|  |  |
| --- | --- |
|  | **ÅRSMØTE RINGERIKE O-LAG****Tirsdag 2.februar kl.19.00****Kartverket** |

Forslag til saksliste:

1. Åpning

 Godkjenning av innkalling

 Godkjenning av stemmeberettigete

 Godkjenning av saksliste

 Valg av referent, og 2 til å undertegne protokollen

 Valg av møteleder

2. Årsmelding 2015, vedlagt s.3

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

3. Regnskap 2015, eget dokument.

 Revisors rapport legges fram på årsmøtet

4. Forslag til årsplan 2016, vedlagt s.12

5. Budsjett 2016, eget dokument

 Fastsetting av medlemskontingent, forslag vedlagt s 15

6. Organisasjonsplan, vedlagt s16

7. Innkomne saker. Ingen saker meldt

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

for

Ringerike o-lag

Eirin Disch Mathiesen

**Organisasjonsstruktur og tillitsvalgte 2015**

**VALGKOMITE:** Morten Dåsnes(leder),Mette Heimstad (medlem), Kristian Kihle (vara)

**ÅRSMØTET**

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

**STYRET
AU, Utvalgsledere**

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

**UNGDOM::**Carl August Klevjer
Richard Kammerud

**REVISORER:** Kirsti Kringhaug

Kari Arnestad

**AU:** LEDER: **Eirin Mathiesen**

NESTLEDER/SEKRETÆR: Live Ytrehus
KASSERER :Brede H. Gundersen

**STATISTIKK/POLITIATTESTER:**

Eli Strande

**REKRUTTERING OG TRENING:**
**Frode Løset**
Kristian Kihle (Rekrutt/UK)
Lars Inge Arnevik (Ungdom/Junior)
Torunn Økern Jensen

Anne Guro Nøkleby

Carl August Klevjer(ungdomskontakt)

Rikard Kammerud(ungdomskontakt)

**Trim og TUR-O:
Magne Kvamme**
Ragnhild Hultgreen
Anne Kristin Kvamme
Mette Heimstad
Lars Berglund

Ivar Lindseth (medlem «10 på topp»)

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

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

Morten Dåsnes

**INFORMASJON:**Webansvarlig: Sander Arnevik

ÅRSMELDING 2015

# Styrets årsberetning

Ringerike o-lag har i 2015 gjennomført en rekke flotte aktiviteter som bør fremme interesse og engasjement for orienteringssporten. Vi har igjen satt Ringerike på kartet da vi sammen med naboklubbene Fossekallen og Viul OK arrangerte NM Ultra lang. Samtidig med dette arrangementet ble også Ringerike 2-dagers arrangert. Dette foregikk på Eggemoen 23-24.august.Takk til alle medlemmer og tidligere medlemmer som stilte velvillig opp slik at det ble så vellykket. Spesiell takk til hovedkomiteen for NM som gjennom lang planleggingsperiode gjennomførte med glans et NM utøverne ga meget god karakter. Løperne fikk oppleve hva Ringerike kan tilby av variert o-terreng og høy kvalitet på flott nytt kart og løyper.

En har også klart å få mobilisert god deltakelse både i Jukola og Tio-mila, der flere av de yngre også deltok. Slike turer er forhåpentligvis noe som gjør løperne bedre kjent og skaper fellesskap i laget.

Det har vært lagt til rette for gode og varierte treningsopplegg gjennom hele året. Nytt i år var et tilbud på tirsdager i vårsesongen der alle fikk mulighet til å bli med på en 1,5 times løpetur i flere av de naturskjønne områdene vi kan tilby på Ringerike.

Klubbmesterskapet ble en suksess med god deltakelse og godt vær på idylliske Aklangen. Fine løyper med variasjon skapte spenning helt til slutt. Grilling og sosialt samvær gjorde det til et trivelig arrangement.

Rekruttering av nye o-løpere er en stor hovedoppgave for alle i laget vårt. Det krever en felles mobilisering der spesielt foreldregruppa til de barna/ungdommene som er med i ROL tar initiativ i året som ligger foran oss til å få med andre inn i o-sporten. I 2015 ble det igjen nedlagt et solid arbeid i Hole, der de jobbet målrettet med barn og deres familier for å skape interesse for denne opplevelsesrike sporten. Det er høy kvalitet på dette opplegget. Vi bør ha potensiale i andre lokalmiljøer eks. Haugsbygd.

Turorientering er et viktig bidrag til lokalbefolkningen. I 2015 var det Friluftslivets år og Ringerike o-lag hadde et variert og godt trimtilbud som mange satte pris på. Ti på topp er også et attraktivt trimtilbud som vi har bidratt med.

Økonomien er også god takket være gode sponsorinntekter til NM Ultra lang, Overskuddet på arr. ble 100 000 kr. Et meget positivt sluttresultatet, takk til alle som bidro til dette!

I tillegg til våre faste sponsorer og kommunale kulturmidler stiller også våre medlemmer opp på de faste dugnadene vi har gjennom året. I 2015 var det følgende dugnader som vi håper å kunne videreføre i 2016: Grenaderen 20-febr., Ringeriksløpet 5.juni, Ringeriksmaraton 13.aug., Eggemomila 1.okt. og Ribbemarsjen 26.des. Hold av datoer!

Ringerike o-lag ble i 2015 kontaktet av IL Tyrving med forespørsel om vi var interessert i å være medarrangør av Night Hawk i 2017. Styret mente at det kan bli spennende, og har sagt ja.

