



SKI OG FUNKSJONSHEMMEDE



SKIGLEDEN ER FOR ALLE!

Skiglede for store,
skiglede for små.
For gammel og ung.
For de som vil vinne
og for de som bare vil fryde seg.

For funksjonsfriske, javisst.
Men like mye, eller mer,
for funksjonshemmede.

Skigleden velger ikke side.
Den er for alle.



Det handler om livskvalitet.
Om fysisk og psykisk velvære.
Om å komme seg opp og ut.

Opplev gleden over å bevege seg på ski.
Ut i naturen for egen maskin.
Bare suse avgårde.
Frihetsfølelsen.

Opplev et sosialt og sportslig samvær
der du blir én av mange.
Opplev mestring og kontroll.
Opplev følelsen av å være
mindre funksjonshemmet.
Frihetsfølelsen.

Vi vet at det første skrittet kan være vanskelig.
Vi er her for å hjelpe deg videre.
Om du vil vinne eller bare fryde deg.

Det viktigste er skigleden!



MÅLGRUPPER

Skiforbundet har tilbud til tre grupper av funksjonshemmede. Disse har ulike behov for tilrettelegging, og tilhører ulike internasjonale organisasjoner med ulike mesterskap.

- Utviklingshemmede (Special Olympics)
- Syns- og bevegelseshemmede (IPC – Paralympics)
- Hørselshemmede/døve (ICSD – Deaflympics)

LANGRENN OG ALPINT

Skiforbundet har totalansvar for all skiaktivitet for funksjonshemmede innen disse grenene.

KLASSIFISERING

Begrepet klassifisering er spesielt innen idrett for funksjonshemmede. Det er utviklet for å ivareta mest mulig rettferdig konkurranse, slik at den beste utøveren vinner.

De tre målgruppene har ulike klassifiseringssystemer.



Alle kan være med på breddeksamlinger, men for å delta i konkurranseidrett må du oppfylle kravene til minste-handicap.

Skiforbundet har internasjonalt godkjente klassifisører.

SYNS- OG BEVEGELSESHEMMEDE

Miljøsamlinger

Dette er felles samlinger både på barmark og snø, for alpint og langrenn. De arrangeres sammen med klubb/krets, og i samarbeid med Norges Skiskytterforbund.

Det er visse krav til deltagelse:

- Du må kunne benytte deg av ski, enten stående eller sittende.
- Du må være selvhjulpen i forhold til personlig hygiene.
- Du må være 13 år eller eldre.
- På snøsamling alpint er det en forutsetning at du behersker grunnleggende teknikker på ski – du må være selvhjulpen i bakken.

På miljøsamling kan du prøve om alpint eller langrenn er noe for deg!





Sommerskiskole

En sommerskiuke med mye moro for deg mellom 10 og 25 år. Krav til deltagelse som ved miljøsamlingene. Arrangeres årlig på Savalen i samarbeid med Norges Skiskytterforbund og Hedmark Skikrets.

Rekruttlag og landslag i langrenn

Disse lagene består av utøvere som gjennom prestasjoner, holdninger og definerte mål om å drive toppidrett har vist at de fortjener en plass. Det stilles krav på lik linje med ordinære landslag.

Landslaget har samlinger hver måned fra juni. Rekruttlaget har fire, fem samlinger før konkurransesesongen. Talentfulle utøvere som ikke er uttatt, kan bli invitert på enkelte samlinger.

Vi arrangerer Norges Cup-renn og NM i samme arrangement som funksjonsfriske. Dette danner grunnlag for uttak til World Cup, VM og Paralympics.

Rekruttgruppe alpint

Skiforbundet ønsker å utvikle et lag som på sikt skal representere Norge internasjonalt på landslagsnivå.

En rekruttgruppe ble etablert i sesongen 2008-09 med fokusområder egen trening/egenutvikling, økt konkurranseerfaring og krav til holdninger, motivasjon og innsats.

Vi legger opp til fire, fem samlinger i løpet av sesongen.



Klubbnivå

Mange klubber begynner å få et fungerende miljø for syp- og bevegelseshemmede. Eksempler på dette er:

Alpint: Loddefjord IL, Hordaland.

