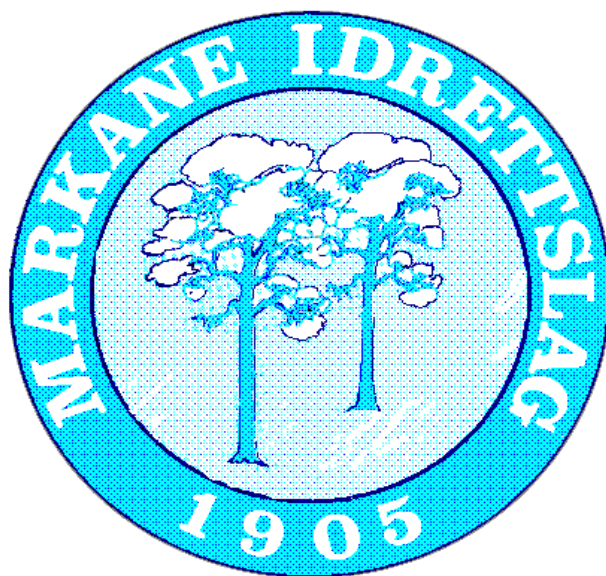


Årsmelding

Gruppene

Markane Idrettslag

2015



Årsmelding Ullsheimanlegget, frå hausten 2014 til hausten 2015.

Oktober vart ein bra normal månad, jamt fordelt med regn og opplett, og utan snø på bakken.

November, mykje bra ver, kjøligare mot slutten av månaden, snøgrense på ca. 200 m.

Det vart ikkje skiføre denne månaden.

Kjøletårnet som MIL har investert i, vart montert aust for arenaen, på høgda ved sida av skiskyttervollen. Dette for å få sjølvfall bortover til pumpa til snøkanona.

Etter ca. ei veker arbeid med graving av grøfter, legging av rør, grunnarbeid for tårnet og montering av dette, kunne det prøvekjøyrast. Virkemåten er same prinsippet som i ein radiator i ein bil, der ei vifte bles luft gjennom radiatoren, - berre i ein mykje større målestokk!

Ein fekk også laga til betre utgang av løypa forbi arenabygget, og innover forbi tunellen.

Alt gravearbeid, røyrlegging og monteringsarbeid, vart utført av Arvid Hatledal as, - og for dette er ikkje laget belasta økonomisk.

Desember var mild i starten, men den 8. kom snøen skikkeleg. Det vart nok til løyper, og ein slapp avbrekk seinare. Søndag 21. målte ein 110 cm på Ullsheim, og 150 cm på Holsetra.

Ein hadde nok planer om å prøve snøkanona med det nye kjøletårnet, men denne planen snøa nok ned.

Ein annan ting var at vi hadde ein ganske mild vinter, stort sett med temperatur rundt null grader, litt kaldare i januar.

I februar var det plussgrader heile månaden, frå den 6.

Hadde ein god del nedbør som delvis la seg på Ullsheim, høgare oppe som snø, så vi fekk store snømengder i fjellet. I starten av juni kunne ein ta siste skituren mellom Holsetra og Tønningsetra.

Det har vore gode snøforhold under renna som har vore avvikla på Ullsheim.

Av vedlikehald kan nemnast:

Ein god del kantslått er utført i løypene, viktig å ta dette etterkvart.

Sauegjerde vart sett opp rundt bygningane. Dette kunne takast ned att etter at bonden på Fænn monterte nesten 2 km med el-gjerde. Dette på strekninga frå Nordaelva ovanfor lysløypa, til Turrhaugen og ned til Svingesetgjerdet. Dette gjerde fungerte i overkant bra, og ein slepp sauelort på rulleskibana, noko som kunne vere ei utfordring for rulleskiløparane. Det har vore ein del småproblem med UV-anlegget, lekkasje på varmtvatnstankar, og noko dilldall på toaletta i garasjen.

Det vert utført ein del småting her og der, som ikkje syner så mykje, men som må gjerast.

Noko arbeid er utført i oppstigninga frå den lange lysløypa. Arbeidet er gjort for å få ei best mogleg nedrenning frå Turrhaugen

Framfor Gapahuken er det laga betre plass. Har flytta litt på dei store steinane, og fylt på med sand. Dissa arbeida er gjort i regi av Turløyper Stryn og idrettslaget er ikkje belasta økonomisk.

Tusen takk til alle som hjelper til på Ullsheimanlegget.

Hatledal 29.11. 2015

Arvid Hatledal

ÅRSMELDING FOR SKISKYTTARGRUPPA 2015

Styret:	Monica V. Halsteinslid	leiar
	John Roger Meland	sekretær
	Jan Egil Gjørven	medlem
	Kari Tønning	medlem

Medlemar: Totalt er det no 45 aktive utøvarar i gruppa, i tillegg til Johannes og Tarjei som går for Markane IL.

Særforbund: Laget er medlem av Norges Skiskytterforbund.

Anna repr. John Roger Meland er styremedlem i Team Statkraft Nordfjord.

Magnhild Hauge og Odd Rune Halsteinslid er revisorar i SFSSK og Team Statkraft Nordfjord.

Margunn Hjelmeset er jenteansvarlig i SFSSK.

Utsending: Wenche Arntsen og Monica V. Halsteinslid deltok på årsmøtet i Sogn og Fj. skiskytterkrins i Hornindal.

John Roger Meland, Monica V. Halsteinslid, Eldbjørg Hatledal og Jan Egil Gjørven deltok på årsmøtet TSN.

Monica var også utsending til Skiskytterforbundet sitt leiarmøte i Alta.

TSN: Fylgjande er medlemar i Team Statkraft Nordfjord:

Jarle Midthjell Gjørven, Johan Eirik Meland, Georg Halsteinslid, Gaute Bø, Odd-Sindre Tønning, Håkon Midthjell Gjørven, Andreas Halsteinslid, Grim Nygård, Aksel Mathias Meland, Magnus Arntsen, Simon Hjelmeset Kirkeeide, Kari Alsaker og Anne Marie Roset.

Markane IL dekker 50% av løparkontingenten i TSN.

Landslag: Tarjei Bø og Johannes Thingnes Bø er på elitelandslaget i skiskyting.

Møter: Gruppa har hatt tre styremøte i tillegg til felles treffpunkt på treningane der vi har "teke ting langs med". Elles er telefon og e-post flittig i bruk om noko må diskuterast og avgjerast.