Ringerike o-lags langtidsplan gikk ut i 2015, Styret jobber med et nytt måldokument for perioden 2016-20. Årsmøtet oppfordres til å komme med forslag til satsingsområder og aktiviteter som innspill på dette arbeidet.

Styret oppfordrer alle til deltakelse på de aktivitetene som legges til rette i 2016 Det er ved økt deltakelse en skaper miljø. Vi oppfordrer også til å rekruttere minst et nytt medlem hver i 2016!

Ringerike o-lag

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Eirin D. Mathiesen Leder | Live YtrehusNestleder og sekretær | Brede H. GundersenKasserer |
| Frode LøsetRekruttering og trening | Kari StrandeArrangement | Helge GrafferKart |
| Magne KvammeTrim og tur-o | Sander ArnevikInformasjon |  |

# Årsrapporter fra utvalgene

**REKRUTTERINGS- og TRENINGSUTVALGET**

Rekruttering:

O-laget har fortsatt med satsing på rekrutteringstrening på Tyristrand og i Hole. På Tyristrand i en kortere periode i mai 2015. Noen av rekruttene har deltatt i karusell- og terminfesta løp

I Hole ble det avholdt treninger fra påske og fram til 17. mai for å komme godt i gang med ny sesong. Fram til sommerferien var den ordinære treningen tilbudet også for Hole-gruppen. Vi hadde også tre treninger i høstsesongen i Hole etter Ringerike 2-dagers for å følge opp den gode innsatsen fra flere av rekruttene på disse løpene. For sesongen som helhet ble det litt uheldig at treningsdagen kolliderte med andre treninger for flere av rekruttene - vi har derfor hatt ujevn deltagelse. Vi toppet imidlertid deltakelsen på en av treningene i september, der vi samlet 30 barn og voksne til trening og pizza på Helgelandsmoen. Flere i Hole-gruppen har deltatt på karusell-løp, klubbturen til Norwegian Spring, enkelte krets-/nasjonale løp, og to av deltagerne også i ungdommens Tiomila.

Gjennom året har vi også hatt orienteringsaktivitet gjennom Holeværingen Ski. Her har vi bidratt med orienteringsopplegg på en av skitreningene, på skisamlingen til Holeværingen, samt med en orienteringsøkt på felles treningssamling for skiklubbene på Ringerike, 10-13 år.

Det ble annonsert egen rekruttsatsing i Haugsbygd med tre treningskvelder i mai. Ingen møtte og opplegget kansellert. Evaluering tilsier at opplegget var for dårlig annonsert og at det ikke var benyttet «jungeltelegraf» i miljøet for å rekruttere deltagere.

O-Trolleiren for 10-13 åringer ble avholdt i Kongsberg, og samlet 9 barn og unge fra Ringerike o-lag. Ledere fra Ringerike var Bente Moen Aabel og Anne Guro Nøkleby. Samlingen ga løperne våre fine o-aktiviteter og nye venner - også fra andre klubber.

I juni ble det gjennomført en skolesprint på Sundvollen oppvekstsenter for 5.-7. trinn. Opplegget ble gjennomført som poengløp der klassene, inndelt i lag, skulle finne flest mulig poster på 30 min.

I høstsesongen har det vært oppfordret til at rekruttene skulle delta på ordinære treninger samt på Karusell-løp. Tradisjonen tro har deltagelsen gått betydelig ned gjennom året med god deltagelse på våren, langt dårligere på høsten. Det har også vært tilbud for rekrutter på treningene fra Ullerål i vinterhalvåret med få deltagere. Opplegget har vært kjørt sammen med Fossekallen. Likeledes har det vært tilbud for rekruttene på våre o-tekniske treninger.

Trening:

Vintertrening 2015 har foregått på tradisjonelt vis med fellestrening fra Ullerål hver tirsdag mellom nyttår og påske. Deltagelsen på vintertreningene i 2015 var dårlig og det har i begrenset grad vært trening i gymsal i ettertid. Heldigvis økte deltagelsen kraftig når treningene ble lagt til barmark i april.

O-tekniske treninger startet opp i april. Nytt av året var at det var lagt opp o-teknisk trening på torsdager på dagen uten Ringerikskarusell samt at o-teknisk trening for yngre løpere inngikk i karusellen på torsdager med karusell. O-tekniske treninger har fungert ok. O-teknisk trening inkludert i karusellen må følges opp tettere dersom en skal gå videre med et slikt system.

Før jul i 2014 innkalte utvalget til en motivasjonssamling for klubbens aktive, særlig i alderen 13-20 år med tilbud om treningsplanlegging og oppfølging. Hensikten var å motivere for satsing mot felles mål og få mer struktur og miljø i treningsarbeidet samtidig som hver enkelt løper skulle få personlig oppfølging. Opplegget fungerte i varierende grad.

Nytt i 2015 var et tilbud om langturer i vårsesongen av minst 1 ½ varighet på ulike, naturskjønne områder i Hole og Ringerike på tirsdager i vårperioden. Opplegget var lagt opp for å få flere til å delta på fellestreninger og var ment å friste o-løpere og andre til å bli enda bedre kjent i distriktet vårt. Opptil 20 personer møtte opp. Fra september til jul har det vært en felles løpetrening i uka med opptil 15 deltagere. Her har det kommet tilbakemeldinger på at vi bør prioritere fellestreninger til o-teknisk trening, siden vi fikk med færre unge løpere på disse løpetreningene enn det vi kunne ønsket, og at det er behov for o-tekniske treninger for utvikling av o-tekniske ferdigheter.

