

Årsberetning 2015 – Lambertseter IF friidrettsgruppa



1. Styret mv.

Styret i friidrettsgruppa har fra årsmøtet 24. februar 2015 bestått av:

Anne Marie Marstein, Shahid Aasmund Skar, Nina Damsleth, Pelle Rohdin og Tor Ivar Kanestrøm (leder). Vegard Rooth har deltatt på styremøter fra våren 2015 med sikte på formelt å tre inn i styret fra årsmøtet 2016. Frode Sagen har vært regnskapsfører i perioden.

Det har vært avholdt ni styremøter i perioden (18/3, 15/4, 19/5, 18/6, 27/7, 2/9, 19/10, 12/1, 16/2). Som leder av friidrettsgruppa har Tor Ivar Kanestrøm sittet i hovedstyret for Lambertseter IF. Det har videre vært avholdt møter med trenerne, møter med samarbeidsklubbene (Tjalve/Koll). LIF har videre deltatt på møter med OFIK, og i planleggingsmøter for Løvelekene. Foreldremøte 28/10. Kretsbesøk 25/11.

2. Trenere

LIF friidrett har per januar 2016 følgende faste trenere:

Vegard Rooth, Shahid Aasmund Skar, Adrian Proteasa, Frode Urdal, Dominique Couserell, John Ertzgaard, Julie Kitel, Mina Torvanger og Sander K Kvalvåg

Espen Rooth, Marius Rooth og Stein Næsjø har i perioden hatt sporadiske treninger og/eller treninger med enkelte utøvere.

Følgende trenere har av ulike årsaker (flytting, studier mv.) sluttet i løpet av året: Martin Kanestrøm, Marie-Therese Obst og Endre Wigaard (alle juni 15).

3. Medlemsmasse

Friidrettsgruppa hadde 97 medlemmer i 2015. Dette er en økning i forhold til de foregående år. Medlemmene fordeler seg slik på alder/kjønn:

	Jenter	Gutter	Sum
6-12 år	44 (+17)	22 (+11)	66 (+28)
13-19 år	12 (-5)	16 (-9)	28 (-14)
20-25 år	0 (-3)	0 (-3)	0 (-6)
26 + år	1 (+1)	2 (+2)	3 (+3)
Sum	57 (+10)	40 (+1)	97 (+11)

4. Treninger

Som tidligere har utøverne i hovedsak vært fordelt på tre treningsgrupper. En gruppe for 7-9 åringer (1 fellestrening per uke), en for 10-12 år og en for 12 år + (3 fellestreninger per uke for begge gruppene). I perioden april til oktober har det vært treninger på Lambertseter stadion. I vintersesongene har det vært fellestreninger på Lambertseter vgs, og i Ekeberghallen for 10 år+.

Utøvere fra klubben har også deltatt på ulike treningssamlinger og -prosjekter i regi av kretsen eller sammen med samarbeidsklubbene Tjalve/Koll. Noen av våre eldre utøvere har også deltatt på Tjalve-treninger, jf. punkt 6 nedenfor.

5. Sportslige prestasjoner/deltakelse i stevner/stafetter

Vi har vi hatt deltakere i alle større stevner på Østlandet, og i kretsmesterskapene for Oslo. LIF ble beste klubb i kretsmesterskapene i Oslo for 11-14 år. Utøvere fra LIF vant totalt 56 kretsmesterskap (ikke medregnet stafett – se nedenfor).

I løpet av utesesongen 2015 deltok totalt 61 utøvere i ett eller flere stevner, hvorav 37 i konkurranseklassene (11+). I innesesongen 2014/15 (desember til mars) deltok 23 utøvere på stevner (19 i 11+). Totalt i perioden deltok 64 utøvere på stevner. Klubben har i utendørs sesongen registrert 983 resultater for utøvere 11 år+. Dette gir en 21. plass blant alle klubbene i Norge, og illustrerer at LIF er en av Oslo største klubber mht aktivitet (BSK 1267 resultater, BUL 1235, Koll 1063).

Det ble arrangert treningshelg til Uddevalla og Rimnershallen med Tjalve og Koll 9.-11. januar 2015. 9 utøvere fra Lambertseter deltok. 6.-7. juni var det tur til Kil i Sverige (Stefan Holm spilen), også denne gang sammen med Tjalve og Koll. LIF stilte med 12 utøvere.

