



**NM/LM I KUNSTLØP**  
**ASKERHALLEN**  
**16. – 18. JANUAR 2015**

INNGANG: VOKSEN 140,- FOR HELE STEVNET, VOKSEN 70,- PR. DAG

Arrangør: Norges Skøyteforbund og Asker kunstløpklubb

# VELKOMMEN TIL ASKER OG TIL NM/LM I KUNSTLØP!

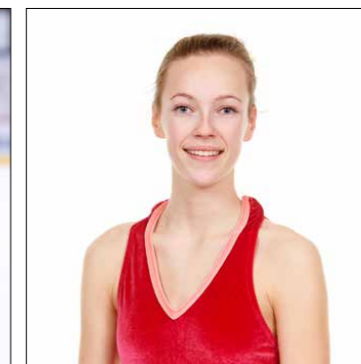
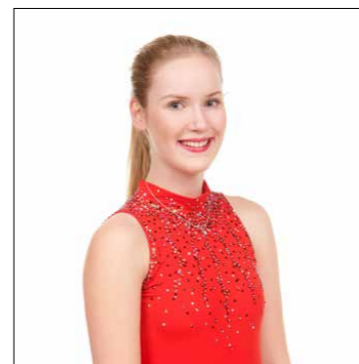
Dere besøker ei bygd som har et veldig aktivt idrettsmiljø, og vi er heldige som har klubber som tilfører mye til fellesskapet. Asker kunstløpklubb bidrar til at store og små får utfolde seg på isen, og opplever idrettsglede og mestring. Her er både lek og alvor, og gjennom klubben skapes fellesskap, tilhørighet og folkehelse. Jeg setter stor pris på alt det positive som Asker kunstløpklubb tilfører Asker-samfunnet.

Gjennom alle år har Asker kunstløpklubb fostret store talent, sågar en OL-deltaker i siste OL. Jeg er både imponert over og stolt av Anne Line Gjersem som var den første norske kunstløper i OL på 50 år.

Jeg er også svært takknemlige for at kunstløpklubben tar på seg et så stort mesterskap, jeg vet at det krever mye organisering og stor frivillig innsats. Et sånt mesterskap bidrar også til å sette Asker på kartet.

Jeg ønsker dere alle lykke til med mesterskapet – både utøvere, tilskuere, og dere som er involvert i den praktiske avviklingen av mesterskapet.

Vennlig hilsen  
Lene W. Conradi  
ordfører i Asker



## AKKs STOLTE DELTAGERE



# KLUBBEN ØNSKER VELKOMMEN

På vegne av Asker kunstløpklubb ønsker jeg alle hjertelig velkommen til Askerhallen og NM/LM 2015. Vi har gledet oss til dette mesterskapet i lang tid. Nå er ventetiden over, og vi ser frem til et mesterskap med stor sportsglede og flotte prestasjoner.

Kunstløp er inne i en storhetstid med flotte resultater på høyt nivå kombinert med god rekruttering. For under ett år siden hadde Norge den første kunstløperen i OL på 50 år, og forrige helg var det på stevnet i Sarpborg påmeldt over 70 utøvere i cubs-klassen. Begge deler er eksempler på den fantastiske utviklingen kunstløpsporten har i Norge, og det gleder alle oss som er litt mer enn gjennomsnittlig interessert i kunstløp.

Det er et ærefullt oppdrag å få lov til å arrangere NM/LM på vegne av Norges skøyteforbund, og vi er stolte av å kunne invitere landets beste kunstløpere til vår hjemmebane. Utøvernes og de tilreisendes trivsel er viktig for oss. Vi håper at alle finner seg godt til rette og at vi sammen får oppleve et mesterskap vi vil tenke tilbake på med glede.

**Lykke til alle sammen!**

Vennlig hilsen  
Jan Milton Berge, styreleder  
Asker kunstløpklubb



# NORGE ER MED!

Det er lett å glemme at kunstløp er verdens største vinteridrett. Her hjemme er vi normalt mer opptatt av resultatene vi oppnår i langrenn og andre skjøvelser. Det er selvsagt gøy å få både fire- og femdobbel seier i langrenn. Men da er det også nødvendig å tenke at skjøvelsene fortrinnsvis er utbredt i Europa og i enkelte deler av Canada og USA. Kunstløp er utbredt over hele verden, på alle kontinenter. Gigantnasjoner som Kina, Russland, Japan og USA har til sammen nesten 2 milliarder innbyggere, og de satser enormt. Derfor skal det svært mye til for å være i den øverste divisjonen, f.eks. ved å delta i OL og VM. Det er da også svært lenge siden Norge har vært der. Men nå er vi det. Norsk kunstløp er inne i en svært spennende fase, med enkeltutøvere i ypperste klasse, og mange yngre løpere som virkelig satser seriøst.

