
Bodø 10 November - 2018

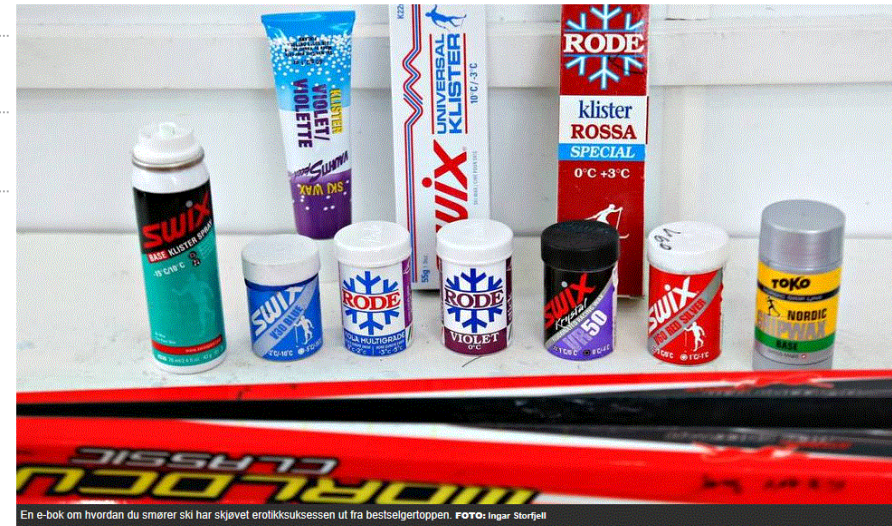
SMØRELAGET – FIASKOENS ANSIKT UTAD





Oppvarming

"Alpint er en lagidrett –
bortsett fra start til mål"
Kjetil Jansrud



En e-bok om hvordan du smører ski har skjævet erotikksuksessen ut fra bestselgertoppen. FOTO: Ingar Storfjell

Skismøring danker ut erotikk

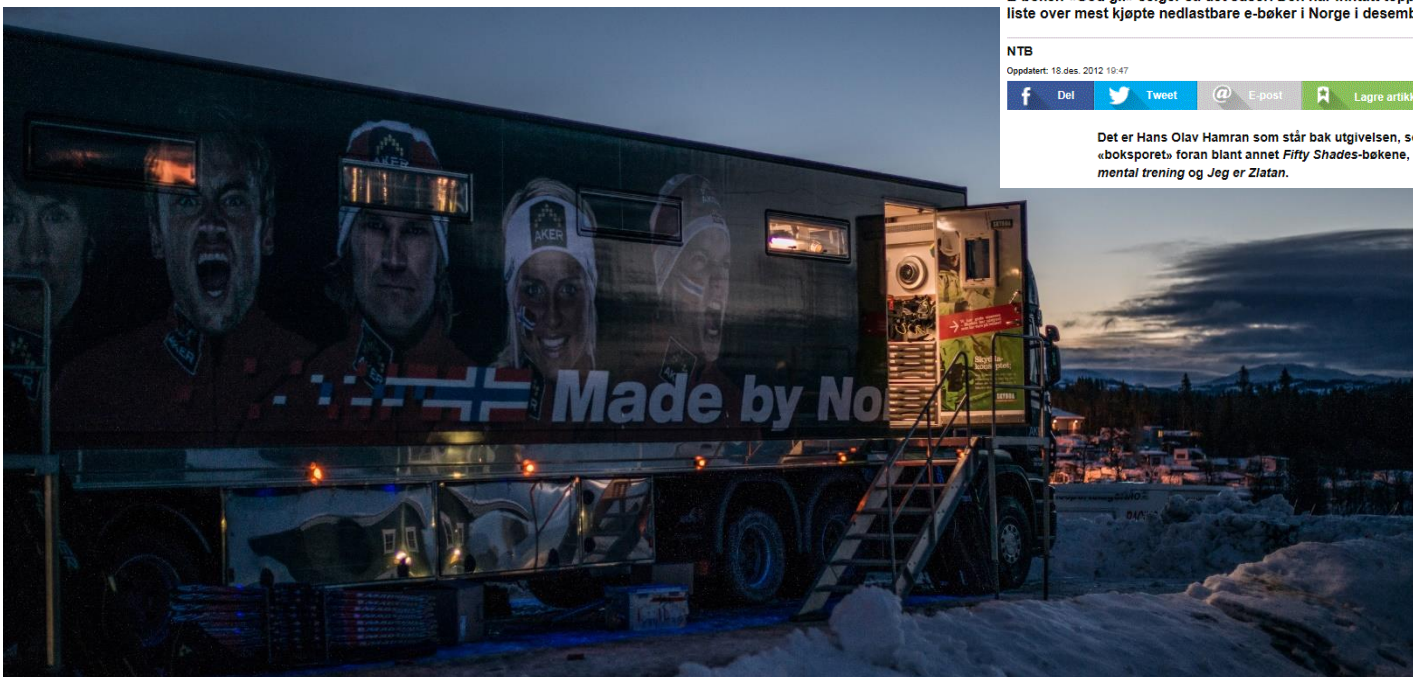
E-boken «God gli» selger så det suser. Den har inntatt toppen av iTunes sin liste over mest kjøpte nedlastbare e-bøker i Norge i desember.

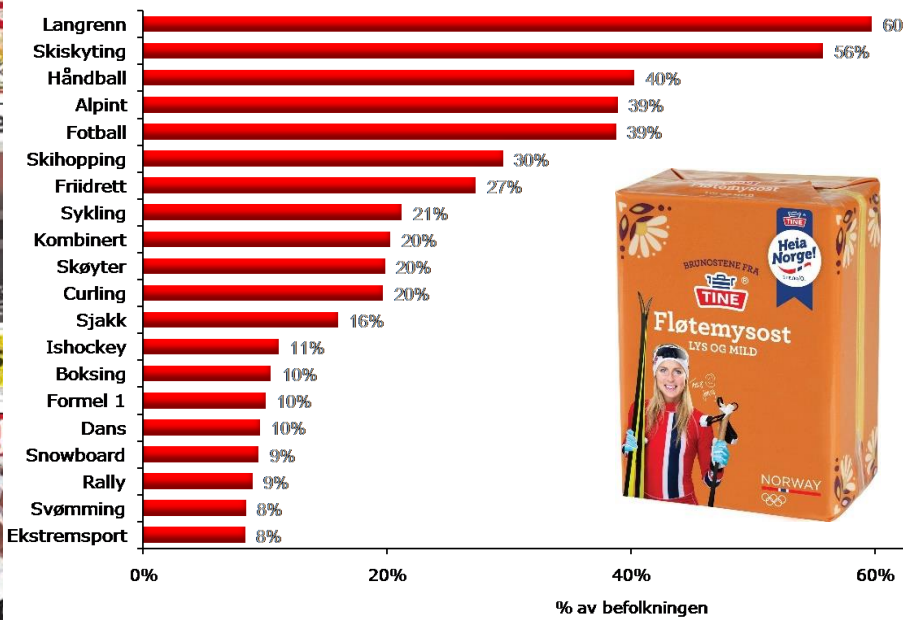
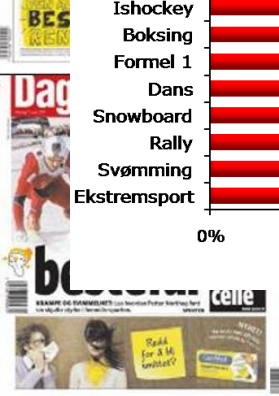
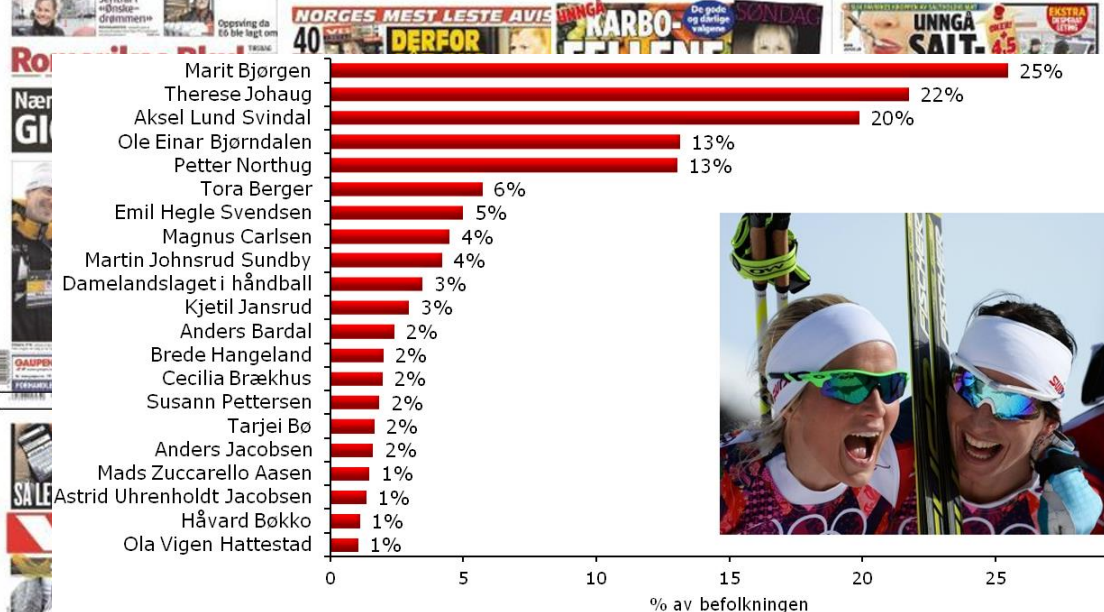
NTB

Oppdatert: 18. des. 2012 19:47

[f](#) Del [Tweet](#) [@](#) E-post [Lagre artikkelen i leselisten](#)

Det er Hans Olav Hamran som står bak utgivelsen, som har tatt teten i «boksporet» foran blant annet Fifty Shades-bøkene, Bli best med mental trening og Jeg er Zlatan.





Oppvarming



Vancouver 2010



Sochi 2014



VG sporten

< 581

ALP

OL 2014

OL-FORSIDEN

PROGRAM

DIREKTE

Truls Dæhli kommenterer:

Fiaskoen som krever et svar



VG sporten

FOTBALL VG SPORTEN DIREKTE ISHOCKEY HÅNDBALL SYKKEL SKI SJAKK TRAV SPILL GOLF ME

OL 2014

OL-FORSIDEN

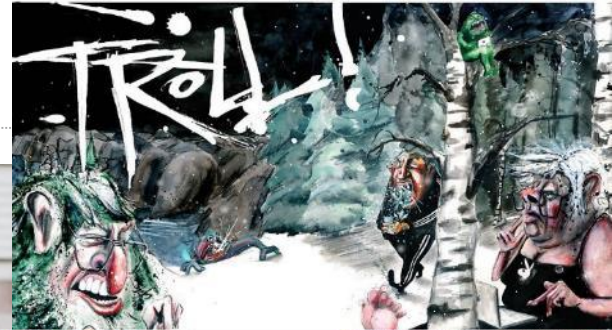
PROGRAM

DIREKTE

MEDALJER

Smøreteamet fortsatt i villrede etter krisemøte

* Nystad: - Selvfølgelig skjønner jeg at løpere har mistillit



OG Sotsji-OL 2014

Nyheter Live OL-TV Troppen Arenaene Program Videoquiz Historien Livestudio Resultater Medaljer



Ny norsk smørebom: - Var som å gå på lim

Sverige tok gull, mens Norge igjen havnet utenfor pallen.

VG sporten

FOTBALL VG SPORTEN DIREKTE ISHOCKEY HÅNDBALL SYKKEL SKI SJAKK TRAV SPILL GOLF

OL 2014

OL-FORSIDEN

PROGRAM

DIREKTE

MEDALJER

Innrømmer smørebom på tre av fire norske løpere

...mens Bjørn hevder hun hadde gode ski på 10 kilometeren



Norge har brukt millioner på glidprosjekt til Sotsji: - Første gang vi opplever slike forhold

*Det norske teamet har testet ski i Sotsji i 3-4 år

*Therese Johaug kan ikke huske sist skiene var så dårlige



SJANSELØSE: De norske jentene tar i mot Marit Bjørgen i målområdet. Fasiten etter dagens stafett var en femteplass. Foto: Bjørn

Publisert 15.02.14 - 14:19, endret 15.02.14 - 15:59 (VG NETT)

Av [Nils Mangelrød](#) og [Camilla Vesteng](#) Foto: [Bjørn S Delebekk](#) og [Helge Mikalsen](#)

[Tweet](#) 20 [G+1](#) 1 [Anbefal](#) 1K [145](#) [E-post](#) [Print](#)

SOTSJI (VG) Det norske smøreteamet har et budsjett på mellom 7 og 8 millioner kroner. De har også testet ski i Sotsji i 3-4 år. Men foret konkurrentene lykkes på, har de aldri opplevd i Russland.

**Internasjonalt gjennombrudd;
Amerikanske aviser begynner å
bruke ordet SMOREBOM**



FIASKO: Løpet var allerede kjørt da Petter Northug gikk ut på sin siste etappe. Sverige vant stafetten overlegent. Foto: Thomas Rasmus Skaug/Dagbladet

Ny smøreboom førte til enda en norsk stafett-fiasko

- Det var som å gå på lim.



Det store krisemøtet

Av: [Nils Christian Mangelrød](#), [Camilla Vesteng](#), [Bjørn S. Delebekk](#) (foto)

SOTSJI (VG) Alle andre hadde pakket sammen og dratt da det 15 mann store norske teamet skulle til bunns i smørefiaskoen. Nå får det norske teamet kritikk for nok en olympisk smøreboom.



Sochi 2014



HEKTISK AKTIVITET: Smøresjef Knut Nystad samlet troppene til kollektiv ski- og smøretesting rett etter en mislykkede kvinnestafetten i dag.
Foto: Thomas Rasmus Skaug / Dagbladet

- Et alternativ er å ta oss med ut bak et skur og skyte oss

Smøresjefen beklager totalbommen.



JOHN RASMUSSEN
jor@dagbladet.no
I RUSSLAND



THOMAS RASMUS SKAUG
tsk@dagbladet.no
I RUSSLAND



«Portrettert som den mest forhatte gruppa i Norge»

Men TV 2-Davy mener Nystad ikke har grunn til å klage. [Les mer](#)



Evaluer - Finn årsak - Legg plan
STØTT HVERANDRE OG JOBB BEINHARDT!

Media – hvilket ansvar har de når de skal forvalte våre svar?



“Om jeg bare fortsetter å skrive om det så blir det sant”

Journalist X



NORGES
SKIFORBUND

En del av hverdagen





평창 2018

Today's Results

Medal Count

Tough Job: Norway's Ski Wax Chief Is Only Noticed When He Fails

By DAVID SEGAL FEB. 14, 2018





Så mange OL-medaljer tar Norge – i beste fall

"En pessimist ser vanskelighetene i enhver mulighet. Optimisten ser mulighetene i enhver vanskelighet"

Winston Churchill



Så hva er problemet?

Ekspertenes Krav
 Rekord beste nasjon
 Norsk Rekord
 Medaljefangst OL 2018

Gull

21

14

13 (02)

14

Medaljer

50+

37

26 (94, 14)

39

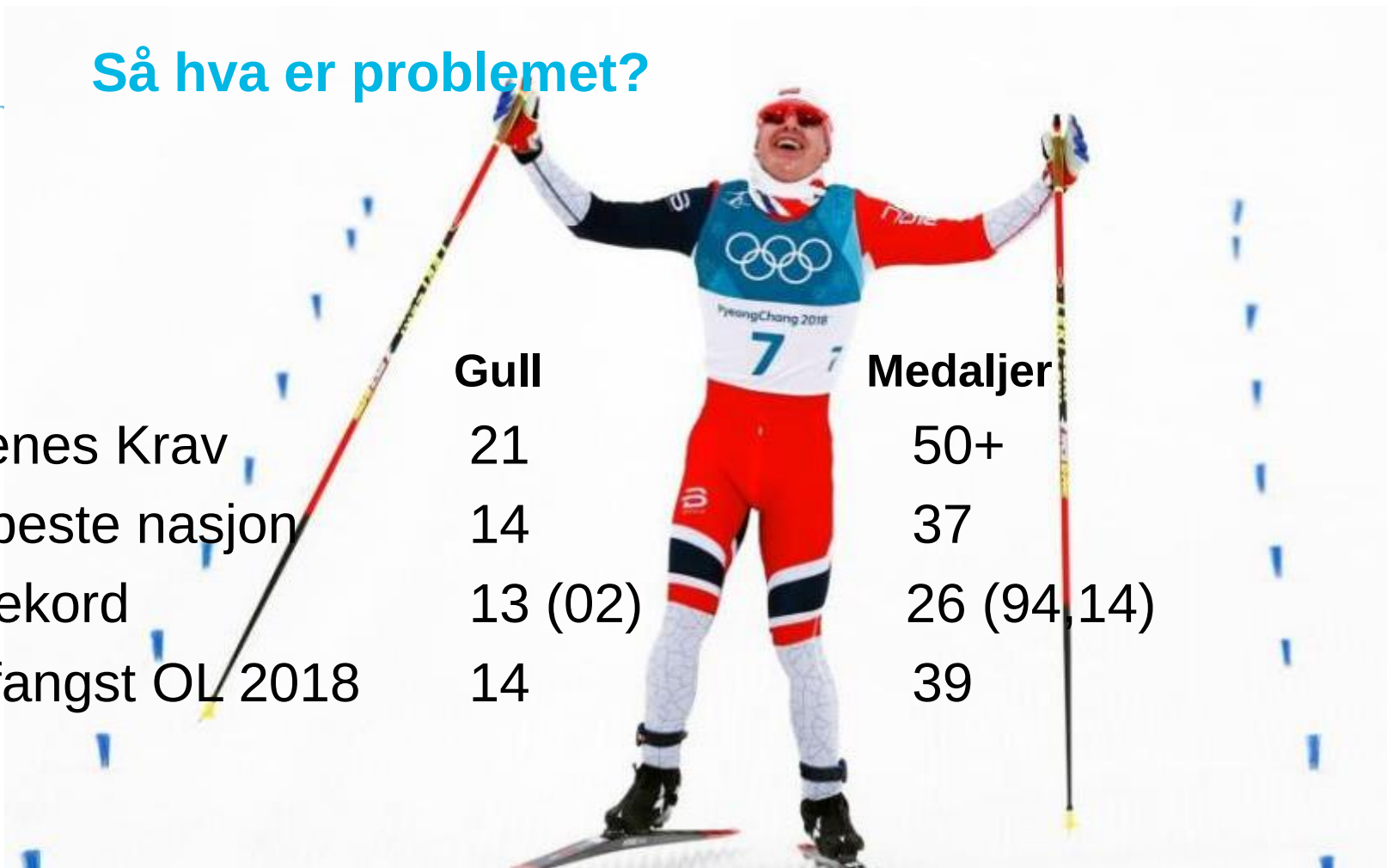
Ny Norsk Medaljerekord
 Skuffet Ekspertene

+1

-7

+13

-11+



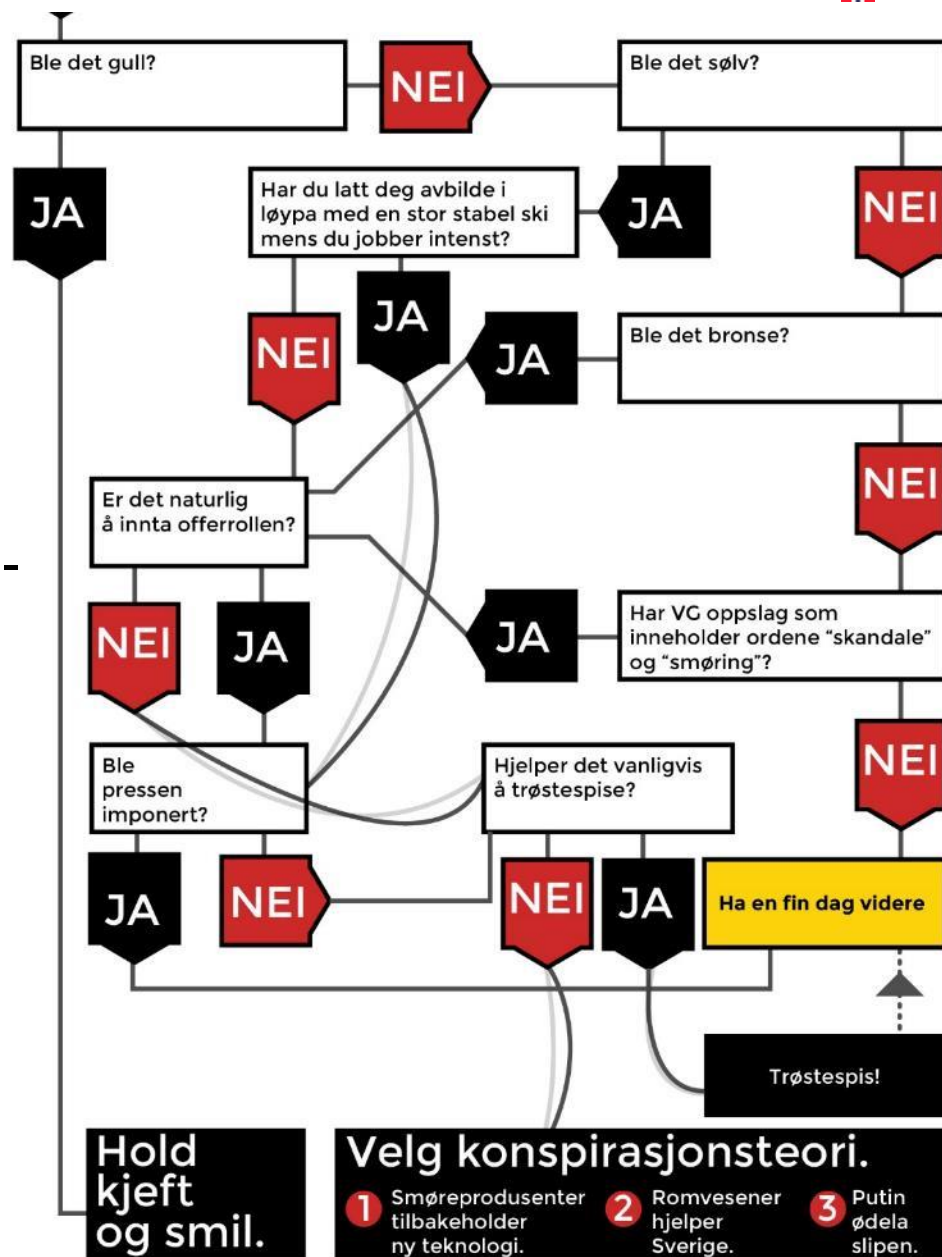
“Regler”

God Form
+ God Strategi
+ Perfekt Teknikk

= Godt/Forventet Resultat = Gull

God Form
+ God Strategi
+ Perfekt Teknikk
+ Dårlige Ski/Smøreteam

= Dårlig Resultat < Gull





Resultater 2013/2014

Ble vi oppfattet som gode?



