

Verksamhetsberättelse långlopp 2024-25



Inför säsongen

Säsongen startades upp i början av maj med gemensamma långpass. Andra helgen i augusti samlades majoriteten av truppen för ett långpass samt följt av uppstartsmöte uppe på 157xcc Under dagen diskuterades nedan och en plan för säsongen:

Ambitionsnivå

Mål

Åkarpeng

Läger

Vasaloppet

Övriga lopp

Åtaganden

Långloppsgruppen 2024–2025 bestod av följande medlemmar: Måns Larsson, Pierre Hallin, Jesper Nilsson, Samuel Hoof, John Enander, Linus Jinnesjö, Henrik Rönmark & ”ny tillskottet” Andreas Svensson

Försäsongen

Veckodagarna under hösten tränades individuellt av åkarna. Långpassen på helgerna valde vi att ha öppna för fler än just Långloppslaget. Försäsongens rullskidstävlingar såsom Alliansloppet & Värnamorullen genomfördes av Henrik.

Under hösten arrangerades öppen intervallträning på tisdagar för alla som ville vara med, med bra uppslutning.

Ett gemensamt träningsläger genomfördes i Orsa i början på december. Några av åkarna var uppe flera tillfällen under november/december även i Orsa för träning på tidig snö.

Tävlingssäsongen

Det var ont om lokala tävlingar i början på januari så några i gruppen valde att åka till Orsa för att köra Craft SKI Marathon som verkligen är en mätning på form. Denna tävling anses i långloppstermer vara den största med bäst startfält bortsett från Vasaloppet nationellt sett. Till start kom Andreas, John, Pierre & Henrik. Där Andreas efter en försäsong i hans mått varit sämre än tidigare körde in på en 4e plats i sekund spurt till nära seger. Pierre på en stabil 30:e plats. Övriga in på bra placeringar trots en del strul i starten med krasch & brutna stavar.

Marcialonga kördes av Henrik sista helgen i januari målet var topp 200 men lyckades inte utan körde in på 278e

Billingen långlopp stod på tur där Pierre, Jesper & John körde mycket bra och resulterade i 17:e, 32:e och en 46:e plats

Vasaloppet som är huvudmålet för alla kom Andreas, Pierre, Jesper, John & Henrik till start. Med bra skidor som vår vän Viktor Fritzton vallade upp resulterade i nöjda resultat med en topp 100

Andreas 95a, Pierre 121a, Jesper 261a, John 312a, Henrik 340e



Innan start på Craft ski maraton Pierre, Christian, John, Henrik, Pelle, Peder, Linus & Eddie

Målsättning

Målsättningen för Långloppsgruppen för säsongen 2024/25 var att hålla ihop gruppen då delar av deltagarna befinner sig i en fas i livet som förstagångs föräldrar och bildande av familj med husköp/renoveringar. Trots detta har åkarna hållit en bra nivå och "nytilskottet" Andreas Svensson visste vi skulle kunna placera sig högt upp i resultats listorna.

Målet från ansvarig är att behålla långlopp och locka våra yngre i föreningen till att få intresse för långlopp.

Mvh/
Henrik Rönmark
Ansvarig UIF Långlopp