

Udvalgsberetning, langrend 2011/2012

1. Snescooteren
2. Langrendsløjpen på golfbanen i Skåde
3. Teknikkursus i langrend med Trude Dybendal Ski
4. DM/FM i langrend
5. Vasaloppet
6. Birkebeinerrennet
7. Rulleskiinstruktører
8. VestCuppen
9. Rulleskiaktiviteter i Hasle Bakker
10. Rulleskiaktiviteter for skolebørn i Hasle-området
11. Rulleskitræning
12. Thorax-træning
13. Plan for det kommende år
14. Skileg
15. Skigymnastik

1. Snescooteren

Skiklubben har inden vintersæsonen 2011/2012 - med Heinz som den drivende kraft - fået klargjort snescooteren, så vi kan trække spor på Golfbanen og i True Skov, når sneen kommer. Desværre kom der ikke tilstrækkelig sne sidste vinter til at vi kunne udnytte dette.

Vi har også fået bygget et hus til snescooteren.

Snescooteren er allerede meldt klar til den kommende sæson, og der er blevet dannet et snescooterteam, som kan rykke ud, når sneen kommer.

2. Langrendsløjpen på golfbanen i Skåde

I november 2011 indgik vi aftale med Aarhus Golfclub vedr. langrendsløjpen på Golfbanen i Skåde. Der blev foretaget diverse mindre justeringer af løjpens forløb, for at undgå et par krydsninger af fairways. Bl.a. blev der langt en træbro ud over den lille bæk ved Moesgård Allé, så løjpen nu forløber langs Alléen uden at skulle krydse fairways på denne strækning. Løjpen blev endvidere markeret med røde pinde.

Broen og afmærkningen bliver etableret igen i den kommende vinter.

3. Teknikkursus i langrend med Trude Dybendal Ski

I januar var 7 af vore medlemmer på teknikkursus i langrend i Oslo med Trude Dybendal Ski. Trude er tidligere norsk elitelangrendsløber og har tidligere været gift med "vores egen" Ebbe Hartz (medlem af Århus Skiklub og bl.a. deltager i vinter-OL i Lillehammer 1996).

4. DM/FM i langrend

I slutningen af januar havde vi 11 deltagere med til DM/FM i langrend, som traditionen tro blev afviklet ved Rjukan/Gaustatoppen på Kvitåvatn Fjeldstue.

Det var en uge med fantastisk flot vintervejr, men også meget koldt - ned til omkring -25 °C. Vore medlemmer høstede en del FM-medaljer i de forskellige klasser.

5. Vasaloppet

I begyndelsen af marts vi 13 deltagere med i Vasaloppet. Det var nærmest optimale forhold for langrend og alle - såvel de mere garvede som nye løbere - gennemførte i fine tider.

6. Birkebeinerrennet

Midt i marts havde vi 10 deltagere med til Birkebeinerrennet. Trods temperaturer på den forkerte side af 0° (+grader) og et noget tvivlsomt skiføre kom alle deltagere fra skiklubben godt igennem de 54 km, som løbet strækker sig over.

7. Rulleskiinstruktører

Vi har i foråret fået uddannet endnu 2 nye rulleskiinstruktører - Henri Ruul og Kasper Alling.

Skilubbens rulleskiinstruktørteam består nu af Henrik Tingleff, Henri Ruul og undertegnede. Kasper Alling ude at rejse; men vi håber han igen vil give et nap med som instruktør, når han vender tilbage .

8. VestCuppen

I juni afviklede vi 2. afdeling af VestCuppen med rekorddeltagelse (mere end 30 deltagere - heraf 13 fra Århus Skiklub). Flere af vore medlemmer har været aktive som deltagere i øvrige afdelinger af VestCuppen.

9. Rulleskiaktiviteter i Hasle Bakker

Som sidste år havde vi succes med vore rulleskiaktiviteter i Hasle Bakker. I løbet af de 3 søndage i september - oktober måned, hvor aktiviteterne blev afviklet, havde vi omkring 75 ude at prøve et par rulleski.

Vi fik god PR med artikler i div. lokalaviser, JP-Aarhus og TV-indslag i TV-2 Østjylland.

10. Rulleskiaktiviteter for skolebørn i Hasle-området

Vi tilbyder netop nu rulleskiaktiviteter for skolebørn i Hasle-området, som et "integrationsprojekt" støttet af Idrætssamvirket i Aarhus.

Foreløbig har vi afholdt 2 af sådanne arrangementer i en SFO på Ellekærskolen.

11. Rulleskitræning

Vi har ugentlig fælles rulleskitræning med udgangspunkt fra klubhuset.

Torsdagsrul (tidligere onsdagsrul) har kørt året igennem kun afbrudt af et par måneders sommerferiepause. Torsdagsrul er med fokus indlæring/tekniktræning under ledelse af vore rulleskiinstruktører. Til torsdagsrul er vi nu oppe på typisk 10 - 15 deltagere.

Søndagsrul kører i vinterhavåret (fra oktober - marts). Søndagsrul er med fokus på turløb med henblik på træning til vinterens langrendsture, Vasaloppet, Birkebeinerrennet, DM i langrend mv. Også til søndagsrul er vi typisk 10 - 15 deltagere.

12. Thorax-træning

I løbet af efteråret 2012 lykkedes det at få etableret et samarbejde med Spartan Mentality Crossfit i Risskov om etablering af et Thorax træningscenter "Thorax Aarhus". Træningscentret åbnede dørene i

begyndelsen af november. Træningscentret har 3 ThoraxTrainere, 2 spinningcykler + div. andre træningsredskaber.

Som medlem af Århus Skiklub kan man for kr. 150 pr. måned træne frit i centret og deltage i ugentlig fællestøring under ledelse af vores "professionelle" instruktør Henri Ruul.

Vi har pt. ca. 15 medlemmer, som træner i "Thorax Aarhus".

13. Plan for det kommende år

Fortsat udvikling af langrends- og rulleskiaktiviteter i skiklubregi med fokus på ugentlige træningstilbud, indlæring og tekniktræning.

Gerne uddannelse af endnu et par rulleskiinstruktører.

Deltagelse i rulleskicup., DM i rulleski mv.

Langrendsture til Vasaloppet, Birkebeinerrennet, DM/FM i langrend mv.

Specifikt er der indledt et samarbejde med Marselisløbet om at arrangere et rulleskiløb i forbindelse med Marselisløbet næste år.

14. Skileg

Igen i den forløbne sæson har skiklubben - med Gert som den drivende kraft - tilbudt skileg som en aktivitet for børn i børneinstitutioner i Aarhus-området.

I begyndelsen af februar var der lige netop faldet tilstrækkelig sne til, at det kunne foregå på rigtig sne. Det gav travlhed for Gert og hans hjælpere, som arrangerede skileg for flere hundrede børn i en lang række institutioner.

Skilegs-arrangementerne fik fin pressedækning med indslag i TV2-Østjylland.

Der blev også tid til at afholde skileg i Mindeparken, som et tilbud til byens (mindre) borgere generelt.

Gert har allerede indgået aftale med 8 børneinstitutioner om skileg i den kommende sæson.

15. Skigymnastik

Vi er igen startet op med skigymnastik i Springcenter Aarhus en gang om ugen med typisk 10 - 15 deltagere som de tidligere år. Vi kan være mange flere.

Det er rigtig god træning med fokus på koordinations- og balanceøvelser.

Og så er det gratis (ingen ekstrabetaling ud over kontingentet).

19.11.2012/Kaj Jensen

PS! En stor tak til alle - såvel aktive som frivillige hjælpere - for den store opbakning til vore aktiviteter.