



TINN IL – Ski



GRANSHERAD IL

Telemark og Vestfold skikrets
TVSK-fondet

24.1.2021

Sluttrapport – Tilskudd fra TVSK fondet for 2020

Gransherad IL Ski og Tinn IL Ski fikk bevilget midler fra TVSK fondet for 2020. Kr. 15 000. Vi søkte om tilskudd for gjennomføring av 2 felles treningssamlinger på rulleski med instruktør. Vi søkte også om midler til en temakveld i regi av *Sunn Idrett*. Prosjektet har vært et samarbeidsopplegg med formål om rekruttering, idrettsglede / godt idrettsmiljø og et ekstra treningstilbud utover våre faste treninger til inspirasjon både for medlemmer og trenere.

Gjennomførte tiltak

På grunn av Corona er det gjort noen justeringer og tilpasninger underveis. Vi har imidlertid fått gjennomført 3 felles treningssamlinger, men har foreløpig ikke fått gjennomført temakveld med Sunn Idrett i klubbhus av hensyn til smittevernrestriksjoner, men har hatt et utendørsopplegg med foredrag for klubbene. Vi har hatt smittevernplan for hvert arrangement og har hatt vellykka gjennomføring både med tanke på frammøte, idrettsglede, og treningsutbytte.

Oppsummert;

- Treningssamling nr. 1. Rulleski. Gransherad 7. juni 2020.
- Treningssamling nr. 2. Rulleski, foredrag, spenst og hurtighet. Gransherad 16. august 2020.
- Treningssamling nr. 3. Skiteknikkssamling på Myrefytjån i Tinn med Audun Svartdal og Arne Moen Lid 28. desember 2020.
- Temakveld Sunn idrett. Planlagt oktober / november 2020.
Utsatt pga. Corona. Arrangeres høst 2021 når det ikke er restriksjoner for innendørssamlinger.
- Temakveld rekruttering med skikretsen. Oktober / november 2020. *Utsatt pga. Corona. Arrangeres høst 2022. Arrangeres høst 2021 når det ikke er restriksjoner for innendørssamlinger.*

Teknikkurs rulleski - Gransherad 7.6.2020. 27 deltakere + voksne

I juni gjennomførte vi teknikkurs på rulleski sammen med den dyktige teknikktreneren Audun Svartdal som planlagt. Kurset ble gjennomført ved Gransherad skole der idrettslaget har et asfaltert rulleskianlegg. Barn, ungdom og trenere deltok på kurset. Som trenere ble vi veiledet av Svartdal mens ungene / ungdommene utførte øvelsene. Vi fikk anledning til å filme øvelsene.



**I alt 27 unger deltok på samlingen. Alder 8-15 år fordelt på 4 grupper.
I tillegg flere trenere fra begge idrettslag.**

Foredrag og barmarkstrening. Gransherad 16.8.2020. 21 deltakere + voksne

I juni gjennomførte vi foredrag og barmarkssamling sammen med håndballspiller Joakim Hykkerud og tidligere skiløper Camilla Groth. Kurset ble gjennomført ved Gransherad skole. Barn, ungdom og trenere deltok på kurset. Tema for foredraget; lagarbeid, gjøre hverandre gode, idrettsglede, mestring og motivasjon. Fortløpende etter foredraget: demonstrasjon av øvelser for spenst og hurtighetstrening. Camilla Groth og Joakim Hyggerud ønsket ikke å ta betalt for kurset, men fikk et gavekort av oss.

Vi legger til grunn at foredraget, som av hensyn til Corona måtte arrangeres ute, inngår som et temaopplegg beskrevet som SUM. Ungene var kjempeaktive og stilte mange spørsmål.



Fra foredraget til Camilla og Joakim



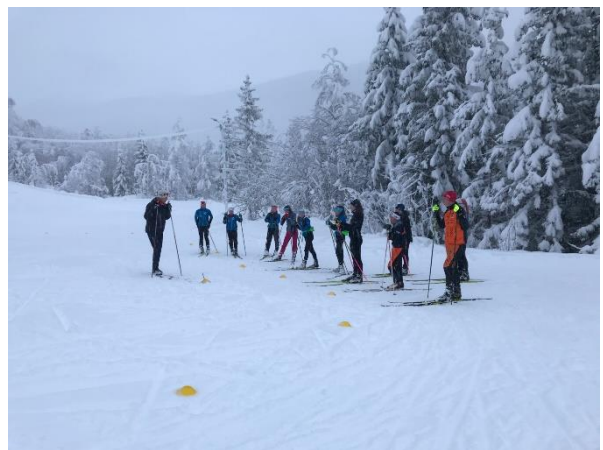
Øvelser; spenst og hurtighet. Her uttøying.



