



LANGRENNSGRUPPA – ÅRSMELDING 2016

Styret i langrennsgruppa for 2016 har bestått av:

Leder/ gruppeansvarlig:	Knut M Tolo
Styremedlem/ sportslig ansvarlig:	Thomas Ruud Sollien
Styremedlem/ rennansvarlig:	Bernt Ola Bratlien
Styremedlem/ Økonomiansvarlig:	Linda Hanken
Styremedlem/ arrangementsansvarlig:	Brita Stanghelle
Styremedlem/ web-info ansvarlig:	Siv Tone Svennerud
Styremedlem/ sponsoransvarlig:	Lars Myhrum

Treningsgrupper

Langrennsgruppa har treningstilbud tilrettelagt for barn og ungdom i aldersgruppen mellom 7 og 16 år. Alle grupper har fått et godt treningstilbud gjennom sesongen. Vi åpnet for å lage treningstilbud for 7-8 åringer for et par år siden og det har vært veldig populært. Langrennsgruppa har hatt økt deltakelse på treningene gjennom høsten og vinteren og det har deltatt rundt 150 barn i treningsgruppene våre. Treningsgruppene har vært inndelt i 6 grupper:

- Gruppe 7 og 8 år:
For denne aldersgruppen er det gjennomført 1 trening pr uke gjennom høsten, vinteren og frem til påske. Sesongoppstart fra høstferien. Treningene har i hovedsak blitt gjennomført på Gullhaug. Trenerteamet har bestått av 4 trenere.
- Gruppe 9 og 10 år:
For denne aldersgruppen er det gjennomført 1 trening pr uke gjennom høsten, vinteren og frem til påske. Sesongoppstart fra høstferien 2014. Treningene har i hovedsak blitt gjennomført på Gullhaug. Fra høsten 2016 har gruppen av hensyn til størrelsen på gruppa blitt delt i to, gruppe 9 år og gruppe 10 år. Trenerteamet for gruppe 9 år har bestått av 4 trenere, mens trenerteamet for gruppe 10 år har bestått av 7 trenere.
- Gruppe 11 år:
Det er gjennomført 2 treninger pr uke gjennom vinteren frem til påske. Sesongoppstart i september. Treningene har i hovedsak blitt avholdt på Gullhaug. Høsttreningene har vært barmarkstreninger og styrketreninger. Trenerteamet har bestått av ungdomstrener med støtte fra foreldretrenere.
- Gruppe 12 år:
Det er gjennomført 2 treninger pr uke gjennom vinteren frem til påske. Sesongoppstart fra august. Treningene har i hovedsak blitt avholdt på Gullhaug og med en ukentlig innetrening gjennom høsten. Høsttreningene har vært barmarkstreninger kombinert med rulleskitreninger og styrketreninger. Trenerteamet har bestått av ungdomstrener med støtte fra foreldretrenere.



- REN NATUR



REN IDRETTSGLEDE





- Gruppe 13 til 14 år:
Det er gjennomført 2 treninger pr uke gjennom vinteren frem til påske. Høsttreningene har vært barmarkstreninger kombinert med rulleskitreninger og styrke-/sirkeltreninger innendørs. Denne gruppen har hatt treningssamarbeid med BVHIF i vinter. Trenerteamet har bestått av to ungdomstrenere og med støtte fra foreldretrenere.
- Gruppe 15 til 16 år:
Det er gjennomført 3 treninger pr uke gjennom høsten. Høsttreningene har vært barmarkstreninger kombinert med rulleskitreninger og styrketreninger. I tillegg har gruppen hatt flere treningshelger, to barmarkssamlinger hjemme i nærområdet og en snøsamling på Beitostølen. I vintersesongen har det til tider vært inntil 3 treninger pr uke. Treningene har i hovedsak blitt avholdt på Gullhaug. Denne gruppen trener meget aktivt. Flere av utøverne har flere egentreninger i uken utover våre organiserte treninger. Denne gruppen har treningssamarbeid med BHVIF og Jutul. Trenerteamet har bestått av ungdomstrener samt mix av trenere fra alle 3 klubber.
- Gruppe JR: 17-20 år:
Juniorsatsingen i Lommedalen foregår i Team Vestmarka. Langrennsgruppene i Jutul, Haslum, Jardar, Bærums skiklub, Bærums Verk Hauger og Lommedalen står bak Team Vestmarka. Team Vestmarka er for langrennsløpere i junioralder. Team Vestmarka har også et samarbeid med langrennslinjen på Dønski vgs. Ved å stå sammen om juniorsatsingen så kan man gi et samlet bedre tilbud til utøverne. Det tilrettelegges et eget opplegg for de som vil delta på Norges Cup. Det er 1 utøver i Team Vestmarka som representerer Lommedalen denne sesongen.
- Gruppe Ungdom:
LILs nye treningsgruppe for de som er mellom 13 og 17 år. Målgruppen er ungdom som liker å ha det gøy på ski og trene sammen med andre. Fokus er ikke konkurranser og renn, men å ha det morsomt med andre, lære ski og rulleski samtidig som de blir i bedre form. Denne gruppa ble etablert høsten 2016 og har to ukentlige treninger. Gjennom høsten hadde de en ukentlig trening inne i gymsal og en ute. Med skiføre er begge treningene ute på ski. Gruppa har et trenerteam på to trenere.

