ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

SV-N Sámi hárjehallandeaivvadeapmi / treningssamling

Prográmma/Program 26.-29.11.2026

Bures boahtin, velkommen!

Duorastaga guossohuvvo eahketborramuš gaskkal 19:30-21:30, ja oktasaš čoahkkin dii.

21:30 restauránttas. Restauránta lea muđui rabas juohke beaivve dii. 23:00 rádjai.

Hárjehallanprográmma, hárjeheaddjidieđut ja joavkkojuohkku geahča vuollelis. Leat oktiibuot 6 joavkku juhkkojuvvon agi mielde.

Torsdag serveres kveldsmaten mellom kl. 19:30-21:30, og felles møte kl. 21:30 i

restauranten. Restauranten er ellers åpen til kl. 23:00 alle dager.

Treningsprogrammet for utøvere, oppsatte trenere med kontaktinfo og gruppeinndeling se lenger ned. Totalt 6 grupper inndelt etter alder.

Áiggit/tider

Torsdag/Duorastaga	Fredag/Bearjadaga	Lørdag/Lávvordaga	Søndag/Sotnabeaivve
19.30-21:30 Kveldsmat/eahket borramuš 21:30-> Fellesmøte/ Oktasaš čoahkkin	08:00-10:00 Frokost/iđitborramuš 11:00-14:00 Lunsj/lunša 17:00-19:30 Middag/mállásat 19:00 Infomøte for alle lassodommere, skirenn, og lassokastcup 20.30-21:30 Kveldsmat/eahketbiebmu	08:00-10:00 Frokost/iđitborramuš 11:00-14:00 Lunsj/lunša 13:30 Njoarostancup/ Lassokastcup 17:00-19:00 Middag/mállásat 19:00-> Premieutdeling DM/ Vuoittuid juohkin GG 20.30-21:30 Kveldsmat/eahket borramuš	08:00-10:00 Frokost/iđitborramuš: Lunsj/lunša: 11:00-14:00 12:00 Utsjekk/olggos:

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

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

HÁRJEHEADDJIT/TRENERE: **TORSTEIN EMANUELSEN (481 59 363)**

VEAHKKI/ASS.: **CAMILLA KALLIAINEN**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 10 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Lag
Elle Sofia Sikku Kuhmunen	2018	IL VINGER
Jakob Kalliainen Solbakk	2018	DS
Svein Áigin Knutsen Wigelius	2018	DS
Mari Maija Laitinen Broch	2018	DS
Signy Olivia Langstrand-Andersen	2017	FS
Aili Helene Carstensen Andersen	2017	DS
Jovnna Ánte Gaup Killi	2017	DS
Eila Madelen Skum Gaino	2017	GFS
Nikolai Hætta Wigelius	2017	GFS
Ánte-Issat Heatta Kuhmunen	2017	IL VINGER

Bearjadaga/Fredag

09:00	Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa
09:30-10:00	Liekkadallan ja oahpásmuvvanstoagus / Oppvarming og bli-kjent-lek.
10:00-10:30	Njoarosteapmi/lassokast
14:30-15:30	Stoagus ja loahpas sáttatčuoigan / Lek, avsluttes med stafett.

Lávvordaga/Lørdag

09:00	Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa
09:30	Oktasaš čuoigangilvu luisten/ Felles skirenn skate
13:30	Njoarostancup/ Lassokastcup
15:00-16:00	Koordinašuvdna ja dássádat. Njoarosteapmi / Koordinasjon og balanse. Lassokast.
19:00	Vuoittut geigejuvvojit GG/Premieutdeling DM

Sotnabeaivi/Søndag

09:00	Guhkibut tuvra/ Langtur

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

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

HÁRJEHEADDJIT/TRENERE: **ALEKSANDER HÆTTA (913 28 638)**

VEAHKKI/ASS.: **JAN ERIK KNUTSEN**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 19 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Searvi/Lag
Jonah Mathis Balto-Eriksen	2016	FS
Elisa Johanne Dalbakk Laukholm	2016	FS
Áigin Partapuoli	2016	DS
Gabriel Kalliainen Solbakk	2016	DS
Máhtte Áilu Oskal Utsi	2016	DS
Vilmer Smuk	2016	DS
Simmon Reidar Knutsen Wigelius	2016	DS
Axel Emil Mienna-Vimme	2016	SALANGEN IF
Maret Laila Gaup	2016	GFS