Leiaren har delteke på dei fleste styremøta i hovudlaget.

Det var felles "oppstartssamling" for aktive og foreldre den 19. november 2014.

Kurs: For dei som er nye i skiskyttargruppa, inklusiv føresette, har vi hatt kurs i bruk og behandling av skiskyttervåpen - "sikkerheitskurs".

Dei nye skiskyttarane med foreldre gjennomførte ein "skiskyttarskule", dette gjev grunnleggjande opplæring i skytetrening og fysisk trening på barmark og ski.

Arrangement På kort varsel, etter at Hornindal IL måtte avlyse det oppsette krinsrennet, arrangerte vi et Test/ dugnadsrenn på Ullsheim 14. desember kor vi inviterte naboklubbane til å kome å være med. Dei stilte også med vaksne som hjelpte til med avvikinga av rennet. Det var 75 løparar som fikk seg et treningsrenn denne søndagen.

11. januar var vi medarrangør av krinsrenn i skiskyting på Ullsheim i samarbeid med Hornindal.

Vi arrangerte et krinsrenn i normal og sprint på Ullsheim 14. og 15. mars med ca. 100 løparar kvar dag.

Bendit Rulleskifestival Markane vart avvikla vi på Ullsheim 12. og 13. september med ca. 100 deltakarar kvar dag.

8. april arrangerte vi lagsmeisterskap i skiskyting.

8. august var det arrangert «Spinning i sikte» i Stryn. Skiskytterforbundet sin smørjetrailer kom til Stryn med både Johannes Thingnes Bø, Tarjei Bø og Tora Berger. Mange av våre unge skiskyttrarar var på plass og fekk møte førebileta sine. Her var blant anna aktivitetsløype med fem ulike stasjonar og alle fekk premiar når dei kom i mål. Under arrangementet vart Johannes Thingnes Bø også utnemnd til æresmedlem i Markane IL.

Arbeid på anlegget:

Det har vore utført fortløpande vedlikehald på anlegget.

Gevær:

Laget har 6 stk. skiskyttervåpen som vi låner ut, fortrinnsvis til nye som tek til med skiskyting.
Dei fleste har sitt eige våpen og andre låner privat.

Treningar:

Dei organiserte treningane tok til i midten av august i forkant av Bendit for så ha en pause igjen til etter haustferien. Vi hadde ei "forsinka" oppstartssamling for aktive og foreldre i november.

På treningane, som varer frå 18.00 til 20.00, er det både ein skytedel og ein del med fysisk trening, og ein veksler på å nytte standplassen.

Alle foreldre gjer her ein viktig jobb med å vere delaktig på treningane.

Likevel vil eg spesielt nemne Jan Egil Gjørven, John Roger Meland, Sigbjørn Fænn og Hans Erik Rand som er faste trenarar (fordelt på ulike grupper). Tusen takk til dokke!!

Elles har vi også i år aktive og lovande skiskyttrarar som går på idrettslina ved Stryn Vidaregåande Skule. Desse har eit flott opplegg og får mykje trening og samlingar i regi av TSN og skulen.

Våre aktive på 15 og 16 år får også mykje trening gjennom samlingar i regi av NTS.

Resultat:

Under VM i Kontiolahti hadde Johannes og Tarjei nokre fantastiske dagar. Dei innleia VM med bronse på miksstafetten. På sprinten blei det gullmedalje til Johannes og bronse til Tarjei. Tarjei fekk også bronse på jaktstarten og fellesstarten. Begge to var også med når Norge fekk sølv på stafetten.

Også denne sesongen vart det mange svært gode prestasjonar i verdscupen. Johannes Thingnes Bø tok to individuelle singlar i verdscupen. Han sikra seg også verdscupsiger i stafett og miksstafett i tillegg til to 3. plassar i stafett. Dermed vart det ein femteplass i verdscupen samanlagt. På bakgrunn av dette vart han også utnemnd til æresmedlem i MIL. Dermed er begge brørne no æresmedlemer i MIL.

Tarjei Bø sikra seg ein verdscupsiger i miksstafett, ein tredjeplass i stafett og en individuelle tredjeplass i løpet av sesongen.

Også under NM senior vart det sølvmedalje til Tarjei Bø på fellesstarten.

Under Young Star rennet i Holmenkollen gjekk Aksel Mathias Meland til topps i guteklassen. Også på avslutningsrennet på Liatoppen vann Aksel sin klasse.

Komplette resultatlistar for skiskyttarsesongen 2014/2015 skal ligge ute på heimesida, men på grunn av overgang til ny heimesideløysing er dei ikkje tilgjengelige pr. i dag. Vi har kopi og desse blir lagt ut på «ny» heimeside etter kvart. Sjå også resultatoversikta med dei beste resultata nedanfor. Her er mange gode prestasjonar!

Utøvarar som har kome på premieplass (beste tredjedel, eller beste halvpart i HL) i nasjonale/internasjonale meisterskap.

Følgjande løparar har oppnådd dette gjennom sesongen 2014/2015:

Johan Eirik Meland	NM junior	stafett	4. "
	NM "	sprint	11. "
	NM «	fellesstart	15. "
	NM rulleski senior	sprint	15. «
Johannes Thingnes Bø	NM rulleski senior	sprint	10. "
	NM rulleski senior	jaktstart	4. "
	V cup Östersund	normal	8. "
	V cup Hochfilzen	sprint	1. "
	V cup Hochfilzen	stafett	3. "
	V cup Hochfilzen	jaktstart	4 "
	V cup Pokljuka	sprint	10.
	V cup Pokljuka	fellesstart	23.
	V cup Oberhof	stafett	3. "

V cup Oberhof	sprint	4. "
V cup Oberhof	fellesstart	14. "
V cup Ruhpolding	stafett	1. "
V cup Ruhpolding	sprint	1. "
V cup Ruhpolding	fellesstart	10. "
V cup Nove Mesto	miksstafett	1. "
V cup Nove Mesto	sprint	10. "
V cup Nove Mesto	jaktstart	12. "
V cup Holmenkollen	normal	6.
V cup Holmenkollen	sprint	8.
V cup Holmenkollen	stafett	9.
V cup Khanty Mansijsk	fellesstart	9. "
VM Kontiolahti	miksstafett	3."
VM Kontiolahti	sprint	1. "
VM Kontiolahti	jaktstart	31. "
VM Kontiolahti	normal	7. "
VM Kontiolahti	stafett	2. "
VM Kontiolahti	fellesstart	6. "

