



Norges Skøyteforbund

HÅNDBOK FOR HURTIGLØP 2025-2026

Teknisk Komite Hurtigløp
Siste oppdatering: 16.10.2025





Innhold

<i>Norgescup hurtigløp 2025-2026</i>	4
1. Klasseinndeling og distanser	4
2. Stevneprogram	5
3. Påmelding, dispensasjoner, kvalifiseringstider	5
4. Rangering	7
5. Parsammensetning/gruppering/trekning	7
6. Lagledermøte	9
7. Norgescup-poeng	9
8. Startkontingent/premiering	9
9. TD, overdommere og startere	10
10. Resultater	10
11. NC poengrankingsansvarlig	10
12. Tidsrankingansvarlig	10
13. Sammenlagtpremiering	11
<i>Norges Skøyteforbunds uttakskriterier for norske mesterskap sesongen 2025-2026</i>	12
Norske mesterskap	12
Kvalifiseringstider NM kvinner	12
Kvalifiseringstider NM menn	13
Landsmesterskapet	13
<i>Distanseoppsett, regler for uttak, kvalifisering, gruppeinndeling og parsammensetning for NM enkeltdistanser 2026, Vår Energi Sørmarka Arena, Stavanger, 24.-26.10.2025</i>	14
1. Program	14
2. Trekning og parsammensetning	14
3. Lengste distanse	14
4. Fellesstart	15
5. Kvalifisering til NM enkeltdistanser	15
<i>Distanseoppsett, regler for uttak, kvalifisering, gruppeinndeling og parsammensetning for NM Senior Sprint og Senior Allround i Fosenhallen, Bjugn, 13.-15.03.2026</i>	16
1. Program	16
2. Trekning og parsammensetning	16
3. Kvalifisering	17
4. Kvalifisering til NM senior sprint og NM senior allround	17
<i>Resultatrapportering, startlisens, startkontingent, klassebestemmelser m.m. for sesongen 2025-26</i>	18
Rapportering/innsending av resultatlistene	18
Startlisens	18
Norges Idrettsforbunds barneidrettsbestemmelser	18
Starttillatelse løp i utlandet	19
Dispensasjoner	19
Uttak til norgesmesterskap/påmelding til veteranmesterskapet	19
Startkontingent norske mesterskap	19
Påmeldinger til stevner	19
Påmelding til Landsmesterskapet gutter/jenter (12-16 års klasser, samt para-klasser)	20



Anbefaling premiering i aldersbestemte klasser	20
Klassebestemmelser hurtigløp – sesongen 2025-2026	20
<i>Retningslinjer for seiersseremonier ved nasjonale mesterskap i hurtigløp</i>	22
1. Mesterskap hvor det utdeles krans	22
2. Mesterskap uten utdeling av krans	23
3. Kongepokalens fordeling	24
4. Utdeling av kongepokaler	24
5. Utdeling av NSF's pokal	24
6. Premiering	24
7. Andre forhold som må vurderes	25
<i>Løpsregler fellesstart 2025-2026</i>	26
1. Generelt	26
2. Konkurransereformater, distanser, spurter og spurtpoeng	26
3. Konkurranseregler	28
4. Sikkerhetstiltak	30
5. Bruk av banen ved fellesstart	32
<i>Regler for reklame på konkurransedrakt og utstyr</i>	34
<i>Barneidrett i Norges Skøyteforbund</i>	35
For konkurranser i barneidretten gjelder følgende	35
Resultatlistor	35
Internasjonalt	36
NSF hurtigløp definerer følgende områder som lokalt arrangement	36
<i>NSF's distansemerke (i hurtigløp) 2025-2026</i>	37
<i>Retningslinjer for DUH</i>	38
1. Organisering	38
2. Arbeidsoppgaver/ansvarsområde	38
3. Oppheving av en overdommers/starters autorisasjon	39
<i>Retningslinjer for kretsenes autorisasjonsråd</i>	40
<i>Retningslinjer for «Teknisk Delegert» (TD) ved NM, norgescupstevner m.m.</i>	41
<i>OD og TD stevnerapportskjema</i>	43
<i>Kontaktinformasjon kretser og klubber</i>	47
<i>Kontaktinformasjon TKH, DUH, TDer, overdommere og startere</i>	49

Finner man feil, mangler eller temaer man mener bør inn, ta kontakt med: TKH v/Marcel Lesche Vanberg. Tlf. +47 90 91 10 55. E-post marcel@vanberg.no.



Norgescup hurtigløp 2025-2026

Siste oppdatering 28.09.2025

1. KLASSEINDELING OG DISTANSER

1.1. Internasjonale stevner

Norgescup hurtigløp består av en serie internasjonale konkurranser som arrangeres etter reglene i dette dokumentet.

1.2. Klasser og distanser

Det konkurreres i klassene: Menn senior (MS), Kvinner senior (KS)
Menn junior (MJ), Kvinner junior (KJ)

I juniorklassene kan løpere i klassene junior A og junior B delta, mens løpere i andre års junior C (C2) kan delta med dispensasjon som angitt i avsnitt 3.3.

Kvinner junior og kvinner senior rangeres og trekkes sammen for hver distanse, men det lages separate resultatlistene for junior og senior. NC-poeng fordeles separat for klassene junior og senior etter disse listene. Tilsvarende for menn junior og menn senior.

I klassene for kvinner konkurreres det på distansene 500 m, 1000 m, 1500 m, 3000 m og 5000 m og fellesstart (FS). I klassene for menn konkurreres det på distansene 500 m, 1000 m, 1500 m, 3000 m, 5000 m og 10 000 m og fellesstart (FS).

I sammenlagtstevner, merket med * i stevneprogrammet, utdeles NC-poeng for sammenlagt-plasseringen basert på tidspoeng etter fire distanser for hver klasse i sprint (s) eller allround (a). For de øvrige stevnene NC poeng for plasseringen på enkeltdistansene.

Etter sesongen utdeles sluttpremier i hver klasse, basert på summen av NC poeng oppnådd for alle stevner og distanser i løpet av sesongen. Se pkt. Øremerket kontingent til sluttpremierung og pkt. 13. Sammenlagtpremierung

Kvinner senior/junior og menn senior/junior rangeres og trekkes sammen på hver distanse, basert på sesongbesteresultat på hver distanse; se pkt. 4. og pkt. 5.

1.3. Gjesteklasser

Gjesteklasser er en mulighet å tiltrekke flere utøvere til sitt arrangement.

Gjesteklasser er ment som en mulighet for løpere som ikke er kvalifisert til NC, til å få delta med løpere som er kvalifisert. Deltakere som er kvalifisert for NC skal delta i NC, ikke i gjesteklassen.

I gjesteklassene kan løpere junior B, junior A, senior og veteran-klassene delta.

Løpere i gjesteklasser får ikke NC-poeng. Distanser for gjesteklasse er det samme som for det respektive NC.

Det er arrangør som avgjør om de skal ha gjesteklasser, og hvordan dette gjennomføres. Dette i samarbeid med opnevnt TD og OD.



2. STEVNEPROGRAM

2.1. Menn senior/junior

Menn				Distanser - Dag 1				Distanser - Dag 2				Kommentar
NC	Dato	Sted/bane	Arrangør									
1	11. - 12.10	Stavanger/Vår Energi S.A	SSSK	500	1000	5000		500	1500	3000	FS	
2	08. - 09.11	Kristiansund/Arena Nordvest	IL Braatt	500	1000	3000		500	1500	5000		#
3	15. - 16.11	Hamar/Vikingskipet	Hamar IL	500	1000	3000		500	1500	5000	FS	
4	20. - 21.12	Gol/Glitre Stadion	Gol IL	500	1000	5000		500	1500	3000	10.000	#
5	10. - 11.01	Oslo/Valle Hovin	Aktiv SK	500	1000	5000		500	1500	3000		#
6	24. - 25.01	Stavanger/Vår Energi S.A	SSSK	500S	1000S	500A	3000A	500S	1000S	1500A	5000A	α
7	31.01 - 01.02	Bjugn/Fosenhallen	BØSK	500	1000	3000		500	1500	5000	FS	#
8	14. - 15.02	Kristiansund/Arena Nordvest	IL Braatt	500	1000	5000		500	1500	3000		#, Sr
9	07. - 08.03	Stavanger/Vår Energi S.A	SSSK	500	1000	3000		500	1500	5000		Finale

2.2. Kvinner senior/junior

Kvinner				Distanser - Dag 1				Distanser - Dag 2				Kommentar
NC	Dato	Sted/bane	Arrangør									
1	11. - 12.10	Stavanger/Vår Energi S.A	SSSK	500	1000	3000		500	1000	1500	FS	
2	08. - 09.11	Kristiansund/Arena Nordvest	IL Braatt	500	1000	1500		500	1000	3000		#
3	15. - 16.11	Hamar/Vikingskipet	Hamar IL	500	1000	3000		500	1500		FS	
4	20. - 21.12	Gol/Glitre Stadion	Gol IL	500	1000	3000		500	1500	5000		#
5	10. - 11.01	Oslo/Valle Hovin	Aktiv SK	500	1000	3000		500	1000	1500		#
6	24. - 25.01	Stavanger/Vår Energi S.A	SSSK	500S	1000S	500A	1500A	500S	1000S	1000A	3000A	α
7	31.01 - 01.02	Bjugn/Fosenhallen	BØSK	500	1000	3000		500	1000	1500	FS	#
8	14. - 15.02	Kristiansund/Arena Nordvest	IL Braatt	500	1000	1500		500	1500	3000		#, Sr
9	07. - 08.03	Stavanger/Vår Energi S.A	SSSK	500	1000	1500		500	1000	3000		Finale

α = Sammenlagt sprint og allround, Finale = Doble NC-poeng, # = Doble NC-poeng (Utendørs eller kald hall)

FS = Fellesstart alle klasser, junior og senior. Se punktene 5.5

Sr. = Kun senior siden juniorene har NM samme helg

2.3. Stevnegjennomføring

Når et NC-stevne arrangeres samtidig med for eksempel et nasjonalt stevne for aldersbestemte klasser, må stevnegjennomføringen besluttes i samarbeid mellom arrangør, OD og TD, og kunngjøres så tidlig som mulig etter påmelding.

3. PÅMELDINGER, DISPENSASJONER, KVALIFISERINGSTIDER

3.1. Påmeldinger til hvert stevne

Norges Skøyteforbund har bestemt at «iSonen» skal brukes som påmeldingssystem for alle terminfestede løp fra sesongen 2025-2026. «iSonen» er NIFs eget system som er koblet opp mot Min Idrett. «iSonen» vil ved påmelding sjekke om en løper har løst lisens, noe som kreves for å delta i

løp. «iSonen» har betalingsløsning som er koblet opp mot det som klubbene har av kontoer i Klubbadmin. Det vi gjøre det lettere for arrangørklubber å få inn påmeldingsavgifter. NC-påmeldingen gjøres til arrangør som beskrevet i stevneinvitasjonen. Påmeldingen skal være arrangør i hende innen kl. 20.00 mandag før NC-stevnet. Påmeldingsavgift (se 8.1.) skal innbetales til arrangørens bankkonto/stevnekonto samtidig med påmeldingen. Påmeldingen er gyldig først etter at påmeldingsavgiften er betalt. Ved påmelding skal det angis hvilke distanser og klasser løperne skal delta på. I et NC-stevne kan en delta på inntil 2 distanser pr. dag pluss fellesstart (FS). Påmeldingsfristen må overholdes. Ved for sen påmelding skal arrangøren ta dobbel startkontingent. Ved skifte/bytte av distanse betales i tillegg ordinær startkontingent for deltagelse på ny distanse. Innbetalt startkontingent refunderes ikke dersom tilbaketrekning skjer etter påmeldingsfristen, ref. NSF Spesielle bestemmelser § 5.

Etter påmeldingsfristens utløp sender arrangøren påmeldingslistene til NSF's rankingansvarlige (sportseksperter) og oppnevnte dommere, startere og TD. Alle endringer fra påmeldingsfristens utløp fram til trekningen skal sendes til sportseksperter, nfsportexpert@gmail.com, med kopi til arrangør. Sportseksperter sender rankinglister tilbake til oppnevnte dommere, startere, TD og arrangør når de er klare. Påmeldingslistene med rankingtider vil bli publisert på NSF's nettsider.

3.2. Kvalifiseringstider

For løpere i junior B og eldre er det krav til oppnådde tider for deltagelse. TKH har angitt følgende krav:

Kvinner: 51,00 på 500 m, 1.42,00 på 1000 m, 2.40,00 på 1500 m eller 5.30,00 på 3000 m kvalifiserer til deltagelse i stevner over enkeltdistanser. I sammenlagtkonkurranser gjelder oppnådd poengsum for de to mellomste distansene. For 1000-1500 m og 1500-3000 m er poengkravene hhv. 104.333 og 110.000.

Menn: 46,00 på 500 m, 1.32,00 på 1000 m, 2.20,00 på 1500 m, 5.00,00 på 3000 m eller 8.30,00 på 5000 m kvalifiserer til deltagelse i stevner over enkeltdistanser. I sammenlagtkonkurranser gjelder oppnådd poengsum for de to mellomste distansene. For 1500-3000 m og 1500-5000 m er poengkravene hhv. 96.666 og 97.666.

For NC1 gjelder forrige sesongs bestetider; og eventuelle forbedringer i inneværende sesong inkorporeres. Fra og med NC2 er det kun inneværende sesongs bestetider som gjelder. Unntak: Hvis løper ikke har gått distansen inneværende sesong gjelder bestetid fra forrige sesong, det samme også hvis bestetid i inneværende sesong er med fall.

Fra 1. januar 2026 gjelder kun tider inneværende sesong.

3.3. Dispensasjoner

Teknisk Komité Hurtigløp (TKH) vil gi dispensasjon for deltagelse i NC junior for løpere i andre års Junior C (C2) som oppfyller tidskravene nedenfor:

	500 m	1000 m	1500 m	3000 m
Jenter	46,00	1.34,00	2.27,00	
Gutter	41,00	1.22,00	2.06,00	4.30,00



Det er ikke nødvendig med søknad om dispensasjon etter denne regelen. Oppnådde tider skal sjekkes ved påmelding og gjennomgang av ranking-tider. Oppnådd tid og innvilget dispensasjon for en distanse gir rett til deltakelse også på andre distanser. Disse tidskravene skal ikke fravikes og det skal ikke legges andre vurderinger enn oppnådd tid til grunn for innvilgning av dispensasjon. Dispensasjon gis for hele sesongen.

3.4. Paraidretten

Parautøvere som ønsker å delta i NC kan søke om dispensasjon fra kvalifiseringstidene (se 3.2 og 3.3). Søknad skal godkjennes og sendes av klubb eller skøytegruppe for å bli behandlet. Søknad om dispensasjon sendes til dispensasjoner@gmail.com. Dispensasjon kan gis for hele sesongen.

3.5. Utenlandske statsborgere

Utenlandske statsborgere som er medlem av norsk klubb, må ha betalt NSF-lisens for å delta i Norgescup stevner. Både disse og andre utenlandske løpere som deltar i NC tildeles NC poeng og premieres som norske løpere.

4. RANGERING

4.1. Rangering for NC1

TKH foretar seeding basert på forrige sesongs bestetid på den enkelte distanse foran første NC-stevne, og inkluderer eventuelle forbedringer i inneværende sesong.

4.2. Rangering i senere stevner

Ved seinere NC-stevner danner løpernes sesongbestetid rangeringen på hver distanse. Dersom en løper ikke har notert sesongbestetid, kan løperen rangeres etter forrige sesongs bestetid.

Fra 1. januar 2026 gjelder kun tider inneværende sesong. Dersom en løper ikke har notert sesongbestetid, blir løperen rangert til slutt, basert på tid fra forrige sesong. Har de tider fra tidligere sesonger enn foregående sesong rangeres de uten tid.

4.3. Rankingliste for hver distanse

Rankingansvarlig sender rankinglister til arrangør, OD-er og TD. Rankingen på hver distanse baseres på følgende prinsipper og rekkefølge:

- a) Sesongbeste resultat pr. distanse. (Se ellers 4.1 og 4.2.)
- b) Dersom to eller flere løpere har samme tid, avgjøres innbyrdes plassering ved loddtrekning på trekningsmøtet av OD.
- c) For FS brukes rankingtider på 1.500 m for senior og junior.

5. PARSAMMENSETNING/GRUPPERING/TREKNING

5.1. Rangering

Overdommer er ansvarlig for at trekningen gjøres i henhold til rangering av påmeldte løpere, med felles rangering for junior og senior når stevnet omfatter begge klasser, se ovenstående pkt. 4.3. a-c. Hvis det er påmeldte løpere som ikke har rangeringstid, skal disse rangeres lavest, etter alle løpere med rangeringstid.