TOTALT WC:

Kvinner:	1	2	3	4,10
Menn:	1			4,7,8,9

TOTALT FIS TOUR DE SKI

	1	2	3	
	1	2	3	4,6,9

DISTANSE

Kvinner:	1	2		5,6
Menn:	1			4,7,9

SPRINT:

Kvinner:			3	4,5
Menn:	1	2		9

LAG:

Nasjon:	1			
Kvinner:	1			
Menn:	1			

Medals					
					All
1	NOR	5	2	4	11
2	SWE	2	5	4	11
3	SUI	2	0	0	2
4	RUS	1	3	1	5
5	FIN	1	2	0	3
6	POL	1	0	0	1
=7	FRA	0	0	1	1
=7	GER	0	0	1	1
=7	SLO	0	0	1	1



Foto: Terje Bendiksby (Scanpix)

Slik skal den norske dominansen begrenses

Mannen som selger langrenn internasjonalt mener budsjettak bør vurderes. Men først blir mulighetene til å teste ski redusert. Det kan skje fort.



Anders Skjerdingsstad
@Skjerdings
Journalist

Publisert 9. des. 2014 kl. 15:10

1
Artikkelen er
flere år
gammel.

Norge dominerer for mye

Aftenposten A-magasinet Osloby Sport Meninger Bli abonnent

- Ingen andre enn nordmenn vil gidde å se på når Norge vinner alt-Norge er økonomisk dopet i ski-VM

Norge gjør nesten rent bord i ski-VM og er på vei mot tidenes gullfangst. -En form for økonomisk doping, sier Norges mest erfarne sponsorsjefer.



FIS: Norsk ski-dominans bekymrer

Nils Mangerud og Ole Kristian Strøm
13.02.15 09:34 | Oppdatert: 13.02.15 14:58

Norge slår knockout på konkurrentene i sporet og pengebingen



TOTAL DOMINANS: Norge dominerer sporten sportslig og økonomisk. Her jubler Martin Jo... Les hele

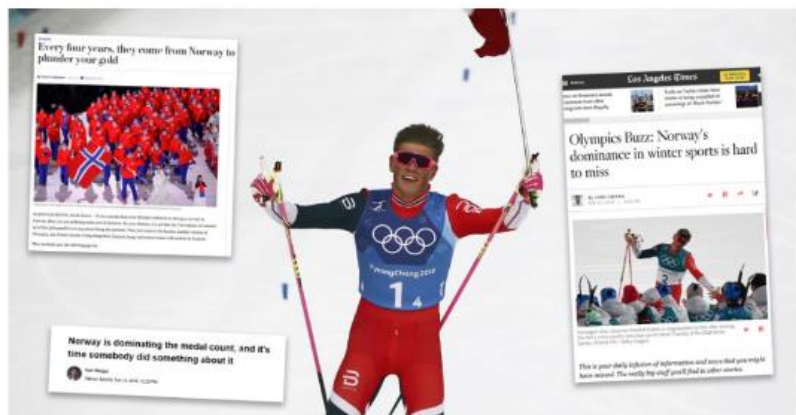
En uke før ski-VM på svensk jord er Norges dominans større enn noensinne. VGs tall viser at de økonomiske musklene samtidig er overlegen konkurrentene. Nå ønsker FIS-topp Jürg Capol pengetak i langrennssporten.

*As Medals Pile Up, Norway Worries:
Are We Winning Too Much?*



Utlendingene måper over lille Norge i OL: – Hva driver dere med der oppe?

Med 26 medaljer er Norge på vei mot sitt beste OL. Det har utenlandske medier, utøvere og idrettsledere merket seg.



TUSEN TAKK: Smøresjef Knut Nystad og Marius Bjørnsen på trolmann Perry Olsson i den norske smørebussen. Det var mange som hadde sitt å si til dem under et par vanskelige dager i Sotsji. Nå med suksess er det blitt ganske så stille. FOTO: Thomas Rasmus Skaug / Dagbladet.

VINTER
OL 2018

Alt om OL Livestudio

Ingen smørebom i Vinter-OL 2018

Han forsvant midt i OL-suksessen: Hvor ble det av Knut Nystad?

Lettere å klage enn å gi ros.

Anders Rove Bentsen
Journalist i Pyeongchang

Hans Henrik Løken
Journalist i Pyeongchang

Jonathan Simchal Hansen
Journalist i Oslo

Publisert 18. feb. kl. 18:22
Oppdatert 18. feb. kl. 18:51

Kontoret

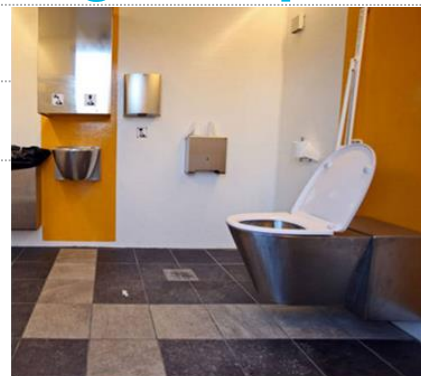


Er vår investering i HMS galskap?



Varaordfører Busk håpet på inntertier i jakten på en blomst. Det slo til. Foto: Kenneth Strømsvåg (Finnmarken)

Flyttet blomst 25 meter - prislapp: 10 millioner



MILJØMODUL: Dette toalettet Tjeldsundbrua i Nordland fylke

MILJØMODUL: Dette toalettet venter bilister som kjører mellom Evenes og Tjeldsundbrua i Nordland fylke. (Foto: Ragnar Børfot/Fremover)

Drittdyr luksus i Nord-Norge: Denne utedoen koster 10 millioner kroner



Stupetårnet i Hamar har blitt en mareritt. FOTO: FRODE MESKAU

Stupe-mareritt kan koste 29 millioner

Slik virker Norges topphemmelige

SMØREBUSS

UNDERHOLDNING:

Hyggelig TV-stue for avkobling etter lang dag med slip og mas.

REKREASJON:

Utendørs svømmebasseng for smørerne og deres familier.

HVILESEKSJON:

Hjemmekoselige soverom gjør søvnløse netter lettere å håndtere.

SAMTALEROM:

Bussen har gjenskapt en ekte Ayia Napa-bar hvor praten går lett og ledig.

SMØREUTSTYR:

En smørebus i denne pris-klassen har selvsagt også med en velutstyrt swixkoffer!



Arbeidsplass for ca 40-50 Personer



Hvordan blir vi oppfattet utad?

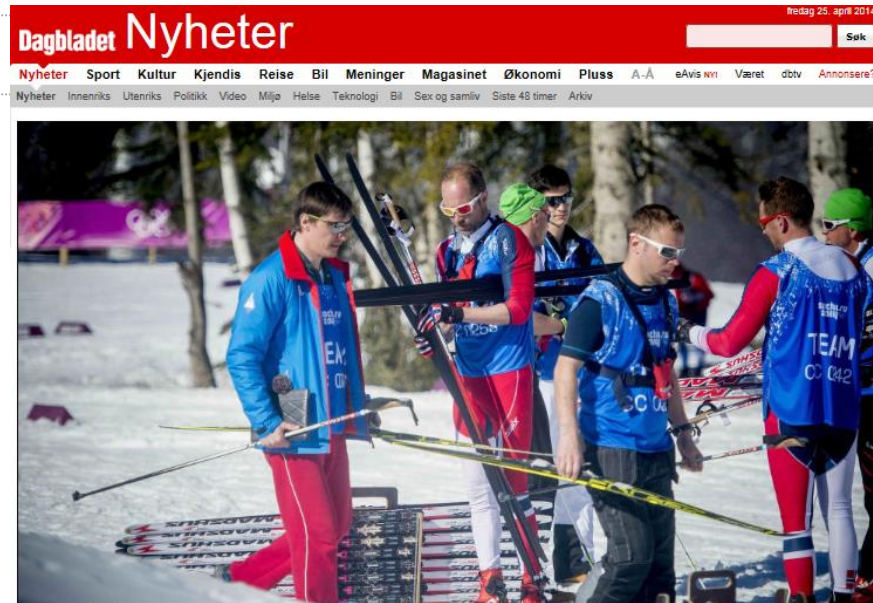


Samarbeid er ikke fravær
av konflikter, men en måte
å takle konflikter på.



Klassiske riskofaktorer for arbeidsrelatert uhelse og sykefravær

- Stor ytre oppmerksomhet – Mediepress
- Høyt arbeidspress
- Høyt arbeidstempo
- Høye krav
- Lav kontroll – Krav vs. kontroll?
- Mange reisedager – Jobb/privatliv-konflikt?
- Lange arbeidsdager
- Nattarbeid om nødvendig
- Høye krav og lav kontroll
- Hardt fysisk arbeid - Mekaniske belastninger
- Arbeid i kalde omgivelser
- Ikke lønnsledende – Innsats vs. belønning?
- Midlertidige ansettelser – høye prestasjonskrav
- Høy jobbussikkerhet
- Kjemiske eksponeringer



Statens arbeidsmiljøinstitutt mener skismørerne har Norges tøffeste jobb

Hvorfor har vi ikke sykefravær?

Smøresjef



Knut Nystad og deler av det norske smøreteamet.
FOTO: JUNGE, HEIKO / NTS SCANPIX

Smøresjefen vurderer å slutte

Det har stormet rundt Knut Nystad og hans smøreteam de siste ukene. Nå skal han seg om han fortsetter eller ikke.

Intern støtte
fører til ekstern
trygghet og
selvtillit!



TAR EN NY TØRRI: Knut Nystad har tenkt seg om i flere måneder, men har endelig signert en kontraktsforlengelse som norsk smøresjef... [les videre](#)

Smøresjefen fortsetter

Tar minst ett år til.



Er min jobb
så viktig?

Hva er en god leder ifølge smøreteamet?



"En sjef må være klar over at hans medarbeidere studerer det han gjør, ikke det han sier"

Lars Malm

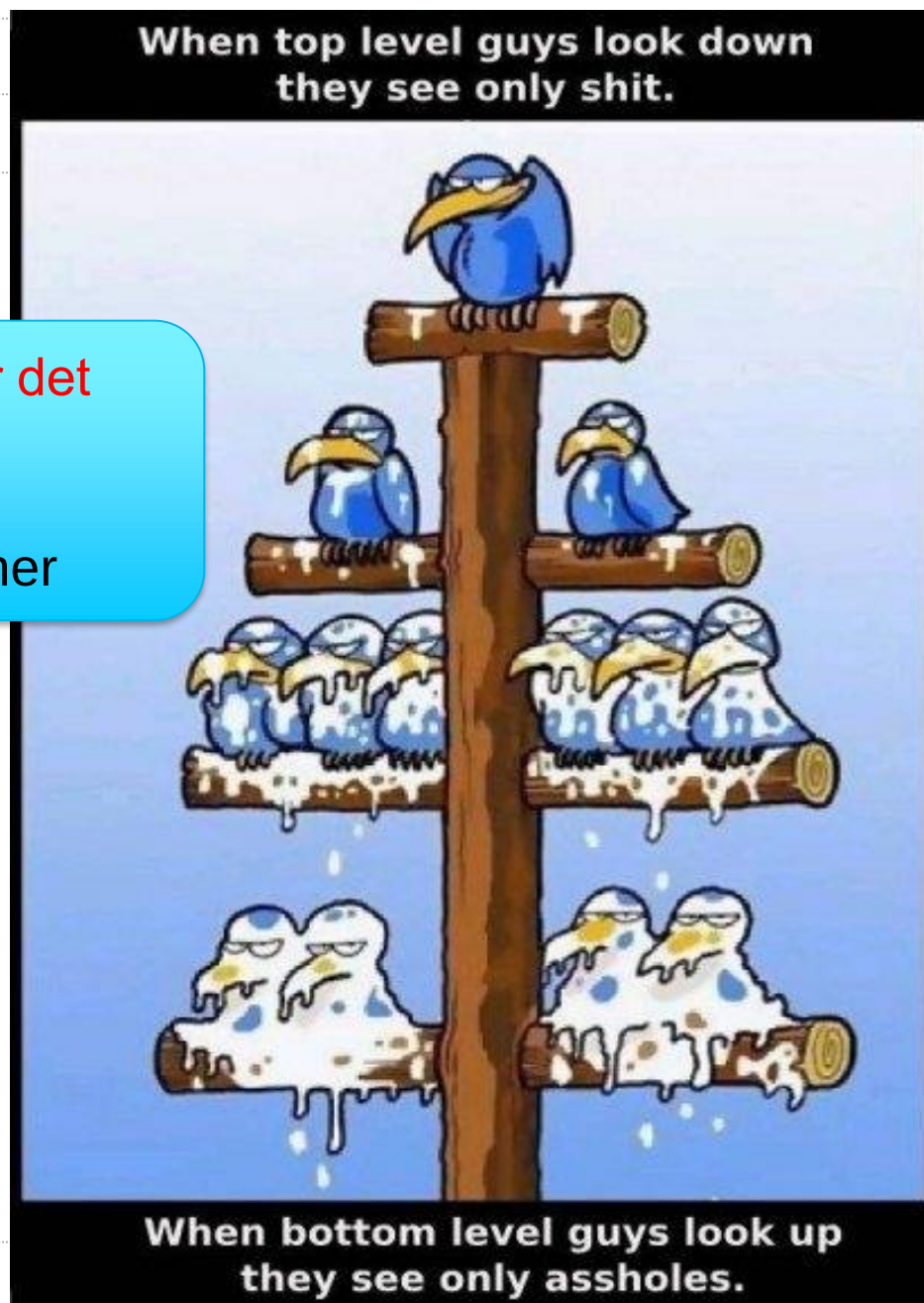
- Tydelig
- Snakker MED og ikke OM
- Åpen for diskusjon
- Samlende/inkluderende
- Skaper engasjement
- Tar OG gir ansvar
- Stoler på sine medarbeidere
- Humor & godt humør
- Faglig styrke
- Rett avgjørelse til rett tid
- Står for avgjørelser
- Lagets talsmann
- SMIL!

Er dette din Organisasjon?



"Bred enighet er det motsatte av lederskap".

Margaret Thatcher



Rekruttering

Uten de rette medarbeiderne lykkes vi aldri!

Får vi rekruttert
de beste,
eller
de beste av de
som er
tilgjengelig??



Hva er en god medarbeider?



- Lyttende
- Ærlig – snakker MED og ikke OM
- Respekt - avgjørelser/medarbeidere
- Tydelig og presis
- Forstå forventninger og oppgaver
- Tar ansvar – pliktoppfyllende/deltar
- Godt humør og serviceinnstilt
- Spiller medarbeidere og ledere gode
- SMIL!
- Det lille ekstra - alle er ambasadører for laget!!



“Hvis du mener at sjefen din er dum, så husk at du ikke ville hatt en jobb om han var smartere”

Albert Grant

Det er viktig med stolthet.....



...men også viktig med humor og godt humør



Fordeler med å jobbe i og som et LAG



- Komplementerende egenskaper
- Lære fra/til hverandre
- Utvikle spisskompetanse
- Egenutvikling/Gruppeutvikling
- Sosialt fellesskap – Trygghet
- Støtte når man ikke lykkes
- SUM > Del+Del
- Evolusjon fører til Revolusjon



“It is the mark of an educated mind to be able to entertain a thought without accepting it.”

Aristoteles



Målsetting



- Hva er forskjell mellom en drøm og et mål?
- Realistisk men utfordrende
- Aksept - MÅ være kjent for alle i organisasjonen
- Ressurser må bli fordelt i henhold til målene



**“Håpet er en våken manns drøm”
Aristoteles**

Egne mål kontra lagets mål? Er det en konflikt

- Glede seg over andres prestasjoner



“What is success? It is a toy balloon among children armed with pins.”
Gene Fowler

Hvem er kunden?



- Det norske folk?
- Media?
- Olympiatoppen?
- Norges Idrettsforbund?
- Sponsorer?
- Leverandører?



