

Oversikt over landslagssamlinger og tester for sesongen 2010/11:

Det er en forutsetning at alle utøverne på landslaget er positive, motiverte og bidrar med sin erfaring innad i laget. Dette tilsier at de skal delta på samlinger, bortsett fra om de har gyldige grunner for fravær. Det skal være sakelige og viktige grunner for å avstå fra en samling. Gyldig fravær er f. eks private gjøremål i forbindelse med skole, utdanning, jobb og familie. Videre gjelder skader og sykdom på utøvere, samt sykdom på hund som gjør at den kan smitte andre hunder.

Fraværet bør være på et minimum og fravær i forbindelse med f. eks skole/utdanning skal planlegges i lag med landslagstrener.

Fravær fra samlinger skal meldes TKN i god tid i forkant av hver samling.

Samlinger:

- **Uke 19** 12.mai – Oppstartsmøte, Ullevål
- **Uke 23** 12.-13.juni – Toppidrettssenteret, Sognsvann
- **Uke 33** 21. eller 22.august – Asker/Bærum
- **Uke 37** 16.-19.september – Spidsbergseter, Venabygdsfjellet
- **Uke 41** 16.-17.oktober – Toppidrettssenteret, Sognsvann
- **Uke 45** 10.-14.november – Austlid Fjellstue
- **Uke 49** 8.-12.desember – Austlid Fjellstue

Følgende tester for utøverne er planlagt:

Det vil bli gjennomført 3 tester på Toppidrettssenteret

- Uke 23, 12.juni O₂ test
- Uke 37 laktat- og O₂ test
- Uke 47-48 O₂ test

Det vil bli rulleskitester ved Vestmarksetra. Disse er åpne for at også andre kan delta.

- Uke 33
- Uke 39
- Uke 43

Det kan bli noen justeringer på datoer, men det kommer vi evt. tilbake til.