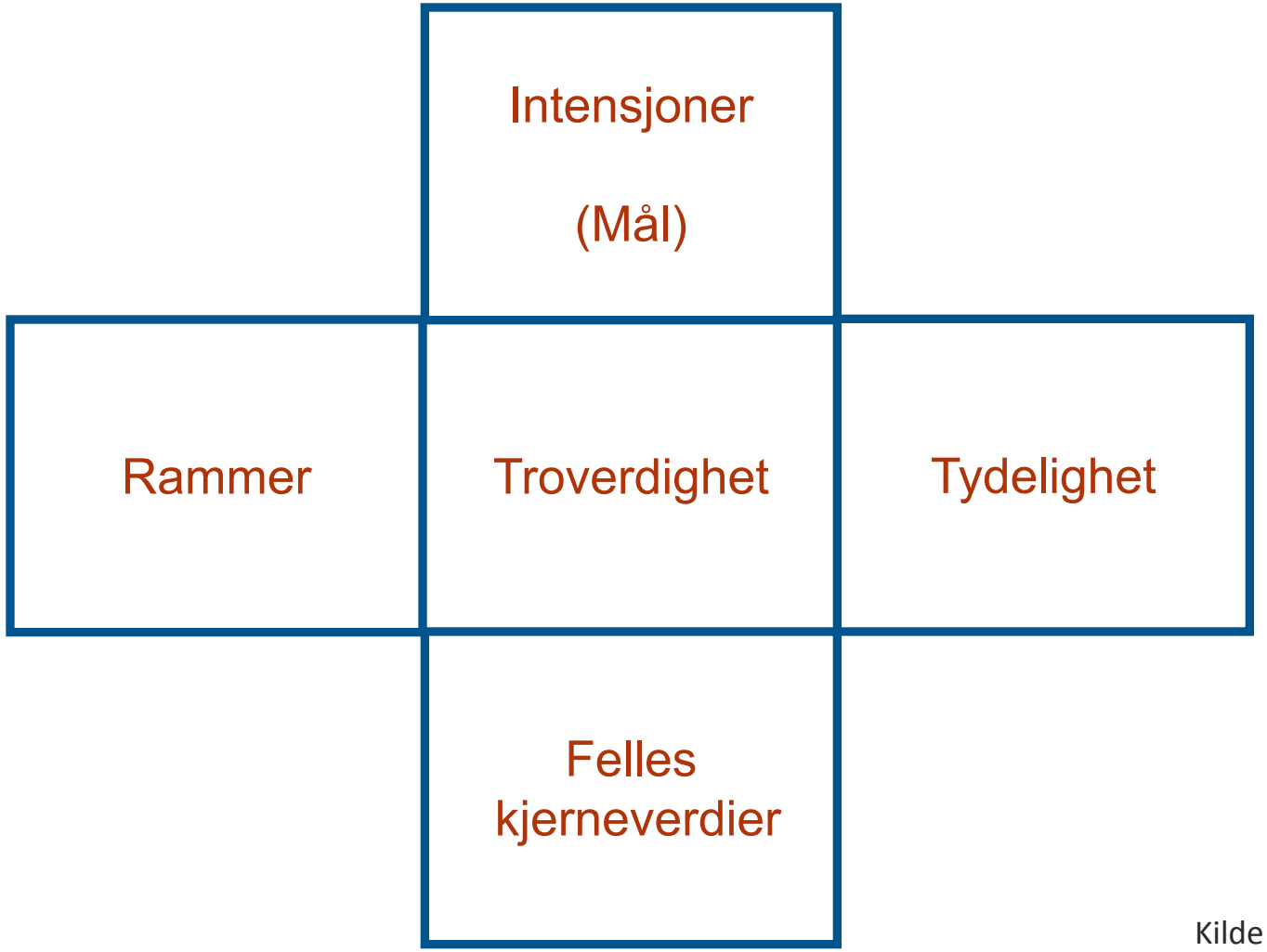
RAMMER: Være tydelig på hva som gjelder i ulike sammenhenger; Samlinger, regler, kriterier, tider, avtaler, aktiviteter m.m

TROVERDIGHET: Ut fra gjeldende plan holder vi det planen lover. Dette gjelder begge veier. **NSF □□Team**

TYDELIGHET: En tydelig kommunikasjon både skriftlig og muntlig

En utviklingsplan er i stadig utvikling - det ligger i ordets natur- , men vi må holde fast i rammene for organisering, og hvordan vi arbeider over tid.

Utvikling som varer over tid



Kilde: Per Olov Ström

Utviklingsplan 2026–2030

Sammenhengen mellom utvikling, prestasjon og resultater

2026 2027 2028 2029 2030

Fysisk utvikling — Fysisk trening, testing og evaluering

Trenerutvikling — Kompetanse, camper og fagutvikling

Teknisk utvikling — Teknikk, ferdigheter og kvalitet

Mental utvikling — Kommunikasjon, robusthet og mestring

Langsiktige mål
- God fysisk kapasitet
- Sterk mental robusthet
- Høy teknisk kompetanse
- Kompetente trenere
- Kvalitetsorientert treningskultur

