



HSKs Lilla Blå

Antagen 2023-10-23

Uppdaterad 2024-02-05

Uppdaterad 2024-11-24

1. Inledning.....	3
2. HSKs vision.....	3
3. Allmänt om våra värderingar och beteenden	3
3.1 Våra värdeord.....	3
3.2 Övrigt.....	4
4. Särskilt för ledare.....	5
5. Särskilt för åkare.....	5
6. Särskilt för föräldrar.....	6
7. A till Ö	7

1. Inledning

HSKs Lilla Blå beskriver Huddinge Skidklubb Alpinas mål och visioner, värderingar och handlingsregler. Syftet är att för åkare, ledare, styrelseledamöter och föräldrar tydliggöra vad man förväntas göra och hur man förväntas uppträda som medlem i Huddinge Skidklubb.

HSKs Lilla Blå innehåller också en del, A-Ö, som beskriver en mängd praktisk information man som åkare, ledare eller förälder behöver känna till.

HSKs Lilla Blå är ett levande dokument som uppdateras och utvecklas och bör därmed läsas med jämna mellanrum. Senaste uppdateringsdatum framgår på första sidan.

2. HSKs vision

- En verksamhet med spets och bredd i alla åldrar
- Att möjliggöra för föreningens åkare att nå landslaget
- Att genom högkvalitativ, säker och lustfylld träning bidra till åkarnas fysiska utveckling och skapa en livslång kärlek till skidåkning
- Att skapa förutsättningar för god kamratanda och en känsla av tillhörighet hos alla medlemmar

3. Allmänt om våra värderingar och beteenden

3.1 Våra värdeord

Huddinge Skidklubbs värdeord är Glädje, Gemenskap, Trygghet och Stolthet.

Därutöver strävar vi efter att följa Riksidrottsförbundets idéprogram Idrotten Vill.

Glädje

- Våra träningar ska bygga på glädje och vara lekfulla även upp i åldrarna - det finns ingen motsättning mellan jobbigt och roligt.
- Alla åkare ska känna glädje och se fram emot att gå till träningen
- Vi gläds åt all utveckling, inte bara åt idrottsliga framgångar
- Vi tänker långsiktigt och arbetar för att alla åkare ska behålla lusten till skidåkning så länge som möjligt

Gemenskap

- Vi strävar efter att lära känna varandra väl och att skapa gemenskap inom såväl den egna gruppen som med medlemmar i andra grupper
- Alla medlemmar ska känna sig inkluderade och som en del av gruppen och klubben
- På läger bor vi i så stor utsträckning som möjligt med våra lagkompisar
- På tävlingar uppmuntrar, stöttar och hejar vi på alla våra klubbkompisar

- Efter avslutad aktiv karriär vill vi att så många åkare som möjligt ska stanna kvar i klubben som ledare

Trygghet

- Vi har en nolltolerans mot all form av mobbing, kränkning, utanförskap och diskriminering.
- Vi pratar *med* varandra och inte *om* varandra
- Vi skapar genom kvalitativ utbildning och god samverkan mellan grupperna trygghet i uppdraget för våra ledare
- Alla ska våga vara sig själv i HSK
- Vi möter varje åkare som en individ och jämför inte åkare med varandra

Stolthet

- Vi bär vår fartdräkt och våra klubbkläder med stolthet
- Alla åkare, ledare och föräldrar agerar i alla lägen som goda förebilder för Huddinge Skidklubb och som ambassadörer för alpin skidåkning
- Vi gläds åt och känner stolthet över varandras framgångar

3.2 Övrigt

Förhållandet till skolan

Ledare ansvarar för att det alltid skapas tid för skolarbete och läsläsning på läger, framför allt de som innebär frånvaro från skolan. Ingen åkare ska – direkt eller indirekt - pressas till att göra avkall på skolarbetet.

Om tävlingsresultat

Enligt Idrotten vill 2021 - Idrottsrörelsens idéprogram, antagen på Riksidrottsförbundets stämma, kan tävling beskrivas som självaste livselixiret för idrott, som ett naturligt element som inspiration till fortsatt utveckling och framtida mål. Samtidigt ska den som vill träna och utvecklas och kanske främst tävla med sig själv kunna göra det utan tankar på resultat att jämföra med andra.

