



SV-N Hárjehallandeaivvadeapmi / treningssamling

**Prográmma/Program 10.-
13.09.2026**

Bures boahtin, velkommen!

Torsdag serveres kveldsmaten mellom kl. 19:30-21:30. Felles møte på torsdag kl. 21:30 i restauranten. Restauranten er åpen til kl. 23:00 alle dager. Lørdag arrangeres DM kl. 15:00.

Utsjekk søndag kl. 12.00.

Treningsprogrammet for utøvere, oppsatte trenere med kontakt info og gruppeinndeling, se egen side for gjeldende gruppene lengre nede. Totalt 6 grupper inndelt etter alder.

Duorastaga guossohuvvo eahketborramat gaskkal 19:30-21:30. Oktasaš čoahkkin duor. dii 21:30 restauránttas. Restauránta lea juohke beaivve rabas dii. 23:00 rádjai. Lávvordaga lágiduvvo GG dii. 15:00. Olggos lanjas sotnabeaivve dii. 12.00.

Hárjehallanprográmma, hárjeheaddji dieđut, joavkkojuohku, geahča sierra joavkosiiddu vuollelis. Leat oktiibuot 6 joavkku juhkon agi vuodul.

Matservering, annet/Borramat, eará:

Torsdag/Duorastaga	Fredag/Bearjadaga	Lørdag/Lávvordaga	Søndag/Sotnabeaivve
Kveldsmat/eahket borramat: 19.30-21:30 Fellesmøte/ Oktasaš čoahkkin: 21:30->	Frokost/iđitborramat: 08:00-10:00 Lunsj/beaiveborramat: 11:00-14:00 Middag/mállásat: 17:00-19:30 Kveldsmat/eahket Sosial sammenkomst/Sosiála čoahkkaneapmi 19:00 -> borramat: 20.30-21:30	Frokost/iđitborramat: 08:00-10:00 DM/GG: 10:00-> Lunsj/beaiveborramat: 11:00-14:00 Middag/mállásat: 17:00-19:00 Premieutdeling DM/ Vuoittuid juohkin GG: 19:00-> Kveldsmat/eahket borramat: 20.30-21:30	Frokost/iđitborramat: 08:00-10:00 Lunsj/beaiveborramat: 11:00-14:00 Utsjekk/olggos: 12:00



Programma gaskal hárjehallamiid/ Program utenom treneringer

Duorastaga/Torsdag

21:30 Oktasaš čoahkkin / Felles møte

Bearjadaga/Fredag

18:00 GG lágideddjiid čoahkkin / Arrangørmøte for DM

Čoarveduopmárčoahkkin / Horndommermøte

19:00 Sosiála čoahkkaneapmi / Sosial sammenkomst

Solveig Ballo ja Awg oasálasttit mitalit sin reaissu birra

Lávvardaga/Lørdag

19:00 Vuoittut geigejuvvojit GG / Premieutdeling DM



Joavku 1/Gruppe 1 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2017-2018)

HÁRJEHEADDIT/TRENER: **TORSTEIN EMANUELSEN (481 59 363)**

VEAHKKI/ASS: **JAN HENRIK ERIKSEN (990 30 764)**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 11 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Lag
Nihkoláve Heaika Marainen	2018	FS
Elle Sofia Sikku Kuhmunen	2018	IL VINGER
Jakob Kalliainen Solbakk	2018	DS
Mari Maija Laitinen Broch	2018	DS
Birger Sálá-Issát Marainen	2017	FS
Signy Olivia Langstrand-Andersen	2017	FS
Anne Olivia Anti	2017	DS
Aili Helene Carstensen Andersen	2017	DS
Eila Skum Gaino	2017	GFS
Lars Ailo Vasara	2017	GFS
Nikolai Wigelius Hætta	2017	GFS

Bearjadaga/Fredag

09:30-10:00	Liekkadallan ja oahpásmuvvan stoagus/Oppvarming og bli-kjent lek
10:00-10:30	Njoarosteapmi/lassokast
15:00-16:00	Hehttehusmáđi ja loahpas vuoibmehárjehallan/ Hinderløype, avsluttes med kondisjonstrening

Lávvardaga/Lørdag

09:30-10:30	Dássádaddan ja koordinašuvdna ja njoarosteapmi Koordinasjon og balanse. Lassokasting
15:00-16:00	GG (guovllugilvu)/ DM (distriktsmesterskap)

Sotnabeaivi/Søndag

09:00	Guhkibut tuvra/Langtur
-------	------------------------



Joavku 2/Gruppe 2 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2015-2016)