Ringerike hadde 4 deltagere i Hovedløpet hvorav 3 premieplasser. I NM Ultra lang fullførte vi med samtlige 4 Ringeriks-juniorer i H17-18. Dessverre stilte vi ikke med deltagere i junior – eller senior NM for øvrig hverken individuelt eller i stafett.

Stafetter:

Vi har stilt lag i Vårstafetten, Tiomila og Jukola samt Vårstafetten og KM. I Tiomila fullført vi med to ungdomslag, ett herre – og ett damelag supplert med løpere fra andre klubber. Det ene ungdomslaget lå svært godt an underveis. I Jukola med to damelag og ett herrelag. Et lag i 15 – stafetten.

Som i fjor, preges o-laget av at flere juniorer flytter fra distriktet samtidig som rekrutteringen av nye løpere ikke er god nok. Flere yngre løpere har levert bra i enkeltløp og i stafetter. Vi har få jenteløpere, flere gutteløpere og dette er en utfordring eks.vis i forhold til ungdommens Tiomila. Vi leverer bra på old-boys-old-girls nivå. I Jukola og Tiomila stilte vi med et større knippe yngre løpere enn tidligere og det er positivt. Som i fjor trenger vi påfyll av løpere og aktive medlemmer i yngre årsklasser og i H/D 21 både for å høyne nivået og få til bedre treningsmiljøer. Hovedutfordringen framover vil være 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. Helt vesentlig vil det være å ansvarliggjøre foreldregruppen som har barn/ungdommer som deltar for å få med flere og skape miljøer.

*Aktivitetsmål for 2015 – måloppnåelse:*

* 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-tekniske treninger på tirsdager og intervalltrening på enkelte torsdager.*
* Arrangere løpetreninger tilpasset voksne for å opprettholde tilknytning til o-miljøet også for voksne som ønsker å trene/løpe. *Delvis oppnådd. Nytt opplegg med langturer på tirsdager i vårsesongen mottatt positivt.*
* Rekruttere flere voksenpersoner og særlig familier til å bidra i rekrutteringsarbeidet. *Ikke oppnådd.*
* Utpeke person(er) med spesielt ansvar for å lage aktiviteter/deltakelse i løp osv for voksne. *Ikke oppnådd.*
* Mobilisere og klarlegge tidlig deltagelse på Tiomila og Jukola. *Delvis oppnådd.*
* Vurdere stafettsamarbeide med andre lag i store stafetter. *Delvis oppnådd.*
* Mer personlig oppfølging og tilbud om treningsplanlegging for aldersgruppen 15-20. Dele *Forsøkt gjennom vinter og vår, i mindre grad fulgt opp etterpå. Delvis oppnådd.*
* Mobilisere for størst mulig deltagelse i NM-uka i Frol. *Ikke oppnådd.*
* Opprettholde kontakt med utflyttede ungdomsløpere via sosiale media*. Forsøkt, men ikke ført til deltagelse i løp eller stafetter.*
* Arrangere skolesprint på minst to skoler. *Delvis oppnådd.*
* Opprettholde opplegg med egen treningsdag på Tyristrand en gang pr uke etter påske en kortere periode etter påske. *Oppnådd.*
* Videreføre egen rekruttering/treningsgruppe i Hole. *Oppnådd.*
* Gjennomføre aktiv rekruttering i ski-miljøet på slutten av skisesongen. *Bidratt med o-opplegg i skigruppa i Hole.*
* Arrangere Løvlia tur i slutten av januar. *Ikke* o*ppnådd. Avlyst.*
* Minst 3 sosiale kveldssamlinger (pizzakvelder) med treningsinfo. *Oppnådd.*
* Felles tur til Nord Jysk 2-dagers før påske. *Oppnådd. Ca. 20 deltagere.*
* Norwegian Spring i april. *Oppnådd. Ca. 60 overnattet.*
* Flest mulig lag i Tiomila i mai. *Delvis oppnådd. To ungdomslag, ett herrelag, et redusert damelag.*
* Flest mulig lag i Jukola i juni*. Oppnådd. To old-girls lag, et herrelag med fem ungdommer.*
* Vurdere felles mobilisering til NM og Sørlandsgalopp i Rauland. *Ikke oppnådd NM, oppnådd Rauland.*
* Gi tilbud om treningssamling i høstferien i regi av PWT. *Ikke oppnådd.*
* Tidlig avklare ev. deltagelse i «25 manna 2015». *Avklart tidlig – ikke deltagelse*.
* 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:*

* 3 på premieplass i Hovedløpet. O*ppnådd. Oskar Arnevik nr. 24 på sprint H15, to 18.plasser til Tuva Aas Stræte.*
* 2 lag i junior-NM (gutt og jente). *Ikke oppnådd. Ingen lag.*
* En premieplass i junior-NM. *Ikke oppnådd. 4 deltagere i Ultra NM bra..*
* Minst 50 deltakere på klubbmesterskap. *Oppnådd. 48 deltagere.*
* 50 deltakere i KM. *Ikke oppnådd. 22 påmeldte.*

**ARRANGEMENTSUTVALGET**

Ringerike O-lag har i 2015 gjennomført *NM i Ultralangdistanse* på Eggemoen sammen med *Ringerike 2 dagers* 23 – 24 august. Morten Dåsnes var løpsleder for alle løpene, Lars Inge Arnevik løypelegger for Ultralang, Lars Fjeldstad og Torunn Økern Jensen løypeleggere for Ringerike 2 dagers. Med bra vær og stor innsats fra mange funksjonærer både før under og etter arrangementet ble det svært vellykket med gode tilbakemeldinger fra deltakerne. I alt stilte 165 deltakere til start i Ultra lang NM og i alt 725 startende i Ringerike 2- dagers. Arrangementene bidro til stort overskudd i ROLs regnskap i 2015.

