



Sarpsborg orienteringslag

Årsberetning 2018

Årsmøte holdes på SOL-hytta
Søndag 3.3.2019 kl. 19:30

Dagsorden

1. Åpning og konstituering
2. Årsberetning
3. Regnskap
4. Utdeling av premier og merker
5. Innkomne forslag
6. Kontingents størrelse
7. Budsjett
8. Valg ifølge lover

Hyggelig samvær med enkel bevertning



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

Styret har i 2018 hatt følgende sammensetning	
Leder	Tom Wahlgren
Nestleder	Jon Roar Odden
Leder, finansutvalg	Tom Wahlgren
Sekretær	Jon Roar Odden
Leder, sportsutvalg	Tormod Jensen
Leder, teknisk utvalg	Tom Wahlgren
Leder, hytte/anlegg	Tove Skiri Wahlgren
Leder, friluft/tur-o	Per Christian Evensen
Varamedlem	Benjamin Aasen
Utvalg med medlemmer:	
Økonomi/finans	
Leder	Tom Wahlgren
Kasserer 2	
Bingokontakt	Ingunn Brekken
Salg av drakter	Reidun Hansen
Sportsutvalg	
Leder	Tormod Jensen
Medlemmer	Dag Syversen
	Espen Svae
	Knut Ramtvedt
	Frode Hauge
	Hans Huseby
	Stian Jensen
Teknisk utvalg	
Leder	Tom Wahlgren
VDG-ansvarlig	Svein Runar Melby
Kart	Tormod Jensen
Data	
Materialforvalter	Hans Huseby
Hytte utvalg	
Leder	Tove Skiri Wahlgren
Medlemmer	Ingunn Brekken
	Bjørn Ketil Hansen
	Per Chr. Evensen
	Arild Kirkerød
	Reidun Hansen
Varamedlem	Bjørn Åstorp



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

Friluft og tur-o	
Leder	Per Christian Evensen
Medlemmer	Anne Berit Eid
	Bjørn Åstorp
	Øivind Berget
Revisor	Torbjørn Kullerud
Valgkomité	Ingunn Brekker, Dag Syversen
Web-ansvarlig	Leder og sekretær
Representasjon	
Østfold O-krets	Ida Katrine Børstad Thoresen, Barne- og ungdomsdelegert
FinnFram i Østfold	Tom Wahlgren, styremedlem
Regelutvalg Norsk Orientering	Bernt O. Myrvold
Sarpsborg Idrettsråd	Tom Wahlgren, Tove Wahlgren
Borg Bingo A/L	Ingunn Brekken
WOC 2019	Tom Wahlgren SOL's representant i generalforsamlingen

Styremøter

Det er avholdt 8 styremøter i årsmøteperioden og behandlet 52 saker.

Medlemsmøter

Det er avholdt 1 medlemsmøte.

Medlemsoversikt

	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Menn 0-5 år	4	5	4	5	4	2	2	3	1	0	0
Menn 6-12 år	14	14	10	5	6	9	10	9	8	8	8
Menn 13-19 år	17	17	15	8	10	10	12	10	8	9	9
Menn 20-25 år	6	7	9	10	10	11	6	5	2	3	3
Menn 26-	95	98	99	93	88	90	85	83	80	79	82
Kvinner 0-5 år	1	2	4	2	2	2	1	2	2	1	1
Kvinner 6-12 år	30	36	34	23	15	12	12	9	6	6	7
Kvinner 13-19 år	9	13	10	10	13	17	19	22	18	17	17
Kvinner 20-25 år	4	3	6	5	4	4	5	4	5	7	7
Kvinner 26-	61	71	64	61	57	58	54	51	48	51	51
Menn	136	141	137	121	118	122	115	110	99	99	99
Kvinner	105	125	118	101	91	93	91	88	79	82	82
Totalt	241	266	255	222	209	215	206	198	178	181	185



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

TEKNISK UTVALG

Møtevirksomhet

Saker er tatt løpende over telefon eller epost. Flere kartsaker har vært gjenstand for befarings mellom leder og kartansvarlig. Det har også vært flere møter med grunneiere for avklaring av arena, startområder og parkering. Bemanning av de sentrale funksjonene i løpene våre har også tatt tid.

