



ÅRSMØTE RINGERIKE O-LAG

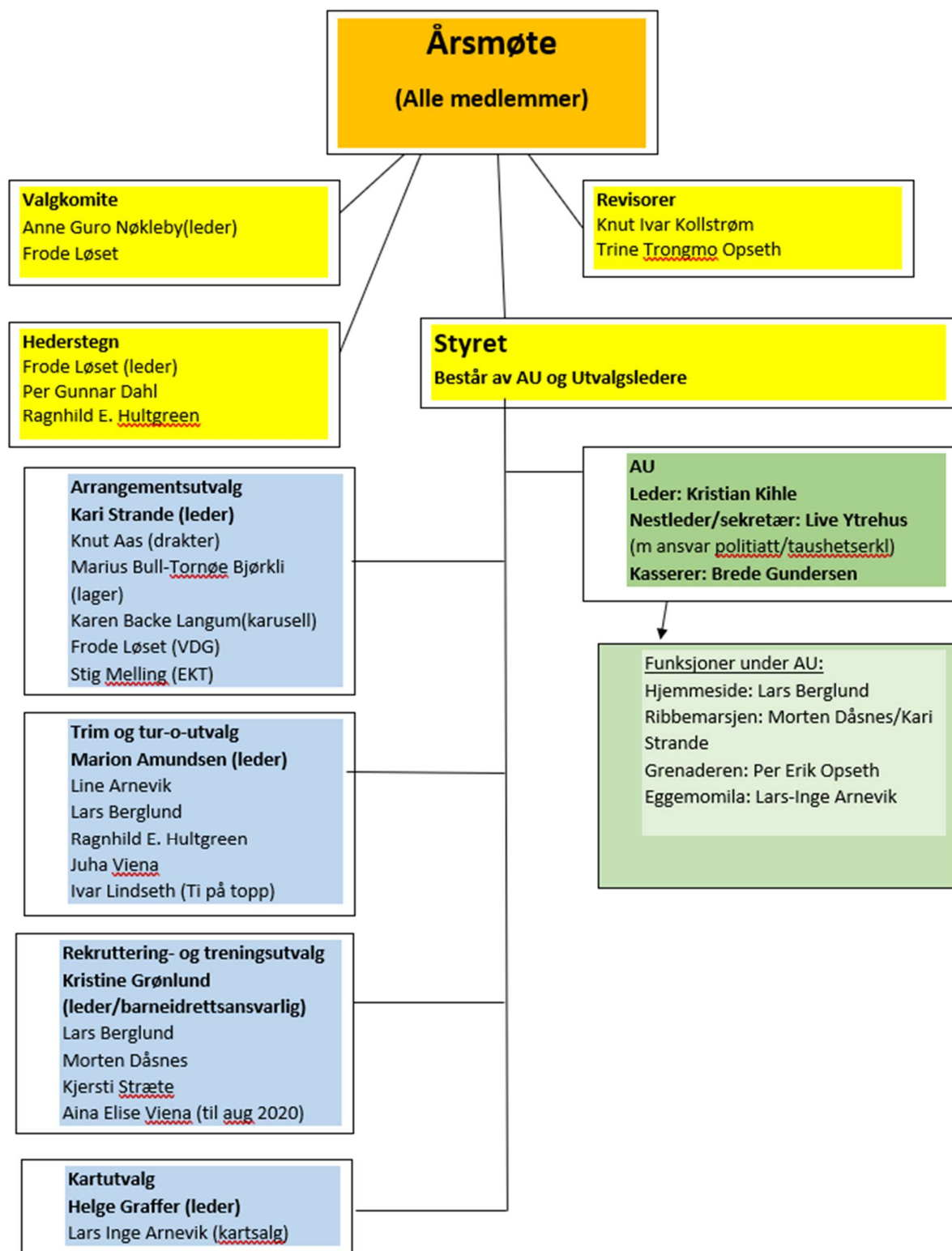
Torsdag 11.februar 2021 kl.19.00

Ringkollstua

Forslag til saksliste:

1. Åpning
Godkjenning av innkalling
Godkjenning av stemmeberettigete
Godkjenning av saksliste
Valg av referent, og to til å undertegne protokollen
Valg av møteleder
2. Årsmelding 2020, vedlagt s. 3.
Vedlegg: Resultatoversikt s.11, Representasjon og verv s.13, Draktbeholdning s.13, Oversikt over materiell s.14, Måldokument 2017 -2021, s.16.
3. Regnskap 2020, eget dokument.
Revisors rapport legges fram på årsmøtet
4. Forslag til årsplan 2021, vedlagt s.20.
5. Budsjett 2021, to alternativer i egne dokumenter
Styret foreslår nye retningslinjer for startkontingent og egenandel, forslag vedlagt s.24.
Fastsetting av medlemskontingent, forslag vedlagt s. 24.
6. Organisasjonsstruktur, vedlagt s.25.
7. Innkomne saker.
 1. Ny Lovnorm fra 01.01.2020. Oppdatering av vedtektene etter krav fra NIF, forslag til ny lovnorm vedlagt som eget dokument.
 2. Styret foreslår endring av retningslinjene for startkontingent og egenandel, forslag vedlagt s.24.
 3. Målstruktur 2022-2026, styret inviterer Årsmøtet til å komme med innspill, stikkord vedlagt s. 25.
8. Valg, valgkomiteens innstilling ettersendes eller legges fram på årsmøtet

