



Årsberetning 2019

Sarpsborg orienteringslag



Sarpsborg orienteringslag

Årsmøte 2019

Årsmøte holdes på SOL-hytta
Mandag 2.3.2020 kl. 19:30

Dagsorden

1. Åpning og konstituering
2. Årsberetning
3. Regnskap
4. Innkomne forslag
5. Størrelse på kontingent og treningsavgift
6. Budsjett
7. Lagets organisasjonsplan
8. Valg ifølge lover
9. Utdeling av premier og merker

Hyggelig samvær med enkel bevertning



Årsberetning 2019

Sarpsborg orienteringslag

Styret har i 2019 hatt følgende sammensetning	
Leder	Tom Wahlgren
Nestleder	Jon Roar Odden
Leder, finansutvalg	Tom Wahlgren
Sekretær	Ellen M. Juliussen
Leder, sportsutvalg	Tormod Jensen
Leder, teknisk utvalg	Jon Roar Odden
Leder, hytte/anlegg	Tove Skiri Wahlgren
Leder, friluft/tur-o	Per Christian Evensen
Ungdomsrepresentant	Benjamin Aasen
Utvalg med medlemmer:	
Økonomi/finans	
Leder, kasserer	Tom Wahlgren
Medlem, Bingokontakt	Bjørn Åstorp
Medlem, Salg av drakter	Bjørn Brekken
Sportsutvalg	
Leder	Tormod Jensen
Medlem	Dag Syversen
Medlem	Espen Svae
Medlem	Knut Ramtvedt
Medlem	Frode Hauge
Medlem	Anders Lunde
Ressurs	Stian Jensen
Ressurs	Benjamin Aasen
Ressurs	Hans Huseby
Teknisk utvalg	
Leder	Jon Roar Odden
Medlem, VDG-ansvarlig	Svein Runar Melby
Medlem, Kart	Tormod Jensen
Medlem	Tom Wahlgren
Medlem, Materialforvalter	Hans Huseby
Hytte utvalg	
Leder	Tove Skiri Wahlgren
Medlem	Ingunn Brekken
Medlem	Bjørn Ketil Hansen
Medlem	Per Chr. Evensen
Medlem	Arild Kirkerød
Medlem	Bjørn Åstorp
Ressurs	Marianne Ruud
Ressurs	Ellen Åsberg



Årsberetning 2019

Sarpsborg orienteringslag

Friluft og tur-o	
Leder	Per Christian Evensen
Medlem	Anne Berit Eid
Medlem	Bjørn Åstorp
Medlem	Øivind Berget
Revisor 1	Stein Juliussen
Revisor 2	Tone Ingesen
Valgkomité	Ingunn Brekken, Dag Syversen
Merkekomité	Bjørn Brekken, Wenche Lindløv, Arild Kirkerød

Styremøter

Det er avholdt 8 styremøter i årsmøteperioden og behandlet 61 saker.

Medlemsmøter

Det er avholdt 4 medlemsmøte.

Medlemsoversikt

	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Menn 0-5 år	5	4	5	4	2	2	3	1	0		0
Menn 6-12 år	14	10	5	6	9	10	9	8	8		5
Menn 13-19 år	17	15	8	10	10	12	10	8	9		10
Menn 20-25 år	7	9	10	10	11	6	5	2	3		4
Menn 26-	98	99	93	88	90	85	83	80	79		73
Kvinner 0-5 år	2	4	2	2	2	1	2	2	1		0
Kvinner 6-12 år	36	34	23	15	12	12	9	6	6		2
Kvinner 13-19 år	13	10	10	13	17	19	22	18	17		20
Kvinner 20-25 år	3	6	5	4	4	5	4	5	7		11
Kvinner 26-	71	64	61	57	58	54	51	48	51		55
Menn	141	137	121	118	122	115	110	99	99		92
Kvinner	125	118	101	91	93	91	88	79	82		88
Totalt	266	255	222	209	215	206	198	178	181		180

TEKNISK UTVALG

2019 har også vært et meget aktivt år for SOL mht arrangementer.

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. Tidligere oppstart av planlegging og bemanning av de sentrale funksjonene i arrangementene våre har også vært en prioritert oppgave.

Kartarbeid



Årsberetning 2019

Sarpsborg orienteringslag

Det er lagt ned et betydelig arbeid i løpet av året i revidering og annet arbeid av kartene brukt under VM. Flere av våre medlemmer har lagt ned et betydelig antall timer på dette.

