



MÅLSTRUKTUR I ROL 2017-2021

Klubb-idé

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 et godt trenings- og aktivitetstilbud for ungdom, juniorer og voksne løpere
- 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 2017-2021

ROL skal i perioden spesielt vektlegge:

- Kontinuerlig rekruttering av gutter og jenter ca 8 – 14 år
- Rekruttere familier, voksne nybegynnere og andre voksne medlemmer
- 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
- Opprettholde aktiviteten blant klubbens voksne medlemmer gjennom trening, turer og godt sosialt miljø

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

DELMÅL ÅR 2021

På noen felt er målene for 2021 tilnærma lik status for 2016. Da er det et mål å opprettholde status for hvert av årene i perioden. På andre felt kreves det en økning, eller en forbedring i perioden for å nå mål for 2021.

1. AKTIVITETSMÅL

1.1. Medlemmer

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
Medlemmer	171	167	165	149	140	140	180
6-12 år	22	22	8	5	5	14	20
13-19 år	31	28	39	30	24	24	45
20-25 år	13	15	20	17	16	12	20
Minste kjønn %	42	42	42	42	41	43,5	40

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

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
Antall starter totalt	1480	1351	1365	1314	1212**	932	1600
Ant i klubbmesterskap	32	48	20	31	30	34	50
KM langdistanse	32	22	28	29	22	21	40

**ny tellemåte ifra 2018

1.3 Deltagelse i stafetter

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
Individuelle stafett starter	93	83	66	89*	106*	40	100
KM Senior	1D/2H	2D/2H	0	0D/1H	1D/2H	0D/1H	3D,3H
KM Yngre	3	2	1	2	4	2	4

*også DSQ-lag

1.4 Deltagelse i NM/HL

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
Hovedløp langdist.	4	4	2	7	4	5	10
Hovedløp sprint			8	8	4	5	10
Jr.-NM ind. langdist	0	4*	0	0	1	0	5
Jr.-NM staf.	0	0	0	0	0	0	2
Sr.-NM ind. langdist	0	0	0	1	0	0	3
Sr.-NM staf.	2	0	0	0	0	0	2

*4 deltakere i NM ultralang

1.5 Tur-o

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
Antall solgte konvolutter	186	147 Uten nettsalg	150	205	173	182	180
Enkeltturer fra nett			111	84	86	88	150
Gratisturer			152	117	89	97	200
Foto-o			78	135	52	76	150
Månedens løype						86	

2. RESULTATMÅL

2.1 KM Individuelt

Antall medaljer/pallplasseringer (KM langdistanse)

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
KM D/H –16	2	2	1	1	1	0	3
KM junior D/H 17-20	0	1	0	0	1	1	4
KM senior H/D21	1	0	0	1	2	0	1
KM D/H 35-	5	5	6	5	4	4	6

2.2. Hovedløp og NM

Antall deltakere blant beste tredjedel

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
HL-lang, 14-16	1	2	0	2	1	1	3
HL- sprint 14-16			1	4	1	3	3
NM- lang, 17-20	0	0	0	0	0	0	3

2.3 KM-Stafett

Antall medaljer/pallplasseringer

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
KM D/H 13-16	1	0	1	1	0	1	2
KM senior	0	0	0	0	0	0	1
KM over 35	2	1	3	3	0	2	2

2.4. Andre stafetter

	2014	2015	Status 2016	2017	2018	2019	Mål 2021
15- stafetten	Disk	?	12	0	16/28	17	10
Tio-mila, u- lag	Disk	2013	167 og 243	72 og 223	191*og 268*	-	100
Tio-mila, D lag	-	229	160	224	-	-	150
Tio-mila, H lag	209	229	237	157	202	-	200
NM junior	-	-	-	-	-	-	1 lag beste 1/3
Jukola		410	0	807	713/1138	-	400
Venla	203/594	255/612	305	400	468/633	-	200/590

*mix-lag med Eiker og Modum