for Ringerike o-lag
Kristian Kihle



ÅRSMELDING 2020

Styrets årsberetning 2020

Orienteringsåret 2020 har på samme måte som på de fleste andre områdene i samfunnet blitt preget av koronasituasjonen. Det startet med at vår tradisjonelle klubbturn til Nord-Jysk i Danmark måtte avlyses. Så stengte Norge ned 12. mars og mange av våre planlagte aktiviteter måtte endres, avlyses eller utsettes. Nå viste det seg etter noen uker at vår idrett er en av de som tross alt kan utøves selv om det er smittefare, fordi to meters avstand er relativt enkelt å håndtere i skogen. Treningsutvalget tok tak og med stor kreativitet ble det usynlig- O, treningsløyper med individuell start og etter hvert fellestrening med håndsprit, avstand og oppmøtelister slik reglene var. Våren er tradisjonelt tiden hvor vi jobber med rekruttering, men med restriksjoner på nærkontakt mellom «ukjente» ble det for vanskelig å gjennomføre. Allikevel har sesongen sett under ett vært et meget aktivt år for treningsutvalget. Tur-orientering ble også en vinner denne våren, når det meste annet var umulig var tur-orientering mulig. Kanskje har aldri så mange benyttet seg av dette tilbudet som i år, morsomt og en ekstra takk til tur- og komiteen som hadde funnet fram til mange fine områder. Spennende å se hvordan dette påvirker deltagelsen i 2021. Vi klarte å gjennomføre alle våre planlagte aktiviteter på en god måte. Det så lenge mørkt ut for KM-mellom som vi måtte avlyse i mai, men med ny dato i august gikk det veldig bra. Også karusselløpene, klubbmesterskapet og Nattugla gikk omtrent som planlagt. Klubbmesterskapet var opprinnelig annonsert i juni, men måtte avlyses slik smittevernsreglene var da. I september fikk vi et fint erstatningsmesterskap på Sørsetra med 41 deltakere. Sesongavslutning var planlagt på Ringkollstua i slutten av oktober, men smittetrykket økte på den tida og påmeldingen ble så lav at vi dessverre måtte avlyse denne samlingen. Julerebusløypa til Helge Revhaug på Mosmoen-Jevnaker har blitt en fin tradisjon og i år har Morten Dåsnes fulgt opp en adventskalenderløping i Hole, også det et fint og populært tiltak. Kartarbeidet har også fulgt planen i år med nytt revidert kart på Ringkollen som den største satsingen.

I 2020 gikk to av o-lagets eldste medlemmer bort: Birger Garberg og Kåre Strande. Begge var sentrale i klubben gjennom mange år med aktive løpskarrierer og mange administrative oppgaver. Familiene ønsket at det ble gitt minnegaver til o-laget. Vi takker for disse gavene og vil bruke dem slik vi tror Birger og Kåre hadde ønsket det.

Fra orienteringsåret 2020 resultatmessig nevnes spesielt Martin Nøkleby Melling som ble nummer 4 i H 16 på sprinten i hovedløpet og Rasmus Berglund som ble nummer 9 på langdistansen i H 15. Rasmus fikk årets innsatspokalen på grunn av den gode plassering på langdistansen. For en orienteringsløper som liker store nasjonale løp, sommerløp, ferieløp i utlandet eller deltagelse i de store stafettene har året 2020 imidlertid vært kjedelig. Mye har blitt avlyst og det har nærmest vært umulig å løpe o-løp hver helg. Det ser vi tydelig på løpsstatistikken, og ikke minst på økonomien vår. Aldri har vel Ringerike o-lag bommet mer på budsjettet enn det som var tilfelle i fjor. Med mindre aktivitet ble det mindre utgifter og et budsjettert underskudd ble til et stort overskudd. Det er ikke slik vi ønsker at det skal være og styret håper 2021 bli mer som normalen.

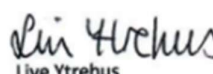
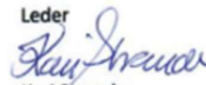
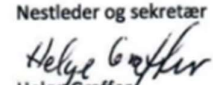
Det er gjennomført 4 styremøter og behandlet 31 saker. Styremøtene i mars og november ble avviklet digitalt. Det er også gjennomført 4 AU møter hvorav møtene i mars, april og desember ble avviklet digitalt.

Av våre faste dugnader ble Grenaderløpet 15.02, og dermed vår matstasjon på Løvli, avlyst på grunn av snømangel. Senere på året måtte Eggemomila avlyses på grunn av smittesituasjonen. Gledelig var det derfor at Ribbemarsjen 2.juledag kunne gjennomføres.

Ribbemarsjen ble avviklet med koronatilpasning. Det ble kommunisert med kommuneoverlegen om opplegget. Det var snøvær, men ellers fint å gå tur og 313 fornøyde deltakere gikk turen som nå var uten matstasjon og uten bingo. Registrering var via Vipps, og det ble delt ut 25-års vaser til tre deltakere, og til vinneren av gavekort fra Ringerikes blad. På grunn av den spesielle situasjonen valgte vi å gi 25% av startkontingenten som gave til Kirkens bymisjon.

Takk til alle som har bidratt til et godt klubbår i 2020.

Ringerike o-lag

 Kristian Kihle Leder	 Live Ytrehus Nestleder og sekretær	 Brede H. Gundarsen Kasserer
 Kari Strande Arrangement	 Helge Graffer Kart	 Kristine Grønlund Rekruttering og trening
Marion Amundsen Trim og tur-o		

Årsrapporter fra utvalgene

ARRANGEMENTSUTVALGET

Det ble et annerledes år enn planlagt da koronarestriksjonene kom, så det ble utsettelse, en del oppfinnsomhet og initiativ fra enkeltmedlemmer med digitale arrangement og usynlig orientering på gamle løyper.

KM- mellom var planlagt til søndag 10. mai. Dette ble utsatt til 22. august hvor Per Erik Opseth la løypene, Kari Strande tok over løpsledelsen og Stig Melling hadde som vanlig en sikker hånd om tidtaking og sekretariat. Løpet gikk som et kom, løp og reis hjem-løp og med Antibac både ved start og mål. Egen registrering også av ikke- løpere. Starten var trukket litt mer ut i tid enn vanlig og startlistene ble satt opp slik at hver klubb hadde sin slott . Vi ønsket alle velkommen etter hvert som de kom og minnet om avstand og minst mulig venting på samlingsplass. Vi passerte 200 deltakere som trivdes godt med å kunne konkurrere igjen. Det ble også satt pris på at vi hadde tilbud om småtroll også i disse pandemitider. Det var innlagt PWT cup for 13-16 års gruppene.