Videre har det blitt jobbet med et nytt sprintkart for Grålum-området som skal brukes i Grålumsprinten 2020. Dette kan bli et fast arrangement (ett eller toårig). I denne sammenheng prøver vi også å etablere et fast samarbeid med næringslivet i området, så som Inspiria, Quality hotell med flere.

I forbindelse med VM i august så vi også en betydelig økning i etterspørsel etter bruk av våre kartområder til treninger for både klubb-, og landslag. Vi har utarbeidet egne avtaler som har regulert dette med de som ønsker å leie.

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.

VDG arbeidet blir stadig viktigere da jaktperioden for hjortevilt er utvidet og det er større oppmerksomhet og økte restriksjoner mot bruk av fredede naturområder og biotoper.

Arrangement

I 2019 har vi vært med på å arrangere 7 terminfestede o-løp + Østfoldfinalen for skolene.

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 villig til å hjelpe til på våre arrangementer.

Avtalen mellom SOL og HSK om Norwegian Spring er terminert etter ønske fra HSK. Istedet er det laget en ny avtale om vår-arrangement mellom lagene.

Denne innebærer at hvert av lagene har eneansvar for arrangement av todagers-løp(helg) på våren, annethvert år i årene framover. HSK starter i 2020. SOL's arrangement vil hete Solrenningen og vil bli arrangert første gang i 2021.

Årets arrangementer med ledere og antall deltakere:

Navn	Dato	Løpsleder	Løypelegger	Sted	Deltagere
Norwegian Spring Stafett	06.04.2019	Jon Roar Odden	Tormod Jensen	Hornes	90 lag
Norwegian Spring Mellomdistanse	06.04.2019	Jon Roar Odden	Stian Jensen	Hornes	1151
Norwegian Spring Langdistanse	07.04.2019	Jon Roar Odden	Stein Juliussen	Hornes	1252
Østfoldsprinten	08.05.2019	Anders Lunde	Tom Wahlgren	Kalnes	117
Klubb KM stafett (åpent)	01.06.2019	Jon Roar Odden	Stian Jensen	Tveter	28 lag
Østfoldfinale skoler	05.06.2019	Svend S Frøshaug	Tom Wahlgren	Grålum	200
Klubb KM individuelt	01.06.2019	Jon Roar Odden	Stian Jensen	Kalnes	7
Tunevannet rundt	13.10.2019	Ellen Juliussen	Adine Blakkestad Ingesen Ole Ingesen Rikke Blakkestad Ingesen	S.borg-marka	116



Årsberetning 2019

Sarpsborg Orienteringslag

VM 2019

VM 2019 er avviklet av Østfoldklubbene med et flott resultat, både hva gjelder arrangement, sportslig og økonomisk. Det endelige økonomiske resultatet blir ikke klart før i desember 2020.

Arrangementet ble historisk med den tette integreringen mellom VM og publikumsløpene og den store mediadekningen hvor blant annet NRK gjorde en flott jobb.

I løpet av VM-uka ble det arrangert en kvalifisering, tre VM-finaler og seks publikumsløp med over 10.000 deltakere. I tillegg ble det arrangert flere «sideaktiviteter» for gjester og besøkende.

En viktig suksessfaktor har vært den betydelige dugnadsinnsatsen fra klubbene samt av andre frivillige både fra Norge og utlandet. Over 700 frivillige har vært i virksomhet. Når det gjelder ressursinnsatsen har det ikke vært en nøyaktig registrering av denne, men overslaget ligger på nærmere 40 000 timer for hele prosjektperioden.

Her har noen SOL-medlemmer nedlagt et meget stort arbeide, ikke minst innen kart og løypelegging. 8-10 personer har alene stått for ca 12% av den totale ressursinnsatsen i VM.

Totalt har over 70 SOL-medlemmer bidratt.

VM-organisasjonen har som en takk fra NOF og andre fått overrakt flere plaketter med blant annet et eget frimerke som er utgitt i anledning VM.

Disse er etter enstemmig vedtak i VM-styret tildelt SOL for plassering på SOL-hytta, noe laget setter pris på.

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
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
81	459	145	604	2019

Det er også i år en nedgang i antall startende totalt, men antall startende solinger har økt noe. SOL er en av de klubbene i Østfold som har bidratt med flest antall timer i forbindelse med VM-arrangementet. Dette har helt klart hatt betydning for antall deltakelser på o-løp. I tillegg har antall arrangementer i Østfold også vært lavere enn tidligere. Dette har nok også bakgrunn i all tiden som klubbene har lagt ned på å arrangere.



Årsberetning 2019

Sarpsborg Orienteringslag

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 deltagelse. Spesielt den eldre garde har oppnådd topplasseringer. Anne Elisabeth Ramtvedt fikk medalje i samtlige distanser på NM for veteraner.