RF skiljer på barnidrott - idrott till och med tolv års ålder - och ungdomsidrott - idrott för tonåringar och unga vuxna mellan 13 och 25 år. I barnidrotten ska fokus ligga på grundläggande färdigheter, rörelseglädje och att vilja både prova och utvecklas och hänsyn ska tas till barns många gånger olika utvecklingstakt. Tävlingsverksamhet ska huvudsakligen ske lokalt och resultat ska endast ges liten uppmärksamhet. Övergången mellan barn- och ungdomsidrotten ska ske successivt och hänsyn ska tas till individens olika behov. Även idrott för ungdomar upp till 18 år ska bedrivas ur ett barnrättsperspektiv och följa barnkonventionen.

Mot bakgrund av ovanstående ska kommunikation och nyhetsrapportering i Huddinge Skidklubbs olika kanaler för U8, U10 och U12 endast i mycket begränsad omfattning handla om prestationer och placeringar utan i stället fokusera på sådana aspekter som glädje och gemenskap, deltagarantal, upplevelser etc. Från och med U14 kan resultat i större omfattning ingå i rapporteringen, men även för de äldre åkarna bör ”mjuka värden” ingå som en naturlig del.

Särskilt om Flottsbro

När vi tränar och tävlar betar vi oss alltid på ett sätt som innebär att vi utgör goda representanter för Huddinge Skidklubb. När vi är i Flottsbro visar vi respekt för Flottsbro's personal och övriga gäster. Vi tränar oss till exempel inte i liftkän, vi har alltid liftkortet med oss och vi följer personalens instruktioner.

Hjälm

Alla i Huddinge Skidklubb som befinner sig i backen – oavsett om det är i Flottsbro eller någon annanstans - ska bära hjälm, såväl tränare, åkare, föräldrar som funktionärer.

4. Särskilt för ledare

- Alla ledare ska agera som goda förebilder på såväl träning som tävling.
- Det är viktigt att ledarna vid varje träning och tävling ser och bekräftar alla åkare i gruppen. Ingen tränare får träna endast sitt eget barn.
- Varje åkare ska bli mött där denne befinner sig utvecklingsmässigt och mognadsmässigt.
- Alla ledare ska främja utvecklandet av en trygg grupp, stark laganda och gemenskap.
- Utövandet av andra idrotter ska uppmuntras högt upp i åldern.
- Ledare ska hjälpa föräldrarna att lära åkarna att hantera såväl framgångar som motgångar.
- Träningen ska vara allsidig och varierad, lustfylld och skadeförebyggande. Passen ska vara planerade och förberedda och tränarna ska komma i tillräckligt god tid för att passet ska kunna börja på utsatt tid. Ytterligare information om hur träningen ska bedrivas finns i klubbens styrdokument för träning.
- Alla tränare ska samarbeta med andra tränare i den egna och andra grupper och bidra till erfarenhetsutbyte och kunskapsöverföring.
- Alla ledare förväntas i så stor utsträckning som möjligt ta del av de utbildningar som klubben i egen regi eller via någon extern part erbjuder.
- Alla ledare och styrelseledamöter måste en gång per säsong uppvisa ett tomt belastningsregisterutdrag för att få vara verksam i klubben. En särskild policy för detta finns.

5. Särskilt för åkare

- Alla åkare förväntas göra vad de kan för att alla i gruppen ska tycka att det är roligt att åka till träningen. Alla har ett ansvar för att samtliga åkare i gruppen får vara med och för att peppa sina lagkompisar.
- Åkarna ska lyssna på tränarnas instruktioner och göra sitt bästa för att följa dem. Den som känner sig omotiverad eller "ur slag" ska ändå försöka att göra sitt bästa och inte störa lagkompisar som vill fokusera på träningen.
- Åkarna förväntas heja på varandra på tävling och glädjas med varandras framgångar.
- Man får lov att bli besviken om åkningen eller resultatet på en tävling inte blev vad man hade hoppats, men det som en åkare betraktar som ett misslyckande kan vara en stor framgång för en annan. Alla måste tänka på hur de uttrycker sig och de betar sig. Är det svårt får man gå undan för att samla sig.