Ringerikskarusellen var planlagt med 10 karusell- løp sammen med Fossekallen og oppstart 2. dag påske. Dette gikk ikke og vi startet opp først i siste halvdel av juni og gjennomførte 9 løp på datoene 18.6, 25.6, 13.8, 20.8, 27.8, 3.9, 10.9, 17.9 og 24.9. I alt 323 starter og et snitt på 36 løpere per løp. Avslutning med premieutdeling fikk vi ikke til, så noen har litt i vente på nyåret.

Klubbmesterskapet var planlagt til 4. juni, men pga restriksjonene ble dette også skjøvet til høsten og ble arrangert 8. september. Her tok vi i bruk et for mange nytt terreng ved Sørsetra . Det var 34 deltakere i løypene og trivelig avslutning med middag og premieutdeling inne på Sørsetra.

Nattugla Dette ser ut til å ha blitt et populært tilbud. Det var i alt 106 starter, som blir et snitt på 36 per løp. I tillegg stilte 26 deltakere fra Holeværingen opp i siste løp og de syntes det var gøy til tross for et litt vått og kaldt vær.

Materiell I tre år har vi hatt større utgifter for investering i materiell, som vi tidligere har fått tilsagn om støtte til. Nå er det meste gjennomført og inntektene fra Sparebank1 stiftelsen er utbetalt. Materielloversikten blir oppdater med de nye innkjøpene. Se eget vedlegg. Vi hadde ellers planer om en større opprydding og sanering på lageret, men pga pandemien må dette utsettes til alle gruppene kan samles og gå gjennom sitt utstyr. Det er rett før jul skiftet låser på dørene oppe og klubben har tre nøkler. Vi har to nøkler til ytterdøra.

VDG: Det er sendt informasjon til kommunene, viltneid og grunneierorganisasjoner i samsvar med NOFs regler om kartarbeid, tur-orientering og løpsarrangement.

KARTUTVALGET

Kartutvalget har hatt ett møte i 2020. Det var et slags fagseminar der også Leif Roger Hultgreen deltok. Ellers har vi hatt kontakt ved behov.

Det er fokus på skolekart for tiden etter initiativ fra NOF. Vi er med på dette med tre fullførte skolekart i 2020. Vi har fått støtte fra NOF / Sparebankstiftelsen DNB for arbeidet.

Slutførte kartprosjekter i 2020

Ringkollen

Dette er nykartlegging av de sentrale områdene rundt Ringkollen, kanskje vårt viktigste o-terreng. Vi fikk en foreløpig leveranse før sesongen og endelig leveranse i høst. Omtrent 8 km². Arbeidet er utført av Leif Roger Hultgreen. Det er et spillemiddelprosjekt og støtten er allerede utbetalt til ROL.

Eggemoen

Det ble gjort ajourføring av kartet i forbindelse med KM-mellom. Dette ble utført av Lars-Inge Arnevik.

Nes skole

Skolekart for Nes skole i Ådal. Synfaring ved Morten Dåsnes og reintegning ved Helge Graffer. Det har allerede skjedd endringer i området så vi tar sikte på enn oppdatering til våren.

Sundvollen oppvekstsenter

Skolekart for Sundvollen oppvekstsenter. Synfaring ved Sverre Graffer og reintegning ved Helge Graffer.

Vik skole

Skolekart for Vik skole. Synfaring ved Sverre Graffer og reintegning ved Helge Graffer.

Kart under arbeid

Løvlia

Dette blir NM-kart i 2022 og kartprosjektet er et samarbeid med IL Tyrving. Spillemiddelsøknad er sendt og det er gjort avtale med Tyrving. Synfaringen vil starte opp sommeren 2021.

Kårstadjernet

Synfaring ved Helge Revhaug. Reintegning ved Helge Graffer. Kartet er blitt utvidet mot vest og arbeidet fortsetter i 2021.

Hønefoss-Hvalsmoen

Ny kartlegging i området langs Randselva mellom Hønefoss og Hvalsmoen. Arbeidet utføres av Lars-Inge Arnevik. På grunn av Hovsenga-raset høsten 2019 er kartet satt på vent.

Nedre Kilemoen

Nytt kart mellom industriområdet og jernbanen. Utføres av Lars-Inge Arnevik. Det kan være aktuelt som sprintkart.

Helgerud skole

Skolekart for Helgerud skole. Synfaringen er ferdig og utført av Mikkel Berglund. Reintegningen vil bli ferdig til våren.

REKRUTTERING- OG TRENINGsutVALGET

Trening

Året begynte med intervalltrening ute og styrketrening inne på Veien skole. Det var lavt oppmøte på disse treningene, og i midten av januar flyttet vi derfor treningene ut i skogen til Hole. Disse treningene hadde vesentlig bedre oppmøte, og vi fortsatte med treninger på kart i Hole og på Helgelandsmoen fram til organisert idrettsaktivitet ble forbudt 12. mars. I perioden med forbud mot organisert idrett klarte vi likevel å tilby mange treningsløyper til egentrening, både med poster i skogen og som usynlig-o. Disse kom i tillegg til månedens løype, som vi har tilbudt hver måned gjennom året. Disse treningstilbudene ble brukt av mange, og det var hyggelig å bidra til gode opplevelser i en tid der mye var forbudt.

Den 12. mai kunne vi igjen starte opp med fellestreninger. I vårsesongen hadde vi trening fra Prestmoen, Kleivstua og Ringkollen. I denne perioden møtte det rundt 20 stykker på trening. Mellom sommerferien og høstferien hadde vi treninger på Eggemoen, Damtjern og Kilemoen, også disse med godt oppmøte.

Da høstferien var over, var det tid for å finne fram hodelykta for Nattugla-cupen, hvor vi arrangerte tre løp. Det første løpet i Kartverksskogen samlet 35 deltakere, og i det andre løpet på Mosmoen stilte 39 deltakere til start. Som vanlig fikk vi hyggelig besøk av skigruppa til Holeværingen IL på det siste løpet i Nattugla, så her var det hele 60 deltakere. I årets to siste måneder har vi hatt treninger fra Kilemoen og i Hovsmarka, hvor det normalt har møtt ca. 15-20 stykker. Det er gledelig å se at treningsoppmøtet holder seg så bra, også etter at o-sesongen er over.