Langrenn: Byåsen IL, Sør-Trøndelag og Vindbjart, Agder og Rogaland.

UTVIKLINGSHEMMEDE

Skiforbundet ønsker å forbedre strukturen på aktiviteter og arrangementer, og fra høsten 2008 innføres årlige åpne samlinger på barmark og snø.

Vi jobber også med å få terminfestet konkurranser integrert i arrangementer for funksjonsfriske.

Special Olympics Holmenkollen og Trymlekenene er nasjonale begivenheter. Fra 2009 planlegges både langrenn og alpint i begge arrangementer.

Utviklingshemmede har Special Olympics som sine internasjonale leker. Dette er definert som breddeidrett.



Klubbnivå

Den lokale aktiviteten i klubbene er av stor betydning! En del klubber har opprettet ukentlige treningsgrupper og skapt et fungerende miljø. Eksempler på dette er:

Alpint: Lommedalen IL, Akershus og Spjelkavik IL,
Møre og Romsdal
Langrenn: Heming IL, Oslo og Innstrandens IL,
Nordland.

HØRSELHEMMEDE/ DØVE

I de siste årene har vi dessverre manglet et godt miljø for denne målgruppen. Enkelte har deltatt i langrenn, men da i ordinære klasser i konkurranser.

Målet er å opprette et organisert miljø med målsetning om fremtidig deltagelse i Deaflympics.

Innen langrenn har vi siden høsten 2007 organisert en landsomfattende treningsgruppe som har hatt samlinger både på barmark og snø. Tiltaket er så positivt mottatt at vi vil fortsette med det.

Klubbnivå

En del hørselhemmede deltar i sine klubber uten spesiell tilrettelegging, på lik linje med alle andre. Eksempler på dette er Rustad IL, Oslo og Stokke IL, Vestfold og Telemark.



FUNKSJONSHEMMEDE OG SKIFORBUNDET

På tinget i 1996 vedtok Norges Idrettsforbund integrering av funksjonshemmede i idretten. Norges Skiforbund gjorde samme vedtak på sitt ting i 1999, og overtok i 2002 totalansvaret for all skiaktivitet for funksjonshemmede innen langrenn og alpint.

Skiforbundets oppgaver

- Tilrettelegging av bredde- og toppidrett.
- Rekrutteringstiltak for barn og ungdom.
- Informasjon, holdningsskapende arbeid og kompetanserettede tiltak på alle nivåer i Skiforbundet.
- Etterleve målsetningen om at aktivitetene skal være forankret på krets- og klubbnivå.
- Informere om utstyr, hjelpemidler og støtteordninger.
- Formidling av kontakt til lokale ressurspersoner.



VI HØRER GJERNE FRA DEG!



Anne Ragnhild Kroken
anne.kroken@skiforbundet.no
Telefon: 930 54 058

Anne Ragnhild har hovedansvar for langrenn samt overordnet koordinering av skiidrett for funksjonshemmede.

Hovedfag fra NIH med fordypning i langrennspigging og klassifisering. Siden 1991 bred og allsidig erfaring fra arbeid med funksjonshemmede, både rekruttering og landslag. Internasjonalt godkjent som teknisk klassifisør i langrenn. Fast i Skiforbundet siden 2005.

“Jeg ønsker at funksjonshemmede skal få muligheter til å drive fysisk aktivitet og være med og konkurrere. Jeg treffer mange flotte mennesker i jobben min!”



Ståle Bratberg
stale.bratberg@skiforbundet.no
Telefon: 995 65 830

Ståle er prosjektleder alpint.

Utdannet idrettspedagog fra NIH. Har siden 2000 jobbet med tilrettelegging av aktivitet for grupper med spesielle behov/funksjonshemming med hovedfelt alpint. I Skiforbundet siden 2007.

“Det gir meg mye å jobbe med funksjonshemmede, de viser genuin interesse og idrettsglede!”



SKIFORBUNDET.NO

Bruk våre nettsider aktivt
og hold deg orientert!
Klikk deg inn på
Funksjonshemmede.
Her finner du utfyllende
informasjon om alt vi
har snakket om i denne
brosjyren: arrangementer,
samlinger, aktivitetsplan,
klassifisering, klubbstoff
og mye mer!