6. Särskilt för föräldrar

- Det krävs mycket resurser för att driva en skidklubb och allt arbete i Huddinge Skidklubb utförs ideellt. Det innebär att alla föräldrar måste bidra på olika sätt.
 - Under vinterträningssäsongen i Flottsbro måste alla föräldrar hjälpa till med att hålla backen i skick och att vissa pass sköta liften. Ett arbetsschema upprättas inför varje säsong som fördelar passen rättvist mellan föräldrarna.
 - På varje träning behövs normalt därutöver att några föräldrar hasar och plogar backen, bär käpp etc. I de yngre grupperna kan barn behöva hjälp med att gå på toaletten under träningspassen.
 - På läger eller i samband med vanliga träningar kan det bli aktuellt att fixa fika, grilla korv eller liknande.
- Föräldrar ansvarar för att skapa bästa förutsättningar för sin åkare på såväl träning som tävling genom att se till att hen har ätit och sovit ordentligt, kommer i tid och har med sig rätt utrustning.
- När det är tävling samlas alla HSKare på ett ställe, det gör tävlingen roligare och skapar en gemensam och trygg plats för åkarna. Alla hejar på alla åkare, gärna även på de från andra klubbar. Vi strävar efter att skapa en lustfylld miljö och minskad stress på tävling – det är en stor påfrestning att stå ensam på start.
- När det är dags att organisera tävling krävs att alla föräldrar i gruppen hjälper till. HSK har gott rykte som tävlingsarrangör; vi är noggranna, effektiva, professionella och levererar tävlingar med hög kvalitet. Som en i tävlingsorganisationen är det viktigt att vara fokuserad på sitt uppdrag samt objektiv och rättvis, även när det egna barnet tävlar.
- Föräldrar ska naturligtvis vara engagerade i sitt barns åkning, men komma ihåg att det är hen som tränar och tävlar och inte föräldern själv. Föräldrars fokus ska ligga på att uppmuntra och stötta barnet i sitt idrottande och i sin utveckling, snarare än på prestation och placering.
- Föräldrar ska sträva efter att lära sitt barn att hantera både framgång och motgång.
- Föräldrar ska respektera tränarna och deras kompetens. Den som vill diskutera något med tränarna gör det i enrum och utan barn närvarande.

7. A till Ö

I HSKs Lilla Blå - A till Ö återfinns praktisk information man behöver som medlem i Huddinge Skidklubb.

Anmälan till tävling

Se Tävlingskalendern.

Avgifter

Medlemsavgift

För att få träna och tävla i HSK skall medlemsavgift erläggas till klubben. Även tränare, lagledare och styrelsemedlemmar ska vara medlemmar. Medlemsavgiften uppgår för närvarande (2024/2025) till 750 kr för enskild medlem och 950 kr för en familj.

Träningsavgifter

Åkare ska för att kunna delta i klubbens verksamhet betala träningsavgifter i enlighet med nedan (2024/2025).

U8	1 900 kr
U10	3 400 kr
U12	4 000 kr
U14	4 200 kr
U16	4 500 kr
J/FIS	3 200 kr
Masters	2 000 kr
Team Total	2 000 kr
Team Freeski	2 000 kr

Avslutningsläger

I slutet av april (normalt fredag-söndag vecka 16) hålls avslutningsläger i Björnrike för samtliga grupper. Då genomförs också Klubbmästerskapets åk 2.

Barmarksträning

Säsongen startar officiellt sista söndagen i augusti kl 09:30 i Flottsbro. Därefter erbjuds en mängd barmarksträning fram till dess att det finns snö i Flottsbro. Utöver söndagsträningen bestämmer varje grupp sina träningstider. Kontakta lagledaren för information. När säsongen på snö är slut återupptar de äldre grupperna barmarksträningen närmast direkt, medan de yngre avvaktar till i augusti.

Se också Inomhusträning.

Baskunskaper

I alla grupper behöver åkaren:

- Klara av att åka lift själv
- Ta sig nedför backen själv
- Hantera sin utrustning själv
- Kunna vara utan sina föräldrar under träningen
- (Kunna delta i tävlingar (vintern barnet fyller 9 år))

Se också Träningsgrupper.

Besiktning

Besiktning innebär att åkarna inför tävling får möjlighet att besiktiga banan, det vill säga att långsamt hasa genom denna för att kunna planera sitt åk. Enligt regelboken får man inte hasa förbi fler än två portar i taget utan att stanna. Ibland är snöförhållandena sådana att endast så kallad stickbesiktning kan erbjudas. Detta innebär att åkarna hasar vid sidan om banan, men får göra ett instick vid varje port för att titta på linjevalet och sedan åka ut samma väg.

Bomkod

Då material ska hämtas eller lämnas vid klubbhuset kan en kod till bommen vid campingen erhållas så att bil kan köras ned till värdshuset. Kontakta någon i styrelsen vid behov av kod. Notera att koden inte får spridas vidare.