I 2015 har LIF stilt stafettlag i Tyrvingstafetten (4 lag), Fjellhamarstafetten (3 lag) Bølerstafetten (4 lag), Slottsfjellstafetten (1 lag) og Ekebergstafetten (4 lag). Det ble mange gode resultater, herunder fire førsteplasser: Bølerstafetten jenter 10-13 år (6 lag deltok i klassen), Slottsfjellstafetten jenter 12-13 år (15 lag i klassen) og Ekebergstafetten gutter 9-10 år (5 lag i klassen) og mix 13-14 år (1 lag i klassen). I KM-stafetter stilte Lambertseter med 10 lag og vant 3 gull, 2 sølv og 3 bronse. LIF har også stilt lag i flere andre banestafetter. I tillegg har utøvere deltatt i stafetter for Tjalve.

Bendit-lekene arrangeres hvert år for aldersklassene 13 og 14 år. Utøvere blir tatt ut til stevnet av sine respektive kretser. Stevnet er både en lagkonkurranse mellom de åtte forskjellige kretsene på Østlandet og individuell konkurranse. Fra LIF deltok Magnus R. Wessmann (13), Andreas S. Rohdin (13), Jacob Kresz (13), Markus Rooth (14), Hedda K. Kvalvåg (13), Miriam Elise Havåg (13), Vilde Marstein (13), Andrea Rooth (13) og Sofie A. Edvardsen (14) på kretslaget til Oslo. Oslo ble nr. 2 i konkurransen, bak Akershus. Topp-3 plasseringer for våre utøvere: Markus: 1. pl i 200m hekk, spyd, lengde og 2. pl i 80m hekk. Hedda: 1. pl. i tresteg og 2. pl. på 200m hekk og lengde. Vilde: 1. pl. på 60m hekk og lengde, 2. pl. på 60m. Andrea: 1. pl. på 200m og 2. pl. på 60m hekk.

Ungdomsmesterskap arrangeres for utøvere fra og med 15-årsklassen, både innendørs og utendørs. I utendørsmesterskapene må utøverne ha oppnådd kvalifiseringsresultat i hver enkelt øvelse (inne er det fri påmelding, med unntak av 200m/400m). Utøvere fra 15 år og eldre kan også delta i (jr.)NM dersom kvalifiseringskrav er oppnådd i minst en øvelse. Nedenfor følger en oversikt over resultatene for utøvere fra LIF i disse mesterskapene i 2015:

Mesterskap	Utøver	Klasse	Øvelse	Plassering	Resultat
NM inne 7.-8. feb. Steinkjer*	Martin Kanestrøm	MS	60m forsøk	Utslått 28. plass	7,25
		MS	200m forsøk	Utslått 24. plass	23,29
	Tjalve (Martin)	MS	4x200m stafett	4. plass	1.32,76
UM inne 6.-8. mars Ulsteinvik	Martin Kanestrøm	G18/19	60m hekk finale	3. plass	8,45
		G18/19	60m forsøk	Til semifinale	7,28
		G18/19	60m semifinal	Til finale	7,27
		G18/19	60m finale	5. plass	7,24
		G18/19	tresteg	2. plass	13,52
NM stafetter 30.5 - 31.5 Larvik*	Tjalve (William og Martin)	MJ	4x100m forsøk		DQ
	Tjalve (William og Martin)	MS	4x400m finale	4. plass	3.33,99
Jr. NM 14.8-16.8 Byrkjelo*	William S. Rodahl	M19	100m forsøk	Utslått 22. plass	11,87
		M19	200m forsøk	Utslått 26. plass	23,76
		M19	400m forsøk	Utslått 14. plass	52,65
	Martin Kanestrøm	MJ19	100m forsøk	Til semifinale	11,64
		M19	100m semifinale	Utslått 15. plass	11,60
		M19	110m hekk finale	5. plass	16,18
		M19	tresteg	7. plass	12,76
	Tjalve (Martin)	MJ19	1000m stafett	4. plass	2.01,79
UM 11.-13. sep. Lillestrøm	Patrick E. Ekeli	G15	100m hekk	5. plass	15,54
		G15	Lengde	8. plass	5,21
	Fabio M. Bjerg	G15	Spyd	4. plass	47,82
		G15	Diskos	12. plass	29,96
	William S. Rodahl	G16	100m forsøk	Til semifinale	11,73
		G16	100m semifinale	Utslått? 9. plass	11,73
		G16	200m forsøk	Til finale	23,91
		G16	200m finale	3. plass	23,54 (+2,3)
	Martin Kanestrøm	G18/19	tresteg	3. plass	12,83
		G18/19	Lengde	3. plass	6,20
	Tjalve (William og Martin)	G17-19	1000m stafett	9. plass	2.05,74

* I NM representerer utøverne Tjalve, jf. punkt 6 nedenfor.