Tarjei Bø

NM senior	fellesstart	2. plass
NM rulletski	sprint	4. «
NM rulletski	jaktstart	5. "
V cup Östersund	sprint	15. "
V cup Östersund	jaktstart	14.
V cup Hochfilzen	sprint	6. plass
V cup Hochfilzen	stafett	3. "
V cup Hochfilzen	jaktstart	6 "
V cup Pokljuka	sprint	7. "
V cup Pokljuka	fellesstart	6. "
V cup Nove Mesto	miksstafett	1. "
V cup Khanty Mansijsk	jaktstart	11. "

	V cup Khanty Mansijsk	fellesstart	3. "
	VM Kontiolahti	miksstafett	3."
	VM Kontiolahti	sprint	3. "
	VM Kontiolahti	jaktstart	3. "
	VM Kontiolahti	normal	25. "
	VM Kontiolahti	stafett	2. "
	VM Kontiolahti	fellesstart	3."
Aksel Mathias Meland	Young Star	Fellesstart	1. plass
	Hovudlandsrennet	normal	4. «
	Hovudlandsrennet	sprint	12. "
	Hovudlandsrennet	stafett	3. "

Norgescup:

Her viser vi til fullstendige resultatlistene på heimesida

Krinsmeisterskap

Sigurd Fotland Fænn tok gull på normal og sølv på sprint

Magnus Midthjell Gjørven fekk bronse på normal

Anne Marie Roset tok gull på normal og sølv på sprinten.

Kari Alsaker fekk sølv på normal og bronse på sprinten.

Simon Hjelmeset Kirkeeide tok sølv på sprinten og bronse på normal.

Aksel Meland tok gull på normal og sprint.

Odd-Sindre Tonning tok gull på normal og sprint.

Håkon Midthjell Gjørven tok sølv på normal og sprint.

Grim Nygård tok bronse på normal

Gaute Bø tok gull på normal og sprint

Georg Halsteinslid tok sølv på sprint.

Kvalfossprinten: (beste resultat)

Sigurd Fotland Fænn nr 8 og 12

Oskar Guddal Breivik nr 4 og 46

Simon Hjelmeset Kirkeeide nr 34 og 44

Aksel Mathias Meland nr 6 og 11

Magnus Arntsen nr 57

Vestlandsmeisterskap:

Oskar Guddal Breivik nr 2 og 3

Magnus Midthjell Gjørven nr 5 og 5

Kari Alsaker nr 2 og 3

Anne Marie Roset nr 2

Simon Hjelmeset Kirkeeide nr 3 og 5

Aksel Matias Meland nr 1 og 2

Magnus Arntsen nr 12

Håkon Midthjell Gjørven nr 1 og 1

Andreas Halsteinslid nr 3

Grim Nygård nr 3

Gaute Bø nr 1 og 1

Georg Halsteinslid nr 2 og 2

Liatoppsprinten: (beste resultat)

Oskar Guddal Breivik nr 3 og 48

Sigurd Fotland Fænn nr 8 og 11

John Erlend Bø nr 28 og 31

Anders Svarstad Hole nr 69

Maren Hjelmeset Kirkeeide nr 6 og 16

Emilie Flo Stavik nr 17 og 21

Hedda Garlid Hilde nr 42 og 44

Magnus Midthjell Gjørven 35

Simon Hjelmeset Kirkeeide nr. 10 og 38

Anne Marie Roset nr 17 og 18

Aksel Meland nr 1 og 8

Magnus Arntsen nr 45

I tillegg tok Markane IL ein 7. plass på stafetten for J11-12 år (her gjekk Maren, Hedda og Emilie)

I tillegg til alle dei resultat som er lista opp her så er vi ein stor kontingent med gutar og jenter som reiser rundt på krinsrenn lokalt når berre snøtilhøva tillet det. Dette er

viktig for trening/motivasjon/samhald i gruppa. Her, som i andre renn, varierer innsatsen både i løypa og på standplass, men vi håpar at dei fleste, ja alle, har ei eller fleire positive opplevingar å sjå tilbake på, og at dei er motivert til å "gå på ein ny sesong."

Til slutt: Våre utøvarar i Markane Idrettslag presterer på eit høgt nasjonalt/internasjonalt nivå. "Markane IL" er blitt eit omgrep i norsk skiskyting; ein klubb og eit arbeid som blir lagt merke til i det ganske land.

Det har vi berre våre utøvarar å takke for. Vi prøver så godt vi kan å leggje tilhøva til rette for trening og utvikling lokalt. Eit nært samarbeid med Stryn vidaregåande skule og Team Statkraft Nordfjord gjer dette mogleg - la oss håpe dette også blir høve til for utøvarane som kjem etter – la dei også få denne fantastiske moglegheita på "heimebane".

Ei stor takk til alle som gjer sin del av "jobben" i gruppa vår; enten det er medhjelparar på standplass, funksjonærar ved arrangement, trenarar eller styremedlemer. Dreg vi lasset ilag så får vi det til!

Stryn, den 28.11.15

Skiskyttargruppa

Monica V. Halsteinslid, John Roger Meland, Jan Egil Gjørven og Kari Tønning

Årsmelding for Markane og Stryn barneidrettsskule 2015

Barneidrettsskulen har også dette siste året lege på vent. Mange andre aktivitetstilbod i den aktuelle aldersgruppa gjer at det framleis er vanskeleg å «finne rom» for barneidrettsskulen. Men – økonomi og utstyr har ein framleis i regi av barneidrettsskulen, dette gjer det lettare om ein eventuelt vil starte oppatt ved seinare høve.

Stryn, 25. november 2015

Markane og Stryn barneidrettsskule
v/Margunn Hjelmeset

Årsmelding for skigruppa 2015

Skigruppa 2015:

Styret: Anne Marie Svarstad, Margunn Hjelmeset, Kjetil Svarstad, Svein Rune Aaland og Sigbjørn Fænn

Skigruppa har hatt utsendingar til skikrinsen sitt haustmøte, Nils Heggdal. På vårmøtet deltok Sigbjørn Fænn, Eldbjørg Hatledal og Monica Halsteinslid for MIL. I samband med vårmøtet vart det også markert at Inge Fænn fylte 70år.

Krinsen har eit fokus på å jobbe for å behalde jentene i langrennsporet etter fylte 12 år. Det har i samband med dette vore ei jentesamling i Vik i haust der Maren Hjelmeset Kirkeeide var med.

