|  |  |
| --- | --- |
|  | ÅRSMØTE RINGERIKE O-LAG  **ONSDAG 21. JANUAR 2015, KL 19.00**  **Herredshuset Hole, Vik** |

Forslag til saksliste:

1. Åpning

Godkjenning av innkalling

Godkjenning av stemmeberettiga

Godkjenning av saksliste

Valg av referent, og 2 til å undertegne protokollen

Valg av møteleder

2. Årsmelding 2014, vedlagt s 2

Vedlegg: Resultatoversikt s 16, Verv og representasjon s 17, Draktbeholdning s 17, Materielloversikt s 18, Kartbeholdning s 19, Måldokument 2011 -2015, s 20

3. Regnskap 2014, eget dokument

Revisors rapport legges fram på årsmøtet

4. Forslag til årsplan 2015, vedlagt s 10

5. Budsjett 2015, eget dokument

fastsetting av medlemskontingent, forslag vedlagt s 15

6. Organisasjonsplan, vedlagt s 15

7. Innkomne forslag. Ingen saker meldt

8. Valg, valgkomiteens innstilling, ettersendes eller legges fram på årsmøtet

for

Ringerike o-lag

Morten Dåsnes

Leder

**Organisasjonsstruktur og tillitsvalgte 2014**

**ARRANGEMENT: Kari Strande** (Leder/EKT)  
Stig Melling (EKT)  
Frode Løset (VDG)  
Lars Fjellstad (Lager)  
Jon Daniel Roum (Materiell)  
Knut Aas (Draktsalg)

**KART:**  
**Ivar Lindseth**Helge Graffer  
Helge Revhaug (Kartsalg)

**TUR-O:   
Magne Kvamme**  
Ragnhild Hultgreen  
Anne Kristin Kvamme  
Monica Berglund  
Lars Berglund

**INFORMASJON:  
Ida Rongved**Knut Helland (web)  
Håvard Bakke (Trollpost)  
Anders Løset (Trollpost)  
Karl August Klevjer (Trollpost)  
Sander Arnevik (Trollpost)

**VALGKOMITE:**Monica Berglund  
Ragnhild Hultgreen

**REKRUTTERING OG TRENING:**  
**Frode Løset**   
Kristian Kihle (Rekrutt)  
Lars Inge Arnevik (Ungdom/Junior)  
Live Ytrehus (UK)  
Torunn Økern Jensen  
Eirin Mathiesen (Skole)  
Carl August Klevjer (Ungdom)  
Ida Rongved (Ungdom)  
Eli Strande (Statistikk)

**AU**LEDER: **Morten Dåsnes**  
NESTLEDER/SEKRETÆR: **Inger Kammerud**   
KASSERER: **Mette Heimstad**

**UNGDOM:**Carl August Klevjer   
Ida Rongved

**HEDERSTEGN:**Frode Løset (leder)  
Nils Korgerud  
Ragnhild Hultgren

**STYRET  
AU, Utvalgsledere, Ungdomsrep.(2)**

**REVISORER:** Marit Tronrud  
Trine Opseth

**ÅRSMØTET**

**DUGNAD:**Ikke valgt leder  
Knut Aas (Ringeriksmaraton)  
Lars Berglund (Ringeriksmaraton)  
Leif Roger Hultgreen (Ribbemarsjen)  
Flemming W. Jensen (Eggemomila)  
Anders Brattli (Grenaderen)

**STYRETS ÅRSMELDING**

Styret vil trekke fram det omfattende rekrutteringsarbeidet som det viktigste og mest positive i Ringerike o-lag i 2014. Det har vært egne rekrutteringsgrupper på Tyristrand og i Hole, sommer-o-skole er gjennomført, og vi har bidratt med o-aktivitet for speidere i Hole og Ringerike, for barneidretten på Stranden, arrangert Finn fram dag og hatt orientering på Turistforeningens ”kom deg ut dag”.

ROL har fått hele 25 nye medlemmer i 2014. Samtidig er det medlemmer som slutter eller flytter, og vi er fortsatt inne i et «generasjonsskifte» der juniorgruppa dels flytter/skifter klubb og dels reduserer aktivitetsnivået. Medlemstallet viser dermed en beskjeden økning fra 168 til 171, mens løpsdeltakelsen øker kraftigere fra 1.348 i 2013 til 1.480 i 2014.

Når det gjelder sportslige resultater, er det grunn til å framheve at Oskar Arnevik løp inn til en meget sterk 6. plass på langdistanse i Hovedløpet i klasse H14. Vi gleder oss også over KM gull til Oskar Arnevik i H 13-14, bronse til Rikard Kammerud i H 15-16, og sølv til de to samme på stafetten. Kari Strande og Helge Revhaug blei også kretsmestere langdistanse. Kari Strande tok gull på sprint og sølv på langdistanse i World Master. Vi har stor bredde blant gutteløpere og veteraner med mange som hevder seg godt.

Innsatspokalene er tildelt Rikard Kammerud (H-16) og Tuva Aas Stræte (D-16) for stor treningsinnsats og gode resultater spesielt i Blodslitet. For D/H 17- gikk innsatspokalen til Anne Guro Nøkleby og Stig Melling for rekrutteringsarbeidet i Hole.

Mosjonstilbudet i regi av ROL er i utvikling. I tillegg til tradisjonell tur-orientering, som i år viser en gledelig økning, deltar vi i Ti på topp og har i sommer prøvd ut ”grønne turer” i Hole. Våre inntektsbringende dugnader bidrar også til stor idretts- og mosjonsaktivitet; Grenaderløpet, Ringeriksmaraton, Eggemomila og Ribbemarsjen. Takket være stor innsats fra medlemmene er alle dugnadene godt gjennomført.

Vi har i år gitt ut nærkartet Vik som har vært viktig for rekrutteringsarbeid og andre tiltak i Hole. Eggemokartet, utgitt i 2013, fikk orienteringsforbundets pris som ”årets o-kart”. Arbeidet med skolekart er videreført med synfaring av kart til Kirkeskolen og Jevnaker skole, samt nærkart på Tyristrand. Ringerike 2-dagers blei godt gjennomført på oppdatert kart Ringkollen. Knut E Helland og Kari Strande var løpsledere, mens juniorene Ida Rongved og Lars Grønlund var løypeleggere. Innsatsen til løypeleggerne imponerte ut over egne rekker og de fikk Ringerike Blads rose for innsatsen. Sju karuselløp, Tyrinatta og klubbmesterskap er også vel gjennomført – vi har mange dyktige løypeleggere og arrangører.

Nettsida – supplert med oppslag på facebook – er viktigste informasjonskanal for ROL. Det har også vært en rekke fine oppslag i Ringerikes Blad om aktiviteten vår.