Resultatmål

- Topp 15 i VM
- OL-kvalifisering

Utviklingsmål → Prestasjonsmål → Resultatmål

VERDIER: Kommunikasjon | Utvikling | Kvalitet

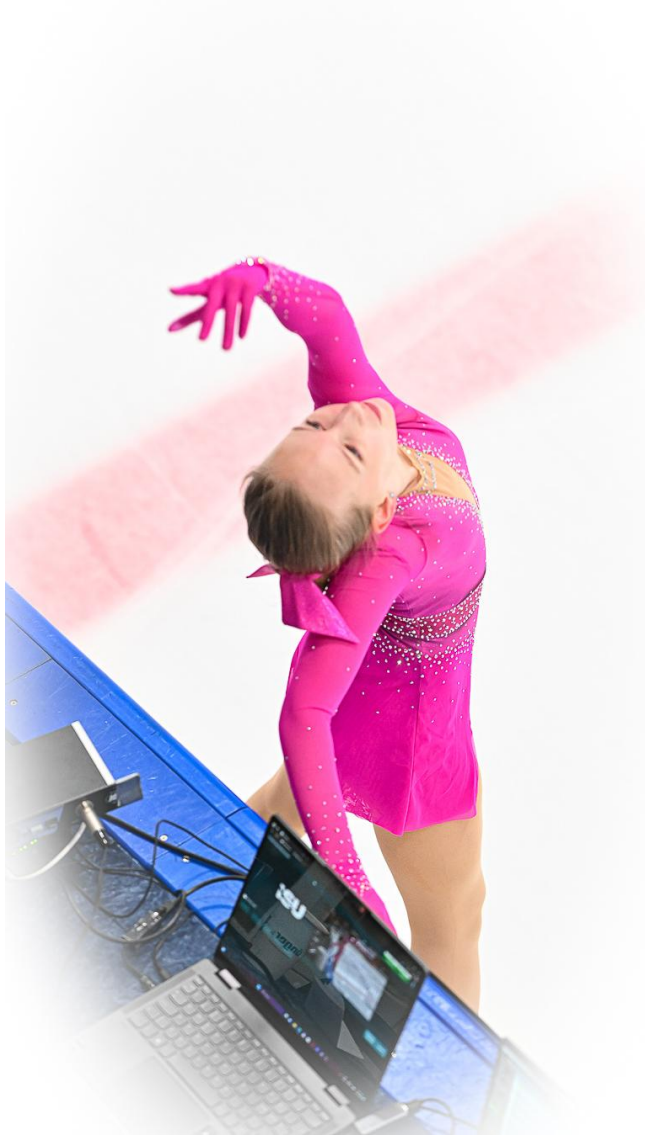
Kjerneverdier

Norges Skøyteforbund

- ✔ Ærlig
- ✔ Engasjert
- ✔ Nytenkende

Forbundslag kunstløp

- ✔ Kommunikasjon
- ✔ Bra miljø
- ✔ Kvalitet



Helse først, så prestasjon

For at NSF kunstløp skal utvikle seg og nå et høyere internasjonalt nivå behøver vi utøvere med god helse og utøvere som har det bra.

- Uten dette kommer vi ingen vei sportslig.

Vår strategi for å sikre dette er:

- **Helseattest** for løpere som skal representere i junior og senior internasjonalt (tatt ut av NSF)(på vent inntil videre)
- Tilgjengelig mental rådgiver for utøvere og trenere
- Fysiske tester
- Følge våre verdier
- Utøverrepresentant: Mia Risa Gomez sesongen 2026-2027

Helse først, så prestasjon

NSF kunstløp jobber etter retningslinjer for «Sunn idrett» har vi innført «helseattest» for landslaget, for å sikre at norske løpere på representasjonsoppdrag er sunne og friske løpere. Vår lege Vibecke Sørensen er ansvarlig for å godkjenne attestene.

Dersom det oppstår en skade som påvirker trening i stor grad i løpet av sesongen, skal sportssjefen informeres om dette. Ved full rehabilitert skade, ønsker vi en bekreftelse på dette fra lege eller fysio. Bekreftelsen sendes til sportssjefen. **Dette gjelder både rekruttlag og landslag.**

For junior og seniorløpere som er aktive i «Helseattest-programmet» er denne bekreftelsen et krav for at helseattesten fremdeles skal være gyldig. (på vent inntil videre)

Ved mer alvorlig sykdom i løpet av sesongen må vi kontakte Vibecke på nytt for å sikre at alle prøver sjekkes.

Det er utrolig viktig at dette fungerer slik at NSF gjør rettferdige vurderinger ved uttak, belastning ved samlinger etc.

Lag, progresjon kunstløp-NSF

Klubbtrening

- Progresjon
- Kompetanse
- Utvikling

Sammen Mot Toppen

- Ungdomstrening
- Kompetanseheving for løpere og trenere
- Forberedelse for å nå nivå for Rekruttlaget

Rekruttlaget

- Rekrutt 1
- Rekrutt 2
- Rekrutt 3

Landslaget

- Elite
- Senior
- Junior yngre
- Junior eldre

Sammen Mot Toppen

- Bred utdanning for trenere og løpere med fokus på tilpasset trening for yngre løpere. Innholdet for samlingene skal vise tydelig progresjon for utvikling til rekruttlaget.
- Målet for Sammen Mot Toppen er å utvikle morgendagens eliteløpere i et samarbeid mellom NSF og kunstløpklubbene. I tillegg skal samlingene være kompetansehevende for trenerne.
- Samlingene er for klubbløpere som fyller 11, 12 eller 13 år i året samlingene avvikles, samt løpere på Rekruttlag, år 1 og 2.
- Løpere som fyller 14 år som behersker 2A og/eller trippel kan melde seg på.
- Vi anbefaler at samme løper deltar på samlingene innenfor samme sesong.

Sammen Mot Toppen forts.

Generelt: Løpere som skal delta på SMT bør inneha meget god treningsvilje og gode skøyteferdigheter.

Veiledende krav: 11 år: minimum fire ulike doble hopp – minimum level 1 piruetter

Veiledende krav: 12 år: minimum fem ulike doble hopp og dobbel/dobbel – minimum level 2 piruetter

Veiledende krav: 13 år: minimum fem ulike doble hopp + dobbel/dobbel med flip eller lutz og trener på 2A– minimum level 3 piruetter

Krav (i protokoll): 14 år: minimum 2A og eller/trippel

Alle klubbene som melder på løper må stille med minst en trener fra klubben, dette er kompetansepåfyll for både trenere og løpere. Målet er at de deltagende trenerne videreformidler sin lærdom under samlingene til andre trenere i klubben.

Man kan melde på trener selv om man ikke har aktuelle løpere i de gitte årsklassene eller løpere som har kravene inne.

Forbundslag kunstløp - Beskrivelser og kriterier

INTENSJON

Hvert nivå skal utvikle løper og trener til neste nivå. Hvert nivå krever en viss kompetanse fra løper og trener.