Se också under Parkering.

Ekonomi

HSK har en kassör (se Styrelsen), men en stor del av HSKs bokföring och redovisning sköts av en extern redovisningsbyrå. Har du frågor rörande ekonomin kan du kontakta endera av dem på ekonomi@huddingeskidklubb.se. Har du haft utlägg som klubben ska ersätta fyller du i en utläggsrapport (finns på hsk.se) och skickar till ekonomi@huddingeskidklubb.se.

Fartdräkt

HSKs fartdräkt levereras av BeyondX – se beyondx.se.

Klubben subventionerar en del av kostnaden. Denna är redan avdragen då betalning sker till BeyondX. Begagnade fartdräkter kan med fördel köpas av andra medlemmar i HSKs Köp och Säljgrupp på Facebook. <https://www.facebook.com/groups/553505248754118>

Från och med U12 är det en förutsättning att åkaren tävlar i klubbens fartdräkt för att få sina tävlingsavgifter betalda.

FIS-licens

Åkare som vill ställa upp i FIS-tävlingar måste inför varje säsong ansöka om FIS-licens. Detta görs via Tävlingskalendern. Åkare som ska tävla i FIS för första gången måste också fylla i en åkardeklaration och skicka till Svenska Skidförbundet. Mer information finns på skidor.com.

Flottsbro

Huddinge Skidklubbs hemmabacke och träningsanläggning Flottsbro är belägen vid Albysjöns södra strand i Huddinge och ägs av Huddinge Samhällsfastigheter AB, ett kommunalt bolag.

Försäkring

Alla aktiva omfattas av en försäkring som Svenska Skidförbundet tecknat med Folksam. Den gäller vid olycksfall i samband med träning och tävling och omfattar även funktionärer. Läs mer på hsk.se.

Föräldrastöd

Under vinterträningssäsongen i Flottsbro måste alla föräldrar hjälpa till med att hålla backen i skick och att vissa pass sköta liften. Ett arbetsschema i Flottsbro upprättas inför varje säsong som fördelar passen rättvist mellan föräldrarna. På varje träning - såväl i Flottsbro som på läger på annan ort - behövs normalt därutöver att några föräldrar hasar backen och hjälper till med material, tex. att bära käpp. Föräldrar kan också stötta barn genom att hjälpa till att grilla korg, ordna fika och hjälpa barn till toaletten.

Föräldraträning

Föräldrar till åkare i klubben, som också är medlemmar, erbjuds barmarksträning och träning på snö i Flottsbro - normalt på söndagar. Se [HuddingeSkidklubbSenasteNytt | Facebook](#) för aktuell information.

Hasning

För att åkarnas träning och tävling i bana ska bli givande och förhållandena rättvisa och säkra krävs att banan med jämna mellanrum hasas. Detta är framför allt föräldrarnas ansvar. Att hasa banan innebär att man – oftast i grupp - med hjälp av skidor på fötterna flyttar undan snö från race line och tar bort vallar. HSK ordnar under säsongen, bland annat på klubbläget, utbildningar i hasning som är öppna för alla medlemmar. Svenska skidförbundet har också tagit fram en skrift om manuell banhasning man kan läsa.

Hjälm

Alla i Huddinge Skidklubb som befinner sig i backen ska bära hjälm; såväl tränare, åkare, föräldrar som funktionärer.

Ideellt arbete

Alla tränare, ledare och styrelseledamöter arbetar helt ideellt, klubben har inga arvoderade ledare med undantag för eventuella ungdomstränare.

Inomhusträning

Under september-december bedriver grupperna viss träning inomhus i gymnastiksalar/idrottshallar i Huddinge; normalt främst Snättringeskolan, Solfagraskolan och Kungsklippeskolan. Vilka grupper som har vilka tider fastställs i september månad varje år och kommuniceras via lagledarna.

Kalender

Varje grupp har på www.hsk.se en egen kalender där gruppens aktiviteter syns.

Kallelser

Många grupper skickar ut kallelser till träningar och andra aktiviteter. Det är mycket viktigt att dessa besvaras i tid så att ledarna kan planera en bra verksamhet.