Det er omfattende utbyggingsplaner for en rekke av de områdene som ROL i dag bruker til orienteringsaktivitet. I et 50 års perspektiv ser det ut til at Ringerike ikke vil ha igjen noen av de store furumoene til idretts- og friluftsaktivitet. ROL har i høringsuttalelser synliggjort konsekvensene for idrett, friluftsliv og folkehelse av utbyggingsplanene, og etterlyst en samla vurdering fra Ringerike kommune av hvilke områder en vil ta vare på. Nå ser det ut til at så godt som alle nærfrilufsområder bygges ut bit for bit uten helhetlig vurdering. ROL har i 2014 særlig engasjert seg i utbyggingsplanene for Hovsmarka med Børdalsmoen.

ROL har solid økonomi. Årets driftsregnskap vise et overskudd på kr 117.821,10, mens budsjettet var omtrent i balanse. Inntektene er som budsjettert, mens det på en rekke felt er dels innsparinger og dels noe redusert aktivitet i forhold til planene. Kartregnskapet viser et overskudd på kr 14.814 som budsjettert. Dette gjør at ROL har et kartfond på kr 397.110 og annen egenkapital på kr 401.940. Det gir godt økonomisk grunnlag for videre drift og utvikling av ROL.

ROL samarbeider godt med Fossekallen og Viul OK. Kontakten med o-kretsen og o-forbundet er god, og vi mottar betydelig støtte til aktivitetstiltak. ROL har hatt et stort engasjement i o-kretsen gjennom kretsleder Knut E Helland, Anne Guro Nøkleby som styremedlem med O-Troll ansvar, Lars-Inge Arnevik som medlem av treningsrådet og Line Skjevik Arnevik som medlem av valgkomiteen. Kontakten med Hole og Ringerike kommuner er videreført og vi mottar verdifull støtte fra disse. Samarbeidet med Ringerikes Blad og Sparebank 1 Hadeland-Ringerike er videreført og betyr mye for lagets virksomhet. Avtale er også inngått med Ringerikskraft.

Arbeidsplan for 2014 er i hovedsak gjennomført. For nærmere detaljer vises til rapport fra de ulike utvalgene.

Ringerike o-lag har en rekke dyktige ressurspersoner, god rekruttering, oppdaterte kart over flotte terrengområder og solid økonomi. Styret mener vilkårene for fortsatt drift og utvikling av Ringerike o-lag er gode.

Ringerike o-lag

Morten Dåsnes Inger Kammerud Mette Heimstad

Leder nestleder og sekretær Kasserer

Frode Løset Kari Strande Ivar Lindseth

Rekruttering og trening Arrangement Kart

Magne Kvamme Ida Rongved Carl August Klevjer

Tur-orientering Informasjon og ungdom Ungdom

**Årsrapporter fra utvalgene**

**REKRUTTERINGS- og TRENINGSUTVALGET**

Utvalget har bestått av Frode Løset(leder), Kristian Kihle, Lars Inge Arnevik. Torunn Økern Jensen, Live Ytrehus (UK), Carl-August Klevjer og Ida Rongved (ungdom), Eli Strande (statistikk)

Rekruttering:

O-laget har fortsatt med tidligere satsing på rekruttering med en egen gruppe på Tyristrand i 2014.

Nytt av året har vært en omfattende satsing på å skape et eget opplegg for rekrutter i Hole med en trening i uka i perioden april-juni og i august. Det har også vært tilbud for rekrutter på treningene fra Ullerål i vinterhalvåret og på o-tekniske treninger på tirsdager i sommerhalvåret. Satsingen har gitt resultater med flere deltagere fra Hole som har deltatt på terminfesta løp og noen fra Tyristrand. 2015-sesongen vil gi bedre svar på hvor mange av deltagerne som fortsetter med o-sporten.

Trening:

Det er flere lovende ungdommer som har levert bra i enkeltløp og i enkelte stafetter. Det er god bredde blant gutteløpere, men få jenteløpere. Den eldste delen av ungdomsgruppa (eldre junior) har deltatt lite og aktiviteten bærer preg av at manglende satsing og flytting fra distriktet har redusert oppmøtet på treninger og konkurranser i denne aldersgruppen. Manglende interesse/satsing blant juniorer førte til at vi ikke stilte lag i årets junior NM i stafett. Vi har fortsatt nesten ingen løpere mellom 20-40 år. Vi har stor bredde i klassene over 40 år der vi gjør det bra både individuelt og i stafetter, men vi trenger påfyll av løpere og aktive medlemmer i yngre årsklasser både for å høyne nivået og få til bedre treningsmiljøer.

Det er viktig å satse videre på de ungdommene vi har, samtidig som det må jobbes hardt for å kapre nye medlemmer både blant familier og blant yngre løpere samt å ansvarliggjøre foreldregruppen som har barn/ungdommer som deltar. Vi har ikke oppnådd målene hverken om en god økning i antall starter og i liten grad oppnådd målene når det gjelder prestasjoner i yngre klasser eller i stafetter. Et gledelig unntak her var innsatsen i KM på Bø der vi fikk medaljer både individuelt og i stafett. Tio-mila var også svært gledelig, selv om vi her ble disket pga. manglende antall jenteløpere på laget.

*Aktivitetsmål:*

* Gjennomføre ukentlig trening gjennom hele året med tirsdag som fast hovedtrening. I tillegg supplere med intervalltrening og andre tilbud avhengig av sesong. *Oppnådd gjennom vintertrening på Ullerål, o-teknisk treninger på tirsdager og intervalltrening på torsdager.*
* Arrangere Tour de ROL i vintersesongen. *Oppnådd*.
* Arrangere løpetreninger tilpasset voksne for å opprettholde tilknytning til o-miljøet også for voksne som ønsker å trene/løpe. *Delvis oppnådd.*
* Utpeke person(er) med spesielt ansvar for å lage aktiviteter/deltakelse i løp osv for voksne. *Ikke oppnådd.*
* Dele treningsgruppa i rekrutteringsgruppe og ungdomsgruppe   
  (13 - ). *Dette har ikke vært ønskelig fra utvalgets side.*
* Arrangere O-troll leir for Buskerud O-krets. *Gjennomført i Hole med stor deltagelse.*
* Arrangere sommer O-skole som aktivitetstilbud i skolen sommerferie. *Oppnådd.*
* Arrangere skolesprint på minst tre skoler. *Ikke oppnådd. Kun arrangert på Vang.*
* Opprettholde opplegg med egen treningsdag på Tyristrand en gang pr uke etter påske. *Oppnådd. Vekslende oppmøte og liten deltagelse på løp*.
* Opprette egen treningsgruppe på Vik som avsluttes med O-troll leir. *Oppnådd.*
* Gjennomføre aktiv rekruttering i ski-miljøet på slutten av skisesongen. *Gjennomført i Hole.*
* Arrangere Finn Fram dag. *Oppnådd.*
* Arrangere Løvlia tur i slutten av januar. *Oppnådd.*
* Pizza kveld for alle i treningsgruppa siste tirsdag før vinterferien. *Oppnådd. Gjennomført tre pizzakvelder for denne gruppa gjennom året.*
* Felles tur til Nord Jysk 2-dagers før påske. *Oppnådd. Ca. 20 deltagere.*
* Norwegian Spring i april. *Oppnådd. Ca. 50 overnattet.*
* Tiomila i mai. *Delvis oppnådd. Kun en jente, slik at begge ungdomslag måtte diskes. Herrelag fullførte. Likevel flott innsats av alle deltagerne.*
* Arrangere familiedag med uhøytidelig ”løp” på høsten. *Ikke oppnådd*.
* Delta med både dame og herrelag i Night Hawk. *Delvis oppnådd , ett lag*
* Gi tilbud om treningssamling i høstferien (Sardinia). Støtte fra klubben graderes etter oppmøte og innsats på dugnader. Sette av penger til 10 personer 50% dekning. *Ikke oppnådd.*