Lands- og Norgesmesterskapene er viktige milepæler i sesongen. Da gjør vi opp en nasjonal status både for våre beste utøvere, og for yngre løpere, som kanskje står på spranget til noe stort. Derfor er det med stor oppmerksomhet vi ser fram til disse begivenhetene. Våre egne mesterskap er også plattformen til internasjonale stevner. I år arrangerer vi Nordisk mesterskap i Stavanger i midten av februar. Det er en svært viktig konkurranse for oss. Og så er det videre både EM om et par uker i Stockholm og VM i Shanghai i mars.

Kunstløp er vakkert og elegant, det kan alle se. Men det er få som tenker på hvor krevende det er fysisk. Det trengs enormt med styrke, spenst, smidighet, kondisjon og det som ellers er nødvendig i de fleste andre idretter. Men når kunstløperne har trent på det, er de bare halvveis. Da gjenstår minst like mye anstrengelser for at det skal bli vakkert, spektakulært og estetisk fullkomment. Det kreves ikke av langrennsløperne opp monsterbakken i Tour de Ski. Det er derfor viktig å være seg bevisst på de enorme kravene som dermed stille til kunstløpere, og det er viktig å fortelle det til andre.

Lykke til med mesterskapet, både til dere som skal arrangere, og dere som skal delta.

Rune Gerhardsen  
President i Norges Skøyteforbund

# TIDLIGERER NM VINNERE

## KVINNER

2014:	Camilla Gjersem	AKK
2013:	Camilla Gjersem	AKK
2012:	Camilla Gjersem	AKK
2011:	Anne Line Gjersem	AKK
2010:	Erle Harstad	AKK
2009:	Erle Harstad	AKK
2008:	Erle Harstad	AKK
2007:	Ikke arrangert, manglende deltagere	
2006:	Madeleine Daleng	OI
2005:	Madeleine Daleng	OI
2004:	Madeleine Daleng	OI
2003:	Madeleine Daleng	OI
2002:	Ikke arrangert, manglende deltagere	
2001:	Kaja Hanevold	AKK
2000:	Linn Rønning	AKK

## MENN

2014:	Sondre Oddvoll Bøe
2007:	Michael Chrolenko
2006:	Michael Chrolenko

# MinSkøyte.no

Salg av Jackson og Edea skøyter og  
Ultima jern. Kvalitetsskøyter og -jern  
tilpasset alle nivåer.



Besøk oss på: [minskoyte.no](http://minskoyte.no) • Send oss en email eller  
sms på: [yvonne@minskoyte.no](mailto:yvonne@minskoyte.no) • telefon: 41 90 64 64

# HILDRUP

Espen Hildrup  
fotograf coach fysioterapeut

[hildrup.com](http://hildrup.com)

# DELTAGERNE I NM/LM 2015

## NM- 2015:

### JUNIOR KVINNER

Jemima Rasmuss	AKK
Nora Eggen Bacher	AKK
Thea Karlstad	BKK
Ellen Yu	OI
Juni Marie Benjaminsen	OSK
Madeleine Lidholm	
Torgersen	OSK
Cindy Yu Xia	OSK
Andrea A. Lae	OSK
Pernille Moen	OSK
Sunniva Hansen	OSK
Sara Størksen Grøvan	OSK
Malin Elisabeth Normann	SSK
Ingeborg Børve Angelskår	SKK
Marie Haas	SKK
Marianne Bjørseth Stålen	TSK
Thea Holmsen	TT

### SENIOR KVINNER

Camilla Gjersem	AKK
Anne Line Gjersem	AKK
Camilla Schjøtt Hannevig	BKK
Heidi Lillesæter	SIL
Anine Rabe	TSK
Ingrid Katrina Bakke	TSK
Karoline Rånes	TSK
Ragnhild Eggan	TSK

