



Årsberetning for alle avdelinger i Flå il for idrettsåret 2021

Dato: 13.02.2022

Tid: 19:00

Sted: Flå skole – SFO Rommet

Årsberetning Hovedstyret 2021	3
Hovedstyret har bestått av: [OBJ]	3
Planer for 2022 – Åpne opp og komme i gang med vanlig aktiviteter!	4
ÅRBERETNING 2021, SAMARBEIDSTYRET HÅNDBALL	6
ÅRBERETNINGER HÅNDBALL 2021/2022	9
MINI:	9
JENTER 9:	11
G9/10:	12
J10:	14
J11:	15
G12:	16
J13:	17
DAMER 5.DIV:	18
HERRER 4.DIV:	18
ÅRBERETNING 2021, SAMARBEIDSTYRET HÅNDBALL	21
[OBJ] FLÅ IL ALLIDRETT	24
Aktive barn og unge ABU	24
Åpen gymsal	25
Step- og styrketrening	25
Basistrening	26
Styrkesirkel	26
Flå Games	26
Nissetrim og julegrantenning	27
Sommeraktivitesdag	28
Regnskap 2021 og budsjett 2022	29
Årsberetning 2021 Trimavdelinga	30
Våre aktiviteter og anlegg:	33
Generelle ord i forhold til det å skille Langmyra og Skiavdelingen	36

Årsberetning Hovedstyret 2021

Hovedstyret har bestått av:

- * Leder: Gunn Lauritzen
- * Nestleder: Maria Langland Nyutstumo
- * Aktivitetskoordinator: Linda Havdal
- * Leder Ski: Marius U Løvdal
- * Leder Håndball: Kristine Setting
- * Leder Trim: Line Ljøkjell
- * Leder Allidrett: Mari Konstad Haanæs

Året 2021 var året vi skulle åpne opp og komme sammen igjen.

Det ble dessverre ikke slik, men med gode rutiner og tett oppfølging av alt regelverket kunne vi holde en del aktiviteter i gang på litt alternative måter.

Den gode trenden fra 2020 med økning i turaktivitet både på sommer og vinter fortsatte også i 2021.

Avdelingsstyrene har jobbet godt og fått gjennomført mange av de planlagte aktivitetene til tross for Covid og til dels liten bemanning iblant annet håndballstyret.

Hovedstyrets ledelse har i hovedsak arbeidet med organisatoriske endringer og avtaler.

Årsmøtet 2020 ga hovedstyret mandat til å velg løsning for ny organisering av Langmyra.

Komiteen besto av Ketil Reitan og Berit Bolland. Endelig forslag ble vedtatt i hovedstyret i 01.11.21

Det opprettes en ny avdeling for drift av Langmyra fra 01.01.2022. Et interimsstyre leder avdelinga frem til årsmøtet. Styrets medlemmer velges formelt på årsmøte 2022.

Det er også jobbet med ny avtale om samarbeide mellom håndballavdelingene i Flå og Lundamo Idrettslag.

Avtalen er gjennomgått i flere omganger og har fått et mere helhetlig innhold i forhold til ansvars og oppgavefordeling. I tillegg er det gjort presisering rundt økonomiske forhold. Avtalen mangler nå bare godkjenning av hovedstyrene i Flå Og Lundamo IL samt signering etter dette.

Høsten 2021 er det arbeidet sammen med Melhusbanken for å få på plass en digital informasjonstavle på Prix Ler. Dette har vært etterlenget da den gamle oppslagstavla ikke fungere grunnet plassmangel.

Den nye tavla er ankommet og venter nå bare på montering.

Avtale med Sport 1/ Scantrade ble forhandlet og signert høsten 2021. Dette er en 5 års avtale.

Økonomi 2021

Se eget vedlegg med budsjett, regnskap og revisjonsberetning.

Årets regnskap for hovedstyret viser et godt resultat selv om budsjettert overføring med spillemidler ikke blir utbetalt før i 2022. Regnskapet for Strykestien er revidert, godkjent og det er sendt krav til Melhus Kommune som har videresendt dette til Trøndelag fylke for utbetaling.

Budsjettert salg av traktor til GFK er heller ikke gjennomført da GFK avventer avtale med Melhus kommune.

Planer for 2022 – Åpne opp og komme i gang med vanlig aktiviteter!

Flå idrettslag kan starte opp idrettsaktiviteten igjen, uten korona-restriksjoner.

Vi ønsker å hente inn igjen tanken bak Lekens år som i 2020 ble avlyst, og tilby bygda et godt og samlende idrettstilbud.

Økonomi og strategier 2022

Da de siste to årene har vært preget av corona og unntakstilstand er det heller ikke planlagt investeringer og bruk av egenkapital, eller søknad om spillemidler til nye prosjekt.

Flå IL har imidlertid behov for oppgraderinger av anlegg som skihytta og å opprette samlingsplass/kontorlokale. Det vil også komme behov for utskiftning av tråkkemaskin.

Vi har en god egenkapital og hovedstyret 2022 vil jobbe med planer for bruk av denne sammen med evt søknader om spillemidler og annet.

For hovedstyret i Flå IL

Gunn Lauritzen

Leder

ÅRBERETNING 2021, SAMARBEIDSTYRET HÅNDBALL

Snart er vi kommet til de siste månedene med håndballsesong for denne gang.

Det ble en sesong som starte med litt restriksjoner, så full nedstegning, litt åpning for aldersbestemt og nå helt til slutt fikk også senior bli med igjen. I høst spilte de faktisk sin første kamp på 594 dager!

Det er brukt mye av vår tid på å holde seg oppdatert til enhver tid, nye regler generelt, regler for testing/isolasjon og nå etter jul er mye tid gått med til omberamming av kamper og følge med på smitten i klubben. Vi har også lært mye gjennom dette og tar dette med oss inn i videre arbeid. Vi har funnet alternative løsninger, og vi er styrket i saken om hvor viktig lagidretten er for oss!