*Øvrige målsetninger:*

* 150 løpere i 2014. *Ikke oppnådd.*
* 3 på premieplass i Hovedløpet. *Ikke oppnådd. En premieplass (nr.6 Oskar Arnevik).*
* 2 lag i junior-NM (gutt og jente). *Ikke oppnådd. Ingen lag.*
* En premieplass i junior-NM. *Ikke oppnådd.*
* Minst 50 deltakere på klubbmesterskap. *Ikke oppnådd. 32 deltagere.*
* 50 deltakere i KM. *Ikke oppnådd. 32 deltagere.*

**ARRANGEMENTSUTVALGET**

Utvalget har bestått av Kari Strande(leder), Stig Melling (EKT), Lars Fjeldstad (lager), Jon Daniel Roum (medlem materiell), (Frode Løset (VDG), Knut Aas (drakter).

**Tour de ROL** ble gjennomført med 6 arrangement med Morten Dåsnes som hovedansvarlig. Det ble gjennomført natt-løp, dobbeltsprint, null-o-løp, gate-o-løp og jaktstart. Ski-o-løp ble omgjort til sprint pga snøforholdene. I alt 42 personer deltok i Tour de ROL i 2014.

**ROL**  arrangerte Tyrinatta som individuelt kretsløp med fellesstart fra Hole Ungdomsskole 9. april med Eirin Disch Mathiesen som løpsleder, Per Erik Opseth som løypelegger og Stig Melling som ansvarlig for tidtaking. Stig hadde også lagt inn tracking på et par løpere som ”publikum” kunne følge fra koselig innomhus samlingsplass. 32 deltakere hadde en fin tur i nærområdene i Viksåsen og var godt fornøyd med opplegget.

**Ringerike 2-dagers** ble arrangert 23-24/8 på Ringkollen som kretsløp med Kari Strande og Knut Helland som løpsledere, Ida Rongved og Lars Grønlund som løypeleggere og Stig Melling som ansvarlig for sekretariat og tidtaking. Det var 306 + 229 deltakere til sammen de to dagene og ekstra positivt var det at ROL hadde 39 deltakere hvor mange var nybegynnere som stilte opp i en orienteringskonkurranse for første gang.

**Ringeriks-karusellen** ble arrangert etter vanlig opplegg med 10 løp fordelt med seks på våren og fire på høsten. Fossekallen hadde ansvaret for tre av løpene. For de fleste løpene sørget Kari/Stig for at det ble lagt ut strekktider på eventor. Karusellen hadde i alt 662 starter i 2014, en økning på 75 fra 2013.

**Klubbmesterskap** ble arrangert fra Hole ungdomsskole søndag 26 oktober i forkant av klubbavslutning. Løpsleder og løypelegger var Frode Løset. Det var 32 deltagere som deltok på enten 2 km, 2X2 km og 3 X 2 km eller N-løype.

**VDG:** Det er informert til aktuelle samarbeidspartnere om planlagte o-løp og tur-o arrangement for 2014. VDG-kontakten har gitt utfyllende opplysninger til Tur-o-utvalget om spesielle VDG-utfordringer på de forskjellige kart-områdene til o-laget.

I forbindelse med Eggemomila har det fra grunneier vært stilt spørsmål rundt lovligheten av å bruke vestre del av løypenettet til arrangementet, særlig pga. forstyrrelser ved jakt. VDG-kontakten har vært i kontakt med grunneier. Eggemomila gikk som planlagt.

I forbindelse med bruk av Viksåsen/Biliåsen til Tyrinatta og annen o-aktivitet, har det vært flere kontakter med forvaltningsmyndigheten for verneområdet. Kontakten har hovedsakelig skjedd via leder av o-laget.

**Materiell**: Det er fornyet en del EKT utstyr og et nytt solid telt er anskaffet.

#### KARTUTVALGET

Kartutvalget har bestått av: Ivar Lindseth (leder), Helge Graffer og Helge Revhaug. Det har vært avholdt møter med den enkelte etter behov, samt telefonisk kontakt og korrespondanse via e-post.

**Sluttførte kartprosjekter i 2014:**

Vik

Vik (nærkart som utgjør det tidligere kartet Viksåsen + betydelige utvidelser i nord og vest) startet opp i 2012 med videreføring og sluttsynfaring i 2013 av Morten Dåsnes, Øyvind Strande og Ida Rongved. Kartet ble reintegnet og sluttført av Leif Roger Hultgren i løpet av vinteren 2013/14 og ble brukt på Tyrinatta våren 2014.

Ringkollen

Ringkollen (del av) ble oppdatert av Morten Dåsnes i f. m. årets Ringerike 2 dagers.

**Igangsatte / pågående kartprosjekter:**

Kirkeskolen – skolegårdskart/nærkart

Synfart av Silje Opseth. Reintegning og sluttføring pågår og vil bli gjennomført i løpet av vinteren 2014/-15.

Jevnaker skole – skolegårdskart/nærkart

Synfart av Rikard Kammerud. Reintegning og sluttføring pågår og vil bli gjennomført i løpet av vinteren 2014/-15.

Eggemoen m/utvidelse

I forbindelse med at Ringerike O-lag, sammen med Fossekallen og Viul OK har blitt tildelt NM Ultralang i 2015, er kartprosjekt igangsatt som dekker kartene Hensmoen og Eggemoen, samt en utvidelse av området som dekker de to kartene + ca 2 km2 i tillegg. Ringerike 2-dagers er også tenkt å benytte det utvidede kartet samme helg som NM ultralang. Synfaring er delvis gjennomført, og sluttføres våren 2015.

Tyristrand skole - skolegårdskart/nærkart

På grunn av kapasitetsproblemer i 2014 gjenstår noe synfaring til 2015.

**Øvrige saker:**

Alle pågående prosjekter er meldt inn til O-kretsen, og søknader om spillemidler er fulgt opp.

Det er solgt analoge kart for ca kr 10.700,- i 2014.