NORGE



Ski 2018

Ski 2018 organisasjon

Økonomi

Ingrid Bahr

Prosjektansatte

Knut N – Leder Ski 2018

Håvard Skorstad

Terje Fardal

Felix Breitschädel

Jonas Amundsen

Tobias Dahl Fenre

dagtestere

Styre

Leder: Helge Bartnes,
Vinteridrettssjef
Leder av ski 2018: Knut Nystad
Utviklingssjef: Trond Pedersen
Fagansvarlig Teknologi: Felix B.
Sportssjef langrenn: Vidar Løfshus
Sportssjef skiskyting: Per Arne Botnan
Sportssjef kombinert: Ivar Stuan
Coach langrenn: Hanne Staff
Coach skiskyting: Hanne Staff
Coach kombinert: Petter Thoresen
Sekretær – Håvard Skorstad

Faggruppe

Leder av faggruppen: Felix Breitschädel
Leder av ski 2018: Knut Nystad
Smøresjef – kombinert: Andreas Molden
Utviklingssjef – skiskyting: Tobias D. Fenre
Smøresjef – langrenn: Knut Nystad
Glisjef langrenn – Ronnie F. Hansen
Sekretær – Håvard Skorstad

Delprosjekter

Database

Manuelle Verktøy

Steinslip

Vær/Snø

Såle / Kjemi

Emit

Skiegenskaper

IDT

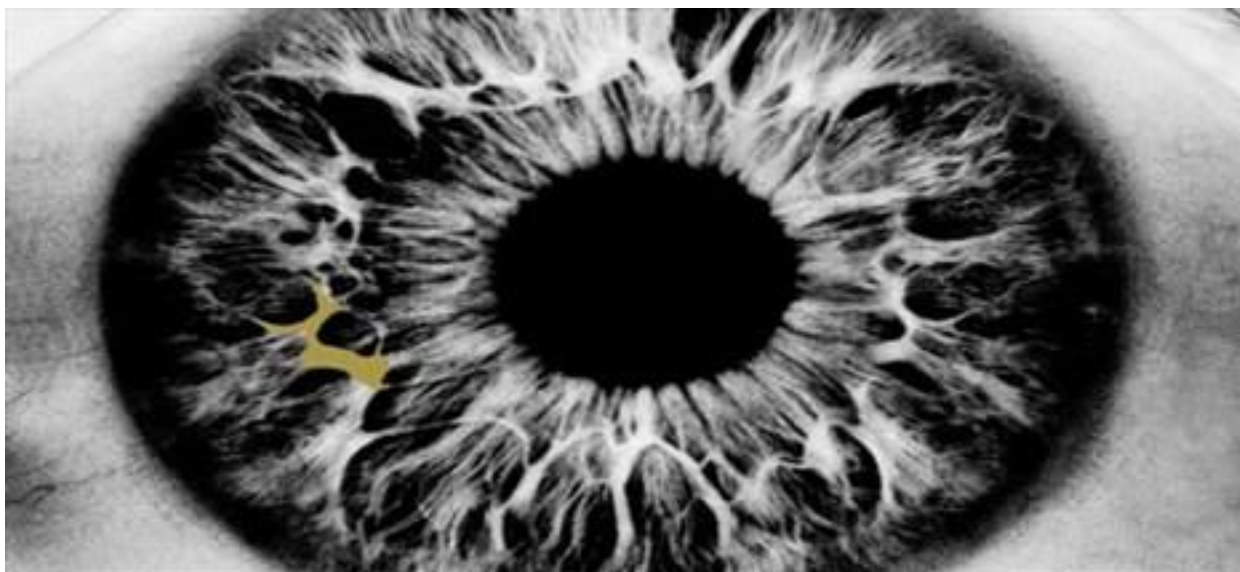
BIA prosjekt Forsprang 2018

BIA prosjekt Ski Innovasjon

Ski 2014 – et innovasjonsprosjekt av OLT for Langrenn, Kombinert og Skiskyting

Prosjektmål: Best ski i OL

NSF Mål: Beste nasjon i OL



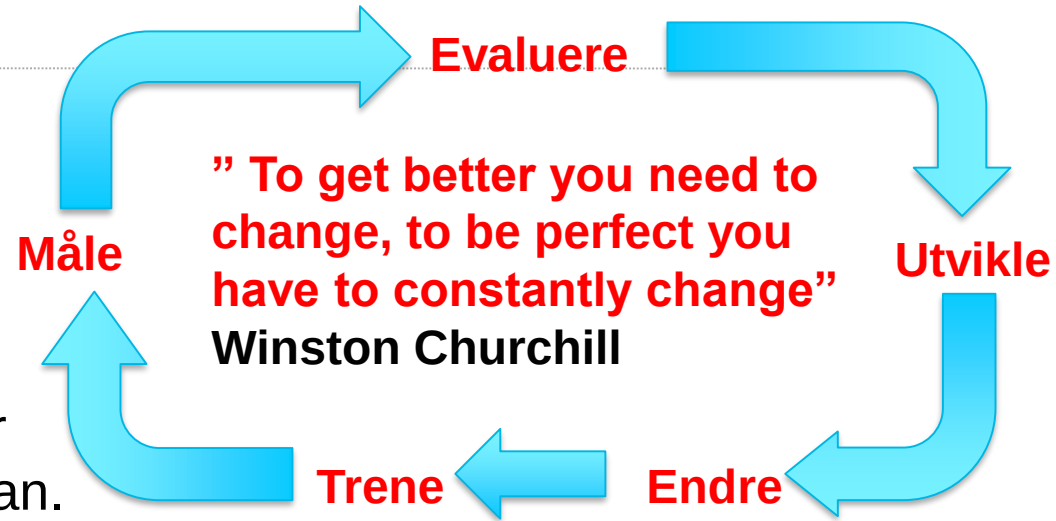
“Live as if you were to die tomorrow. Learn as if you were to live forever.”

Mahatma Gandhi



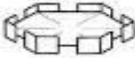
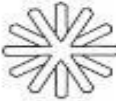
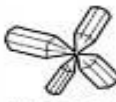
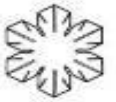
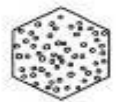
Strategi for å lykkes

- Samarbeide med landslagene – eierskap
- Finne i fellesskap gode prosjekt som er i tråd med målsetting.
- Definere og avgrense rammer for prosjektet med mål og ansvarsplan.
- Utforme tidsplan med milepæler
- Finne samarbeidspartnere
- Måle – Evaluere – Utvikle
- Utforme implementeringsplan



Hvorfor – Hvem – Hva – Hvor – Når – Hvordan
 Høste – Analysere – Lære – Bruke - Evaluere

Snø = Vanskelig

				
Simple Prisms	Solid Columns	Sheaths	Scrolls on Plates	Triangular Forms
				
Hexagonal Plates	Hollow Columns	Cups	Columns on Plates	12-branched Stars
				
Stellar Plates	Bullet Rosettes	Capped Columns	Split Plates & Stars	Radiating Plates
				
Sectorial Plates	Isolated Bullets	Multiply Capped Columns	Skeletal Forms	Radiating Dendrites
				
Simple Stars	Simple Needles	Capped Bullets	Twin Columns	Irregulars
				
Stellar Dendrites	Needle Clusters	Double Plates	Arrowhead Twins	Rimmed
				
Fennike Stellar Dendrites	Crossed Needles	Hollow Plates	Crossed Plates	Graupel

Types of Snowflakes ... SnowCrystals.com

- Varmt materiale
- Ulik form og størrelse
- Konstant endring



- 50 par til test (utøver ski, slip & produkter)
- 10 par med ulik smørning
- 8 test piloter
- 4 utøvere
- 1 time tilgang til løypene

Multi-parametrisk optimalisering

$$\mu_{opt} = (x_1; x_2; x_3; \dots; x_n)$$

$$\approx \min(f(ski)) + \min(f(slip)) + \min(f(glider))$$



SNPARAMETER (10)

Snøtemperatur
Snøtetthet
Snøhardhet
Snøkornstørrelse
Snøkornform
Snøfuktighet
Forurensing
Sintering
Snøtype
Kjemikaljer

VÆRPARAMETER (4)

Lufttemperatur
Luftfuktighet
Solinnstråling
Vind

FYSIKKEN

Luftmotstand
Ploughing & Compaction
Tørrfriksjon
Våttfriksjon
Adhesion
Elektrostatisk krefter

KINETISK FRIKSJON

PROSESSPARAMETER (8)

Trykkfordeling
Last
Hastighet
Vannfilmtykkelse
Vibrasjoner
Stigning
Kontaktareal
Utøver

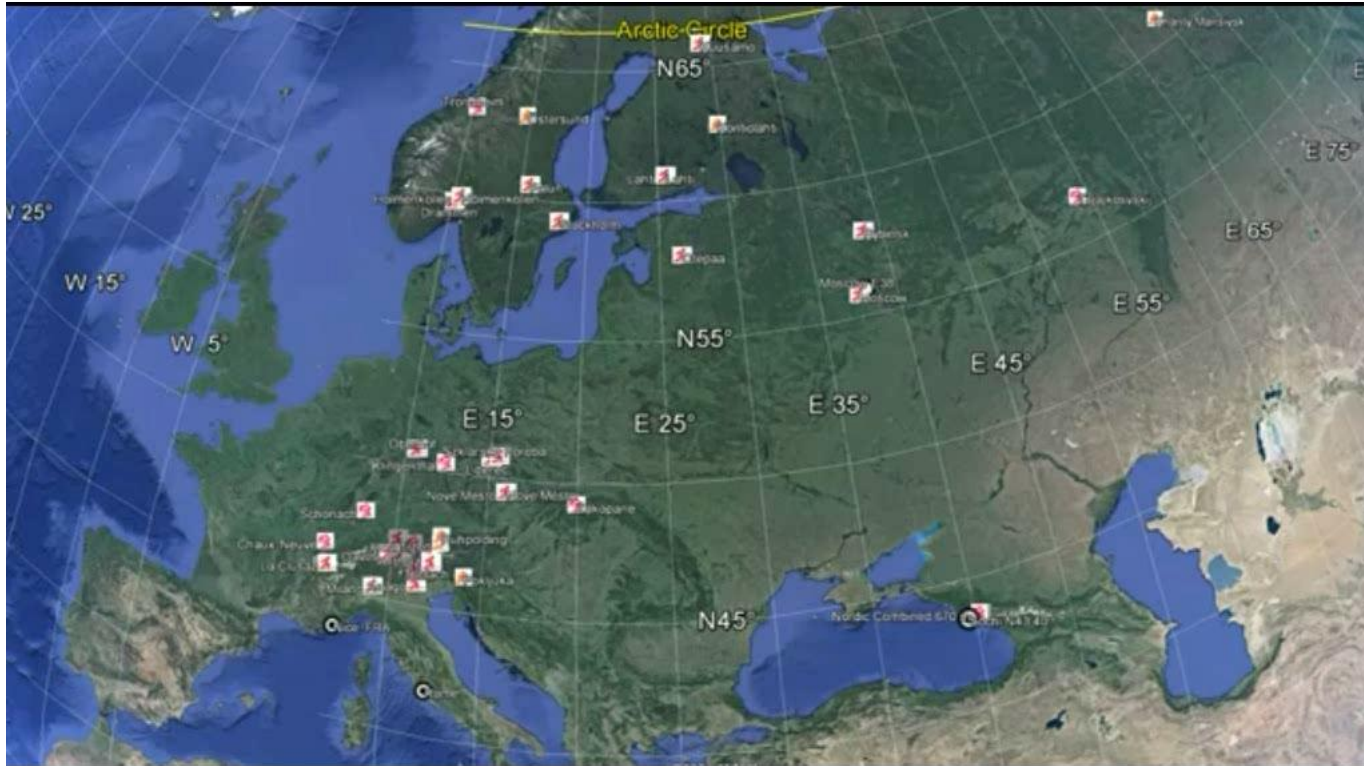
SKIPARAMETER (13)

Ski Såle
Sålematerial
Sålefarge
Såletemperatur
Termiske egenskaper
Skilengde
Spenn
Voks
Produkter
Stivhet
Elektriske egenskaper
Skigeometri
Egensvingning

Hva er riktig fokus?

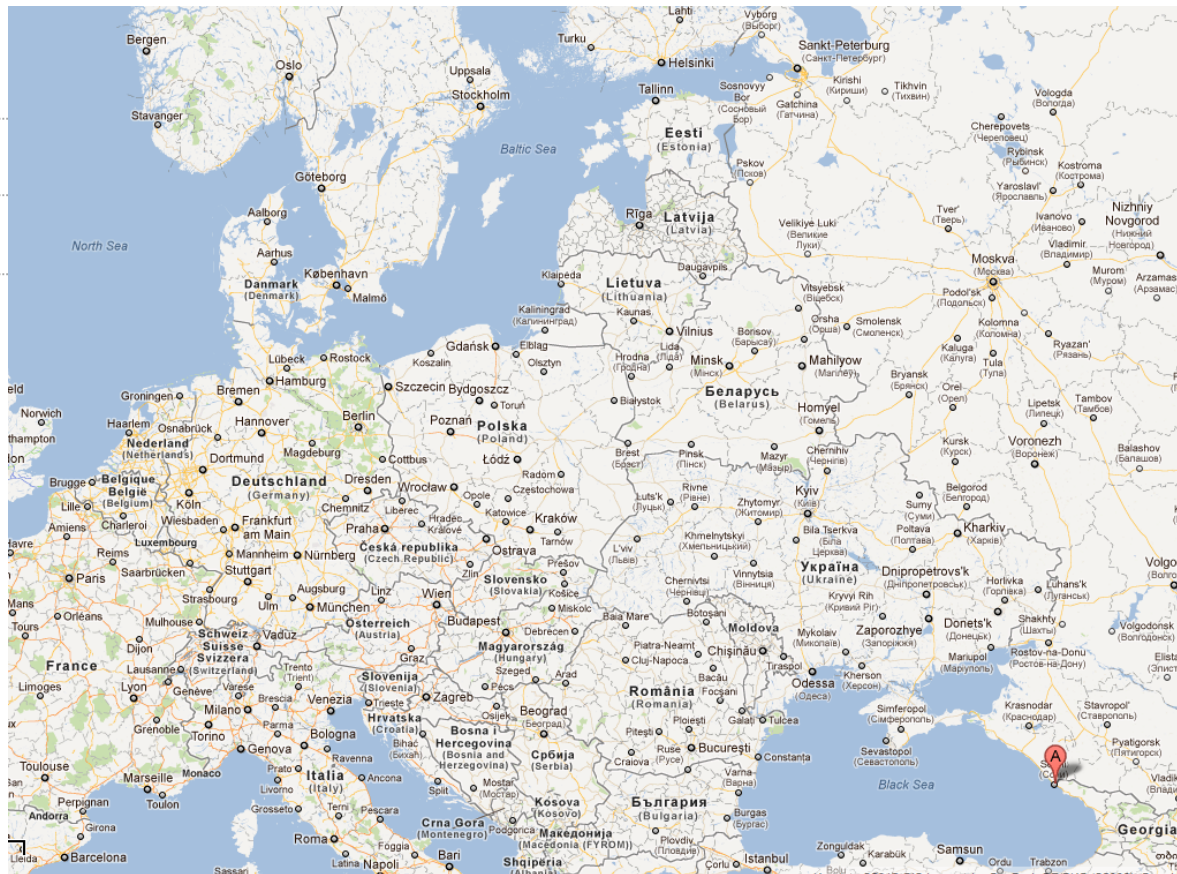


Sochi – Geografi



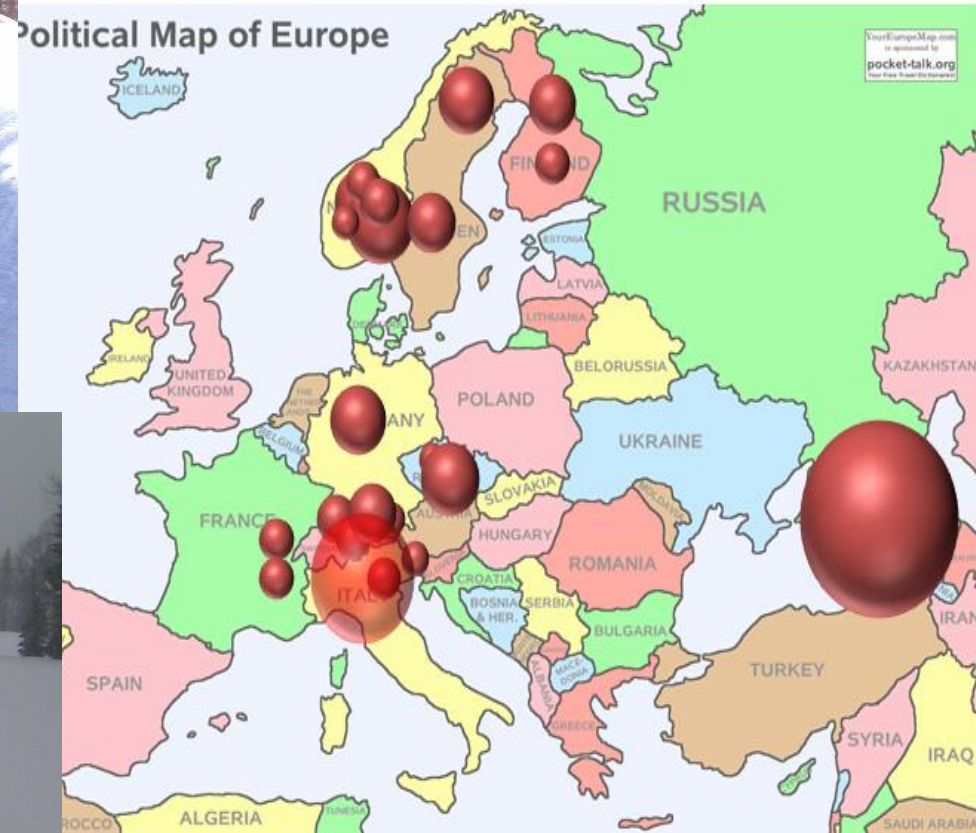
"Livet kan bare forstås baklengs, men det må leves forlengs"
Søren Kierkegaard

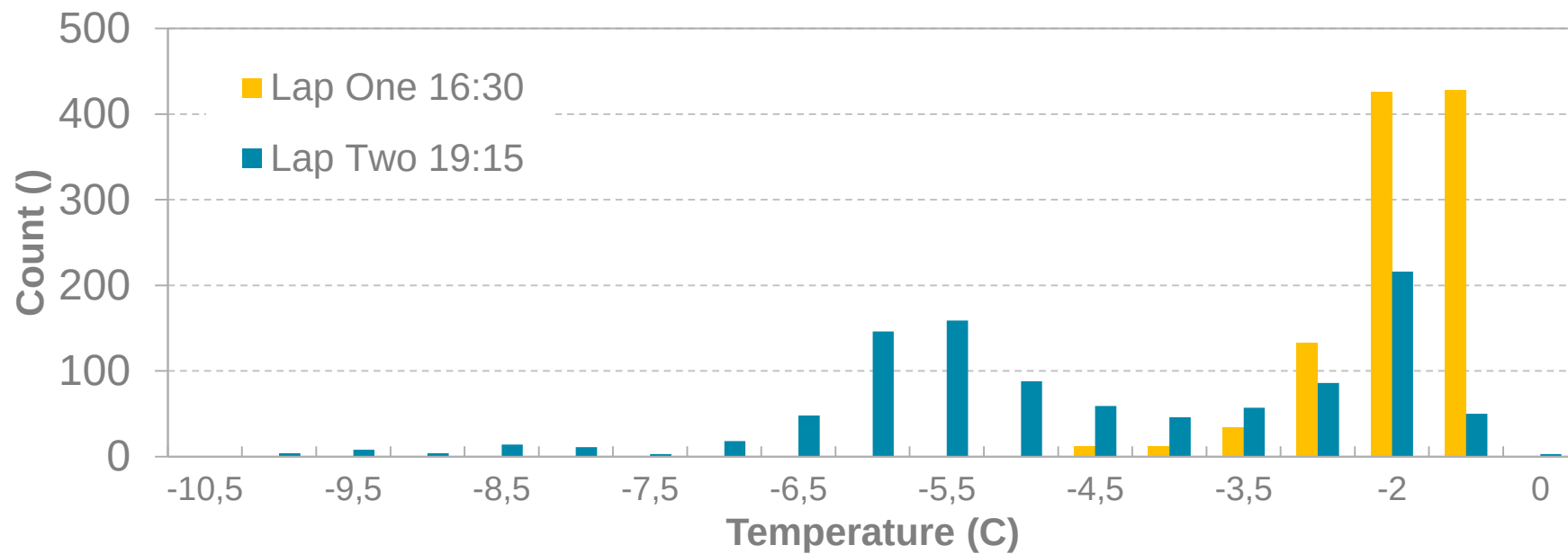
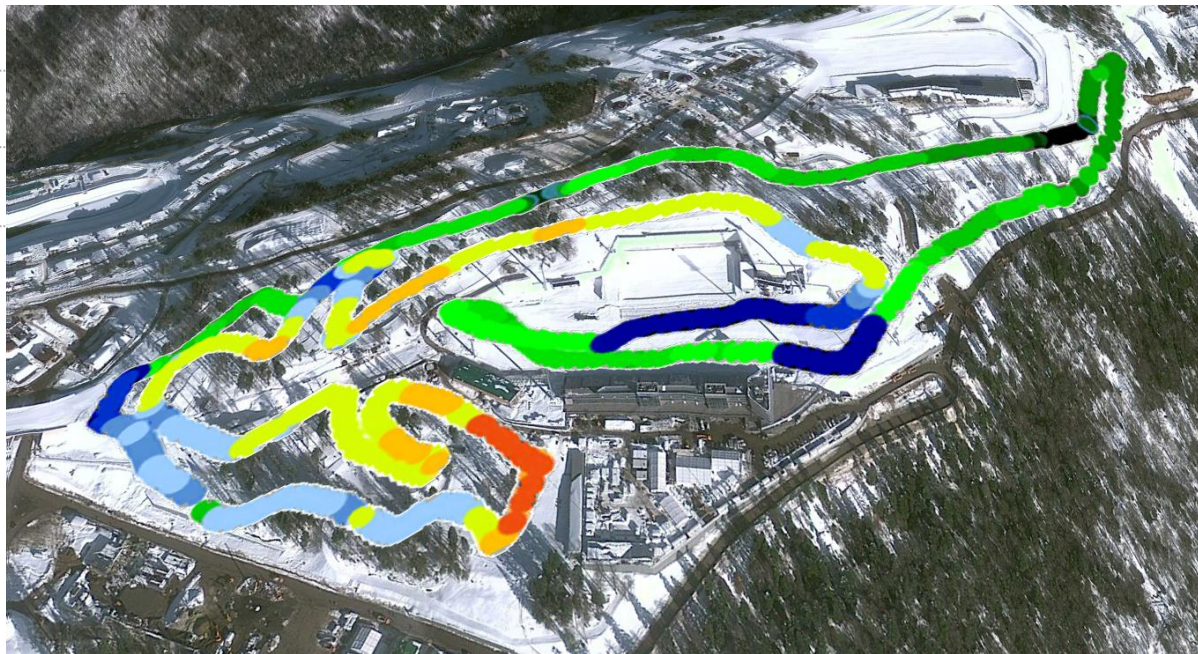
Sochi