Andrea Rooth ble tildelt utmerkelsen "årets LIF-utøver" på klubbkvelden i november.

De beste resultater oppnådd av LIF-utøvere i utesesongen 2015 – kun beste resultat for hver utøver (målt i poengsum fra Tyrvingtabellen – resultater over 900 poeng) var som følger:

Martin Kanestrøm (19) 110m hekk (15,07) - 993p
 William S. Rodahl (16) 400m (51,42) – 1043p
 Fabio M. Bjerg (15) spyd (47,82) – 916p
 Patrick E. Ekeli (15) 60m (7,87) – 913p
 Markus Rooth (14) 300m hekk (43,95) – 1034p
 Magnus Rabben Wessmann (13) 1500m (4.47,69) – 932p
 Sofie A. Edvardsen (14) 60m (8,45) - 946p
 Hedda K. Kvalvåg (13) tresteg (10,56) – 1036p
 Vilde Marstein (13) 60m hekk (9,60) – 1095p
 Andrea Rooth (13) 60m hekk (9,47) – 1119p
 Kajsa Rooth (12) 60m hekk (10,29) – 1039p
 Ida Damsleth (11) lengde (4,04) – 934p

Sofie Rooth (10) tresteg (8,88) – 1088p
Signe Støwer-Rohdin (10) 60m (9,30) – 986p

Totalt oppnådde 14 utøvere resultater på minst 900 poeng, mot hhv 12, 12 og 7 i 2014, 2013 og 2012.

6. Klubbsamarbeid

Samarbeidet med Tjalve ble videreført. Dette innebærer blant annet at utøvere fra LIF kan delta på stafettlag for Tjalve, og at utøvere fra LIF som deltar i jr. NM representerer Tjalve i dette mesterskapet – se punkt 5 ovenfor. Videre har utøvere fra LIF (under forutsetning av relevant alder og nivå) muligheter for å delta på Tjalves treninger. Videre har LIF-utøvere deltatt på fellestur med Tjalve til UM og NM (inne og ute), jf. punkt 5 ovenfor. LIF deltar med dugnadsjobb på tre Tjalve arrangementer (Holmenkollstafetten, Bislett games og Tjalvelekene). Med unntak av Bislett games får vi betalt for denne jobben. LIF arrangerte, sammen med Tjalve og Koll, også elitestevnet Audun Boysen Memorial (Bislett), og innendørsstevnet Bassensprinten (Bærum).

7. Arrangementer/dugnader

LIF har arrangert fem friidrettsstevner på Lambertseter i løpet av 2015:

Lambertseter sprint (13.5), KM stafett (2.6), Kretsstevne (16.6), Kaststevne m/KM diskos/slegge (22.9) og klubbmesterskap (11.10). I tillegg arrangerte Mina T og Ebba R et uformelt barnestevne på våren som del av kurset "Ung leder". Løvelekene, et stevne for utviklingshemmede, ble arrangert på Lambertseter stadion for niende år på rad. Stevnet arrangeres i samarbeid med Nordstrand IF og Lions club.

LIF har i tillegg deltatt med mannskaper på Tjalves arrangementer, jf. punkt 6 ovenfor.

Det har vært avholdt vårdugnad på og rundt Lambertseter stadion.

Lambertseter friidrett arrangerte DNB Idrettsleker (friidrettsskole) i skolen sommerferie (uke 26 og 33) for andre gang. Målgruppen var barn mellom 6 og 12 år, både med og uten tidligere erfaring fra friidrett. Dette var en suksess og det deltok hhv. 21 og 61 barn disse to ukene (i 2014 var tilsvarende tall 35 og 54). I tillegg til å være et fint aktivitetstilbud til barn i Oslo syd og et godt rekrutteringstiltak (flere av deltakerne meldte seg inn i friidrettsgruppa etter sommeren), ga også friidrettskolen et fint økonomisk overskudd.

8. Økonomi

Friidrettsgruppa hadde i 2015 et betydelig underskudd. Dette skyldes i første rekke økte utgifter til stevner og halleie i Ekeberghallen. Det ble også investert i nytt utstyr, bl.a. høydematte m/hus. Gruppa har fremdeles en relativt solid bankbeholdning. For endelig tall vises til regnskapet.