Skigruppa er ansvarleg for :

- Telenorkarusellen/cuprenn: Det var gjennomført fem renn i Telenorkarusellen i 2015.
- Lagsmeisterskap i fristil, klassisk, hopp og slalåm. Fristilrennet gjekk inn i det eine cuprennet, medan klassisk langrenn, hopp og slalåm vart tradisjonen tru gjennomført 2. påskedag.
- Ullsrennet blir gjennomført tidleg i januar og er vanlegvis teljande i SSF-cupen. Ullsrennet hadde stor deltaking, ca. 200 løparar, og er eit viktig skirenn for krinsen. I år skulle det ha vore arrangert krinsstafett på søndagen same helga som Ullsrennet, men denne blei utsett til 28.mars på grunn av kollisjon med eit skiskyttararrangement. Krinsen er positive til at me vil ta på oss å arrangere stafett, og dei har sett det opp på terminlista også i 2016. I år samla stafetten 40 lag, noko som me tykkjer er svært bra. Ullsrennet er også det løpet der flesteparten av våre eigne løparar stiller opp.
- Barmarksamling: Skigruppa har i samarbeid med Sjur Ole Svarstad og skikrinsen ei barmarksamling på Ullsheim tidleg på hausten, som strekkjer seg frå fredagsettermiddag til søndag. Samlinga er ikkje kostbar for utøvarane så me trur difor at alle som har lyst, blir med og at ingen blir utestengd av økonomiske grunnar. Samlinga er for utøvarar frå 11-16 år.
- Tverrfjelldilten: 15.februar gjekk om lag 80 løparar dei 40 km i det einaste seedingsrennet til Birkebeinarrennet i Sogn og Fjordane. Det er tredje gongen løpet vart arrangert og for første gong kunne traseen gå over Vetten og Hogden. Skigruppa bør i samarbeid med Turløyper Stryn få til ein trasé som me kan bruke kvart år.
- Kvar torsdag har me hatt skitrening for dei mellom 10 og 16 år. Det er ikkje så veldig mange som er med, men dei som har vore der, er ivrige og stiller opp nesten kvar gong.
- Ski i skulen: Markane har i samarbeid med krinsen og Tonning skule, fem halve skuledagar der målet er å få alle 5.klassingane ut på langrennsski.
- I tillegg til dette hadde me for første gong ei samling for eigne utøvarar på Ullsheim. Den var for alle på tvers av om dei driv mest med ski, skiskyting eller kombinert. Målet med samlinga var å få meir samhold i klubben og at vaksne og born blir betre kjende med kvarandre.

Her er mange flinke skiløparar i Markane som hevdar seg godt både på krins- og nasjonalt nivå. Når

det gjeldt resultat, viser me til heimesida, men me tek med dei aller beste resultata her. Som de ser, har me også ein utøvar som gjer det svært godt i kombinert, Eskil Kveen. Han vart for innsatsen i kombinertløypene også tildelt Magnorpokalen under Skikrinstinget 2015.

Resultat:

Aksel Meland: Hovudlandsrennet: 19. plass sprint og 29. plass 5 km friteknikk i G 15.

Simon Hjelmeset Kirkeeide: Hovudlandsrennet 12. plass 5 km friteknikk i G 14. SSF cup 1.plass samanlagt. Krinsmeisterskapen 5 km friteknikk G 14.

Eskil Kveen: Hovudlandsrenn 6. plass kombinert og 9.plass i kombicross.

Emilie Flo Stavik: 1. plass samanlagt i SSF-cup.

Markane IL hadde deltakarar på følgjande renn i løpet av sesongen:

KM fri teknikk, KM sprint fri teknikk, SSF-cup Hodlekve, SSF-cup Ullsrennet, SSF-cup Jotun, SSF-cup duathlon IL Bjørn, SSF cup Langeland, SSF-cup Kleivanerennet, Hovudlandsrennet, sesongopning Beitostølen fri teknikk, BUL-sprinten, Natrudstilrennet, Bjønnastarten, Tverrfjelldilten, Ungdommens Holmenkollrenn klassisk/fri teknikk, Honndalsrennet, Vetenrennet, krinsstafett Ullsheim, Påskesprinten, Rypeskarrennet, Kjeringi Open og Lysebotn Opp (rulleski).

Sesongen 2014/15 var eit godt år for dei som likar å ha ski under beina. Det var snø frå først i desember til eit stykke ut i mai. Skigruppa ynskjer alle ein ny fin vinter med mange fine skiopplevingar! Me vil også takke alle velvillige som stiller opp og bidreg til at me klarer å arrangere og gjennomføre alle dei ulike aktivitetane!!

Vedlegg: Evalueringsrapport for Tverrfjelldilten, ski i skulen, Telenorkarusellen og barmarksamlinga.

Skigruppa 18.11 2015.

Telenorkarusellen

I år vart det arrangert fem renn i Telenorkarusellen.

- 2 renn friteknikk
- 2 renn klassisk
- 1 renn skicross (valfri stilart)

Deltakartal varierte frå 60 til 90-95 stk. I alt har 115 ulike løparar vore innom telenorkarusell-renna.

Fine skiforhold heile vinteren gjorde at det gjekk fint å få arrangere alle 5 renna.

Det fyrste rennet i friteknikk talde også som lagsmeisterskap i fri teknikk for Markane IL

Organiseringa har vore som tidlegare år med funksjonærliste utsendt på førehand. Funksjonærene har nytta «jeg hjelper deg» -vest, noko som er bestemt av Telenorkarusellen at ein skal gjere.

Servering av bollar, saft og frukt etter målgang er alltid ein suksess!

Takk til alle som har stilt opp som bakarar, servitørar og hjelparar på ein eller annan måte!

Ski i skulen

Ski i skulen er eit samarbeid mellom Sogn og Fjordane Skikrins, Markane IL og Tonning Skule. Elevar frå Stryn vgs har også vore med som instruktørar.

Tonning Skule gjev Ski i skulen-tilbodet til trinn 5. Dei får trening på ski 5 gongar.
Busstransport til og frå vert dekkja av prosjektet.

Markane IL stilte med instruktørar to av øktene. Her var mest vektlagt klassisk teknikk og leik. Stryn vgs stilte med instruktørar til tre økter. Her var mest vektlagt skøyteteknikken.
Dette samarbeidet fungerte også i år heilt strålande!