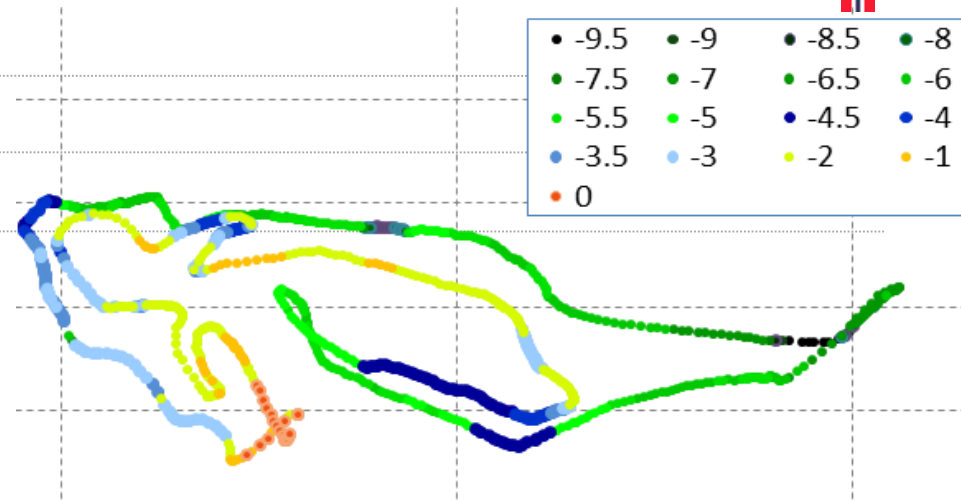
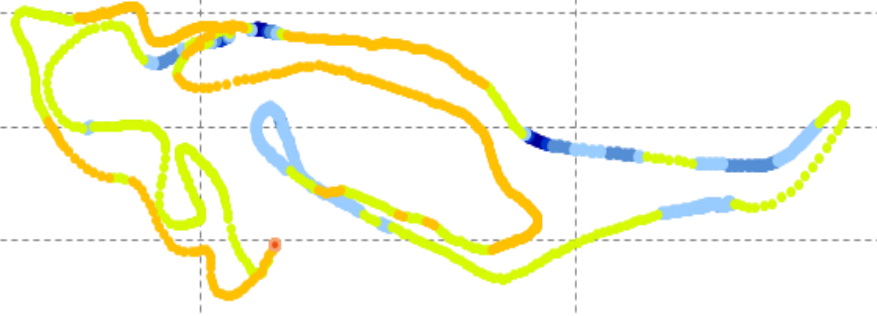




Manuell Strukturtesting - Total

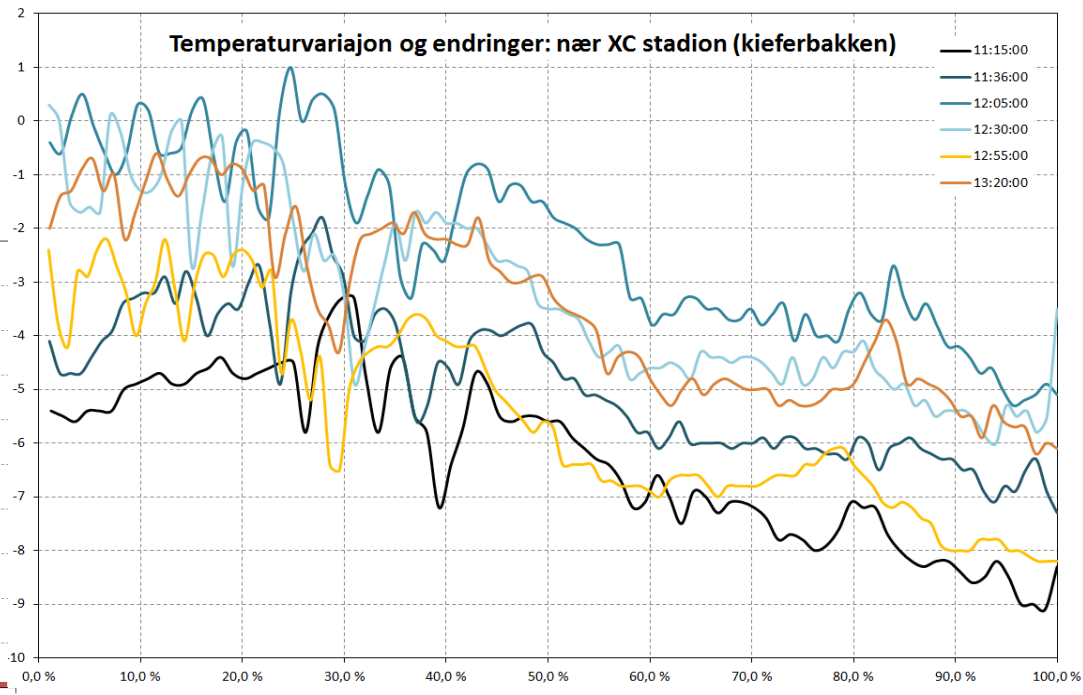


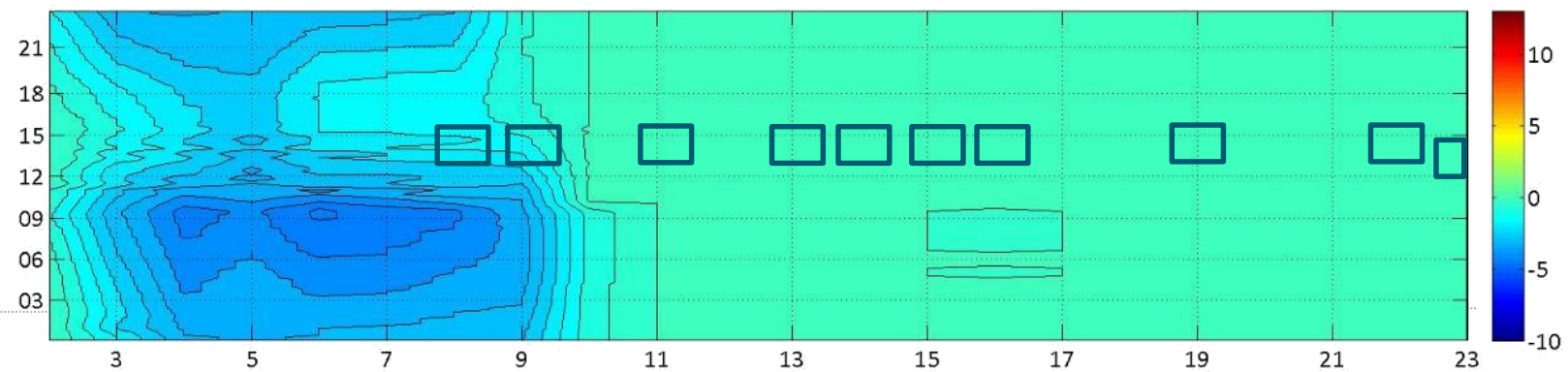
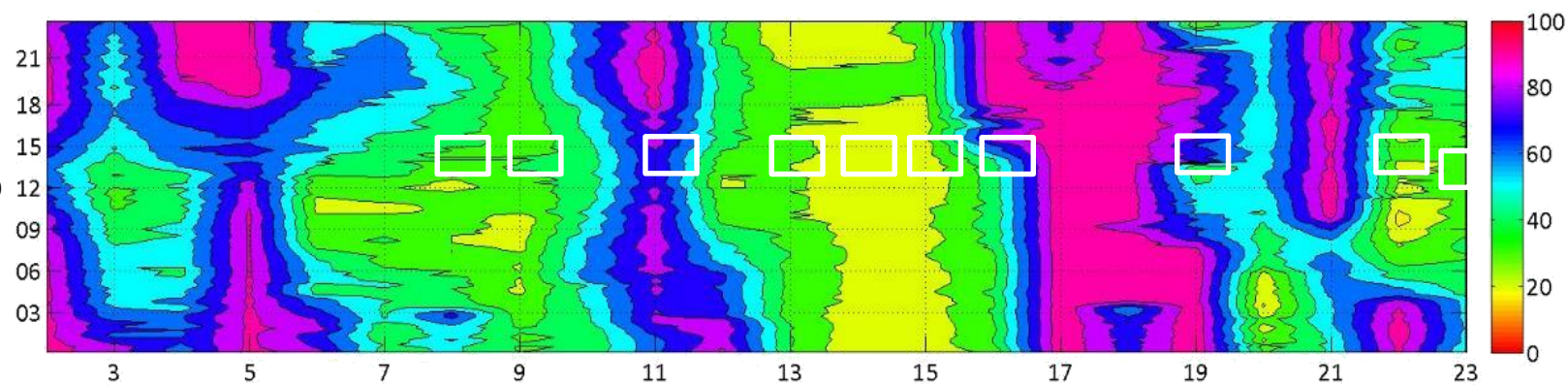
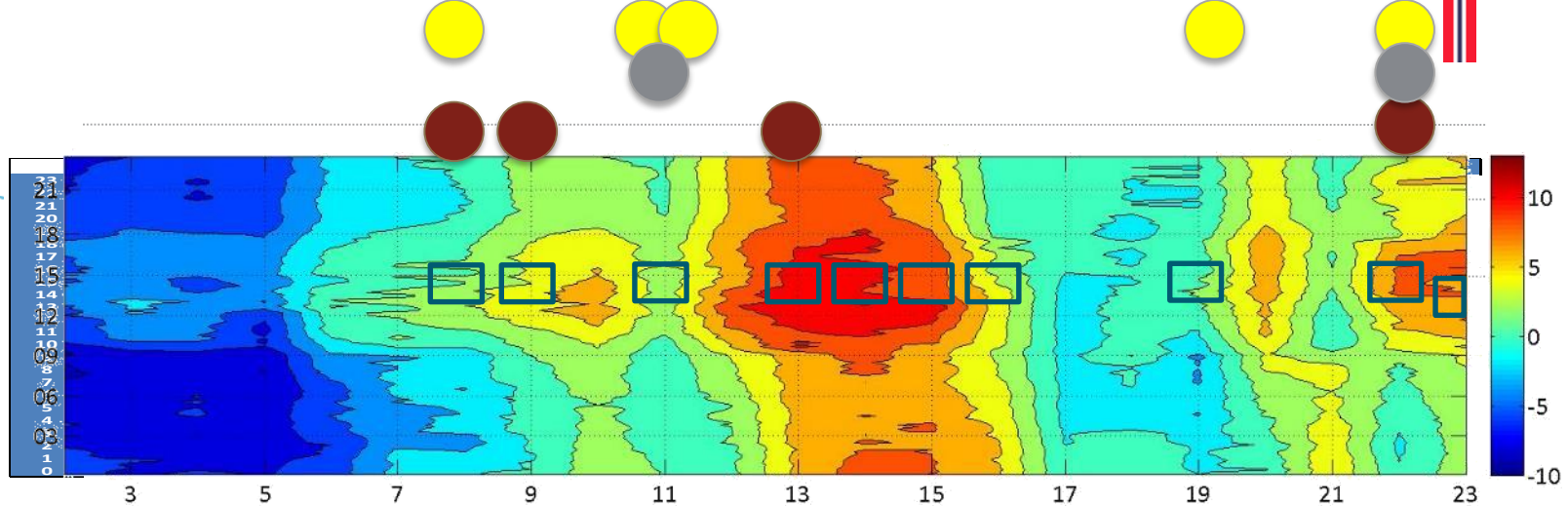




Bar chart showing the distribution of temperature differences (Temperatur (C)) for two rounds of a competition. The x-axis ranges from -10.5 to 0. The y-axis represents frequency, ranging from 0 to 500. The legend indicates two rounds: Runde 16:30 (blue bars) and Runde 19:15 (red bars).

Temperatur (C)	Runde 16:30	Runde 19:15
-10.0	0	5
-9.5	0	5
-9.0	0	5
-8.5	0	10
-8.0	0	10
-7.5	0	5
-7.0	0	15
-6.5	0	45
-6.0	0	145
-5.5	0	155
-5.0	0	85
-4.5	10	55
-4.0	10	40
-3.5	30	55
-3.0	130	85
-2.0	425	220
-1.0	435	55
0.0	10	5





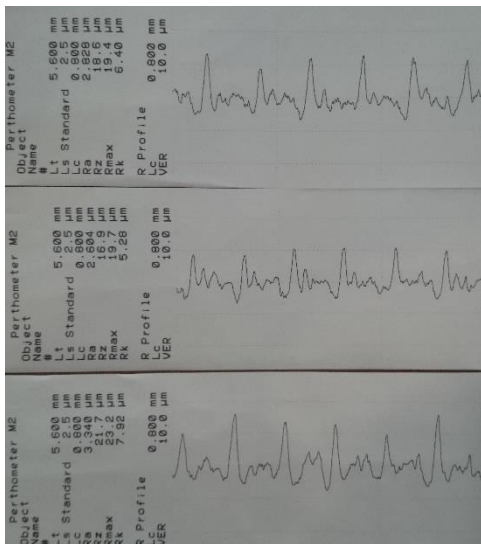


Sochi Testing



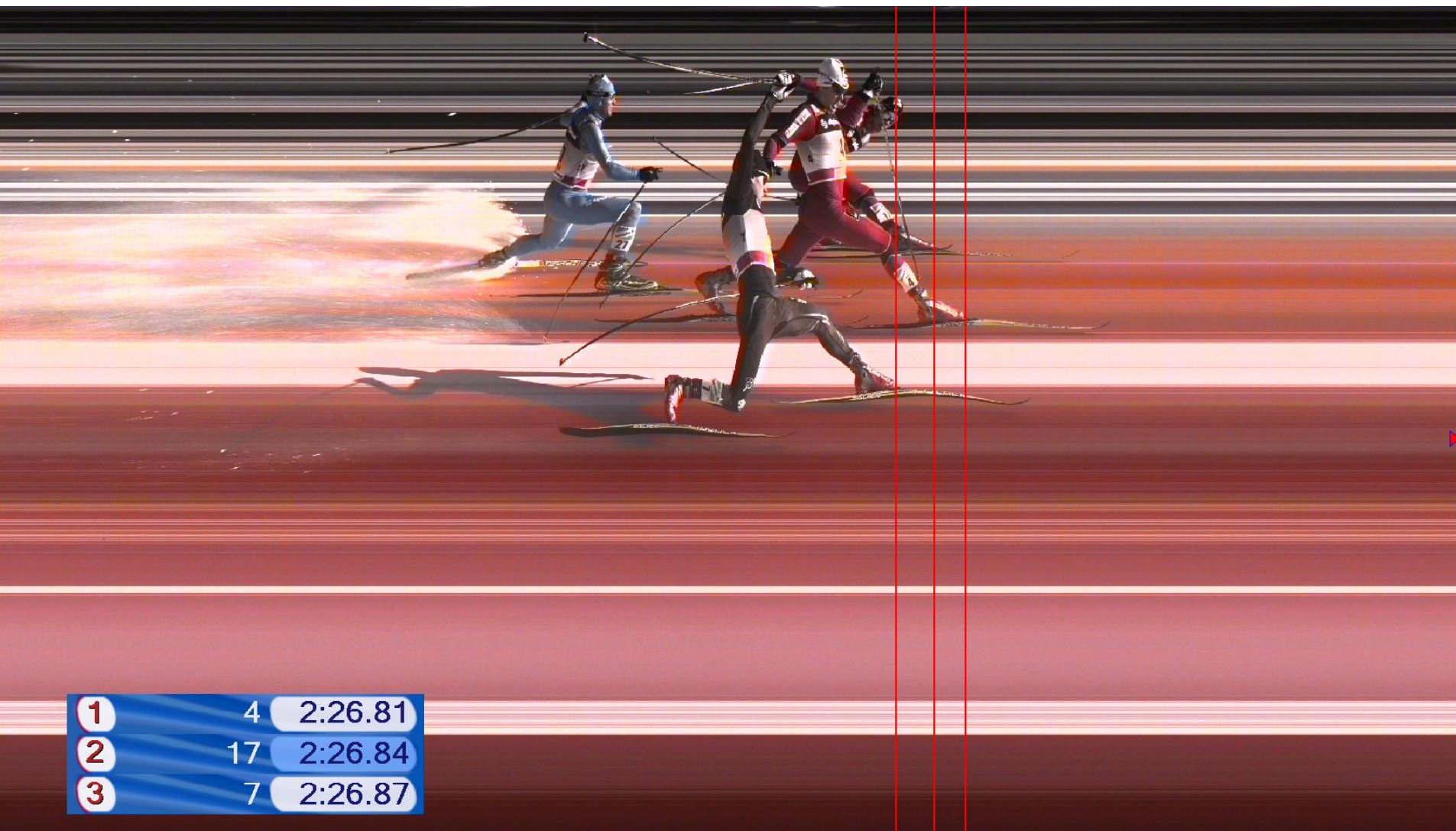
Sted	Innstråling	W/m2	Testansvarlig
4.2	20.02		Kunstsnotype
Luft Temp -7 °C	Skudekke	0 /8	Natursnotype
Luft Fukt 90 %	Klarhet	100 m	Snehårdhet
Sne Temp -14 °C	Wind	7 m/s	Spor konsistens
Sne Fukt 24 %	Nedbør	1 mm	Snekornstørrelse
			02 mm

15m Ski Nr.	Rank	Diff.	M6	Feløy + HS
Par 1	1	6	35	0
Par 2	2	8	65	30
Par 3	3	2	5	5
Par 4	4	1	0	0
Par 5	5	3	10	0
Par 6	6	7	60	50
Par 7	7	4	25	0
Par 8	8	4	25	0





Små marginer avgjør



1	4	2:26.81
2	17	2:26.84
3	7	2:26.87

Først var det Sverige - Så ble det vår tur!



Den store smørebommen

I mediene stilles det spørsmål om hva som forårsaker den norske smørebommen. Kanskje kan svaret ligge i forståelse av hvilken fysisk kjemi som skjer ved salting av skiløyper?

” Skulle jeg ønske meg noe, da ville jeg ikke ønske meg rikdom eller makt, men mulighetenes lidenskap. Det øye som overalt, evig ungt, evig brennende, ser muligheten”

Søren Kierkegaard

Hva skjer når man ikke lykkes?