### JUNIOR MENN

Sindre Sand Engebretsen	BSK
-------------------------	-----

## LM-2015:

### NOVICE JENTER

Elisabeth Lieungh	AKK
Silja Anna Skulstad Urang	BKK
Kamilla Haga Solem	BSK
Vanessa Gjerde	LIL
Ida Berthelsen	OI
Nina Joakimsen	OI
Mathilde Austdahl Sandøy	OI
Madeleine Eriksen	OSK
Sara Østenheden	OSK
Victoria Grandahl	SSK
Hanne Landro	SKK
Marianne Dretvik	SKK
Maria Bjørkli	SKK
Nora Salvesen	SKK
Elisabeth Solberg	TSK
Camilla Føske Danielsen	TT
Kristine Suk Kwan Cheng	TT
Kristine Stava	BSK
Reserve: Marta Anderlik	BKK

### NOVICE GUTTER

William Moriggi	AKK
Liam Saunders Solbjerg	SSK

### DEBS JENTER

Frida Turiddottir Berge	AKK
Ragnhild Winther	AKK

Lisa Sagen	AKK
Ingrid Louise Vestre	BKK
Malene Johansen Trengereid	BKK
Ann-Charlott Odgaard	
Dimcevska	BKK
Klara Arima Blitzner	BKK
Amine Storrød	FKK
Ingrid Lofthus Morken	OI
Karin Emilie Pettersen	OI
Kari Sofie Slørdahl Tellefsen	OSK
Martine Sandberg	OSK
Christina B. Paus	OSK
Lisa Dybsjord	OSK
Juliane Åsberg	SSK
Liv Nora Larsen	SKK
Amalie Finnestad	SKK
Jenny Persen Gjervan	TSK
Jenitha Sittampalam	TT
Reserve: Dina Vasbotten	OSK

### BASIC JENTER

Karoline Høisæther	AKK
Andrea Nilsen	BKK
Line Omli-Moe	BSK
Hedvig Gustavsen	OI
Ella Sofia Roll-Lund	OSK
Stine Bjørseth Stålen	TSK
Reserve:	
Ingunn Liurong Jonson	OI
Malin Jellestad Jakobsen	BKK
Ane Katrin Ervik	TSK

RØD: LØPERE & TRENERE OPPVARMINGSOMRÅDE

RØD: LØPERE & TRENERE OPPVARMINGSOMRÅDE

Medisinsk hjelp  
og behandling  
NaprpatGruppen



INNGANG UNDER/BAK TRIBUNEN

DOMMERPANEL

PRESSE

TV

ISBIL INN  
OG UT!



NM/LM I KUNSTLØP  
ASKERHALLEN  
16. - 18. JANUAR 2015

LØPERE UT TIL  
GARDEROBER...

TOALETT  
TOALETT

TV

CHILDRENS-  
CORNER

TV

NM-CAFÉ

KISS  
& CRY

LØPERE  
INN

LØPERE  
UT

TV

TV

KIOSK

TRIBUNER

LYSEBLÅ: PUBLIKUMSOMRÅDE



HOVEDINNGANG

VI FØRER KUNSTLØPKLÆR  
OG TILBEHØR TIL TRENING  
OG KONKURRANSE

Besøk oss på vår hjemmeside: [www.jennings.no](http://www.jennings.no)  
Instagram: [jenningsfsa](https://www.instagram.com/jenningsfsa)  facebook: Jennings FSA

**JENNINGS FSA**  
Figure Skating Accessories

LUNCHCAFÉ MED EKTE  
HJEMMELAGET MAT OG  
HYGGELIG ATMOSFÆRE.

CAFÉ  
*overens*

Åpent 7 dager i uken : kl. 10 - 19 man-lør og kl. 12 - 19 på søndager.  
Du finner oss i Strøket 8, 1383 Asker • telefon: 91 35 08 89  
mail: [post@overens.no](mailto:post@overens.no) • [www.facebook.com/overens](http://www.facebook.com/overens)  
Instagram: [@overenscafe](https://www.instagram.com/overenscafe)



## Velkommen til AmoRosa

AmoRosa tilbyr eksklusive roser direkte-importert fra Ecuador, franske makroner og håndlaget konfekt fra Norge. Både rosene og konfekten er økologiske.