Klubbhuset

HSKs klubbhus, beläget till höger om liftarna i Flottsbro, finns till för alla medlemmar och är öppet under träningar och tävlingar. Här finns möjlighet att använda toalett, värma medhavd mat i micro eller bara värma sig en stund. På ovanvåningen finns utrymmen för styrelsearbete och tidtagning. I två förråd vid klubbhuset förvaras klubbens material. Klubbhuset städas av de olika träningsgrupperna enligt ett särskilt schema, men det är var och ens ansvar att plocka undan efter sig och att hålla klubbhuset rent och trevligt.

Klubbkläder

Se Fartdräkt.

Klubbläger

HSKs traditionella klubbläger äger rum i Vemdalen torsdag-söndag vecka 49. Läget fylls av träning, tävling, utbildning och härlig samvaro. Ska man bara åka på ett läger under säsongen är det detta som gäller.

Klubbmästerskap

Klubbmästerskapet består av ett åk slalom (SL) och ett åk storslalom (GS). Första åket (SL) körs i Flottsbro, en vardagkväll i slutet på januari eller början på februari. Andra åket (GS) körs i Björnrike på lördagen på avslutningslägret. U10 ansvarar för arrangemanget av åk 1 och U14 för åk 2.

Kontakt

Klubbens officiella e-postadress är kansliet@huddingeskidklubb.se.

De olika grupperna nås på följande adresser:

U8	team19@huddingeskidklubb.se
	team18@huddingeskidklubb.se
	team17@huddingeskidklubb.se
U10	u10@huddingeskidklubb.se
U12	u12@huddingeskidklubb.se
U14	u14@huddingeskidklubb.se
U16	teamu16@huddingeskidklubb.se
J/FIS	teamjuniorfis@huddingeskidklubb.se
Masters	teammasters@huddingeskidklubb.se
Team Total	teamttotal@huddingeskidklubb.se
Freeski	teamfreeski@huddingeskidklubb.se

Lagparallellen – Sven Karlemyrs Pokal

Tävlingen, instiftad av HSK-legendaren Sven Karlemyr, genomförs på lördag eftermiddag/kväll under klubblägret vecka 49. Blandade lag sammansatta av åkare från U10 upp till J/FIS tävlar mot varandra i lagparallellslalom. U16-åkarna är lagledare för var sitt lag. U8 och Team Total agerar föråkare. U12 ansvarar för arrangemanget.

Laganda

Skidåkning är en individuell sport, men man åker ändå tillsammans som ett lag. I HSK är det viktigt att alla hejar på och peppar varandra och att man gläds med varandras framgångar och stöttar i motgångar. I HSK skall det kännas roligt för alla aktiva att gå till träningen och att alla respekterar varandra.

Ledighetsansökan

Ett informationsblad om alpin skidåkning i allmänhet och Huddinge Skidklubb i synnerhet att lämna till skolan finns på hsk.se under Dokument (inloggat läge).

Liftkort Flottsbro

Liftkort i Flottsbro köps digitalt direkt från Flottsbro. Rabatterat pris erhålls med hjälp av en kod som skickas ut från klubben inför beställning - oftast i mitten på november. Tränare och lagledare samt ledsagare i Team Total erhåller liftkort i Flottsbro utan kostnad.

Liveresultat

Resultatet i många tävlingar kan följas live på live.skidor.com eller i FIS-appen.

Läger

HSK ordnar två klubbgemensamma läger per säsong - se Klubbläger respektive Avslutningsläger. Därutöver ordnar varje träningsgrupp en mängd läger under säsongen. För mer information om dessa, kontakta gruppens lagledare. Flertalet av klubbens läger anordnas på Skistar-anläggningar.

Masters

Den som är fyllda 30 år är välkommen att träna med våra Masters-åkare. Kontakta Masters lagledare på teammasters@huddingeskidklubb.se för mer information.

Medaljer

Se Priser.

Medlemsansökan

Ansökan om medlemskap i Huddinge Skidklubb görs antingen via ett formulär på hsk.se eller via ett mail till medlem@huddingeskidklubb.se. Se också Prova på.

Medlemsavgift

För att få träna och tävla i HSK skall medlemsavgift erläggas till klubben.

Medlemsavgiften uppgår för närvarande (2023/2024) till 750 kr för enskild medlem och 950 kr för en familj.