HÁRJEHEADDJIT/TRENER: **INGJERD VALBEKMO (95 86 715)**

VEAHKKI/ASS: **ALEKSANDER HÆTTA (913 28 638)**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: **13 STK**

Namma/navn:	Jahki/år:	Lag
Jonah Mathis Balto-Eriksen	2016	FS
Áigin Partapuoli	2016	DS
Gabriel Kalliainen Solbakk	2016	DS
Biete Áigin Fjellgren	2016	DS
Per Andreas Emanuelsen	2015	DS
Lars Mio Hætta	2015	FS
Rebekka Gaup-Eriksen	2015	FS
Anne Kajsja Gunelie Kalstad Bjørgård	2015	GFS
Johan Fredric B. Hætta	2015	GFS
Malina Alina Skum Gaino	2015	GFS
Májja Kathrine Eira	2015	GFS
Oda Wigelius Hætta	2015	GFS
Malla Salmi	2015	Anár

Bearjadaga/Fredag

- 09:30-10:00 Njoarosteapmi/lassokast
- 10:00-10:45 Oahpasmuvvan stohkosat ja ovttasbargan stohkosat/
Bli kjent leker og samarbeidsøvelser
- 15:00-16:00 Stafeahtat, dássádaddan, koordinašuvdna ja čuoiganlihkadeapmi /
Stafetter, balanse, koordinasjon, skigang

Lávvardaga/Lørdag

- 09:30-10:45 Hehttehus máđi mas stášuvnnat/ hinderløype med stasjoner
- 15:00 GG (guovllugilvu)/ DM (distriktsmesterskap)

Sotnabeaivi/Søndag

- 09:00 Guhkibut tuvra soppiiguin mas doaimmat gaskas/ Langtur med staver
og innlagte aktiviteter underveis



Joavku 3/Gruppe 3 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2014)

HÁRJEHEADDJIT/TRENER: **JOHN MAGNE VESTERHEIM (905 83 049)**

VEAHKKI/ASS.: **INGER ELINE FJELLGREN (414 58 703)**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 9 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Lag
Sigurd Olufsen Vesterheim	2014	FS
Lejá Olsen Fløystad	2014	FS
Charlotte Larsen-Henriksen	2014	FS
Maria Valbekmo	2014	FS
Kaja Elise Hætta	2014	FS
Johan Langstrand-Andersen	2014	FS
Nea Eleni Kuhmunen Sikku	2014	IL VINGER
Hilje Fjellgren	2014	DS
Noel Valio	2014	GFS

Bearjadaga/Fredag

09:30-11:00	Juvlasabehat luisten/Rulleski skate
15:00-15:30	Viehkan ja njoarostanšilljohárjehallan/ Løping og standplassdrill
15:30-16:00	Njoarosteapmi/lassokast
16:00-16:30	Viehkan, dávgevuoda ja johtilvuoda hárjehallat/ Løp, spenst og hurtighet

Lávvardaga/Lørdag

09:30-11:00	Juvlasabehat luisten/Rulleski skate
15:00	GG (guovllugilvu)/ DM (distriktsmesterskap)

Sotnabeaivi/Søndag

09:00	Guhkibu tuvra meahcis /Langtur i skogen ca. 1 ½ t - 1 t 45 min.
-------	---



Joavku 4/Gruppe 4 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2013)

HÁRJEHEADDJIT/TRENER: **CHRISTIAN RIMPI (+46 705678781)**

VEAHKKI/ASS.: **ÁNNE LAJLA KALSTAD (413 33 342)**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 11 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Lag
Eljás Andreas Langstrand-Andersen	2013	FS
Áile Tobiassen	2013	FS
Elle Sofie Balto-Eriksen	2013	FS
Marili Pavlovic Pedersen	2013	FS
Sara Leanne Heatta Kuhmunen	2013	IL VINGER
Ánnelen Magga Eira	2013	GFS
Sadie Ann B. Hætta	2013	GFS
Elle Johanne W. Bjørgård	2013	GFS
Ráste Matell	2013	DS
Mervi Tervaniemi	2013	Anár
Maire Tervaniemi	2013	Anár

Bearjadaga/Fredag

09:30-11:00	Juvlasabehat luisten/Rulleski Skate
15:00-15:30	Njoarosteapmi/lassokast
15:30-16:00	Viehkan ja njoarostanšilljohárjehallan/ Løping og standplassdrill
16:00-16:30	Viehkan, dávgevuoda ja johtilvuoda hárjehallat/ Løp, spenst og hurtighet