Innholdet i hvert nivå bygger på:

- Samlinger arrangert av NSF (teori/ is / off-ice)
- Sparring, løpere med motivasjon og idrettsglede
- Individuelle krav til de ulike lagene
- Kompetanseøkning av trenere og løpere
- Utdanning/utvikling på ulike områder/tema
- Spisskompetanse (teknikk, mental trening, m.m)

Gjensidig forståelse tydeliggjøres i lagenes avtaler

Elitelag: Gi løpere og trener støtte til utvikling. I første omgang for å nå finale i mesterskap (JVM,EM, VM), og i forlengelsen av det; videre progresjon til OL-plass.

Landslag (senior, junior): Gi løpere og trener støtte til utvikling mot gode stevneprestasjoner, samt teknisk utvikling mot Elitelag. En gruppe løpere som kan utvikles til å representere Norge i JGP, samt Challenger-stevner. Målet er at vi har løpere på Elitelag som kan delta i mesterskap, men senior- og juniorlagsløpere er også aktuelle hvis kriterier er oppfylt. Kriterier for junior, deles i yngre og eldre for at kunnskapsnivå skal heves

Rekruttlaget: Unge løpere og deres trenere gis mulighet til å utvikle seg mot junior- og senere seniorlagsnivå. Løpere og trenere skal ha nok basiskunnskap til å i framtiden klare alle trippelhopp, inkl. trippel-trippel.

UTTAK TIL FORBUNDSLAG

Etter hver sesong vurderes løpernes stevneresultater. Uttakskomiteen vurderer de løperne som har klart minimumskravene for lag, i tillegg gjøres en helhetsvurdering av potensiale og utvikling. Løpere som tilbys plass på laget må signere en forbundsavtale i samarbeid med trenere, klubb evt. foresatte (under 18 år). Når avtalen er signert vil løperen få plassen på laget.

Elitelag, Landslag junior (yngre/eldre)-senior:

- Løperen tilhører den gruppen man er tatt ut til gjennom hele sesongen ihht satte kriterier.

En løper som er tatt opp til lag må oppnå krav for neste nivå ihht. *Kriterier for uttak* for å beholde plassen året etter. Uttakskomiteen vil hvert år også gjøre en helhetlig vurdering av løperens utvikling for å beholde plassen i laget.

Løpere som allerede er *på lag* og som ikke oppfyller kriteriene ved uttakstidspunkt KAN gis dispensasjon (*) for én sesong, grunnlaget for dispensasjon skal være tydelig og offisielt når uttak skjer. *Ved oppfylte kriterier kommer man inn på laget.*

Eksempel på dispensasjon:

- ***Skade:*** Ikke hatt mulighet til å oppfylle kriterier pga. skade i store deler av sesongen

UTTAK TIL FORBUNDSLAG

Etter hver sesong vurderes Uttakskomiteen løpernes stevneresultater, samt utvikling gjennom hele sesongen

Uttakskommitten gjør en helhetsvurdering:

- Oppfylte kriterier i gitt aldersgruppe
- Ett nivå for kriterier, samt tydelig utvikling bør vises gjennom sesongen
- Fysisk nivå som muliggjør videre utvikling

Disse løperne blir da nominert til plass på NSFs forbundsgruppe.

Plassen er garantert når følgende er gjennomført:

Deltatt på felles gjennomgang av avtalen (løper/trener) og gjennomgått oppdaterte kriterier under samling

- For løpere under 18 år, eller løpere over 18 år hvor foresatte er involvert økonomisk: Foresatt(e) og minst 1 fra klubbens styre har deltatt på informasjonsmøte på Teams
- Ha gått igjennom avtalen sammen med klubb/foresatte/løper/trener
- Signere
- Avtalen må være signert innen 1.juni
- Oppdaterte dokumenter (avtale/kriterier) sendes de nominerte løpere/trenere/foresatte/klubber etter campen neste uke.

FORTS. UTTAK TIL FORBUNDSLAG

Rekruttlag:

Etter hver sesong vurderes løpernes stevneresultater. Uttakskomiteen vurderer de løperne som har klart *minimumskravene* for lag ihht. alderskriteriene, *i tillegg gjøres en helhetsvurdering av potensiale og utvikling.* Dette innebærer godt nivå på skating skills og hopp, samt forståelse for innholdet i "forbundsavtalen". ~~Løpere som tas ut garanteres plass på laget i to sesonger, med mindre man er Rekrutt år 3, da kreves krav for juniorlandslag. (se uttak til forbundslag)~~.

Rekrutt 2 og 3, som oppfyller juniorkrav, kan vurderes for juniorlandslag.

OBS! Passende klassevalg/nivå planlegges i samarbeid med sportssjefen. Progresjonen skal være tilpasset løperen.

Invitert løper til forbundssamling:

En løper som ligger nære kriteriene for lag, og som har vist gode resultater, kan inviteres til samling for egen regning med egenandel. Hvis man takker ja til invitasjon bør man ha ambisjon om å ta en plass på laget.