# **TURORIENTERINGSUTVALGET**

Utvalgets medlemmer:

Monica Berglund, Lars Berglund, Anne Kristin Kvamme, Ragnhild Hultgren, Magne Kvamme.

Møtevirksomhet: Fellesmøte 10. februar, planlegging 19. februar, pakkemøte 25. mars, oppsummering og planlegging av neste år 15. oktober. Deltatt med merkeutdeling på klubbavslutning 26. oktober 2014.

Kartområder:

Kilemoen (øst for veien), Glisetra, Eggemoen (øst for veien fra leir til skytefelt), Kleivstua.

Kulturminner er omtalt i folderen på områdene Eggemoen, Glisetra og Kleivstua. På månedens post Kleivstua i september.

Antall poster, 80 fordelt med 15 på Kilemoen, 25 på Glisetra, 20 på Egge moen, 20 på Kleivstua, samlet poengsum 1000 poeng. Barneløype/begynnerløype på Kilemoen og Eggemoen.

Salgssteder: G-sport Kuben og Ringerike Stormarked, Intersport-Eikli, Sandberg sport Hverven og Jevnaker, Rimi Haugsbygd, Esso Sundvollen, noe salg av medlemmer.

Tur-o-konvolutt innhold: 4 kart og kopi med påtegnede poster. Folder med deltaker info, månedens poster, områdeansvarlige, poeng og merkekrav, naturvett, områdebeskrivelse, postbeskrivelse, lynkurs i kart og kompass, kulturhistorie fra kartområdene og oppdatert adelskalender, informasjonsskriv om nær-orientering og Ti-på topp.

Tur-o på nett. Konvoluttpakken er presentert under navnet "Over mo og myr", med informasjon om salgssteder. Det er lagt ut foto tilknyttet kulturminneposter og foto av sæspreget landskap i områdene. Samtlige poster er lagt ut med egen kode, slik at klipp kunne registreres over nett. 14 deltakere har benyttet seg av dette. I alt 9 turer er lagt ut for nedlasting: Grønn tur på Biliåsen, Borgenmoen og Sundvollen. Blå tur på Kilemoen, Glisetra, Eggemoen og Sundvollen. Rød tur på Eggemoen og Kleivstua. De fleste av disse turene var gratis, samlet omsetning for betalte turer kr. 1385,-.

Konvoluttsalg: Samlet ordinært salg 174, dessuten 12 konvolutter som del av deltakelse sommer-o-skole. Pris pr. konvolutt kr. 200,-.

Månedens post: Det er hver måned trukket vinner av månedens post. Alle vinnere har mottatt premie med gratulasjon.

Plakett og merketildeling

68 deltakere samlet nok poeng til gullmerket, 1 til sølvmerket, 6 til bronsemerket.

1 deltaker mottatt gullplakett, 2 deltakere bronseplakett.

Kontakt med NOF: Rapport skjema for 2014 er sendt via nettsiden.

**DUGNADSUTVALGET**

Dugnadsutvalget har bestått av Knut Aas (Ringeriksmaraton), Lars Berglund (Ringeriksmaraton), Leif Roger Hultgreen (Ribbemarsjen), Flemming W. Jensen (Eggemomila), Anders Brattli (Grenaderen). Det har ikke vært leder av utvalget slik at utvalget ikke har vært representert i styret med unntak av at Knut Aas var invitert til styremøte i juni for å informere om arbeidet med Ringeriksmaraton.

Alle dugnader er gjennomført på en god måte, og er avgjørende for ROLs økonomi. Sykdom gjorde at styrets leder måtte overta ansvaret for Ribbemarsjen. Dugnaden på turstien Sundvollen – Nes blei gjennomført på våren.

**INFORMASJONSUTVALGET**  
Informasjonsutvalget har bestått av Ida Rongved (leder),Knut Helland (web), Håvard Bakke, Anders Løset, Karl August Klevjer og Sander Arnevik (Trollposten).

Hjemmesida er ROLs viktigste informasjonskanal, og i tillegg til web-ansvarlig bruker andre tillitsvalgte sida til informasjon slik at det totalt har vært ca 150 oppslag.

**ÅRSPLAN 2015**

**Styret legger fram forslag til årsplan 2015. Saken legges fram for drøfting på årsmøtet, og tanken er at nytt styre vedtar endelig årsplan med utgangspunkt i dette forslaget, synspunkter fra årsmøtet og nytt styre sine vurderinger.**

Forslag til hovedsatsinger 2015

1. Arrangere NM ultralang og Ringerike 2-dagers.

2. Videreføre rekrutteringsatsinga med lokale grupper på Tyristrand, i Hole og i Haug – lokale tilbud deler av sesongen og fellestilbud i deler av sesongen.

3. Følge opp ungdoms- og juniorløpere

Andre fellestiltak:

* Klubbtur i sommerferien. Foreslår Sørlandsgaloppen (50 års jubileum) i Rauland – samtidig med VM junior.
* Foreslår at nytt styret oppnevner ei foreldregruppe som kan bistå med å legge til rette med sosiale samlinger i tilknytning til treninger og løp for rekrutter, ungdom og juniorer?

**Arbeidsutvalget**

Arbeidsutvalget (AU) har et overordna ansvar for klubbens virksomhet, og for å samordne aktiviteten mellom utvalgene. AU har eget ansvar for å følge opp budsjett og regnskap, og medlemsregister. AU skal bistå utvalgene i gjennomføring av sine oppgaver, og har et særlig ansvar for oppfølging av klubbens hovedsatsinger for 2015.

Norges orienteringsforbund (NOF) har et mål om at 1 % av befolkningen skal være medlem av o-lag innen 2020. Det er ca 40.000 innbyggere i Hole, Ringerike og de deler av Jevnaker som sogner til ROL. Sjøl om en del er medlemmer i andre o-lag, innebærer NOFs mål at ROL bør ha ca 300 medlemmer. Det synes ikke realistisk for tida, men styret legger opp til systematisk og målretta arbeid for å styrke rekrutteringen.

**Rekrutterings- og treningsutvalget**

Forslaget til årsplan må bearbeides til en mer konkret handlingsplan for rekruttering som grunnlag for søknad om aktivitetsstøtte fra NOF.

**Arrangementsutvalget og Kartutvalget**

Dersom årsmøtet vedtar å slå sammen Arrangements- og kartutvalget, er det naturlig at årsplan for disse to utvalgene omarbeides til ett felles dokument.

**Tur-o-utvalget**

Dersom årsmøtet vedtar at tur-o-utvalget utvides til å ha ansvar for Tur-o og andre mosjonstiltak som Ti på topp, må dette innarbeides i årsplanen. 2015 er Friluftslivets År, og NOF ha fått støtte til ”grønne tur-o-turer” og Finn-framdagen som oppstartsdag Tur-o.

**Ungdomsrepresentantene**

Vi bør bli flinkere til å involvere ungdom og juniorer mer i planlegging av aktiviteten.