Styret i samarbeidet har lidd ganske stort de siste 2 årene i mangel av flere verv i styret. Dette er noe som de fleste som er her i dag kjenner veldig mye på. Så vi håper i tiden fremover til å kunne jobbe mer med klubbdrift og ikke minst jobbe aktivt for å videreutvikle håndballen. Noe som vi ikke har fått til å prioritere nettopp på grunn av dette, noe som er veldig synd for våre utøvere.

Denne sesongen har avdelingen totalt 7 lag i aldersbestemt serie 2021/2022, 2 i senior og ikke minst minihåndball.

Og vi håper på mer aktiv rekruttering nå som det ser lysere ut for mer tiltrengt halltid i våre hallen fra høsten av.

Denne sesongen blir det endelig avslutningscup for våre aldersbestemte lag og turen går i år til Steinkjer, siste helgen i april.

Det er mange spente barn og voksne som gleder seg mye til dette.

Viser også til årsberetning for hvert lag med mer utfyllende info

Vi i håndballavdelingene er meget godt fornøyd med vår butikk som leverandør av utstyr via Umbro og i høst åpnet de egne butikk for klubber. Her fungerer alt fra A-Å. Sport1 Melhus er meget behjelpelig uansett hva vi måtte lure på.

Håndballavdelingen har fra sesongstart 2021/2022 fått ny klubbkolleksjon, etter at den vi hadde ble erstattes med UX Elite.

Vi hadde også endelig muligheten til å samle alle våre spillere til en, ingen skulle være ulike og samhold var viktig for oss. I den forbindelse tok vi kontakt med våre hovedsponsorer og de kunne ikke vær3e mer enige om at idrett skal sette samhold høyt og dermed var de meget villige til å forenes på samme trøye for å kunne få til dette.

Så på vår Kick-off i Horghallen, fredag før seriestart i oktober kunne vi stolte kle opp alle våre spillere med nye – LIKE drakter!

Storøyde og stolte spillere på en fantastisk aften og fra de minste var kommentarer som: SE! Vi har like kule drakter som dæm store guttan! Oi, vi e likens alle sammen, så stilig!

Håndballavdelingen oppdaterer så godt det er mulig både våre to websider, Instagram, Snapchat og Facebookside med info fra oss, idrettskrets og NHF.

Flå og Lundamo Håndball vil få takke alle som er og har vært engasjert innen håndballavdelingene, våre samarbeidspartnere og sponsorer gjennom 2021 og vi gleder oss til å skape gode håndballopplevelser sammen i hele 2022.

Styringsgruppen 2021 har bestått av:

- Leder: Kristine Setting
- Nestleder:
- Leder sportslig:
- Leder material: Veronika Høyem-Holten
- Økonomiansvarlig: Trine Samdal
- Dommerkontakt: Steinar Holten
- Styringsmedlem/Laglederkontakt: Lillian Høiås
- Styremedlem: Liw Victoria Helgemo

Roger Pedersborg ble hentet inn som sportslig utpå høsten, men byttet arbeid like etter og kunne ikke bidra.

TUSEN TAKK HÅNDBALLÅRET 2021!

For styringsgruppen

Leder, Kristine Setting

ÅRBERETNINGER HÅNDABLL 2021/2022

MINI:



Bak f.V: Fillip Kolkowski, Thomas Samdal, Emilie M. Holten, Mathilde Feragen, Helmer Flatås og Mie Othelie Samdal

Foran F.V: Sondre Presthus, Marit Serine Holthe, Leandra Bakkli, Klara Bordal, Sanna Mathea Helgemo, Aurora Caroline Aune Rødsjø og Amilia Bolland Sundli

Ikke til stede: Niklas Skjærbekk Lundemo, Oscar Havdal og Sanna Real Bjerkseth

Minihåndball er et tilbud for barn i alderen 6-8 år fra Lundamo og Flå.

Vi er ei gruppe på 10 jenter og 5 gutter. Vi starter treningene i oktober og trener 1 gang i uken.

Dette er en gjeng med positive, blide og energiske barn som virker og trives godt på laget. Vi har gjennom hele høsten og vinteren hatt ett godt oppmøte med barn på hver trening.

På treningene er det mye lek og aktiviteter, men øver også mye på det aller mest grunnleggende innen håndball.



For disse barna er det turneringer som er en arena. Men dessverre i år også har denne sesongen vært preget av korona og midlertidig stans i tilbudet. Dette er veldig synd da vi vet at det å delta på turnering for disse er en så viktig del av å det og føle mestring og det å være på ett lag. Vi satser på klubbens egen miniturnering allerede i mars.



Målsettingen vår er at alle skal forstå at håndballen er en lagidrett, og at man skal ha respekt for hverandre og motstandere. Det viktigste er at vi har det gøy sammen, slik at vi forhåpentligvis ser mange av disse barna videre i hallene de neste årene.

Tusen takk for god innsats fra spillere og ikke minst alle de positive foreldrene.

Å en stor takk fra oss som får lov å trene alle disse fine barna!



Trenere: Veronika Høyem-Holten, Mia Flatval og Vilde Stokke

JENTER 9:

Dette laget består av 14 spillere fordelt på barn fra Lundamo og Flå, i alderen 3. og 4. trinn. De trener tirsdager i Lundahallen fra klokka 17.00 til 18.00. Noen ganger trener vi med jenter 10.

Laget har selvsagt vært utsatt for corona så ikke alle kamper har vært spilt men noen har det blitt på jenten, å de har det gøy og har et godt samspill.

Takk til alle foreldre som har stilt opp, heiet jentene fram og ikke minst, forstått situasjonen vi har vært i. Håper på bedre tider neste sesong og at resten av denne sesongen blir fullført.