Medlemsförmåner

Medlem i Huddinge Skidklubb erhåller olika förmåner och rabatter. Dessa gäller i första hand aktiva åkare. Även medlemmar som ej är aktiva åkare, t ex föräldrar, har flera förmåner:

- Föräldraträning, försäsong och vinter
- Köra klubbmästerskap
- Rabatt på liftkort i Flottsbro
- Vissa rabatter i olika butiker (vilka kan variera)

Motion

En motion till årsmötet måste skickas till styrelsen på kansliet@huddingeskidklubb.se senast fyra veckor före årsmötet.

Organisationsnummer

HSKs organisationsnummer är 812800-0190.

Parasport

Se Team Total

Parkering i Flottsbro

Parkering i Flottsbro får - om inte särskilda anvisningar lämnats - endast ske på de två stora parkeringarna. Då material ska hämtas eller lämnas vid klubbhuset kan en kod till bommen vid campingen erhållas. Bilen får emellertid inte heller vid dessa tillfällen utan särskilt tillstånd lämnas vid klubbhuset eller värdshuset och bomkoden får inte lämnas vidare.

Parkeringstillstånd i Flottsbro

Ledare erhåller parkeringstillstånd av klubben. Föräldrar har möjlighet att köpa parkeringstillstånd som gäller under vintersäsongen till ett rabatterat pris. Information om detta skickas ut när snösäsongen börjar närma sig.

Pokaler

Se Priser.

Polisens belastningsregister

Alla ledare och styrelseledamöter i HSK måste varje säsong uppvisa ett tomt utdrag ur Polisens belastningsregister för att accepteras som vuxen att ta hand om barn i idrottsföreningar.

Beställ här: <https://digitaliseringsinitiativet.se/belastningsregistret>

Priser

Alla U10-åkare som tävlar i Stockholm Race erhåller en medalj vid målgång. De 20 bästa i varje tävlingsklass erhåller därutöver en pokal. I U12 och U14, som tävlar i Minivärldscupen och Lilla Världscupen, erhåller de tjugo första i varje tävling pokal, medan det i USM för U16 är de tio främsta. På många tävlingar finns dessutom utlottningspriser som lottas ut bland alla som deltagit i tävlingen.

Protokoll

Protokoll från styrelsemötena återfinns på hsk.se under Dokument (inloggat läge).

Prova på

Skidåkare som är intresserad av att ansluta till HSK har möjlighet att prova på att träna med oss under tre tillfällen innan man bestämmer sig.

Ryggskydd

Det är obligatoriskt för samtliga åkare att bära ryggskydd under träning och tävling.

Samlingsplats

På träning i Flottsbro samlas varje lag för sig. På tävling märks samlingsplatsen ut med en HSK-flagga.

Skidförbundet

HSK är medlem i Stockholms skidförbund och därigenom också i Svenska skidförbundet. Inom Stockholms skidförbund finns tre grenar – alpint, längd och backhoppning. Det operativa arbetet för den alpina delen bedrivs framför allt i Alpina Kommittén (AK) och Tävlingskommittén (TK). Även detta arbete bedrivs helt ideellt av representanter från de åtta alpina skidklubbarna i Stockholm.

Skistar

Åkare och föräldrar erbjuds att köpa SkistarAll till ett rabatterat pris med hjälp av en kod som skickas ut från klubben, normalt i september månad. För den som inte väljer att köpa SkistarAll erbjuds ofta rabatterade liftkort i samband med klubbens olika läger.

Sociala medier

HSK finns på Facebook – en "vanlig" öppen sida och en för bara medlemmar - samt Instagram. Uppmuntra gärna släkt och vänner att följa oss! Många grupper har dessutom egna Facebook-grupper. Vi rekommenderar också Stockholms skidförbunds Facebook-sida samt flera bra grupper genom vilka man kan köpa och sälja utrustning.

[Facebook @Huddinge Skidklubb Alpina](#)

[HuddingeSkidklubbSenasteNytt | Facebook](#)

[Instagram @huddinge_skidklubb](#)

[Stockholms Skidförbund | Facebook](#)

[Stockholms skidförbund/Alpint | Facebook](#)

[Huddinge Skidklubb Alpint Köp & Sälj | Grupper | Facebook](#)

[Alpin Racing - Köp/Sälj | Grupper | Facebook](#)

[Alpin Junior Racing Köp/Sälj | Grupper | Facebook](#)

Sponsorer

Huddinge Skidklubb är alltid intresserad av att kontraktera sponsorer. Den som vill eller vet någon som kan tänka sig att sponsra klubben på något sätt kan kontakta klubben på marknad@huddingeskidklubb.se

Sportadmin

Sportadmin är HSKs administrativa verktyg vilket hanterar medlemsregister, klubbens webbsida, olika betalflöden, registrering av närvaro m.m. Från Sportadmin skickar grupperna också ut kallelser till träningar etc. Sportadmin har en användarvänlig app man kan ladda ner till sin telefon.