5.2. Trekning enkeltdistanser

- a) Startlistene settes opp ut fra rankinglistene på hver distanse. Løperne plasseres i grupper basert på rankingtidene på de aktuelle distansene. Det dannes fortløpende grupper på 8 løpere innen hver gruppe. Overdommer kan, i samråd med stevnets TD, beslutte grupper på 6 eller 4 løpere hvis dette er naturlig i henhold til rankingtidene. Den svakest rangerte gruppen danner de første parene, så fortsetter det stigende. Ved oddetall antall løpere starter løper i første par i indre bane. Løperne skal trekkes innenfor gruppene.
Dersom samme distanse arrangeres både første og andre dag av stevnet, baseres parsammensetningen andre dag på rankinglisten for løperne ved påmeldingen, uten hensyn til banebytte fra første dag. Rankinglisten utarbeides før helgen og oppdateres ikke etter første dags løp.
- b) Ved NC stevner som NSF benytter til uttak for representasjonsoppgaver, bør man ha banebytte på 500 m dag 2 for løperne som konkurrer om plassene. Det bør sørges for banebytte for f.eks. topp 8 fra 500 m dag 1, men overdommer kan vurdere antallet ut fra hvor mange plasser det konkurreres om i samråd med TD og uttaksansvarlig. Øvrige deltakere trekkes iht ordinære NC-regler. Dersom dette blir brukt, blir dette opplyst på lagledermøte for dag 1.

5.3. Trekning sammenlagt sprint

- a) De to første distansene. Parsammensetningen for første dags distanser gjennomføres som for enkeltdistanser.
- b) Andre dag: For andre dags 500 m baseres parsammensetningen på resultatet fra 500 m første dag. Den høyest rangerte løper som startet i indre bane første dag pares med den høyest rangerte løper som startet i ytre bane, og løperne bytter bane. Slik for de neste to osv. Parrekkefølgen er motsatt av rangeringen, dvs. at den høyest rangerte paret starter sist.
Slik også for andre dags 1000 m.

5.4. Trekning sammenlagt allround

- a) De to første distansene. Parsammensetningen for de to første distansene gjennomføres som for enkeltdistanser.
- b) Tredje distanse. For tredje distanse skal parsammensetningen baseres på poengstillingen sammenlagt etter de to første distansene. Hvis noen deltakere har samme poengsum, skal løperen med best tid på første av de to løpte distansene rangeres høyest. Parenes rekkefølge skal være motsatt løpernes rangering: Løperne som ligger på 1. og 2. plass etter to distanser, skal gå i siste par, løperne som ligger på 3. og 4. plass skal gå i nest siste par, osv. Den høyest rangerte løperen i hvert par skal starte i indre bane.
- c) Fjerde distanse. Rankinglisten for fjerde distanse baseres på resultatet fra lengste distanse første dag. Parene settes opp etter denne rankinglisten, med de to best rangerte løperne i siste par som beskrevet i pkt. 5.2.

5.5. Fellesstart (FS)

- a) Generelle regler for FS i NC er i henhold til NSF's dokument «Løpsregler fellesstart 2025-2026» og ISUs konkurranseregler § 257 og § 265 pkt. 6.
- b) FS i NC arrangeres generelt med klassene senior og junior sammen, og over 10 runder med innlagte spurter etter 4 og 7 runder. Ved flere enn 6 deltakere i hver klasse, det vil si 6 seniorer og 6 juniorer, arrangeres de separat, som beskrevet i pkt. 5.5 c. NC poeng tildeles separat for hver av klassene (senior og junior) som for enkeltdistanser.



- c) Ved flere enn 6 deltakere i hver klasse (senior og junior), arrangeres separate heat for senior og junior. For junior arrangeres FS over 10 runder med 2 innlagte spurter etter 4 og 7 runder, se § 265 pkt. 6.4.
For senior arrangeres FS over 16 runder med 3 innlagte spurter etter 4, 8 og 12 runder, se § 265 pkt. 6.3. Spesielt for stevner som gjelder som uttak til Junior og Neosensor World Cup arrangeres FS over 10 runder for både junior- og senior-klassen, etter samme konkurranseformat som for neosensor-klassen i Junior World Cup.
- d) Det vil ikke bli tildelt NC poeng hvis det er færre enn 6 påmeldte deltakere totalt. Det vil si, færre enn 6 kvinner eller 6 menn.
- e) Hvis antall påmeldte er flere enn 24 begrenses antallet til 24 etter rankingtidene på 1500 m for junior og senior.

6. LAGLEDERMØTE

Lagledermøte holdes 1 time før start alle konkurransedager.

7. NORGESCUP-POENG

7.1. Norgescup-poeng alle distanser, enkeltdistanser

1. pl. = 40 pts	6. pl. = 22 pts	11. pl. = 14 pts	16. pl. = 9 pts	21. pl. = 4 pts
2. pl. = 35 pts	7. pl. = 20 pts	12. pl. = 13 pts	17. pl. = 8 pts	22. pl. = 3 pts
3. pl. = 30 pts	8. pl. = 18 pts	13. pl. = 12 pts	18. pl. = 7 pts	23. pl. = 2 pts
4. pl. = 27 pts	9. pl. = 16 pts	14. pl. = 11 pts	19. pl. = 6 pts	24. pl. = 1 pts
5. pl. = 24 pts	10. pl. = 15 pts	15. pl. = 10 pts	20. pl. = 5 pts	

7.2. Norgescup-poeng i sammenlagtstevner (kun for sammenlagtplassering)

1. pl. = 160 pts	6. pl. = 88 pts	11. pl. = 56 pts	16. pl. = 36 pts	21. pl. = 16 pts
2. pl. = 140 pts	7. pl. = 80 pts	12. pl. = 52 pts	17. pl. = 32 pts	22. pl. = 12 pts
3. pl. = 120 pts	8. pl. = 72 pts	13. pl. = 48 pts	18. pl. = 28pts	23. pl. = 8 pts
4. pl. = 108 pts	9. pl. = 64 pts	14. pl. = 44 pts	19. pl. = 24 pts	24. pl. = 4 pts
5. pl. = 96 pts	10. pl. = 60 pts	15. pl. = 40 pts	20. pl. = 20 pts	

7.3. Norgescup-poeng ved utendørsstevner og i kalde haller

Ved NC-stevner utendørs og i kalde haller skal det gis doble poeng.

7.4. Norgescup-poeng ved Norgescup-finale

Ved NC-finale skal det gis doble poeng.

7.5. Norgescup-poeng ved lik plassering

Flere løpere med lik plassering på resultatlister skal ha lik poengtildeling, f.eks. ved delt 3. plass på en distanse gis 30 poeng til begge løpere.

8. STARTKONTINGENT/PREMIERING

8.1. Startkontingent

Utendørs og innendørs: Kr 325,- pr. distanse.



Gjesteklasse: Kr 275,- pr. distanse.

Sammenlagt utendørs og innendørs: Kr 1300,-.

Gjesteklasse: Kr 1100,-.

Disse beløpene inkluderer øremerket kontingent til sluttpremiering. Gjesteklasse betaler ikke dette. Det deles ikke ut stevne-premier i NC-stevner, kun sluttpremier for sammenlagt NC-rangering, basert på totalt antall oppnådde NC-poeng.

Hvis en distanse blir avlyst etter påmeldingsfristen, og startkontingenten er betalt, tilbakebetales dette av arrangør.

8.2. Øremerket kontingent til sluttpremiering

Av den innbetalte startkontingenten skal det betales kr 50,- pr distanse som øremerkes til premiering ved sesongslutt for sammenlagt NC-rangering.

Innbetalingen til sluttpremiene beregnes ut fra totalt antall distansepåmeldinger som framkommer ved siste deltaker-/rankingliste før stevnet fra sportsekspertene pluss eventuelle etteranmeldinger etter dette. Se også reglene for påmeldinger til hvert stevne i avsnitt 3.1.

Øremerkede midler innkasseres av arrangør. NSF sender arrangør faktura etter stevnet. Ved spørsmål om dette, kontakt Daria Kamelkova (Daria.Kamelkova@nif.idrett.no).

9. TD, OVERDOMMERE OG STARTERE

Teknisk delegert (TD), overdommere og startere oppnevnes av TKH/DUH. NSF dekker utgiftene til TD, arrangør dekker utgiftene til oppnevnte overdommere og startere.

10. RESULTATER

10.1. Resultatliste

Det utarbeides separate resultatlister for senior og junior, både på stevner med enkeltdistanser og stevner med sammenlagt poengsum.

På resultatlistene for hver Norgescup enkeltdistanser skal det angis NC poeng for hver klasse og distanse. For sammenlagtstevner skal det for hver klasse angis NC-poeng på sammenlagt-resultatlistene. Offisielle resultater skal inneholde NC poeng.

10.2. Rapportering

Arrangøren skal umiddelbart etter stevnet sende e-post med komplette, godkjente resultater, inkludert NC poeng, til:

NC-ansvarlig/poengrankingansvarlig, Emil Dahl, nc.ansvarlig@gmail.com.

NSFs hurtigløpskoordinator, Daria Kamelkova, Daria.Kamelkova@nif.idrett.no.

11. NC POENGRANKINGANSVARLIG

NC poengrankingansvarlig skal snarest mulig oppdatere poengstillingen i NC og sende denne til NSF's web-redaktør for offentliggjørelse, for adresse se ovenfor.



12. TIDSRANKINGANSVARLIG

Ansvarlig for tidsrankingen er Sportsekspertene, nsfsportexpert@gmail.com, med nødvendig assistanse fra Roar Eriksen, roarer@online.no.

13. SAMMENLAGTPREMIERING

13.1. Beregning av sluttstillingen for hver klasse

Sluttstillingen gjelder for hver klasse, alle stevner teller og ingen strykninger foretas.

13.2. Sluttpremiering sammenlagt pr. klasse (preliminær, avhengig av finansiering)

Den øremerkede delen av startkontingenten, se pkt.8, går uavkortet til sluttpremiering for plasseringer fra nr. 1 til 3. Vi må ta forbehold om at antall som premieres og størrelsen på premiene er avhengig av innbetalt beløp til sluttpremiepotten.

NSF sender snarest mulig etter NC-finalen nødvendig informasjon til aktuelle klubber. Utbetalingen skjer fra NSF til løperne via klubbene.

Emil Dahl

Tlf. 900 74 758

E-post: nc.ansvarlig@gmail.com

Norges Skøyteforbunds uttakskriterier for norske mesterskap sesongen 2025-2026

Siste oppdatering: 07.10.2025

NORSKE MESTERSKAP

- Deltakerne til NM kvalifiserer seg på grunnlag av tids- eller poengkrav som skal være oppnådd i et NC stevne sesongen 2025-2026.
- Løpere som klarer kvalifiseringstiden(e) i et stevne spesifisert i punktet ovenfor, er automatisk kvalifisert.
- Hvis en løper ikke er kvalifisert på en distanse i henhold til reglene ovenfor, men deltok i WC løp på distansen i sesongen 2024-2025, gis vedkommende et «wild card», som gir rett til å starte med plassering på rankinglisten basert på bestetider etter 1. juli 2024.
- Åpenbart kvalifiserte løpere som av forskjellige grunner ikke har deltatt på noen av stevnene nevnt i første punkt, kan bli tatt ut på skjønn. Uttaket baserer seg på resultater fra sesongen 2024-2025, men også på bakgrunn av tidlige løp i sesongen 2025-2026. Disse løpere blir da tatt ut på en sportslig vurdering. Hensikten er å sikre at våre beste løpere deltar i mesterskapet.
- I henhold til vedtak på skøyteetinget 2015, skal hver krets være representert (tilleggskvote). For å bli vurdert på tilleggs kvoten, må løperen ha deltatt i minst ett NC løp i inneværende sesong.
- Til juniormesterskapene i sprint og allround kan noen løpere tas ut på skjønn.
- NSF følger ISUs regler og tar kun ut løpere som er født før 01.07.2008 (Junior A1 og eldre) til seniormesterskapene i sprint og allround.
- Til juniormesterskapene og NM enkeltdistanser tas kun ut løpere født før 01.07.2010 (Junior B1 og eldre).

KVALIFISERINGSTIDER NM KVINNER

		500 m	1.000 m	1.500 m	3.000 m
NM enkeltdistanser	Inne	45,00	1.30,00	2.20,00	5.00,00
	Ute	46,50	1.33,00	2.24,00	5.10,00
NM allround senior	Inne	97,000	(Poengsum 1.500 m + 3.000 m)		
	Ute	100,000	(Poengsum 1.500 m + 3.000 m)		
NM allround junior	Inne	95,000	(Poengsum 1.000 m + 1.500 m)		
	Ute	98,000	(Poengsum 1.000 m + 1.500 m)		
NM sprint senior	Inne	93,000	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		
	Ute	95,500	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		
NM sprint junior	Inne	95,000	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		
	Ute	97,500	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		

**KVALIFISERINGSTIDER NM MENN**

		500 m	1.000 m	1.500 m	5.000 m
NM enkeltdistanser	Inne	38,60	1.17,00	1.58,00	7.20,00
	Ute	40,00	1.20,00	2.02,00	7.35,00
NM allround senior	Inne	84,000	(Poengsum 1.500 m + 5.000 m)		
	Ute	87,000	(Poengsum 1.500 m + 5.000 m)		
NM allround junior	Inne	88,000	(Poengsum 1.500 m + 3.000 m)		
	Ute	91,000	(Poengsum 1.500 m + 3.000 m)		
NM sprint senior	Inne	80,000	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		
	Ute	82,500	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		
NM sprint junior	Inne	83,000	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		
	Ute	95,500	(Poengsum 500 m + 1.000 m)		

- Tidene må være oppnådd i Norges Cup inneværende sesong.
- For sammenlagt stevner (NM sprint og NM allround), beregnes poengsummen på to distanser. Tidene på disse distansene, må ikke nødvendigvis være oppnådd i samme stevne, men tidene må også her være oppnådd i stevner spesifisert i punktet ovenfor. Distansene som danner utgangspunktet i uttaket til hvert mesterskap er de distansene som er listet opp i ovenstående tabell.
- Løpere som kvalifiserer til både allround og sprint firkamp, må velge hvilken kategori de ønsker å delta i.
- For uttaksløp i Bjugn og Kristiansund, gjelder kvalifiseringstider ute.

Ansvarlig for NM-uttak for sesongen 2025-2026 er Roar Eriksen med assistanse av andre i statistikkgruppen.

LANDSMESTERSKAPET

Landsmesterskapet er åpent for alle som er født mellom 01.07.2008 og 30.06.2013, samt Para-klasser. Løperne som meldes på må representere en norsk klubb. De må være norske statsborgere eller har hatt fast bopel i Norge pr. 1. juli før sesongen mesterskapet finner sted. Løpsregler og påmelding, se Spesielle Bestemmelser § 13, pkt. 5. Se også regler for fellesstart, «Håndboka, kapittel Løpsregler fellesstart», side 27.



Distanseoppsett, regler for uttak, kvalifisering, gruppeinndeling og parsammensetning for NM enkeltdistanser 2026, Vår Energi Sørmarka Arena, Stavanger, 24.-26.10.2025

Siste oppdatering: 16.09.2025

1. PROGRAM

NM enkeltdistanser 2026 avvikles over tre dager etter følgende program:

Fredag 24.10.2025

1.500 m kvinner
1.500 m menn
Fellesstart kvinner
Fellesstart menn

Lørdag 25.10.2025

500 m kvinner (1)
500 m menn (1)
3.000 m kvinner
5.000 m menn
500 m kvinner (2)
500 m menn (2)

Søndag 26.10.2025

1.000 m kvinner
1.000 m menn
5.000 m kvinner
10.000 m menn

2. TREKNING OG PARSAMMENSETNING

Trekning av de enkelte distansene i mesterskapet (med unntak av den andre 500 meter for kvinner og menn), skal løperne plasseres i grupper, basert på deres rankingtid på den respektive distansen. Det dannes fortløpende grupper på 8 løpere i hver gruppe. Overdommer kan, i samråd med stevnets TD, beslutte grupper på 6 eller 4 løpere, hvis dette er naturlig i henhold til rankingtidene. Svakest rangerte løpere danner siste gruppe.

For andre 500 m baseres parsammensetningen på resultatet fra den første 500 m. Den høyest rangerte løper som startet i indre bane på første 500 m pares med den høyest rangerte løper som startet i ytre bane, og løperne bytter bane. Slik for de neste to osv. Parrekkefølgen er motsatt av rangeringen, dvs. at det høyest rangerte paret starter sist.