Verdens orienteringsdag

Vi sendte tidlig på året en henvendelse til alle skoler i Ringerike og Hole om generelt samarbeid om kartopplæring og særlig om arrangement på Verdens orienteringsdag. Koronapandemien er nok hovedårsaken til få tilbakemeldinger. Nes skole ønska imidlertid samarbeid, og vi har tegna kart over det fine nærområdet ved skolen og hatt orienteringsopplegg for alle elever og informert lærere om orienteringsforbundets skoleopplegg. Videre har vi hatt en hel dag med orientering for 6. trinn på Vik skole, og hatt opplæring med o-løype for Sundvollen oppvekstsenter. For Benterud skole lagde vi et opplegg i Schjongslunden som sjettetrinnet på skolen brukte på egenhånd.

Deltakelse på kretsens aktiviteter

Mange av kretsens aktiviteter har også blitt avlyst i år, men vi har forsøkt å mobilisere til deltakelse på de av aktivitetene som ble gjennomført.

- Treningssamling i vinterferien i Spania i BuOKs regi med to deltakere
- O-trolleir ble avholdt som en dagssamling, og ROL hadde 3 deltakere.
- Tre deltakere fra ROL var med på Hovedløp/o-landsleir. Her tok Rasmus Berglund en niendeplass på langdistansen, og Martin Nøkleby Melling ble nummer fire på sprintdistansen, kun 10 sekunder bak medalje. Lars Berglund var med som leder fra kretsen.

Klubbture

Planlagte klubbture ble avlyst som følge av koronapandemien.

Stafetter

De fleste stafettene ROL normalt deltar på ble avlyst i år. KM stafett ble arrangert, og her stilte ROL med fem lag, og tok sølvmedalje i H13-16.

Oppsummering

Det har vært et vanskelig år å drive rekruttering, og vi har fokusert tilbudet vårt mot eksisterende medlemmer. Situasjonen tatt i betraktning er treningsutvalget godt fornøyd med hvilket treningstilbud vi har klart å tilby i år, og synes det er svært gledelig at mange av medlemmene har deltatt fast på treningene våre gjennom hele året.

TRIM- OG TURORIENTERINGSUTVALGET

Utvalget har hatt 2 møter. Planleggingsmøte 28.februar og evalueringsmøte samt planlegging for 2021 den 25.november. Pakkemøte utgikk pga Covid-19, familien Amundsen Bjørkli pakket konvoluttene og tok hensyn til smittevern.

Tur-o-opplegget 2020:

Det ble benyttet 5 områder: Hvalsmoen, Eggemoen – Gulbrua, Borgenmoen, Kårstadjernet og Ringkollen. Totalt 80 poster med mulighet for 1000 poeng. Hvalsmoen var tilgjengelig for gratis nedlastning på www.turorientering.no.

Kartene ble trykket hos Benjaminsen trykk. På kartet var det lagt inn postbeskrivelse og poeng. Foldere ble trykket hos Palerud. Det ble underveis i sesongen trykket opp 40 ekstra kart og foldere hos Palerud.

Tur-o-konvolutten har inneholdt følgende:

- Informasjonshefte/folder med informasjon om sesongen, poeng og merkekrav, deltakerinformasjon, månedens post, naturvett, kartområder med geologi, informasjon om www.turorientering.no og adelskalenderen. Det fulgte med klippekort, info og innmeldingsmulighet til ROL og kontaktinfo for hvert kartområde.
- 5 kart med påtrykte poster, postbeskrivelse og poeng

På www.turorientering.no har alle kartene vært tilgjengelige for enkeltvis nedlastninger. Det har vært mulig å registrere klipp for alle turene på nettet.

Turorienteringssesongen startet tidlig med bra vær og mulighet for smittefri uteaktivitet i naturen. Sesongen ble åpnet 21.mars, selv om sesongstart var annonsert å være 5.april. På grunn av smittevern hensyn ble månedens post endret fra postkasse til å sende mail til turorientering@ringerike-o-lag.net. Eget skriv om smittevern for tur-orientering ble lagt ved i konvolutter og informert om på turorientering.no. Skrivet var basert på tilgjengelig infoskriv fra Norges Orienteringsforbund (NOF) pr 20.03.20 vedrørende Covid-19 og presisering fra Norges idrettsforbund (NIF) om at egenorganiserte aktiviteter ikke må stride mot helsemyndighetenes vedtak.

Det har kommet inn enkelte tilbakemeldinger fra eiere av eiendommer og beiter, noe utvalget har tatt tak i umiddelbart der det var mulig å gjøre endringer. Utvalget har informert på www.turorientering.no om at kryssing av innmark ikke er tillatt. Informasjon om stengt område pga beitedyr ble satt ut på postene nær et beite, der postkoden til stengt post også ble hengt opp på de nærmeste postene. Enkelte poster har blitt sjekket underveis. Tilbakemeldinger om uklare postkoder har også dukket opp, noe utvalget tar tak i før neste sesong ved å lage nye tydelige koder som ikke kan misforstås. Mange deltakere har takket for fin sesong med turorientering i flott terreng.

Salg:

Det ble en kraftig oppgang i salget av turpakker og kart, både konvolutter og på nett i 2020. Tidlig start på sesongen med godt vær og samfunnssituasjon med Covid-19 og mulighet for smittefri aktivitet utendørs, har nok vært til fordel for salget.

En start med 225 konvolutter ble for lite og utvalget så behov for flere konvolutter. Palerud trykket opp 40 ekstra konvolutter. 7 av disse ble solgt.

Konvoluttene har kostet kr. 200,- i butikk og direktesalg. Konvolutter bestilt på nett/mail har kostet kr. 250,-. Nedlastning av turpakke kostet kr. 200,- fordelt på 4 enkeltturer (kart) á kr 50,- og 1 gratis kart.

Tur-o-konvolutter: 232 stk solgt
Turorientering.no: 57 kartpakker solgt og lastet ned
90 enkeltturer solgt og lastet ned

Totalt er dette en økning på nær 100 turpakker og 60 flere enkeltturer sammenliknet med 2019.

Merker og plaketter:

Av innsendte klippekort og registreringer på nett, er det 139 gull i år.