Kriterier Rekrutt 26-27

	Rekrutt 1	Rekrutt 2	Rekrutt 3
Alder	**13 år, født 2013**	**14 år, født 2012**	**15 år, født 2011**
Kriterier Jenter	Alle doble hopp*, samt 2+2 combo i protokoll. God skøyteferdighet og potensiale for utvikling Vise god fysisk form på testcamp Minimum snitt på Skating skills ca. 3.25 Kun løpere fra Adv. Novice A vurderes	2A i protokoll, samt ha oppfylt kriterier for R 1. God skøyteferdighet og potensiale for utvikling Vise god fysisk form på testcamp Minimum snitt på Skating skills ca. 3.75 Kun løpere fra Adv. Novice A vurderes	Et trippelt hopp i protokoll, samt ha oppfylt kriterier for R 1 og 2. God skøyteferdighet og potensiale for utvikling Vise god fysisk form på testcamp Minimum snitt på Skating skills ca. 4.00 Kun løpere fra Adv. Novice A evnt. Junior A vurderes
Kriterier Gutter	Alle doble hopp*, samt 2+2 combo i protokoll. God skøyteferdighet og potensiale for utvikling	2A i protokoll, samt ha oppfylt kriterier for rekrutt 1. God skøyteferdighet og potensiale for utvikling	Et trippelt hopp i protokoll, samt ha oppfylt kriterier for R 1 og 2. God skøyteferdighet og potensiale for utvikling
Støtte NSF	Har sportssjef for oppfølging av NSF. Dekker internasjonale stevner selv. Nordics: Løpere som tas ut til Nordics får 2000 kr i støtte . Egenandel til samlinger: 2000 kr for løper og 500 for trener, reise dekkes selv i forbindelse med samling. Samlinger i Oslo: Gratis overnatting på Olympiatoppen hotell har. Hvis ikke OLT-hotell har kapasitet frafaller egenandel for tilreisende	Har sportssjef for oppfølging av NSF. Dekker internasjonale stevner selv. Nordics: Løpere som tas ut til Nordics får 2000 kr i støtte . Egenandel til samlinger: 2000 kr for løper og 500 for trener, reise dekkes selv i forbindelse med samling. Samlinger i Oslo: Gratis overnatting på Olympiatoppen hotell har. Hvis ikke OLT-hotell har kapasitet frafaller egenandel for tilreisende	Har sportssjef for oppfølging av NSF. Dekker internasjonale stevner selv. Nordics: Løpere som tas ut til Nordics får 2000 kr i støtte . Egenandel til samlinger: 2000 kr for løper og 500 for trener, reise dekkes selv i forbindelse med samling. Samlinger i Oslo: Gratis overnatting på Olympiatoppen hotell har. Hvis ikke OLT-hotell har kapasitet frafaller egenandel for tilreisende
Generelt	*laveste aksepterte vurdering er snitt GOE -2 . For Rekrutt 1: -1 for hopp		
	Samtlig uttak til grupper og lag skjer av uttakskomiteen. En helhetsvurdering gjøres av løpere og deres team (trener, klubb) før deltagelse på lag.		
	Til tross for konkrete kriterier for lag, så er den viktigste faktoren for uttak til lag sportslig utvikling.		

Kriterier og økonomisk støtte - Landslag 2026-27

Alder	Yngre junior Født 30.06.11 - 01.07.09	Eldre junior Født 30.06.09 - 01.07.07	Senior Født før 010707	Elite junior/senior
Kriterier jenter/ kvinner	2A og to ulike triple hopp i samme konkurranse. Adv.N:minimum 85p, Junior: 100 Sesongutvikling	2A og tre ulike triple hopp i samme konkurranse. 110p Sesongutvikling	2A og fire triple-hopp, tre ulike, i samme konkurranse. 130p Sesongutvikling	2A, fem ulike triple hopp og 3+3 combo i samme konkurranse. Skating skills rundt 6. TCES: Junior: JVM/ Senior: EM
Kriterier gutter/ menn	2A og tre triple hopp (2 ulike) i samme konkurranse. Adv.N:minimum 90p, Junior: 105	2A og fire ulike triple hopp i samme konkurranse. 120p	2A fem triple-hopp, fire ulike, i samme konkurranse. 140p	Alle triple hopp (-3A) og 3+3 combo i samme konkurranse. Skating skills rundt 6.
Støtte for alle med aktuelle kriterier	**-Samlinger: Gratis overnatting på Olympiatoppen hvis kapasitet. Samlinger som krever overnatting og reisevei for alle eller tilnærmet alle (feks Skien) kan en egenandel tillegges alle.** **-JGP: Tas ut på foregående sesongs resultater. NSF dekker fly for løper og trener. ISU dekker hotell og mat for løper. Klubb/løper: dekker hotell og mat for trener.** **-*Flyreise samlinger: Flyreise må bookes og kreves i Visma innen 1 uke etter NSF har kommunisert start og slutttid og sted for samling** **-EYOF: Alle utgifter dekkes. Nordics: Alle løpere på lag gis støtte 2000,-, Elitelag 5000,- Universiaden: Støttes med 5000,-** **-Sportsjef: alle på junior, senior og elitelag får oppfølging fra Sportsjef** **-Teknisk oppfølging samlingstrener: Alle får teknisk veiledning på samlinger.**			
Støtte for stevner: Alle løpere på lag starter på nivå 1 i august hver sesong. Laveste aksepterte vurdering på hopp er snitt GOE -2				
Støtte NSF Nivå 1	Internasjonelle stevner egen regning Flyreise dekket for løper til samling*	Tillskudd 2000,- til 1 internasjonal stevne Flyreise dekket for løper til samling*	Tillskudd 2000,- til 1 internasjonal stevne Flyreise dekket for løper til samling*	**-ISU mesterskap: Alle utgifter dekket. Trener legger ut for mat og får refundert. Maks pris 600,- pr dag** **-Int stevner: Får dekket hotell og fly to int.stevner/JGP pr. sesong inkl. trener.** **-NSF/UK velger stevnene i samråd med trener og Sportsjef (se øvrige stevner over)** **-Nordics: 5000,- i støtte** **-Mottar sommertreningstipend på 10.000,-**
Støtte NSF Nivå 2	Poeng Jun 110/120 + kriterier for lag Poeng Adv.nov 95/100 Tilskudd 2000,- for 1 internasjonal stevne. Flyreise dekket for løper til samling*	Poeng Jun 120/130 + kriterier for lag Tilskudd 2000,- for 1 extra int. stevne Flyreise dekket for løper til samling*	Poeng 140/150 + kriterier for lag Tillskudd 2000,- for 1 extra int. stevne Flyreise dekket for løper til samling*	
Støtte NSF Nivå 3	Poeng Jun 120/130 + kriterier for lag Poeng Adv.nov 105/110 + kriterier for lag	Poeng Jun 130/140 + kriterier for lag Tilskudd 2000,- for 1 extra int. stevne Flyreise dekket for løper til samling*	Poeng 150/160 + kriterier for lag Tilskudd 2000,- for 1 extra int. stevne Flyreise dekket for løper til samling*	

Bonustrapp

Bonustrappen skal motivere løpere til å jobbe mot et høyt teknisk nivå. Bonus betales kun ut til løpere på forbundslag

- Man kan motta 1 bonus pr. sesong
- Hver bonus kan kun oppnås 1 gang etter progresjon i bonustrappen
- Man får utbetalt høyeste bonus hvis man oppnår flere i samme sesong
- For å få utbetalt bonus må trener/løper sende inn protokoll for vurdering til UK
- Bonus utbetales etter hver sesong

BONUS 1: Rekrutt 1/alder: 2A og ett trippelt hopp landes i samme program - 1000 kr i støtte til ett internasjonalt stevne.