Bearjadaga/Fredag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30-10:00 Njoarosteapmi/lassokast

10:00-10:30

14:30-15:30

Lávvordaga/Lørdag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30 Oktasaš čuoigangilvu luisten/ Felles skirenn skate

13:30 Njoarostancup/ Lassokastcup

19:00 Vuoittut geigejuvvojit GG/Premieutdeling DM

Sotnabeaivi/Søndag

09:00 Guhkibut tuvra/ Langtur men innlagte aktiviteter underveis

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Joavku 3/Gruppe 3 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2015)

HÁRJEHEADDJIT/TRENERE: **INGJERD VALBEKMO TLF. 95886715**

VEAHKKI/ASS. **JON SIKKU TLF. +46706084177**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 12 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Searvi/lag
Per Andreas Emanuelsen	2015	DS
Máhtte Niillas Utsi	2015	DS
Marenius Laitinen Broch	2015	DS
Lars Mio Hætta	2015	FS
Rebekka Gaup-Eriksen	2015	FS
Anne Kajsa Gunelie Kalstad Bjørgård	2015	GFS
Malina Alina Skum Gaino	2015	GFS
Mathis Heandarat Klemetsen	2015	GFS
Lásse Nihkolas Idivuoma	2015	GFS
Oda Emilie Hætta Wigelius	2015	GFS
Johan Fredric B. Heatta	2015	GFS
Malla Salmi	2015	Anár

Bearjadaga/Fredag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30-10:30 Fridjavuohki (skate), stoahkan, dássádaddan, teknihkka/ Fristil (skate), skilek, balanse, teknikker.

14:30-15:00 Njoarosteapmi/lassokast

15:00-15:30 Viehkan, stoahkan ja sáttahallan/ Løping, lek og stafetter

Lávvordaga/Lørdag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30 Oktasaš čuoigangilvu luisten/ Felles skirenn skate

13:30 Njoarostancup/ Lassokastcup

14:30 Árbevirolaš čuoigan, dássádaddan, čuoigat soppiid haga, stoahkan/ Klassisk, balanseøvelser, gå uten staver, skilek.

19:00 Vuoittut geigejuvvojit GG/Premieutdeling DM

Sotnabeaivi/Søndag

09:00 Guhkibut tuvra ieš vállje čuoiganvuogi/ Langtur selvvalgt stilart

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Joavku 4/Gruppe 4 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter 2014)

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

VEAHKKI/ASS.: **JAN HENRIK ERIKSEN (99030764)**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 10 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Searvi/Lag
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
Lásse Máhtte Gaup Killi	2014	DS
Jovnna Hilje Fjellgren	2014	DS
Noel Alseth Valio	2014	GFS
Jona Valio	2014	GFS

Bearjadaga/Fredag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30-11:00 Oahpásmuvvan hárjehallan ja duhkoraddan/ Luisten – Leaktu teknihkka.
Bli-kjent øvelser og leker. / Skøyting - Fart- teknikk

14:30-15:00 Árbevirolaš vuohki. Leaktu ja teknihkka/ Klasskisk. Fart og teknikk. Balanse.

15:00-15:30 Njoarosteapmi/lassokast

Lávvordaga/Lørdag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30 Oktasaš čuoigangilvu luisten/ Felles skirenn skate

13:30 Njoarostancup/ Lassokastcup

14:30-15:30 Čuoigan árbevirolaš vuohki.
Klassisk.