Øktene vart organiserte som stasjonsundervisning fordelt på 4 stasjonar (ca. 20 – 25 min pr. stasjon)

Dette er eit effektivt opplegg – i år frå ca. klokka 12.00 til 13.45. Då hadde ein 10 min til å ordne ski /sekk, samt få servert litt frukt / saft, før bussen for tilbake til Stryn 13.55

Trenarar frå Markane IL som har bidrege på Ski i skulen denne sesongen:

Sjur Ole Svarstad, Linda Alsaker, Roar Alsaker, Hilde Gjøvåg, Johnny Seljeset, Sigbjørn Fænn og Margunn Hjelmeset.

Skuleskidagen

Som ei avslutning på Ski i skulen-prosjektet, vart det også i år arrangert ein skuleskidag der ein i tillegg til Tonning-elevane også inviterte 5.klassingar frå dei andre skulane i kommunen, samt Hornindal.

Også dette er eit samarbeidsprosjekt mellom MIL og Stryn vgs.

Arbeidsfordelinga denne gongen vart slik at Stryn vgs tok seg av sjølve gjennomføringa m/aktivitetar og skuleskirenn.

Mil organiserte det praktiske som premiar, matlaging, fruktkutting, rydding av klubbhus osv.
Funksjonærliste vart sendt ut til lærarane på dei andre skulane på førehand, slik at alle måtte ta i eit tak!

Skryt til Stryn vgs sine elevar – der eit-par stk. var tidleg ute og ordna med flagg både i flaggstengene på Ullsheim og i vegkanten opp til Ullsheim, sette ut skuleskilta og fekk på musikken! Rett og slett til å bli glad av!

Arrangementet flaut fint. Det var god aktivitet på alle stasjonane og mange varierte øvingar! Til slutt gjekk dei aller fleste av elevane skuleskirennet.

Sjef for Skule og Kultur, Odd Einar Fimreite, var på plass. Han sto for premiutdelinga etter målgang!

Praktisk gjennomføring:

- Alle skulane får tildelt plass med skilt.
- Posar med startnr til elevane og funksjonærvestar til lærarane heng klart på skuleskilta når bussane med elevar / lærarar kjem.
- Elevane vert delte opp i grupper etter startnr.
- Stasjonsarbeid m/ instruksjon og leik før lunsj
- Varm lunsj til alle – grønsakssuppe og saft.

- Skuleskirennet vert arrangert etter lunsj. Løype 1,5 – 2 km. Her vel ein sjølve kva teknikk ein vil nytte.
- Premieutdeling. Alle får ein «forundringspose» og eit beger med frukt etter målgang
- Fri leik fram til bussane går tilbake til skulane – frå ca. 13.30

Barmarkssamling

4. – 6. september 2015

Sjur Ole Svarstad var hovudtrenar.

Arrangør: Markane IL og Sogn og Fjordane skikrins

Trenarar: Sjur Ole Svarstad, Johnny Seljeset, Nils Heggdal, Georg Halsteinslid, Inge Brikt Kvile og Sigbjørn Fænn.

I tillegg var Sverre Nesdal, Mariann Hjelmeset og Margunn Hjelmeset med og hjelpte til på trenarsida fredag kveld.

Vi organiserte samlinga etter same opplegg som tidlegare år med oppstart fredag kveld og avslutning etter lunsj søndag.

Sjur Ole hadde ein prat med utøvarane etter middagen fredag kveld, der tema var trening, kosthold, kvile og litt om sin eigen kvardag som trenar på rekruttlandslaget i langrenn.

Laurdagen køyrde vi 4 økter m/frukt og drikkepausar mellom øktene, slik vi har gjort tidlegare år.

Etter treningsøktene hadde vi buss til symjehallen og tilbake på Ullsheim. Det var middagsservering ca. klokka 20.00. Simon og Magnus hadde ordna med ein «kahoot» (ein slags quiz) som dei gjennomførde etter middagen laurdag. God stemning!

Søndag var det fjelltur frå Ullsheim for 11 – 15 år. Gruppa med 16 åringar var til Loen og gjekk Via Ferrata. Denne turen var ny av året, og responsen frå dei som var med var positiv!

Einaste merknad utøvarane hadde i forbindelse med denne turen var at dei tykte at det var litt dumt at samlinga var avslutta og «huset tomt» for andre deltakarar då dei kom tilbake til Ullsheim. Dette kan vere lurt å tenkje litt på dersom ein vel å gå for det same også neste år for 16 års gruppa.

Praktiske ting:

- Torsdag – rydding og klargjering av Ullsheim.
- Innkjøp – mat / frukt handla på Rema 1000, brød på Matstova og middagar frå Smak.
- Klatreselar til Via Ferrata – leigde med Loen Active kr 150.- pr. sele.
- Overnatting – gutane på hemsan og delar av kafeen, jentene fordelt på 3 rom i arenabygget.
- Nattevakter – 2 stk., der ein delte på å vere vaken.
- Innsamling av mobiltelefon / nettbrett / datamaskiner – klokka 23.00 samla vi inn det meste av slikt utstyr. Dette føler vi bidrog til å få tidlegare «ro i rekkjene»

For moro skuld kan vi ta med dette «fruktreknestykket». Denne helga gjekk det med 19 kg banan, 14 kg eple, 10 kg klementinar, 8 kg appelsiner, 20 – 25 kg melon + nokre kilo med druer og blåbær. Dette fordelt på dei ca. 50 deltakarane....trur nok at dei fleste greidde «fem om dagen» denne helga!

Evalueringsrapport Tverrfjelldilten 2015

Tverrfjelldilten vart arrangert for tredje gong laurdag 14.februar i sol og knallfine løyper. Det var om lag 80 startande, og det var utøvarar i nesten alle klassane Det ein ser er at det er få kvinnelige løparar sjølv om det er eit seedingsrenn.

For første gong gjekk traseen over Veten og Hogden, noko løparane sett stor pris på. Det var mykje vellyd i målområdet over kor fin traseen var. Det einaste negative er at det har vore eit par kommentarar frå nokre av grunneigarane inne med Vik og Tonningssetra. Skigruppa og Turløyper Stryn må være sikre på kvar ein kan legge traseen utan at det vert konfliktfylt. Me må også etterstreve å få ein trase som me kan bruke kvart år så lenge det er snøforhold til det og ein slepp å bruke reservetrase. Det har vore brukt tre ulike løyper til no. Dette vil lette arbeidet for arrangøren og eg trur løparane vil setje pris på at løypa er tilnærma lik frå år til år.

