



ÅRSMELDING FOR SVEA SKILAG

2014/2015

Svea skilag

Innhold

Styrets sammensetning 2014/2015	3
Generelle orienteringer fra sesongen 2014/2015.....	4
Sveas hjemmeside og påmeldingsmodulen	4
Styrets arbeid	4
Investeringer og status anlegg	4
Løypekjøring	5
Dugnader	5
Skirenn på Svea	5
Skiavslutning/premieutdeling	6
Mediedekning.....	6
Sportslige orienteringer:	6
Treningstilbudet	6
Treningsgruppe 9-11 år	7
Treningsgruppe 12 år +	7
Team Hadeland Langrenn/Team Hadeland Rekrutt	8

Styrets sammensetning 2014/2015

Styret har i år bestått av:

<u>Leder:</u>	Øivind Gammelmo
<u>Nestleder:</u>	Lars Håvard Meli (Sportslig leder)
<u>Kasserer/medlemsregister:</u>	Bodil Andreassen Oppen
<u>Regnskap:</u>	Dag Møller Snellingen
<u>Sekretær:</u>	Kari-Anne Steffensen Gorset
<u>Oppmann:</u>	Liv Karin Vesteng
<u>Sponsorsjef:</u>	Paal Thomsen
<u>Anlegg:</u>	Lars Hallvard Bjerkås
<u>Ansvar løyper/løypemaskin:</u>	Jon Egil Olsen
<u>Ungdomsrepresentant:</u>	Nora Meli
<u>Representanter til skitinget:</u>	Lars Håvard Meli / Øivind Gammelmo
<u>Revisorer:</u>	Jarle Bang
<u>Valgkomite:</u>	Terje Olsen, Elisabeth Raastad Kjørven
<u>Husstyret:</u>	Marianne Raastad (leder), Øivind Gammelmo, Lars Hallvard Bjerkås
<u>Lunner Idrettsråd:</u>	Vegard Tørstad
<u>Ansvarlig hjemmeside:</u>	Øivind Gammelmo
<u>Kiosksjef:</u>	Janne Silseth Roen

Svea Skilag sine æresmedlemmer er: Helen Olerud, Knut Olerud og Oddbjørn Hagen

Generelle orienteringer fra sesongen 2014/2015:

Medlemstallet i Svea er stabilt, ca. 350 medlemmer. Dette er inkludert familiemedlemmer, støttemedlemmer og samtlige aktive. Medlemstallet for Svea har vært stabilt de siste årene. Tidligere lå vårt medlemsarkiv i «Klubben Online» og «Medlemsservice». I løpet av 2014/2015 flyttet vi registeret over i ny løsning, «KlubbAdmin», siden den gamle løsningen legges ned. Den nye løsningen er mer fleksibel og brukervennlig. Det å holde oversikt over medlemsmassen er betraktelig forenklet, men det er fremdeles en utfordring å ha oppdatert kontaktinformasjon.

Sveas hjemmeside og påmeldingsmodulen

Siden «Klubben Online» snart er historie, har vi flyttet nettsiden vår over på ny løsning. Vi valgte «IdrettenOnline» som er en moderne løsning med dynamisk nettside tilpasset PC/Mac, Tablet/iPAD og mobiltelefoner. Dette gjør det enklere å holde sidene oppdatert. Øivind Gammelmo og Liv Karin Vesteng har hatt ansvaret for at informasjon legges ut på sidene. Trenerne har egne brukerkontoer og kan legge ut informasjon om treninger. Nettsidene har fremdeles den gamle nettadressen: www.sveaskilag.com.

Vi har i tillegg kjøpt domenet www.myllarundt.no for å promotere turrennet og øke interessen rundt rennet på lik linje med flere større turrenn. Dette fungerte meget godt under årets renn. I tillegg vil informasjon og tidligere resultater bli værende tilgjengelig året rundt.