Kartarbeid

All kartutvikling forgår nå digitalt. Dette medfører at målestokk og utsnitt tilpasses etter behov. Kartgrunnlaget vår blir etterhvert samlet i kartdatabaser hvor en kan hente ut kartområde tilpasset det enkelte arrangement. Vi har også fortløpende samarbeide med VOL og TIL når det gjelder langsiktig kartplan. Vi har følgende nye kart og revisjoner i år:

Navn	Type kart	Nytt/Revidert	Kartarbeide
Hornes/Tveter	Hovedkart	Nytt	Göran Olsson/Hans Huseby
Delåsskogen	Nærmiljøkart	Nytt	Tom W
Sarpsborgmarka	Hovedkart	Revidert	Hans Huseby
Kalnes V Skole	Sprintkart	Revidert	Stian Jensen
Skolegårdskart -18 stk.	Opplæring	Nye	Diverse

Som et ledd i arbeidet med skoleprosjektet «Finn Fram i Østfold» har vi laget helt nye skolegårdskart til alle barne- og ungdomsskolene i Sarpsborg, i alt **18** kart. Alle kart er i A4 format og i målestokk 1:1000, 1:1500 eller 1:2000. Kartene er utviklet delvis på dugnad av lagets medlemmer eller av eksterne karttegnere.

I forbindelse med kommende VM i 2019, merker vi stor pågang på bruk av våre kartområder til treninger fra både klubb og landslag. Vi har utarbeidet egne avtalegrunnlag for å regulere dette behovet. Disse avtalegrunnlagene har blitt samordnet på kretsplan i VM-perioden.

VDG

Det er på vanlig måte holdt god kontakt med de impliserte grunneiere og kommunens viltkonsulent for klarering av de terrengene som har blitt brukt til arrangementer i år. Det er mye ekstra arbeid for tiden pga økt etterspørsel etter treningskart i forbindelse med lagenes forberedelse til VM.

Utstyr

Det er i løpet av året anskaffet en del nytt datautstyr da mye av det gamle var modent for kondemnering.

Arrangement

I 2018 har vi vært med på å arrangere 5 terminfestede o-løp. Arrangementene har blitt gjennomført med god kvalitet både på løyper og det arrangementstekniske. Vi har høy kompetanse på dette og det er mange dyktige medlemmer som er villige til å hjelpe til på våre arrangementer.

På grunn av værforholdene måtte Norwegian Spring flyttes på kort varsel og Vårstafetten måtte av den grunn avlyses.



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

Årets arrangementer med ledere og antall deltakere:

Navn	Dato	Løpsledere	Løypelegger	Sted	Delt.
Vårspretten	14.04.2018	Gudmund Jenssen Jon Roar Odden	Eva Jurenikova Matthieu Puech	Svinesund	1386
Solrenningen	15.04.2018	Gudmund Jenssen Jon Roar Odden	Frauke Schmitt Gran	Svinesund	1199
Sport8-serien løp 2	08.05.2017	Tormod Jensen	Stian Jensen	Sarpsborgmarka	153
KM Natt	26.09.2018	Tom Wahlgren	Hans Huseby	Sarpsborgmarka	80
Tunevannet Rundt	14.10.2018	Ellen&Stein Juliussen	Arild Kirkerød	Sarpsborgmarka	160

PROSJEKTER

VM i Østfold 2019

Arbeidet er godt i gang. Kart og løyper både til VM og publikumsløypene er stort sett ferdige. Det er stor pågang etter overnattingsmuligheter i distriktet, både før og under arrangementet. NRK vil sende fra VM flere dager i god sendetid. Flere av lagets medlemmer har sentrale roller i VM organisasjonen.