Ein skulle tru at å arrangere eit turrenn er ganske enkelt, men me erfarer at det er ganske store utfordringar og mykje som skal på plass for å få eit vellukka arrangement. Det krevst mange funksjonærar som må vete i detalj kva som skal gjerast. Jobben dei gjer, er svært viktig for at deltakarane skal ha ein god følelse når dei reiser frå Ullsheim. Løypetraseen og utforminga på den er kanskje det vanskeligaste. Deltakarane er ulikt trena og har ulike skidugleik. Det er også mykje arbeid for tidtakinga og med innsending av resultat til birkebeinerkontoret.

Tverrfjelldilten 2015 vart sponsa av Hotel Alexandra med kr. 10.000,- og av Turløyper Stryn som preparerte løypene vederlagsfritt !!!

Årsmelding for orienteringsgruppa 2015

Styret: Åshild Sætren Bøe, Sissel Svarstad, Grete Zachariassen, Svein Arne Lødemel og Per Øen.

O-krinsen: Rikard Kirkeeide Bøe, styremedlem

Møte

Gruppa har hatt 3 styremøte/planleggingsmøte der vi har fordelt oppgåvene mellom styremedlemmane, og sett opp ansvarlege for dei forskjellige løpa/aktivitetane.

Grete Zachariassen var o-gruppa sin kontaktperson første halvdel av året, og Per Øen i andre halvdel. Dei har då møtt på styremøta i Markane IL.

Kurs

Det har ikkje vore halde kurs i regi av gruppa dette året, ei heller har medlemmane delteke på kurs andre stader.

Nær-o-løp

Markane IL arrangerte 3 av i alt 8 nær-o-løp i 2015: (IL Veten 4 løp og Hovdebygda IL 1 løp)

- Den 23. april ved Strynehallen (sprintløp) med 51 deltakarar. Isak Bergset planla og teikna løypene medan Jon Kjøs og Per Øen sette ut postane. Svein Arne Lødemel og Per Heimlid var med og arrangerte.
- Den 21. mai på Ullsheim med 42 deltakarar. Gisle Bøe var løypeleggar og Rita Gausemel medhjelpar.
- Den 20. august med samling ved Badedammen på Tverrfjellet med 44 deltakarar. Løypeleggar var Vigdis Sætren.

Løpet på Tverrfjellet 20. august var også lagsmeisterskap for Markane IL. Lagsmeisterar vart Åshild Sætren Bø i dameklassen og Kåre Bø i herreklassen samt Grete Zachariassen og Klemet Bø i veteranklassane.

O-gruppa vil takke den anonyme gjevaren for flotte, dreia premiar til lagsmeisterskapen!

Alle frå Markane IL som deltok på minst 4 nær-o-løp, fekk den flotte samlepremien, tallerken med julemotiv. Desse var: Brita Svarstad Heggdal, Nils Heggdal, Olin Svarstad Heggdal, Katrine Svarstad Heggdal, Åshild Sætren Bø, Margunn Hjelmeset, Jesper Svarstad Hole, Oda Svarstad Hole, Ane Hjelmeset Kirkeeide, Maren Hjelmeset Kirkeeide, Oddrun Hjelmeset Kirkeeide, Per Øen, Aslaug Thingnes Bø, Klemet Bø, Gisle Bø, Hilde Gjøvåg, Amanda Gjøvåg Heggstad, Marthe Gjøvåg Heggstad, Anne Marie Svarstad, Sissel Svarstad, Vigdis Sætren og Grete Zachariassen

Resultat frå andre løp i krinsen

Det har i år vore svært lita deltaking på løp av medlemmar i Markane IL.

Men Vigdis Sætren og Åshild Sætren Bø deltok på Vestlandsmeisterskapen i Førde den 5. september. Det vart ein flott 2. plass og sølvmedalje, på Vigdis, medan Åshild vart nr. 5.

Eg har også lyst å skryte av Elias og Anders Bergset frå IL Vetten som begge vart Vestlandsmeistarar, Elias i H13-14 og Anders i H50.

Løp utanfor krinsen

Ane, Oddrun, Maren og Simon Hjelmeset Kirkeeide samt Margunn Hjelmeset, Erik Hjelmeset og Margret Hjelmeset deltok også i år på to av løpa under Heidalsveka i midten av juli. Arrangørar var Tormod Skilag/ Viul Orienteringsklubb

Simon vann herreklassen i den korte løypa (1,8km) 2. dag med tida 11:25. Det gjev eit snitt på 6:20 pr. km. Prøv den som vill!!

Maren vart nr. 3 i dameklassen, og sprang same løypa på 18:27, også det ein god prestasjon.

Lars Danielsen Holen deltok for MIL på to-dagarsløpa i Morokulien ved svenskegrensa første helga i juli. Arrangørar var Eidskog OL/ OK Hierne/ Åmotfors OK.

Turorientering

O-gruppa gjennomførte turorientering med postar på kartet «Tverrfjellet», i Tonningkamben på kartet Stryn og i Ullsheimområdet på kartet Tverrfjellet. Det blei selt 28 konvoluttar og 39 ekstra klippekort.

Innleverte klippekort resulterte i 18 gullmerke, 13 sølvmerke og 2 bronsemerke. Ansvarlege: Åshild Sætren Bø og Grete Zachariassen.

Finn-Fram-Dagen

Finn-Fram-Dagen blei arrangert 30. mai på Ullsheim i samarbeid med Barnas Turlag. I alt 26 små og store born deltok saman med ivrige foreldre. Det var lagt opp til følgande aktivitetar: Nybyrjarløype, løype C-nivå, rakettløype og natursti med orienteringsspørsmål. Ansvarleg var Grete Zachariassen.

Skulesprinten 1

Vi arrangerte Skulesprinten for Tonning skule i juni med 54 elevar frå 6.-klasse og 35 frå 7.-klasse.

Aktivitetane her var N-løype, C-løype, rakettløype, o-sti, belgisk orientering og kartteiknstafett.

Hovudansvarleg var Grete Zachariassen. Åshild Sætren Bøe og Sissel Svarstad var med frå o-gruppestyret i tillegg til mange andre gode hjelparar.

Skulesprinten 2

Den 1. oktober arrangerte vi Skulesprinten for ungdomskulen i Hornindal. Her hadde vi N-løype, rakettløype, o-sti og belgisk orientering.