Treningstilbudet 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 det 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 veldig, med et snitt på ca 15 stk.

Fremmøte på mandagstreningene er fortsatt veldig bra. Fra vinteren 2019 har det blitt servert kveldsmat hver mandag i forbindelse med trening.

I løpet av sesongen har det blitt arrangert tre felles turer. I januar ble det arrangert felles tur til Budor hvor 30 medlemmer deltok. I juni var det felles tur til O-festivalen hvor 13 medlemmer deltok. I november ble det arrangert felles tur til O-Event i Borås med 17 deltakere.

Verdens Orienteringsdag (WOD)

WOD ble arrangert i Kulås 15. og 16. mai. Det møtte opp 1269 ungdommer som fikk prøve seg på forskjellige aktiviteter. Arrangementet var ikke bare et vellykket, men en flott opplevelse for alle som var til stede! Vi som arrangører opplevde mye glede og flotte barn. Det var også veldig lite som skulle til av rydding etterpå for å få det pent til 17. mai.

Arrangementet var også en kvalifisering til Østfoldfinalen for skolene i Sarpsborg.

Denne ble holdt på Inspiria 5. juni på nytt kart som SOL hadde laget.

RESULTATER

Hovedløpet

Langdistanse

D15 nr. 39 Solveig Pehrson-Lunde

Sprint

D15 nr. 16 Solveig Pehrson-Lunde

NM for veteraner

Langdistanse

D50 nr. 10 Tone Ingesen

D55 nr. 2 Anne Elisabeth Ramtvedt

Mellomdistanse

D50 nr. 9 Tone Karina Ingesen

D50 nr. 20 Wenche Lindløv

D55 nr. 3 Anne Elisabeth Ramtvedt

H50 nr. 16 Espen Svae

H50 nr. 21 Ole Ingesen

Sprint

D50 nr. 10 Tone Ingesen

D55 nr. 3 Anne Elisabeth Ramtvedt

H50 nr. 20 Ole Ingesen



Årsberetning 2019

Sarpsborg Orienteringslag

Kretsmesterskapene (kun medaljevinnere)

Natt

D15-16 nr. 3 Solveig Pehrson-Lunde

Langdistanse

D50 nr. 1 Anne Elisabeth Ramtvedt

Mellomdistanse

Ingen medaljevinnere

KM sprint

H50 nr. 1 Espen Svae

KM Stafett

Ingen medaljevinnere

Klubb-KM Stafett

SOL2 nr. 13 Jesper Vonen Svae, Espen Svae, Solveig Pehrson-Lunde

SOL1 nr. 15 Eskil Pehrson-Lunde, Ingvild Ramtvedt Næsset, Anne Elisabeth Ramtvedt

Klubbmestere

N-åpen Hanna Leonora L. Wilhelmsen (fullført)
Pål-Steinar Pedersen Kure (fullført)

D15-16 Solveig Pehrson-Lunde

D50- Tone Karina Ingesen

H9-10 Jens Vonen Svae

H 11-12 Jesper Vonen Svae

H 35- Bjørn Åstorp

H50- Espen Svae

H70- Tom Wahlgren

FRILUFTSUTVALGET

I 2019 arrangerte SOL turorientering for 50. gang.

Det var utplassert 50 poster i områdene:

Hornnes	15 poster	14. april - 22. september
Opsjø	10 poster	14. april - 22. september
Ise	10 poster	14. april - 22. september
Borge Varde(FSK)	15 poster	1. april - 22. september

Totalt antall deltakere i år var 128. Dette er 35 færre enn i fjor.

Deltakerantall siste 10 år

År	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019
Deltakere	272	226	277	237	197	186	157	165	163	128

I 2019 var det 47 gullmerketagere.

Samarbeidet med Fredrikstad Skiklubb v/ Per Olaussen om felles områder fungerte bra.



Årsberetning 2019

Sarpsborg Orienteringslag

Inspiria har stått for alt salg av materiell for oss.

I år var det ingen innsigelser fra Vilt og innlandsfiskenemda til postplasseringer. Tidsperioden for Opsjø ble anbefalt av nemnda.

HYTTEUTVALGET

Utvalget har bestått av 8 personer. Det er avholdt 3 møter i perioden.

Drift av hytta

Renhold utføres av et firma som gjør en god jobb. De er både dyktige, fleksible og pålitelige.

Beholderen til restavfall har vært stor nok med 2-3 unntak. Det er når leietagerne er mange og leier for flere dager at det blir snaut. Men, vi vet jo når det er.