*Tyrinatta* ble arrangert som individuelt fellesstart nærløp med Kari Strande som løpsleder og Per Gunnar Dahl som løypelegger den 9. april fra det tidligere sivilforsvarsanlegget på Kihlemoen. I alt 28 løpere med halvt om halvt ROLinger og fra andre klubber fikk seg fin natt trening.

*Ringeriks-karusellen* ble avviklet med de planlagte 10 løp med noen uventede VDG utfordringer som vi vil ta lærdom av til 2016. Flere ungdommer fikk prøve seg med løypelegging på karuseller, noe som er fin o-teknisk trening. Karusellen hadde i år i alt 618 starter og har stabilisert seg på et snitt på ca 60 løpere pr løp.

*Klubbmesterskapet* ble avviklet fra Aklangen med Helge Revhaug som løypelegger og styret som praktisk arrangør. 48 deltakere pluss arrangører hadde en fin kveld på Aklangen.

**Materiell**. Med støtte fra Sparebankstiftelsen ble det anskaffet nytt høytaleranlegg for de store arrangementene. Det ble også kjøpt inn en del nye EKT poster og o-flagg for å supplere materiell. Det er fortsatt behov for å minne om at de som tar materiell ut av lageret må notere i uttaksboka slik at vi kan ha bedre oversikt over hvor materiellet befinner seg til enhver tid.

 **VDG:** **Det er sendt informasjonsskriv til kommunene, viltnemnder og grunneierorganisasjoner i samsvar med NOF’s regler om kartarbeide, tur-orientering og løpsarrangement. Det er ikke kommet tilbakemeldinger på skrivet. Det har vært et rolig år på VDG området. Det oppstod en utfordring i forbindelse med Ringerikskarusell i Oppenåsen der en post var lagt i nærheten av et tidligere brukt rovfuglreir. Reiret ble sjekket ut av VDG-kontakten og var ikke i bruk. Det var en mailutveksling med grunneier i forbindelse med episoden. Erfaringer tilsier at vi må være tidligere ute med info til egne løypeleggere og til grunneierorganisjoner vedr. VDG.**

**KARTUTVALGET**

Kartutvalget i 2015 har vært Helge Graffer (leder), Morten Dåsnes og Helge Revhaug. Det har vært avholdt to møter i utvalget. I tillegg har det vært kontakt etter behov.

**Sluttførte kartprosjekter i 2015:**

Hensmoen – Eggemoen

Kartet ble brukt på NM-Ultralang 22. august og Ringerike 2-dagers samme helg. Kartet ble synfart og rentegnet av Leif Roger Hultgreen og Kristen Treekrem. I tillegg var det viktig dugnadsinnsats fra Lars-Inge Arnevik, Morten Dåsnes og Kristian Kihle.

Kirkeskolen

Kirkeskolen ble synfart i 2014 av Silje Opseth. Rentegnet av Leif Roger Hultgreen. Målestokk 1:2000.

Jevnaker skole

Jevnaker skole ble synfart i 2014 av Rikard Kammerud. Rentegnet av Leif Roger Hultgreen. Målestokk 1:4000.

Bergerbakken skole

Bergerbakken skole ble synfart og rentegnet av Sander Arnevik i 2015. Målestokk 1:2500.

**Kart under arbeid:**

Damtjern-Løvlia

Prosjektet har stått stille noen år på grunn av prioriteringer. Det planlegges stor aktivitet i 2016.

Svensrud

Nærkart på Svensrud. Kan også bli en del av et nytt Helgelandsmoen-kart. Et område er synfart i 2015 av Anders Løset.

Toso skole

Synfart i 2015 av Rikart Kammerud.

Kinnsåsen

Kinnsåsen er en utvidelse av Tyristrand skole. Kristian Kihle utfører synfaringen.

**Spillemidler**

Vi fikk tilsagn om spillemidler for de tre kartprosjektene Eggemoen, skolekart Ringerike og Vik. Regnskap for prosjektene er levert i høst og i skrivende stund er Vik og skolekartene godkjent.

Vi har fornyet spillemiddelsøknaden for Damtjern-Løvlia.

**TRIM- OG TURORIENTERUNGSUTVALGET**

Uvalgets medlemmer:

 Mette Heimstad, Lars Berglund, Anne Kristin Kvamme, Ragnhild Hultgren, Magne Kvamme, Ivar Lindseth (kontakt til Ti på topp)

Møtevirksomhet: Planlegging 4. mars, pakkemøte 25. mars, oppsummering og planlegging av neste år ?november.

5 Kartområder:

Kinnsåsen, Veienmarka, Ringkollen, Bergerbakken, Moesmoen Jevnaker.