I ettertid ser eg at det var dumt å ta på seg dette arrangementet, sidan vi ikkje greidde å stille mange nok funksjonærar, og at mesteparten av tilskotet frå o-krinsen gjekk til transport av elevane.

Ansvarleg var Åshild Sætren Bøe. Ingen andre frå o-gruppa hadde høve å vere med, så difor vart det litt hektisk for Åshild. Men du greidde det fint, Åshild, og skulen gav veldig positive tilbakemeldingar!

Aktiv fritid

Dette var noko som Stryn kommune starta opp i byrjinga av august. I utgangspunktet skulle ikkje vi vere med, men det vart så mykje påmeldingar at dei måtte utvide tilbodet. Difor sa Markane IL «ja» til å ta eit par dagar med o-aktivitetar på Ullsheim.

Vi la då opp til N-løype, postplukk, o-sti og rakettløype. Innsatsen var upåklageleg blant dei ca. 50 ungane som var her kvar dag.

Grete Zachariassen var hovudansvarleg første dag, og Sissel Svarstad andre dag.

Men dette arrangementet «kosta meir enn det smaka» så det blir ikkje aktuelt å ta på seg seinare år utan at gruppa sit igjen med litt for innsatsen.

Andre løp

Høgskulen i Volda hadde også i år haustavslutningsløp på Ullsheim, fredag 9. oktober. Det var med 42 studentar som fullførte den 3,2 km C-løype med 13 postar. Per Øen var løypelegger, medan Jon Kjøs og Grete Zachariassen tok seg av arrangementet.

I Oppstryn var det i år Fylkesleir for 4H. Arrangøren spurte Markane IL om å ta ein dag med aktivitetar på Ullsheim. Dette vart delt på o-gruppa og skiskyttargruppa.

Mellom 10 og 15 leirdeltakarar hadde valt dette som aktivitetar.

Grete Zachariassen var hovudansvarleg frå o-gruppa si side.

Kart

Det har ikkje vore gjort noko kartarbeid i 2015. Spelemiddelsøknaden for Stryne-kartet vert fornya, og det er godt håp om at vi får utbetalt summen på 45.000,- til sommaren.

Komande sesong

Fjord-O Vest

Det var aktuelt for Markane IL å ta på seg 2 løp i dette arrangementet, men vi måtte innsjå at vi dessverre ikkje greidde å få på plass personar i dei mest sentrale funksjonane. Difor vert det Emblem IL som blir IL Veten sin «kompanjong» i Fjord-O Vest.

Eg vil likevel oppmode den enkelte om å tilby seg å stille som funksjonær på Veten sine to løp. Eller delta i konkurransane, sjølv sagt.

Finn-Fram-Dagen

Også i 2016 skal vi ha aktivitetar på Finn-Fram-Dagen. Datoen er ikkje bestemt, men vi håper også neste år å få med Barnas Turlag på arrangementet

Skulesprinten

Dette er eit viktig rekrutteringstiltak som vi må prøve å få til også i 2016. Opplegget blir vel omtrent som før.

Hornindal hadde i år Skulesprinten om hausten. Dette er lite gunstig med tanke på at det er eit halvt år til neste gong dei har mulegheit å prøve orientering.

Nær-o-løp

Talet på nær-o-løp har lege stabilt på 7-10 dei seinare åra, og der du har måtta delteke på minimum halvparten for å sikre deg den flotte samanlagt-premien.

Til sommaren må vi vere budde på å ta fleire løp sidan IL Veten skal arrangere Fjord-O Vest. Så eg håper de som blir spurde om å legge løyper, er positive til den jobben.

Det er fint at Hovdebygda er komen med som arrangør. Der var det 70 deltakarar på løpet dei hadde. Kanskje dei tek to løp til neste år?

Kart

Dei fleste karta våre er brukande, men vi vil be løypeleggjarar om å merke seg viktige endringar i terrenget (vegar, bygningar, hogstfelt m.m.) så skal vi få teikna inn dette. Ta kontakt med underteikna med ein gong du ser noko som må endrast.

Utanom dette vil det ikkje bli starta opp med nye- eller rehabilitering av gamle kart i 2016.

Avslutning

Eg vil takke dei andre i gruppa for godt samarbeid. Dessverre har Åshild sagt frå seg attval i gruppestyret, noko som blir eit stort tap for gruppa.

Stor takk også til grunneigarar, medhjelparar og dei aktive for sesongen vi har lagt bak oss.

Ein spesiell takk til Antonia Karete for at vi finn det meste av resultat på heimesida. Sjølv om eg likte den gamle sida betre enn den nye.

Vel møtt i skogen på vårparten! Kanskje skulle vi også teke nokre fellesturar på løp andre stader i fylket/landet? ☺

For o-gruppa

Per Øen

Årsmelding 2015 for trimgruppa

Styret

Leiar : Per Jakob Kyrkjeide

Styremedlemer : Bodil Dybevoll , Even Nesje og Sigbjørn Kirkeeide

Sætretrimmen 2014 -2015.

Trimbøkene vert samla inn i starten av oktober og bøkene ligg ute på 9 sætrar. Det er 1 poeng pr. besøk på sætrane. Bøkene ligg på Faleidestøylen 276 besøk, Gråberg 198 besøk, Holsetra 4237 besøk, Grendasetra 917 besøk, Maursetsetra 145 besøk, Øiesetra 104 besøk, Sindresetra 36 besøk, Jutdalsetra 159 besøk og Florehytta 69 besøk.

Totalt besøk denne sesongen er 6141. Det er 387 meir enn i fjor. Mest besøkte post er Holsetra med 4237. Det er 457 meir enn i fjor. Minst besøkt er Sindresetra med 36. På Maursetsetra forsvann boka i sommar så der er det berre registrert besøk etter at det kom på plass ny bok.

Årets klassevinnarar:

Damer: Aud Gjendem Gjørven

Jenter 13 -17 år: Sofie Gjøvåg Heggstad

Jenter 7 – 12 år: Maren Hjelmeset Kirkeeide

Jenter 0 – 6 år: Ane Hjelmeset Kirkeeide

Menn: Per Jakob Kyrkjeide

Gutar 13 -17 år: Simon Hjelmeset Kirkeeide

Gutar 7 -12 år: Magnus Johan Bøe

Gutar 0 -6 år: Noah Seljeset Svarstad og Jesper Svarstad Hole

Resultat lista er lagt ut på heimesida til Markane IL .