Den gamle påmeldingsmodulen har i år blitt byttet ut med en løsning fra Google. Dette har fungert meget godt og det er enkelt for oss å endre informasjon osv. selv.

Styrets arbeid

Det har i løpet av sesongen blitt avholdt 11 styremøter. I tillegg til organisatorisk og administrativt arbeid er styret svært delaktig i den praktiske gjennomføringen av renn og andre arrangementer. Styret har en arbeidsfordeling, men det er fortsatt utfordrende å få nok folk til å stille opp for å arrangere renn og dugnader. Det er en del nye medlemmer i Svea som har stilt opp som funksjonærer og det er bra. Det vil være viktig framover fortsatt å ha fokus på å innlemme nye medlemmer i klubbens arbeid.

Styret har en ungdomsrepresentant, Nora Meli. Ungdomsrepresentanten skal være et bindeledd mellom de aktive og styret og bidra til god kommunikasjon mellom leddene. Nora har deltatt på noen av styremøtene.

Investeringer og status anlegg

Svea skilag har i 2014 investert i ny snøscooter til bruk i skileikanlegg og løypene forøvrig.

I løpet av 2014 er skileikanlegget ved skihytta ferdigstilt med graving av trasé, større kuler og dosering. Det har blitt satt ned stolpe og flombelysning. Stolpen som står ned mot løypa ble polstret.

I nordre del av lysløypa har det blitt skiftet en stolpe og lampe og det er utbedret noen svinger i traséen og fjernet noen trær og stor stein. Lysløypetraséen for øvrig er ryddet på flere plasser og det er ryddet etter tømmerdrift. Det er skiftet/repasert tre lamper i lysløypa.

Rundt skihytta og skileikanlegget er det hogd trær med påfølgende produksjon av ved som er lagt i sekker. Det er rydda i bod og garasje og reparert diverse gjerder.

Inne i skihytta er golvet i salen rensa og bona opp igjen og det er rydda og vaska.

Skihytta har vært leid ut ca 10 helger og en par ukedager i løpet av styreperioden.

Svea har igjen 1 år av sponsoravtalen med Sparebank 1 Ringerike Hadeland. Avtalen med G – sport fortsetter frem til 2015. I tillegg har vi en avtale med Solhaugen.

Vi vil rette en stor takk til; Brødrene Tingelstad som sponser all diesel til løypemaskinen, Kalvsjø Vel som støtter løypekjøringen og Erling Oppen som gir leieinntektene til drift av løypemaskinen. I tillegg støtter mange privatpersoner løypekjøringen. Tusen takk til dere også.

For informasjon om økonomi, vises det til vedlagte regnskap.

Løypekjøring

Et viktig bidrag til løperne våre og alle ivrige skiløpere i bygda er fine skiløyper.

I år har Jon Egil Olsen, Atle Lier og Andreas Høiby kjørt løypemaskin. Åge Sagstuen har rydda løyper. Rune Holt har også kjørt scooterløyper til Stortjernet barnehage. Service på løypemaskinen har i år Svea skilag utført selv.

En stor takk til Jon Egil Olsen for koordinering av løypekjøringen. Vi får mange positive tilbakemeldinger for flotte skiløyper både når vi arrangerer renn og andre som benytter løypenettet.

Dugnader

Det må til en betydelig dugnadsinnsats gjennom året for å drifte skilaget, vedlikeholde løypetraseene skihytta ol. Av dugnadsarbeid dette året kan nevnes;

- skileikanlegg er utvikla videre og ferdigstilt
- kvisting og hogging i lysløypa
- skifting av stolper og lamper i lysløypa
- kapping, kløyving og pakking av ved
- rydding, vasking og boning

Vi vil også benytte anledningen til å takke alle som bidrar i dugnadsarbeid som er knyttet til rennavvikling, vasking av skihytta og rydding av badeplassen på Svea osv. Det er mange dugnadstimer til sammen.