NSF er ansvarlig for godkjenning av kvalifiseringstidene og tidsrankinglisten som bestemmer gruppeinndelingen. Hvis det er delt plassering på 8. eller 16. plass i tids-rankingen, skal det avgjøres ved loddtrekning hvilke løpere som skal plasseres i de enkelte grupper. Parsammensetningen for de løperne som er plassert i samme gruppe, skjer ved trekning av deres startnummer. De to først uttrukne løpere fra siste gruppe danner første par på den aktuelle distanse. Hvis det er et ulikt antall løpere som starter, skal den først uttrukne løper fra siste gruppe starte alene i første par. Etter at siste gruppe er trukket, følger nest siste gruppe etc. Rankinglister offentliggjøres senest torsdag 23. oktober 2025.

3. LENGSTE DISTANSE

På de to lengste distansene i NM enkeltdistanser (5.000 m kvinner og 10.000 m menn) er det de 8 beste på 3.000 m kvinner og de 12 beste på 5.000 m menn under mesterskapet som er kvalifisert til deltagelse. Hvis noen av disse kvalifiserte løperne trekker seg, vil løperne rangert som nr. 9, 10 osv. på 3.000 m kvinner og nr. 13, 14 osv. på 5.000 m menn få tilbud om å starte på distansene.



4. FELLESSTART

Det arrangeres fellesstart for menn og kvinner, begge klasser 16 runder med 3 innlagte spurter pluss spurt ved målgang. Se kapitlet «Løpsregler fellesstart 2025/2026» og ISUs konkurranse-regler §244 pkt. 3.

5. KVALIFISERING TIL NM ENKELTDISTANSER

Se kapitlet «Norges Skøyteforbunds uttakskriterier for norske mesterskap sesongen 2025/2026».

- Juniorløpere født før 01.07.2010 (Junior B1 og eldre) som er kvalifisert i henhold til ovennevnte regler, vil bli tatt ut på lik linje med seniorløpere.
- Uttatte løpere rangeres med gjeldende rankingtider.
- Løpere som er kvalifisert på en av de andre distansene er automatisk kvalifisert til fellesstart, men må melde seg på hvis de skal delta. Hvis mer enn 24 løpere melder seg på, rankes løperne etter 1.500 m, og de 24 beste får delta på fellesstarten.
- NSF offentliggjør rankinglistene over kvalifiserte deltakere på forbundets hjemmesider.



Distanseoppsett, regler for uttak, kvalifisering, gruppeinndeling og parsammensetning for NM Senior Sprint og Senior Allround i Fosenhallen, Bjugn 14.-15.03.2026

Siste oppdatering: 14.09.2025

1. PROGRAM

NM 2026 senior sprint og allround avvikles i ett stevne over 3 dager etter følgende program:

	Menn	Kvinner	Konkurranse
1. dag	500 m	500 m	1. distanse sprint firkamp
	1.000 m	1.000 m	2. distanse sprint firkamp
		500 m	1. distanse allround
		3.000 m	2. distanse allround
2. dag	500 m	500 m	3. distanse sprint firkamp
	500 m		1. distanse allround
		1.500 m	3. distanse allround
	5.000 m		2. distanse allround
3. dag	1.000 m	1.000 m	4. distanse sprint firkamp
	1.500 m		3. distanse allround
	10.000 m	5.000 m	4. distanse allround

2. TREKNING OG PARSAMMENSETNING

- Løpere som deltar i allround- og sprint-mesterskapene trekkes i grupper etter reglene for disse mesterskapene som angitt i NSF spesielle bestemmelser.
- Ved trekning av de to første distansene i mesterskapene i sprint og allround, skal løperne plasseres i grupper, basert på deres rankingtid på respektive 500 m og 5.000 m/3.000 m (allround) og 500 m og 1.000 m (sprint).
- Det dannes fortløpende grupper på 8 løpere innen hver gruppe. Overdommer kan, i samråd med stevnets TD, beslutte grupper på 6 eller 4 løpere hvis dette er naturlig i henhold til rankingtidene. Svakest rangerte løpere danner siste gruppe.
- NSF er ansvarlig for godkjenning av kvalifiseringstidene og tidsrankinglisten som bestemmer gruppeinndelingen. Hvis det er delt plassering på 8. eller 16. plass i tidsranking, skal det avgjøres ved loddtrekning hvilke løpere som skal plasseres i de enkelte grupper.
- I allround skal parsammensetningen på tredje distanse baseres på løpernes poengstilling sammenlagt etter to distanser. Hvis noen av deltakerne har samme sammenlagte poengsum, skal den løper med best tid på første distanse rangeres høyest. Parenes rekkefølge skal være motsatt av løpernes rangering: Løperne som ligger på 1. og 2. plass etter to distanser skal gå i siste par, løperne som ligger på 3. og 4. plass skal gå i nest siste par osv.
- I allround skal bare 12 løpere starte på fjerde distanse. Hvis antall startende totalt er lavere enn 20, skal antall startende på fjerde distanse reduseres til halvparten av antall totalt startende, avrundet oppover til nærmeste partall. Hvis antall totalt startende er 12 eller lavere, skal 8 løpere starte på fjerde distanse. Se Spesielle Bestemmelser § 13, pkt. 2d.



- I sprint skal, på tredje og fjerde distanse, sammensetningen av parene baseres på rekkefølgen sammenlagt etter respektive 2 og 3 distanser med banebytte.
- For å delta på mesterskapets siste distanse må en løper ha fullført alle tidligere distanser i mesterskapet med gyldig resultat.
- Rankinglister offentliggjøres seinest torsdag 12. mars 2026.

3. KVALIFISERING

- Juniorløpere født før 01.07.2008 (klasse A1 og eldre) som er kvalifisert i henhold til ovennevnte regler, vil bli tatt ut på lik linje med seniorløpere.
- Uttatte løpere rangeres med gjeldende rankingtider.
- NSF offentliggjør rankinglistene over kvalifiserte deltakere på forbundets hjemmesider.

4. KVALIFISERING TIL NM SENIOR SPRINT OG NM SENIOR ALLROUND

Se kapittelet «Norges Skøyteforbunds Uttakskriterier for Norske mesterskap sesongen 2025-2026».



Resultatrapportering, startlisens, startkontingent, klassebestemmelser m.m. for sesongen 2025-2026

Siste oppdatering: 14.09.2025

RAPPORTERING/INNSENDING AV RESULTATLISTER

Arrangørene plikter å sende inn offisielle løpsprotokoller/komplette resultatlister, inkludert eventuelle løp utenfor konkurranse, fra alle nasjonale og internasjonale løp (herunder norgescup og NM) direkte til NSF's kontor senest innen 4 dager etter stevnets avholdelse. Ordinære, rangerte resultatlister benyttes for klassene 11 år og eldre. For klassene 10 år og yngre kan urangerte lister (f.eks. i alfabetisk rekkefølge eller etter startnummer), merket «*Skal ikke publiseres*», henges opp på arrangementstedet og fjernes etter at løpet er slutt. Dette gjelder før 1. januar. Etter denne dato kan 10 års klassen publiseres med resultater på vanlig måte. Statistikkgruppen ønsker fremdeles resultatene for de under 10 år, men disse skal ikke publiseres. Begge lister sendes NSF, men den sistnevnte er kun til arkiv og blir ikke publisert på nettsidene. Bruk e-post: skoyteforbundet@nif.idrett.no og daria.kamelkova@nif.idrett.no for nasjonale stevner og i tillegg nc.ansvarlig@gmail.com for norgescup stevner.

Stevnets overdommer sender egen rapport til TKH/DUH innen en uke etter stevnet. Se e-post adresser i foten av skjemaet.

I tillegg: NSF's Statistikkgruppe (SG) ber om at komplette resultatlister fra alle øvrige løp også blir sendt NSF's kontor snarest mulig (e-post daria.kamelkova@nif.idrett.no), det være seg interkretskamper, kretsløp, klubblop, test/treningsløp etc. inkludert eventuelle løp utenfor konkurranse. Dette av hensyn til SG's statistikkarbeid, samt som en viktig dokumentasjon for NSF over skøyteaktiviteten over det ganske land.

STARTLISENS

Norges Skøyteforbund pålegger alle utøvere som deltar i konkurranse og trening (inkl. skøyteskoler) om å løse lisens for hver sesong. Løpere som er påmeldt i konkurranser, og ikke har gyldig lisens, nektes å starte i konkurransen. Dette er i henhold til NSF's lover og spesielle bestemmelser. Det er klubbens ansvar å påse at klubbens løpere har løst lisens før de starter i løp. NSF vil foreta jevnlig stikkprøver. Ved manglende lisens informeres klubb og krets umiddelbart. Har en løper deltatt i konkurranse uten gyldig lisens, vil løperens resultat bli strøket, og angjeldende løper får ikke starte i nytt stevne før lisens er betalt. Ved påmelding via iSonen blir det automatisk sjekket at en løper har gyldig lisens.

NORGES IDRETTSFORBUNDS BARNEIDRETTSBESTEMMELSER

NSF's styre understreker at våre arrangører er forpliktet på NIF's barneidrettsbestemmelser. Således kan det i aldersbestemte klasser kun arrangeres internasjonale løp for klassene Junior B, Junior C og 12 år. Klassene 10 og 11 år kan selvsagt legges inn i stevnet som nasjonale klasser.

For NSF's barneidrettsbestemmelser, se:

<https://www.skoyteforbundet.no/barneidrett/artikler/barneidrett-i-norges-skoyteforbund/>

STARTTILLATELSE LØP I UTLANDET

Løpere som ønsker å starte i løp i utlandet må gjennom sin klubb søke Norges Skøyteforbund om starttillatelse senest to uker før det aktuelle stevnet. Søknad sendes på e-post til skoyteforbundet@nif.idrett.no.

NB! Kun løpere som holder seg innenfor NIFs barneidrettsbestemmelser hva alder angår, det vil si fyller minst 12 år i kalenderåret, får startlisens for løp i utlandet. Eneste unntak er «grensesamarbeid» hvor reglene for nasjonale løp er gjeldende.

DISPENSASJONER

Juniorløpere som ønsker å delta i seniorstevner, samt løpere fra aldersbestemte klasser som ønsker å delta i junior A-stevner, må søke Teknisk Komité Hurtigløp om dispensasjon senest to uker før det aktuelle stevnet. Teknisk Komité Hurtigløp vil da på *kvalitativt* grunnlag avgjøre om dispensasjon skal innvilges eller ikke. Dersom et stevne omfatter begge angjeldende klasser skal løperne delta i den klassen vedkommende aldersmessig tilhører.

For norgescup-stevner kan Junior B1 (15 år) starte. Se NC reglementet vedrørende dispensasjoner. Funksjonshemmede kan søke om dispensasjon for hele sesongen. Dispensasjonssøknader sendes dispensasjoner@gmail.com.

UTTAK TIL NORGESMESTERSKAP/PÅMELDING TIL VETERANMESTERSKAPET

I henhold til NSF's Spesielle bestemmelser § 12, pkt. 1b skal NSF/TKH foreta direkte uttak. Klubbene skal innen fastsatt frist bekrefte/avkrefte NM-deltakelse.

Når det gjelder Veteranmesterskapet, enkeltdistanser, skal fortsatt påmelding skje direkte til arrangøren. For Landsmesterskapet, se eget avsnitt nedenfor.

STARTKONTINGENT NORSKE MESTERSKAP

NSF har fastsatt følgende startkontingenter i offisielle og uoffisielle norske mesterskap:

NM allround/sprint, senior/junior: Kr 1.200,–.

NM enkeltdistanser, pr. distanse: Kr 300,–.

Veteranmesterskapet, enkeltdistanser pr. distanse: Kr 300,–.

Landsmesterskapet (12-16 år), enkeltdistanse, pr. distanse: Kr 300,–.

Hvis flere mesterskap arrangeres samtidig (for eksempel allround og sprint firkamp sammen med enkeltdistanser), der en deltaker har betalt for sammenlagt mesterskapet og en eller flere distanser er kombinert med en distanse i enkeltdistansemesterskapet, deltar løperen i det sist nevnte mesterskap uten å betale den ekstra startkontingent for distansen(e).

Startkontingenten betales til arrangør.

PÅMELDINGER TIL STEVNER

NSF har bestemt at fra sesongen 2025-2026 skal iSonen brukes som påmeldingssystem for alle terminfestede løp. Samtidig oppfordres alle klubber til å benytte iSonen til påmelding av mindre løp og aktiviteter i klubben. iSonen er NIF's eget system som er koblet opp mot Min Idrett. iSonen vil ved påmelding sjekke om en løper har løst lisens, noe som kreves for å delta i løp. Isonen har en betalingsløsning som er koblet opp mot det som klubbene har av kontoer i Klubbadmin. Det vil gjøre

det lettere for arrangørklubber å sikre at de får inn påmeldingsavgifter. Forbundet vil også få mye bedre data og statistikker på hvor mye aktivitet vi har. Arrangører må sende inn løpsinformasjon til Daria Kamelkova (Daria.Kamelkova@nif.idrett.no), slik at alle løp vil ligge oppdatert med påmeldingslenker under stevneinformasjon på Skøyteforbundets nettsider.

<https://www.skoyteforbundet.no/hurtiglop/stevneinformasjon/>.

I stevneinvitasjonen skal siste frist for påmeldinger, og adressen for disse, fremgå. Ved stevner og mesterskap hvor det er pengepremier er det viktig å informere om hvordan disse blir utbetalt, og hvilke opplysninger arrangør ønsker fra deltakerne (kontonummer etc.).

PÅMELDING TIL LANDSMESTERSKAPET GUTTER/JENTER (12–16 ÅRS KLASSER SAMT PARA-KLASSER)

Landsmesterskapet arrangeres for klassene 12-13-14-15-16 år (én og én årsklasse), samt klasser for Para utøvere. Landsmesterskapet er åpent for alle som er født mellom 01.07.2008 og 30.06.2013, unntatt Para utøvere som ikke har aldersinndeling, kun en klasse for gutter og en for jenter. Løperne som meldes på må representere en norsk klubb, og må være norske statsborgere eller har hatt fast bopel i Norge pr. 1. juli før sesongen mesterskapet finner sted. Hver klubb melder på sine løpere direkte i iSonen, navn, klasse, distanser, fellesstart og lagøvelser. Arrangør sender over komplett deltakeroversikt til NSF's sportseksperter for godkjenning av sesongbestetider som grunnlag for trekning distanser og klasser. Liste over de løpere som ønsker å gå lagøvelser sendes i tillegg til kretsen, som setter opp kretsens lag. Lagoppstillingene pluss liste over de løpere som ønsker å gå en lagøvelse, men er for få til å danne fulle lag, sendes også til NSF's sportseksperter, som setter opp «mixlagene» bestående av løpere fra mer enn en krets. Frist for påmelding av løpere settes til mandag 26. januar 2026 slik at NSF's sportseksperter kan få tid til å gå gjennom deltakerliste og godkjenne sesongbestetid for hver løper, klasse og distanse. Alle deltakere må ha en lisens gyldig for sesongen 2025-2026. Se Spesielle Bestemmelser § 13, pkt. 5a. Distanseprogram for LM finnes i NSF's Spesielle Bestemmelser, § 13, pkt. 5b.

ANBEFALING PREMIERING I ALDERSBESTEMTE KLASSER

Norges Skøyteforbund anbefaler følgende retningslinjer for premiering i aldersbestemte klasser:

10 år og yngre (inkl. rekrutt): Full premiering.

11 og 12 år: Halv premiering.

Junior C og eldre: Tredjedels premiering.

Denne anbefalingen bør gjelde alle typer stevner for aldersbestemte klasser hvor det kreves startkontingent, dersom ikke annet spesifikt er angitt i stevneinnbydelsen.

Brøkene er ut ifra antall løpere som er med i trekningen (første dag, dersom det er et to dagers stevne), og skal *forhøyes*, det vil si at er det for eksempel 34 påmeldte i Junior C, skal det utdeles 12 premier.

KLASSEBESTEMMELSER HURTIGLØP – SESONGEN 2025-2026

Menn/Kvinner:

Senior: (MS/KS), født 30.06.2006 og tidligere.

Neoseniør: (MNS/KNS), født 01.07.2002 - 30.06.2006.

Junior A: (MJ/KJ), født 01.07.2006 - 30.06.2008.

**Aldersbestemte klasser (gutter/jenter)**

Junior B: G/J 15 og 16 år, født 01.07.2008 - 30.06.2010.

Junior C: G/J 13 og 14 år, født 01.07.2010 - 30.06.2012.

12 år: G/J 12 år, født 01.07.2012 - 30.06.2013.

11 år: G/J 11 år, født 01.07.2013 - 30.06.2014.

10 år: G/J 10 år, født 01.07.2014 - 30.06.2015.

Rekrutter: Fra det kalenderår de fyller 6 år, født 2019 og eldre kan delta i 2025, født 2020 og eldre kan delta i 2026.