19:00 Vuoittut geigejuvvojit GG/Premieutdeling DM

Sotnabeaivi/Søndag

09:00 Guhkibu tuvra/ Langtur

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Joavku 5/Gruppe 5 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2013)

HÁRJEHEADDJIT/TRENERE: **ANDREAS VALBEKMO (91107358)**

VEAHKKI/ASS.:

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 12 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Searvi/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
Sadie Ann B. Hætta	2013	GFS
Elle Johanne W. Bjørgård	2013	GFS
Sara Mari-Anne Gaup	2013	GFS
Kjartan Ailu Klemetsen	2013	GFS
Ráste Matell	2013	DS
Mervi Tervaniemi	2013	Anár
Maire Tervaniemi	2013	Anár

Bearjadaga/Fredag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30-10:30 Gulul čuoigan luisten, stoahkan, dássadaddan ja rievttes lihkastagat/ Rolig økt skøyting med skilek, fokus på balanse og gode bevegelser.

10.30-11:00 Njoarosteapmi/lassokast

15:30-16:45 Gulul čuoigan árbevirolaš málle, soppiid haga ja spooiiguin čuoibmut/ Rolig klassisk, gå uten staver, og jobbe med staking.

Lávvordaga/Lørdag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30 Oktasaš čuoigangilvu luisten/ Felles skirenn skate

13:30 Njoarostancup/ Lassokastcup

14:30-15:30 Árbevirolaš čuoigan, sattáhallan, stoahkan ja gulul čuoigan/ Klassisk, stafetter og skilek og rolig gåing.

19:00 Vuoittut geigejuvvojit GG/Premieutdeling DM

Sotnabeaivi/Søndag

09:00 Guhkibu čuoigan, ieš válljet vuogi/ Rolig langtur valgfri stilart.

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Joavku 6/Gruppe 6 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter, 2010-2012)

HÁRJEHEADDJIT/TRENERE**: JOHN BJØRGÅRD**

VEAHKKI/ ASS.TRENER: **JOHANNE IMS (45853796)**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: 10 STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Searvi/Lag
Leona Gundersen Molund	2012	FS
Martin Valbekmo	2012	FS
Idun Forsberg Iverstrand	2012	SAREK IF
Jåvva Mathias Lemet Kalstad-Bjørgård	2011	GFS
Nilas Olsen Fløystad	2011	FS
Kristian Ims	2011	FS
Sanna Olufsen Vesterheim	2011	FS
Ebba-Stina Rimpi	2011	SS
Clava Holmbom	2011	SAREK IF
Leon Alseth Valio	2010	GFS

Bearjadaga/Fredag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30-11:00

14:00-14:30 Njoarosteapmi/lassokast

14:30-15:30

Lávvordaga/Lørdag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30 Oktasaš čuoigangilvu luisten/ Felles skirenn skate

13:30 Njoarostancup/ Lassokastcup

14:30-15:30

19:00 Vuoittut geigejuvvojit GG/Premieutdeling DM

Sotnabeaivi/Søndag

09:00 Langtur

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Joavku 7/Gruppe 7 (nieiddat ja bártnit / gutter og jenter)

HÁRJEHEADDJIT/TRENERE**: KJELL MAGNE IVERSEN**

OASSEVÁLDIT/DELTAKERE: STK

Namma/navn:	Jahki/år:	Searvi/Lag

Bearjadaga/Fredag

09:30-10:30 Teknisktrening/ teknihkalaš hárjehallan

14:30-15:00 Njoarosteapmi/lassokast

15:00-15:30 Teknisktrening/ teknihkalaš hárjehallan

Lávvordaga/Lørdag

09:00 Vuolgga čuoiganláhttui/ Avgang til skiløypa

09:30 Oktasaš čuoigangilvu luisten/ Felles skirenn skate

13:30 Njoarostancup/ Lassokastcup

14:30-15:30 Teknisktrening/ teknihkalaš hárjehallan

19:00 Vuoittut geigejuvvojit GG/Premieutdeling DM

Sotnabeaivi/Søndag

09:00 Lengre sykkeltur med teknikk/ guhkibu sihkkelasttin mas teknihkka deattuhuvvo

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Njoarosteapmi-/lassokast-trening

NJOAROSTAN HÁRJEHEADDJIT/LASSOTRENERE:

AILE H. KUHMUNEN (478 20 319)

INKERI LAITINEN (930 34 470)