Vi har byttet til en gunstigere strømtariff som sammen med varmepumpe bør bidra til å holde utgiftene lavest mulig.

Utført vedlikehold/ renovering

Badstuovnen i herregarderoben er byttet.

Avtrekksvifta på taket av garderobebygget er skiftet. Den gamle var defekt. Hastighetsreguleringen og timer for vifta er nå ved siden av sikringsskapet i gangen.

Råte i tømmer både i gulv og vegger er utbedret. Vindskier på tømmerdelen var også råtne og er byttet.

Bygningene ble utvendig vasket før malerdugnad. I løpet av dugnaden ble omlag 3/4 malt. Tre vanskelig tilgjengelige vegger gjensto, det var de to østveggene på hovedbygget og vestveggen på garasjebygget. Disse veggene trengte aller mest vedlikehold. Et malerfirma ble hyret og de malte to strøk.

Det er tre like utelamper, blant annet ved inngangen. I disse var flere glass knust. Nye glass er tilpasset og satt inn. Ett reserveglass ligger i kjøkkenboden.

Dugnad har det også vært i kjelleren under herregarderoben. Her var det lagret blant annet mye treverk som hadde begynt å råtne. I tillegg en del utstyr til løp som var «utgått på dato». En container på 10 kubikkmeter og hengeren til SOL ble i overkant fulle. Se bilde!

Dørkarmen til dette kjellerrommet var helt oppråtnet. Det er nå satt inn ny karm og dør. Det var ingen lufteventiler i kjelleren, nå er det to stykker, en mot nord og en mot sør.

Varmepumpe (luft til luft) er montert i peisestua. Ny strømkurs ble lagt opp for denne.

Utvendig er det satt opp beskyttelseskasse.

Bilde: Ingunn, Bjørn, Tove, Per Christian, Hans.





Årsberetning 2019

Sarpsborg Orienteringslag

Planlagte ekstraordinære rehabiliteringer

Når vi har fått tilstrekkelig erfaring med kapasiteten til varmepumpa, bør de eksisterende panelovner i peisestua byttes og antallet reduseres.

Det må også ryddes i begge sikringsskapene da det er flere komponenter som ikke har noen funksjon lengre.

Utleie

Det har vært et godt år når det gjelder utleie, med antatt rekord i leieinntekter. VM er trolig en av grunnene til dette.

Det bør vurderes å kreve depositum av leietagerne. Det er ikke lett å få erstatning for skader i etterkant, selv om det står i kontrakten.

STYRETS KONKLUSJON

2019 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 fortsatt 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. Ikke minst har WOD i Kulås og skolemesterskap for Østfold skapt stor begeistring blant elever og lærere.

I dette arbeidet er det viktig å skape en god relasjon mellom laget og skolene og et inkluderende miljø for 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 kveldsmat etter mandagstreningene på hytta. Dett tiltaket har blitt meget populært.

SOL tar hvert år et stort ansvar som arrangør. I 2019 har laget arrangert 7 terminfestede løp og vært med-arrangør i 6 publikumsløp og 4 WOC-løp under VM. Flere personer i SOL gjorde en meget stor innsats under VM. 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 merkes større pågang fra offentlige institusjoner og foreninger. I 2019 har VM også vært en medvirkende faktor til økt utleie. Utleie av hytta gir inntekter, men innebærer også stor slitasje. Hytta med anlegg representerer store verdier for SOL, men medfører store forpliktelser til å holde disse verdiene i hevd. Dette gjelder både driften, samt ordinært og ekstraordinært vedlikehold/rehabilitering. Dette behovet bør synliggjøres bedre både i bygningstekniske og økonomiske planer. Styret opplever at dugnadsinnsatsen i forbindelse med vedlikehold og rehabiliteringsarbeider er gledelig stor.

Selv om driftsinntektene i 2019 har vært meget gode pga VM, er driftsinntektene i snitt over en lengre periode ikke gode nok til å balansere kapitalslitasjen til lagets eiendeler som hytta, kartbeholdning og utstyr til arrangementene. Arrangementene sammen med offentlige tilskudd og



Årsberetning 2019

Sarpsborg Orienteringslag

utleie av hytta er de viktigste driftsinntektene for laget. Det er derfor viktig at ALLE MEDLEMMER støtter opp om disse aktivitetene.

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. Antallet nærmer seg 100 tusen unike brukere og 4 mill. Stolpebesøk. 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.

Flere medlemmer har de siste år lagt ned en formidabel innsats i administrasjon og drift av laget. Dessverre er det en økende trend at medlemmer vegrer seg for å ta på seg ansvarsrelaterte oppgaver over tid.

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