

Information och intresseanmälan ICA och Folksam cup finaler 2019

Stockholms Skidförbund satsar aktivt på distriktets skidungdomar med finalerna i ICA och Folksamcup som huvudmål genom att anordna gemensamma träningsläger och samordna tävlingsinsatser. Tävlingarna brukar vara väldigt uppskattade bland ungdomarna då resa och boende sker gemensamt för alla distriktets deltagare.

För 2019 är vår målsättning att alla som vill ska få representera Stockholm i finalerna och vi räknar med att skicka en trupp på minst 16 personer till både ICA och Folksam-cup. *En viktig nyhet för i år är att det inte finns några begränsningar på hur många deltagare distriktet får skicka till Folksam cup. Deltagare måste dock uppfylla de kvalificeringsregler som satts upp.*

ICA och Folksam cup är nationella finaler inom respektive åldersgrupp och konkurrensen är betydligt tuffare än på mindre tävlingar inom distriktet. Därför är det viktigt att man har varit ute och tävlat en del så att man kan skapa sig lagom förväntningar. Prata gärna med ledare i era klubbar eller äldre klubbkompisar som varit med tidigare.

Ledare: Huvudansvarig ledare för ICA och Folksamlagen är Erika Skogsjö resp. Jakob Tholander. Vi behöver dock en ganska stor ledarstab för hjälpa ungdomarna kring boende och tävling, vallning, mm. Det är därför viktigt att samla ledare för Stockholmslaget i god tid våra olika klubbar runt om i distriktet. För att få en bra spridning och ge alla chansen att bidra till en av årets roligaste helger så förväntas alla klubbar som skickar deltagare till respektive final också bidra med ledare och vallare under tävlingshelgen. Vi ser gärna att detta är föräldrar som annars inte är ledare i klubbarna. Kontakta respektive lagansvarig och anmäl ditt intresse!

ICA- cup final 8-10/3 - i Bollnäs

Finalen är en nationell tävling för 13- och 14-åriga killar och tjejer (för 2019 födda 2005 och 2006) där landets olika skiddistrikt möts. Finalen genomförs genom flera tävlingar fredag till söndag, både individuellt och i stafetter i olika former. Åkstilen är i år endast klassisk stil. För mer information om själva tävlingen och arrangemanget hänvisas till <http://icacup.rehnsbk.se/>

Avfärd från Stockholm sker torsdagen den 7/3 2019, omkring lunch. Resan samordnas med Östergötlands skiddistrikt. Bussen rymmer ungdomarna som ska tävla samt några ledare. Eventuellt behöver några ledare åka i egen bil, vilket också underlättar på plats sedan.

Boende för alla tävlande och ledare sker i skolsalar i Bollnäs på medhåvt underlag. Frukost, lunch och middag äter vi gemensamt på skolan.

Folksam-cup final 16-18/3 (Torsby)

Finalen är en nationell tävling för 15- och 16-åriga killar och tjejer (för 2019 födda 2003 och 2004) där landets olika skiddistrikt möts. Finalen genomförs både individuellt och stafett i olika former. Åkstilen är både klassisk och fri stil. För mer information om själva tävlingen och arrangemanget hänvisas till förra årets tävling <http://www.folksam-cup.se/> samt <https://www.skidor.com/Grenar/langdaking/barnungdom/Tavlingar/Folksamcup/>

Notera att tävlingarna avgörs **lördag till måndag** till skillnad mot vanligtvis fredag till måndag!

Avfärd från Stockholm fredag morgon/förmiddag.

Boende för alla tävlande och ledare sker i skolsalar i Torsby på medhåvt underlag. Frukost, lunch och middag äter vi gemensamt på skolan.

Förväntningar träning

För deltagande i ICA resp Folksam cup förväntas att man deltar vid minst två träningstillfällen/vecka med grenspecifik träning (skidteknik) samt konditionsträning. I första hand bör träningen ske i regi av en klubb ansluten till Stockholms skidförbund. Deltagande i förbundsläger, förbundsaktiviteter samt tillgängliga klubbträningar bör också prioriteras.

Håll också ögonen öppna för extra träningstillfällen tillsammans med era lagkompisar från andra klubbar.

Någon gång under januari/februari ordnar vi ett tillfälle då vi träffas för att prova tävlingsdräkter och överdragskläder, som skidförbundet lånar ut för tävlingarna, samt för att träna tillsammans. Då har vi också en gemensam ledarsamling och information för föräldrar. Inbjudan till detta kommer när det närmar sig.

Kvalificeringstävlingar

Deltagande i kvalificeringstävling på distriktsnivå är ett krav från förbundet. Dessutom är det bra för den som vill åka finalen att i förväg ha provat på att tävla i en situation som liknar kommande final. Vi ledare behöver också ha underlag för lag- och stafettuttagningar. Vi ser gärna också att ni tävlar i andra delar av landet om det passar till exempel i samband med lov och ledighet. Se tävlingskalender på www.skidor.com.

Folksam cup: Du ska delta i minst tre av de ungdomstävlingar som anordnas i Stockholmsdistriktet (t ex *ungdoms-DM (distans och stafett)*, *Huvudstadscrossen*, *Lilla Värmdöloppet*, *Sprint-DM (sprint och sprint-stafett)*) samt ytterligare en tävling i eller utanför distriktet. Om du är sjuk eller förhindrad att delta eller om tävlingar ställs in rekommenderas andra tävlingar i ex Uppland. Om du vill använda resultatet från en sådan tävling så kontakta er lagansvariga i förväg.

ICA cup: Du ska delta i de tävlingar som utsetts till kvalificeringstävling i Stockholmsdistriktet. 2019 är det *ungdoms-DM (distans och stafett)*, *Huvudstadscrossen*, samt *sprint-DM (sprint och sprint-stafett)*. Om du är sjuk eller förhindrad att delta eller om tävlingar ställs in rekommenderas andra tävlingar i ex Uppland. Om du vill använda resultatet från en sådan tävling så kontakta er lagansvariga i förväg.

Intresseanmälan

Intresseanmälan för deltagande i ICA och Folksam cup görs nu till respektive lagansvarig senast **den 1/12-2018**. Denna anmälan är inte bindande men behövs för att vi ska kunna planera för ledar- och vallastab, bussbokning, samt preliminär anmälan till arrangören. En slutlig anmälan görs i början av vintern.

Lagansvarig Folksam cup: Jakob Tholander, Sundbybergs IK, jakobth@dsv.su.se

Lagansvarig ICA cup: Erika Skogsjö, Nacka/Värmdö SK, erika.skogsjo@gmail.com, 070-311 6840

Det går förstås bra att kontakt oss om ni har några frågor kring finalerna!

Väl mött i skidspåren så småningom!