BONUS 2: Rekrutt 2/alder:2A og to ulike triple hopp landes i samme program - 1000 kr i støtte til ett internasjonalt stevne.

BONUS 3: Rekrutt 3/alder: Tre ulike triple hopp landes i samme program - 1000 kr i støtte til ett internasjonalt stevne.

BONUS 4: Fire ulike triple hopp landes i samme program - 3000 kr i støtte til ett internasjonalt stevne.

BONUS 5: Fem ulike triple hopp og trippel/trippel landes i samme program - 5000 kr i støtte til ett internasjonalt stevne.

BONUS 6: Trippel Axel eller Quad – 10000 kr 190 p (for kvinner) på ISU competition

Internasjonale stevner

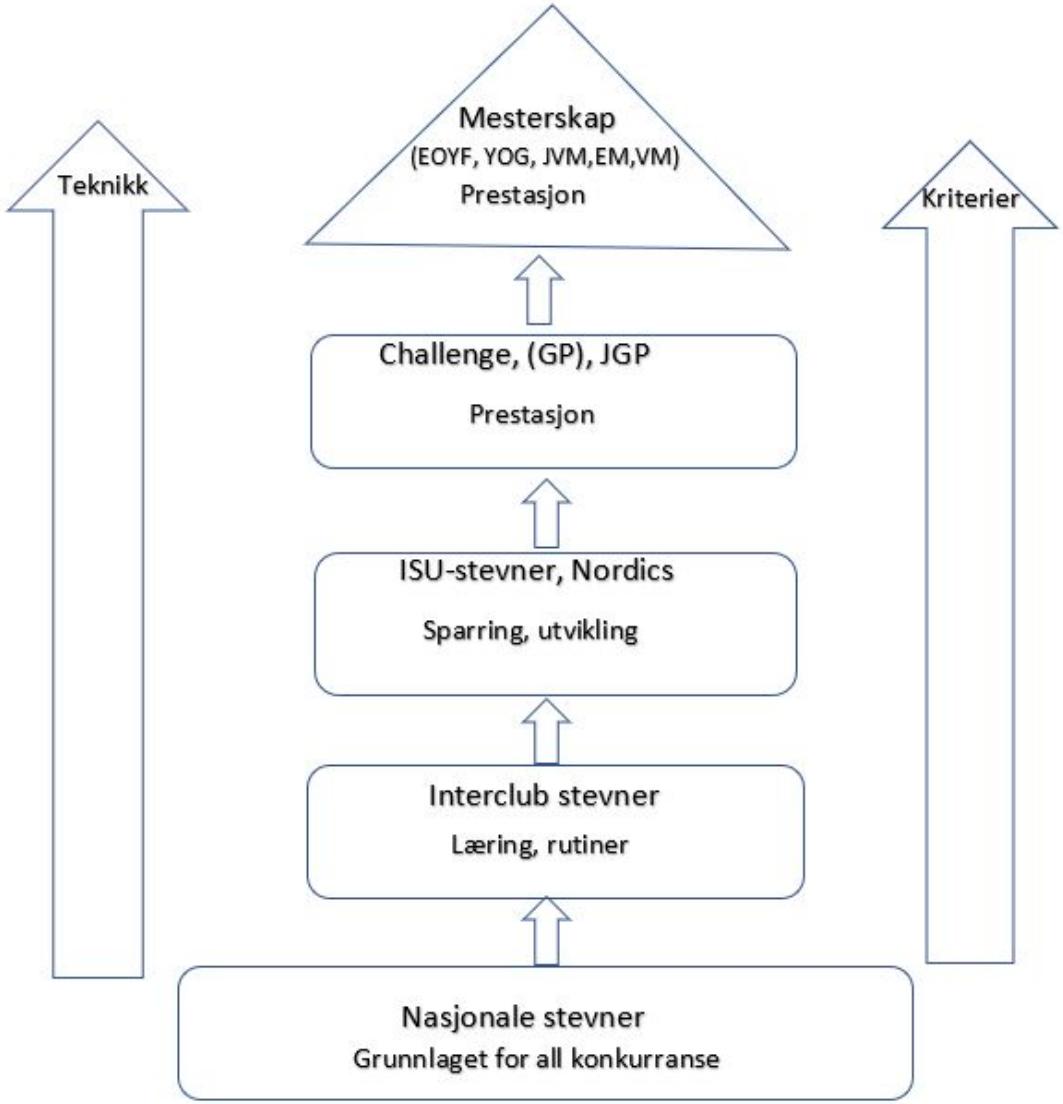
Formål med deltakelse i internasjonale stevner

Deltagelse på internasjonale stevner krever et visst nivå, dette er regulert i minimumskriterier for internasjonal deltagelse. Internasjonal deltagelse må ha en plan og progresjon. Hver løper er unik, og har ulike behov for "matching" i sin utvikling.

Hensikten er:

læring erfaring sparring inspirasjon prestasjon

NSFs minimumskrav skal sikre at løpere fra Norge som deltar internasjonalt, har riktig nivå.



Interclubstevner

En mulighet for løpere å øke konkurransemengden og møte deltakere fra andre land. Et første innblikk i kunstløp utenfor Norge. Den første smakebiten på læring og erfaring med internasjonale konkurranser. Da interclub stevner for Advanced Novice, Junior og Senior er begrenset, åpner NSF for minimum to ISU stevner før jul og minimum to ISU stevner etter jul.