Lávvordaga/Lørdag

09:30-11:00	Juvlasabehat luisten/Rulleski skate
15:00	GG (guovllugilvu)/ DM (distriktsmesterskap)

Sotnabeaivi/Søndag

09:00	Guhkibu tuvra meahcis /Langtur i skogen ca. 1 ½ t - 1 t 45 min.
-------	---



Joavku 5/Gruppe 5 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2009-2012)

HÁRJEHEADDJIT/TRENERE: **INGVAR DERVOLA JOHANSEN (482 29 430)**

JULIE JOHANSEN TROSTEN (955 55 408)

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 13 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Lag
Tia Christel Sikku Valio	2012	GFS
Leona Gundersen Molund	2012	FS
Idun Forsberg Iverstrand	2012	Jokkmokk S.IF
Issat Dánel M. Eira	2011	GFS
Nilas Olsen Fløystad	2011	FS
Kristian Ims	2011	FS
Sanna Olufsen Vesterheim	2011	FS
Ebba-Stina Rimpi	2011	SS
Leon Valio	2010	GFS
Elle Anne Grete Sara	2010	GFS
Sigve Storjord Tovås	2010	FS
Sondre Holand-Fagerheim	2010	FS
Sverre Holand-Roth	2009	FS

Bearjadaga/Fredag

- 09:00-11:00 Juvlasabehat luisten. Teknihka ja johtilvuolta/
Rulleski Skate. Teknikk og hurtighet.
- 14:30-15:00 Njoarosteapmi/lassokast
- 16:30-17.30 Viehkan / Rolig løpetur

Lávvordaga/Lørdag

- 09:00-11:00 Juvlasabehat árbevirolaš/ Rulleski klassisk
- 15:00 GG (guovllugilvu)/ DM (distriktsmesterskap)

Sotnabeaivi/Søndag

- 08:00 Guhkibu tuvra sihke viehkan ja juvlasabehat árbevirolaš/ Kombilangtur
klassisk og løp



(obs/fuom små endringer kan forekomme/smávit rievdadusat sáhttet dáhpáhuvvat)

Joavku 6/gruppe 6 Sihkkelastit/syklere (nieiddat/bártnit)

HÁRJEHEADJIT/TRENER: **KJELL MAGNE IVERSEN (954 26 309)**

VEAHKKI/ASS. **ODIN ALEKSANDER IVERSEN**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 4 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Lag
Vilmer Smuk	2016	DS
Simmon Reidar Knutsen Wigelius	2016	DS
Svein Áigin Knutsen Wigelius	2018	DS
Ante-Issat H. Kuhmunen	2017	IL VINGER

Bearjadaga/Fredag

09:30-11:00 Sihkkelhárjáneapmi, hehttehusaid meattildit ja bálgáid sihkkelastit/
Grunntrening, forsere hinder og stisykling

15:00-16:30 Sihkkelastin ja njoarosteapmi/ Sykling og lassokasting

Lávvordaga/Lørdag

09:30-11:30 Teknikkalaš sihkkelasttin skirvehallanluohkas/
teknisk sykling i slalombakken

15:00 GG (guovllugilvu) sihkkeliin ja njoarostit/ DM (distriktsmesterskap)
med sykkel og lassokasting

Sotnabeaivi/Søndag

09:00 Sihkkelastin bálgáid mielde / stisykling



Njoarosteapmi-/lassokast-trening

NJOAROSTAN HÁRJEHEADDJIT/LASSOTRENERE:

ISABELL FLØYSTAD (996 20 114)

JAN ERIK KNUTSEN (977 13 167)

Fredag/Bearjadaga	Joavku/Gruppe
09:30-10:00	Joavku 2/Gruppe 2
10:00-10:30	Joavku 1/Gruppe 1
14:30-15:00	Joavku 5/Gruppe 5
15:00-15:30	Joavku 4/Gruppe 4
15:30-16:00	Joavku 3/Gruppe 3

Oasseváldit váldet mielde/ deltakerne tar med:

Hárjehallanbiktasiid, juvlasabehiid goappaš čuoiganvugiide, oaivesuoji, soppiid, bievlasoppiid jus leat, suohpana ja dieđusge dárbbášlaš priváhta biergasiid nu mo dálkasiid jna.

Sii geat leat riegeádan 2014 ja 2013 váldet mielde dušše juvlasabehiid luistemii.

Sii geat leat riegeádan 2018-2015 eai galgga juvlasabehiid atnit.

Treningsklær, rullski begge stilarter, hjelm, rulleskistaver, barmarksstaver hvis du har, lasso, samt nødvendig privat utstyr som medisiner osv.