**Rekruttering- og treningsutvalget**

Utvalget ønsker å videreføre rekrutteringsatsingen i Hole, som ble startet opp i 2014. I tillegg ønsker utvalget å legge opp til tilsvarende rekrutteringssatsing i Haugsbygd i 2015. På Tyristrand legges det opp til noen få felles treninger våren 2015, før rekrutteringsopplegget inngår i øvrig opplegg.

For gruppa 13-20 legges det opp til mer personlig oppfølging av hver enkelt løper i 2015 med tilbud om treningsplanlegging. Det vil bli lagt vekt på økt mobilisering til de store stafettene for å skape et bedre miljø og bedre motivasjon. Det er spesielt ønskelig å rekruttere flere jenteløpere, da miljøet her er svært lite. Det vil legges vekt på å holde kontakt med «utflyttede medlemmer» for å motivere for at de fortsatt vil løpe for Ringerike og delta på stafetter. For aldersgruppen > 20 mobiliseres for at flest mulig deltar på fellestrening og stafetter og bidrar slik at treningsmiljøet i klubben blir best mulig.

*Aktivitetsmål:*

* Gjennomføre ukentlig trening gjennom hele året med tirsdag som fast hovedtrening. I vinterhalvåret med løpetrening fra Ullerål, fra april av med o-tekniske treninger der det også er tilbud for rekrutter. I tillegg supplere med intervalltrening på torsdag fra Kartverket i vintersesongen og andre tilbud avhengig av sesong.
* Mer personlig oppfølging og tilbud om treningsplanlegging for aldersgruppen 15-20.
* Mobilisere og klarlegge tidlig deltagelse på Tiomila og Jukola.
* Vurdere stafettsamarbeide med andre lag i store stafetter.
* Mobilisere for størst mulig deltagelse i NM uka i Frol 2015.
* Arrangere løpetreninger tilpasset voksne for å opprettholde tilknytning til o-miljøet også for voksne som ønsker å trene/løpe.
* Opprettholde kontakt med utflyttede ungdomsløpere via sosiale media.
* Rekruttere flere voksenpersoner og særlig familier til å bidra i rekrutteringsarbeidet.
* Utpeke person(er) med spesielt ansvar for å lage aktiviteter/deltakelse i løp osv.
* Arrangere skolesprint på minst to skoler.
* Opprettholde opplegg med egen treningsdag på Tyristrand en gang pr uke etter påske en kortere periode.
* Videreføre egen rekruttering/treningsgruppe i Hole.
* Opprette en ny rekruttering/treningsgruppe i Haugsbygd på linje med Hole.
* Gjennomføre aktiv rekruttering i ski-miljøet på slutten av skisesongen.
* Arrangere Løvlia tur i slutten av januar
* Minst 3 sosiale kveldssamlinger (pizzakvelder) med treningsinfo.
* Felles tur til Nord Jysk 2-dagers før påske.
* Flest mulig lag på Tiomila i mai.
* Flest mulig lag på Jukola i juni.
* Vurdere felles mobilisering til NM og Sørlandsgalopp i Rauland i juli.
* Gi tilbud om treningssamling i høstferien i regi av PWT.
* Tidlig avklare ev. deltagelse i «25-manna» 2015

*Øvrige målsetninger:*

* 3 på premieplass i Hovedløpet
* 2 lag i junior-NM (gutt og jente).
* Minst 3 deltagere i NM Ultra Lang.
* Minst 40 deltakere på klubbmesterskap.
* 40 deltakere i KM

**ARRANGEMENTSUTVALGET**

**Arrangement:**

I 2015 er *NM i Ultralangdistanse* på Eggemoen sammen med *Ringerike 2 dagers* 22 – 23. august ROLs hovedarrangement med Morten Dåsnes som løpsleder, Lars Inge Arnevik løypelegger for Ultralang, Lars Fjeldstad og Torunn Økern Jensen løypeleggere for Ringerike 2 dagers.

Vi viderefører *Tyrinatta* som individuelt nærløp med fellesstart den 9. april fra Kihlemoen.

*Ringeriks-karusellen* videreføres med 10 løp på følgende datoer 6, 16 og 23 april, 1, 7, 21 og 28 mai, 3, 10 og 17 september.

*Klubbmesterskapet* planlegges arrangert i juni i 2015.

**Materiell** fornyes ved behov og lagerrutiner kompletteres, endres om nødvendig. Det må finnes løsning for lagring av utstyr under tribunen i ishockeyhallen mens den rehabiliteres. Vareopptelling foretas på slutten av året.

**VDG:** Det skal sendes informasjon til kommunene, viltnemd og grunneierorganisasjoner i samsvar med NOFs regler om kartarbeid, tur-orientering og løpsarrangement. Det informeres også om aktiviteter som andre aktører gjennomfører på våre kartområder.

**KARTUTVALGET – ÅRSPLAN 2015**

**Igangsatte / pågående kartprosjekter:**

Kirkeskolen – skolegårdskart/nærkart

Reintegning og sluttføring pågår og vil bli gjennomført i løpet av vinteren 2014/-15 av Leif Roger Hultgren.

Jevnaker skole – skolegårdskart/nærkart

Reintegning og sluttføring pågår og vil bli gjennomført i løpet av vinteren 2014/-15 av Leif Roger Hultgren.

Eggemoen m/utvidelse

I forbindelse med at Ringerike O-lag, sammen med Fossekallen og Viul OK har blitt tildelt NM Ultralang i 2015, er kartprosjekt igangsatt som dekker kartene Hensmoen og Eggemoen, samt en utvidelse av området som dekker de to kartene + ca 2 km2 i tillegg. Ringerike 2-dagers er også tenkt å benytte det utvidede kartet samme helg som NM ultralang. Synfaring er delvis gjennomført av Leif Roger Hultgren, og sluttføres våren 2015.

Tyristrand skole - skolegårdskart/nærkart

På grunn av kapasitetsproblemer i 2014 gjenstår noe synfaring til 2015.

**Nye kartprosjekter**

Svensrudmoen og/eller Helgelandsmoen

Resynfaring / oppdatering vil bli igangsatt i 2015.

Bergerbakken skole - skolegårdskart/nærkart

Synfaring vil bli igangsatt hvis kapasitet / interesse.

Toso skole - skolegårdskart/nærkart

Synfaring vil bli igangsatt hvis kapasitet / interesse.

Damtjern / Løvlia

Grunnlag foreligger. Synfaring vil kunne bli igangsatt høsten 2015.

**Opplæring**

Vi skal stimulere og undervise interesserte ungdommer til synfaring / reintegning av vanlige o-kart og skolegårdskart. Arbeidet og erfaringene fra 2014 videreføres i 2015.

# **Tur-orienteringsutvalget**

Utvalget planlegger tradisjonell turorientering med 80 poster på 5 områder: Veienmarka, Tyristrand, Bergermoen, Mosmoen, Ringkollen. Månedens post arrangeres, med premiering til trukket vinner. VDG kontakt, leder for kartutvalg og Fossekallen informeres om kartvalgene.