Nordics

Et stevne for de nordiske landene i Novice, og en ISU-konkurranse for Junior og Senior. Hvert medlemsland har en gitt kvote med deltakere. Hvis minimumskravene er fylt, er det NSFs ønske å sende fulle lag.

ISU-stevner

Disse konkurransene er ment primært for kunstløpere som er i utvikling for en internasjonal karriere, og som trenger internasjonal sparring. Løpere og trenere vurderer hvilke stevner som passer for sesongens mål, og informerer sportsjef og uttakskomiteen ved annonsert dato. Løpere bør være meget godt forberedt før deltakelse i disse stevnene. Uttakskomiteen rangerer og tar ut løpere til stevner.

JGP: En internasjonal serie i august til oktober for juniorløpere fra hele verden. Antall deltagere fra Norge er basert på fjorårssesongens JVM-resultater. Norge sender løpere med høyt nivå. Konkurransen krever gode forberedelser og meget god form. Stevnet skal være utviklende for løper, men prestasjon er målet. Da JGP er tidlig i konkurransesesongen er uttak mer komplekst enn til andre stevner.

Antall JGP avhenger av resultater fra Junior-VM året før. Hver nasjon blir tildelt minimum 2 stk JGP-stevner.

Påmelding og bookinger skjer ca. 4 uker før stevnet. NSF vil tilpasse uttaket til de tidsfrister som råder hvert år.

Challenger Series: En senior-serie med 10 konkurranser på nivå under GP. En løper får maksimalt delta på tre stevner.

GP: En internasjonal serie for seniorløpere fra hele verden. Løpere får personlig invitasjon fra ISU basert på fjorårets resultater.

ISU-mesterskap/IOC-mesterskap (EYOF, YOG, JVM, EM, VM, OL):

Norsk kunstløps ansikt utad. Den beste løperen på

uttakstidspunktet er den som representerer Norge i disse konkurransene

(se uttakskriterier) Prestasjon og resultat er målet.

For JVM, EM, VM, er det første trinnet å oppnå ISUs tekniske krav til deltakelse.

Kravene kan oppnås i to ulike ISU-stevner

Sesong 2026-2027

ISU kan endre poeng inntil 45 dager før påmeldingsfristen

JVM: Damer: 72 Menn: 80

EM: Damer: 75 Menn: 86

VM: Damer: 88 Menn: 109

Anbefalinger antall stevner

Alle forbundsløpere trenger stevner som har høyt nivå, men antallet må tilpasses. Konkurransebelastningen varierer etter alder og hvilket nivå løperen er på. For forbundsløpere ligger antallet på 7-10 stevner per sesong. Fordelingen avhenger av sesongens terminliste (mtp. ISU mesterskap og NM). Løpere bør ha perioder med restitusjon og utviklingsarbeid i løpet av sesongen.

Spesielle bestemmelser åpner for tilpasninger på antall NC for forbundsløpere.

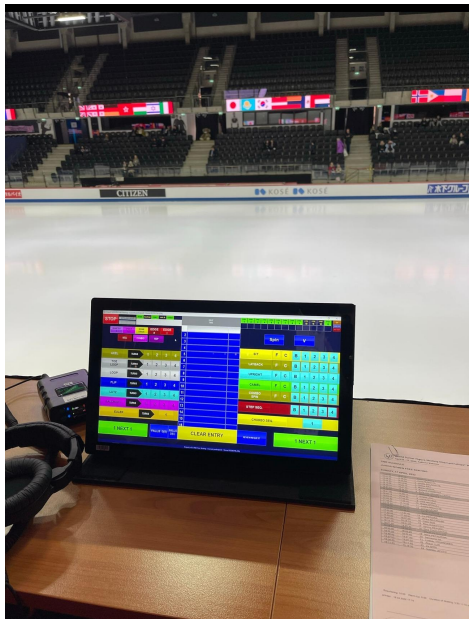
Det samme gjelder kvalifisering til Norgesmesterskapet.

Elite-, Senior- og Juniorlag

8-10 stevner fordelt jevnt gjennom sesongen, inkl. NC-stevner.

Rekrutt og A-løpere som ønsker internasjonal deltagelse

Ca 7-8 stevner fordelt jevnt gjennom sesongen, inkl. NC-stevner.



Uttakskriterier internasjonal deltagelse, klubbdeltakelse

Interclubstevner

Sportslig vurdering ved internasjonal klubbrepresentasjon gjøres av klubbene selv, men klubbene skal bruke NSFs uttakskriterier som veiledende retningslinjer. Det opplyses i *Announcement* om det er nasjons- (ISU) eller klubbrepresentasjon (Interclub) i de aktuelle stevnene. ISU-stevner må NSF gjøre påmelding, Interclub kan klubbene melde på selv.

ISU-stevner åpne for klubbdeltakelse

NSF åpner for påmelding via forbund i enkelte stevner dersom kriteriene er oppnådd. Uttakskomiteen vil sammen med forbundskontoret sette opp en oversikt over hvilke stevner klubbene kan søke om deltagelse i. Minst fire stevner hver sesong åpnes for påmelding fra klubb via NSF. Disse vil bli publisert på NSFs hjemmeside i to omganger:

1: Innen 15. september, en oversikt over konkurranser før nyttår
2: Innen 15. desember, en oversikt over konkurranser etter nyttår

Husk at de norske nedre aldersbestemmelsene også gjelder i utlandet. Alle som konkurrerer utenfor for Norge i ISU-events må ha A-status i NC i samme klasse (du kan ikke ha A-status i Novice A i Norge og konkurrere i Junior i ISU-stevner)

Klubbene må selv sjekke alderen i de ulike klassene, de varierer internasjonalt.

Fra det året løperen fyller 11 år: Åpne konkurranser i Norden eller Barentsområdet.

Fra det året løperen fyller 13 år: Øvrige internasjonale konkurranser utenfor Norden eller Barentsområdet.