De som er født i 2014 og 2013 tar med kun rulleski skate.

De som er født fra 2018-2015 bruker ikke rulleski.

Lise Marianne Johansen tlf. 412 73 845

Aile Heatta tlf. 478 20 319

Aktivitetsutvalg SV-N



(obs/fuom små endringer kan forekomme/smávit rievdadusat sáhttet dáhpáhuvvat)

Geasse-GG/ Sommer-DM

ALDER	FØDSELSÅR	KLASSE	DISTANSE	LASSO-KASTING	LENGDE	TILLEGGS-TID
Rekrutt	2019>	Jenter-gutter	0,5 km (0.5 - kast)	1 X 3	5 m >	0 min
9 år	2018	Jenter-gutter	1 km (0,5 - kast - 0.5)	1 X 5	5 m	1 min
10 år	2017	Jenter-gutter	1km (0,5 - kast - 0.5)	1 X 5	5 m	1 min
11 år	2016	Jenter-gutter	2 km (1,5 - kast – 0,5)	1 X 5	6 m	1 min
12 år	2015	Jenter-gutter	2 km (1,5 - kast – 0,5)	1 X 5	6 m	1 min
13 år	2014	Jenter-gutter	3 km (1,5 - kast - 1,5)	1 X 5	7 m	1 min
14 år	2013	Jenter-gutter	3 km (1,5 – kast - 1,5)	1 X 5	7 m	1 min
15 år	2012	Jenter-gutter	4,5 km (1,5 - kast - 1,5 -kast -1,5)	2 X 5	9 m	1 min
16 år	2011	Jenter	4,5 km (1,5 - kast - 1,5 -kast -1,5)	2 X 5	9 m	1 min
17 år 18 år	2010-2009	Kvinner	4,5 km (1,5 - kast - 1,5 -kast -1,5)	2 X 5	9 m	1 min
17 år 18 år	2010-2009	Menn	6 km (3 (1,5x2) - kast -1,5 – kast - 1,5)	2 X 5	11 m	1 min
19 år<		Kvinner	4,5 km (1,5 - kast - 1,5 -kast -1,5)	2 X 5	9 m	1 min
19 år<		Menn	6 km (3 (1,5x2) - kast -1,5 – kast - 1,5)	2 X 5	9 m	1 min

Rekrutt G/J 9-10	Løper uten lasso. Lassoen legges på standplass på deres startnummer.
G/J 11-12 G/J 13-14 G/J 15-16-17-18 Menn/kvinner	Løper med lasso på ryggen. Kveiler lasso etter kast og tar den med på ryggen.



Klasse 9-10 år jenter og gutter reingjeterkonkurranse

I den klassen kan deltakeren få hjelp til å rette ut lassoen under lassokasting. Deltakeren kan også motta hjelp fra lagleder hvis lassoen surrer seg. Lassoen kan etterlates ukveilet etter lassokastingen er avsluttet.

Tillegg: når lassokastingen ikke er godkjent er det tilleggstid

Etter fullført lassokasting: skal lassoen kveiles og settes over skulderen og under den andre armen før man kan gå videre med riktig utstyr. Det er ikke tillatt å sette lassoen rundt halsen. Enden på lassotauet skal ikke henge etter, hvis dette forekommer kan det gis tilleggsminutter.

Det er ikke tillatt å motta hjelp til å rette ut lassoen med unntak av i 9-10 årsklassen. Standplassleders og funksjonærers instruksjoner må følges ellers. Kun arrangører tillates å være innenfor sperret lassokastområde.

Hvis deltakeren med vilje ikke prøver å treffe hornet, kan vedkommende diskvalifiseres.

Lassokastingen er godkjent når:

- Lassoen er rundt hornet uten å være borti det.
- Lassoen er fast i hornet, ved tvilstilfeller skal lassoen strammes så den ikke er borti bakken.
- Dommer løfter opp hånda.

Lassokastingen er ikke godkjent når:

- Deltakeren mister lassoen under lassokastet.
- Lassoen er festet til kroppen/ kroppsdeler.
- Lassoen tar i et annet horn, (horn ved siden av, kantstolpe).
- Lassoen faller ned mellom lassokasteren og hornet.
- Hvis lassokasteren med beinet, skien eller armen går over lengdemerket.
- Dommer vinker utover/ markerer bom.

Tidsberegning

- Langrennstid, hvor lang tid man bruker
- Lassokasting – hver bom medfører tilleggstid

Beste resultat har den som har best tid: (langrennstid + tilleggstid lassokasting).