Takk til trenere som har stått på :)

Trenere er: Lillian Hølås og Veronika Høyem Holten

Spillere (ikke i rekkefølge):

June Holten, Ronja Høen, Tone Holten, Leah Løkken Kvittum, Anna Senneset,

Maren Eide Borten, Stine Bjørvik Svegård, Stelle Løvmo Fremo, Othelie Selnes Kjelstad,

Maja Evjen, Lilja Økdal, Hedda Winum Pedersborg, Emilie Sørmoen Børseth og

Emilie Mathea Høyem Holten

Lagledere: Jeanett Sørmoen Børset, Sille Selnes og Mina Evjen



G9/10:



F.V: Peder R. Eggen, Hans Erik R. Ler, Bjørnar W. Antonsen, Leander Rostad, Brage D.Økdal, Ola Johannes Svegård, Jo Erik S. Refseth, Amateus Mucas, Cornelius S. Kjeldstad

Ikke tilstede v fotografering: Mats Skjerdingsstad, Håvard Odden-Rimol, Oliver S. Lundemo, Rufael T. Okbai, Vanja Campar og Ådne G. Løkås.

G10 er et lag bestående av gutter født i 2011,2012,2013 og helt ned i 2014. Vi har økt i antall gjennom sesongen, og er nå ei gruppe på 15 gutter. Vi trener én dag i uka, og spiller kamper ca. hver tredje helg.

Ettersom gruppa i løpet av sesongen har vokst seg større, valgte vi å melde på også et G9 lag fra nyttår. Vi trener fortsatt felles, men kan da stille noe mere alderstilpassede lag også for de yngste spillerne i gruppa.

Gjennom høsten og vinteren har det vært et godt oppmøte av spillere til hver trening, til tross for noen perioder med treningsavbrudd grunnet covid-19.

Guttegruppa er en energisk gjeng, med mye humor og innsatsvilje. De gjør stadig fremskritt både når det gjelder individuelle spilleferdigheter og spilleforståelsen som lag, og kan bli morsomme og følge videre.

Grunnet covid-19 ble det ingen cup på oss før jul, men vi håper å få muligheten til å stille på cup i løpet av våren hvis anledningen byr seg.

Cup og premiering er alltid stas for denne aldersgruppen, og er for mange et av sesongens høydepunkter.

Vi krysser fingrene og håper på det beste!

Tusen takk for god innsats fra spillere, og ikke minst alle de positive foreldrene som stiller opp både som arrangører, sjåfører, heiagjeng og støtteapparat.

Så en stor takk fra oss som får lov å trene alle disse fantastiske ungene.

Trenere: Dennis Johnsen, Sander Bergsmyr og Arnt Steinar Odden.

J10:



Foran fra venstre: Mariann Johnsen, Elina Martine Høyem-Holten, Vanessa Mucas.

Bak fra venstre: Sigrid Werkland, Eline Busklein, Hanna Nordhaug Lyngen, Pernille Lund.

Jenter 10 består av 7 spillere. De trener to ganger i uken i Lundahallen. De deler hall med J11 og oppnår mye læring av det.

Sesongen startet med Åpningscup i Trondheim. De fikk spilt noen kamper før Corona igjen førte til nedstenging. Midt i januar var de i gang igjen. Sesongen avsluttes med overnattingcup på Steinkjer, noe jentene gleder seg veldig mye til.

Det vises stor håndballglede og pågangsmot. På Kick-off i høst tok jentene utfordringen og spilte sin første kamp på stor bane, mot J11. Der presterte de over all forventning og overrasket både trenere, publikum og ikke minst seg selv, med å spille en kjempebra kamp.

Stor takk til foreldre som stiller opp på kamper, arrangørdager og dugnad.

Trenere: Bjørnar Werkland og Lars Ole Busklein

Lagledere: Veronika Høyem-Holten og Janne Marie Busklein

J11:



Vi startet treningene 16 september. Vi har hatt treninger tirsdager og torsdager. Vi deler hall med j10.

Vi deltok på åpningscup i Trondheim Spektrum. Der vant vi alle 3 kampene. Pga Covid 19 ble kampene spilt uten publikum .

Vi hadde en tilnærmet normal sesong fram til 14 desember. Da økte smitten og det ble innført nye restriksjoner. Derfor valgte håndballen i samråd med ledere i idrettslagene å stenge ned all aktivitet tom 11 januar.

Nå har vi startet opp treningene igjen og håper at resten av sesongen blir så normal som mulig. Både i forhold til treninger og kamper.

Vi har også hatt litt fokus på det sosiale. Og har arrangert svømming i svømmehallen med påfølgende kveldsmat i klubbhuset. Vi håper på å få til mere sosialt framover.

J11 er en fin gruppe. Vi har mye fokus på å ha det artig sammen. Når treningene er artige øker interessen for å lære.

Vi skal delta på Steinkjer cup.

Vi avslutter treningene etter cupen.

Lillian og Liv Wictoria (trenere) og Linn (lagleder).

G12:

Gutter 12 har i år bestått av 9 stabile spillere: Viljar Økdal, Mathias Skogstad, Sivert Holten, Janko Campar, Linus Winum Pedersborg, Sondre Horg Solem, Magnus Volden, Trym Werkland og Gabriel Eriksen Folstad.

Guttene har vist stor fremgang i løpet av året som har gått. Laget har vært stabilt og det har vært bra oppmøte både på trening og på de få kampene som har blitt spilt.

Laget har hatt to treninger hver uke. Noen sammen med J13. Innsats og konsentrasjon er stort sett bra, men trenerne må innimellom ta fram storstemmen. Disiplin og innsats på trening har gjort at guttene har blitt bedre teknisk og at spillerne står sammen som et lag. Det er ingen tvil om at denne gjengen skjønner at håndball er en lagidrett! Det er også tydelig at guttene begynner å bli eldre, det ser vi både på modenhet og fysikk. Det kan bli harde taklinger og høy temperatur på banen.