Uttakskriterier internasjonal deltagelse, NSF

- UK gjør uttak med intensjon om at deltagelse skal være til det beste for løperens utvikling og resultater. Se bilde side 20
- Antall stevner og valg av type stevner fordeles av UK etter innleverte ønsker og planer. UK og Sportsjef vurderer behov og sjekker alder ved uttak
- Dato for innlevering stevneønsker høst er 1.august . Dato for innlevering stevneønsker vår er 15.november.
- For løpere som ikke tilhører forbundslag, og som ønsker å delta i åpne ISU-stevner, må link vedlegges til protokoll hvor kriteriene er oppnådd.

OBS! Alle løpere som skal representere i junior og senior, hvor NSF har gjort uttak, må ha gyldig helseattest for deltagelse.

Uttak:

1. Oppfylte kriterier
2. Rankingliste , da flere løpere oppfyller kriterier
3. Hvis kriterier ikke er oppfylt vil UK kommunisere en plan for uttak som vil fungere i praksis for gjeldende stevne og aktuelle kandidater (eks. filme program, besøk av UK, ekstra stevne etc.)
4. NM-resultat vil ha stor betydning for uttak til Nordics, EOYF, EM og student-OL

Forts. Uttakskriterier internasjonal deltagelse, NSF

Rankingliste: Komplement for uttak hvis flere løpere har oppfylt kriteriene. Denne kommer kun å oppdateres ved behov ved "tie" mellom løpere

- Basert på de to seneste stevner sammenlagte tekniske poeng fra SP og FS for junior og senior som oppfyller krav for ISU-stevner.
- For Adv.Novice benyttes NC-ranking,samt protokoll fra ISU-stevner.
- For uttak til ISU mesterskap, YOG, EYOF og JGP gjelder poenggrunnlag fra følgende stevner:
  - NM
  - NC-finale
  - Internasjonale ISU-stevner, mesterskap

Forts. Uttakskriterier internasjonal deltagelse, NSF

I TILLEGG:

Om kun en løper har oppfylt kravene, og har alder for både JVM, EM og VM, ønsker NSF at seniormesterskap prioriteres. Planlegges med Sportsjef.

Om det ikke er andre kvalifiserte for Junior-VM kan samme løper tas ut til å representere i tre mesterskap (JVM-EM-VM)

Alle uttak: Uttakskomiteen har mulighet til å gjøre unntak fra uttaksreglene ved spesielle anledninger.

Årsak til unntaket skal kommuniseres i uttaket.

Ved skade og sykdom

Det er trenere og løperes ansvar at løpere er skadefri ved stevner. Løpere med skade bør frasi seg sin plass på stevne senest 7 dager innen avreise for att evt. reserve skal ha mulighet å forberede deltagelse. Ved sykdom må avmelding skje umiddelbart.

Avmelding sendes NSF v/Lise Røsto Jensen med Sportsjef Regina Jensen på kopi

Spesifiseringer, - uttakskrav

Nordics

1. Krav om oppfylt *Minimumskriterier for Nordics/Nordics Open*
2. Resultat NM
3. Hvis antall løpere som har klart kravet overstiger antall kvoteplasser, skjer uttak etter ranking.

ISU-stevner

1. Krav om oppfylt *Minimumkriterier for internasjonale stevner (se side 32)*

Junior Grand Prix-JGP

1. Krav om oppfylt *Minimumskriterier for JGP*
2. Ved oppfylte kriterier skjer uttak på bakgrunn av foregående sesongs rankingliste (se side 26)
3. Kvalifisert løper med best ranking får velge JGP først, osv. UK gjør en vurdering om beste løper får 2 stevner eller om aktuelle løpere skal få en hver.
4. Ved uttak av ikke kvalifisert løper se side 25 , punkt 3
5. Seniorløpere med junioralder kan vurderes i spesielle tilfeller.
6. Novice med oppfylte kriterier kan tas ut til JGP.

Uttatte løpere skal gjennomføre fullstendige program under landslagssamling i august og bekrefte god form.

ISU Mesterskap

JVM- Uttak UKE 4

1. Krav om oppfylt ISU Combined Total Element Score (CTES)
2. Krav om *Minimumskriterier*
3. Bør ha oppnådd poeng i et SP som muliggjør finale **53p(L) 62p(M)**
4. Ved flere kvalifiserte løpere benyttes rankinglisten
5. Gode internasjonale resultater gjennom inneværende sesong .
6. Seniorløpere med junioralder kan vurderes i spesielle tilfeller. Poeng fra seniorstevner vurderes, Stsq-poeng tas bort før beregning.

EM- Uttak UKE 50

1. Krav om oppfylt ISU Combined Total Element Score (CTES)
2. Krav om *Minimumskriterier*
3. Bør ha oppnådd poeng i et SP som muliggjør finale **50p (L) 65p (M)**
4. Ved flere kvalifiserte løpere benyttes rankinglisten
5. NM resultat
6. Gode internasjonale resultater gjennom inneværende sesong

VM- Uttak UKE 4

1. Krav om oppfylt ISU Combined Total Element Score (CTES)
2. Krav om *Minimumskriterier*
3. Bør ha oppnådd poeng i et SP som muliggjør finale **54(L) 73(M)**
4. Ved flere kvalifiserte løpere benyttes rankinglisten
5. Gode internasjonale resultater gjennom inneværende sesong

IOC-mesterskap

EYOF - OLT setter frist

1. Krav om oppfylt *Minimumskriterier*
2. Løpere som oppfyller alderskravene
3. NM- resultat
4. Ved flere kvalifiserte løpere brukes rankinglisten. Dato for uttak avhenger av Olympiatoppens tidsfrister.

YOG

1. Krav om oppfylt *Minimumskriterier og avhenger av ISUs kvoter etter JVM og JGP*
2. Løpere som oppfyller alderskravene
3. Ved flere kvalifiserte løpere brukes rankinglisten. Dato for uttak avhenger av Olympiatoppens tidsfrister.