- Styrker kan fort bli svakheter
- Frykt og usikkerhet internt og eksternt
- Mindre fokus på kunden
- Ledere blir opptatt med å forklare og får mindre tid til å aktivt forbedre situasjonen
- Snakker OM og ikke MED – baksnakk og bedrevitere
- Skylder på hverandre – redde sitt eget skinn
- En nedtur kan fort bli flere nedturer



**“Being defeated is often a temporary condition.
Giving up is what makes it permanent.”**

Marilyn vos Savant





PRODUKT

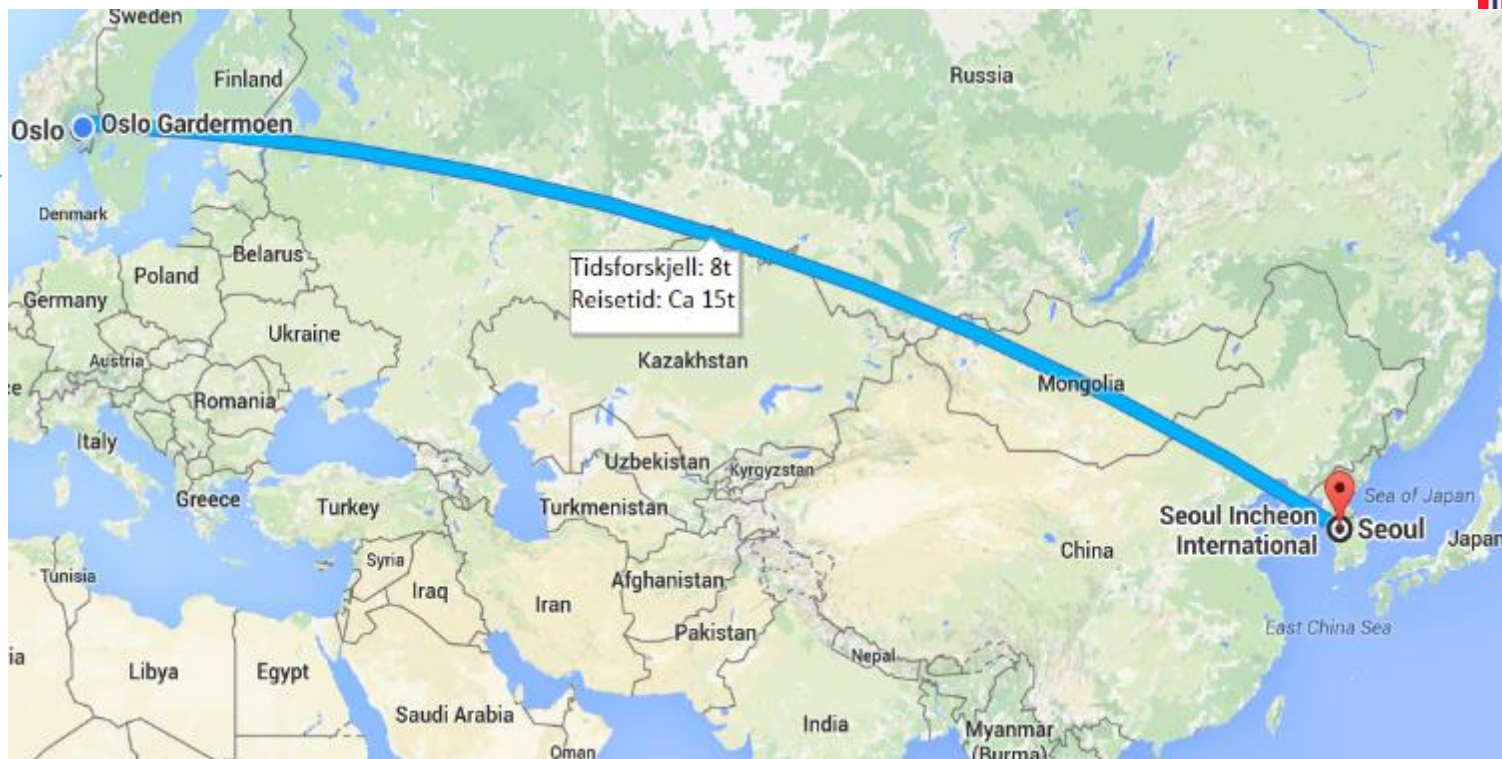
RIIL

SLIP

SKI

PyeongChang 2018

Hva er riktig fokus?



생태학습원

XC stadion

알펜시아 카지노

BIS station

대관령스키박물관

르메이에르건설(주)

알펜시아700GC

(주)티에스케이워터

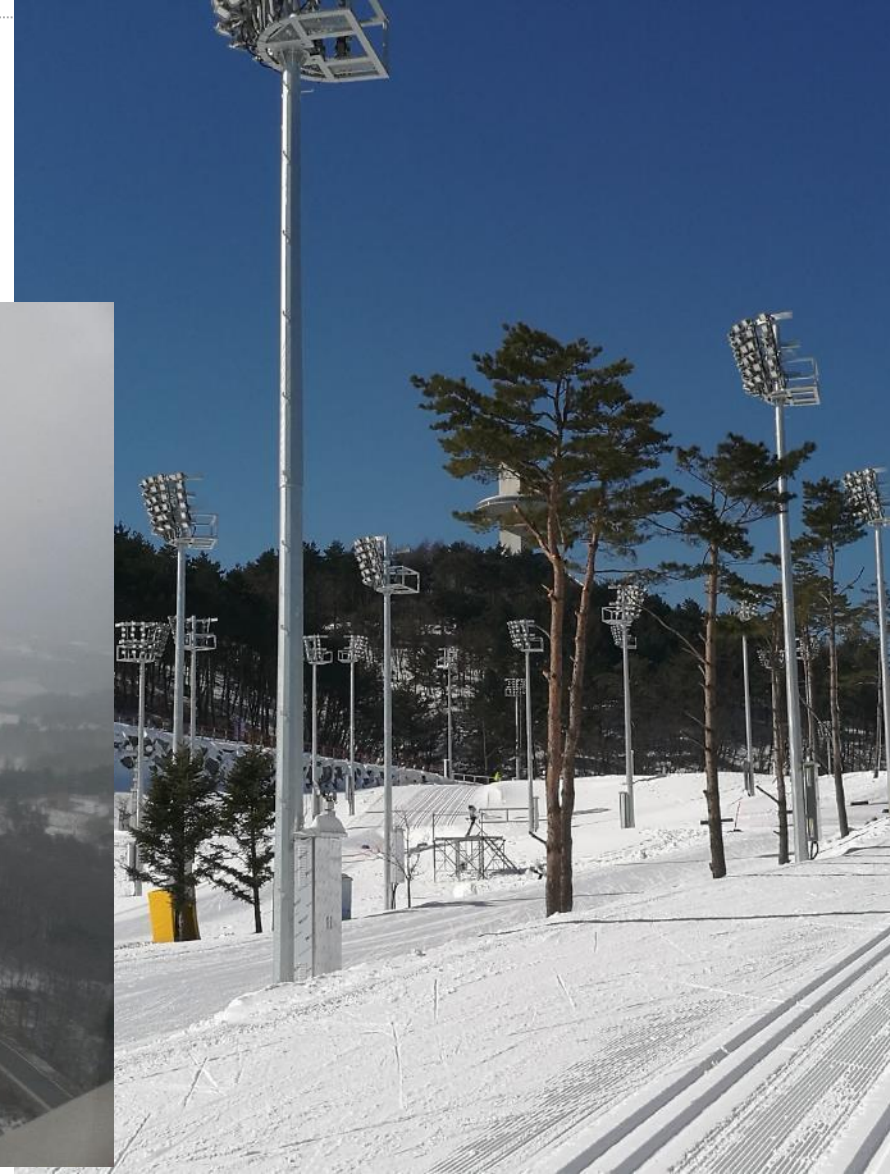
달판재

용평등경기장

(주)화인종합건설



Pyeongchang 2018





Pyeongchang 2018



Pyeongchang 2018





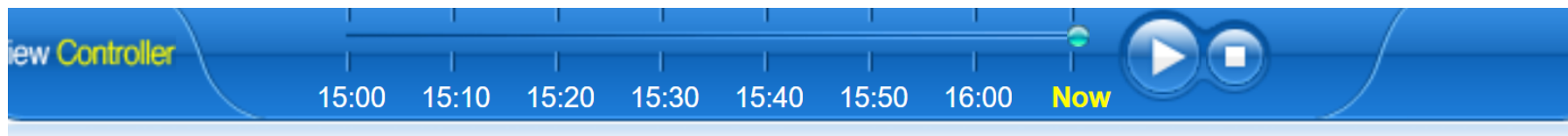
2014

Radet	2																									3							
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	1	2	3	4	
00:00:00	-4.1	-0.8	2.4	-10.0	-12.4	-11.0	-5.5	-4.6	-5.2	-6.5	-3.2	-12.1	-3.7	-4.7	-13.3	-11.1	-3.0	-4.3	-10.5	-7.8	-8.3	-10.6	-7.3	-7.1	0.8	-4.1	-4.9	3.4	-2.1	-0.9	-8.2	0.7	
01:00:00	-1.5	-0.5	1.5	-10.9	-13.0	-11.1	-5.6	-4.6	-5.6	-6.6	-8.8	-12.9	-6.7	-4.7	-12.5	-12.3	-2.9	-5.1	-10.3	-3.4	-3.1	-12.0	-7.9	-7.9	-0.2	-4.2	-2.2	-0.9	-8.8	-1.6			
02:00:00	-0.3	-0.1	-0.7	-11.3	-14.0	-11.2	-4.3	-4.7	-5.2	-6.8	-7.3	-13.7	-6.3	-4.7	-11.1	-13.3	-3.7	-5.3	-10.4	-3.6	-3.6	-12.4	-3.0	-7.9	-2.1	-5.7	-6.0	1.4	-2.3	-0.9	-9.3	-0.7	
03:00:00	-0.1	0.0	-0.6	-11.7	-14.5	-11.3	-4.8	-4.9	-5.1	-6.8	-7.4	-15.3	-7.7	-4.6	-11.0	-13.7	-5.1	-5.4	-11.8	-11.5	-10.3	-13.3	-10.7	-6.7	-1.3	-6.7	-6.8	0.6	-1.5	-1.0	-9.8	-1.9	
04:00:00	2.3	0.5	-1.7	-12.5	-15.2	-11.3	-4.7	-5.0	-5.3	-7.0	-7.4	-16.6	-7.5	-4.6	-12.3	-14.0	-5.7	-5.8	-13.3	-11.6	-11.6	-13.8	-11.6	-9.2	-1.4	-7.2	-7.6	0.1	-1.7	-1.1	-10.2	-1.6	
05:00:00	3.8	0.7	-2.7	-12.8	-15.7	-10.9	-4.8	-5.1	-5.4	-6.9	-7.4	-17.8	-7.0	-4.5	-14.0	-13.7	-6.2	-5.8	-10.4	-12.4	-12.1	-14.6	-12.5	-10.0	-2.3	-8.2	-8.2	-0.2	-0.6	-1.5	-10.9	-4.4	
06:00:00	3.7	3.8	-2.8	-13.0	-16.1	-10.5	-4.7	-5.0	-5.1	-6.9	-7.7	-18.5	-6.1	-4.6	-14.9	-14.5	-6.1	-5.9	-10.4	-12.7	-13.6	-15.3	-13.0	-10.4	-2.6	-3.3	-8.2	-0.4	0.0	-1.7	-11.2	-4.6	
07:00:00	3.3	6.5	-2.8	-13.5	-15.8	-10.0	-4.6	-4.7	-5.0	-7.1	-7.3	-18.8	-5.2	-4.6	-15.8	-16.2	-6.8	-6.0	-10.5	-13.7	-13.9	-15.7	-13.1	-10.0	-5.1	-10.3	-8.3	-0.6	0.0	-1.7	-11.3	-5.5	
08:00:00	3.4	6.7	-1.4	-13.9	-15.2	-9.5	-4.7	-4.7	-5.2	-7.2	-7.1	-16.7	-4.8	-4.3	-16.1	-15.4	-7.2	-6.1	-10.0	-13.5	-14.1	-14.9	-12.6	-9.5	-5.4	-3.6	-7.8	-0.6	0.2	-2.2	-9.4	-4.3	
09:00:00	2.6	6.5	-0.7	-12.2	-13.8	-7.6	-4.3	-4.5	-4.4	-6.7	-6.3	-12.6	-4.4	-4.1	-12.8	-11.7	-4.6	-5.8	-8.9	-11.8	-11.4	-11.8	-10.3	-7.4	-1.9	-7.0	-3.6	-0.7	1.6	-1.8	-5.8	0.7	
10:00:00	2.7	6.8	-0.3	-11.1	-11.0	-6.4	-3.6	-4.3	-4.3	-6.2	-6.1	-3.0	-4.4	-3.7	-6.1	-7.7	-2.1	-5.6	-5.0	-7.8	-7.0	-6.8	-5.2	-1.6	-2.6	-2.4	-0.6	-0.4	2.0	-1.1	-2.1	3.1	
11:00:00	2.4	7.0	0.8	-10.2	-10.3	-5.2	-3.2	-4.4	-4.0	-6.1	-5.9	-3.7	-4.2	-3.3	-3.1	-4.8	-1.6	-5.6	-2.8	-2.2	-1.4	-1.8	-1.1	2.4	5.3	2.4	5.7	-0.1	4.8	0.4	1.2	4.7	
12:00:00	3.2	6.9	2.7	-9.4	-7.0	-4.4	-3.3	-4.2	-3.2	-6.1	-5.7	-1.9	-1.7	-3.1	-3.1	-2.7	-6.2	-5.9	-1.4	-2.4	-1.9	-1.4	-1.9	3.4	6.2	7.0	6.5	-0.3	4.7	0.4	2.7	6.1	
13:00:00	0.8	7.1	2.3	-7.8	-4.5	-3.9	-3.5	-4.3	-3.6	-5.7	-4.8	-0.5	-4.1	-3.0	0.7	1.4	-1.4	-3.0	-0.8	0.7	1.4	0.4	3.6	4.7	8.1	7.0	9.2	0.6	-0.1	3.1	3.8	6.8	
14:00:00	0.6	7.0	1.4	-6.3	-5.1	-4.1	-3.5	-4.3	-4.0	-5.9	-4.6	-2.3	-3.9	-3.0	-0.1	2.2	-1.5	-4.8	0.2	0.8	2.1	-0.1	3.2	5.2	8.9	7.4	3.7	0.4	2.6	-1.9	5.0	6.8	
15:00:00	0.0	6.1	0.0	-6.5	-4.0	-3.9	-3.4	-4.5	-3.6	-6.1	-4.0	-3.0	-4.1	-3.1	0.1	3.2	-2.0	-4.7	0.3	1.0	2.7	-0.7	2.2	5.2	8.9	6.8	9.5	0.2	0.8	-1.7	5.1	6.8	
16:00:00	-0.4	5.8	-1.0	-6.4	-4.8	-4.1	-3.8	-4.9	-3.8	-5.9	-4.3	-3.3	-4.4	-2.8	1.0	3.1	-2.3	-5.0	-1.5	0.5	-1.0	-2.0	0.8	4.7	8.4	6.0	8.8	0.5	0.0	-2.3	5.6	6.5	
17:00:00	-0.7	5.1	-2.4	-7.3	-6.2	-4.9	-4.0	-5.0	-4.2	-6.6	-5.1	-4.0	-4.8	-3.2	-0.3	2.8	-2.6	-5.5	-2.4	-0.4	-2.2	-2.3	-0.5	3.9	6.7	5.0	7.6	0.6	-0.1	-2.0	4.7	5.9	
18:00:00	-0.7	4.1	-0.0	-7.2	-5.5	-4.2	-3.5	-4.3	-5.3	-7.9	-6.3	-4.7	-5.2	-4.0	-2.5	1.7	-3.2	-5.7	-3.0	-1.7	-2.2	-2.2	-1.1	2.8	4.6	4.2	6.0	0.4	-0.2	-2.3	3.8	4.7	
19:00:00	0.2	3.4	-5.5	-10.0	-8.4	-5.5	-4.3	-5.3	-5.9	-8.0	-6.2	-5.5	-5.2	-6.3	-4.9	0.5	-3.7	-5.8	-3.4	-3.3	-4.4	-2.0	-2.5	2.1	2.1	1.7	6.3	0.7	-0.2	-2.8	0.4	3.2	
20:00:00	0.2	3.4	-6.6	-10.5	-9.5	-5.4	-4.1	-5.5	-6.0	-8.5	-6.1	-7.1	-5.1	-8.2	-6.2	-0.3	-4.0	-7.5	-4.3	-3.1	-6.9	-2.1	-3.9	1.1	0.3	-0.2	5.7	0.6	-0.4	-4.6	-0.6	3.1	
21:00:00	-0.2	3.2	-7.5	-11.0	-10.2	-5.3	-4.3	-5.4	-6.3	-3.5	-8.3	-9.7	-5.0	-3.4	-7.3	-0.8	-4.4	-9.3	-4.6	-4.2	-7.3	-3.5	-4.5	1.8	-1.1	-1.3	5.3	0.2	-0.4	-5.6	-1.3	2.6	
22:00:00	-0.1	3.1	-8.7	-11.4	-10.8	-5.2	-3.9	-5.3	-6.3	-3.2	-8.4	-10.3	-4.9	-11.1	-8.4	-0.8	-4.6	-11.1	-5.5	-4.4	-8.1	-5.0	-4.8	-1.2	-2.5	-2.6	3.9	-0.7	-0.4	-2.1	1.7		
23:00:00	0.2	2.9	-9.5	-12.9	-10.9	-6.4	-4.2	-5.5	-6.4	-3.0	-10.2	-11.1	-4.8	-12.2	-3.6	-1.6	-4.8	-11.3	-6.2	-6.9	-8.9	-6.0	-6.4	0.5	-2.8	-3.5	4.6	-1.6	-0.8	-7.2	1.1	1.3	
(tom)																																	
Totalsum	3.8	7.1	2.4	-6.3	-4.0	-3.9	-3.2	-4.2	-3.2	-5.7	-4.0	-0.5	-3.9	-2.8	1.0	3.2	-1.4	-4.7	0.3	1.0	2.7	0.4	3.6	5.2	8.9	7.4	9.7	3.4	6.2	0.4	5.6	6.8	
max	3.8	7.1	2.4	-6.3	-4.0	-3.9	-3.2	-4.2	-3.2	-5.7	-4.0	-0.5	-3.9	-2.8	1.0	3.2	-1.4	-4.7	0.3	1.0	2.7	0.4	3.6	5.2	8.9	7.4	9.7	3.4	6.2	0.4	5.6	6.8	
min	-4.1	-0.8	-1.5	-10.9	-13.0	-11.1	-5.6	-4.6	-5.6	-6.6	-8.8	-12.9	-6.7	-4.7	-13.3	-11.1	-3.0	-4.3	-10.5	-7.8	-8.3	-10.6	-7.3	-7.1	0.8	-4.1	-4.9	3.4	-2.1	-0.9	-8.2	0.7	
delt	7.9	7.9	11.4	7.6	11.4	7.4	7.4	13.3	6.9	6.2	6.9	6.8	6.8	12.1	14.1	5.8	6.8	12.1	14.1	5.8	6.8	12.1	14.1	5.8	6.8	12.1	14.1	5.8	6.8	12.1	14.1	5.8	6.8