Dessverre har året vært preget av Covid, så det har blitt begrenset med kamper. Mange har blitt avlyst eller utsatt. Det foreligger planer om å samle flere utsatte kamper til ei helg på mars.

På grunn av Covid ble det ikke noen overnattingscup i 2021, og julecupen på Melhus ble også avlyst. Vi er påmeldt Steinkjercup siste helga i april. Det gleder guttene seg veldig til.

På slutten av januar fikk alle 9 guttene Covid, så da ble det treningsfri ei uke.

Lundamo/Flå G10 er en flott og sammensveiset gjeng som helt sikkert kommer til å holde på med håndball i mange år fremover!

Trenere: Bjørnar Werkland, Roger Pedersborg og Dennis Johnsen

Lagleder: Kari Horg

J13:

Trenere: Lars Ole Busklein og Kristin Sundset Moe

Lagleder: Lisa Nordhaug

Spillere: Dina Aurora Gylland, Ellen Nyhus Røsbjorgen, Emma-Sofie Bye, Jenny Marie Busklein, Joumana Rahma, Liv Marit Rosset Ler, Luna Løvmo Fremo, Marica Sundnes Grønli, Marie Nordhaug Lyngen, Marte Odden-Rimol, Oda Lyngen, Pia Isabell Løhre Knutsen, Ragnhild Segtnan og Silje Wolden

Vårsemesteret 2021 ble også preget av korona. I slutten av januar fikk vi startet opp med treningar igjen, og kun en seriekamp i mars fikk vi spilt. Vi fikk også spilt en treningskamp mot Melhus. Frem til sommerferien hadde vi frivillige sommertreninger i horghallen med sånn passe godt oppmøte. Ett samarbeid med flere lag i klubben. Ett viktig tilbud for de som er ekstra interesserte og de som ikke driver med annen idrett på sommeren.

Håndballcup på Steinkjer ble pga koronasituasjonen, utsatt til høsten. For så igjen å bli avlyst. Vi gleder oss til april 2022! DA må det da bli cup!!!:-)

Høsten startet perfekt med åpningscup i Trondheim spektrum. Kjemppegøy å få spille ordentlige kamper igjen! Og kjempeinnsats av jentene!

1.desember ble det arrangert håndballdag i horghallen. En kjempedag for flere lag i klubben med godt oppmøte.

Vi fikk stort sett trent som normalt i høstsemesteret, men både treninger og kamper var fortsatt preget av smitte og restriksjoner. Vi måtte også avlyse ett par planlagte sosiale arrangement for laget før jul.

Heldigvis er denne gjengen endringsvillige og positive, så stemningen har vært god! Vi har en stabil gjeng som møter på trening og det er mye humor og latter 😊

Vi har arrangert ett foreldremøte.

Lisa Nordhaug

DAMER 5.DIV:

Laget består av 19 spillere, men etter vi fikk starte opp trening og kamper etter 1.5 år pause fikk mange kjenne belastningen av det. Vi har 6 stykker ute med langvarige skader, og da hovedsakelig kneskader.

Laget består av flere gamle og mange nye spillere. Vi har fått mange yngre spillere tilbake, og 15 åring opp på dispans. Hittil i sesongen har vi spilt 7 kamper, og ligger på en 4.plass på tabellen men sesongen er enda lang og det skal spilles totalt 20 kamper og vi har ett mål om topp 3. Vi trener onsdager i Lundahallen, og spiller fleste kampene våre på ukedager og noen på helg. I år spiller vi i 5 divisjon, hvor vi møter mange lokale lag, og hele 3 lag i serien spiller hjemmekampene sine i Horghallen.

Laget har bestått av følgende: Linn Enåsen Kvia, Heidi Gravråk Eggen, Heidi Folstad, Siren Klevstuen, Elisabeth Bolland, Silje Sundet, Mia Bolland Samdal, Marte Storlimo, Kristin Sundseth Moe, Tone Eggen, Ingrid Vinsnesbakk Bye, June Grøtte, Mia Ignate Flatval, Kristina Vinsnesbakk Bye, Emma Gråbak Langland, Ingrid Løvstad, Marie Alstad, Renate Rønning, Mia Ulriksen

Trener: Erika Gråbak Langland

HERRER 4.DIV:

Dette laget består av 20 spillere, men noen er ut av sesongen med skade, og vi har også vært coronautsatt.

Gruppa består av gamle og noen nye spillere. Vi har også dispens på en 15 åring.

Hittil i sesongen har vi spilt 8 kamper, og ligger på en 3.plass på tabellen.

Vi har ikke fått spilt alle kampene som står oppført.

Treningene våre har vi på tirsdager og torsdager i Horghallen. Vi har litt ugunstig treningstid, men håper det løser seg til det bedre når hallen på Melhus stilles ferdig.

Vi har ikke fått trent sånn skikkelig pga. covid og restriksjoner som har vært, men har gjort vårt beste.

Håper på en bedre sesong neste år, uten covid og med masse trening og kamper.



Bak venstre: Asbjørn Bagøien, Dennis S Johnsen, Martinius Tollan, Andreas Wekre, Adrian Ulriksen og Magnus Alstad

Fram Venstre: Håkon Løkås, Lars Ole Busklein, Stian Solberg, Marcus B Sunnset, Markus Engen, Robert Vinsnesbakk, Ingvar Sørgård Gaustad, Martin Engen Sagmo og

Robert Presthus.

Ikke til stede: Bjørn Ove Gilde, Lars Ole Eggen, Martin Lyngstad og Ruben O Ekle.

Trener og lagleder:

Kim Ulriksen og Mina Evjen

ÅRBERETNING 2021, SAMARBEIDSTYRET HÅNDBALL

Snart er vi kommet til de siste månedene med håndballsesong for denne gang.

Det ble en sesong som starte med litt restriksjoner, så full nedstegning, litt åpning for aldersbestemt og nå helt til slutt fikk også senior bli med igjen. I høst spilte de faktisk sin første kamp på 594 dager!