OL

1. Krav om ISU Combined Total Element Score (samme krav som EM – men ISU kan endre poeng inntil 45 dager før fristen)
2. Olympiatoppen gjør uttak etter egne kriterier

Minimumskriterier for deltagelse i interclub/åpne ISU stevner

Veiledning for klubb
Inter Club
Krav:
Åpne ISU-stevner for adv.nov, jun og sen

Cubs Jenter og Gutter	**Springs Jenter og Gutter**	**Intermediate N, Basic N jenter og gutter**
I samme program, under konkurranse ha vist: 1A To ulike doble hopp	**I samme program, under konkurranse ha vist:** 1A Tre ulike doble hopp Minst en komb. med et dobbelt hopp	**I samme program, under konkurranse ha vist:** 1A Fire ulike doble hopp Minst en dobbel/dobbel komb. Minst en piruett på level 2
Novice Jenter	**Novice Gutter**	**Junior Damer**
I samme program, under konkurranse ha vist: Alle doble hopp* minus 2A Minst en dobbel/dobbel komb. Piruetter på minst level 2	**I samme program, under konkurranse ha vist:** Alle doble hopp* minus 2A Minst en dobbel/dobbel komb. Piruetter på minst level 2	**I samme program, under konkurranse ha vist:** Alle doble hopp* inkludert 2A Minst to dobbel/dobbel komb, Piruetter: minst en på level 3 og resten på level 2
Junior år Herrer	**Senior Damer**	**Senior Herrer**
I samme program, under konkurranse ha vist: 2A og minst et trippelt hopp Minst to dobbel/dobbel komb. Piruetter: minst en på level 3 og resten på level 2	**I samme program, under konkurranse ha vist:** Alle doble hopp* inkludert 2A Minst to dobbel/dobbel komb. En kombinasjon med et trippelt hopp Piruetter, minst en på level 4, resten på level 3	**I samme program, under konkuranse ha vist:** 2A og et trippelt hopp Minst en dobbel/dobbel komb. En kombinasjon med et trippelt hopp Piruetter, minst en på level 4, resten på level 3

* Strategien for programmet kan bety at ikke alle doble utføres, men man skal vise at man behersker vanskelige doble hopp

Minimum gjennomsnittlig GOE -2 på hoppelementer, Alle som konkurrerer utenfor for Norge i ISU-events må ha A-status i NC i samme klasse i Norge, Minimumskravene må er gyldig 1 sesong tilbake

Minimumskriterier for deltagelse i ISU - stevner

Stevner på ISUs liste &Universiaden

Novice Jenter	Novice Gutter	Junior yngre, Damer	Junior eldre, Damer
I samme konkurranse ha vist: 2A eller et trippelt hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Piruetter på minimum level 2 Oppnådd **85 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A eller et trippelt hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Piruetter på minimum level 2 Oppnådd **90 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst et trippelt hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **100 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst to ulike triple hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **110 poeng**
Junior yngre, Menn	**Junior eldre, Menn**	**Senior Damer**	**Senior Herrer**
I samme konkurranse ha vist: 2A Minst to ulike triple hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **105 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst tre ulike triple hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd poengsum **120 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst fire triple hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **115 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst fem triple hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **125 poeng**

Minimum gjennomsnittlig GOE -2, Alle som konkurrerer utenfor for Norge i ISU-events må ha A-status i NC i samme klasse i Norge, Minimumskravene må er gyldig 1 sesong tilbake

Minimumskriterier for deltagelse i Nordics/Nordics Open

Nordics

Novice Jenter	Junior Damer	Senior Damer
I samme konkurranse ha vist: 2A og et trippelt hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Piruetter på minimum level 2 **Oppnådd 85 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A To triple hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 **Oppnådd 105 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst to triple hopp To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 **Oppnådd 110 poeng**
Novice Gutter	**Junior Menn**	**Senior Menn**
I samme konkurranse ha vist: 2A og et trippelt hopp Minst to komb.,dobbel eller trippel Piruetter på minimum level 2 **Oppnådd 90 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst tre triple hopp To hoppkombinasjoner Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 **Oppnådd 110 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst tre triple hopp To hoppkombinasjoner Minst to piruetter på level 4, resten på level 3 **Oppnådd poengsum 120 poeng**

Minimum gjennomsnittlig GOE -2, Alle som konkurrerer utenfor for Norge i ISU-events må ha A-status i NC i samme klasse i Norge, Minimumskravene må er gyldig 1 sesong tilbake

Minimumskriterier for deltagelse i OL, VM, EM, JVM, JGP, EYOF, Challenge Series

	(Adv.Novice)/Junior Damer	Junior Herrer	Senior Damer	Senior Herrer
JGP **Challenge** **EYOF**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Fire triple hopp Minst en komb trippel/dobbel To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst tre piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **115 poeng (eller tilsvarende med novice innhold)**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst fem triple hopp Minst en komb trippel/dobbel To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst tre piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **125 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst fem triple hopp, 3 ulike Minst en komb trippel/dobbel To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst tre piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd **125 poeng**	**I samme konkurranse ha vist:** 2A Minst seks triple hopp, 4 ulike En komb. trippel/trippel To hoppkombinasjoner/evt + 1 seq Minst tre piruetter på level 4, resten på level 3 Oppnådd poengsum **130 poeng**
Mesterskap, JVM, OL **EM, VM**	**Junior Damer**	**Junior Herrer**	**Senior Damer**	**Senior Herrer**
	JVM total CTES: 72 SP som holder nivå for finale (JVM 53) Solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen Miniminivå teknisk: se JGP, Challenge	JVM total CTES: 80 SP som holder nivå for finale (JVM 62) Solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen Miniminivå teknisk: se JGP, Challenge	EM total CTES: 75, VM total CTES: 90 SP som holder finalenivå (EM 50, VM 54) Solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen Miniminivå teknisk: se Challenge	EM total CTES: 86, VM total CTES: 104 SP som holder nivå for finale (EM 65, VM 73) Solid form og gode internasjonale resultater gjennom sesongen Miniminivå teknisk: se Challenge

Minimum gjennomsnittlig GOE -2, Alle som konkurrerer utenfor for Norge i ISU-events må ha A-status i NC i samme klasse i Norge, Minimumskravene må er gyldig 1 sesong tilbake