I tillegg til trenerteam så har hver treningsgruppe en egen foreldrekontakt som sender ut meldinger og holder foreldre informert om ting som skjer i gruppen. Alle gruppene har egen facebook-gruppe. LIL Langrenn har også egen felles facebookgruppe.

Mange av våre utøvere er aktive og går mange skirenn, fra helt lokale renn som 6-løper'n for de aller yngste og opp til Hovedlandsrenn og Norges Cup for de eldste. Vi hadde i 2016 over 20 deltakere fra Lommedalen som gikk Ungdomsbirken den 13. mars fra Sjusjøen til Lillehammer. Dette er et skirenn på 15 km for 12–16 åringer, som krever at deltakerne går med sekk.



- REN NATUR



REN IDRETTSGLEDE





Trenerutdanning

Klubben har i samarbeid med BVHIF og Jutul i 2016 arrangert både Treningsleder- og Trener I-kurs. 6 av klubbens trenere gjennomførte treningslederkurset og 5 gjennomførte trener 1-kurs.

Arrangementer langrennssesongen 2016

Av arrangementer kan følgende trekkes frem:

Lommedalsrennet - lørdag 9. januar 2016

Første lørdagen i januar hvert år arrangerer langrennsgruppa Lommedalsrennet. Rennet er av de største i Akershus skikrets. Arrangementet er langrennsgruppas største dugnadsinnsats og er avgjørende for våre inntekter. Denne dagen stiller alle våre skiglade foreldre opp for at rennet skal la seg gjennomføre. Rennet i år hadde status i Sparebank1-cup for 13-14 år. Det var 931 påmeldte til rennet. Det er kjempegøy å se at vi klarer å gjennomføre dette rennet på en så solid måte år etter år.

6-løper/Telenorkarusellen

LIL langrennsgruppa har sammen med BVIFs langrennsgruppe arrangert 3 terrengløp i september/oktober og 3 skirenn i januar/februar på Gullhaug. Dette har blitt et meget populært nærmiljøtiltak de siste vintrene med over 300 deltakere på noen av arrangementene. 6-løperen er av mer uformell karakter enn ordinære skirenn, og det er flott å se at det er så mange ski-interesserte unge og lovende utøvere fra Lommedalen og Bærums Verk. LIL og BVIF har sammen innkjøpt nytt tidtakerutstyr fra EQ-Timing. Dette står plassert på arenabygget på Eineåsen.

Klubbmesterskap 2016 – 15. mars 2016

Klubbrennet i år ble arrangert i fristil på Eineåsen skistadion. 112 deltakere fullførte klubbrennet. Det ble kåret klubbmester i klassene fra 11 år og eldre. Premieutdeling ble gjennomført på klubbavslutningen den 29. mars.

Treningssamling (barmark) Løvlia skistue, 17-18 september:

De to eldste gruppene hadde treningssamling på Løvlia en helg i oktober. Rundt 35 ivrige barn og voksne deltok på helgesamlingen. Turen startet ved å sykle opp til Løvlia på lørdag formiddag. Barna brukte omkring 2 timer på sykkelturen med matpause underveis. Etter å ha fått tildelt rom, var det ut på ny treningstur. Så gikk turen tilbake til Løvlia hvor det ventet varme nybakte boller. På kvelden spiste alle middag samt hadde en quiz litt senere på kvelden. På søndag var alle ute på en treningsøkt etter frokost. Etter dette pakket alle rommene og syklet glade tilbake til Lommedalshallen.

Treningssamling Torsby skitunnel 22. oktober

I oktober var noen av de eldste løperne på dagstur til skitunnelen i Torsby. 20 voksne og barn tok bussturen til Torsby. Det ble gjennomført to treningsøkter denne dagen med innlagt lunsj og middag. Dette er en topp tur som barna synes er kjempemorsom å delta på.