 Kulturminner/geologi er beskrevet i folderen på områdene Bergerbakken, Ringkollen,

Veienmarka og Moesmoen

 Antall poster , 80 fordelt med Kinnsåsen 7, Veienmarka 8, Ringkollen 25, Bergerbakken 20, Moesmoen 20, samlet poengsum 1000 .

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

Tur-o-konvolutt innhold: 5 kart og sort kopi med påtegnede poster. Folder med deltaker info, månedens poster, områdeansvarlige, poeng og merkekrav, naturvett, områdebeskrivelse, postbeskrivelse, lynkurs i kart og kompass, kulturhistorie og geologi i områdene og oppdatert adelskalender.

Tur-o på nett. Konvoluttpakken er som forrige år presentert under navnet "Over mo og myr", med informasjon om salgssteder. Det er lagt ut foto av særpreget landskap i områdene. Samtlige poster er lagt ut med egen kode, slik at klipp kan registreres på nett. I tillegg til de 5 områdene ble 1 rød tur på Kihlemoen og 1 foto-orienteringstur i Hovsmarka og 1 på Sundvollen lagt ut som betalte turer på nett.

Salg: Ordinært konvoluttsalg 147, pris pr. konvolutt kr. 200,-. Dessuten nettsalg av konvoluttpakken, postplukkturer, 1 gradert rød tur og 2 foto-orienteringsturer. Pris pr. postplukktur kr 50,-

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

Plakett og merketildeling

 Merker og plaketter er sendt i overensstemmelse med oppnådde krav. 40 deltakere fikk gullmerke, 1 sølvmerke og 9 bronsemerke. Deltakere som ikke ønsker merke tilsendt er ikke regnet med her. 1 deltaker oppnådde 20 års plakett, 2 oppnådde sølvplakett og 1 bronseplakett.

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

**DUGNAD**

Dugnadsansvarlige i år har vært: 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, men nestleder i styret har hatt møte i høst vedr. koordinering av dugnadene og litt om sesongen 2016.

Årets Ringeriksmaraton hadde 3168 deltakere. Antall funksjonærer fra ROL var 61. Ønsket behov er 70, fordi det på noen steder bør være to trafikkvakter, men likevel var det bra at så mange stilte når vi også skulle arrangere NM helga etter.

Eggemomila ble gjennomført i strålende oktobervær på gamle idrettsbanen til Forsvaret. ROL er meget takknemlig for velvillighet hos Tronrud Engineering for lån av arena og strøm.

Det var 165 løpere som gjennomførte og mange gavepremier var skaffet for anledningen. Takk til alle som bidro med flotte premier. Glade Hjul, Sport1 Jevnaker, Pizzabakeren og Tronrud Engineering.

På grunn av godt vær og manglende skiføre var det rekordoppslutning om årets Ribbemarsj med 497 deltakere og en netto inntekt på 33.000 kroner. I alt 9 funksjonærer var i sving med merking av løype, matstasjon og registrering og premiering. (Kristian og Trine Kihle, fam. Strande/Dåsnes og fam. Berglund)

Alle dugnader er gjennomført på en god måte, og er avgjørende for ROLs økonomi. Frafall av dugnadsansvarlig på Eggemoen gjorde at styrets leder måtte overta ansvaret for denne dugnaden. Sykdom gjorde at Kari og Morten overtok ansvaret for Ribbemarsjen. Dugnaden på turstien Sundvollen – Nes blei gjennomført på våren.

**INFORMASJON**

Vi har ikke hatt eget utvalg i 2015. Sander Arnevik har hatt ansvar for ROL s hjemmeside og oppdatert denne fortløpende i samarbeid med flere av klubbens medlemmer.

Hjemmesida er ROLs viktigste informasjonskanal, og den fikk et flott nytt design i oppstarten på 2015.

**UNGDOMSUTVALG**

Det har ikke vært noen aktivitet i ungdomsutvalget i 2015.

ÅRSPLAN 2016

 **Styret legger fram forslag til årsplan 2016. 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.**

**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.

AU legger opp til en bevisst målsetting om å øke medlemstallet i 2015 og få flere med på løp.

Planene for utvalgene er foreløpige og kan evt. bearbeides slik at evt. nye medlemmer i utvalget har en reell innflytelse på planen.

AU starter i 2016 arbeidet med Målstruktur for perioden 2016-2020. Vi ønsker innspill fra årsmøtet og fra medlemmene på satsingsområder og aktivitetsmål for perioden.

**REKRUTTERING- OG TRENINGSUTVALGET**

Rekruttering

* Utvalget ønsker å videreføre rekrutteringsatsingen i Hole, som ble startet opp i 2014.
* I tillegg å få til en rekruttsatsing i Haugsbygd i 2016.
* Tyristrand fortsette en viss aktivitet.
* Et viktig mål vil likevel være at nye og rekrutter deltar på klubben ordinære tirsdagstreninger.
* En målsetting i 2016 er i større grad å mobilisere foreldre for å bistå i rekrutteringsarbeidet.