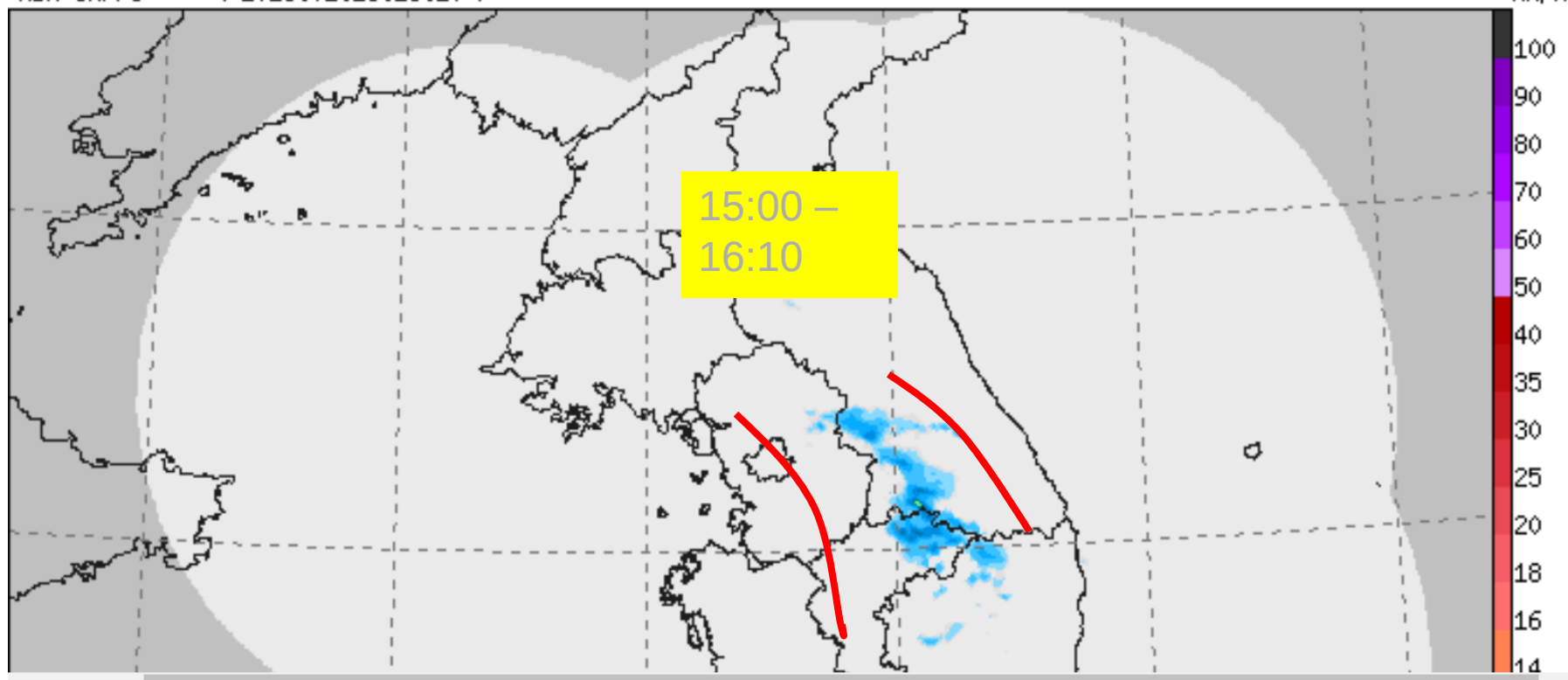
2015

Totalsum	3.8	7.1	2.4	-6.3	-4.0	-3.9	-3.3	-4.2	-3.2	-5.7	-4.0	-5.2	-3.9	-2.8	1.0	3.2	-1.4	-4.7	0.3	1.0	2.7	0.4	3.6	5.2	8.9	7.4	9.7	3.4	6.2	0.4	5.6	6.8
min	3.8	7.1	2.4	-6.3	-4.0	-3.9	-3.2	-4.2	-3.2	-5.7	-4.0	-5.2	-3.9	-2.8	1.0	3.2	-1.4	-4.7	0.3	1.0	2.7	0.4	3.6	5.2	8.9	7.4	9.7	3.4	6.2	0.4	5.6	6.8
max	-4.1	-0.8	-9.5	-13.9	-16.1	-11.3	-5.6	-5.5	-6.4	-3.5	-10.2	-18.8	-9.7	-12.2	-16.1	-16.2	-17.2	-11.3	-11.8	-13.7	-14.1	-15.7	-13.1	-10.4	-5.4	-10.3	-8.3	-1.6	-2.3	-7.2	-11.3	-5.5
Ads.	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	7.9	
Radeti	2	3																														
00:00:00	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	1	2	3	
01:00:00	-10.1	-11.5	-9.8	-7.9	-6.4	-7.0	-4.9	-2.8	-15.5	-6.6	-2.0	-2.2	-9.1	-6.5	0.5	0.7	-0.1	-5.2	-10.3	-1.6	4.2	-4.2	-3.4	-4.0	1.2	-7.5	-7.7	-0.3	-3.2	0.2		
02:00:00	-11.4	-12.6	-11.3	-9.0	-6.3	-5.5	-4.3	-3.0	-15.9	-6.8	-2.0	-2.7	-9.5	-6.7	0.5	0.6	-0.6	-6.3	-10.9	-0.9	4.7	-4.5	-3.9	-4.0	0.8	-8.2	-8.3	-0.5	-3.9	-0.2		
03:00:00	-10.8	-13.3	-12.3	-9.4	-5.8	-7.4	-5.8	-3.4	-16.5	-6.7	-2.0	-3.2	-9.8	-7.0	0.5	0.7	-0.3	-5.2	-11.8	-1.1	5.0	-4.9	-4.1	-4.2	0.2	-9.0	-8.1	-0.8	-4.3	-0.1		
04:00:00	-12.1	-14.1	-12.7	-10.7	-6.6	-7.1	-6.3	-5.6	-17.1	-6.9	-2.0	-3.5	-10.2	-7.2	1.0	0.4	-0.2	-3.1	-13.0	-1.5	5.5	-5.2	-4.5	-4.0	-0.5	-9.3	-8.7	-1.3	-4.7	-0.4		
05:00:00	-13.6	-14.4	-13.7	-10.7	-6.6	-7.1	-6.3	-5.6	-17.1	-6.9	-2.0	-3.5	-10.2	-7.2	1.0	0.4	-0.2	-3.1	-13.0	-1.5	5.5	-5.2	-4.5	-4.0	-0.5	-9.3	-8.7	-1.3	-4.7	-0.4		
06:00:00	-15.1	-14.5	-14.5	-11.3	-6.3	-7.4	-7.2	-7.6	-17.1	-6.6	-2.0	-5.3	-10.2	-6.8	-1.0	0.4	0.4	-2.6	-3.3	-13.0	-0.6	6.5	-5.4	-5.4	-4.2	-0.7	-9.8	-9.7	-2.1	-5.8	-0.5	
07:00:00	-15.7	-15.6	-14.3	-11.3	-6.3	-6.7	-6.7	-9.5	-17.4	-6.6	-2.0	-1.0	-10.4	-6.5	-1.1	0.4	0.0	-3.6	-14.2	-0.6	6.2	-5.5	-5.5	-5.0	-0.2	-9.9	-8.9	-2.3	-7.7	-0.2		
08:00:00	-16.5	-16.3	-15.1	-13.0	-6.7	-6.5	-6.3	-11.2	-19.6	-6.0	-2.4	-1.0	-10.1	-6.4	-2.6	0.4	-0.3	-2.9	-3.5	-15.2	0.2	6.0	-5.6	-6.8	-6.1	0.0	-10.1	-8.5	-2.6	-7.4	-1.6	
09:00:00	-16.1	-14.9	-14.2	-12.6	-6.8	-6.7	-6.0	-12.7	-18.2	-5.6	-2.2	-1.0	-9.9	-5.3	-3.3	0.4	0.0	-2.9	-2.9	-14.3	0.3	5.6	-5.7	-5.0	-5.1	0.2	-9.4	-7.3	-2.9	-5.1	-1.8	
10:00:00	-13.2	-11.4	-12.1	-10.8	-5.1	-5.6	-4.6	-13.0	-14.0	-4.8	-1.2	-1.0	-8.7	-4.5	-1.2	0.5	-0.7	-2.1	-3.2	-10.3	1.3	5.6	-5.0	-3.2	-2.9	0.3	-8.5	-5.8	-2.4	-2.6	-1.7	
11:00:00	-8.7	-7.3	-8.2	-6.5	-3.9	-4.0	-2.6	-12.5	-10.5	-4.0	-0.9	-5.3	-7.1	-3.0	-2.2	0.6	0.0	-1.4	-2.2	-5.8	3.2	5.3	-3.7	-1.8	0.3	0.7	-4.6	-2.6	-1.1	-0.3	-0.6	
12:00:00	-4.3	-3.3	-4.9	-3.2	-2.6	-1.6	-1.2	-1.2	-6.2	-3.9	-1.6	-1.2	-4.2	-2.6	-1.6	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	-1.2	
13:00:00	-2.7	-1.2	0.2	0.8	-2.5	-1.2	-0.8	-1.8	-8.2	-2.4	1.0	-3.5	-4.9	-0.2	4	0.6	1.0	-1.4	-2.0	2.9	4.6	5.2	-0.7	1.2	4.8	0.2	-4.4	1.0	-0.5	2.2	3.1	
14:00:00	-1.2	0.7	2.1	0.3	-2.0	0.7	-0.5	-10.9	-7.4	-1.7	1.9	-3.2	-3.2	0.8	4.3	0.7	-0.8	-0.8	-1.4	4.9	3.6	6.0	0.3	1.5	5.8	0.1	-3.3	1.2	0.8	3.3	1.6	
15:00:00	0.9	0.7	1.3	0.9	-2.6	1.7	0.5	-10.7	-7.0	-1.2	2.0	-2.4	-2.6	0.8	3.0	0.4	-1.1	-0.4	-0.9	5.4	1.9	6.2	0.9	2.3	6.5	0.5	-2.7	1.4	0.5	3.2	2.2	
16:00:00	-0.5	0.8	0.6	0.9	-3.0	1.7	0.5	-9.9	-7.2	-1.0	2.0	-2.6	-1.9	0.9	2.3	0.4	-1.2	-0.7	-0.8	6.1	1.4	6.2	0.9	2.3	7.2	0.6	-2.7	2.0	0.8	3.5	2.7	
17:00:00	-1.5	0.4	0.3	0.7	-2.4	1.8	0.5	-10.0	-8.5	-1.1	2.1	-0.5	-2.4	-3.2	-1.5	0.8	1.7	0.5	-1.3	-0.5	1.5	2.3	1.0	3.0	5.7	0.4	-2.4	3.2	1.3	3.7	3.4	
18:00:00	-2.8	-1.9	-0.5	-1.2	-3.4	0.6	-1.5	-10.3	-7.3	-0.0	1.8	-3.9	-2.2	0.5	1.3	0.2	-1.1	-1.8	-0.9	5.7	1.9	4.0	0.2	2.1	6.0	-1.4	-2.0	2.4	0.0	3.1	2.4	
19:00:00	-4.2	-2.9	-1.5	-2.8	-4.0	0.9	-2.2	-11.5	-6.3	-0.3	1.0	-5.2	-3.0	0.7	1.0	-0.1	-2.1	-2.2	-2.8	3.7	1.7	-0.9	-0.6	0.7	5.7	-2.7	-3.4	1.4	-0.7	1.3	1.5	
20:00:00	-6.2	-3.8	-1.8	-4.3	-3.7	-2.0	-2.1	-12.2	-6.8	-1.0	0.1	-6.0	-3.7	1.2	1.0	-0.1	-2.1	-2.6	-4.2	1.5	1.9	-1.8	-1.5	-0.4	5.1	-3.7	-3.9	0.8	-1.2	0.8	0.6	
21:00:00	-7.8	-5.4	-3.6	-4.8	-3.4	-2.1	-2.5	-13.1	-6.2	-1.4	0.3	-6.5	-3.8	1.2	0.9	-0.1	-2.9	-2.4	-5.1	0.5	2.4	-1.2	-1.8	-0.6	4.7	-4.5	-4.3	0.7	-1.5	0.6	-0.6	
22:00:00	-9.4	-6.2	-5.4	-5.6	-3.4	-2.9	-2.3	-13.7	-6.2	-1.7	-0.8	-7.3	-4.9	1.0	0.7	-0.2	-2.6	-2.7	-6.3	-1.4	3.0	-2.8	-2.2	-1.9	3.1	-5.3	-5.2	0.6	-1.9	0.6	-0.6	
23:00:00	-9.9	-7.2	-6.3	-6.9	-3.5	-4.6	-2.2	-14.3	-6.0	-1.7	-1.3	-7.9	-5.3	1.2	1.0	-0.2	-2.6	-3.2	-7.0	-1.9	3.6	-3.4	-2.4	-1.6	1.5	-5.9	-6.4	0.2	-2.2	0.4	0.1	
Totalsum	-11.1	-9.6	-7.5	-6.2	-4.5	-5.2	-2.5	-14.9	-6.5	-1.9	-1.6	-5.5	-5.8	0.8	0.8	-0.5	-3.1	-3.9	-2.0	-4.2	-3.9	-3.0	-3.4	-0.6	-6.6	-7.1	-0.2	-2.5	0.0	-1.5	-1.5	
(tom)																																
Totalsum	0.8	0.8	2.1	0.9	-2.0	1.8	0.6	-2.8	-6.0	0.0	2.4	-2.2	-1.5	1.2	4.4	0.9	-0.4	-0.5	6.1	4.6	6.5	1.0	3.2	7.2	1.2	-2.4	3.2	1.3	3.7			

Vær og vind – følge utvikling på radar



RDR CAPPI < 2018.02.23.16:10 >

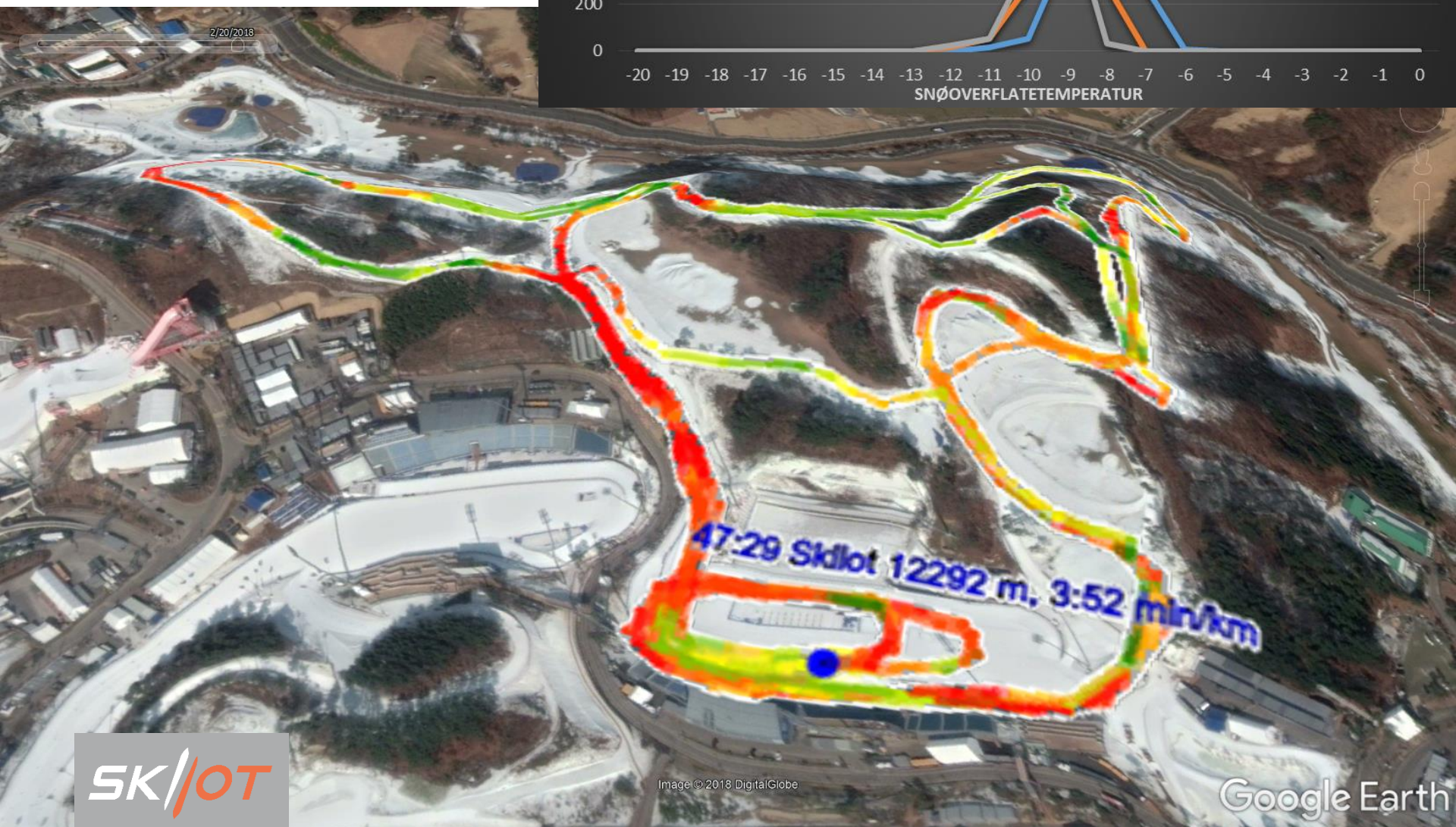
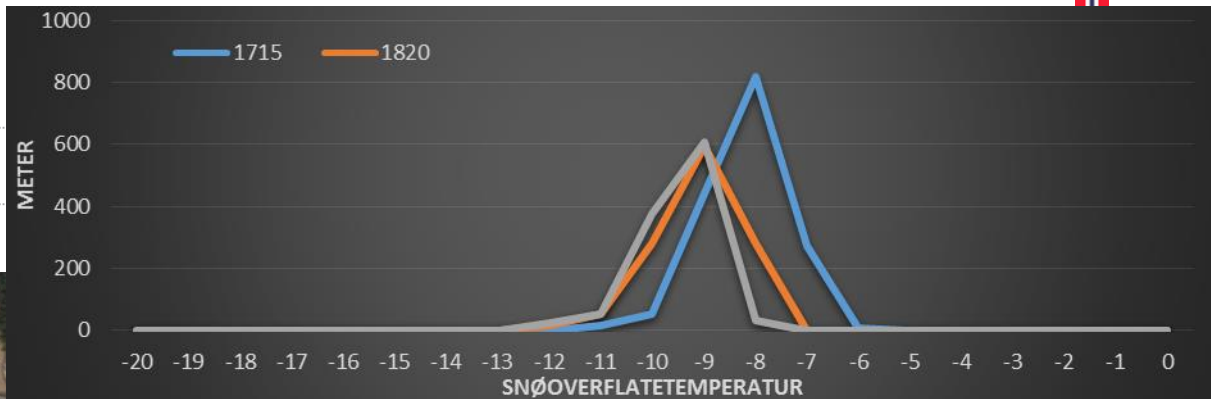


Feil vindretning og det hadde blitt varmt....





2/20/2018



SK//OT

Image © 2018 DigitalGlobe

Google Earth

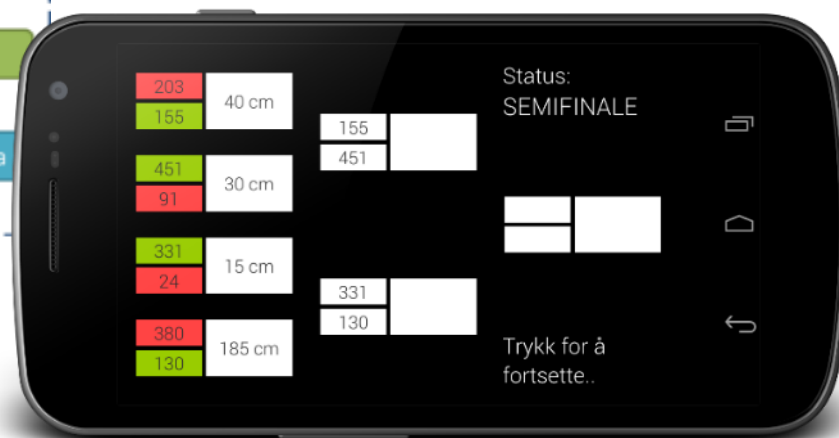
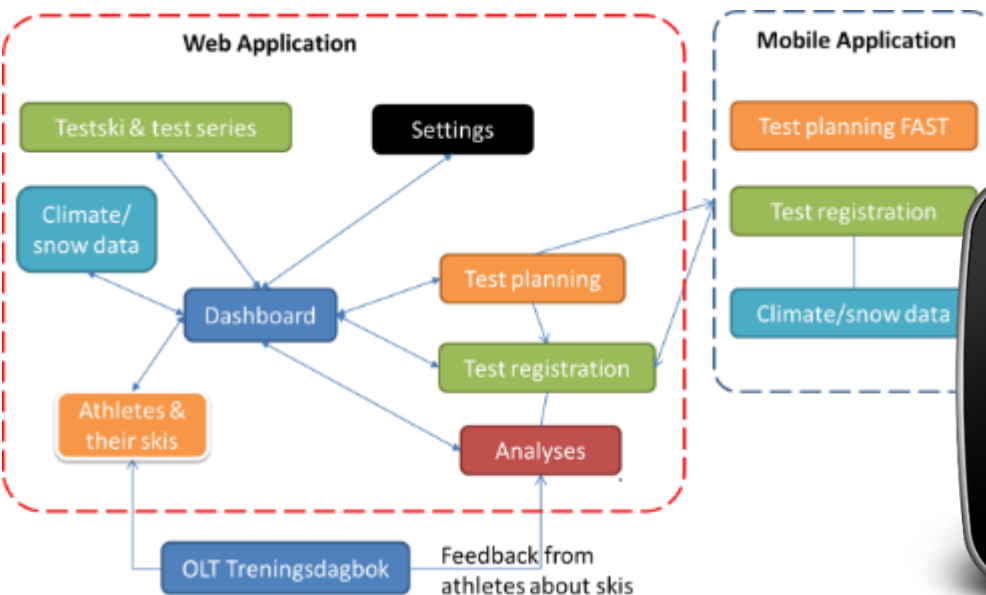
Gammel metode – blokk og papir

Dato	Løp 7.1.	Sted	hopp	Testansvarlig	hs
Tid	08:15	Innstråling	W/m2	Kunstsneøtype	
Luft Temp	-2.3 °C	Skudekke	8 /8	Natursneøtype	N1
Luft Fukt.	100 %	Klarhet	m	Snøhardhet	myk
Snø Temp.	-4.6 °C	Wind	3 m/s	Spor konsistens	
Snø Fukt.	16 %	Nedbør	slip mm	Snøkornstørrelse	0.5 mm

OLT NK Ski Nr. Rank Diff.