Finn Fram i Østfold (FFØ)

Det er avholdt 6 styremøter i prosjektet i løpet av 2018. Arbeidet så langt har hatt fokus på utvikling av en kartportal hvor skolene i Østfold kan få tilgang til oppdaterte kart og med enkle tegneverktøy lage løyper og andre opplegg til bruk i undervisningen. I denne sammenhengen har lagene ansvar for å utvikle og vedlikeholde skolegårdskart til bruk i undervisningen. Kartportalen vil også inneholde annen nyttig info som skolene vil ha nytte av i undervisning og aktiviteter.

Samtidig blir det gjennomført kursing av ressurspersoner i bruk av kart og kompass på alle barne- og ungdomsskolene.

Finn Fram i Sarpsborg (FFS)

Prosjektet er et samarbeidsforum mellom SOL, TIL og VOL for å styrke rekrutteringsarbeidet og det sportslige arbeidet i Sarpsborg. Det er avholdt 3 møter i arbeidsutvalget i løpet av året.

Det er holdt undervisning i bruk av kart og kompass og arrangement av relevante aktiviteter på alle kommunale skoler i Sarpsborg.

Arbeidet blir koordinert med framdrift og ressurser i FFØ.

WOD (World Orienteering Day) ble holdt i Kulås med over 800 deltakere fra skolene. Neste år vil vi prøve å øke kapasiteten til å ta imot det dobbelte. Det arbeides også med å styrke



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

SPORTSUTVALGET

Oversikt over aktive løpere og starter i Sarpsborg Orienteringslag:

Antall startende Solinger	Antall starter i termin-festede løp i Norge	Starter i utlandet	Totalt antall starter	År
91	1025			2007
93	803			2008
91	718			2009
78	721			2010
64	540	120	660	2011
60	574	265	839	2012
71	540	207	747	2013
65	685	347	1032	2014
70	647	279	926	2015
70	716	312	1028	2016
0	0	0	0	2017
73	455	168	623	2018

Det har vært en drastisk nedgang i antall startende i forhold til de siste årene. Nå har vi ikke tall fra i fjor så vi kan ikke se endringen i forhold til dette året. I 2018 ble O-ringen arrangert langt unna og vanligvis deltar flere på dette arrangementet. I tillegg var det ingen interesse for felles tur i pinsen og lav deltakelse på O-festivalen siden denne ble arrangert i Oslo. Disse tre arrangementene utgjør vanligvis et stort antall starter. I tillegg ble det arrangert svært få o-løp i Østfold på høsten. Prøve VM som også var KM lang og KM mellom ble arrangert av VM organisasjonen og svært mange medlemmer var funksjonærer denne helgen. Det er registrert 72 unge og gamle som har startet for SOL denne sesongen, noe som er omtrent samme antall som foregående år.

Flere løpere har utmerket seg med seire i flere løp, både i inn- og utland. I tillegg har flere oppnådd gode resultater i større konkurranser med god deltakelse. Spesielt den eldre garde har oppnådd topplasseringer med seier og andreplass i NM for veteraner for Arild Kirkerød i Klasse H60, andreplass til Tone Karina Ingesen i D50 og fjerdeplass til hans Huseby i H65.

Treningsstilbudet i SOL er godt og variert. I vinterhalvåret har det vært treninger på Sol hytta på mandager og Kurland skole på torsdager. I sesongen har vært treninger på mandag fra hytta. I vår- og høstsesongen har det vært treningsløp på onsdager de ukene det ikke var Østfoldsprint. Treningsløpene har vært et samarbeid med Varteig OL og Trøsken IL. Oppmøtet på treningsløpene varierer, med et snitt på ca 15 stk.

Fremmøte på mandagstreningene er fortsatt veldig bra. Ca. en gang i måneden avsluttes mandagstreningen med kveldsmat.