Markanebadinga:

Badinga startar opp i starten av september og varer til påske. Laget stiller med egne badevakter.

Følgjande personer er badevakt i år: Emil Andre Nesje, Ivar Jon Erdal, Einar Dons Brath, Nils Heggdal, Sissel Svarstad, Even Nesje og Arve Åbrekk .

Leiar i trimgruppa

Per Jakob Kyrkjeide

Årsmelding friidrett 2015

Sidan det ikkje lukkast valnemnda å finne ny leiar for friidrett i 2015, har aktiviteten lege under styret. Eldbjørg Hatledal har hatt hovudansvar for Postvegløpet medan Antonia Karete Kongsvik har teke seg av web, innbydingar m.m.

Oldestafetten 26.4.2015

Det vart også i år mobilisert for å få på plass lag frå Markane til Oldestafetten. Dermed var eit lag frå Markane på startstrekken i herreklassen medan det i guteklassen vart stilt med to lag. Best resultat i år vart det for herrelaget som sprang inn til ein fin 3.plass. Med på laget var Håkon Midthjell Gjørven, Johan Eirik Meland, Georg Kristian Halsteinslid, Andreas Halsteinslid og Odd Sindre Tonning. I guteklassa kom Markane I på sjetteplass medan Markane II kom på 14. plass.

Postvegløpet

Postvegløpet hadde også i år svært god deltaking sjølv om det ikkje vart ny deltakarrekord totalt. Derimot vart det ny rekord for konkurranseklassa med 65 løparar. I førekant av årets løp vart det gjennomført treningar i regi av Gym Stryn der mellom anna bedrifter var oppmoda om å stille opp på årets Postvegløp. Vinnarar av årets løp vart Arve Rindal og Merete Helgheim.

Deltaking i løp og på stemner

Det har heller ikkje i år vore arrangert treningar i friidrett i regi av Markane, men alle som ønskjer å delta på løp eller stemne for MIL står fritt til å gjere dette. Også i år har Markane vist igjen på resultatlistene rundt omkring.

Rotevatnet rundt, løp 35: Nikolai Dispen Lødemel nr 3 i guteklassen og Svein Arne Lødemel nr 2 i M30-39.

Strynehall-leikane: Jørgen Trøsken deltok i kule, lengde og 40 m i klasse G11.

KM-terrengløp (Arrangør: Fjellhug Vereide): 1. plass til Svein Arne Lødemel klasse MV35-39 og 3.plass til Nikolai Dispen Lødemel i klasse G14.

Åheimsløpet 1.mai: 1. plass til Simon Hjelmeset Kirkeeide i G15. 2.plass til Maren Hjelmeset Kirkeeide i J12.

Postvegløpet 3.juni: 1.plass til Samuline Seljeset i K19-34, 4. plass til Åshild Sætren Bøe i KV 35-49, 1. plass til Simon Hjelmeset Kirkeeide i G13-15, 4. plass til Sigurd Fotland Fænn i G13-15, 4. plass til Gaute Bø i G16-18, 6. plass til Andreas Halsteinslid G16-18, 3. plass til Johan Eirik Meland i M19-34, 4.

plass til Isak Fotland Fænn i M19-34, 5.plass til Gisle Bøe i M19-34, 8. plass til Sigbjørn Fænn i MV35-49 og 11. plass til Svein Arne Lødemel i MV 35-49.

Trollenyskjen opp 14. juni: 2. plass til Maren Hjelmeset Kirkeeide i klasse K12-13, 2. plass til Gaute Bø i klasse G18-19, 7. plass til Håkon Midthjell Gjørven i G 16-17, 8. plass til Grim Nygård i G16-17 og 10. plass til Andreas Halsteinslid i G16-17.

Birkebeinerløpet 2015: 86.plass til Gunn Skrede i K25-29 og 202.plass til Siv Myklebust i K30-34.

Svinestranda Opp: 2. plass til Simon Hjelmeset Kirkeeide i klasse G15.

Sparebankleikane 2015: 1.plass til Simon Hjelmeset Kirkeeide på 800 meter i G15. I tillegg vart det 2.plass til Simon på 1500m hinderløp.

Hornindal Rundt (halv distanse): 1.plass til Gunn Skrede i K20-29. (6. plass i dameklassa totalt) og 5. plass til Samuline Beate Seljeset i K 20-29. (13. plass totalt). 23. plass i herreklassa totalt til Per Jakob Kyrkjeeide, 25. plass til Kjetil Svarstad, 27. plass til Paul Otterdal og 55. plass til Jan Egil Gjørven. I tillegg fekk Eirik og Gisle Bøe godkjent halvdistanseløpet på god tid, men kom ikkje med på resultatlistene p.g.a. endring frå heilt løp.

Jølster Maraton: 7. plass til Per Maurset i M65-69

Hornindalsvatnet rundt: 1. plass til Svein Arne Lødemel i MV35-39 på 10km og 7. plass til Per Maurset i MV65-69 på halvmaraton.

Kleiva Opp: 2.plass i M20-34 til Anders Vonheim. Dette heldt også til 3. plass i løpet totalt. 3. plass til Aksel Meland i G16-19, 4. plass til Håkon Midthjell Gjørven i G16-19, 5. plass til Grim Nygård i G16-19. 4 .plass til Odd Kristian Hagen i M20-34 og 2. plass til Svein Arne Lødemel i M35-39. Simon Hjelmeset Kirkeeide kom på 1.plass i G14-15 og Magnus Midthjell Gjørven på 6. plass.

Skarsteinsetra Opp: 2. plass til Nikolai Dispen Lødemel i G13-14. Nikolai vann også den innlagde spurtprisen.

Strynemila 2015: 2.plass til Rasmus Endre Bø, 8. plass til Gaute Bø, 12. plass til Odd Kristian Hagen, 15. plass til Grim Nygård og 17. plass til Kjetil Svarstad. 3. plass til Nikolai Dispen Lødemel i juniorklassa.

Stolzekleiven Opp: 14. plass til Tarjei Bø og 33. plass til Johannes Thingnes Bø.

Det må også nemnast at sjølv om Markane IL ikkje har eiga sykkelgruppe, deltok Georg Kristian Halsteinslid for Markane under Nordfjordrittet 2015 og gjekk heilt til topps i M17-19.

Markane 18.11.2015

Antonia Karete Haugen Kongsvik