Det er brukt mye av vår tid på å holde seg oppdatert til enhver tid, nye regler generelt, regler for testing/isolasjon og nå etter jul er mye tid gått med til omberamming av kamper og følge med på smitten i klubben. Vi har også lært mye gjennom dette og tar dette med oss inn i videre arbeid. Vi har funnet alternative løsninger, og vi er styrket i saken om hvor viktig lagidretten er for oss!

Styret i samarbeidet har lidd ganske stort de siste 2 årene i mangel av flere verv i styret. Dette er noe som de fleste som er her i dag kjenner veldig mye på. Så vi håper i tiden fremover til å kunne jobbe mer med klubbdrift og ikke minst jobbe aktivt for å videreutvikle håndballen. Noe som vi ikke har fått til å prioritere nettopp på grunn av dette, noe som er veldig synd for våre utøvere.

Denne sesongen har avdelingen totalt 7 lag i aldersbestemt serie 2021/2022, 2 i senior og ikke minst minihåndball.

Og vi håper på mer aktiv rekruttering nå som det ser lysere ut for mer tiltrengt halltid i våre hallen fra høsten av.

Denne sesongen blir det endelig avslutningscup for våre aldersbestemte lag og turen går i år til Steinkjer, siste helgen i april.

Det er mange spente barn og voksne som gleder seg mye til dette.

Viser også til årsberetning for hvert lag med mer utfyllende info

Vi i håndballavdelingene er meget godt fornøyd med vår butikk som leverandør av utstyr via Umbro og i høst åpnet de egne butikk for klubber. Her fungerer alt fra A-Å. Sport1 Melhus er meget behjelpelig uansett hva vi måtte lure på.

Håndballavdelingen har fra sesongstart 2021/2022 fått ny klubbkolleksjon, etter at den vi hadde ble erstattet med UX Elite.

Vi hadde også endelig muligheten til å samle alle våre spillere til en, ingen skulle være ulike og samhold var viktig for oss. I den forbindelse tok vi kontakt med våre hovedsponsorer og de kunne ikke vær3e mer enige om at idrett skal sette samhold høyt og dermed var de meget villige til å forenes på samme trøye for å kunne få til dette.

Så på vår Kick-off i Horghallen, fredag før seriestart i oktober kunne vi stolte kle opp alle våre spillere med nye – LIKE drakter!

Storøyde og stolte spillere på en fantastisk aften og fra de minste var kommentarer som: SE! Vi har like kule drakter som dæm store guttan! Oi, vi e likens alle sammen, så stilig!

Håndballavdelingen oppdaterer så godt det er mulig både våre to websider, Instagram, Snapchat og Facebookside med info fra oss, idrettskrets og NHF.

Flå og Lundamo Håndball vil få takke alle som er og har vært engasjert innen håndballavdelingene, våre samarbeidspartnere og sponsorer gjennom 2021 og vi gleder oss til å skape gode håndballopplevelser sammen i hele 2022.

Styringsgruppen 2021 har bestått av:

- Leder: Kristine Setting
- Nestleder:
- Leder sportslig:
- Leder material: Veronika Høyem-Holten
- Økonomiansvarlig: Trine Samdal
- Dommerkontakt: Steinar Holten
- Styringsmedlem/Laglederkontakt: Lillian Høiås
- Styremedlem: Liw Victoria Helgemo

Roger Pedersborg ble hentet inn som sportslig utpå høsten, men byttet arbeid like etter og kunne ikke bidra.

TUSEN TAKK HÅNDBALLÅRET 2021!

For styringsgruppen

Leder, Kristine Setting

FLÅ IL ALLIDRETT

2021 har i likhet med 2020 vært et år preget av covid-19 pandemi og smitteverntiltak. Det har vært gjennomsnittlig lavere deltakelse på alle aktiviteter, noe vi håper vil snu nå når samfunnet åpner mer. Til tross for pandemi har vi fått gjennomført noen fine arrangementer og en del treninger.

Året startet med en ny nedstengning grunnet økende smittetall. Fra 20. januar fikk imidlertid barn og unge under 20 år starte sine treninger med visse smittevernstiltak. I april fikk de voksne starte ute, og etter hvert bevege seg innendørs med trening i grupper på maks 10 stk. 18. mai ble vi igjen nedstengt og måtte avlyse all aktivitet både ute og inne i ei uke. Høstsesongen startet bedre, og vi fikk gjennomført en del aktivitet for alle aldergrupper før det igjen ble helt nedstengt like før jul.

Allidrettstyret

Leder: Mari Konstad Haanæs

Styremedlem ansvarlig ABU: Brian Sørmealand

Styremedlem ansvarlig åpen gymsal: Helge Schrøder

Styremedlem: Maria Aalvik Løberg

Styremedlem: Eirik Almenningen

Aktive barn og unge ABU

ABU startet sin sesong med å avlyse barnas skidag grunnet koronarestriksjoner. I starten av april kom imidlertid sesongen i gang med diskotek i gymsalen. Dette er tradisjonelt et utrolig populært tilbud, og det var mange barn som deltok også dette året. ABU fortsatte med ulike aktiviteter, begrenset til grupper på maks 20 barn. Avslutningstur til Ulvtjønna for hele familien fikk ingen påmeldte og ble derfor avlyst. Foreldremedvirkning i ABU har gradvis avtatt og vi ser oss mer avhengig av å leie inn instruktører. Dette året har vi hatt eksterne instruktører på de fleste treninger.

ABU har de siste årene vært arrangert uten påmelding. Tilbakemeldingene på dette er positive. Familier føler seg friere til å sende barnet på noe, ikke alt. Generelt lavere deltakelse

enn tidligere år, men tross alt et bra oppmøte tross mange smitterestriksjoner, antallsbegrensning og påmelding.