I januar ble det arrangert skisamling på Budor hvor 40 medlemmer deltok.



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

RESULTATER

Hovedløpet

Langdistanse

D16	nr. 38	Nina Pedersen
D16	nr. 43	Adine Blakkestad Ingesen

Sprint

D16	nr. 40	Adine Blakkestad Ingesen
D16	nr. 48	Nina Pedersen

NM

Langdistanse

D17-18	nr. 35	Marie Lindløv Jensen
--------	--------	----------------------

Mellomdistanse

D17-18	nr. 47	Marie Lindløv Jensen
--------	--------	----------------------

NM for veteraner

Langdistanse

H60	nr. 1	Arild Kirkerød
H65	nr. 4	Hans Huseby
H65	nr. 65	Øivind Berget

Mellomdistanse

D50	nr. 9	Tone Karina Ingesen
D50	nr. 20	Wenche Lindløv
D55	nr. 13	Heidi Børstad
H50	nr. 9	Ole Ingesen
H55	nr. 34	Bjørn Tore Thoresen
H60	nr. 2	Arild Kirkerød

Sprint

D50	nr. 2	Tone Karina Ingesen
D50	nr. 13	Wenche Lindløv
D55	nr. 14	Heidi Børstad
H50	nr. 19	Øystein Jensen
H50	nr. 21	Ole Ingesen
H55	nr. 34	Bjørn Tore Thoresen

Kretsmesterskapene (kun medaljevinnere)

Natt

D13-14P	nr. 2	Solveig Pehrsen Lunde
D15-16	nr. 2	Adine Blakkestad Ingesen
D17-18	nr. 2	Marie Lindløv Jensen
D45	nr. 1	Wenche Lindløv



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

D55	nr. 1	Heidi Børstad
H19-20	nr 1	Benjamin Aasen

Langdistanse

Ingen medaljevinnere

Mellomdistanse

H11-12	nr. 2	Jesper Vonen Svae
D50	nr. 2	Tone Karina Ingesen

KM sprint

Ingen medaljevinnere

KM Stafett

D13-16	nr. 3	Adine Blakkestad Ingesen, Ingrid Kristine Hansen, Nina Pedersen
D150	nr. 1	Tone Karina Ingesen, Heidi Børstad, Wenche Lindløv
H150	nr. 1	Svein Melby, Espen Svae, Arild Kirkerød

Klubb KM Stafett (Sol stilte med 3 lag)

SOL3	nr. 23	Ivar Hansen, Trygve Leivestad, Nina Pedersen
SOL1	nr. 24	Heidi Børstad, Bjørn Tore Thoresen, Ida Katrine Børstad Thoresen
SOL2	nr. 25	Wenche Lindløv, Øystein Jensen, Marie Lindløv Jensen
SOL4	nr. 34	Siri Pedersen, Benjamin Aasen, Adine Blakestad Ingesen

Sport 8 serien (kun seire)

Halden SK

D17-20	Helena Åsberg
--------	---------------

Klubbmestere

D13-14	Solveig Lunde
D15-39	Marie Lindløv Jensen
D50	Wenche Lindløv
D55	Anne Elisabeth Ramtvedt
H40	Bjørn Ketil Hansen
H50	Øystein Jensen
H60	Bjørn Åstorp

VM for veteraner

Langdistanse

D55-A	nr.42	Anne Elisabeth Ramtvedt
H50-A	nr. 66	Tormod Jensen
H60-A	nr. 9	Arild Kirkerød
H60-B	nr. 70	Bjørn Åstorp

Mellomdistanse

D50-B	nr. 78	Vibeke Larsen
D55-A	nr. 9	Anne Elisabeth Ramtvedt



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

D60-C	nr. 47	Tove Wahlgren
H50-A	nr. 55	Tormod Jensen
H60-A	nr. 39	Arild Kirkerød
H60-C	nr. 13	Bjørn Åstorp
H70-B	nr. 75	Tom Wahlgren

Sprint

D55-A	nr. 9	Anne Elisabeth Ramtvedt
D60-B	nr. 58	Tove Wahlgren
H50-B	nr. 11	Tormod Jensen
H60-C	nr. 16	Bjørn Åstorp
H70-A	nr. 20	Tom Wahlgren



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

FRILUFTSUTVALGET

I 2018 arrangerte Sol turorientering for 49. gang.