Veteraner, menn/kvinner:

Veteran 29-33 år: (M30/K30), født 01.07.1991 – 30.06.1996

Veteran 34-38 år: (M35/K35), født 01.07.1986 – 30.06.1991

Veteran 39-43 år: (M40/K40), født 01.07.1981 – 30.06.1986

Veteran 44-48 år: (M45/K45), født 01.07.1976 – 30.06.1981

Veteran 49-53 år: (M50/K50), født 01.07.1971 – 30.06.1976

Veteran 54-58 år: (M55/K55), født 01.07.1966 – 30.06.1971

Veteran 59-63 år: (M60/K60), født 01.07.1961 – 30.06.1966

Veteran 64-68 år: (M65/K65), født 01.07.1956 – 30.06.1961

Veteran 69-73 år: (M70/K70), født 01.07.1951 – 30.06.1956

Veteran 74-78 år: (M75/K75), født 01.07.1946 – 30.06.1951

Veteran 79-83 år: (M80/K80), født 01.07.1941 – 30.06.1946

Veteran 84-88 år: (M85/K85), født 01.07.1936 – 30.06.1941

Veteran 89-93 år: (M90/K90), født 01.07.1931 – 30.06.1936

Retningslinjer for seiersseremonier ved nasjonale mesterskap i hurtigløp

Siste oppdatering: 16.10.2025

1. MESTERSKAP HVOR DET UTDELES KRANS

- NM allround senior
- NM sprint senior
- NM allround junior
- NM sprint junior
- NM kortbane senior
- NM kortbane junior

Ved den avsluttende medaljeutdeling, samt kåring av mester, benyttes følgende prosedyre:

- Banespeaker informerer om tidspunkt for seiersseremoni og kaller fram de aktuelle løpere til seiersseremoni. Løpere og andre som er involvert i seremonien samles i ett område vekk fra der pallen er og selve seremonien skal foregå.
- Når alle er til stede, gjøres det klart til innmarsj etter følgende rekkefølge: Flagg – Den som bærer medaljene – Utøvere (pallen pluss de resterende som skal ha premier) – Den/de som deler ut – Flagg til slutt. Fanfare spilles, og man går mot pallen.
- Speaker annonserer medaljevinnerne etter følgende prosedyre:
 - 1) Medaljer og forbundets pokal deles ut av forbundets representant «NN».
 - 2) Premiene deles ut av (personens funksjon) «NN».
 - 3) «Nr. 3 og bronsemedaljevinner, fra (klubbnavn), «NN».
 - 4) «Nr. 2 og sølvmedaljevinner, fra (klubbnavn), «NN».
 - 5) «Nr. 1 og gullmedaljevinner og vinner av forbundets pokal, fra (klubbnavn), «NN».
- Når alle medaljevinnerne har fått sine medaljer, overrekkes premier til de øvrige deltakere som har kvalifisert seg til dette. Premier til de som står på pallen deles ut rett etter at de har fått sine respektive medaljer. Overrekker kan være spesielle æresgjester, representanter for arrangør/hovedkomité, barn, etc.
- Etter gave-/blomsteroverrekkingen gir speaker ordet til stevnets overdommer (egen mikrofon på indre bane er å foretrekke), som sier følgende: «Som mesterskapets overdommer har jeg æren av å utrope til ny norsk mester i (mesterskapstype) for (årstall). (Liten pause). Den nye norske mesteren fra (klubbnavn) er: «NN»». Deretter overrekker overdommer kransen til mesteren. Alternativt kan speaker si dette på vegne av stevnets overdommer med følgende ordlyd: «På vegne av mesterskapets overdommer har jeg æren av å utrope til ny norsk mester i (mesterskapstype) for (årstall). (Liten pause). Den nye norske mesteren fra (klubbnavn) er: «NN»». Deretter overrekker overdommer kransen til mesteren.
- Speaker annonserer Norges nasjonalsang, som deretter avspilles.

Ved kåring av flere mestre samme dag, for eksempel NM enkeltdistanser, senior og junior allround og sprint, kan det kjøres separate seremonier i passende pauser etter at alle fire distanser er avholdt,

eller man kan samle alle seremonier for de øvelser som er ferdig den dagen som siste post på dagens program.

Etter seiersseremonien kan det gjerne organiseres æresrunde for mesterne, fulgt av flaggborg og akkompagnert av skøytevalser, gratulasjonssanger, eller liknende over høyttaleranlegget.

Ved sammenlagtmeisterskap utdeles ikke medaljer for hver enkelt distanse, men etter hver distanse overrekkes de tre beste gaver eller blomster på seierspallen, og det avspilles fanfare. I NM hvor to eller flere av NMene blir arrangert i ett stevne, kan TKH/TD i samråd med arrangør beslutte at gave-/blomsteroverrekkelser til de tre beste på hver distanse i sammenlagtmeisterskapene (2x500 m, sprint firkamp, allround firkamp) ikke skal avholdes.

2. MESTERSKAP UTEN UTDELING AV KRANS

NM enkeltdistanser

Ved medaljeutdeling samt kåring av mestre, benyttes følgende prosedyre:

Banespeaker informerer om tidspunkt for seiersseremoni og kaller fram de aktuelle løpere til seiersseremoni. (Det anbefales å samkjøre seiersseremoni for to distanser – en for kvinner og en for menn.) Løpere og andre som er involvert i seremonien samles i ett område vekk fra der pallen er og selve seremonien skal foregå.

- Når alle er til stede, gjøres det klart til innmarsj etter følgende rekkefølge: Flagg – Den som bærer medaljene – Utøvere – Den/de som deler ut – Flagg til slutt. Fanfare spilles, og man går mot pallen.
- Speaker annonserer medaljevinnerne etter følgende prosedyre:
 - 1) «Medaljene deles ut av stevnets overdommer (alternativt ass. overdommer, NSF's representant, representanter for arrangør, spesielle inviterte gjester, barn etc.), «NN».
 - 2) «Gaver/blomster deles ut av (personens funksjon), «NN».
 - 3) «Nr. 3 og bronsemedaljevinner, fra (klubbnavn), «NN».
 - 4) «Nr. 2 og sølvmedaljevinner, fra (klubbnavn), «NN».
 - 5) «På vegne av mesterskapets overdommer (alternativt ass. overdommer), har jeg æren av å utrope vinneren. Nr. 1, gullmedaljevinner og norsk mester (årstall) på (distanse) for (menn/kvinner): Fra (klubbnavn): NN!»
- Overdommer eller assisterende overdommer overrekker gullmedaljen til mesteren.
- Medaljevinnerne overrekkes gaver eller blomster.

Deretter gjennomføres den samme prosedyre for den andre distanse/klasse. Speaker annonserer at alle medaljevinnerne skal på plass på pallen og annonserer nasjonalsangen, som deretter avspilles. Ingen æresrunde.

Tilsvarende prosedyre kan benyttes ved arrangementer som ikke har offisiell NM-status, som LM og Veteranmeisterskapet. I stedet for nasjonalsang avspilles fanfare.

Oppgavene som medaljeoverrekker kan fordeles mellom NSF's representant, overdommere, representanter for arrangør, spesielle inviterte gjester og barn.

3. KONGEPOKALENS FORDELING

Skøytetinget 2025 vedtok følgende fordeling av Kongepokalen:

2026: NM menn senior hurtigløp og NM kvinner senior hurtigløp.

2027: Avgjøres ved en senere anledning.

TD ved det siste arrangerte norske senior mesterskap, for sesongen 2025/26 er det NM Senior Sprint og Allround i Bjugn, setter sammen en jury. Medlemmer er stevnets overdommere, NSF's representant i tillegg til TD og eventuelle ressurspersoner det er naturlig å ta med. Juryen vurderer NM Enkeltdistanser, NM Senior Sprint og NM Senior Allround samlet. Kongepokalen tildeles henholdsvis den kvinnelige og mannlige løper som etter juryens vurdering har utført den beste prestasjonen i disse mesterskapene.

4. UTDELING AV KONGEPOKALER

Kongepokalen(e) overrekkes vinneren(e) av NSF's representant, assistert av stevnets overdommer, under siste seiersseremoni på banen siste dag av stevnet, etter at overdommer(ne) har kåret mester(ne) og nasjonalsangen er avspilt for disse.

Ved utdeling av Kongepokalen(e) benyttes følgende prosedyre:

- Banespeaker informerer om utdeling av Kongepokalen(e), og kaller fram de aktuelle løpere.
- Når alle er på plass avspilles fanfare og man går mot podiet. Rekkefølge; Flagg – Den som bærer pokalene, Utøvere – Den/de som deler ut – Flagg.
- Enten har man mikrofon på indre bane for at utdeler skal si noen ord, eller speaker sier: «På vegne av (utdeler) har jeg æren av å utdele Kongepokalen (årstall) til «NN» fra (klubbnavn) for (prestasjon i NM)».
- Det gjennomføres en seremoni for kvinner og en for menn.
- Etter at begge pokaler er delt ut, avspilles nasjonalsangen.

5. UTDELING AV NSF'S POKAL

I de mesterskap hvor NSF's pokal deles ut til vinnerne (sprint og allround, senior og junior), utdeles pokalene på premieutdelingen sammen med medaljene etter siste dags stevne av NSF's representant ved mesterskapet, gjerne i tilknytning til en kort tale.

6. PREMIERING

Ved nasjonale mesterskap gjelder følgende retningslinjer for premiering (i tillegg til medaljer nevnt ovenfor):

- Allround: Alle som fullfører fire distanser, skal premieres (fysiske premier, alternativt pengepremier kan benyttes).
- Sprint: Premiering til minimum 1/3 av det antall som er med i trekningen første dag (fysiske premier, alternativt pengepremier kan benyttes).
- Enkeltdistanser: Medaljer til de tre beste på hver distanse.
- Landsmesterskapet: Premiering til minimum 1/3 av det antallet som er med i trekningen. 1/2 premiering i 12 års klassen. I tillegg skal samtlige deltakere ha en deltaker-/minnepremie.
- Premieutdelingen skjer etter at medaljeseremonien og eventuelle utdeling av pokaler er ferdig.



7. ANDRE FORHOLD SOM MÅ VURDERES

- Hvordan er forholdene for å få løpere til/fra seremoniene, med og uten skøyter.
- Den visuelle bakgrunn for seremoniene med hensyn til mediedekningen.
- Sponsorenes plassering i forbindelse med seremoniene.
- Flaggplassering.
- Tilstrekkelig med plass for publikum og andre skøyteløpere.
- Løsning som fungerer i ulike værforhold.
- Muligheter for at banemannskapet skal kunne jobbe under seremonien uten å forstyrre/bli forstyrret.
- Lydbildet i forbindelse med annonseringer, taler, nasjonalsang og fanfarer.

Løpsregler fellesstart 2025-2026

Siste oppdatering: 07.10.2025

1. GENERELT

Løp med fellesstart kan arrangeres i nasjonale konkurranser i henhold til NSF's spesielle bestemmelser, ISUs konkurranseregler hurtigløp («ISU Special Regulations and Technical Rules») og eventuelle tilleggsregler som er angitt i stevneinnbydelsen.

Eksempler på tilleggsregler i innbydelsen kan være beskrivelse av alternative konkurranseformater, som antall runder, antall innlagte spurter, om at løpere kan tas ut av løpet underveis basert på plassering etter et antall runder eller liknende.

De viktigste retningslinjene for fellesstart-konkurransene skal være gjengitt i dette dokumentet, men for flere detaljer henvises til det generelle regelverket, som ISUs konkurranseregler § 257 om organisering av løp med fellesstart og § 265, pkt. 6, om resultater for fellesstartløp. I tillegg henvises til § 224 om sikkerhetsutstyr, § 279 om utstyr for tidtaking, identifikasjon av løperne og brudd på utstyrsreglene og aktuelle deler av ISU Communications som gjelder fellesstart i internasjonale konkurranser i ISU-regi, «ISU Events».

For fellesstart i ISU Events henvises til følgende ISU Communications:

2651 «Mass Start and Team Races at ISU Speed Skating Events – Safety Measures, Promotion Initiatives and Race Organization» og 2721 «Protection equipment in Speed Skating and Short Track».

2. KONKURRANSEFORMATER, DISTANSER, SPURTER OG SPURTPOENG

2.1. Anbefalte konkurranseformater

For nasjonale konkurranser for junior- og senior-klassene, som i NC og NM enkeltdistanser, anbefales formatene som brukes ved ISU junior- og senior-mesterskap og World Cup, som beskrevet i § 257, pkt. 2.1, med rangering som beskrevet i § 265, pkt. 6.

For senior kvinner og menn, § 265, pkt. 6.3:

- 16 runder med 3 (tre) innlagte spurter etter 4, 8, 12 runder og spurt ved målgang.
- Det ringes en runde før hver spurt, dvs. 13, 9, 5 og 1 runde gjenstår.

For junior kvinner og menn, § 265, pkt. 6.4:

- 10 runder med 2 (to) innlagte spurter etter 4 og 7 runder, og spurt ved målgang.
- Det ringes en runde før hver spurt, dvs. når hhv. 7, 4 og 1 runde gjenstår.

For hver innlagt spurt tildeles spurtpoeng som teller i den endelige rangeringen, og tildeling av spurtpoeng skal være slik at det tre første over mål også blir nr. 1, 2 og 3 i sluttstillingen, dvs:

- Ved de innlagte spurtene underveis:
 - De tre (3) første løperne tildeles 3 – 2 – 1 spurtpoeng.
- For den avsluttende spurt ved målgang vil de seks (6) første løperne tildeles:
 - Senior konkurranser: 60 – 40 – 20 – 10 – 6 – 3 spurtpoeng.
 - Junior/neosensor konkurranser: 30 – 20 – 10 – 4 – 2 – 1 spurtpoeng.

Se vedlegg, noterings-skjema for fellesstart for disse to konkurranseformatene.

For Landsmesterskapet er distansene som angitt i NSF's Spesielle Bestemmelser § 13, pkt. 5b og c):

- Gruppe 3 og gruppe 4: 6 runder med 2 (to) innlagte spurter etter 2 og 4 runder, og spurt ved målgang.
Det ringes en runde før hver spurt, dvs. når hhv. 5, 3 og 1 runde gjenstår.
- Gruppe 2: 8 runder med 2 (to) innlagte spurter etter 3 og 6 runder, og spurt ved målgang.
Det ringes en runde før hver spurt, dvs. når hhv. 6, 3 og 1 runde gjenstår.
- Gruppe 1: 10 runder med 2 (to) innlagte spurter etter 4 og 7 runder, og spurt ved målgang.
Det ringes en runde før hver spurt, dvs. når hhv. 7, 4 og 1 runde gjenstår.
- Para: 4 runder med 1 (en) innlagt spurt etter 2 runder, og spurt ved målgang.
Det ringes en runde før hver spurt, dvs. når hhv. 3 og 1 runde gjenstår.
- Deltakerne deles opp i grupper på maksimum 21 løpere. Ved oddetall påmeldte løpere vil det legges til løper først i gruppe 1, så i gruppe 2 osv.

Eksempler

Under 21 løpere, 1 gruppe

<i>21 til 42 løpere, 2 grupper</i>	<i>43 til 63 løpere, 3 grupper</i>	<i>64 til 84 løpere, 4 grupper</i>
27 løpere: Gruppe 1: 14 løpere	44 løpere: Gruppe 1: 15 løpere	77 løpere: Gruppe 1: 20 løpere
Gruppe 2: 13 løpere	Gruppe 2: 15 løpere	Gruppe 2: 19 løpere
35 løpere: Gruppe 1: 18 løpere	Gruppe 3: 14 løpere	Gruppe 3: 19 løpere
Gruppe 2: 17 løpere	57 løpere: Gruppe 1: 19 løpere	Gruppe 4: 19 løpere
38 løpere: Gruppe 1: 19 løpere	Gruppe 2: 19 løpere	84 løpere: Gruppe 1: 21 løpere
Gruppe 2: 19 løpere	Gruppe 3: 19 løpere	Gruppe 2: 21 løpere
		Gruppe 3: 21 løpere
		Gruppe 4: 21 løpere

For spurter og spurtpoeng i Landsmesterskapet gjelder:

- Hver innlagt spurt tildeles spurtpoeng som teller i den endelige rangeringen, og
- tildeling av spurtpoeng skal være slik at det tre første over mål også blir nr. 1, 2 og 3 i sluttstillingen, dvs.:
- Ved de innlagte spurtene underveis:
De tre (3) første løperne tildeles 3 – 2 – 1 spurtpoeng.
- For den avsluttende spurten ved målgang vil de seks (6) første løperne tildeles:
30 – 20 – 10 – 4 – 2 – 1 spurtpoeng.

Se vedlegg, noterings-skjema for fellesstart for disse tre konkurranseformatene.

2.2. Tildeling av spurtpoeng og rangering

Fellesstart kan organiseres med innlagte spurter underveis, §257 pkt. 2.1, uten spurter underveis, slik at kun rekkefølgen ved målgang er tellende, eller etter andre formater, se §257 pkt. 2.2 og 2.3.