Skirenn på Svea

Det har blitt arrangert en rekke skirenn på Svea i løpet av sesongen.

Svearennet ble arrangert på Lygna 4. januar. Her deltok 530 løpere fra hele skikretsen og Østlandsområdet forøvrig. Rennet var i år en del av Totenbank-Cup, noe som resulterte i god deltagelse i de aktuelle årsklassene. Det ble et flott arrangement i strålende vintervær.

Vi har i år arrangert 5 trippelrenn, hvorav et ble arrangert som løp på barmark før jul. To av rennene var langrennscross (fristil og klassisk) og et var fellesstart med skibytte for klassene 11 år og eldre. Det har deltatt til sammen 128 løpere hovedsakelig fra Svea skilag og Jevnaker IF ski.

Mylla Rundt ble arrangert 28. februar. Her deltok til sammen 230 løpere. Flott vær og god dugnadsinnsats fra arrangementskomiteen, gjorde at vi fikk gode tilbakemeldinger.

Klubbmesterskapet og avslutningen av Team Hadeland Gjensidige Cup gikk av stabelen 28. mars. Dette ble en fantastisk dag i strålende sol nok en gang. Snøfall noen dager før rennet, kuldegrader og bra jobb av løypemannskapene, gjorde at løypene var meget bra. Vi hadde 132 deltagere fra klubber i Hadelandsområdet. Vi fikk gode tilbakemeldinger og sesongen ble avsluttet med et vellykket arrangement.

Speakertjenesten har gått på rundgang denne sesongen og dette har fungert bra. Det er av stor betydning å ha speaker på renn da dette bidrar til en god stemning.

Skiavslutning/premieutdeling

Den 7. april var det premieutdeling for klubbmesterskap og trippelrenn. Det var litt enkel serverring. Dette er også en sosial avslutning på sesongen og en mulighet til å gjøre stas på Svealøperne og de som har deltatt på trippelrenn og klubbmesterskapet.

Mediedekning

Svea skilag har vært godt representert i lokal media i løpet av sesongen. Våre løpere får god oppmerksomhet når de har gode resultater i skirenn.

Sportslige orienteringer:

Treningstilbudet

Vi startet oppkjøring til denne sesongen alt i starten av mai, med tilbud om rulleski og løping 2 ganger i uka, med en liten styrke-bolk som avsluttet økta. I tillegg hadde vi langtur en del søndager. Fra midten av juli, til midten av august var det ferie. Vi samarbeidet også med naboklubber om sommertrening. Facebook-gruppa «skimiljøet på Hadeland» ble brukt for å dele info.

Vi oppfordret våre løpere til å delta i lokale løp gjennom sommeren, som Brandbukampen opp, Viggeløpet, Myllavannet Rundt, Eggemomila, Brandbuløpet, Paradiskollen opp, og Svea stilte stafettlag i Hadeland Maraton. En opplever at miljøet blir tettere mellom løperne når vi møttes jevnlig hele sommeren.

Samlinger

Rett etter skolestart i august hadde vi en kick-off-samling på Svea. Siste helga i september hadde vi «nærsamling» på Svea. I uke 41 hadde vi den årlige høstsamlinga, med dugnad, lørdag og søndag.

Etter denne hadde vi også fast tilbud om trening for aldersgruppa 9-11 år. Vi hadde tilbud om å bruke gymsalen på Grua når det var mørkt og vått utover høsten. Det var populært.

Første helga i desember var vi i overkant av 50 stk. på Nordseter og hadde snøsamling. Og så var vinteren i gang!

I tillegg har vi hatt med utøvere på Kretssamlinger (15-16år), Team Hadeland-samlinger (15+), og vi har selv arrangert 2 jentesamlinger: En dag på våren, og en helg på høsten. Det deltok ca 25 jenter på disse.

På sommeren hadde vi treninger på forskjellige steder i bygda, fra høsten var vi mest på Svea, Kalvsjø, og Grua, og etter at snøen kom har vi stort sett vært «hjemme» på Svea.