Viderefører tilbud på nett, slik at samlet innhold i konvolutt også er tilgjengelig for kjøp og nedlasting fra nett som en tur-pakke. Pris for denne er den samme som i utsalgssteder.

Viderefører tilbud på nett med graderte turer, i første rekke grønn og blå tur.

Viderefører nær-orientering. For å sikre et stabilt tilbud uten poster som fjernes av uvedkommende i belastede områder, tilbys dette som foto-orientering.

Kulturminne-poster og detaljer med geologisk særpreg markeres der det er mulig.

Salg av tur-o- konvolutter. Dessuten salg av medlemmer ved O-løp og på arbeidsplasser som ligger til rette for det. Utsalgssteder annonseres på nettsiden.

Folderen inneholder deltakerinfo, månedens poster, områdebeskrivelse, klippekort, info om

O-laget, naturvett, lynkurs i kart og kompass, poeng og merkekrav og adelskalender.

Kartområdene, med lett gjenkjennelig områdenavn, skal være godt synlig på for-siden.

Pris for konvolutt og turer på nett vurderes i samarbeid med styret.

Markedsføring av ROLs turorientering gjøres på ROLs nettside, i Trollposten, på

Tur-orientering.no, ut.no, Ringerikes Blad annonsering.

**Dugnadsutvalget**

Dugnadsutvalget har ansvar for de faste dugnadende:

* Grenaderløpet med matstasjon på Løvlia
* Ringeriksmaraton med 3 vekslingssteder, derav i Hønefoss sentrum med barneløp
* Eggemomila
* Ribbemarsjen
* Tursti i Hole etter nærmere avtale med Hole kommune

**Informasjonsutvalget**

Informasjonsutvalget har ansvar for ROLs hjemmeside, for aktuelt stoff til Ringerikes Blad og utgivelse av ett nummer av Troll-posten.

**Vedlegg sak 5**

**MEDLEMSKONTINGENT 2015**

Medlemskontingenten blei sist endra i 2012. ROL har god økonomi bl.a. fordi medlemmene utfører en betydelig dugnadsinnsats. Styret foreslår derfor samme kontingentsatser for 2015.

**Styret foreslår at medlemskontingenten for 2015 fastsettes til:**

**Enkeltmedlemmer under 21 år kr 250**

**Enkeltmedlemmer 21 år og eldre kr 550**

**Støttemedlemmer kr 250**

**Familiemedlemskap kr 1.200**

**Vedlegg sak 6**

**Organisasjonsstruktur**

Årsmøtet skal i henhold til vedtektene behandle organisasjonsstrukturen – lagets interne organisering og aktivitet.

Utgangspunktet er gjeldene organisasjonsplanen slik den framgår av side 2.

ROL har de siste årene deltatt i et samarbeid med bl.a. Hole og Ringerike kommuner, Bedriftsidretten og Ringerike Turistforening om «Ti på topp». Det skjer også en utvikling av den tradisjonelle turorienteringa, slik at ROL har et breiere trimtilbud.

Styret foreslår på denne bakgrunn at Tur-o-utvalget utvides til et Trim- og tur-o-utvalg med ansvar for aktiviteter som turorientering, nær-turorientering og Ti på topp.

Valgkomiteen arbeider fortsatt med sin innstilling, og det kan som følge av dens arbeid komme forslag om endringer i utvalgsstrukturen. Eksempelvis sammenslåing av Kartutvalget og Arrangementsutvalget.

**RESULTATOVERSIKT 2014**

World Master, sprint

D 65- 1 Kari Strande

H 55- 22 Morten Dåsnes

World Master, langdistanse

D 65 2 Kari Strande

H 55 31 Morten Dåsnes

Norgescup

H 21 116. Lars-Inge Arnevik 17 poeng

H 17-18 82. Håvard Bakke 3 poeng

D 17-18 51 Ida Rongved 21 poeng

D 19-20 38 Aina Viena 24 poeng

47 Thea Heimstad Kleiven 10 poeng

53 Tonje Kvamme Dahl 3 poeng

NM ultralang

H 21 24 Lars-Inge Arnevik

Disk Anders Beyer Brattli

NM stafett senior

D 17- 46. Ida Rongved, Torunn Økern Jensen, Monica Berglund

H 17- 80. Lars Grønlund, Håvard Bakke, Lars-Inge Arnevik,

Hovedløp yngre, lang

H 14 6 Oskar Arnevik

H 16 47 Rikard Kammerud

55 Sander Arnevik

Hovedløp yngre, sprint

H 14 42 Oskar Arnevik

H 16 32 Rikard Kammerud

42Sander Arnevik

77 Carl August Klevjer

Veteranmesterskapet , mellom (10 beste)

D 60 7 Live Jorunn Ytrehus

H 65 8 Helge Revhaug

Veteranmesterskapet, lang (10 beste)

D 60 9 Live Jorunn Ytrehus

H 60 6 Torbjørn Nørbech

H 70 9 Tormod Dahlen

Veteranmesterskap, sprint, (10 beste)

D 60 5 Jorun Ytrehus

H 60 10 Torbjørn Nørbech

H 65 7 Helge Revhaug

KM, lang (3 beste)

D 60 3. Live Ytrehus

D 65 1. Kari Strande

H 13-14 1. Oskar Arnevik

H 15-16 3. Rikard Kamerud

H 21 3. Lars-Inge Arnevik

H 40 2. Stig Melling

H 60 2. Torbjørn Nørbech

H 65 1. Helge Revhaug

KM stafett (3 beste)