Ti-på-topp 2020:

Ti på topp kan se tilbake på et annerledes år - stikkord Korona! Dette har imidlertid ikke gått ut over aktiviteten, tvert imot virker det som om mange har benyttet anledningen til å utforske nærområdene. Deltagere for 2020 var 810 og antall registrerte turer er 11.138. I 2019 var det 761 deltagere og 9002 turer, så det var på nytt en bra økning. Koronaen medførte at postkasse med bok å skrive seg inn i ble kuttet ut, og det ble ikke trykket opp turhefter. Men ti på topp appen fungerte greit, selv om noen også opplevde tekniske problemer. De som ønsket å finne postene på turen hvor det var lagt opp til orientering, måtte få tilsendt kartet med inntegnede poster på mail, da kartet som lå i appen var altfor dårlig. Bedriftsidretten har lovet å få til en bedre løsning for kart som har poster underveis neste år.

ROL har hatt ansvaret for 3 av til sammen 20 turer, hvor en av turene som sagt var med innlagte O-poster, inklusivt tilbud om fellestur for å lære bruk av kart og kompass. Fellesturen ble imidlertid avlyst på grunn av Korona. Turvaktmestere fra ROL har vært Marit Tronrud, Hege Bakke-Eriksen og Ivar Lindseth.

Vedlegg til årsrapporten 2020

RESULTATOVERSIKT

(bare de 10 beste plasseringer er tatt med)

KM-sprint, Eiker

D 13-14 Kari Kollstrøm nr.9
D 40- Monica Berglund nr.5, Karen Backe Langum nr.9
H 17- Mikkell Berglund nr.9, Lars Berglund nr.10
H 50- Stig Melling nr.2
H 70- Helge Revhaug nr.1

KM-mellom, Ringerike

N 2-åpen 10-16 Julie Rogstad Sæther
D 11-12 Oda Opseth nr.2
H 15-16 Reidar Kollstrøm nr.5
H 17- Lars Grønlund nr.10

KM-lang, Konnerud

D 50- Anne Guro Nøkleby nr.3
D 70- Kari Strande nr.1
H 15-16 Martin Nøkleby Melling nr.1
H 17-18 Mikkell Berglund nr.5
H 40- Lars Berglund nr.7
H 65- Morten Dåsnes nr.1
H 70- Helge Revhaug nr.2

KM-stafett, Konnerud

D 17- nr.7 Kjersti Stræte, Kristine Grønlund, Monica Berglund
H 13-16 nr.2 Rasmus Berglund, Martin N. Melling
H 17- nr.6 Mikkell Berglund, Øyvind Hung Strande, Lars-Inge Arnevik
H 150 nr.4 Knut Aas, Stig Melling, Lars Berglund

Hovedløpet, Østmarka

(alle plasseringer)

Sprint: D 16 Marte Sofie Skrove nr.49
H 15 Rasmus Berglund nr.19
H 16 Martin Nøkleby Melling nr.4

Langdistanse: D 16 Marte Sofie Skrove nr.44
H 15 Rasmus Berglund nr.9
H 16 Martin Nøkleby Melling nr.39

PWT-cup finale

H 15-16 Martin Nøkleby Melling nr.3

O-idol

(alle plasseringer)

H 16 Martin Nøkleby Melling nr.19

UngdomsUltra, Lierbygda

(alle plasseringer)

H 15-16 Martin Nøkleby Melling nr.15

Veteranmesterskapet, Eiker

Langdistanse: D 70- Kari Strande nr.1
H 45- Lars Berglund nr.9
H 55- Kristian Kihle nr.1
H 65- Morten Dåsnes nr.9

Mellomdistanse: D 50- Kirsti Kringhaug nr.2
D 70- Kari Strande nr.3
H 45- Lars Berglund nr.8
H 55- Kristian Kihle nr.1
H 65- Morten Dåsnes nr.4
H 70- Helge Revhaug nr.3

Klubbmestere

D 11-12 Oda Opseth	H 15-16 Reidar Kollstrøm
D 13-14 Kari Kollstrøm	H 17-20 Mikkel Berglund
D 21 Kristine Grønlund	H 21 Martin Nøkleby Melling
D 40 Nan Kristin Rogstad	H 40 Helge Graffer
D 60 Ragnhild Elsrud Hultgreen	H 60 Helge Revhaug

REPRESENTASJON OG VERV

Buskerud o-krets medlem aktivitetskomiteen/ansvar Hovedløp og O-landsleir: Lars Berglund

Buskerud o-krets ting 10.02: Kristine Grønlund, Brede H. Gundersen og Kristian Kihle

Buskerud o-krets lagledermøter/terminlistemøte 21.09: Kristine Grønlund og Kari Strande

NOFs trenerkurs: Kristine Grønlund, trenerutvikler

NOFs nettverk for VDG saker: Morten Dåsnes

Ringerike idrettsråd, årsmøte 10.02: Kari Strande

Hole idrettsråd, årsmøte 24.09 (observatørstatus): Brede H. Gundersen

Nettverk frivillige organisasjoner FNF: Frode Løset

OVERSIKT OVER DRAKTER

31.12.2020

Beholdning	130	140	150	160	XXS	S	M	L	XL	XXL	Antall
Overtrekks-jakke			8	2			5	1	1	1	18
Overtrekks-bukse			2		4	1	1		1	3	12
Løpstrøye	2	1	12	3		2	4	2	1	2	29
Løpsbukse	2	1	8	2		3	1	3	1	2	23