Par 1	1 631	7	95	80	3	15	6	0
Par 2	3 18	3	15	0				
Par 3	2 6425	2	0	0	6	0		
Par 4	6 31712	1	0	0+				
Par 5	5 325	8	100	30	7	50	8	
Par 6	7 19	6	70	0				
Par 7	4 616	5	40	20	8	0	20	
Par 8	8 835	4	20	0				

Ny metode – Database – App og....



	Ski-nr	Produkt 1	Metode	Produkt 2	Metode
Ski 1	Gli-1 - 116	Toko HB004	200C	Toko HB004F	
Ski 2	Gli-2 - 116	Swix FC 8X 3	190C		
Ski 3	Gli-3 - 116	HWK Extreme	200C		
Ski 4	Gli-4 - 116	Rex TK-38	190C	Gallium Gigas	
Ski 5	Gli-5 - 116	Rex TK-38	190C		
Ski 6	Gli-6 - 116	HWK Extreme	200C	Gallium Gigas	
Ski 7	Gli-7 - 116	Swix FC 8X 3	190C	Swix HVC Co	
Ski 8	Gli-8 - 116	HWK varm	200C		
Ski 9					

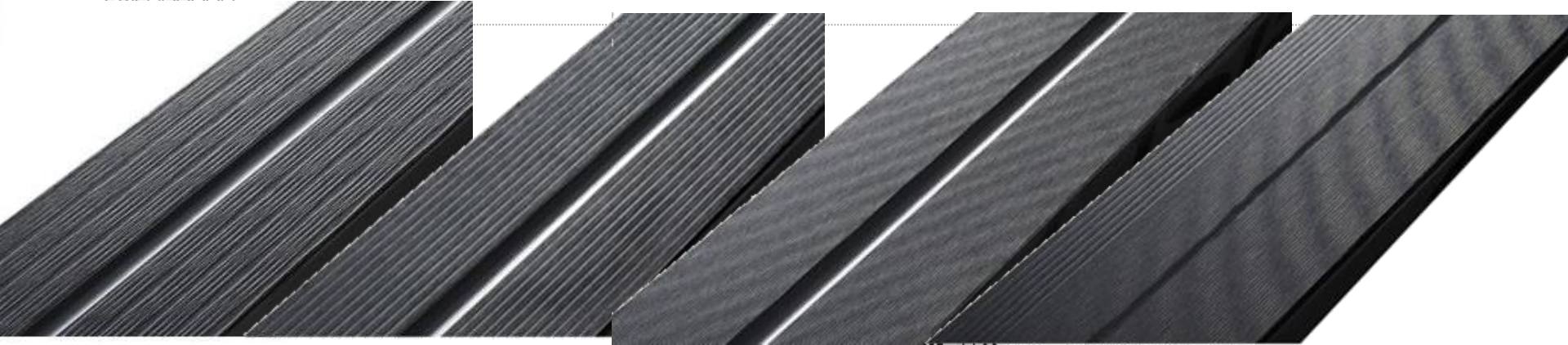
....registrering på klokke

Glitest – App + Garmin
klokke





Slip



Strukturmålinger - Kvalitetskontroll

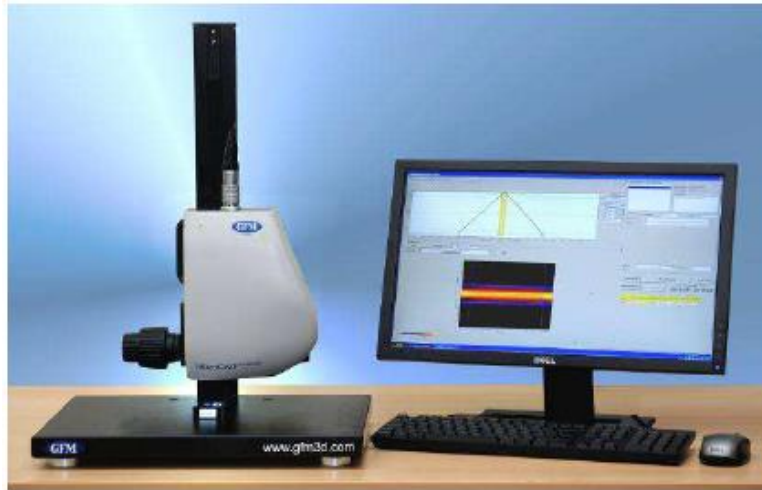
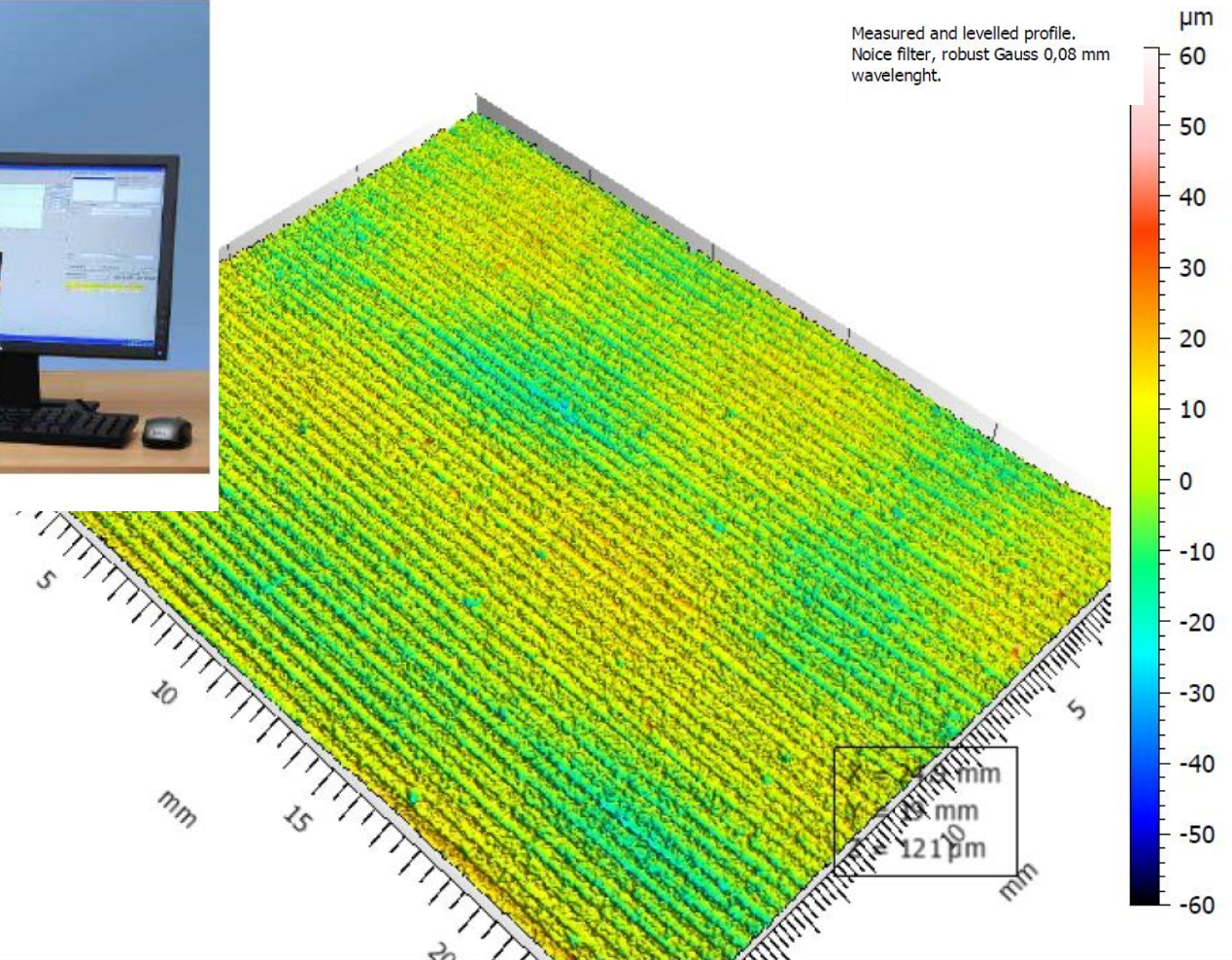


Fig. 01: MikroCAD^{premium}

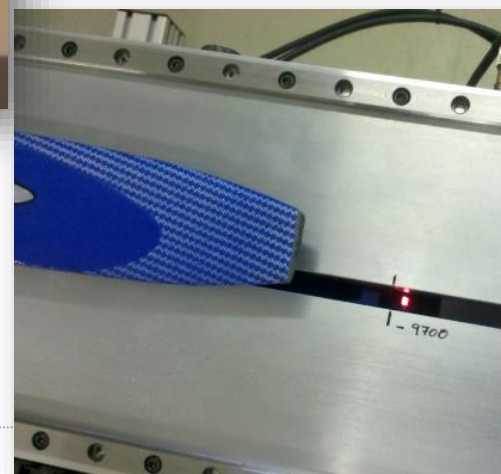


Skimålinger – Ski Analyzer

Solid konstruksjon av stål og aluminium

Automatiserte prosesser

Optisk fotocelle; presisjon 0.25 μm



Skimålinger – Ski Analyzer - Resultat



Bruker og Måledata

Fornavn:

Etternavn:

Skinummer:

Skimerke:

Teknikk: ☐ Skate ☒ Classic

Slip:

Classic: ☐ Tørr ☐ Klister ☐ Allround ☐ Rubb

Klampposisjon: ☒ -9 ☐ -8 ☐ -14

Stivhetsmåling: ☒ -8

Info / Kommentar

8240

Fil:

Hent REF

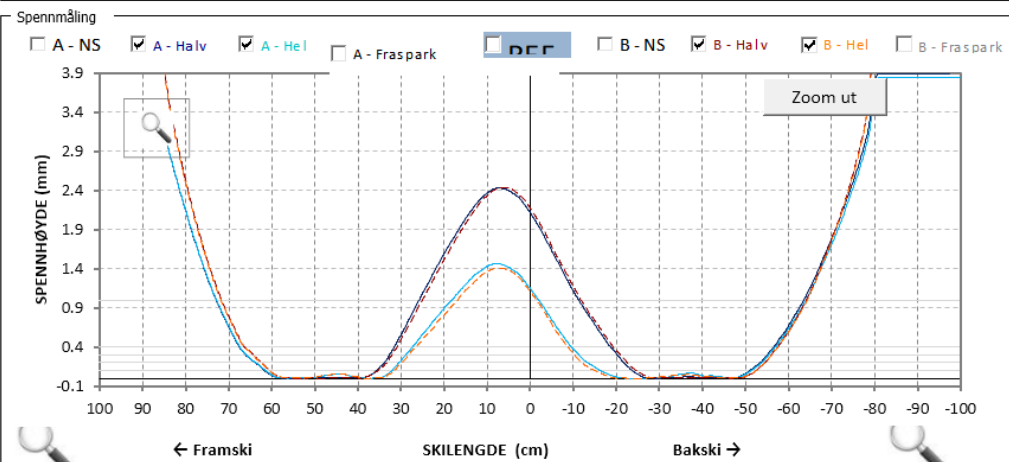
Fjern REF

Info	NS	Halv	Hel	FS
Pair	34	6	12	--
Total	1295	115	146	--
A-	0	0	0	--

Compare

Halvvekt A: **Ski A** **Ski B** Halvvekt B

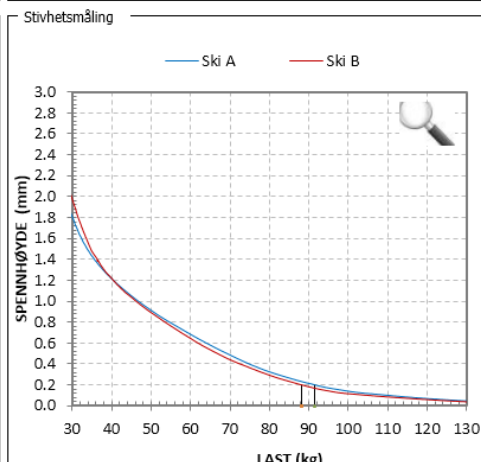
Helvekt A: Stivhet B: Helvekt B



Resultater: Kontaktsoner - Smørelomme - Merking

Ski A			Ski B		
FORAN	BAK	Kammerhøyde	FORAN	BAK	Kammerhøyde
33,9 cm	---	-19,5 cm	33,6 cm	---	-18,1 cm
35,6 cm	---	-23,7 cm	35,4 cm	---	-24,5 cm
33,8 cm	---	-21,8 cm	33,4 cm	---	-22,6 cm
32,6 cm	---	-20,3 cm	32,2 cm	---	-20,9 cm
31,5 cm	---	-18,7 cm	31 cm	---	-19,3 cm
Fraspark (pos & høyde)					
Halvvekt	Helvekt		Halvvekt	Helvekt	
2.12	1.14		2.17	1.11	
40.5	80.2	Høyde BP (mm)	40	80	
-8	-8	Målevekt(kg)	-8	-8	
60		Klampposisjon (cm)	60		
2,43mm/ 7,3cm		Spennlengde (cm)	1,41mm/ 7,5cm		
25,8cm/ -11,3cm		Høyeste P / Pos	25,1cm/ -11,8cm		
		Posisjon 1 mm			

Utviklet av  OLYMPIATOPPEN



Resultater: Stivhetsmåling

Ski A		Ski B	
Last i kg	Kammerhøyde	Last i kg	Kammerhøyde
28.3	2,0 mm	29.8	
46.7	1,0 mm	46.1	
69.2	0,5 mm	66.8	
91.5	0,2 mm	88.1	
109.8	0,1 mm	104.5	
-8.0	Måleposisjon (cm)	-8.0	
101.5	Klampposisjon (cm)	0.0	
1,21 mm	Høyde @40,1kg	1,21 mm	
0,32 mm	Høyde @80,2kg	0,29 mm	

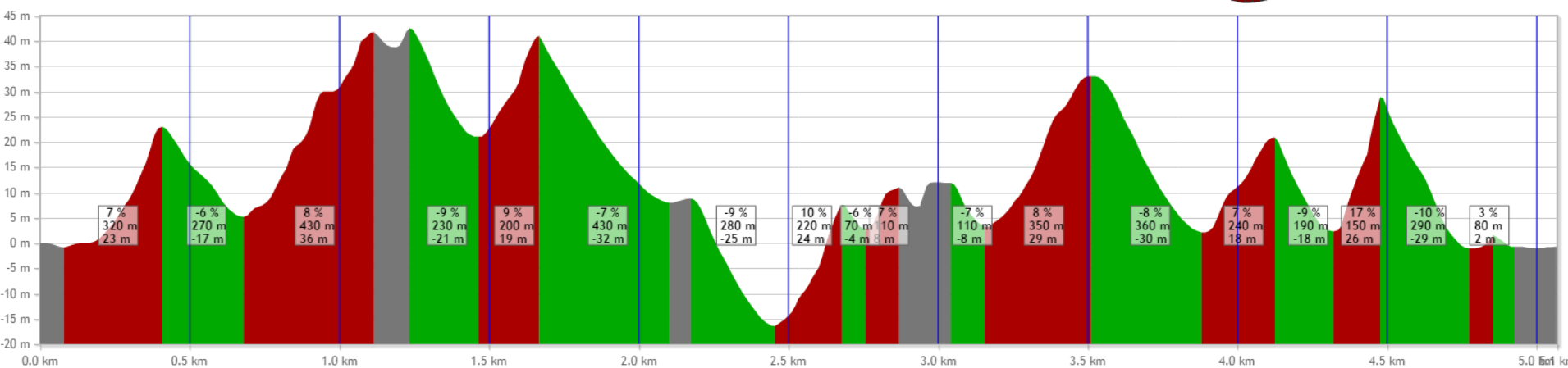
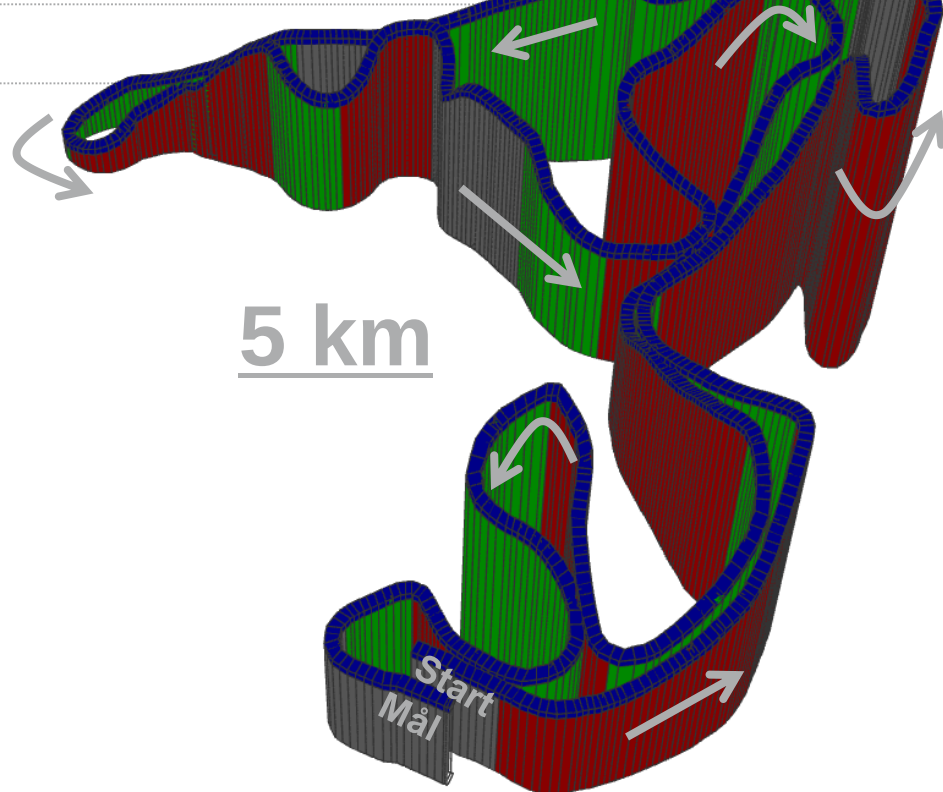
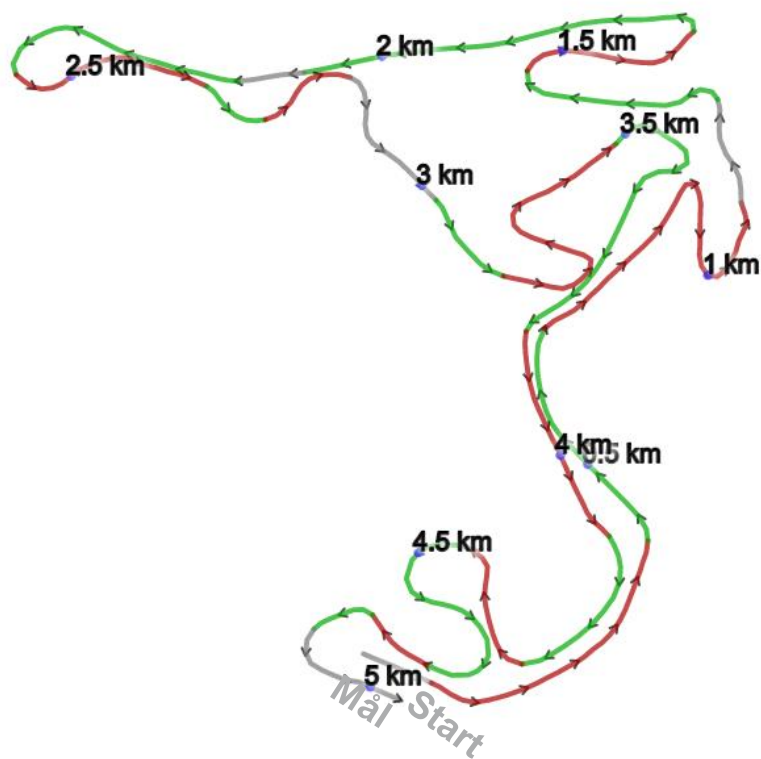