### Åpningstider:

Mandag - fredag 10-18 (lørdag 10-16)



tlf. 400 72 730 • mobil: 400 72 730  
[www.facebook.com/AmoRosaBlomster](http://www.facebook.com/AmoRosaBlomster)

# PANELENE I NM/LM 2015

## DEBS JENTER + BASIC

TC: Mona Adolfsen, NSF  
TS: Line Kaldestad, NSF  
Ass. TS: Kaja Hanevold, NSF  
Referee  
+ judge: Hege Røsto Jensen, NSF  
Judge: Marit Kvindesland, NSF  
Judge: Espen Røtterud Runås, NSF  
Judge: Hege Mossige, NSF  
Data operator: David Rasmuss, NSF  
Video operator: Marthe Sjaastad, NSF

## NOVICE JENTER

TC: Mona Adolfsen, NSF  
TS: Kaja Hanevold, NSF  
Ass. TS: Line Kaldestad, NSF  
Referee: Hege Røsto Jensen, NSF  
Judge: Marit Kvindesland, NSF  
Judge: Marja Salonen, NSF  
Judge: Cathrine Wessel, NSF  
Judge: Espen Røtterud Runås, NSF  
Data operator: David Rasmuss, NSF  
Video operator: Marthe Sjaastad, NSF

## JUNIOR KVINNER

TC: Lise Røsto Jensen, NSF  
TS: Ruth Charlotte Wessel Ludeña, NSF  
Ass. TS: Line Kaldestad, NSF  
Referee: Åsa Nordback, SVE  
Judge: Cathrine Wessel, NSF  
Judge: Marja Salonen, NSF  
Judge: Espen Røtterud Runås, NSF  
Judge: Hege Mossige, NSF  
Data operator: David Rasmuss, NSF  
Video operator: Marthe Sjaastad, NSF

## SENIOR MENN + KVINNER

TC: Lise Røsto Jensen, NSF  
TS: Ruth Charlotte Wessel Ludeña, NSF  
Ass. TS: Kaja Hanevold, NSF  
Referee: Åsa Nordback, SVE  
Judge: Cathrine Wessel, NSF  
Judge: Marja Salonen, NSF  
Judge: Marit Kvindesland, NSF  
Judge: Hege Mossige, NSF  
Data operator: David Rasmuss, NSF  
Video operator: Marthe Sjaastad, NSF

## TIDSPLAN NM/LM 2015

### FREDAG 16. JANUAR - ÅPNING OG KONKURRANSE

NÅR	HVEM	HVA	HVOR
1515-1540	Offisiell åpning		Askerhallen
1540-1555		VANNING	
1600-1800	Debs jenter	Kortprogram	Askerhallen

### LØRDAG 17. JANUAR - KONKURRANSE

NÅR	HVEM	HVA	HVOR
0900- 1015	Novice jenter	kortprogram	Askerhallen
1015-1025		VANNING	Askerhallen
1025-1113	Novice jenter	kortprogram	Askerhallen
1120-1135	Novice gutter	kortprogram	Askerhallen
1135-1235	Basic	friløp	Askerhallen
1235-1250		VANNING	Askerhallen
1300-1420	Junior menn Junior kvinner	kortprogram	Askerhallen
1420-1435		VANNING	Askerhallen
1435-1515	Junior kvinner	kortprogram	Askerhallen
1515-1545	Senior kvinner	kortprogram	Askerhallen
1545-1625	Senior kvinner		
1625-1640		VANNING	Askerhallen
1700-1910	Debs	friløp	Askerhallen

### SØNDAG 18. JANUAR - KONKURRANSE

NÅR	HVEM	HVA	HVOR
0900-1025	Novice jenter (6+6)	Friløp	Askerhallen
1025-1040		VANNING	Askerhallen
1040-1125	Novice jenter (6)	Friløp	Askerhallen
1125-1145	Novice gutter (2)	Friløp	Askerhallen
1145-1155		VANNING	Askerhallen
1200-1320	Junior menn (1) Junior kvinner (5+6)	Friløp	Askerhallen
1320-1335		VANNING	Askerhallen
1335-1415	Junior kvinner (6)	Friløp	Askerhallen
1415-1430		VANNING	Askerhallen
1430-1545	Senior kvinner (4+4)	Friløp	Askerhallen
1600-1645	Alle medaljevinnere	Medaljeseremoni	Askerhallen

