

# Information och intresseanmälan Volkswagen ungdomscup och Folksam cup finaler 2020

Stockholms Skidförbund satsar aktivt på distriktets skidungdomar med finalerna i Volkswagen ungdomscup och Folksam cup 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 2020 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. *Liksom ifjol finns det inte några begränsningar på hur många deltagare distriktet får skicka till Volkswagen ungdomscup eller 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:** Ledare för Stockholmslaget kommer från 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 om du är intresserad.

## Volkswagen ungdomscup final 6-8/3 (Bollnäs)

Finalen är en nationell tävling för 13- och 14-åriga killar och tjejer (för 2020 födda 2006 och 2007) där landets olika skiddistrikt möts. Finalen genomförs både individuellt och i stafetter i olika former.

Åkstilen är i år fri stil. För mer information om själva tävlingen och arrangemanget hänvisas till <http://icacup.rehnsbk.se/>

Avfärd från Stockholm torsdag kring lunch

## Folksam cup final 29/2-2/1 (Järpen)

Finalen är en nationell tävling för 15- och 16-åriga killar och tjejer (för 2020 födda 2004 och 2005) där landets olika skiddistrikt möts. Finalen genomförs både individuellt och stafett i olika former. Åkstilen är fri stil i alla lopp. För mer information om själva tävlingen och arrangemanget hänvisas till förra årets tävling <http://www.folksam-cup.se/> samt

<https://www.skidor.com/Grenar/langdakning/barnungdom/Tavlingar/Folksamcup/>

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

**Då tävlingarna sammanfaller med sportlovet kommer vi inte att arrangera någon gemensam resa till Järpen utan alla får ta sig dit och hem på egen hand. Samordna gärna era resor med varandra. Tåg är ett smidigt alternativ då boende och arena ligger på gångavstånd från tågstationen.**

## Förväntningar träning

För deltagande i Volkswagen ungdomscup 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 klubbläger bör också prioriteras.

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

## Kvalificeringstävlingar

Deltagande i kvalificeringstävlingar 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 [ta.skidor.com](http://ta.skidor.com)

**Folksam cup:** Du skall delta i minst tre av de ungdomstävlingar som anordnas i Stockholmsdistriktet (t ex *ungdoms-DM (distans och sprintstafett)*, *Huvudstadscrossen*, *Lilla Värmdöloppet*, 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.

**Volkswagen ungdomscup:** Du skall delta i de tävlingar som utsetts till kvalificeringstävling i Stockholmsdistriktet. 2020 är det *ungdoms-DM (distans och sprintstafett)*, och *Huvudstadscrossen*. 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 görs till respektive lagansvarig senast **den 10/12-2019**. Denna anmälan är inte bindande men behövs för att vi ska kunna planera för ledar- och vallastab, bussbokning, samt preliminär anmälan till arrangören.

**Lagansvarig Folksam cup:** Jakob Tholander, Sundbybergs IK, [jakobth@dsv.su.se](mailto:jakobth@dsv.su.se)

**Lagansvarig Volkswagen ungdomscup:** Malin Fredriksson, Nacka Värmdö SK, [maalinfredriksson@hotmail.se](mailto:maalinfredriksson@hotmail.se)