OVERSIKT OVER MATERIELL

31.12.2020

Brannslukkingsapparat	Karusellbag
Verktøykasse med verktøy	110 postskjermer
Førstehjelpskrin + bære og liggeunderlag	49 refleksstaver
10 ulltepper	
1 pose refleksvester	5 Ski-o-stativ (2 litt ødelagt)
Høytaleranlegg, gml med 2høytalere	Plastlommer kart (A4 og A3)
Høytaleranlegg, nytt med 4 høytalere	6 ruller backuplapper
4 tromler à 50 m skjøteledning	1 aggregat med bensinkanne
4 løse skjøteledninger	3 lyskastere
Gml Løypepåtrykker	Startklokke
Skjæremaskin	Startdisplay (hos arr. utvalget)
Plastsveisemaskin og lamineringsapparat	2 megafoner
2 ROL vimpler	
Bannere –start og mål mm	6 klubbtekt/tunneltelt + 2 partytelt + et lite Telt + 2 mindre arrangementstelt
5 campingbord + 4 plastbord	3 Presenninger
Kost, moppestativ, feiebrett	1 kasse med malte veiviserskilt + stolpe
	Diverse skilt og veivisere
17 drikkekontainere/termo	Diverse gjerdestolper
Diverse bøtter, øsekar og mugger	Diverse store treplater, plastplater og plakater
19 vannkanner	2 søplestativ, sekker, doesker, poser og dopapir
Svamper	Resultattavler, plastgjerde (Vågård)
6 grønne plastkasser	målstenger, 2 netting drikkebord (Vågård)
14 plastkurver (kart på start)	Diverse materialer (Vågård)
	4 plastdoer (Vågård)

Diverse kjøkkenutstyr - detaljert liste på lageret	2 Dorullholdere (Vågård)
1 vaffeljern, 3 termokanner	3 Ruller med merkebånd + opprulla
Kaffetrakter og filter	1 bærepose Ringerikes blad merkebånd
Kaffe, kakao, sportsdrikke og te	
Ketchup, senep, pøsepapir	Startnummer (doble 101-600 stoff)
Mellomleggspapir, matpapir	startnummer, blanke
Plastfilm/gladpak, servietter	
Alluminiumsfolie	Høvik arkivskap og reoler
Drikkebeget og fruktbeget i plast	Diverse kontorrekvisita, konvolutter og papir
Voksdug på rull + papirduker	Hullmaskin og 5 sakser
Engangsbestikk, engangstalerkner	Sikkerhetsnåler, snorer, strikker og binders
6 pk a 600 stk skoovertrekk	
1 eske med mineralvann	Instruksjonskoffert med instruksjonsark mm
	Lek og lær spill + O-spill
TUR-O utstyr	Diverse håndbøker fra NOF
stifteklammer	Eske med plankekompass
20 leiebrikker og ca 20 instruksjonsbrikker	25 tommelkompass (hos rekrutteringsutvalget)
Esker med småtrollutstyr	3 Kartbøker, Ringerike
Leker til barneparkering	
	Diverse premier, medaljer og merker
<u>ROL har pr 31.12 2019 følgende EKT og data utstyr</u>	Grismedaljer og årsmedaljer til Ribbemarsjen
2 PC for hhv kartarbeid og løypelegging	Utstyr for Eggemomila
5 MTR 3, 1 RTR 2, 1 svart/hvit HP printer	ROL klistremerker
50 ekt poster 2017 og nyere, 34 ekt poster 2015 og eldre	1 eske T-skjorter barn 2 – 10 år
	T skjorter Gilde

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

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
Medlemmer	167	165	149	140	140	134	180
6-12 år	22	8	5	5	14	11	20
13-19 år	28	39	30	24	24	19	45
20-25 år	15	20	17	16	12	12	20
Minste kjønn %	42	42	42	41	43,5	44,8	40

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

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
Antall starter totalt	1351	1365	1314	1212**	932***	553**** 6*	1600
Ant i klubbmesterskap	48	20	31	30	34	31	50
KM langdistanse	22	28	29	22	21	11	40

ny tellemåte ifra 2018 * løp i Norge, Sverige, Finland **** løp i Norge * løp i Portugal

1.3 Deltagelse i stafetter

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
Individuelle stafett starter	83	66	89*	106*	40	14	100
KM Senior	2D/2H	0	0D/1H	1D/2H	0D/1H	1D/1H	3D,3H
KM Yngre	2	1	2	4	2	1	4

*også DSQ-lag

1.4 Deltagelse i NM/HL

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
Hovedløp langdist.	4	2	7	4	5	3	10
Hovedløp sprint		8	8	4	5	3	10
Jr.-NM ind. langdist	4*	0	0	1	0	0	5
Jr.-NM ind.sprint						0	
Jr.-NM staf.	0	0	0	0	0	0	2
Sr.-NM ind. langdist	0	0	1	0	0	0	3
Sr.-NM staf.	0	0	0	0	0	0	2

* NM ultralang

1.5 Tur-o

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
Antall solgte konvolutter	147 Uten nettsalg	150	205	173	182	289	180
Enkeltturer fra nett		111	84	86	88	90	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)

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
KM D/H –16	2	1	1	1	0	1	3
KM junior D/H 17-20	1	0	0	1	1	0	4
KM senior H/D21	0	0	1	2	0	0	1
KM D/H 35-	5	6	5	4	4	5	6

2.2. Hovedløp og NM

Antall deltakere blant beste tredjedel

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
HL- lang, 14-16	2	0	2	1	1	1	3
HL- sprint 14-16		1	4	1	3	1	3
NM- lang, 17-20	0	0	0	0	0	0	3

2.3 KM-Stafett

Antall medaljer/pallplasseringer

	2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
KM D/H 13-16	0	1	1	0	1	1	2
KM senior	0	0	0	0	0	0	1
KM over 35	1	3	3	0	2	0	2

2.4. Andre stafetter

		2015	Status 2016	2017	2018	2019	2020	Mål 2021
15-stafetten		?	12	0	16/28	17	Avlyst	10
Tio-mila, u-lag		2013	167 og 243	72 og 223	191* og 268*	-	Avlyst	100
Tio-mila, D lag		229	160	224	-	-	Avlyst	150
Tio-mila, H lag		229	237	157	202	-	Avlyst	200
NM junior		-	-	-	-	-	0	1 lag beste 1/3
Jukola		410	0	807	713/1138	-	Avlyst	400
Venla		255/612	305	400	468/633	-	Avlyst	200/590

*mix-lag med Eiker og Modum

ÅRSPLAN 2021

Styret legger fram forslag til årsplan for 2021. Saken legges fram for drøfting på årsmøtet, og tanken er at et nytt styre vedtar endelig årsplan med utgangspunkt i dette forslaget, synspunkter fra årsmøtet og det nye styret 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.