Trening

* For gruppa 13-20 legges det opp til personlig oppfølging av de løpere som ønsker dette. Opplegget fra 2016 videreutvikles.
* Det legges særlig vekt på å mobilisere til deltagelse i satsingsløp og deltagelse i store stafetter som Tiomila og Jukola.
* For yngre løpere er målsettingen å skape gode miljøer, beholde de løperne vi har og få nye med. For å få med nye løpere trenger vi hjelp fra foreldregruppen (venner, skiløper osv.) til mobilisering.
* For aldersgruppen > 20 mobiliseres for at flest mulig deltar på våre fellestreninger der nivået legges opp som tidligere med sikte på at treningsmiljøet i klubben blir best mulig.
* Fjorårets forsøk med langturer i spennende omgivelser videreføres. I 2016 må det jobbes særlig må å bli enda bedre på informasjon og oppfølging av enkeltløpere.
* Opplegget med o-tekniske treninger videreføres. Det vektlegges spesielt å legge opp et systematisk opplegg i april for å få en god start på sesongen.
* Det mobiliseres tidlig for deltagelse i store stafetter, særlig Tiomila, der vi i år legge opp til en skikkelig miljøtur til Lugnet i Falun.

**ARRANGEMENTSUTVALGET**

**Arrangement:** I 2016 er *Ringeriksløpet 5. juni* vårt hovedarrangement med Kari Strande som løpsleder, Kristian Kihle som løypelegger og Stig Melling som sekretariatsansvarlig.

*Ringeriks-karusellen* videreføres med 10 løp på følgende datoer: 28. mars, 14. april, 1, 12, 19 og 26. mai, 18 og 25. august, 1 og 8. september. Forut for karusellen vil arrangementsutvalget samle løypeleggerne for gjennomgang av løypelegging og VDG hensyn.

*Klubbmesterskapet* planlegges arrangert i juni

*Night Hawk 2017*. Styret i ROL har gitt positivt tilsvar til IL Tyrving om samarbeid om Night Hawk i 2017 lagt til Ringerike. Kari Strande er kontaktperson fra ROL og det må avklares samlingsplass, terreng og hovedfunksjoner i samarbeid med Tyrving i løpet av vårhalvåret. Fossekallen inviteres også til samarbeid om dette arrangementet.

**Materiell:** fornyes ved behov og lagerrutiner kompletteres. Det er foreløpig ikke avklart om vi kan lagre større materiell i ishockeyhallen etter ombyggingen der. Dette må avklares før sommeren. Større materiell er midlertidig lagret på Vågård.

**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**

**Kartprosjekter under arbeid:**

Damtjern/Løvlia

Det planlegges synfaring og rentegning og ferdig leveranse i løpet av året. Kartet dekker 6.5 km2 i området mellom Damtjern og Løvlia.

Kinnsåsen

Arbeidet foregår på dugnad og videreføres i 2016.

Toso skole

Kartet er synfart i 2015. Vi planlegger rentegning i løpet av vinteren 2016.

Svensrud

Kartet er synfart i 2015. Vi planlegger rentegning i løpet av vinteren 2016.

**Nye kartprosjekter:**

Helgelandsmoen

Vi planlegger synfaring på dugnad og starter i området øst for leirområdet.

Flere nærkart

Vi oppfordrer fortsatt våre ungdommer til å synfare skolekart eller nærkart. Vi har flere aktuelle områder, blant annet ønsker vi å lage et kart over Hvalsmoen.

**TRIM OG TUR-ORIENTERINGSUTVALGET**

Utvalget planlegger tradisjonell turorientering med 80 poster på 5 områder: Biliåsen- Borgenmoen 15, Kartverksskogen 8, Eggemoen 25, Ringkollen 25, Kindsåsen 7. Månedens post arrangeres, med premiering til trukket vinner hver måned. De som besøker alle månedens poster får en premie. 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. Minst en gradert tur (grønn/blå) tilbys gratis.

Viderefører nær-orientering. For å sikre et stabilt tilbud uten poster som fjernes av uvedkommende i belastede områder, tilbys dette som foto-orientering. Enkle graderte tradisjonelle turer (grønn, blå) i nær-områder, minst 1 krevende (rød eller sort ) tur.

Åpningsarrangement knyttes til en grønn/ blå tur med informasjon/instruksjon og konvoluttsalg.

 Kulturminner og detaljer med geologisk særpreg markeres, og der det er mulig legges månedens post i nærhet.

Salg av tur-o- konvolutter i butikker. Dessuten salg fra medlemmer ved O-løp og på

arbeidsplasser som ligger til rette for det. Pris for konvolutt og turer på nett vurderes i samarbeid med styret. Utvalget foreslår samme pris, kr 200,- for konvolutt. Markedsføring av ROLs turorientering gjøres på ROLs nettside, på Tur-orientering.no, annonsering i Ringerikes Blad.

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.

Ti på topp
ROL tar sikte på å viderefører vår deltagelse i Ti på Topp. For 2016 legges det også opp til en vinterutgave med i første omgang 10 turer. Her har ikke ROL et ansvar, men logoen vår er med i heftet som en av organisasjonene som står bak folkehelsetiltaket. Sommersesongen 2016 vil ROL ha ansvaret for 4 poster - Aklangen N, Eggemomila, Høgkastet (Hole) og Femputtsteinen, med egne innlagte O-poster i tilknytning til sistnevnte. Disse vil ha lavere vanskelighetsgrad, og være uavhengig av ROL's øvrige tur-O opplegg.

**DUGNADER**

Det er planlagt gjennomføring av de samme dugnadene som i 2015:

* Grenaderløpet med matstasjon på Løvlia
* Ringeriksmaraton med 3 vekslingssteder, derav i Hønefoss sentrum med barneløp
* Eggemomila
* Ribbemarsjen

**INFORMASJON**

Web siden oppdateres fortløpende og alle utvalgslederne er ansvarlige bidragsytere for å holde informasjonen på hjemmesiden oppdatert.