15 km klassisk herrar, 3 x 5 km

10 km klassisk damer, 2 x 5 km



Taktiske Analyser – Siste 1.4km

Alle distanserenn har denne avslutningen
Sprint-distanser har siste 600 meter av denne avslutningen



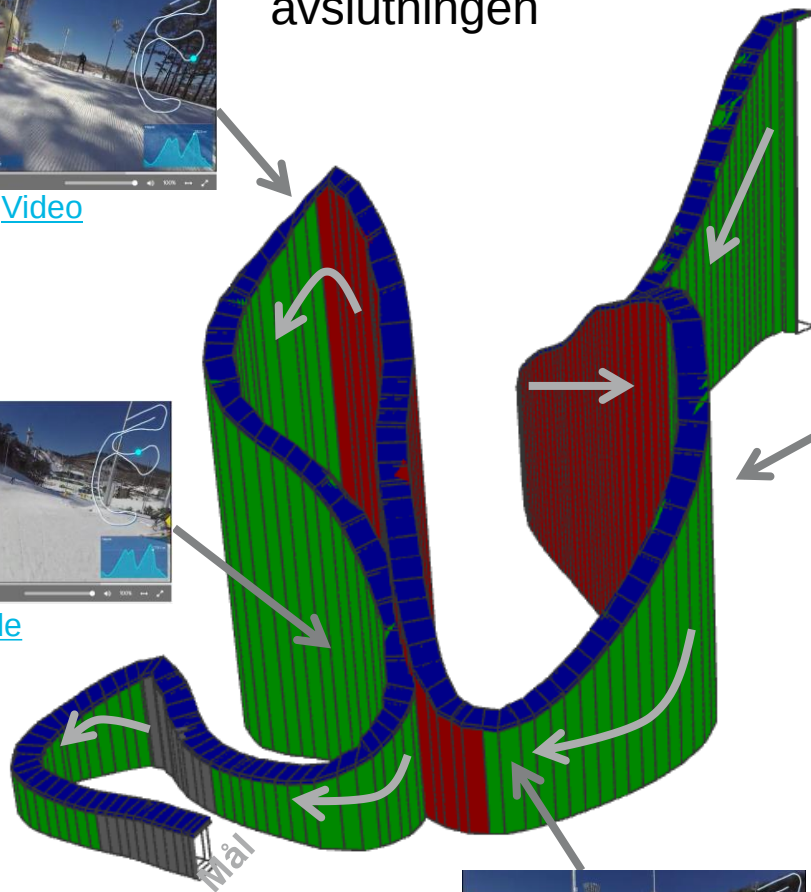
NORGES
SKIFORBUND



[Video](#)



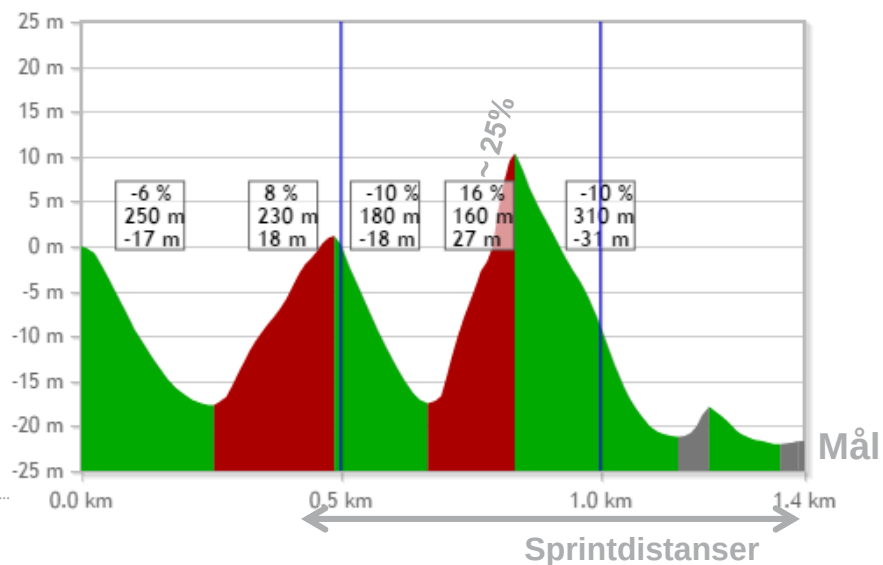
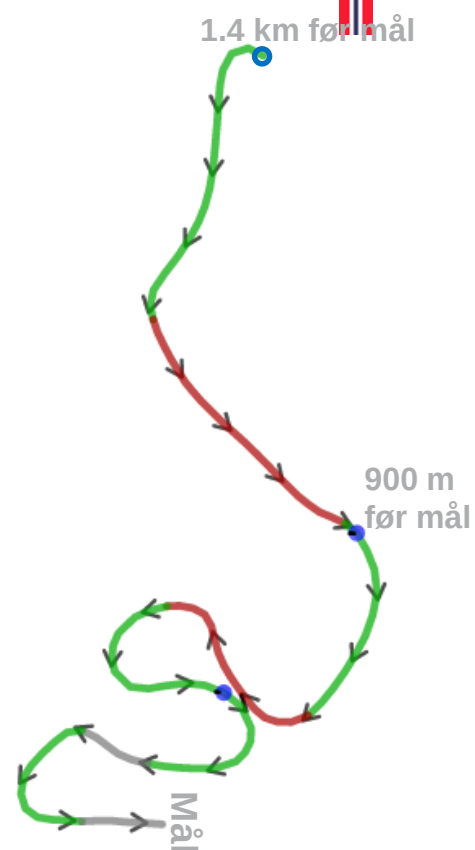
[Video](#)



[Video](#)



[Video](#)

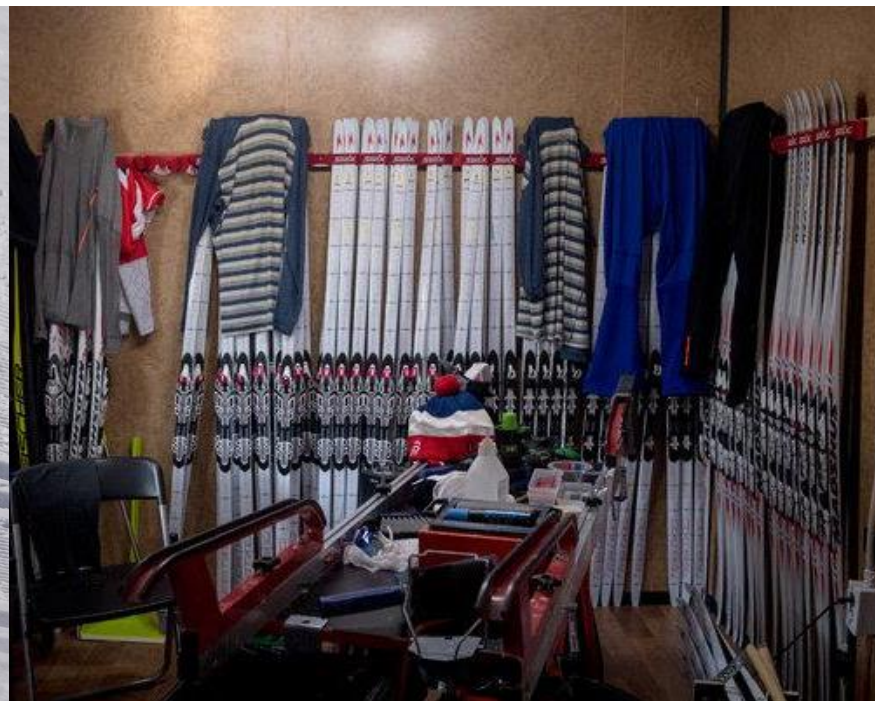


Taktiske Analyser

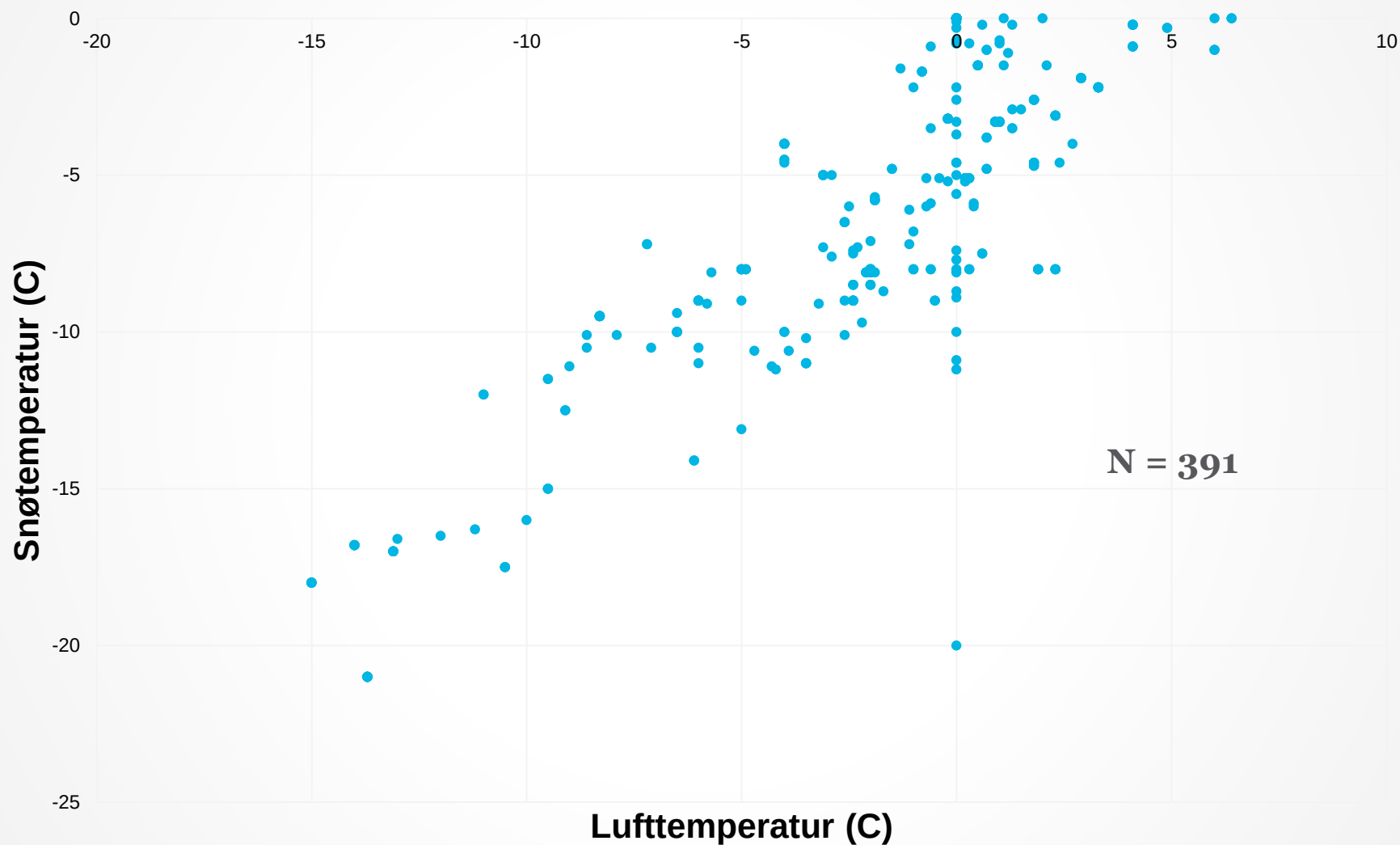


Teknikk - Taktikk



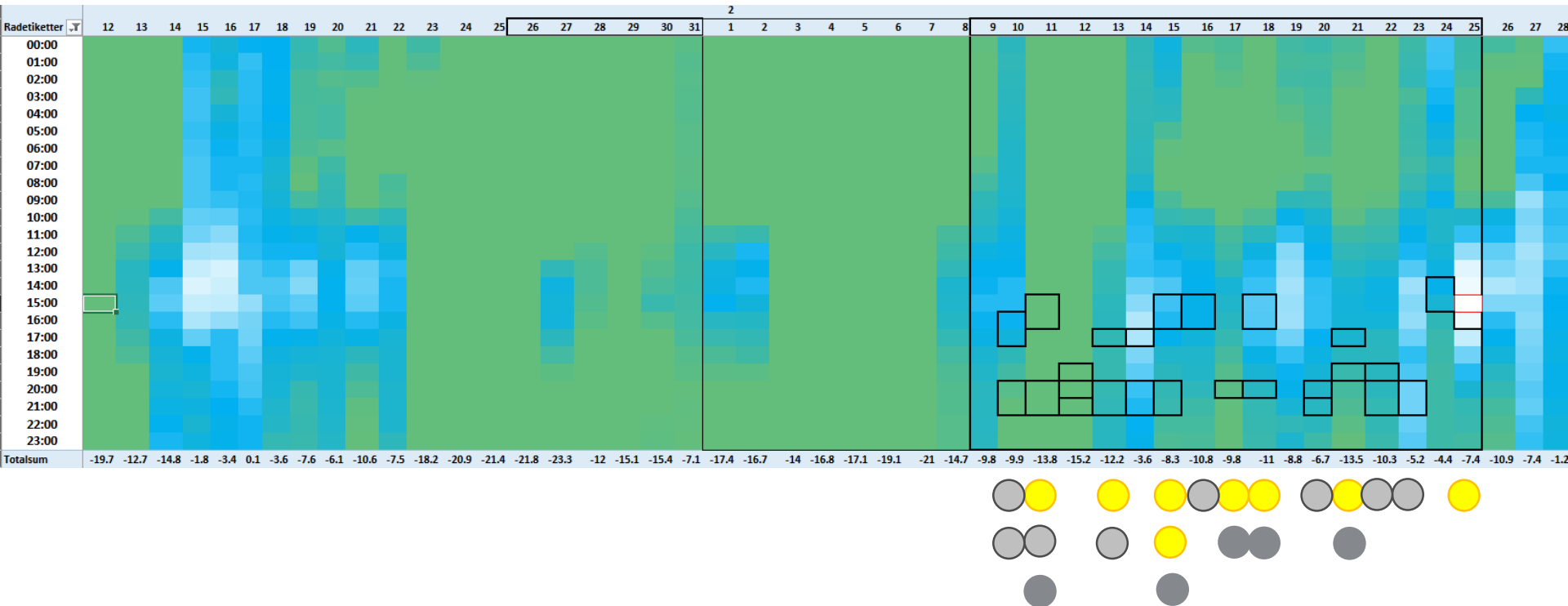


Gjennførte tester





Resultat vurdert opp mot føre





Fiasko = Fake News

GULL = 58

MEDALJER = 114



Pyeongchang – 7 Gull – 4 Sølv – 3 Bronse

Lahti – 7 Gull – 3 Sølv – 5 Bronse

Falun – 9 Gull – 2 Sølv – 3 Bronse

Sochi – 5 Gull – 2 Sølv – 4 Bronse

Val di Fiemme – 7 Gull – 4 sølv – 5 Bronse

Oslo 8 Gull - 4 Sølv – 4 Bronse

Vancouver – 5 Gull – 2 Sølv – 2 Bronse

Liberec – 5 Gull – 2 Sølv – 0 Bronse

Sapporo – 5 Gull – 2 Sølv – 5 Bronse

Torino Evaluering – ingen gull

SVERIGES MEST SPELADE LÅTAR DENNA VECKAN

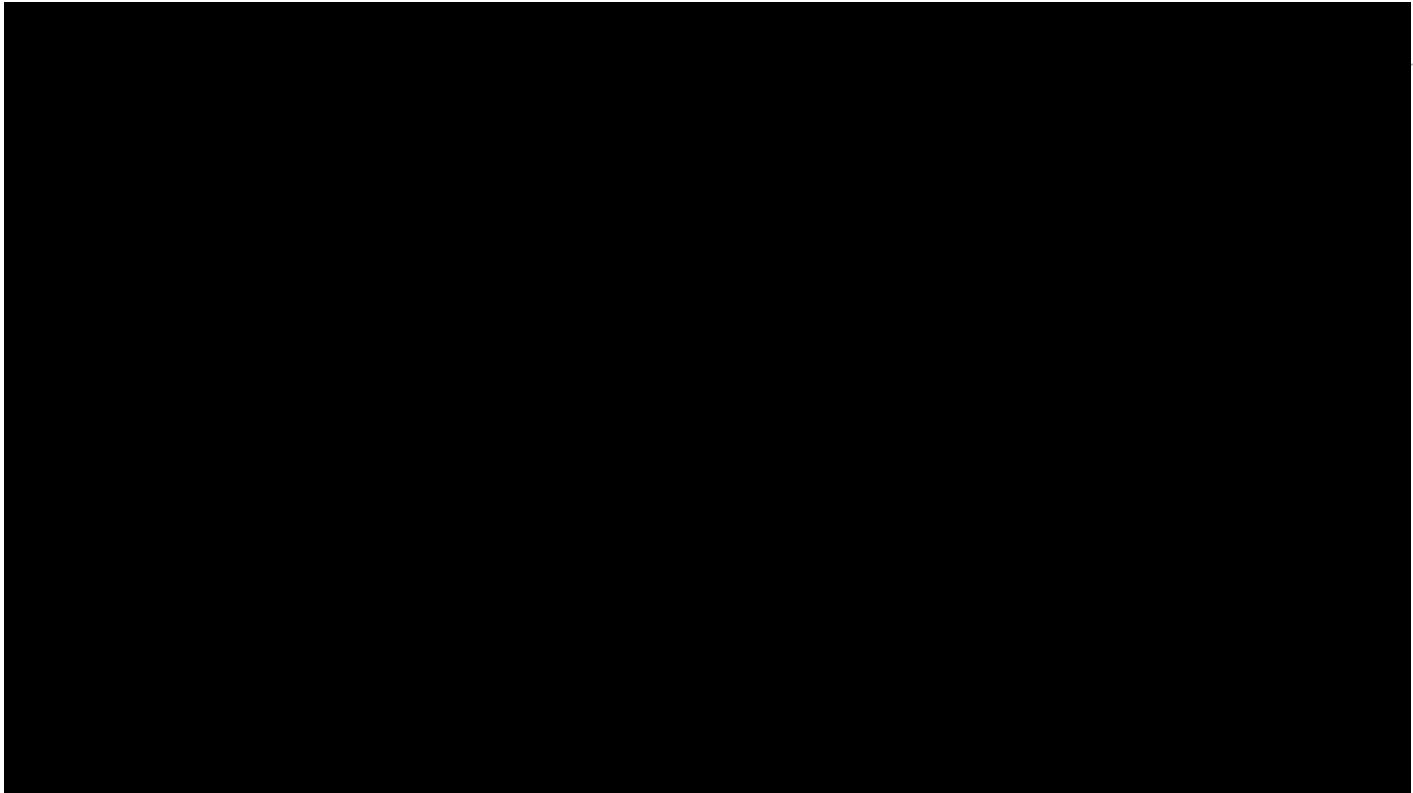
- | # | Låt |
|---|---------------------|
| 1 | Norges nationalsång |
| 2 | Firestone |
| 3 | Love Me Like You Do |
| 4 | Cheerleader |
| 5 | Take Me To Church |
| 6 | Blank Space |

” Failure is simply the opportunity to begin again, this time more intelligently.”
Henry Ford

Smøreborn

Et godt råd er å gå på smøre-
frie ski. Det har jeg brukt i
mange år og har aldri prob-
lemer. Et annet råd er å
smøre to par ski til hver ski-
løper. Ett par for det været
som er nå, og ett par for det
været som er meldt under
tennet. Men til tross for min
lange erfaring med snø av
forskjellig slag så er jeg ikke
blitt spurt om råd. Da kan de
bare ha det så godt!

OLA (75)



“I’ll sit on a box and drink a beer,” he said, when asked about his plans for the rest of another triumphant evening. “There’s always a new opportunity to screw up in a few days.”