- For fellesstartkonkurranser som arrangeres med innlagte spurter, rangeres løperne etter oppnådde spurtpoeng, som beskrevet i § 265, pkt. 6.1 og etter prinsippene i ISU reglene § 265, pkt. 6.2 og 6.3, dvs.
 - De tre første løperne ved den avsluttende spurten, ved målgang, skal også rangeres som nummer 1 – 2 – 3 i løpet.
 - De neste løperne rangeres etter oppsamlede spurtpoeng underveis.
 - Løpere med likt antall spurtpoeng rangeres etter rekkefølgen i mål (ISU konkurranseregler § 265, pkt. 6.1).

- Løpere uten spurtpoeng rangeres etter sluttid ved målgang.
- Løpere som ikke fullfører, rangeres etter antall fullførte runder før de er tatt igjen med en runde, eller de på annen måte går ut av løpet.
- Hvis flere løpere går ut av løpet i samme runde vil de rangeres etter siste passeringstid for de gikk ut av løpet (ISUs konkurranseregler § 257, pkt. 2.1).
- For løpere som ikke fullfører løpet vil eventuelle oppnådde spurtpoeng ikke telle for plasseringen i løpet. Disse poengene vil ikke overføres til andre deltakere.

b) For fellesstartkonkurranser som ikke har innlagte spurter underveis bestemmes resultatet utelukkende av rekkefølgen av løperne over mål. (§ 265, pkt. 6.2).

2.3. Alternative konkurranseformater

For nasjonale konkurranser kan det brukes alternativer konkurranseformater, etter regler som kunngjøres i stevneinnbydelsen:

- Konkurranser over et fritt valgt antall runder.
- Konkurranser som ikke har innlagte spurter underveis, der resultatet bestemmes utelukkende av rekkefølgen av løperne over mål. (§ 265, pkt. 6.2).
- Konkurranser med regler som angir at en eller flere deltakere som er plassert sist ved bestemte punkter (et antall runder) i løpet av konkurransen tas ut av løpet.

3. KONKURRANSEREGLER

3.1. Konkurransebanen

Fellesstart går uten veksling av baner. Konkurransebanen merkes uten separate løpebaner og kan også inkludere oppvarmingsbanen. Kjegler kan brukes som markering av banen. Dersom det er nødvendig for en passende og sikker radius i svingen, kan banen merkes slik at bruken av den innerste delen av oppvarmingsbanen avgrenses.

3.2. Distanser

Distansen for en fellesstartkonkurranse spesifiseres som et antall runder, hvor nedtellingen starter første gang løperne krysser mållinjen.

3.3. Startprosedyre

Starten skal foregå midt på oppløpssiden, ved mållinjen for 1.000 meter på standardbaner. Deltakerne skal starte i rader, med maksimum 6 løpere i hver rad og med minst 1 meter mellom radene. Løpernes startposisjoner avgjøres ved trekning eller ranking av deltakerne, se § 244 pkt.3. Når alle deltakerne har stilt opp bak startlinjen gir starteren kommandoen "ferdig" og avfyrrer startskuddet. Løpere som beveger seg framover og ut av sin startrekke før skuddet avfyres, vil diskvalifiseres.

3.4. Etter starten

Den første runden skal løpes i en gruppe, uten raske akselerasjoner. Brudd på denne regelen vil medføre diskvalifikasjon. Hvis et fall som involverer en stor andel av løperne skjer under den første

runden vil løpet bli stoppet med fløyte eller ved et skudd fra starteren, og en ny start vil følge umiddelbart. Når en runde er fullført, skal det gis et tydelig signal (for eksempel et skudd fra startpistolen). Fra dette tidspunktet er det tillatt for løperne å akselerere for å oppnå bedre posisjon. Overdommer må huske fløyte. Assisterende OD kan også stoppe løp, avtal om dette i forkant.

3.5. Mål

Avslutningen av løpet er ved mållinjen (for 500 meter) ved slutten av oppløpssiden. Denne linjen er også mållinje for de innlagte spurtene hvis dette er en del av konkurransen.

3.6. Rundenvisning

Rundenvisning skal utføres som anvist i § 220. Første runde (som løpes i en gruppe, uten akselerasjoner) teller med i antall runder som skal løpes. Hvis innlagte spurter er en del av konkurransen, skal det ringes med klokka en runde før avslutningen av den innlagte spurtten.

3.7. Deltakere som blir tatt igjen

Løpere som blir tatt igjen (med en hel runde) av løperen som leder, eller av et visst antall deltakere definert i spesielle regler publisert for konkurransen, må flytte seg til ytre del av konkurransebanen og avslutte løpet umiddelbart. Løpere som ikke forlater løpet innen en hel runde vil bli diskvalifisert.

3.8. Fair Play, obstruksjon og usportslig opptreden

«Fair play» er en grunnregel, ingen obstruksjon av konkurrenter skal finne sted.

Enhver usportslig oppførsel mot andre deltakere kan medføre diskvalifikasjon. For eksempel: alvorlig obstruksjon av en deltaker, for ikke å følge en rett linje, med vilje blokkere en annen deltaker, eller når en usportslig oppførsel resulterer i en ulempe for en konkurrent; å hindre, blokkere, gå på eller dytte en annen løper med en hvilken som helst del av kroppen, kan anses som alvorlig obstruksjon og medføre diskvalifikasjon.

Overdommeren kan gi en hindret deltaker rett til kvalifisering til neste runde i en konkurranse med eliminasjonsrunder, for eksempel fra semifinale til finale.

Se ISUs konkurranseregler 257, pkt. 4.5

3.9. Stopp av løpet

Overdommeren skal stoppe løpet (§ 216, pkt.2) dersom det oppstår en farefull situasjon ved fall eller skader.

Løpet vil da bli stoppet ved et ekstra skudd eller fløytesignal fra starter eller dommer.

- Overdommeren avgjør om og når løpet skal startes på nytt
- Hele distansen skal løpes på nytt dersom løpet stoppes av sikkerhetshensyn og en ny start finner sted
- Ingen ny start vil tillates for løpere som er diskvalifisert for regelbrudd, eller som var tatt ut av løpet fordi de var tatt igjen med en runde før hendelsen som medførte stopp av løpet
- Hvis et krasj hvor en stor gruppe løpere (6 eller mer) faller, finner sted i løpet av den første runden, skal løpet stoppes og en ny start skal følge umiddelbart.

3.10. Bruk av sikkerhetsutstyr og utstyr for tidtaking og identifikasjon

Løperne må bære spesielt sikkerhetsutstyr (se også § 224), hjelmtrekk, armbind, vester eller annen identifikasjon, og i tillegg utstyr for tidtaking som er spesifisert for konkurransen. Deltakere som ikke oppfyller disse kravene, vil nektes start i konkurransen. (ref. ISU § 279, punkt 3, 4) og 5) eller diskvalifiseres hvis reglene brytes under løpet. Sikkerhetsutstyr er beskrevet i avsnitt nedenfor.

3.11. Resultater, rangering av deltakerne

- c) For fellesstartkonkurranser som arrangeres med innlagte spurter.
- De tre første løperne ved den avsluttende spurten, ved målgang, skal også rangeres som nummer 1 – 2 – 3 i løpet.
 - De neste løperne rangeres etter oppsamlede spurtpoeng underveis.
 - Løpere med likt antall spurtpoeng rangeres etter rekkefølgen i mål.
 - Løpere uten spurtpoeng rangeres etter sluttid ved målgang.
 - Løpere som ikke fullfører, rangeres etter antall fullførte runder før de er tatt igjen med en runde eller de på annen måte går ut av løpet. Hvis flere løpere går ut av løpet i samme runde vil de rangeres etter siste passeringstid.
 - For løpere som ikke fullfører løpet vil eventuelle oppnådde spurtpoeng ikke telle for plasseringen i løpet. Disse poengene vil ikke overføres til andre deltakere.
- d) For fellesstartkonkurranser som ikke har innlagte spurter underveis bestemmes resultatet utelukkende av rekkefølgen av løperne over mål. (§ 265, pkt. 6.2).

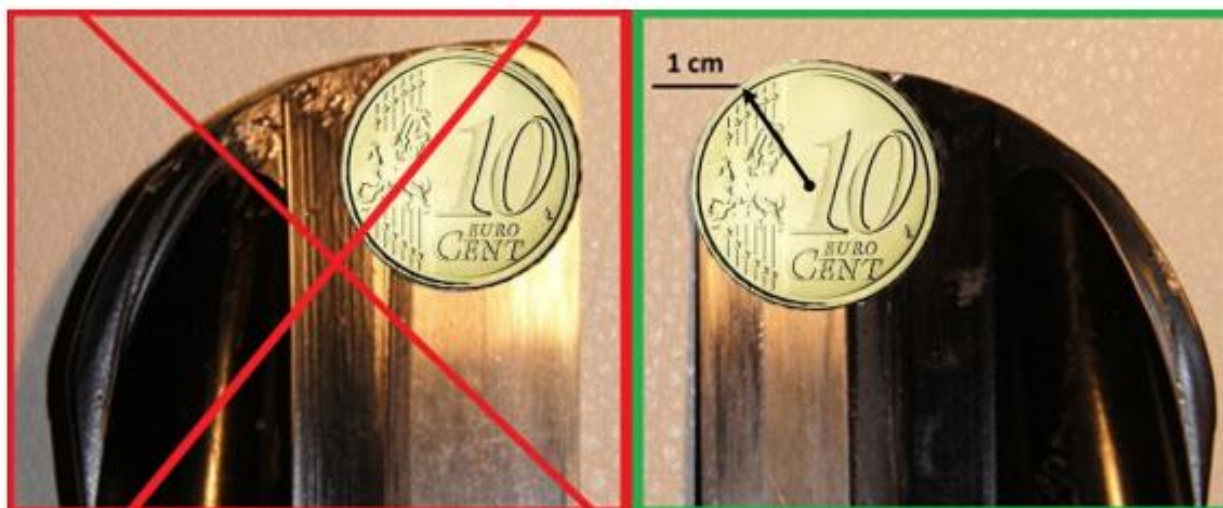
4. SIKKERHETSTILTAK

4.1. Avrunding av skøytestålet.

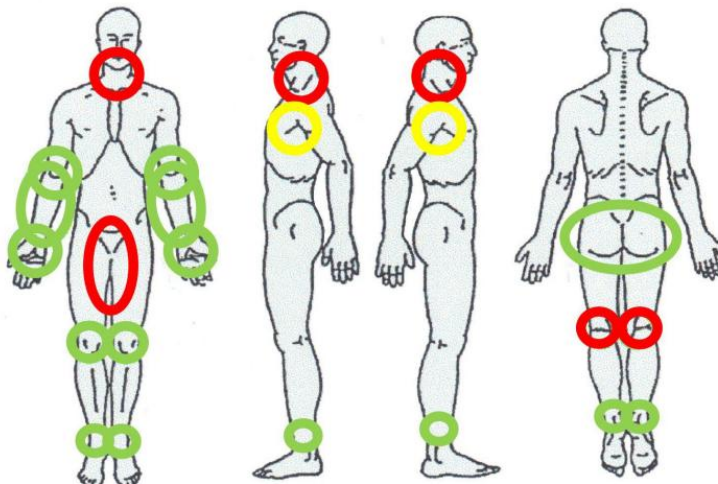
Fremre og bakre ende av skøytestålet skal være avrundet med en radius minimum 10 mm, som et kronestykke.

IKKE OK:

OK:



4.2. Krav til kuttsikkert utstyr



I figurene ovenfor indikeres:

- røde eller gule områder med fare for livstruende skader inkludert kutting av hovedpulsåre.
- grønne områder hvor det er høyere risiko for å få alvorlige kutt.

Spesifikasjoner for sikkerhetsutstyr og krav til bruk av utstyret i ISU Events er gitt i ISU Communication 2636.

ISU Communication 2636 angir tre nivåer for krav til sikkerhetsutstyr:

- For OL, UOL og alle ISU Events skal alle deltakere benytte konkurransedrakter med kuttsikker beskyttelse på nivå 3.
- For internasjonale konkurranser for senior og junior skal alle deltakere benytte konkurransedrakter med kuttsikker beskyttelse på nivå 2 (nivå tre er sterkt anbefalt).
I Norge gjelder dette for NC/NM og eventuelle andre internasjonale stevner.
- I konkurranser for gutte-/jenteløpere og veteraner er det sterkt anbefalt å benytte konkurransedrakter med kuttsikker beskyttelse på nivå 2.
- For rekrutter vil det være krav om beskyttelse i form av hjelm, kraftige hansker/votter, halsbeskyttelse og briller som minimum.

I konkurranser der ikke konkurransedrakt med integrert kuttsikker beskyttelse eller kuttsikkert undertøy med beskyttelse som beskrevet ovenfor anvendes, skal følgende benyttes:

- Kuttsikker halsbeskyttelse. Denne må plasseres under drakten slik at et skøytestål ikke kan gli under halsbeskyttelsen. Halsbeskyttelsen skal fullstendig dekke halsen under haka uavhengig av løperens posisjon. Dersom drakt med integrert kuttsikker beskyttelse har utilstrekkelig halsbeskyttelse, kan det kreves at det bæres ekstra halsbeskytter. Ellers vil det ikke bli gitt tillatelse til å starte.
- Kuttsikker ankelbeskyttelse
- Kuttsikker legg- og knebeskyttelse
- Kuttsikre hansker
- Øyebeskyttelse (briller)



Dette vil være godkjent som minimum for nasjonale gutte- og jentestevner inkl. LM.

ISU's krav om bruk av kuttsikre drakter og øvrig sikkerhetsutstyr i ISU Events, gjelder også øvelsene lagsprint, lagtempo og blandet stafett. Bruk av sikkerhetsutstyr som for fellesstart gjelder også under trening.

4.3. Hjelmer

Løpere på alle nivåer må bruke hjelmer som er i samsvar med nyeste ASTM standard, i øyeblikket ASTM F1849, eller andre standarder som kan godkjennes av ISU.

Store luftehull eller åpninger hvor et skøyteblad passer inn er forbudt. Åpninger må ikke være lengre eller større enn tykkelsen på hjelmen,

Løperne må sørge for at hjelmens hakestropp er strammet skikkelig slik at hjelmen holdes fast, og i riktig posisjon under hele konkurransen.



4.4. Kontroll av utstyr

Løpernes avrunding av skøytestål og evt. øvrige sikkerhetsutstyr vil kontrolleres i forkant av hvert løp ved et kontrollpunkt oppgitt på lagledermøte. Hver enkelt løper er ansvarlig for å bære skøyter og sikkerhetsutstyr som beskrevet ovenfor ved oppmøte til start og gjennom hele konkurransen. Dvs. det som benyttes av hjelm, hjelmstropp, halsbeskyttelse, drakt, hansker, kne-, legg- og ankelbeskyttelse, eventuelt transpondere og avrundete skøyter.

4.5. Sekundanter

Ved fellesstartkonkurranser har sekundanter ikke adgang til sekundantområdet eller på indre bane. (Se § 227 3a) og § 257 1.3).

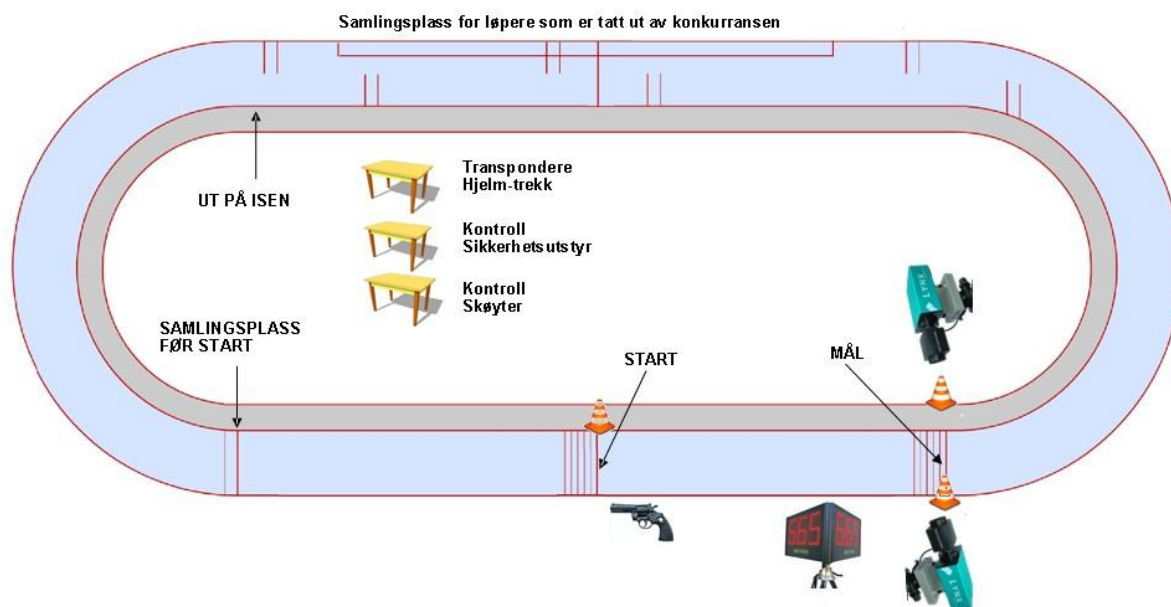
4.6. Unntak fra løpsregler for individuelle konkurranser

De følgende konkurransereglene gjelder ikke fellesstartkonkurranser: § 253 pkt. 3 og 4 (startprosedyre/feilstart), § 254 pkt. 2, 3, 4, 5 og 6 (konkurransbaner, veksling obstruksjon), § 255 (passering og pacing) og § 260 (ny start, omløp).