Åpen gymsal

Åpen gymsal fikk ikke starte opp som planlagt i mars, ettersom denne aktiviteten innbefatter både voksne og barn. Tidlig i mai fikk tilbudet starte opp, men etter to uker måtte det stenges igjen. Det har vært noe regelforvirring med tanke på smittevern, antallsbegrensninger og liknende. Det har også vært utfordrende med påmelding for hver uke. Gjennomføringen har ellers gått fint. Vi gleder oss til ny sesong og forhåpentligvis gjennomføring uten pandemi. Oppsummert er *Åpen gymsal* et populært tilbud, og deltakelsen tok seg opp frem mot sesongavslutningen.

Step- og styrketrening

Ragnhild Røsbjørgen har i flere år trimmet både Flåbygg og noen utenfra bygda. Dette fortsatte hun med i 2020 via step- og styrketrening i skolens gymsal. Dette er et kjempegodt treningstilbud med tradisjonelt jevn god deltakelse. Tilbudet ble i år dessverre sterkt påvirket av strenge smittevernregler for voksne med tanke på trening innendørs. Vi fikk til noen treninger med step- og styrke før sommeren kom, med grupper på maks ti voksne. Høsten åpnet heldigvis opp for noe mer, før det igjen stengte ned like før jul.

Basistrening

Mandager og torsdager har barn, ungdom og voksne fra og med 5. klasse, ingen øvre aldersgrense tilbud om basistrening i skolens gymsal. Anders Røsbjørgen og Håkon Vistnes var instruktører i vårsesongen.

Høstsesongen startet med nye instruktører. Nora Ljøkjell og Ella Haanæs Høiseth på mandager, og Markus Løvik på torsdager. Markus har av og til hatt med seg Ole Bjørseth som medinstruktør.

Ungdommene som nå er instruktører ønsket seg kursing. Vi var så heldige å få Vidar Sørensen, en erfaren kurslærer, lærer i idrettsfag i vgs, samt erfaren basistrener i Malvik IL til oss en kveld i september. Nora og Ella deltok og fikk både inspirasjon og konkrete tips en kveld i september.

Hele året har vært preget av smittevernstiltak, restriksjoner, alders- og antallsbegrensninger. Tilbudet har dessverre vært veldig lite benyttet. Vi håper på å se en oppsving i deltakerantall nå når samfunnet åpnes opp.

Styrkesirkel

Jorun Gråbak Holte er trener for dette flotte tilbudet som primært foregår i skolen gymsal på torsdagskvelder. Korona har i 2021 som i 2020 påvirket både tilbudet og deltakelsen mye. Mange treninger har vært gjennomført utendørs i styrkestien, med god avstand mellom deltakere.

Flå Games

2021 ble året hvor vi arrangerte Flå games for første gang. Dette er et arrangement trimavdelingen arrangerer i samarbeid med allidrettsavdelingen.

Arrangementet ble en stor suksess, tross få deltagere. Kun 9 personer stilte til start. Været var upåklagelig, sol og 20 grader. Alle måtte gjennom ulike hindre på vei opp til Blukkuåsen. På toppen var det nye utfordringer samt saftstasjon. På vei ned igjen gikk runden fordi trappa i Styrkestien og endte i trillebårkjøring til slutt. Det ble gjennomført trekning og utdelt premier da alle var tilbake i mål. Vi håper å kunne videreutvikle dette samarbeidstilbudet og arrangere dette til neste år også. Da ønsker vi oss flere deltakere!



Nissetrim og julegrantenning

Flå IL Trim og Allidrett arrangerte nissetrim og julegrantenning 1. søndag i advent.

Oppmøtet var fantastisk. Iskaldt vær gjorde at korpset måtte avlyse, men flåbyggen tåler kuldegrader godt, og mange deltok i Styrkestien hvor kroppen fikk ekstra varme med gløgg og pepperkaker. Brian Sørmealand ordnet så vi fikk musikk, og treet utenfor Flå skole og barnehage fikk lysene tent i år også. Flå IL takker Brage Sæther som nok en gang har sponset oss med et flott juletre. To nisser fant også veien, så alle barna fikk seg en pose med noe godt. Nesten 100 godteposer gikk med, det betyr god deltagelse!



Sommeraktivitesdag

Melhus kommune fikk overraskende penger til ulike sommeraktiviteter. Vi kastet oss rundt, søkte om midler og planla en aktivitetsdag for barn i sommerferien.

28.06.21 arrangerte vi aktivitetsdag for de som til høsten starter i 4., 5., 6. og 7.klasse. Det var 14 barn som deltok. Vi hadde 3 jenter som instruktører, 2 født i 2005 og ei i 2007. Alle hadde erfaring med å instruere barn i idrett tidligere. Før lunsj var det i første time lek og styrke inne i gymsalen og hinderløype ute. Andre time var det lek og dans inne i gymsalen. Tredje time fotball ute på kunstgressbanen. Til lunsj fikk barna wraps og smoothie. Etter lunsj var det en ringlek før vi gikk i gang med mesternes mester. Her var 2 og 2 barn på lag.

I mesternes mester konkurrerte lagene i reaksjon, hukommelse, beregning, idealtid og styrke med den velkjente 90graderen.

Da konkurransen var over og instruktørene summerte tider fikk barna frukt og lekte fritt inne og ute. Premieutdeling med sjokolade-medalje til beste tider og lag gjennom hele dagen. Is til alle.



Regnskap 2021 og budsjett 2022

Det er vanskelig å sette budsjett for en ny avdeling, ekstra vanskelig når det er en ny avdeling i pandemitid. Det ble i 2021 satt av 10 000 kr for kjøp av utstyr. Dette skulle handles inn i samarbeid med Flå skole, da vi bruker utstyret i felleskap med skolen. Denne jobben har tatt tid, og pengene er derfor overført budsjettet for 2022. Vi har i tillegg budsjettert med 10 000 kr for 2022, da det er en del utstyr som trengs, og spesielt treningsmatter i god kvalitet er dyrt.