Det var utplassert 50 poster i områdene:

Stikkaåsen	15 poster	25. mars – 1. mai, 1. juni-23. september
Hafslundskogen	10 poster	25.mars – 23. september
Skjebergmarka	10 poster	25.mars – 23. september
Kråkerøy (FSK)	15 poster	25.mars – 23. september

Totalt antall deltakere i år var 163. Dette er på nivå med forrige sesong.

Det ble også solgt 6 Hafslundskogen-kart på nettet via NOF.

Deltakerantall siste 10 år

År	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Deltakere	364	272	226	277	237	197	186	157	165	163

I 2018 var det 51 gullmerketagere.

Odd Borge er den som har tatt flest, hele 44 gullmerker. Ettersom han har blitt 90 år, har han informert om at dette ble hans siste sesong.

Samarbeidet med Fredrikstad Skiklubb v/ Per Olaussen om felles områder fungerer bra. Inspiria har stått for alt salg av materiell for oss. De tar 20% provisjon.

I år var det ingen innsigelser fra Vilt og innlandsfiskenemda til postplasseringer. Tidsperioden for Stikkaåsen ble bestemt av nemda.



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

HYTTEUTVALGET

Utvalget har bestått av 7 personer. Det har vært avholdt 5 møter i perioden.

Drift av hytta

For å redusere kommunale avgifter har 2 stk. 660 liters beholdere for restavfall blitt erstattet med 1 stk på 240 liter. Dette reduserer renovasjonskostnadene til under en fjerdedel.

Det har nok blitt syndet mot kildesortering og uvedkommende har også kastet diverse i beholderne. Vi bør bli flinkere på dette området.

Strømprisene stiger og det gjør det enda viktigere å holde strømforbruket så lavt som mulig.

Det er derfor skiftet til LED pærer på hele hytta.

Flere tiltak er vurdert / gjennomført for å oppnå dette. Se nedenfor.

Rengjøring blir nå i hovedsak utført av et rengjøringsfirma 2 ganger pr uke.

Utført vedlikehold/ renovering

Vi hadde dugnad i april der gymsalen ble vasket ned, utvendig tak høytrykksspylt, løv samlet og fjernet og kjeller ryddet. I tillegg er fortatt opprydning flere steder.

Dessuten har medlemmer i laget sørget for at spisebordene i peisestua har blitt slipt og lakket/malt, stolene vasket og trekte møbler rensert og gardiner vasket. Garderober og dusjer er vasket ned.

Kjøkkenet med skaper er blitt vasket ned.

Gulv i peisestua rensert og bonet. Nytt kaffeservise er anskaffet.

Vinduene i styrerom og peisestue ble skiftet i sommer. Varmtvannsberederen på 1500 liter ble byttet til 2 stk på hver 500 l. Begge deler for å redusere strømforbruket, men også på grunn av alder. På berederrommet ble tak, vegger og gulv rengjort og malt da rommet var tomt.

Planlagte ekstraordinære renoveringer

Badstuovnen i herregarderoben må byttes da det ene elementet ikke virker. Ny er bestilt.

Det er påvist råte flere steder i tømmeret på den lafta delen av hytta. Dette må utbedres. Etter nærmere undersøkelser og kostnadsvurdering, vil det trolig koste over 200 000 kroner.

For å redusere utgifter til oppvarming og ha bedre kontroll med varmen, er arbeidet i gang med planlegging av installasjon av luft til luft varmepumper i peisestue og styrerom.