5. BRUK AV BANEN VED FELLESSTART

Arrangøren skal vurdere tilstrekkelige sikkerhetstiltak for konkurransen, tatt hensyn til lokale forhold. Overdommer skal kontrollere at det er angitt anbefalte posisjoner på banen for ulike funksjoner under avviklingen av konkurransen, som for et ISU-stevne. Tilpasninger kan gjøres avhengig av lokale

forhold. Områder er angitt for sjekk av skøyter og sikkerhetsutstyr og for utdeling av transpondere, hjelmtrekk med startnummer, for samling av løperne før start, start- og mållinjer. Venteområde for løpere som er tatt ut av konkurransen under løpet er sekundantområdet på vekslingssiden.



Figur 1. Bruk av banen ved fellesstart. Konkurransbanen merkes uten separate løpebaner. Oppvarmingsbanen kan inkluderes i konkurransbanen, men dette må tilpasses til lokale forhold. Kjegler kan brukes som markering av banen. Stasjoner på indre bane for sjekk av skøytestål, sikkerhetsutstyr og utlevering av transpondere og hjelmtrekk. anbefalte områder for inngang til konkurransbanen og samlingsplass før start, startlinje, og mållinje.

Samlingsplass for løpere som er tatt ut av konkurransen er i sekundantfeltet på vekslingssiden.

Regler for reklame på konkurransedrakt og utstyr

Siste oppdatering: 22.08.2025

I nasjonale og internasjonale stevner arrangert i Norge av klubber og lag organisert i NSF gjelder følgende regler:

1. Det totale arealet benyttet til reklame og logoer (utenom fabrikantens varemerker) skal ikke overskride seks hundre og femti (650) cm². Det maksimale antallet reklamer skal ikke overskride seks (6) på overkroppen og to (2) på underkroppen.
2. Det maksimale arealet for en enkelt reklame er 50 cm² på overkroppen, dvs. over livet/midjen, inkludert ermer, briller, hodeplagg («headgear») og hjelm, og 250 cm² på underkroppen.
3. Ingen reklame, unntatt fabrikantens varemerke (logo/firmanavn), er tillatt er på teknisk utstyr (skøyter, sko, hodeplagg, briller, hansker, hjelm, leggbeskyttere etc.). Fabrikantens varemerke kan kun stå ett sted på hver del av teknisk utstyr og klær. Konkurransedrakter (trikoter) regnes som to (2) deler, en (1) for overkropp og en (1) for underkropp. Skøyter regnes som seks (6) deler, 2 sko, to (2) jern og to (2) deler sin forbinder jern og sko (bro). Hvert enkelt av fabrikantens logo/firmanavn skal ikke være større pr. del enn angitt i ISU Communication 2508, dvs. 30 cm² på konkurransedrakten, 20 cm² pr. sko og jern, 6 cm² pr. bro, 8 cm² på hodeplagg, briller og hansker (1 pr. hanske), og 20 cm² på halsbeskyttelse, ankelbeskyttelse og beskyttere for jernene. I stedet for fabrikantens varemerke, kan løperens eget navn plasseres (trykkes, graveres, broderes etc.) på enhver utstyrsdel, med samme størrelsesrestriksjoner som for varemerker.
4. Armbind og trekk for hjelmer er ikke ansett som teknisk utstyr. Reklame her skal ikke overskride 50 cm². Hvis arrangør har solgt denne reklameplass til en av sine sponsorer, skal disse armbind og trekk for hjelmer benyttes (det vil si personlige armbind og trekk for hjelmer kan ikke benyttes). Se egne regler for ISU konkurranser i ISU Communications 2508.
5. Man kan ikke reklamere for produkter og firmaer som ikke passer inn under NSF og NIFs etiske regler (for eksempel alkohol og tobakk).
6. Ved tvil henvises til ISU Communications no. 2508, «Uniforms / Racing Suits / Clothing» .

Barneidrett i Norges Skøyteforbund

Siste oppdatering: 25.08.2025

«Idretten barnerettigheter» og «Bestemmelser om barneidrett» er vedtatt av Idrettstinget, og tydeliggjør idrettens anbefalinger om hvordan man skaper god aktivitet for det enkelte barn. NSF's presiseringer til Idrettens barnerettigheter kan du også lese om her:

<https://www.skoyteforbundet.no/barneidrett/> og

[Barneidrett i Norges Skøyteforbund \(skoyteforbundet.no\)](https://www.skoyteforbundet.no)

Se også: <https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/bestemmelser-om-barneidrett/>

Nedenfor finner man noen viktige faktorer som gjelder skøyter.

Før konkurranser i barneidretten gjelder følgende

Barneidrett er idrettsaktiviteter for barn til og med det året de fyller 12 år. Bestemmelser om barneidrett regulerer konkurranser i barneidretten. En av intensjonene er å redusere tid og kostnader brukt på reise til/fra aktivitet. Idrettslag oppfordres derfor til å følge de samme prinsippene for trening og andre aktiviteter i barneidretten.

- Barn kan delta i lokale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 6 år og først og fremst i egen klubb.
- Barn kan delta i regionale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 9 år. Det skal søkes til NSF om godkjenning for deltakelse i konkurranser i Norden og i Barentsregionen minimum en måned forut for planlagt konkurranse. Søknad hurtigløp sendes Daria.Kamelkova@nif.idrett.no
- Barn kan fra det året de fyller 11 år delta i åpne konkurranser og idrettsarrangementer i Norge, Norden og Barentsregionen.
- Barn fra nordiske land og Barentsregionen kan fra det året de fyller 11 år delta på konkurranser og i idrettsarrangementer i Norge.

Resultatlisters

Arrangørene plikter å sende inn offisielle løpsprotokoller/komplette resultatlisters, inkludert eventuelle løp utenfor konkurranse, fra alle nasjonale og internasjonale løp (herunder norgescup og NM) direkte til NSF's kontor senest innen 4 dager etter stevnets avholdelse.

Det kan benyttes resultatlisters, tabeller og rangeringer i konkurranser for barn fra det året de fyller 11 år, dersom det er formålstjenlig.

Dette betyr at i hurtigløp er det *ikke* lov å henge opp resultater og/eller tider før det året de fyller 11 år, ei heller urangert eller alfabetisk. Resultater fra 10-års klassene kan publiseres på vanlig måte fra det året deltakere fyller 11 år (etter nyttår hver sesong). For klassene 10 år og yngre kan løperne få vite tiden sin. Anbefalt løsning er at klubbtrener eller klubbleder/lagleder får tidene av sekretariatet etter løpet. Speaker kan opplyse om tid. Ingen resultater distribueres eller publiseres på nett etter stevnet. Ingen rangering før det året løper fyller 11 år.

Lister sendes NSF, bruk e-post: skoyteforbundet@nif.idrett.no og daria.kamelkova@nif.idrett.no for nasjonale stevner og i tillegg nc.ansvarlig@gmail.com for norgescup stevner.

Alle barn skal få premie i et idrettsarrangement dersom premiering skjer.



Internasjonalt

Barn til og med det året det fyller 12 år kan ikke delta i mesterskap som NM, EM, VM og tilsvarende. I skøyteforbundet er de ulike aldersgrensene angitt i grenens konkurransereglement/spesielle bestemmelser.

NSF hurtigløp definerer følgende områder som lokalt arrangement:

Alle klubber i området skal være tilknyttet et innendørsanlegg.

1. Oslo og Akershus Skøytekrets/Østfold Skøytekrets/Buskerud Skøytekrets/Hedmark Skøytekrets/Oppland Skøytekrets/Telemark og Agder Skøytekrets/Vestfold Skøytekrets.
2. Skøytekretsen Midt-Norge/Nord-Norsk Skøytekrets.
3. Rogaland Skøytekrets/Hordaland Skøytekrets/Sogn og Fjordane_Skeisekrins.

Dette betyr at barn fra 6 til 9 år kan delta så mye de ønsker innenfor regionalt område. Nasjonalt tre ganger etter søknad. Barn 9 til 11 år er ikke begrenset til sted. Det er imidlertid svært viktig at klubber som må reise for å finne is må ha fokus på å få ned kostnadene til et minimum for løperne.



NSFs Distansemerke (i hurtigløp) 2025/26

Siste oppdatering: 07.09.2025

1) Allround

Norges Skøyteforbunds distansemerke utdeles i hurtigløp på skøyter, allround til løpere tilsluttet NSF's lag/foreninger når de i en og samme sesong oppnår de i pkt. 6 nevnte poengsummer, sammenlagt for følgende distanser:

- Menn: 500 m – 1.500 m – 5.000 m – 10.000 m
- Kvinner: 500 m – 1.500 m – 3.000 m – 5.000 m

2) Sprint

Norges Skøyteforbunds distansemerke utdeles i hurtigløp på skøyter, sprint til løpere tilsluttet NSF's lag/foreninger når de i en og samme sesong oppnår de i pkt. 6 nevnte poengsummer, sammenlagt for følgende distanser:

- Menn: 500 m – 1.000 m
- Kvinner: 500 m – 1.000 m

3) NSF's distansemerke kan tas i to grader - sølv og gull.

4) Merket tildeles bare en gang i hver grad, men kan tas av en og samme løper i allround og sprint. Merkene bekostes av NSF og utdeles av lagene ved en passende anledning.

5) De distansetider som legges til grunn for poengsummen, må oppnås i behørig utskrevne nasjonale eller internasjonale stevner samt kretsmeisterskap på baner som oppfyller ISUs krav til en 400 m standardbane. (§ 203 i ISUs konkurranseregler). Tider oppnådd i «mix-klasser» godtas, og det kreves at stevnet er approbert. Resultater oppnådd i «gjesteklasser» ansees som utenfor konkurranse og godkjennes ikke.

NB! For merket gjelder kun tider registrert med elektronisk tidtaking.

6) Kravene fastsettes innen 1. oktober hvert år av Teknisk Komité Hurtigløp. Kravene for sesongen 2025/2026 er følgende:

- | | | |
|---------------------|------------------|------------------|
| • Menn allround: | Gull: 152,500 p. | Sølv: 157,500 p. |
| • Kvinner allround: | Gull: 167,500 p. | Sølv: 172,500 p. |
| • Menn sprint: | Gull: 69,500 p. | Sølv: 72,000 p. |
| • Kvinner sprint: | Gull: 77,500 p. | Sølv: 80,000 p. |

Retningslinjer for DUH

Siste oppdatering: 24.08.2025

1. ORGANISERING

- a. Dommerutvalg hurtigløp, DUH, er NSF's faglige instans i dommerspørsmål. DUH er administrativt underlagt styremedlem Teknisk hurtigløp (TH), som er leder av Teknisk komite hurtigløp (TKH).
- b. TH oppnevner DUHs leder og øvrige medlemmer snarest mulig etter NSF's Ting for den periode som TH ønsker.
- c. DUH består av leder og to medlemmer. I tillegg kan TH og/eller varamedlemmet møte som fullverdig utvalgsmedlem.
- d. Av DUHs tre medlemmer må over halvparten være autoriserte som overdommere/startere.

2. ARBEIDSOPPGAVER/ANSVARsomRÅDE

- a. DUH skal i samarbeid med kretsene sørge for utdanning av overdommere og startere. DUH har ansvaret for autoriseringen til nivå 3 etter avholdt kurs og prøve. For å bli autorisert som starter og/eller overdommer på nivå 3 må man være fylt 16 år.
- b. DUH skal (etter forslag fra kretsene) i samarbeid med TH innstille overfor NSF's styre kandidater til verv som ISU-startere og overdommere samt internasjonale overdommere/startere (nivå 1-2). (Jfr. NSF's lov).
- c. DUH oppnevner overdommere, startere og TDer i nasjonale mesterskap, landskamper, Norgescup-stevner eller andre stevner i hurtigløp TKH finner det formålstjenlig. Minst en av overdommerne og en av starterne skal komme fra annen klubb enn arrangøren. Arrangørene informeres om oppnevningen og inviterer de oppnevnte. ISU stiller krav om at i internasjonale stevner og nasjonale mesterskap skal overdommere og startere være fra ISUs liste over internasjonale overdommere og startere (nivå 1 og 2).
- d. DUH oppnevner overdommere og startere til norgescupstevnene i henhold til NC-reglene.
- e. DUH leverer innstilling til TH/NSF's styre på overdommere og startere ved internasjonale mesterskap og World Cup-konkurranser i Norge.
- f. DUH innstiller på kandidater til deltakelse på internasjonale kurs for overdommere og startere.
- g. I samarbeid med TH skal DUH gjennom TD-ordningen føre kontroll med overdommere og startere på nasjonalt plan ved å oppnevne en teknisk delegert, TD, ved større nasjonale stevner, landskamper, NM og norgescup.
- h. DUH skal føre og til enhver tid ajourføre kartotek over alle landets overdommere/startere med opplysninger om deres dommergrad og aktivitet. DUH har rett til å stryke en overdommer/starter fra kartoteket, det vil si inndra autorisasjonen, dersom han/hun uten akseptabel grunn ikke har påtatt seg oppgaver de siste tre sesonger.
- i. DUH skal, på grunnlag av innstillinger fra kretsenes autorisasjonsråd, stevnerapporter fra OD-er og TD-er, samt egne erfaringer, gjennomgå lista over overdommere og startere etter sesongslutt, vurdere opp- og nedrykk, og sette opp lista for neste sesong.
- j. DUH kan, etter søknad, reautorisere en overdommer/starter som har vært passiv i inntil to år. Ved lengre tids passivitet må denne gå opp til og bestå ny prøve, alternativt fungere som OD i et stevne der det av DUH oppnevnes en OD fra nivå 2 eller høyere, eller en TD, som ass. OD og observatør.



Denne godkjenner eller underkjenner en reautorisasjon. Startere kan reautoriseres ved å delta på starternes årlige seminar for å vise at han/hun er ajour med startprosedyrer og regelverket.

3. OPPHEVING AV EN OVERDOMMER/STARTERS AUTORISASJON.

- a. Dersom det saklig kan dokumenteres at en overdommer/starter har utvist faglig udyktighet eller på annen måte har stilt skøytesporten i vanry i utførelsen av sin gjerning, skal DUH, etter å ha innhentet hans/hennes forklaring, gi vedkommende en skriftlig advarsel med DUHs vurdering av sakens fakta og gi begrunnelse for advarselen.
- b. Dersom en overdommer/starter gjentatte ganger viser faglig udyktighet i sin funksjon skal DUH frata vedkommende autorisasjonen for minimum ett år og maksimum tre år, ut ifra vurdering av sakens karakter.
- c. Vedkommende kan, etter skriftlig søknad innen en måned etter DUHs avgjørelse, få sin sak prøvet for NSF's styre, før utestengelsen er effektiv. Vedtaket i NSF's styre er endelig.
- d. DUH har rett til, etter utestengelsestidens utløp, å reautorisere en overdommer/starter. DUH avgjør hvorvidt det er nødvendig for vedkommende å ta ny autorisasjonsprøve. Se også punkt 2.j.