I 2021 fikk vi penger av kommunen for å arrangere en aktivitetsdag for barn/ungdom. Dette var midler vi ikke hadde budsjettert med, som er med på å gi avdelingen et overskudd dette året. Dette ble en fin dag, og vi har derfor valgt å budsjettere for en slik da også i kommende år, selv om kommunen kanskje ikke stiller med midler.

2021 har hatt restriksjoner på antall deltakere på treninger. Vi har og måttet avlyse en del treninger. Derfor har vi ikke fått inn like mye penger som tidligere år i treningsavgifter, mens vi fremdeles har hatt utgifter til instruktører/trenere.

For Allidrett

Mari Konstad Haanæs

Årsberetning 2021 Trimavdelinga

Styremedlemmer: Arne Christian Guldahl, Ann Kristin Sandvik, Marthe Buan Bolland, Marit Riiber og Brit Eva Eidsmo

Leder: Line Ljøkjell

Året 2021 startet med å utforske de nye innsjekkingspunktene vi hadde registrert i Trimappen “Trimpoeng”, og dette var til stor motivasjon for mange. De nye innsjekkingspunktene var: Borten-Losen Valdet, Flååsen nedre, Skardet, Haustslettet, Vuluåsen, Moen, Lersmoen, Rångåveien og Møstadal. De fleste postene hadde fått 10 poeng ved innsjekking. I forhold til økende smittetrykk jula 2020 i forbindelse med “Covid-19” pandemi, hadde vi fortsatt restriksjoner. Å skrive seg inn i Trimbøkene var fortsatt ikke aktuelt. Skiavdelinga måtte avlyse alle arrangement, og Flårennet som vi hadde på Trimplanen 23. Januar utgikk. Da var det likevel gledelig å se at så mange var ute og gikk på tur. Vi måtte komme med informasjon om at det ikke var greit å kjøre rundt med bil, for å sjekke inn og samle poeng. Vi fikk tilbakemelding om at enkelt gjorde dette, og vi så det i forhold til tidspunkt for innsjekk. Etter denne påminnelsen bedret det seg.

Utover våren 2021 pågikk Covid-19 pandemien videre, og dette førte til at vi måtte vi avlyse “Dagens Løype” 07.februar, “Barnas dag ved Styrkestien” 18.04., “Kaffeservering ved Botnmyra” 02.05. Og “Gudrunhuletrimmen” 13.06. Vi arrangerte istede flere konkurranser via Trimpoeng-app, slik at folk kunne komme seg ut på tur uten at det var organiserte arrangementer. Vi hadde blant annet påskekonkurranse og bokstavkonkurranse.

Merking av turstier:

Vi fikk gjennomført merking av flere turstier i løpet av 2021. Vi merket med tradisjonelle merker/flis som ble hengt i trær, samt at vi brukte rød spray, og sprayet på berg og diverse. Arne Christian Guldahl har gjort en stor innsats ift merking, og nevner blant annet at han har merket sti mellom Fisklaustjønna og Rångåvegen, merket ved Rångåa, Raudsand, Austtjønna, Lokdalen og Langlandsvollen. På juni hadde vi i Trimavdelinga en felles tur til Kråkfjellet

for merking. Vi gjorde et forsøk med å merke, men hadde få merker og fikk dermed ikke merket godt nok. Vi skal derfor gjennomføre en ny tur i 2022.

Antall besøkende på trimpostene:

Det har jo vært tradisjon for å skrive seg opp i trimbøkene når man går på tur, og trimavdelinga har oversikt over antall besøk på trimpostene for flere år tilbake. Denne oversikten ligger i våre dokumenter. Ettersom det ble meldt forbud mot å skrive seg opp i bøkene grunnet fare for smitte ved Covid-19 pandemi, så er registreringen mangelfull de siste tre årene. De tallene vi presenterer for kolonne 2020 og 2021 er besøk registrert kun for de som har “Trimpoeng-appen”:

	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Tjukkåsen	646	936	1180	1275	822	1000	968
Ulvjtønna	629	968	942	993	791	1019	960
Losavollen	136	229	216	212	187	197	154
Kaldvellosen	1870	2063	1781	1428	2961	2680	2090
Botnmyra	2972	2353	2281	2192	1415	1822	1208
Drammensveien	1272	1234	909	1251	1560	1502	1559
Bybotsmyra	679	713	629	643	1175	1296	1331
Fisklaustjønna	308	332	302	287	462	240	170
Finngangen	210	282	279	249	340	195	142
Raudsand	1035	1060	961	909	603	586	483
Lokdalen	216	292	296	371	390		204
Møstaosen	1329	1497	1324	1216	2537	2650	1913
Gudrunhula	232	249	253	242	187	101	112
Bortsvollen	255	243	248	287	195	209	154
Blukkuåsen	2942	2761	2296	2060	1376	2027	1428
Langvatnet	517	530	454	412	1053	986	891
Austjtønna	160	151	152	143	289	203	192
Kaldvellvatnet	240	225	262	214	238	202	197
Lomtjønnposten			708	732	615	716	705

De fleste tallene har en nedgang i 2019 – men Møstaosen og Kaldvellosen, hadde begge en oppgang. Dette er en konsekvens av Trimpoeng appen, hvor folk oppdaget disse postene som tilgjengelige turmål for å samle poeng. Det samme gjelder Drammensveien og Bybotsmyra.

Fisklaustjønna og Finngangen hadde også oppgang i 2019, selv om det å skrive i turbøkene ikke er telt inn. Langvatnet og Austtjønna hadde også oppgang.