Stadgar

HSKs stadgar återfinns på www.hsk.se under Dokument (inloggat läge).

Styrelsen

Se information på www.hsk.se under Om klubben

Swish

Klubbens allmänna: 123467 78 60

Liftkort vid tävling: 123022 34 95

Säsongsavslutning

Gemensam säsongsavslutning i Flottsbro, vanligtvis andra söndagen i maj. Vi avslutar säsongen och firar våra framgångar.

Säsongsstart

Gemensam säsongsstart/barmarksträning i Flottsbro är normalt den sista söndagen i augusti kl 09:30-11:00.

Team Total

Inom HSK finns en egen träningsgrupp för åkare med funktionsvariation. Flera åkare i den här gruppen har haft internationella framgångar. Kontakta gruppen på teamttotal@huddingeskidklubb.se.

Träningsgrupper

Grupp	Ålder	Beskrivning
U8	6-8 år	All inlärning sker med hjälp av lek. Snöfria dagar bedrivs träning utomhus i Flottsbro och inomhus i sporthallar. När det finns snö tränas grundläggande skidåkning i Flottsbro och i viss mån på annan ort.
U10 och U12	9-12 år	Bra grundskidåkning krävs tex. att kunna åka parallellt med skidorna. Vi deltar i tävlingar som arrangeras i Stockholmsområdet.
U14	13-14 år	God skidvana i många terrängar. HSK värdesätter att man är intresserad av att träna i bana och har viljan att utvecklas till en bra tävlingsåkare. Tävlingar sker i Stockholmsområdet samt i Dalarna och Värmland.
U16 och J/FIS	15-29 år	Mycket god skidvana. Åkaren behöver bra teknik och ska behärska flera sorters skidåkning. Träningar sker flera gånger i veckan. HSK uppskattar att man deltar aktivt i sin träning. Tävlingar arrangeras runt om i hela Sverige.

Team Total	Från 6 år	Åldersmässigt blandad grupp för åkare med olika former av funktionsvariationer.
Team Freeski	Från 6 år	Åldersmässigt blandad grupp för åkare som gillar att hoppa och trixa.
Masters	30+	Träningsgrupp för alla fyllda 30 år. Ingen övre gräns finns. 😊

Notera att grupptillhörighet beroende på ålder baseras på åkarens ålder efter årsskiftet. Alla åkare ska, om inte särskilt undantag beslutats, tillhöra sin åldersgrupp, oavsett erfarenhet och förmåga.

Träningstider i Flottsbro

Se information på www.hsk.se under Träning

Tävlingar

U10, U12, U14 och U16 har en ordinarie "tävlingsserie" - Stockholm Race, Minivärldscupen (MVC), Lilla Världscupen (LVC) respektive Ungdoms-SM (USM). Därutöver finns många andra roliga tävlingar man kan köra. Nedan finns en lista över några tävlingar som många i klubben uppskattar och brukar delta i:

- Funäsfjällens Winter Opening (Funäs)
Nationell tävling i SL och GS för U12, U14 och U16 (första dagarna i januari)
- Skistar Wintergames Vemdalen (fd Vemdalslalom)
Nationell tävling i SL och GS för U12, U14 och U16 (andra veckan i januari)
- Mälarcupen (Olika backar i Mälardalen)
Regionala tävlingar i SL för U12 och U14 (januari-mars)
- Reg 4 Tour (Olika backar i Stockholm)
4 st SL-tävlingar för U16, D/H17- och Masters (januari-mars)
- King & Queen of the hill (Ekerö)
Regional tävling i SL för U12 (mars)
- Rossknocken (Väsjöbacken)
Nationell tävling i SL (vanlig och knock out) för U12 och U14 (mars)
- Guldhjälmen (Duved)
Nationell tävling i DH för U12, U14 och U16 (månadsskiftet mars-april)
- Orsa Cup (Orsa)
Nationell tävling i GS och SG för U12, U14, U16 och D/H17- (april)
- Ski Funtastic (Sälen)
Nationell tävling i SL och GS för U12, U14, U16 och D/H17- (april)
- 1:a Maj-troféen (Tännadalen)
Nordisk parallellslalomtävling för U12, U14, U16, D/H17- och Masters

Notera att det är upp till var och en hur många och i vilka tävlingar man vill åka.