Fredag/Bearjadaga	**Joavku/Gruppe**
09:30-10:00	Joavku 2/Gruppe 2
10:00-10:30	Joavku 1/Gruppe 1
10:30-11:00	Joavku 5/Gruppe 5
14:00-14:30	Joavku 6/Gruppe 6
14:30-15:00	Joavku 3+7/Gruppe 3+7
15:00-15:30	Joavku 4/Gruppe 4

Informasjon om snø status og DM under samlinga i Ylläs:

- Det er foreløpig bare snø på en 3 km rundløype oppe på toppen mellom Ylläsjärvi og Äkeslompolo. Her er det ok å gå, men det kan være lurt å spare konkurranse-skiene til man har sett forholdene.
- I og med lite snø blir det veldig utfordrende og vanskelig å arrangere tradisjonell Reingjeterkonkurranse med ski og lasso denne gangen. Det er derfor besluttet at man arrangerer testløp (ordinær langrenns-konkurranse)på lørdag morgen i de løypene som er tilgjengelige. Stilarten blir skøyting. Distanse tilpasses alderstrinn

Lise Marianne Johansen tlf. 412 73 845 **Aile H. Kuhmunen tlf. 478 20 319**

Aktivitetsutvalg SV-N

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Njoarostancup/Lassokastcup

Styret i Sámi valáštallan Norga (SV-N) har besluttet å arrangere en lassokastcup i 2026/2027. Målet er å øke interessen for lassokasting og heve det sportslige nivået. Lassokasting er en viktig idrettsgren som SV-N ønsker å synliggjøre og videreutvikle.

Vi har vurdert flere forslag til gjennomføring og valgt et enkelt og gjennomførbart opplegg med tre konkurranser. Den endelige resultatlisten baseres på deltakernes samlede poengsum fra de tre konkurransene.

Klasseinndeling:

J 9-10 år

G 9-10 år

J 11-12 år

G 11-12 år

J 13-14 år

G 13- 14 år

J 15-16 år

G 15-16 år

K 17/18

M 17/18

K 19/20

M 19/20

Kvinner senior

Menn senior

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

PLASSERING	POENG (for hvert lasso-cup)	1. cup Vintersamlingen 2026	2. cup Internt hos medlemslagene	3.cup SM 2027	Samlede poengsum fra de tre konkurransene
1	6				
2	5				
3	4				
4	3				
5	2				

Lassokast lengde og antall:

Alder	klasse	1.k (max 3)	2.k (max 3)	3.k (max3)			Lengde
9-10	Jenter	4 m	5 m	6 m	-	-	4 – 6 m
9-10	Gutter	4 m	5 m	6 m	-	-	4 – 6 m
		1.k (max 5)	**2.k (max 5)**	**3.k (max5)**	**4.k (max 5)**	**5.k (max 5)**	
11-12	Jenter	4 m	5 m	6 m	7 m	6 m	4 – 7 m
11-12	Gutter	4 m	5 m	6 m	7 m	6 m	4 – 7 m
13-14	Jenter	5 m	6 m	7 m	8 m	7 m	5 – 8 m
13-14	Gutter	5 m	6 m	7 m	8 m	7 m	5– 8 m
15-16	Jenter	7 m	8 m	9 m	10 m	9 m	7 – 10 m
15-16	Gutter	7 m	8 m	9 m	10 m	9 m	7 – 10 m
17-18	Jr. damer	7 m	8 m	9 m	10 m	9 m	7 – 10 m
17-18	Jr. herrer	9 m	10 m	11 m	12 m	11 m	9 – 12 m
19+	Kvinner senior	7 m	8 m	9 m	10 m	9 m	7 – 10 m
19+	Menn senior	10 m	11 m	12 m	13 m	12 m	10 – 13 m

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

KONKURRANSEBESTEMMELSER:

Generelle bestemmelser

1. Lassoen skal holdes i hånden under konkurransen.
2. Deltakerne skal holde seg innenfor sin tildelte kastbane gjennom hele konkurransen.
3. Det er ikke tillatt å tråkke over den oppmerkede distansestreken under kastingen.
4. Et kast er kun gyldig dersom lassoen fester seg rundt det aktuelle hornet. Kastet er ugyldig dersom lassoen samtidig fester seg rundt et annet horn, en kantstolpe eller midtstolpen.
5. Ved tvil om lassoen har festet seg korrekt rundt hornet, skal lassoen strammes slik at den løftes fra bakken. Dette gjøres for å kontrollere om kastet er gyldig.

Konkurransens gjennomføring

6. Konkurransen gjennomføres med fellesstart, der 2–6 deltakere konkurrerer samtidig. Alle deltakerne starter fra samme startstrek.
7. Maks distanse fra startstrek/målstrek til kastebanen er 15 meter.
8. På startsignalet går eller løper deltakerne til den korteste kastdistansen og begynner lassokastingen.
9. Hver deltaker disponerer en kastbane med en bredde på 2 meter. Avstanden mellom ytterste hornspiss og kantstolpene skal være minst 1 meter.
10. Konkurransen gjennomføres med tre eller fem kastdistanser, avhengig av deltakerens aldersklasse. Deltakerne starter på den korteste distansen og fortsetter deretter til neste distanse i fastsatt rekkefølge.
11. På hver distanse har deltakeren maksimalt 3 eller 5 kast, avhengig av hvilken konkurranseklasse deltakeren tilhører. Deltakeren skal forsøke å få lassoen til å feste seg rundt hornet.
12. Når deltakeren har oppnådd ett gyldig kast på en distanse, går eller løper vedkommende videre til neste distanse. Dersom deltakeren ikke oppnår et gyldig kast innen det maksimale antallet forsøk, går vedkommende likevel videre til neste distanse, men får tilleggstid.
13. Etter å ha gjennomført lassokastingen på alle distansene skal deltakeren løpe tilbake til startstreken, som også fungerer som målstrek. Deltakeren må krysse målstreken for å fullføre konkurransen.

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Tidtaking og tilleggstid

14. Konkurransen gjennomføres på tid. Tidtakingen starter ved startsignalet og stoppes i det øyeblikket deltakeren krysser målstreken. Eventuell tilleggstid legges til den registrerte tiden.
15. Dersom en deltaker ikke oppnår et gyldig kast i løpet av de tillatte 3 eller 5 forsøkene på en distanse, ilegges deltakeren ett minutt (60 sekunder) i tilleggstid for den aktuelle distansen.
16. Det kan ilegges maksimalt tre eller fem minutter i tilleggstid, avhengig av antall kastdistanser i den aktuelle konkurranseklassen. Dette tilsvarer ett minutt for hver distanse uten gyldig kast.
17. Deltakerens sammenlagte tid beregnes ved å legge eventuell tilleggstid til den registrerte konkurransetiden.

Resultater og rangering

18. Deltakeren med lavest sammenlagt tid, inkludert eventuell tilleggstid, kåres til vinner.
19. Dersom det er flere enn seks deltakere, kan konkurransen gjennomføres med kvalifisering i to eller flere heat.
20. Deltakerne med best sammenlagt tid fra kvalifiseringsheatene går videre til finalen. Antall finalister fastsettes av arrangøren.
21. Dersom det ikke er mulig å gjennomføre en finale, avgjøres sluttplasseringene ut fra deltakernes sammenlagte tider i kvalifiseringsheatene. Deltakeren med lavest sammenlagt tid vinner konkurransen.

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

ALLE TIDER OPPGITT ER FINSK TID/
BUOT ÁIGGIT LEAT SUOMA ÁIGGIT!

Dette må deltakerne ha med seg

- Treningsklær tilpasset værforholdene (det kan være svært kaldt)
- Ski til både klassisk og fristil
- Skistaver
- Barmarkstaver *(gjelder kun gruppe 4, de som er f. 2014)*
- Skisko
- Joggesko
- Lasso
- Drikkebelte
- Hodelykt *(spesielt viktig for gruppe 5 og 6, de som er f.2013-2010)*
- Vanlige klær
- Nødvendige personlige eiendeler, som medisiner og lignende.

De som er meldt på sykkelgruppen tar med seg sykkel. Det er ikke nødvendig med fulldempet sykkel, men det må være en som kan sykles i terrenget.

- Sykkel
- Hjelm
- Passende varme treningsklær og hansker/votter

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