Retningslinjer for kretsenes autorisasjonsråd

Siste oppdatering: 25.08.2025

1. Autorisasjonsrådet er en faglig instans underlagt skøytekretsens styre. Rådet velges på skøytekretsens ting og består av tre medlemmer og et varamedlem. Disse velges for to år, to medlemmer det ene året, et medlem og varamedlem det andre året. Autorisasjonsrådet velger selv sin leder. I kretser der det er to-årige valgperioder, velges alle på hvert ting.
2. Autorisasjonsrådet skal normalt bestå av minst en autorisert overdommer og en autorisert starter. Et råd uten overdommere kan ikke foreta autorisasjoner og må ta kontakt med annen krets eller NSFs dommerutvalg, DUH, når autorisasjonsprøver skal avlegges.
3. Autorisasjonsrådets oppgaver er:
 - a. Utdanne og autorisere kretsoverdommere og kretsstartere på nivå 4. Disse skal fra før være autorisert som dommere.
 - b. Gjennomføre kurs og autorisasjonsprøver for dommere, det vil si tidtakere og banedommere, og foreta autorisasjon av disse. Autorisasjon som dommer skal gis til kandidater som etter kurs består praktisk prøve som dommer/tidtager i et approbert stevne. Overdommer for stevnet kan etter avtale med autorisasjonsrådet fungere som sensor.
 - c. Føre kontroll og kartotek over autoriserte kretsoverdommere, kretsstartere og dommere. I dette ligger også muligheten til å oppheve en autorisasjon. Den som blir fratatt sin autorisasjon kan gjennom skøytekretsens styre få sin sak prøvd for DUH/TKH.
 - d. Finne kandidater for opplæring til nasjonale overdommere og startere, nivå 3, og melde disse, samt behov for kurs til DUH/TKH.
 - e. Legge fram forslag til DUH/TKH om eventuelle endringer i nivå 1-3 på kretsens overdommere og startere. Dette begrunnes og sendes DUH/TKH innen 15. mars hvert år.
 - f. Sende rapport til skøytekretsens styre og DUH/TKH om autorisasjonsrådets virksomhet innen 15. mars hvert år.
4. Kursene.

Autorisasjonsrådet skal avholde sine kurs i henhold til rammeplaner for disse. Det kan søkes om instruktørhjelp hos DUH/TKH. Det skal avholdes teoretisk prøve etter kursene der kandidatene skal vise at de har kjennskap til gjeldende regler og bestemmelser som inngår i det enkelte kurs. Alle kurs skal registreres i NIF, min idrett, Ta kontakt med DUH når kurs planlegges.

Retningslinjer for «Teknisk Delegert» (TD), ved NM, norgescupstevner mm.

Siste oppdatering: 25.08.2025

Teknisk Komite Hurtigløp, TKH, oppnevner teknisk delegert, TD, til NM, norgescup, landskamper og andre stevner i Norge der TKH finner det formålstjenlig. TDs oppgave er å bistå overdommere og arrangører i forhold til seeding/gruppering, tolking av regelverk etc. Det forutsettes at den som oppnevnes har den nødvendige spisskompetanse til å håndtere de forhold som er beskrevet i instruksen.

Formål:

TD er TKHs representant på stevnet. TD skal fungere som en positiv hjelper i forhold til arrangementet for at avviklingen skal foregå i henhold til ISUs og NSF's regelverk.

Instruks:

1. TD oppnevnes av styremedlemmet som har ansvar for å lede teknisk komite hurtigløp. Reiseopplegg/innkvartering avklares med NSF's administrasjon. Reise- og oppholds-kostnader dekkes av NSF.
2. TD skal i god tid før stevnet skaffe seg oversikt over påmeldinger, ranking- og uttaklister. I tillegg skal TD sette seg godt inn i de regler og spesielle bestemmelser som gjelder for det aktuelle stevnet.
3. TD skal i god tid før stevnet etablere kontakt med stevnets arrangør og overdommere for avklaring av preliminært tidsskjema og eventuelle reservealternativer hvis dårlig vær etc.
4. TD skal være til stede under hele stevnet, inklusive trekningen til første dag.
5. TD er ansvarlig for at det avholdes et «teknisk møte» før trekningssmøtet for å avklare prosedyrer for trekning, ispreparering og annet. ODer, STere, isansvarlig, stevneleder og eventuelt nøkkelpersonell fra arrangør deltar sammen med TD. NSF's representant, der denne er oppnevnt, kan gjerne delta.
6. TD skal bistå overdommer ved trekning, og avgjøre alle protester som går på uttak- og rankinglister, samt sammen med overdommer avgjøre alle spørsmål hvor gjeldende reglement ikke gir entydig svar.
7. TD skal sammen med overdommer og den lokale isprepareringsansvarlige utgjøre stevnets jury som bestemmer isprepareringsfrekvensen, endringer av denne hvis værforholdene skulle tilsi dette, samt avlysning/eventuelt utsetting av stevnet.
8. TD er ansvarlig for at evalueringsmøte blir holdt etter at stevnet er avsluttet siste dag. Ved behov kan evalueringsmøter også holdes i løpet av stevnet.
9. Ved eventuell dopingkontroll skal TD være behjelpelig med å legge forholdene til rette for gjennomføringen, samt medvirke til at utvalgte løpere møter til dopingprøven.
10. TD skal bistå arrangøren slik at aktuelle rankinglister blir oppdatert og kontrollert før disse blir distribuert.
11. TD kan - i de tilfeller hvor NSF's styre ikke er representert - ønske velkommen på forbundets vegne til stevnets første trekning. Han kan også bistå, hvis det er praktisk mulig, ved medalje- og premieutdelinger etter nærmere avtale med arrangør.



12. TD skal ved sesongens sist arrangerte norske mesterskap for seniorer (NM Enkeltdistanser, NM Senior Sprint og/eller NM Senior Allround), sette sammen en jury for tildeling av sesongens kongepokaler dersom disse tildeles i hurtigløp. (Se kapitlet «Retningslinjer for seiersseremonier ved nasjonale mesterskap i hurtigløp.»)
13. TD skal innen en uke etter stevnet sende en skriftlig rapport til TKH, DUH, arrangør, overdommere og startere, samt andre nøkkelpersoner. Rapportskjema for TD skal benyttes. Rapporten skal inneholde en vurdering og evaluering av stevnet arrangementsteknisk sett, herunder overdommeres og starteres funksjoner, samt andre forhold av allmenn interesse.



OD og TD stevnerapportskjema

Originale Word-dokumenter til utfylling finnes på NSF's nettsider.

Siste oppdatering: 25.08.2025

OD-STEVNERAPPORT

Kun en rapport pr. stevne.

Stevne:

Fra overdommer:



TKH/DUH

Dato:	
Bane/sted:	
Stevnetype:	
Arrangør:	
Ca. antall deltakere:	
Distanser:	
Leder arr.komite:	
Stevneleder:	
Overdommer(e):	
Ass. overdommer(e):	
Startere:	
TD:	

-----VURDERING-----

Generelt inntrykk
Forberedelse og kontakt med arrangøren
Sekretariat/info/tilrettelegging fra arrangør
Teknisk møte, trekning, lagledermøter
Isforhold/preparering/tidsskjema/stevneavvikling, evt. endringer

**Isforhold, temperatur osv.:**

	Lørdag	Søndag
Temperatur ute (°C)		
Fuktighet ute		
Temperatur hall (°C)		
Temperatur is (°C)		
Temperatur topp (°C)		
Fuktighet hall		

Samarbeid med stevneleder og arrangør**Kommentarer fra starterne****Utfordringer undervegs****DQ - Diskvalifikasjoner (løper, forseelse, paragraf) og evt. veiledning (rekr. – 11 år)**

Løper	Paragraf	Forklaring

RW - Advarsel fra overdommer (løper/trener/lagleder, forseelse/utfordring)

Løper	Forklaring

Samarbeid med lagledere/trenere



Vurdering av startingen
Overdommerteamets funksjon
Andre/spesielle merknader

Frist: Rapport sendes senest en uke etter stevnet.

Sted/dato

Overdommer

OD-rapportskjema sendes til overdommere, startere, arrangør og andre nøkkelpersoner samt NSF/DUH ved

Marcel Lesche Vanberg marcel@vanberg.no	Gunnar Lødding glodding@gmail.com
Roar Eriksen roarer@online.no	Bjørn Pettersen bj.pet@online.no
Jan Benny Nyborg snyborg@online.no	Heidi Støen stoenhei@gmail.com
Magnus Ripsrud magnus.rips@gmail.com	Daria Kamelkova daria.kamelkova@nif.idrett
Emil Dahler dahler1@hotmail.com	Renate Jeppsson reate.jeppsson@gmail.com
	Øystein Grødum ogrodum@hotmail.com

TD-STEVENRAPPORT

Stevne:

Fra TD:



TKH/DUH

Dato:	
Bane/sted:	
Stevnetype:	
Arrangør:	
Ca. antall deltakere:	
Distanser:	
Leder arr.komite:	
Stevneleder:	
Overdommer(e):	
Ass. overdommer(e):	
Startere:	



-----VURDERING-----

Generelt inntrykk
Forberedelse og kontakt før arrangementet
Sekretariat/info/tilrettelegging fra arrangør
Teknisk møte
Seremoni/åpning/premiering/PR
Trekning og lagledermøter (ledelse, hvor og når)
Isforhold/preparering/tidsskjema/stevneavvikling, evt. endringer
Overdommer og teamets funksjon
Spesielle problemer/saker tatt opp underveis
Oppsummeringsmøte

Frist: Rapport sendes senest en uke etter stevnet.

Sted/dato

Teknisk delegert

TD-rapportskjema sendes til overdommere, startere, arrangør og andre nøkkelpersoner samt NSF/DUH ved
 Marcel Lesche Vanberg marcel@vanberg.no
 Roar Eriksen roarer@online.no
 Jan Benny Nyborg snyborg@online.no
 Magnus Ripsrud magnus.rips@gmail.com
 Emil Dahler dahler1@hotmail.com

Gunnar Lødding glodding@gmail.com
 Bjørn Pettersen bj.pet@online.no
 Heidi Støen stoenhei@gmail.com
 Daria Kamelkova daria.kamelkova@nif.idrett
 Renate Jeppsson rene.jeppsson@gmail.com
 Øystein Grødum ogridum@hotmail.com



Kontaktinformasjon kretser og klubber

Siste oppdatering: 08.09.2025

Navn	Postadresse		Telefon	E-post
Akershus og Oslo Skøytekrets	c/o Renate Jeppsson	Bøkeveien 21	90562569	renate.jeppsson@gmail.com
Aktiv Skøyteklubb	aktivskoyter@gmail.com		97185945	aktivskoyter@gmail.com
Arendal Skøyteklubb	c/o Øystein Grødum	Trommestadveien 82	91628005	leder@arendal-sk.no
Asker Skøyteklubb	Postboks 336		92096925	skoyteklubbasker@gmail.com
Austevoll Idrettsklubb	Pb 77	Kleivhaugen 2	91334072	otteraa@yahoo.no
Austrått Idrettslag	Iglemyrveien 3		95205965	sigve.espland1@lyse.net
Bergen Skøyteklubb	Øvsttunlia 24B		99499124	arthur.f@online.no
Bjugn/Ørland SK.	c/o Campus Fosen KF	Alf Nebbs gate 2	95184058	leder@bosk.no
Bossekop Ungdomslag	Thomasbakkveien 22		45635592	rune@bul-alta.no
Brandbu Idrettsforening	Tomtehaugen 7	Brandbu		skoyter@brandbuif.no
Brumunddal Skøyter	Bausbakkvegen 62		47851337	thorsrud.thomas@gmail.com
Buskerud Skøytekrets	Haugvegen 43		928 60 842	nille.faleide@outlook.com
Bærum Skøyteklubb	Brynsveien 146		92214935	bskposten@gmail.com
Båstad Idrettslag	c/o Elin Sæther Nilsen	Tyttebærstien 10	94876922	post@baastadilskoyter.no
Drammens Skøyteklubb	Schwartz gate 2		90606611	post@drammenssk.org
Dølemo Idrettslag	v/Aslak Homdal	Dølemo		aslak.homdal@vabb.no
Eidsvold Turnforening	Vestvangveien 107		99707218	elingravem@gmail.com
Fana Idrettslag	Slåtthaugvegen 144	Slåtthaugveien 51	90107885	skoyter@fanail.no
Frogner Idrettslag	Frogner Idrettspark	Postboks 32		post@frogneril.no
Geithus Idrettslag	Furumo Kunstisbane	Furumveien 60		gilskafe@frisurf.no
Gjøvik Skøyteklubb	c/o Jørn Sparby	Kollshaugen 23	41903937	joern.sparby@hotmail.com
Gol Idrettslag	Tronderudvegen 1 B		91824658	erling.berget@felleskjopet.no
Hamar Idrettslag	Åkersvikvegen 1			skoyter@hamaridrettslag.no
Hardanger Skøytekl.	Lysevegen 56		91715314	makestadbrynjulf@gmail.com
Harstad Skøyteklubb	P.b. 2089 Kanebogen		90683715	harstad.sk@gmail.com
Hedmark Skøytekrets	Vognvegen 121A		95247255	abjerk23@gmail.com
Herkules Skøyter	Postboks 1270 Kjorbekk		90627837	roarer@online.no
Hol Idrettslag	Maren Haugli Tufto		45665859	maren.haugli@gmail.com
Holmestrand og Botne Skøyteklubb	Solhøyveien 8		91511812	gajensen67@gmail.com
Hordaland Skøytekrets	c/o Helene Myksvoll	Søndre Skogv. 67D	922 84 048	hordaland.skoytekrets@gmail.com
Hortens Skøyteklubb	c/o Olav Langeland	Trostestien 2A	91172614	olav.langeland@mail.com
Idrettsforeningen Fram	Postboks 1213		91303601	post@iffam.no
Idrettslaget Braatt	Sankthanshaugen 1		90735641	skoyter@braatt.com
Idrettslaget Modig	Dag Einar Bøtun	Storevegen 34	97647136	meminnetop@gmail.com
Idrettslaget Sandnes	c/o Erik Dahle	Sandvedlia 24	90926315	post@sandnesskoyter.no
IL Holmgang	Sjøveien 19			ilholmgang@gmail.com
IL Ramm-Eiker	c/o Ken T. Andersen	Skoglyveien 32	91716423	rammeiker@gmail.com
Jar Idrettslag	Storengveien 28		92012131	khsjets@hotmail.com; khs@jaril.no
Jevnaker IF Skøyter	c/o Lars Møllerud	Rønnerudsvingen 3	99252782	jevnaker.if.skoyter@gmail.com
Kaldfarnes Idrettslag	Kaldfarnesveien 199		+4792065992	stenhaugame@gmail.com
Kongsberg Idrettsfor.	KIF skøyter		91145799	styreleder.skoyter@kongsbergidrettsforening.no
Kongsvinger Skøytekl.	Postboks 135		45004971	coen@live.no
Leinstrand Idrettslag	Postboks 59		90522172	skoyter@leinstrandil.no
Lilleborg Idrettsklubb	c/o Geir Markussen	Karl Andersens v.91	91898179	gmarkus@start.no
Lillehammer Skøytekl.	Vandreskoen Mesnakv.10		95210835	leder@lillehammerskoiteklubb.no
Lisleby Fotballklubb	Postboks 705		91352718	post@lislebyfk.no
Loddefjord IL	Postboks 2436	Drotningvik	95069839	kunstlop@loddefjordil.no
Lyngdal Idrettslag	c/o Ole Christian Brekke	Østskaugen 79		ole_christianbrekke@hotmail.com