**UNGDOMSUTVALG**

Det foreslås å fortsatt sette av en sum på budsjettet som ungdomskontaktene kan disponere til en aktivitet for alle ungdommene i laget.

**Medlemskontingenten Vedlegg sak 5**

Medlemskontingenten blei sist endret i 2012. ROL har god økonomi bl.a. fordi medlemmene utfører en betydelig dugnadsinnsats. Styret foreslår derfor samme kontingentsatser for 2016.

**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

**Organisasjonsstruktur Vedlegg sak 6**

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 senere årene hatt et redusert antall medlemmer i ungdomsgruppa Styret har vurdert at det kan være enklere å få noen med i ungdomsutvalget dersom de ikke trenger å sitte i div. møter både i styret og utvalg for rekruttering og trening. Styret foreslår på bakgrunn av dette derfor flg. endring: Den første setningen tilhørende ungdomsutvalget foreslås derfor strøket i organisasjonsplan. Ungdomsutvalget får en pott med penger som de kan planlegge hvordan de synes det er hensiktsmessig å bruke disse i 2016.(se budsjett 2016)

ROL har siden 2013 ikke hatt leder av dugnadsutvalget, men har bestått av fem medlemmer med fordelt ansvar for de fire dugnadene. Styret foreslår at dugnadsutvalget utgår og at det velges en ansvarlig for hver av de fire dugnadene Grenaderen, Ringeriksmaraton, Eggemomila og Ribbemarsjen. De dugnadsansvarlige rapporterer direkte til AU.

ROL’s statistikkfører har i tillegg til løpsstatistikk også vært ansvarlig for politiattestene til lagets tillitsvalgte. Styret foreslår at denne funksjonen overføres til lagets nestleder.

I 2015 har det kommet informasjon om at alle idrettslag skal ha en barneidrettsansvarlig. Dette gjelder også ROL. Styret foreslår at denne funksjonen legges til leder av rekruttering og treningsutvalget.

**RESULTATOVERSIKT 2015**

**KM**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Klasse** | **Plassering** | **Navn** |
| **H13-14** | **1** | **Jørgen N. Melling** |
| **H 15-16** | **2** | **Oskar Arnevik** |
| **D 19-20** | **1** | **Ingrid Disch Løset** |
| **H21** | **4** | **Lars Inge Arnevik** |
| **D40** | **2** | **Torunn Økern Jensen** |
| **D45** | **3** | **Anne Guro Nøkleby** |
| **D 50** | **1** | **Kjersi Stræte** |
| **H50** | **1** | **Kristian Kihle** |
| **H65** | **1** | **Helge Revhaug** |

**NM Ultralang**

H 17-18

40.Sander Arnevik

42.Håvard Bakke

43.Anders D. Løset

44.Richard Kammerud

**HOVEDLØPET**

**Sprint Langdistanse**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| D 14 | 18 | Tuva S. Aas | D 14 | 18 | Tuva S. Aas |
|  | 54 | Dina Laeskogen |  |  |  |
| H14 | 63 | Anders Roum |  |  |  |
| H15 | 24 | Oskar Arnevik | H15 | 29 | Oskar Arnevik |

Veteranmesterskapet

Sprint: Langdistanse

D65: 5.Kari Strande 2.Kari Strande

H65: 4.Helge Revhaug 9.Helge Revhaug

Veteran VM

Sprint: Langdistanse

D65: 4.Kari Strande 10.Kari Strande

PWT-cup

H 13-14 1. Jørgen N. Melling

**Representasjon og verv**

Medlem treningsrådet Buskerud o-krets :Lars Inge Arnevik

Buskerud orinteringskrets årsmøte: Helge Graffer, Morten Dåsnes og Eirin D. Mathiesen Årsmøte Ringerike idrettsråd: og Hole idrettsråd (observatørstatus): Eirin Disch Mathiesen

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  **Draktbeholdningen** |   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  Beholdning 01.01.16 |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  **Beholdning**  | **130** | **140** | **150** | **160** | **XXS** | **XS** | **S** | **M** | **L** | **XL** | **XXL** | **Antall** | **Pris** | **Verdi** |
|  Overtrekksjakke |   | 4 | 4 | 2 |   | 4 | 2 | 4 | 5 | 2 | 1 | 28 | 850 | 23 800 |
|  Overtrekksbukse |   |   | 3 | 2 | 4 | 4 | 3 | 4 | 4 | 3 | 3 | 30 | 650 | 19 500 |
|  Løpstrøye | 2 | 1 | 12 | 2 |   | 4 | 2 | 4 | 5 | 3 | 2 | 37 | 600 | 22 200 |
|  Løpsbukse | 2 | 1 | 8 | 2 |   | 4 | 7 | 4 | 1 | 3 | 2 | 34 | 450 | 15 300 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | Sum | 80 800 |