Klubbkveld 25. oktober

Vi gjennomførte klubbkveld for foreldre hvor styret informerte om treningsopplegg, aktuelle renn, treningssamling, Lommedalsrennet og andre aktiviteter for sesongen. Denne klubbkvelden har blitt en fin tradisjon.

Skisamling til Trysil 25-27. november

En helg i november har vi hatt tradisjon med å invitere til familiesamling på fjellet. Denne helgesamlingen hadde rekorddeltakelse med 170 voksne og barn som hadde en kjempesamling på Trysil. Det ble to fantastiske skidager, tre for de aller ivrigste, med fine løyper og bra vær. Dette ble en veldig hyggelig og sosial samling for både store og små med godt treningsutbytte.

Snøproduksjon Eineåsen

Det er inngått en samarbeidsavtale mellom langrennsgruppene i BVHIF, Haslum og LIL som regulerer driftsinntekter og driftsutgifter i tilknytning til snøproduksjonen på Eineåsen, og netto utgifter skal deles likt mellom langrennsgruppene. Det er etablert en snøproduksjonsgruppe med 2 representanter fra hver av langrennsgruppene. Denne gruppen er ansvarlig for planlegging og gjennomføring av snøproduksjonen. Ansvar for å organisere snøproduksjonen skal gå på omgang blant langrennsgruppene. For sesongen 2015-16 har BVHIF hatt dette ansvaret. Det er blitt produsert kunstsne i 10 dager. Det er påløpt produksjonskostnader på kr. 332.000,-. Det er mottatt kommunalt driftsstøtte på kr. 135.000,-. Netto utgifter på kr. 197.000,- er delt mellom de 3 gruppene. For sesongen 2016-17 er det LIL som skal ha ansvaret.

Klubbavtale med Bull ski og kajakk

Langrennsgruppa har inngått en klubbavtale med Bull Ski og Kajak som innebærer gode medlemsrabatter ved kjøp av skiutstyr. I tillegg til medlemsrabatter i butikken til Bull får langrennsgruppa en årsbonus av registrert salg fra medlemmer gjennom sesongen. Bull Ski og Kajak er også vår hovedsponsor og sponser premier til Lommedalsrennet og klubbrennet.

Investeringer

Langrennsgruppen har investert i ny snøkanon på Eineåsen skianlegg sammen med Haslum og Bærums Verk Haugers langrennsgrupper. Eksisterende snøproduksjonsutstyr på Eineåsen var gammelt og de 3 langrennsgruppene har som brukere av anlegget gått sammen om en felles investering av ny snøkanon. Lommedalen har betalt 1/3-dels andel på kr. 167.000,-. Det er også investert sammen med BVHIF i supplerende tidtaksutstyr til EQ-systemet som er plassert i arenabygget på Eineåsen. Langrennsgruppa har også kjøpt inn 15 nye par rulleski.

Økonomi

Vi hadde pr 31.12.2016 en kontantbeholdning på kr 310.192,-. Økonomien i gruppa er god. Hovedinntektene er treningskontingenter, inntekter fra Lommedalsrennet og noe fra sponsorer. Vi har lite utestående kontingenter og har vært flinke til å purre og følge opp at alle betaler. Dette har gjort at vi har hatt en god likviditet gjennom sesongen. Årsresultat 2016 viser et overskudd på kr. 39.201,-. Regnskapet for 2016 er overlevert revisor.



- REN NATUR



REN IDRETTSGLEDE





Avsluttende kommentar

Langrennsgruppa er i gledelig utvikling og har nå mange barn som deltar i våre yngre grupper. På bakgrunn av de store barnekullene som kommer fremover i bygda vår så vil gruppen trolig øke de neste årene. Dette krever økte trenerressurser og utvidelse av treningsgruppene. Det er også særlig viktig å gi et godt nok tilbud til de eldste barna slik at de kan fortsette utviklingen sin i Lommedalen. Nåværende styre er svært fornøyd med situasjonen i langrennsgruppa. Men flere av de som nå sitter i styret har barn som vokser ut av våre treningsgrupper og vil på sikt ha avløsning - det er derfor behov for jevnlig fornyelse i styret.

Vi ser frem til å jobbe videre med gode treningsplaner for den økende medlemsmassen i gruppa.

./.

Lommedalen, 15. mars 2017

Knut M Tolo
Leder

Bernt Ola Bratlien
Styremedlem

Linda Hanken
Styremedlem

Lars Myhrum
Styremedlem

Brita Stanghelle
Styremedlem

Siv Tone Svennerud
Styremedlem

Thomas Ruud Sollien
Styremedlem



- REN NATUR



REN IDRETTSGLEDE