I 2021 skal AU sammen med styret utarbeide ny målstruktur for klubben. Den skal gjelde for femårsperioden 2022-26. Til den ønsker vi innspill fra Årsmøtet 2021. Klubbens satsningsområder, overordna mål og delmål har bare i noen grad vært justert de siste ti åra. Det er grunn til å se på dem på nytt og komme med endringsforslag.

Dessverre er Grenaderløpet grunnet covid-19 allerede avlyst i 2021. Vi har derfor bare disse dugnadene i 2021:

- Eggemomila
- Ribbemarsjen

ARRANGEMENTSUTVALGET

Også i 2021 må vi ta smittevernhensyn og følge sentrale retningslinjer for arrangement, men vi planlegger for KM i august og Ringerikskarusell og Nattugla som vanlig.

KM- helga med KM lang og stafett blir arrangert fra Idrettsanlegget til Holeværingen på Kleivstuakartet den 28. og 29. august. Frode Løset og Eirin Mathiesen har sagt ja til å ta løpslederansvar og Morten Dåsnes og Kari Strande legger løyper og oppdaterer kart for nye hogtsområder. I august kan vi kanskje regne med at det blir mere normale tilstander, men normalt antall på et KM i Buskerud vil kunne være 200- 300 deltakere hver av dagene. Sannsynlighet for at det også blir PWT cup lagt inn i løpet.

Ringerikskarusell. I 2021 legger vi opp til 10 karusell- løp sammen med Fossekallen IL. Løpene blir i hovedsak på torsdager med unntak av annendag påske og 1. mai. Løpene er lagt inn i terminlista til følgende datoer: 5.4, 15.4, 22.4, 1.5, 6.5, 20.5, 19.8, 26.8, 2.9, 9.9.

Arrangement på Kleivstua 13. juni. Vi er spurt av Utsiktens venner om å lage et enkelt orienteringsarrangement for kulturskoleelevene i Hole som har sin avslutning i tilknytning til Utsiktens dag. Siden dette er samme dag som Jonsokløpet og samtidig som ROL arrangerer O-troll for Buskerud har Morten Dåsnes og Kari Strande tatt på seg å gjennomføre dette arrangementet.

Nattugla. Dette ser ut til å ha kommet for å bli så her tar vi sikte på tirsdager etter høstferien og da med følgende datoer: 12.10, 19.10 og 26.10

Night Hawk 2022. Dette skal vi være med å arrangere fra Ringkollen i august 2022 i samarbeid med Tyrving, Natthauken og Fossekallen. Kartet er i hovedsak ferdig synfart og tegnet av Leif Roger Hultgreen, men de siste endringene i løypeetraseene må sjekkes i 2021 og 2022. Løypelegging må også startes i 2021. Til dette arrangementet trenger vi hjelp fra de fleste av ROLs medlemmer og det vil komme mer informasjon og bemanningslister i løpet av året. Kari Strande er kontaktperson til Tyrving og Natthauken.

Materiell. Når pandemien har lagt seg legger vi opp til en storoppyrdding på lageret for å avvikle det som ikke brukes lenger og få en bedre oversikt og vedlikehold og fornyelse av det utstyret vi trenger. Her må alle utvalgene gjøre vurderinger av utstyr som bør ligge på lageret og hva som bør oppbevares hos utvalgsmedlemmer. Vil ellers minne om at det er viktig å holde det ryddig på lageret og videreføre det gode opplegget for hvor ting skal være som Mette Heimstad etablerte i sin tid som materiellansvarlig.

VDG: Det skal sendes informasjon til kommunene, viltneid og grunneierorganisasjoner i samsvar med NOFs regler om kartarbeid, tur-orientering og løpsarrangement. Vi skal være medarrangør for Night Hawk i 2022 og må informere spesielt om dette til berørte grunneiere og organisasjoner. Vi tar også sikte på å lage en liten veileder for utvalgene til deres arbeid slik at vi kan følge opp VDG retningslinjene på en god måte. Frode Løset er vår hovedperson som kan bistå om spesielle hensyn som bør tas i planleggingen slik at vi unngår uheldige konflikter når vi har arrangement, lager kart, og ved plassering av tur-o poster.

KARTUTVALGET

Kartprosjekter under arbeid

Løvlia

Synfaringen vil starte opp sommeren 2021. Det er viktig å holde kontakten med Tyrving og følge opp spillemiddelprosjektet.

Kårstادتjernet

Arbeidet vil fortsette i 2021. Utføres av Helge Revhaug og Helge Graffer.

Hønefoss-Hvalsmoen

Arbeidet er foreløpig på vent. Det kan være aktuelt å fortsette i 2021. Utføres av Lars-Inge Arnevik.

Nedre Kilemoen

Arbeidet fortsetter i 2021. Utføres av Lars-Inge Arnevik.

Kleivstua

Det vil bli gjort oppdateringer i forbindelse med KM i august.

Helgerud skole

Reintegningen vil bli gjort ferdig til våren.

Leinåsen

Det er planlagt et nytt kart i åsen øst for Tyrifjord skole. Kartgrunnlag er utarbeidet. Synfaring vil bli utført av Kari Strande og Morten Dåsnes.

Skolekart

Vi vil fortsette satsingen på skolekart i 2021 og vi vil søke støtte for flere kart. Helgerud skole vil bli ferdigstilt og Nes skole vil bli ajourført. Andre aktuelle skoler kan være: Hallingby, Tyristrand, Tyrifjord, Ullerål. Det er ønskelig med ungdommer som synfarere.

REKRUTTERING- OG TRENINGsutVALGET

Usikkerhet rundt koronasituasjonen gjør at årsplanen for 2021 blir litt mer uavklart enn tidligere år. Særlig når det kommer til deltakelse på løp og arrangementer, vil dette avhenge av hvilke koronarestriksjoner som gjelder utover våren og høsten.