**Kartbeholdningen**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Kartbeholdning ROL | pr. dato |  |  | 13.12.2015 |  |
|  | Sist utgitt | Målestokk | Areal | Antall igjen |  |
| **Konkurransekart** |   |  |
| Eggemoen | 2015 | 1:15000 | ? | 100 |  |
| 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](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/helgelandsmoen.htm) | 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](http://www.ringerike-o-lag.no/) | 2002 | 1:15000 | 13 km2 | 1270 |  |
| [Hovinsætra](http://www.ringerike-o-lag.no/) | 2002 | 1:10000 | 5 km2 | 140 |  |
| [Hønefossen (sentrum)](http://www.ringerike-o-lag.no/) | 2002 | 1:5000 | 4 km2 | 530 |  |
| [Helgelandsmoen Nord - Lamoen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/helgelandsmoen.htm) | 2000 | 1:10000 | 3 km2 | 865 |  |
| [Helgelandsmoen Sør](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/helgelandsmoen.htm) | 2000 | 1:10000 | 3 km2 | 500 |  |
| Ringkollen oppd 2014 |   |   |   | 90 |  |
| **Treningskart** |   |   |   |   |  |
| Ringkollen vinter | 1994 | 1:15000 | 19km2 | 260 |  |
| [Moesmoen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/moesmoen.htm) | 2003 | 1:10000 | 5 km2 | 460 |  |
| [Bergerbakken](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/bergerbakken.htm) | 1999 | 1:10000 | 10 km2 | 950 |  |
| [Skjerpåsen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/skjerpaasen.htm) | 1999 | 1:10000 | 7 km2 | 60 |  |
| [Aurenhaugen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/aurenhaugen.htm) | 1998 | 1:10000 | 2 km2 | 50 |   |
| [Vågårdsåsen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/vaagaardsaasen.htm) | 1998 | 1:15000 | 20 km2 | 1450 |  |
| Åbortjern | 1996 | 1:10000 | 7,5 km2 | 10 |  |
| [Kvitmyråsen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/kvitmyraasen.htm) | 1996 | 1:15000 | 12 km2 | 80 |  |
| [Sokna, nord](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/sokna_nord.htm) | 1994 | 1:10000 | 5 km2 |  100 ubrukbar trykk |  |
| [Ringkollen (vinterutgave)](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/ringkolv.htm) | 1994 | 1:15000 | 18 km2 | 230 |  |
| [Semmentjern](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/semmentjern.htm) | 1984 | 1:15000 |   | 400 |  |
| [Gulsplassætra - Semmentjern](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/gulsplass.htm) | 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](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/veienmarka.htm) | 2001 | 1:7500 | 2 km2 | 1550 |  |
| [Heggen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/beskrivelse/heggen.htm) | 1998 | 1:10000 |   | 95 |  |
| [Burudåsen](http://www.ringerike-o-lag.no/kart/kart/beskrivelse/burudaasen.htm) | 1985 | 1:10000 |   | 70 |  |
| Hole ungdomsskole | 1985 | 1:5000 |   | 10 |  |
| Vik nærkart kun digitalt |   |   |  3km² |   |  |
|  |  |  |  |  |  |

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**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|   | Status2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | Mål 2015 |
| Medlemmer | 179 | 167 | 171 | 168 | 171 | 167 | 200 |
| 6-12 år | 23  | 20 | 21 | 21 | 22 | 22 | 30 |
| 13-19 år | 28 | 33 | 34 | 30 | 31 | 28 | 50 |
| 20-25 år | 6 | 8 | 10 | 11 | 13 | 15 | 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 | 1351 | *2000* |
| Ant i klubbmesterskap | 45 | 43 | 48 | 46 | 32 | 48 | *50* |
| KM langdistanse | 46 | 42 | 35 | 27\* | 32 | 22 | *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 | 83 | 220 |
| KM Senior | 2H,1D | 2D/2H | 1D/1H | 1D/1H | 1D/2H | 2D/2H | 3D,3H |
| KM Yngre | 3 | 2 | 2 | 1 | 3 | 2 | 4 |

**1.4 Deltagelse i NM/HL**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | *Mål 2015* |
| Hovedløp | 15 | 6 | 9 | 5 | 4 | 4 | *15* |
| Jr.-NM ind. Langdist | 1 | 2 | 0 | 2 | 0 | 4 | *4* |
| Jr.-NM staf. | 3 | 3 | 3 | 2 | 0 | 0 | *3* |
| Sr.-NM ind. langdist | 0 | 3 | 0 | 0 | 0 | 0 | *3* |
| Sr.-NM staf. | 2 | 2 | 2 | 3 | 2 | 0 | *2* |

**1.5 Tur-o**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Status2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | Mål 2015 |
| Antall solgte konvolutter | 160 | 175 | 170 | 171 | 186 | 147Uten nettsalg | 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 | 1 | *3* |
| KM junior D/H 17-20 | 1 | 2 | 2 | 3 | 0 | 1 | *4* |
| KM senior H/D21 | 1 | 1 | 1 | 0 | 1 | 0 | *1* |
| KM D/H 35- | 6 | 5 | 4 | 1 | 5 | 0 | *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 | 2 | 3 |
| NM, 17-20  | 0 | 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 | *2* |
| KM senior | 1 | 0 | 0 | 1 | 0 | 1 | *1* |
| KM over 35 | 2 | 3 | 3 | 4 | 2 | 5 | *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 | 2013 | 100 |
| Tio-mila, D lag | 279 | Disk | -\* | 252 | - | 229 | 150 |
| Tio-mila, H lag | 245 | 240 | 208 | Disk | 209 | 229 | 200 |
| NM junior | 23 | 13/36 | D 23/38H 28/53 | D18/29 | - | 0 | 1 lag beste 1/3 |

\*Mangla 1 løper

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |