

HOPPRENN UTEN TRADISJONELL STILBEDØMMING

ENKEL GJENNOMFØRING AV INTERNE RENN

KONKURRANSEREGLER FOR GJENNOMFØRING ETTER

”LENGDEMETODEN”, IKKE STILBEDØMMING UT OVER NEDSLAG.

Hensikt: Et nybegynnerhopp har lite svevdynamikk i seg og blir som regel ”en veldig statisk greie”. Vi ønsker med bedømmingsmetoden å fremme ett ”godt tråkk” og starten på utvikling av god svevdynamikk.

Hopperen skal søke og utfordre bakken fra og med begynnerstadiet. Altså skal hopperen oppnå å ”bestemme over bakken” og ikke omvendt.

Erfaringene viser at de nevnte utfordringene er med på å utvikle hopperne i riktig retning og dempe den for raske bakkeprogresjonen som vi ser blant rekrutteringshopperne.

Denne metoden ble utviklet og tatt i bruk i Ringkollen Hoppanlegg ”Rekruttlia” av A. Wefring fra og med 1993 (omtalt i tidsskriftet Skisport i 1997) og har vært brukt siden i mange år til **interne kveldsrenn og Ringeriksmesterskap** for Ringerike og omegn Hoppteam.

Gjennomføring: Hopperen får målt sin lengde av lengdemåler/speaker. Han dømmer også nedslag, eller forsøk på nedslag og eventuelt fall.

Eksempel: For bakkene K 27m og K40m

Målt lengde 18 m ikke nedslag = resultat 18 m.

” ” 18 m + nedslag = 2 m = resultat 20 m.

” ” 18 m + forsøk nedslag = 1 m = resultat 19 m.

” ” 18 m + nedslag = 2 m og fall = - 2 m = resultat 18 m.

” ” 18 m + forsøk nedslag = 1 m og fall = - 2 m = resultat 17 m.

” ” 18 m ikke nedslag og fall = - 2 m = resultat 16 m.

I bakke K17m kan en bruke intervaller på 1 m og halvmeterere.

(En må differensiere metertillegget i forhold til bakkens størrelse).

Ut fra eksemplet kan det se ut for at mange havner på samme meterantall. Det viser seg i praksis og av erfaring ikke å stemme da vi også får med målte halvmeterere på det opprinnelige hoppet og deltakerantallet i hver klasse ikke er så stort.

Alle lister blyantføres i bakken under rennet. **Speaker dømmer åpent over høytaleren slik at alle kan følge med.** Dette skaper også litt liv i bakken under avvikling av rennet.

Påmelding i bakken en halv time før start.

Resultatliste kan foreligge summert med rangert plassering 10 – 15 minutter etter avsluttet renn.

Bemanningsbehov:

Påmelder (regner også ut resultat).

Speaker (er nedslagsdommer)(kan også i nødsfall være måler)

Resultatskriver (kan være samme person som påmelder)

Målere (X antall)

Standardskjema for gjennomføringen er utarbeidet.