Lærdal Idrettslag	Finn Hauge	Mosvegen 635	91755624	fin-hau@online.no
Mysen Idrettsforening	Høgliveien 2		45479348	post@mysenif.no
Narvik Skøyteklubb	Olaf K. Schaug-Pettersen	Villaveien 29	90953201	olafspetter@gmail.com
Nesodden IF	Postboks 188		47514266	jeppelin@hotmail.com
Nordhordland Skeisek.	c/o Atle Bergseth	Juviknipa 66	48039767	atle_bergseth@yahoo.no
Nordnorsk Skøytekrets	Sagatoppen 4		90886160,	nordnorsk.skoytekrets@yahoo.com
Nord-Odal idrettslag	Postboks 7		90600130	skoyter@no-il.no
Nord-Trøndelag Skøytekrets	Fridheimsgt. 21			j-olsen@vktv.no
Oddersjaa SSK	Postboks 315		98248500	erikhodne@hotmail.com
Oppdal IL	POSTBOKS 56		95727150	richard.bertelsen@oppdalskole.no
Oppegård Idrettslag	Postboks 100 Greverud		90831356	info@oppegardil.no
Oppland Skøytekrets	c/o Trond Eichler	Roanbakken 10		trond@skreiaregnskap.no
Oslo Handicapidrettsl.	Pb 3955 Nydalen			post@ohil.org
Oslo Idrettslag Skøyter	Jordalgata 12		93037648	styret@oi-lag.no
Oslo Skøyteklub	Postboks 5129, Majorstua		99580969	drift.osk@gmail.com
Oslo Speedskaters	c/o Nils Juell	Bærumsveien 18	46683088	oslospeedskaters@gmail.com
Rulleskøyteklubb				
Rakkestad Idrettsfor.	Postboks 106		99692991	post@rakkestadfotball.no
Rogaland Skøytekrets	c/o Roger Bjørkli	Gosenstien 13A	95402788	rb@x-ing.no
Rong Idrettslag	Postboks 25		41553330	rongidrettslag@gmail.com
Sandefjord Skøyteklub	Postboks 24 Hystad		40287196	post@s-s-k.no
Sarpsborg Skøyteklubb	c/o Christoffer Källman	Skanseveien 24	47187973	styret@sskkunstlop.no
Sk94	Homerudveien 25		93045400	g-aar@online.no
Skjervøy Skøyte- og ishockeyklubb	Kirkegårdsveien 35b	Skjervøy skøytestadion	47642335	beatej1985@hotmail.com
Skreia Skøyteklubb	c/o Trond Eichler	Roanbakken 10	95199838	trond@skreiaregnskap.no
Skuteviken Skøyte Club	Rådalslien 129		95725340	gunnar@grunnaleite.no
Skøyteklubben	Postboks 331		48197122	j.grimseth@getmail.no
Lørenskog Skøytekrets	c/o Maren Kværnø Sutton	Wedels gate 5	99251020	leder@skmidt.no
Midtnorge				
Snøgg Notodden	Roald Amundsens gate 2		47177284	08harsan@gmail.com
Sogn og Fjordane Skøytekrins	v/ Andreas Offerdal	Hanseskogen 27		andreas_boff@hotmail.com
Sportsklubben Falken	v/ Jørn Egil Andreassen	Nedre Grilstadkleiva 2	91749344	asgeirhansen88@gmail.com
Stange Sportsklubb	Idrettens Hus	Løvstadvegen 7	95059909	post@stangesportsklubb.no
Stavanger Sandnes SK	Sørmarka Arena	Sørmarkveien 20	90091669	post@stavangersandnes.no
Stjørdals-Blink IL	Stokkanveien 18 D			post.stjordalsblink@gmail.com
Stord Idrettslag	Terje Almås	Stord Idrettspark	99102929	ter-al@online.no
Søre Ål Idrettslag	Postboks 2008		91344611	post@saal.no
Sør-Fron Idrettslag	c/o Frode Melgårdshagen	Konglundstubben 4	41401247	fromel@online.no
Telemark Og Agder Skøytekrets	c/o Trond Kristensen	Postboks 1596	91343286	trond.trokri.kristensen@gmail.com
Tromsø Skøyteklubb	c/o Heidi Soleng	Stuertvegen 2	91609239	tromso.skoyteklubb@gmail.com
Trondheim Kortbanekl.	c/o Espen Karlsrud	Holbergs gt 5	97052280	tkk@kortbane.no
Trondheim Skating lag	v/ Elena Haagenen	Kløvervegen 4A		pesvelstad@gmail.com
Trondhjems Skøyteklub	Peder Østlunds veg 11		97113541	post@tskskoyter.no
Tynset Idrettsforening	Marius Krokhaug	Bjønnekroken 32	91136414	marikrok@trondelagfylke.no
Tønsbergs Turnforening	c/o Idrettsregnskap AS	Grev Wedels gate 1		<u>Hurtiglop@tonsbergsturn.no</u>
Ullensaker Isportklubb	c/o Roy Albin Bylund	Øvre Damveg nr 1	99503819	leder@ullis.no
Valebø Bygdslag	Asle Aase	Valev. 20, Valebø	97695268	asleaase67@gmail.com
Vestfold Skøytekrets			91358104	terje.wasvik@gmail.com
Østfold Skøytekrets	c/o Bjørn Fjeldstad	Fetsund brygge 3		post@skoytekrets-ostfold.no



Kontaktinformasjon TKH, DUH, TDer, overdommere og startere

Siste oppdatering: 20.09.2025

TKH 2025-26

Leder	Renate Jeppsson	Bøkerveien 21	1459 Nesodden	905 62 569	renate.jeppsongmail.com
Vara	Øystein Grødum	Trommestadveien 82	4817 His	916 28 005	ogrodum@hotmail.com
Medlem	Roar Eriksen	Marmorvn 53	3931 Porsgrunn	906 27 837	roarer@online.no
Medlem	Jan Benny Nyborg	Bjørkev. 6	2130 Knapper	922 20 521	snyborg@online.no
Medlem	Heidi Støen	Dampsaga allè 56	2053 Jessheim	414 33 283	stoenhei@gmail.com
Medlem	Gunnar Lødding	Toftabakken 27	9402 Harstad	906 83 715	glodding@gmail.com
Medlem	Marcel Lesche Vanberg	Reins gate 5 B	3611 Kongsberg	909 11 055	marcel@vanberg.no
Medlem	Bjørn Pettersen	Ulvenvn 117 A	0665 Oslo	909 44 409	bj.pet@online.no
Medlem	Emil Dahl	Gartnervegen 23	2312 Ottestad	900 74 758	dahler1@hotmail.com
Medlem	Magnus Ripsrud	Enerhaugen 8	2335 Stange	957 84 176	magnus.rips@gmail.com
Adm. repr.	Daria Kamelkova	Harald Sæveruds v. 82G	5237 Rådal	918 55 044	daria.kamelkova@nif.idrett.no

DUH 2025-26

Leder	Heidi Støen	Dampsaga allè 56	2053 Jessheim	414 33 283	stoenhei@gmail.com
Medlem	Gunnar Lødding	Toftabakken 27	9402 Harstad	906 83 715	glodding@gmail.com
Medlem	Magnus Ripsrud	Enerhaugen 8	2335 Stange	957 84 176	magnus.rips@gmail.com

Teknisk delegerte (TD)

BUS	Marcel Lesche Vanberg	Reins gate 5B	3611 Kongsberg	909 11 055	marcel@vanberg.no
HED	Jens Vasaasen	Enerhaugen 62	2335 Stange	480 25 608	jensvasaasen@hotmail.com
TEL	Roar Eriksen	Marmorvn 53	3931 Porsgrunn	906 27 837	roarer@online.no
VLF	Knut Arthur Olsen	Drengsroa 15	3260 Larvik	458 44 441	knarthu@online.no

ISU overdommere

HRD	Roald Farestveit	Solåsen 55 g	5223 Nesttun	480 99 494	ro.ing@broadpark.no
NNK	Gunnar Lødding	Toftabakken 27	9402 Harstad	906 83 715	glodding@gmail.com
HED	Jan Benny Nyborg	Bjørkev. 6	2130 Knapper	922 20 521	snyborg@online.no

ISU startere

HED	Magnus Ripsrud	Enerhaugen 8,	2335 Stange	957 84 176	magnus.rips@gmail.com
SKMN	Torbjørn Sørli	Prinsens gate 61	7011 Trondheim	959 01 260	thorbear@outlook.com

Internasjonale sportseksperter

HED	Emil Dahl	Gartnervegen 23	2312 Ottestad	900 74 758	dahler1@hotmail.com
HED	Ole Dahl	Grønvoldvegen 35D	2335 Stange	481 81 820	o_dahl@hotmail.com

Internasjonale overdommere

AOS	Asgeir Mamen	Nesåsen 11C	1394 Nesbru	482 41 412	asgeirm@wemail.no
AOS	Heidi Støen	Dampsaga allè 56	2053 Jessheim	414 33 283	stoenhei@gmail.com
AOS	Torbjørn Sæther	Lars Tønsagers veg 6	2080 Eidsvoll	993 91 957	thsat2016@outlook.com
AOS	Ivar Øsmundset	Dampsaga allè 56	2053 Jessheim	908 68 965	ivar.osmundset@gmail.com
BUS	Gunnar Knudsen	Fossekallen 1	3034 Drammen	908 82 029	gunnak07@gmail.com
HED	Emil Dahl	Gartnervegen 23	2312 Ottestad	900 74 758	dahler1@hotmail.com
HED	Ole Dahl	Grønvoldvegen 35D	2335 Stange	481 81 820	o_dahl@hotmail.com
HED	Jens Vasaasen	Enerhaugen 62	2335 Stange	480 25 608	jensvasaasen@hotmail.com



HED	Jenny Ervik (Finland i ISU)	Konglevegen 5	2324 Vang	980 90 498	jenny.ervik@gmail.com
HED	Ole Hermann Sørli	Barlivn 39	2223 Galterud	913 30 430	herm-so@online.no
HED	Eivind Røvdde Solberg	Brennavegen 16	2211 Kongsvinger	934 08 550	eivind.kirsten@gmail.com
HED	Anna Emilie Ervik	Konglevegen 5	2324 Vang H	413 39 744	emilie.ervik99@hotmail.com
HED	Bjørn Terje Andersen	Åker Alle 2 B	2322 Ridabu	913 45 080	bjornandersen@gmail.com
HRD	Daria Kamelkova	Harald Sæveruds v. 82G	5237 Rådal	918 55 044	daria.kamelkova@nif.idrett.no
HRD	Tor Frithjof Larsen	Helldalssåta 181,	5225 Nesttun	970 62 146	torfrithjof@hotmail.com
VFL	Knut Arthur Olsen	Drengsroa 15	3260 Larvik	458 44 441	knarthu@online.no
VFL	Robert Nakken	Markvn 22d	3117 Tønsberg	909 13 462	robertnakken@me.com
TEL	Roar Eriksen	Marmorvn 53	3931 Porsgrunn	906 27 837	roarer@online.no

Internasjonale startere

AOS	Ari Børde Krøyer	Jensåsvn 19	3474 Åros	473 36 226	ari.kroyer@gmail.com
BUS	Bjørn Arve Rue	Hjelmevn 59	3580 Geilo	414 51 445	r_barve@hotmail.com
BUS	Marcel Lesche Vanberg	Reins gate 5 B	3611 Kongsberg	909 11 055	marcel@vanberg.no
HED	Ole Hermann Sørli	Barlivn 39	2223 Galterud	913 30 430	herm-so@online.no
HED	Tone Sørli	Barlivn 39	2223 Galterud	480 12 621	osorli@online.no
HED	Ulf Inge Vien	Storsjøvegen 2909,	2120 Sagstua	907 77 187	ulfinge@online.no
HRD	Terje Stokken	Dåfjord	5410 Sagvåg	900 17 670	terje.stokken@gmail.com
NNK	John Magne Eliassen	Fergevn 5 B	9020 Tromsdalen	918 60 348	joma-el@online.no
ROG	Bjørnuglv Fjermestad	Skrebergvn 111	4355 Kvernaland	97 18 27 13	bjorgulv.fjermestad@gmail.com
TEL	Inge Ramskjær	Haresvingen 11B	4956 Risør	913 28 653	inramskj@online.no
SKMN	Arnt Åge Grande	Strandkanten 13	7160 Bjugn	938 10 396	arntaage@ntebb.no
SKMN	Trond Ratdal	Fagerlivn 1	7020 Trondheim	930 02 395	trond.ratdal@gmail.com
SKMN	Kristian Sundsvold	Stavsengvegen 52B	7083 Leinstrand	98 15 58 82	kristiansundsvold@gmail.com
SKMN	Ole Jonny Langli,	Dullumsgryta 13	7509 Stjørdal	91 18 97 65	olajonnylangli@gmail.com
VFL	Tom Vidar Johansson	Signes v 6	3244 Sandefjord	99 02 01 41	tom.johansson@onyxcentersource.com
VFL	Geir-Martin H. Sømme	Ramnesvn 127	3171 Sem	922 34 687	haldorseng@yahoo.com
ØFL	Hege Nerstad Gundersen	Frostrudveien 4B	1832 Askim	412 06 960	hngundersen@gmail.com

Nasjonale overdommere

AOS	Bjørn Pettersen	Ulvenvn 117 A	0665 OSLO	909 44 409	bj.pet@online.no
AOS	Jon Ingulf Medbø	Navarsetevegen 19A,	6856 Sogndal	416 77 054	jon.ingulf.medbo@hvl.no
BUS	Ola Halvar Jorde	Rotneim	3550 Gol	905 56 398	ohjorde@gmail.com
BUS	Jan Lokshall	Fasansvingen 2	3060 Svelvik	901 69 596	jan.Lokshall@outlook.com
HED *	Roger Hagen	Vestavegen 17	2335 Stange	922 80 544	roha@live.no
HED	Ida Høiby	Erik Werenskoldsvet 18	2318 Hamar	906 37 763	idahoiby@online.no
HED *	Anne Mette Mauseth	Åker Alle 2 B	2322 Ridabu	916 97 430	anne.mette.mauseth@icloud.com
HED	Tone Sørli	Barlivn 39	2223 Galterud	480 12 621	osorli@online.no
HRD	Caroline Hallås Farestveit	Midtli 8A,	5223 Nesttun	40 223 909	farestveitcaroline@gmail.com
HRD*	Håvard Hestetun	Fjæreidvegen 255	5360 Kolltveit	95 368 361	havard_hestetun@hotmail.no
HRD	Lars Sætersdal	Marmorneset 17	5232 Paradis	90 66 28 27	lars.saetersdal@internationalsos.com
HRD*	Sissel Borgen	Lillevetåsen 8	5228 Nestun	992 49 856	sissel@borgen.as
NNK	Geir Arne Nordstrand	Hans Nilsensvei 4c	9020 Tromsdalen	95 216 182	ganordstrand@gmail.com
NNK *	Jan Arne Lernes	Evjenveien 99B	9024 Tomasjord	48 215 540	jalernes@online.no
NNK *	Espen Jakobsen	Stalloveien 78	9016 Tromsø	47 230 499	espjak@hotmail.com
NNK	John Magne Eliassen	Fergevn. 5 B	9020 Tromsdalen	918 60 348	joma-el@online.no
ROG*	Stine Eie Nordbø	Inger Hagerupsgate 13 a	4018 Stavanger	911 82 768	stineen@gmail.com
ROG*	Siri Eie	Hillevågsveien 43	4016 Stavanger	480 32 617	eiesir63@gmail.com
ROG	Morten Vaaland Olsen	Othilie Tonningsvei 3	4011 Stavanger	976 01 156	morten.olsen@live.no
ROG	Odd Magnor Mellemstrand	Stangelandsvegen 153	4354 Voll	909 86 610	oddm@mellemstrand.no
SKMN	Rune Wulvik	Hitravegen 3A	7055 Ranheim	952 10 028	rune.wulvik@ntebb.no
SKMN*	Lars K. Brechan	Belbuvegen 7	7045 Trondheim	900 60 703	lbrec@online.no
SKMN*	Odd Kåre Vårvik	Sørnypvegen 92	7083 Leinstrand	916 87 167	jocelyn.varvik143@gmail.com
SKMN*	Lucas Sandmo	Joenget 14	7170 Åfjord	909 10 885	lucassandmo04@gmail.com
SKMN*	Geir Flønes	Røddeveien 351	7083 Leinstrand	459 04 107	flones.geir@gmail.com
SKMN*	Heidi Aas	Løvsethaugen 1A	7224 Melhus	977 59 975	Heidi.Aas.83@hotmail.com
SKMN*	Stig Morten Hammernes	Løvsethaugen 1A	7224 Melhus	980 72 652	hammernes20@hotmail.com
SKMN	Anne Gerben Wind	Nedre Hovdevei 31	7130 Brekstad	954 17 804	anne.gerben.wind@orland.kommune.no
TEL *	Trond Kristensen	Postboks 1596	4857 Arendal	913 43 286	trond.trokri.kristensen@gmail.com
VFL	Geir Semb	Ashaugvn 69	3170 Sem	952 19 100	geir.semb@outlook.com
ØFL *	Bjørn Fjeldstad	Fetsund brygge 3	1900 Fetsund	924 35 059	bjornfje@gmail.com

OD med * mangler starterkurs



Nasjonale startere

AOS	Kjetil Narum Bakken	Chr. Michelsens gate 24	0568 Oslo	959 30 469	mail@knbakken.no
BUS	Jan Roger Hvammen	Brennerigt 6	3517 Kongsberg	915 91 000	jan.roger.hvammen@ebnett.no
HED	Eivind Røvde Solberg	Brennavegen 16	2211 Kongsvinger	934 08 550	eivind.kirsten@gmail.com
HED	Jan Benny Nyborg	Bjørkev. 6	2130 Knapper	922 20 521	snyborg@online.no
HRD	Harald Otterå	Otteråen	5396 V.-Vinnsvåg	913 34 072	otteraa@yahoo.no
HRD	Joar Kannelønning	Vatnadalsvegen 166	5414 Stord	932 93 399	joar_kann@hotmail.com
NNK	Geir Johannessen	Anton Iversens vei 14 A	9009 Tromsø	908 66 001	geir.johannessen@sitecom.no
OPL	Kenneth Brørby	Glassheimvn 8	3520 Jevnaker	918 28 610	kenneth.brørby@hebb.no
SKMN	Yngve Olsen	Johan Portmyrs veg 3	7140 Opphaug	920 18 044	yngolse2@broadpark.no
SKMN	Geir Nettet	Fjellseterveien 509	7020 Trondheim	901 28 812	geir@nesset.com
ØFL	Glenn Øyvind Teig	St. Hans veien 1	1866 Båstad	947 88 434	glenn@naboen.no

Endringer/feil i kontaktinformasjonen sendes til Heidi Støen, stoenhei@gmail.com, tlf. 414 33 283.