Tävlingsavgifter

Under förutsättning att åkaren kör i klubbens fardrätt*, står klubben för tävlingsavgifterna för tävlingar i Norden i enlighet med följande:

Grupp	Antal tävlingar
U10	Stockholm Race + ytterligare 4 tävlingar
U12	MVC-kval och finaler + ytterligare 4 tävlingar
U14	LVC-kval och finaler + ytterligare 5 tävlingar
U16	USM-kval och finaler + 6 tävlingar
J/FIS	30 tävlingar
Masters	6 tävlingar

Överskjutande starter faktureras efter säsongen. Alla åkare är skyldiga att svara på en enkät gällande antal starter respektive antal starter i HSKs fartdräkt. Ersättning för eventuella startavgifter för tävlingar utanför Norden prövas av klubben i varje enskilt fall och ska alldeles oavsett rymmas inom kvoten ovan.

*Kravet på fartdräkt gäller inte U10.

Tävlingskalendern

Anmälan till samtliga tävlingar sker via Tävlingskalendern, som återfinns på

<https://ta.skidor.com/EventCalendar.aspx?orgid=1917§or=AL>

Observera att avanmälan från en tävling normalt ska ske senast onsdag i samma vecka. Om en åkare får förhinder därefter ska tävlingsledningen informeras per mail. Informera också lagledaren i gruppen.

Tävlingsregler

Några grundläggande tävlingsregler för U10-U16 som kan vara bra att känna till:

- Lagledarmöte hålls inför varje tävling – normalt på plats men ibland digitalt. Deltagare är lagledare från varje deltagande klubb. På lagledarmötet lämnas relevant information om tävlingen, t ex om bansättningen, tider etc och om några särskilda förhållanden gäller. Lagledaren förmedlar efter mötet informationen till tränarna och föräldrarna.
- U10 får inför tävling göra ett genomåk. U12-U16 har besiktning.
- Startordningen lottas utan seedning*. I andra åket gäller omvänd startordning – den som startade sist i första åket startar nu först, oberoende av placering.
- Åkare som efteranmäls startar sist i första åket och således först i andra.
- Alla som startade i första åket får köra andra åket, oavsett uråkning, diskning etc.
- Om en åkare upplever sig bli störd under sitt åk, t ex av en funktionär eller en tidigare åkare som kört ur, ska denne genast stanna, vända sig till närmaste funktionär (t ex en portdomare) och kräva omåk.
- Om man anser att en åkare felaktigt blivit diskvalificerad eller borde ha blivit diskvalificerad kan en protest lämnas till tävlingsledningen. Protesttiden inleds då det preliminära resultatet för åket har publicerats och pågår normalt i 5-15 minuter – exakt tid beslutas på lagledarmötet inför tävlingen. Eventuella protester ska alltid lämnas av lagledaren, inte av en enskild förälder. Att lämna in en protest kostar 300 kr, men denna summa återbetalas om protesten godkänns.
- Några förkortningar som är bra att känna till:
 - o DNS = Did Not Start
 - o DNF = Did Not Finish
 - o DSQ = Disqualified

Fullständiga tävlingsregler samt regler för FIS och Masters finns på skidor.com.

*Seedning kan förekomma i USM-finalen för U16.

Utlottningspriser

Se Priser.

Utrustning

Alla åkare i HSK ska alltid använda hjälm och ryggskydd. Därutöver är det helt beroende på ålder, längd och vikt vilken utrustning man behöver. Tala med tränarna i gruppen om val av pjäxor, skidor och stavar.

Valberedningen

Se information på HSK.se under Om klubben

Årsmöte

Klubbens årsmöte hålls normalt andra söndagen i september på Vårdshuset i Flottsbro. Alla medlemmar är varmt välkomna.

Öppen träning

Vissa träningar är så kallade öppna träningar. Dessa äger rum i mån av tillgång till tränare och annonseras på Facebook i [HuddingeSkidklubbSenasteNytt](https://www.facebook.com/HuddingeSkidklubbSenasteNytt). Öppna träningar innebär att åkare från alla grupper i HSK är välkomna, men också alla andra som vill prova på att träna med oss. Passa på att ta med en kompis som ännu inte förstått det fantastiska med att åka skidor i HSK!