H 13-16 2. Oskar Arnevik, Rikard Kammerud

H 175- 1. Morten Dåsnes, Helge Revhaug, Frode Løset

D 165 1. Eirin Disch Mathiesen, Kari Strande,Live Jorunn Ytrehus

PWT-cup

D 13-14 13. Tuva Aas Stræte

27. Ida Bolette Enerhaugen

H 13-14 2. Oskar Arnevik

3. Kristian Kammerud

10. Sverre Graffer

32. Anders Roum

H 15-16 7. Anders Løset

9. Sander Arnevik

10. Rikard Kammerud

37. Carl August Klevjer

Klubbmestere 2014

D 13-14 Tuva Aas Stræte

D 21- Kirsti Kringhaug

H -12 Jørgen Melling

H 13-14 Kristian Kammerud

H 15-16 Rikard Kammerud

H 17-20 Håvard Bakke

H 21- Lars Inge Arnevik

H 75- Ole Einar Dalen

**Representasjon og verv**

Leder Buskerud o-krets (til 20.11.14) Knut E Helland

Valgkomiteen Buskerud o-krets (til 20.11.14) Line Arnevik

Styremedlem Buskerud o-krets, O-Troll ansvar (til 20.11.14) Anne Guro Nøkleby

Medlem treningsrådet Buskerud o-krets (fra 21.11.13) Lars Inge Arnevik

Kretsting Buskerud: Inger Kamerud, Kari Strande, Morten Dåsnes

Årsmøte Ringerike idrettsråd: Inger Kammerud

Årsmøte Hole idrettsråd (observatørstatus): Eirin Disch Mathiesen

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ringerike O-lag draktbeholdning** | | |  | |  | |  | | | |  | |  | | |  | |  | | |
|  |  |  | | | |  | |  | | | |  | |  | | |  | |  | | |
| Beholdning 07.12.14 |  |  | | | |  | |  | | | |  | |  | | |  | |  | | |
| **Beholdning** | **130** | | | **140** | | | | | **150** | **160** | | | | | **XXS** | | | | | **XS** | | | **S** | **M** | **L** | **XL** | **XXL** | **Sum** |
| Overtrekksjakke |  | | | 5 | | | | | 4 | 5 | | | | |  | | | | |  | | | 4 | 6 | 6 |  | 2 | 32 |
| Overtrekksbukse | 1 | | |  | | | | | 3 | 5 | | | | | 4 | | | | |  | | | 4 | 4 | 6 | 1 | 3 | 31 |
| Løpstrøye | 2 | | | 1 | | | | | 12 | 5 | | | | |  | | | | |  | | | 4 | 6 | 1 |  |  | 31 |
| Løpsbukse | 2 | | | 1 | | | | | 9 | 4 | | | | |  | | | | |  | | | 10 | 2 | 4 | 3 | 2 | 37 |

**Oversikt over materiell**

**Basert på fjorårets opptelling**

Høyttaleranlegg, Skjæremaskin

Løypepåtrykker Plastsveisemaskin

3 små postskjermer 13 vannkanner

11 drikkekontainere/termo 100 postskjermer, store

38 refleksstaver 2 store plastdunker

4 plastbord Verktøykasse

4 presenninger 25 tommelkompass

3 dorullholdere (1 ødelagt) 3 sneller skjøtledning

Gjerdestolper: 40 tynne+38 kraftige Plastlommer kart (A4:400, A3:1100)

Plastgjerde (under tribune) Førstehjelpskrin

Nikon kompaktkamera 4 klubbtelt (trenger nye poser)

1 vaffeljern 1 lite telt

3 tunneltelt (derav 1 vinter) 1 partytelt (selvuttrekkbart)

2 termokanner 1 arr.telt ”autograf”

4 Ski-o-stativ (2 litt ødelagt) 1 kasse med malte treskilt

1 pose refleksvester (18 stk) 1 partytelt 6x3 m

1 eske T-skjorter barn 2 – 10 år 3 O-spill

Div premier, Eggemomila, Gildesprint Div. utstyr til ribbemarsjen

35 stifteklemmer 14 plastkurver (kart på start)

Startnummer (doble 101-600, papir 1-250, papir 500 blanke)

2 esker plastkrus 18 plankekompass

div. biter plastfolie 5 bunter à 25 m skjøtledning

Høvik arkivskap og reoler div skilt og veivisere

12 ulltepper 7 ruller dopapir

Resultattavler, målstenger, 2 netting drikkebord m.m under tribune

13 plastbøtter 1 båre

2 øser 5 plastdoer (under tribune)

9 mugger 1 tørkeruller

div. opprulla merkebånd 3 kasser Maxim

1 rull grønn papirduk 1 bærepose Ringerikes blad merkebånd

en sekk svamper 1 eske plastbokser (til frukt)

1 kasse utstyr (Ring. Maraton)

div premier (håndklær, fleecepledd, akebrett, staver, pannebånd, buff, krus, vaser, div leker)

ROL har pr 31.12 2014 følgende EKT poster og utstyr:

54 poster fra 2010 og nyere

Fra 2010 (10 poster); 151 – 160

Fra 2011 (10 poster); 31 – 40

Fra 2012 (14 poster); 171 – 176, 242, 244, 246, 247, 2X100, 2X170

Fra 2013 (10 poster); 41 – 50 (her må post 44 omprogrammeres)

Fra 2014 (10 poster); 51 – 60 (mangler kanskje 53)

3 MTR 3, 1 RTR 2, HP svart hvit printer og løperbrikker/treningsbrikker.

1 eks e-link, 1 eks ePost, 1 jokerpost

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Kartbeholdning ROL** | pr. dato |  |  | 17.12.2014 |
|  | Sist utgitt | Målestokk | Areal | Antall igjen |
| **Konkurransekart** |  |  |  |  |
| Ringkollen | 2014 | 1:10.000 | 8 km2 | 90 print |
| Schhjongslunden | 2013 | 1:3500 | 3 km2 | 90 |
| Eggemoen | 2013 | 1:10000 | 10 km2 | 390 |
| Oppenåsen-Kilemoen | 2012 | 1:10000 | 13 km2 | 1500 |
| Oppenåsen-Kilemoen | 2013 | 1:15000 | 13 km2 | 465 |
| Sundvollen | 2011 | 1:10000 | 2,8 km2 | 710 |
| Ringkollen | 2009 | 1:10000 | 8,0 km2 | 2000 |
| Helgelandsmoen | 2008 | 1:10000 | 5,0 km2 | 660 |
| Bergermoen | 2007 | 1:10000 | 6,5 km2 | 800 |
| Bergermoen | 2006 | 1:15000 | 6,5 km2 | 800 |
| Bergermoen | 2006 | 1:10000 | 6,5 km2 | 700 |
| Moesmoen | 2006 | 1:10000 | 5 km2 | 135 |
| Schjongstangen | 2006 | 1:5000 | 3 km2 | 700 |
| Kleivstua | 2005 | 1:10000 | 16 km2 | 200 |
| Glisætra | 2002 | 1:15000 | 13 km2 | 1270 |
| Hovinsætra | 2002 | 1:10000 | 5 km2 | 140 |
| Hønefossen (sentrum) | 2002 | 1:5000 | 4 km2 | 530 |
| Helgelandsmoen Nord - Lamoen | 2000 | 1:10000 | 3 km2 | 865 |
| Helgelandsmoen Sør | 2000 | 1:10000 | 3 km2 | 500 |
| **Treningskart** |  |  |  |  |
| Vik | 2014 | 1:10.000 | 3 km2 | Digitalt |
| Ringkollen vinter | 1994 | 1:15000 | 19km2 | 260 |
| Moesmoen | 2003 | 1:10000 | 5 km2 | 460 |
| Bergerbakken | 1999 | 1:10000 | 10 km2 | 950 |
| Skjerpåsen | 1999 | 1:10000 | 7 km2 | 60 |
| Aurenhaugen | 1998 | 1:10000 | 2 km2 | 50 |
| Vågårdsåsen | 1998 | 1:15000 | 20 km2 | 1450 |
| Åbortjern | 1996 | 1:10000 | 7,5 km2 | 10 |
| Kvitmyråsen | 1996 | 1:15000 | 12 km2 | 80 |
| Sokna, nord | 1994 | 1:10000 | 5 km2 | 100, ubrukbar trykk |
| Ringkollen (vinterutgave) | 1994 | 1:15000 | 18 km2 | 230 |
| Semmentjern | 1984 | 1:15000 |  | 400 |
| Gulsplassætra - Semmentjern | 1984 | 1:15000 |  | 420 |
| **Skole- og instruksjonskart** |  |  |  |  |
| Veien skole | 2013 | 1:2500 |  | 55 |
| Eikeli | 2013 | 1:2500 |  | 55 |
| Veienmarka skole | 2013 | 1:2500 |  | 45 |
| Gjesvalåsen | 2001 | 1:7500 |  | 1110 |
| Viksåsen | 2001 | 1:7500 |  | 280 |
| Veienmarka | 2001 | 1:7500 | 2 km2 | 1550 |
| Heggen | 1998 | 1:10000 |  | 95 |
| Burudåsen | 1985 | 1:10000 |  | 70 |
| Hole ungdomsskole | 1985 | 1:5000 |  | 10 |