Dersom vi skal trekke noen konklusjoner etter oppstart med Trimpoeng-app, så ser vi at noen av Trimpostene har fått hyppigere besøk. Man kan jo også tenke seg at poster som Botnmyra også har hatt økning i forhold til at den er i gangavstand fra byggefeltet og enkelt å nå iforhold til situasjon med hjemmekontor og diverse. Det er jo ikke alle som benytter Trimpoeng-appen, og det er dermed vanskelig å gi noe håndfast svar på dette.

Etter sommerferien fikk vi gjennomført flere av arrangementene våre. Vi hadde “flå Games” i samarbeid med ABU på August, med aktiviteter rundt omkring i Styrkestien. På September videreførte vi “Til topps i Flå” hvor man måtte besøke Kråkfjellet, Vassfjellet, Brungfjellet og Ballfjellet for å være kvalifisert i trekningen på et gavekort fra Sport 1 verdi 500 kr. Vi trykte opp t-skjorter man kunne kjøpe, med oversikt over de 4 toppene. På oktober var det tur til Bortsvollen. Veldig populært, mange barnefamilier møtte opp og vi hadde leker nedenfor vollen. På november var den tradisjonelle turen til Drammensveien og på Desember arrangerte vi Nissetrim og Julegrantenning i samarbeid Med ABU. Dette var et kjempepopulært arrangement, med mange deltagere. Vi talte over 100 personer som gikk bort til posten i Styrkestien for gløgg og pepperkake-servering, hvor det var julegrantenning ved skolen etterpå. To nisser dukket opp og delte ut godteposer til barna.

Vi vil takke for et godt trimår!

Årsberetning Flå IL Ski 2021

Skistyret fra årsmøtet i Flå IL 2021

Leder, samarbeidspartnere, Web og økonomi: Marius U Løvdal

Arrangementsansvarlig: Endre Hugdal Jr.

Sekretær mm: Ann Iren Estenstad

Rennansvarlig interne arrangement: Ingunn Sørgård Fremo

Rekruttering: Kristmar Losen

Dugnadsansvarlig: Alle

Anleggsansvarlig: Ketil Reitan

Våre aktiviteter og anlegg:

Skistyret: Har hatt 5 vanlige møter i Skistyret samt et par ekstramøter på grunn av omorganisering av oppsettet der det er diskutert utskillelse av drift og ansvar for Langmyra ut av skistyret.

Det har vært en noe tung prosess, men mener at vi har kommet frem til en felles løsning som er forsøket verdt å prøve. Vi er innforstått med at utskillelsen av Langmyra foreløpig er et prøveprosjekt.

Arrangement:

Telenorkarusell/Poengrenn

2021 har vært nok et år preget av Covid, men de som har vært ansvarlig for poengrenn og Telenorkarusell har gjort en flott instans og laget et alternativt opplegg med Natursti som ble oppdatert hver andre uke med nye spørsmål i de ukene det ikke var mulig å fysisk møtes.

Vi fikk til å arrangere 3 poengrenn i 2021 på normalt vis, da med mellom 26 og 28 deltakere.

Klubbrenn 2021

36 ivrige deltakere på Klubbrennet som vi heldigvis fikk avviklet! God stemning i løypa og det virket som alle var fornøyde med premie ved målgang.

Seterrennet 2021

Dessverre avlyst, dette på grunn av snømangel og faktisk ikke på grunn av pandemi.

Skitreningene

Som i de foregående årene har det vært fellestreninger med Samarbeidsklubbene Trønderlyn, Lundamo og Hovin på mandager og torsdager fra høsten.

Det er dessverre svært få deltakere fra Flå med på disse treningene, vi håper å få med flere til neste år.

Det ble arrangert fellessamling på Savalen i 26-28.november 2021 for 21/22 sesongen. Stor stas og 62 fornøyde mennesker var samlet for første skikkelige skitrening. Dog noe lite snø, men trenerne gjorde en fabelaktig jobb og greide å gjøre det beste ut av helga.

Flå IL ski på nett:

<https://www.flail.no/p/10741/skinyheter>

Rekruttering: Det har vært jobbet med et tettere samarbeid med barnehagen på Flå for å rekrutere inn nye løpere. Dette har gitt noe økt deltakelse fra de minste, men på grunn av pandemi restriksjoner så må dette også fortsettes å jobbes med fremover.

Økonomi

På grunn av en ulykke ble det behov for å kjøpe inn en ny snøscooter til bruk på Langmyra. Vi fikk en del igjen på forsikring, samt at Brødrene Ler innløste sin spons for at vi skulle få en god scooter til en bra pris. Dette blir belastet på 2021 året. Totalpris å betale: 53933,-

Det kommer mye penger inn for parkering, og det koster en god del å holde vei, bom og parkeringsplass i orden. Likevel er Langmyra en stor pluss i regnskapet: (Tall dratt ut her er de store tallene, andre + og – forekommer i budsjett)

Drift og vedlikeholdutgifter: - 50 122

Snøbrøyting: - 46 437

Reparasjon og vedlikehold: - 79 252

Drivstoff: - 22 877

Leie parkeringsplass: - 12 000

Inntjening bom: + 439 216

(Overskudd langmyra ca 228 000)

Generelle ord i forhold til det å skille Langmyra og Skiavdelingen

Det er uten tvil Langmyra som skaffer økonomi inn i avdelingen, utenom de offentlige midler som tildeles til Ski/Hovestyret.

Likevel er det på grunn av arbeidsmåte og mengde at det er vurdert at disse to forsøkes skilt. Langmyra er et stort prosjekt og tar fokus og energi fra de som sitter i skistyret. Disse skal drive med folkehelse og barneidrett, noe som ikke lot seg gjøre når tid i møter og annen fritid medgår til avklaringer rundt avgjørelser til Langmyra og vaktordninger for parkering.

Skistyret ønsker likevel å opprettholde det gode samarbeidet med ildsjelene på Langmyra slik at vi sammen kan gi våre innbyggere et godt tilbud store som små.

27.Februar 2022

For skistyret

Marius U Løvdal

Leder