## KONTAKTPERSONER UNDER NM/LM 2015

Arrangements-  
ansvarlig  
Tone Madsen  
mobil: 93260121

Transportansvarlig  
Hans Petter Bacher  
mobil:41544076

Teknisk delegert NSF  
Kari-Anne Olsen  
mobil: 99329275

Lege:  
Mobil: 90680194

Arrangement/  
dommere:  
Yvonne Olstad  
mobil: 41906464

Styreleder/teknisk  
ansvar arena:  
Jan Milton Berge  
mobil: 91320511

Mediakontakt:  
Cecilie Løken  
mobil: 911 44 750

Nødetat legevakt  
06780



## SPORTY OG LITT ANNERLEDES VINTERFERIE? AKTIVITETLEIR FOR BARN 14.-21. FEBRUAR I VARME OG SOLFYLDTE AGADIR, MAROKKO!

VINTERLEIR I EN UKE KOSTER  
KR. 8.500,- OG INKLUDERER:

- Fullpensjon for barn i flotte hotell/leiligheter (for voksne gjelder prisen halvpensjon).
- Fly og transfer
- Daglige aktiviteter med trening og surfing
- Zoo-besøk
- Diskokveld
- Venne- eller familierabatt
- Du kan reise med eller uten foreldre. Vi har flere voksne med på turen - som sikrer en trygg ferie

SURF & MORO - AKTIVITETER  
SOM GIR MESTRING:

Vi skal ha surfetrening alle dager: Alt av utstyr får vi på hotellet, men husk solkrem! Surfetimen ledes av profesjonelle og fantastiske surfeinstruktører.

- Vi blir bedre i friidrett: Hoppetau, sprint i mellom-distans, stafett og kast.
- Vi skal spise sunt å lære og ta vare på hverandre.



FitnessDesigne®

Send din påmelding snarest til: [fitnessdesigne@outlook.com](mailto:fitnessdesigne@outlook.com), tel.: 482 02 610

[Facebook.com/fitnessdesigne](https://www.facebook.com/fitnessdesigne) - <http://fitnessdesigne.tumblr.com/>

# AKIMIO

FYSIOTERAPI ▷ KIROPRAKTIKK ▷ MASSASJE

## THOMMESSEN

# LYKKE BINGO

Lykkebingo.no

# tripletext

# Scandic

Offisielt stevnehotell for NM/LM i Kunstløp 2015

# AS PALS

# KIWI mini pris

Kjøp kjapt, trygt og billig

EN STOR TAKK TIL KIWI FUSDAL  
FOR ALL STØTTE TIL NM/LM  
I KUNSTLØP 2015!



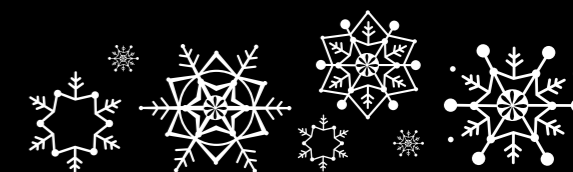
# ESCAPE TRAVEL

Escape skreddersyr spesialreiser innenfor elvecruise, cruise, rundreiser, sportsreiser, kor- og korpsreiser, singelreiser, studiereiser for utdanningssektoren, landbruksreiser og skreddersyr drømmeferien for deg som vil noe utenom det vanlige

[www.escape.no](http://www.escape.no)

# CopyCat

En stor takk til CopyCat for hjelp til profesjonell utkjøring av plakater, flyers og program. Vi setter stor pris på støtten NM/LM 2015.



# Muskel-og leddbehandling Kompetanse på idrettsskader

## Vi behandler følgende:

- Muskelplager
- Kneplager
- Ankelplager
- Strekk-skader
- Stiv nakke
- Stiv rygg
- Bekkensmerter
- Hofteplager
- Skulderplager
- Musarm
- Isjias
- Hodepine m.m

## FYSIOTERAPI – NAPRAPATI – SÅLETILPASNING



[www.sportsklinikk.no](http://www.sportsklinikk.no)



NAPRAPAT  
GRUPPEN

[www.naprapatgruppen.no](http://www.naprapatgruppen.no)



**Avd Asker**  
Tlf: 66 90 11 56  
Kirkeveien 221 B

**Avd Fornebu**  
Tlf: 67 11 00 88  
Rolfsbuktveien 17