**Vedlegg**

**MÅLSTRUKTUR I ROL 2011-2015**

**Klubbide**

ROL skal arbeide for et godt og bredt O-miljø i Ringeriksdistriktet. Klubben skal ha et allsidig aktivitetstilbud for barn og voksne i alle aldre og på ulike sportslige nivåer.

**Overordna mål**

- ROL skal være et stort O-lag med aktive medlemmer i alle aldre og av begge kjønn.

- ROL skal drive et aktivt rekrutteringsarbeid

- ROL skal ha aktivitetstilbud for løpere i alle aldre, og prioritere godt treningstilbud for ungdom og juniorer

- ROL skal legge til rette for at klubbens løpere kan hevde seg på nasjonalt nivå, både individuelt og i stafett.

- ROL skal ha et attraktivt Tur-O tilbud.

- ROL skal være en dyktig arrangør av o-arrangement på alle nivå

- ROL skal ha kart av god kvalitet og aktualitet i forhold til klubbens aktiviteter

- ROL skal være en samarbeidspart for andre organisasjoner i Ringeriksregionen

# **Særlige satsingsområder 2011-2015**

ROL skal i perioden spesielt vektlegge:

* Kontinuerlig rekruttering av gutter og jenter ca 8 – 14 år
* Etablere og opprettholde ungdomsgruppe 13-16 år med godt sosialt miljø og godt o-teknisk og fysisk treningstilbud
* Etablere og opprettholde juniorgruppe med godt sosialt miljø og oppfølging av den enkelte ut fra egne ambisjoner

ROL skal arbeide for styrking av sitt hovedarrangement gjennom høy kvalitet på kart, løyper og arrangement

**DELMÅL ÅR 2015**

På noen felt er målene for 2015 tilnærma lik status i 2010. Da er det et mål å opprettholde status hvert av årene i perioden. På andre felt kreves det økning eller forbedring i perioden for å nå mål for 2015.

**1. AKTIVITETSMÅL**

**1.1. Medlemmer**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status  2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | Mål 2015 |
| Medlemmer | 179 | 167 | 171 | 168 | 171 |  | 200 |
| 6-12 år | 23 | 20 | 21 | 21 | 22 |  | 30 |
| 13-19 år | 28 | 33 | 34 | 30 | 31 |  | 50 |
| 20-25 år | 6 | 8 | 10 | 11 | 13 |  | 10 |
| Minste kjønn % | 38 | 41 | 39 | 40 | 42 |  | 40 |

**1.2 Deltakelse i individuelle løp inkludert nasjonale, kretsløp og nærløp (Ringerikskarusell og lignende)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | *Mål 2015* |
| Antall starter totalt | 1660 | 1660 | 1585 | 1335 | 1480 |  | *2000* |
| Ant i klubbmesterskap | 45 | 43 | 48 | 46 | 32 |  | *50* |
| KM langdistanse | 46 | 42 | 35 | 27\* | 32 |  | *50* |

\*ROL arrangør – kun løpere D/H -21

**1.3 Deltagelse i stafetter**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | Mål 2015 |
| Individuelle stafett starter | 201 | 165 | 115 | 119 | 93 |  | 220 |
| KM Senior | 2H,1D | 2D/2H | 1D/1H | 1D/1H | 1D/2H |  | 3D,3H |
| KM Yngre | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 |  | 4 |

**1.4 Deltagelse i NM/HL**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status  2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | *Mål 2015* |
| Hovedløp | 15 | 6 | 9 | 5 | 4 |  | *15* |
| Jr.-NM ind. Langdist | 1 | 2 | 0 | 2 | 0 |  | *4* |
| Jr.-NM staf. | 3 | 3 | 3 | 2 | 0 |  | *3* |
| Sr.-NM ind. langdist | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 |  | *3* |
| Sr.-NM staf. | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 |  | *2* |

**1.6 Tur-o**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status  2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | Mål 2015 |
| Antall solgte konvolutter | 160 | 175 | 170 | 171 | 186 |  | 250 |

**2.Resultatmål**

**2.1 KM Individuelt**

Antall medaljer/merker (KM langdistanse)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | *Mål 2015* |
| KM D/H –16 | 2 | 2 | 0 | 0 | 2 |  | *3* |
| KM junior D/H 17-20 | 1 | 2 | 2 | 3 | 0 |  | *4* |
| KM senior H/D21 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 |  | *1* |
| KM D/H 35- | 6 | 5 | 4 | 1 | 5 |  | *6* |

**2.2. Hovedløp og NM**

**Antall deltakere blant beste tredjedel, langdistanse**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Status 2010** | **2011** | **2012** | **2013** | **2014** | **2015** | **Mål 2015** |
| HL, 14-16 | 2 | 2 | 3 | 0 | 1 |  | 3 |
| NM, 17-20 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |  | 3 |

**2.3 KM-Stafett**

Antall medaljer/merker

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | *mål 2015* |
| KM D/H 13-16 | 2 | 2 | 0 | 1 | 1 |  | *2* |
| KM senior | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 |  | *1* |
| KM over 35 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 |  | *2* |

**2.4. Andre stafetter**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Status 2010** | **2011** | **2012** | **2013** | **2014** | **2015** | **Mål 2015** |
| 15-stafetten | 15 | 15 | 13 | 8 | Disk |  | 10 |
| Tio-mila, u-lag | 67 | 69 | 101 | 192 | Disk |  | 100 |
| Tio-mila, D lag | 279 | Disk | -\* | 252 | - |  | 150 |
| Tio-mila, H lag | 245 | 240 | 208 | Disk | 209 |  | 200 |
| NM junior | 23 | 13/36 | D 23/38  H 28/53 | D18/29 | - |  | 1 lag beste 1/3 |

\*Mangla 1 løper