Skileikanlegget ble fullført før snøen kom, og har vært til stor glede for de minste, og til skicross for alle.

Trenere

I år har hovedtrener vært Svein Åge Katnosa. Han og Lars Håvard Meli har hatt treninger for eldste gruppe annenhver uke.

For gruppa 9-11 år, har Dag Møller Snellingen og Rune Brorson delt treneroppgaven.

For gruppa 6-8 år har ansvaret rullert på følgende; Leikny Gammelmo, Øivind Gammelmo, Dag Møller Snellingen og Rune Brorson.

I tillegg har vi hatt hjelp på samlinger fra Stine Schonhowd og Stig Tormodsen. Anne Karen Olsen har også bidratt med teknikk-tips.

Trenerne har lagt fram politiattest for leder / sportslig leder.

Trenerne har rapportert inn følgende fra sine grupper:

Treningsgruppe 9-11 år

Fra i høst på barmark møtte det opp 10-15 barn på treningene. Vi la vekt på lek med intervall og litt «voksen» intervall for å øke kapasiteten.

Etter at snøen kom, har vi trent veldig mye på teknikk i forskjellige faser av terrenget. F.eks. over kuler, rundt svinger, staking, padling, dobbel dans osv. for å gjøre barna kjent med teknikk som passer til terrenget.

Ut over vinteren har det vært en «kjerne» på 8-10 løpere. Disse løperne hevder seg helt i toppen på Hadeland og i Oppland krets og har etter min mening et stort potensiale til å nå langt.

Veldig hyggelig på treningene med stor innsats og iver fra løperne.

Treningsgruppe 12 år +

Oppstart var tidlig i mai med fellestreninger. Det var en relativt liten gruppe som har vært med fast på treninger på denne årstiden. Vi har hatt to spesielle fokusområder gjennom hele sesongen og det har vært styrketrening og hurtighet. Vi har tatt dette på alvor, men her trengs det mer jobbing. Det

tar tid å bli en god skiløper. Utgangspunktet for satsing på hurtighet og styrketrening er dagens langrenn. Sprint og fellesstarter finnes i de fleste renn.

Oppsummert på treningssatsingen så vil jeg si at mange har tatt et steg i riktig retning. Det vises i Totenbankcup og diverse renn rundt i distriktet. Jeg tror mange i gruppen har gode muligheter i fremtiden til å kunne hevde seg i langrennsporten. Fordelen med det vi har gjort i år er at ingen trener veldig mange timer. Mange av konkurrentene trener nok det dobbelte av hva våre løpere gjør.

Aktiviteter treningsmessig:

- Fellestreninger tirsdag og torsdag pluss søndag(langtur høst)
- Åpen Team Hadelandsamling Harestua.
- OktoBERSamling Svea.
- Nordsetersamling Desember.
- Stor Sveagjeng rundt omkring på diverse renn rundt i distriktet.

Som hovedtrener for denne gruppen så synes jeg mange har oppnådd mange gode resultater. Vi ser også at de som har trent regelmessig har tatt et stort steg i år. Håpet for fremtiden vil være at en større del av gruppen prioriterer langrenn tidligere i sesongen. Det vil være helt avgjørende etterhvert som man blir eldre.

Team Hadeland Langrenn/Team Hadeland Rekrutt

Svea Skilag har flere aktive løpere med i Team Hadeland. Samarbeidet med Team Hadeland er et løft for de eldre utøverne, og tilbudet med Team Hadeland Rekrutt slår positivt ut for 15 og 16 - åringene. Denne sesongen har følgende løpere deltatt på Team Hadeland: Ola Nygård Snellingen og Anna Grøntjernet. På Team Hadeland Rekrutt har følgende deltatt: Henrik Oppen Schiøtz, Raymond Johannessen og Marius Skau Gøthe.

For resultater for Svealøpere generelt; se vedlegg sportslige resultater