Rekruttering

- Treningstilbud for nybegynnere og rekrutter på alle treninger fra påskeferien og fram til høstferien. Noen av våre eksisterende rekruttløpere begynner å bli klare for mer utfordrende løyper, og vi skal jobbe for at disse skal få nye utfordringer, samtidig som ferske nybegynnere skal få et godt treningstilbud.
- Mobilisere for størst mulig deltakelse på o-trolleir, som Ringerike O-lag er arrangør av i 2021.
- Bistå skoler med o-opplegg for synliggjøring av orientering på Ringerike. I samarbeid med kretsen skal vi tilby o-opplæring for lærere på utvalgte skoler, dersom skolene ønsker dette.
- I 2021 har vi også som mål å arrangere nybegynnerkurs for voksne i løpet av vårsesongen. Det blir satt ned en egen arbeidsgruppe for dette.

Trening

Treningstilbud

- Trening på kart hele vinteren, så langt snøforholdene tillater dette. Dersom det blir for mye snø til å gjennomføre o-aktivitet, vil vi tilby ukentlig intervalltrening.
- Gjennom hele vår- og høstsesongen skal vi tilby ukentlige tirsdagstreninger med o-teknisk opplegg.
- Aktivt markedsføre treningstilbudene våre på hjemmesiden og via Facebook.
- Oppfordre til deltakelse på treningsopplegg i regi av kretsen.
- Oppfordre til deltakelse og følge opp utøvere som ønsker å delta på Hovedløp eller Norgescup/junior-NM.
- Kveldsmat etter enkelte treninger, dersom koronasituasjonen tillater det.

Arrangementer

- Arrangere Verdens o-dag i samarbeid med Arrangementsutvalget. Distribuerer infomateriell om tilbudet i Ringerike o-lag.
- Arrangere o-trolleir.

Mobilisering til deltakelse

- Mobilisere til deltakelse i følgende stafetter: 15-stafetten, Night Hawk, og KM-stafett
- Stille lag i junior-NM stafett.
- Velge ut satsningsløp der alle klubbens medlemmer oppfordres til å stille.
- Fellesturer til utvalgte aktuelle løp, dersom gjeldende koronasituasjon åpner for det.

TRIM- OG TURORIENTERINGSUTVALGET

Utvalget planlegger tradisjonell turorientering med 80 poster på 5 områder: Kartverksskogen 10, Hovsmarka 15, Kilemoen 20, Kårstadjernet 15 og Ringkollen/Glisetra 20. Månedens post arrangeres, med premiering til månedens vinner.

Salg av konvolutter med folder blir på Sandberg Sport på Hvervenkastet, Intersport på Kuben og Coop Extra i Haug. Det blir også mulig å bestille konvolutter på mail, samt enkeltkart og kartpakke til nedlastning på nettsiden turorientering.no. Et av kartene tilbys gratis for nedlastning. Pris for øvrige enkeltkart på nett er kr. 50,- og kartpakke på nett og konvolutter er kr 200,-. Ved bestilling av hjemsendt konvolutt er pris kr. 250,-.

Folderen inneholder deltakerinfo, månedens poster, områdebeskrivelser, klippekort, info om O-laget, tips til relevante apper, naturvett, poeng og merkekrav og adelskalender.

Ti på topp 2021

Planene for 2021 er lagt. ROL har ansvaret for 3 av turene, med O-poster innlagt på en av dem. Turvaktmesterne fra ROL er de samme som i 2020 - Marit Tronrud, Hege Bakke-Eriksen og Ivar Lindseth.

Fjorårssesongen er evaluert, og vi ser fram til en ny sesong hvor vi håper at enda flere kommer seg opp av sofaen og ut på tur. Koronaen vil naturlig nok også komme til å prege 2021-sesongen.

Vi har hvert år arrangert fellestur med innlagt kart og kompasskurs, uten at det har vært noen stor oppslutning om dette. På grunn av koronaen legger vi ikke opp til fellestur i 2021, men ser an situasjonen slik at det kan bli aktuelt å sette opp en fellestur til høsten.

Medlemskontingenten

Medlemskontingenten ble sist endret i 2012. ROL har god økonomi, både fordi medlemmene utfører en betydelig dugnadsinnsats og på grunn av mange avlyste løp i 2020. Styret foreslår derfor uendrete kontingentsatser for 2021.

Styret foreslår at medlemskontingenten for 2021 fastsettes til:

- Enkeltmedlemmer under 21 år kr 250
- Enkeltmedlemmer 21 år og eldre kr 550
- Støttemedlemmer kr 250
- Familiemedlemskap (inkl. voksne barn til 26 år) kr 1.200
- Seniormedlem kr 0

Vedlegg sak 5/7.2

Forslag til retningslinjer for dekking av startkontingent

- Klubben dekker startkontingent for alle medlemmer i terminfestede løp i Norge
- Løp i utlandet dekkes for medlemmer til og med 20 år. Øvrige medlemmer betaler fullt ut selv. Unntaket er klubbture, hvor styret fastsetter regler for dekking til den enkelte tur.
- Løpere som ikke starter i et løp de er påmeldt til, dekker startkontingenten selv. Unntatt er forfall til løp på grunn av sykdom eller skade.
- Etteranmeldingsavgift dekkes av den enkelte løper. Unntaket er medlemmer til og med 20 år, hvor klubben dekker etteranmeldingsavgift.
- Løp hvor betaling skjer direkte til arrangør fra den enkelte løper, f.eks. kontantbetaling eller vipps, dekkes av den enkelte løper med unntak for de til og med 20 år. (Dette for å forenkle kassererjobben)
- Løpere fra og med 21 år betaler selv startkontingent på «ferieløp» i Norge. Med ferieløp menes løp som arrangeres i juli.

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.

Styret har ingen forslag til endring av organisasjonsstrukturen.

Vedlegg sak 7.3

Målstruktur 2022-2026

Klubben skal utarbeide en målstruktur for neste periode 2022-26.

Styret ønsker innspill fra Årsmøtet til denne. Nåværende Målstruktur har disse hovedpunktene:

1. Klubbidé
2. Overordna mål
3. Særlige satsingsområder
4. Delmål 2025
5. Aktivitetsmål
6. Resultatsmål

Årsmøtets medlemmer er velkomne til å foreslå hva klubben bør ha som mål for neste femårsperiode.