Totalt blir dette store kostnader. Av den grunn søkte vi Sarpsborg kommunen om økonomisk støtte.

I november ble vi tildelt kr 200 000 til disse arbeidene. Kostnadene til de omtalte utbedringene, utførte og planlagte, kommer på minst kr 600 000 over 2 år.

Utleie

Bra etterspørsel, noe mindre utleie enn budsjettet. Dette trolig fordi vi nå bare har en leietager pr. helg, da det er vanskelig med rengjøring lørdag morgen.

På grunn av stor slitasje ved utleie, prøver vi å unngå de mest belastende selskapene.



Årsberetning 2018

Sarpsborg Orienteringslag

STYRETS KONKLUSJON

2018 har vært et svært aktivt år for laget. Trenings- og opplæringstilbudet, samt tilbudet av samlinger og løp har vært omfattende gjennom hele året.

Årets prioriteringer har vært rehabilitering/renovering av SOL-hytta, samt rekrutteringsarbeidet mot skolene gjennom prosjektene Finn Fram i Østfold (FFØ) og Finn Fram i Sarpsborg (FFS). FFS er et resultat av samarbeidet mellom o-lagene i Sarpsborg hvor vi bruker en del av overskuddet fra O-festivalen. Responsen fra skolene har vært meget god og vi ser økning i antallet rekrutter. I denne sammenheng er det viktig å skape et inkluderende miljø for både rekruttene og deres nettverk. Som en ledd i dette arbeidet, er det også satt igang tiltak for å skape et bra sosialt miljø i laget, bl.a. med bevertning ved mandagstreningene på hytta.

Sol har mange dyktige veteraner i laget. Det ser vi av de gode resultatene både fra Blodslitet, KM, NM og VM for veteraner.

SOL tar hvert år et stort ansvar som arrangør. I 2018 har laget arrangert 5 terminfestede løp. Dette bidrar både til å gi laget gode inntekter samtidig som det opprettholdes et godt løpstilbud gjennom hele sesongen. I tillegg bidrar laget med mange kontrollører til andre terminfestede løp.

SOL-hytta er i økende grad etterspurt til samlinger samt annen utleie. Ikke minst merker en ekstra stor pågang fram mot O-VM i 2019. Utleie av hytta gir inntekter men innebærer også en stor slitasje, spesielt innvendig. Hytta med anlegg representerer store verdier for SOL, men også store forpliktelser til å holde disse verdiene i hevd. Dette gjelder både driften samt ordinært og ekstraordinært vedlikehold i form av rehabilitering/renovering. Dette behovet bør synliggjøres bedre både i bygningstekniske og økonomiske planer.

Styret opplever at dugnadsinnsatsen i forbindelse med vedlikehold og renoveringsarbeider er gledelig stor.

Deltakelsen i tur-orienteringen er på nivå med de senere år. Inspiria har håndtert salget også i 2018. SOL har engasjert seg i stolpejakten, både lokalt, regionalt og nasjonalt. Stolpejakten, basert på moderne teknologi, har tydelig en stor appell til både erfarne løpere og til nye brukergrupper. NOF har et arbeide igang for å slå sammen stolpejakt med den tradisjonelle turorienteringen. Tanken er å skape et produkt som både inneholder et lavterskel folkehelse tilbud i nærmiljø samt et skogstilbud for de som ønsker større utfordringer.

VM i 2019 er et stort løft for laget, siden mange medlemmer har viktige og arbeidskrevende oppgaver knyttet til arrangementet. Håper er at arrangementet også vil bidra til å løfte og synliggjøre o-sporten lokalt og bidra til å øke aktiviteten og antall medlemmer i laget.

Lagets økonomi er fremdeles god. Utfordringen de nærmeste årene er å sikre god rekruttering og en god oppfølging av de yngre løperne i laget. I tillegg ønsker vi økt aktivitet for alle medlemmer.