**I alt 21 barn / unge deltok fra Gransherad IL og Tinn IL på denne samlingen.
Alder fra 9-15 år fordelt i 2 grupper.**

[Skiteknikk – Skøyting og klassisk. Myrefytjån 28.12.2020. 29 deltakere + voksne](#)

I romjula gjennomførte skisamling på Myrefytjån skistadion i Tinn. Teknikkurs i klassisk og skøyting. Deltakerene var delt i 3 grupper. Audun Svartdal trente den eldste gruppa, tidligere aktive skiløper Arne Moen Lid fra Høydalsmo trente den mellomste gruppa, og våre faste klubbtrenerne hadde ansvar for den yngste gruppa.



I alt 29 barn / unge deltok fra Gransherad IL og Tinn IL. Alder fra 8-15 år fordelt i 3 grupper. Gruppe 1 sammen med Audun Svartdal her. 1 økt klassisk og 1 økt skøyting.



Gruppe 2 sammen med Arne Moen Lid. 1 økt klassisk og 1 økt skøyting.

Gruppe 3 gjennomførte en skitur på 7,5 km i tillegg til litt enkel teknikktraining og skileik.

Samlinger som utsettes av hensyn til Corona

Sunn idrett – gjennomføres høst 2021

- Sunn idrett ble kontaktet høst 2021, men kunne ikke besøke oss fysisk. Vi ønsket ikke et digitalt arrangement og besluttet å utsette denne foredragskvelden for foreldre, trenere og medlemmer. Vi har et ønske om økt kompetanse innenfor kosthold og ernæring som stimulerer til et sunt idrettsmiljø i klubben. Da vi har også har yngre medlemmer (under 13-15 år) i skigruppene er det aktuelt for oss å be Sunn idrett om et skreddersydd foredrag. Etter foredraget gjennomfører vi en klubbkveld. Slik ser vi for oss at foredragskvelden med Sunn idrett kan inngå som en temakveld beskrevet som SUM.

Temakveld rekruttering – gjennomføres høst 2021

- Vi er kjent med at Telemark og Vestfold skikrets kjører temakvelder på rekruttering. Dersom vi får til en slik avtale, vil det også være kjærkommet i klubbene våre. Her kan det da være aktuelt å invitere inn flere idrettslag i øvre Telemark slik at temakvelden kan holdes lokalt. Eventuelt kan også samlingen samkjøres med kvelden Sunn idrett. Vi ønsker ikke et digitalt arrangement og utsetter til det kan arrangeres uten smittevernrestriksjoner.

Budsjettet fra søknaden:

POSTER	KOSTNAD
2 samlinger med Audun Svartdal a kr 6000	12 000,-
Kjøring tur retur Oslo- Gransherad 250 km (t/r) x 4 kr pr km x 2dager	2 000,-
Sunn idrett. Kombinasjonspakke. Trolig skreddersydd foredrag (Utviklingsprosess SUM).	5 000,-
Kjøring tur retur Oslo- Tinn 350 km (t/r) x 4 kr pr km	1 500,-
Temakveld rekruttering – I regi av Telemark og Vestfold skikrets (Utviklingsprosess SUM).	0,-
Bevertning og div. utgifter til gjennomføring av arrangementene	5500,-
SUM	26 000,-

Regnskap – Tiltak gjennomført 2020

Bilag	Post	KOSTNAD
Nr. 1	Teknikkurs med Audun Svardal 7.6.2020 Faktura 1.7.2020 kr 7090	7 090
Nr. 2	Gavekort Camilla Groth og Joakim Hykkerud for foredrag /kurs	500
Nr. 3	Teknikkurs med Audun Svardal 28.12.2020	6 790
Nr. 4	Teknikkurs med Arne Moen Lid 28.12.2020	4 210
	SUM (Faktura / kvitteringer vedlagt)	18 590

Budsjett – Utsatte tiltak ønskes gjennomført 2021

Sunn idrett. Kombinasjonspakke. Trolig skreddersydd foredrag (Utviklingsprosess SUM).	5 000,-
Kjøring tur retur Oslo- Tinn 350 km (t/r) x 4 kr pr km	1 500,-
Temakveld rekruttering – I regi av Telemark og Vestfold skikrets (Utviklingsprosess SUM).	0,-
Beverting og div. utgifter til gjennomføring av arrangement	*1 000,-
Sum	7 500,-

*Denne summen vil trolig bli høyere. Klubbene vil ta høyde for økt kostnad. Finansieres gjennom sponsing, loddssalg eller egenandel fra voksne på arrangementet Sunn idrett.

Finansiering – revidert plan

	KOSTNAD
TVSK-fondet. Telemark og Vestfold skikrets. <i>Innvilget</i>	15 000
Tinn IL Ski, klubben	1 000
Gransherad IL Ski, klubben	1 000
-Tinn IL Ski – Egenandel 7.6.2020. Kr 100 pr deltaker. 13 deltakere	1 300
-Gransherad IL Ski – Egenandel 7.6.2020. Kr 100 pr deltaker. 14 deltakere	1 400
-Sunn idrett medlemmer barn / unge 2021 . Egenandel kr 0,- for temakveld	0
-Sunn idrett voksne 2021 . Egenandel kr 50,- for temakveld	2 300
Tinn sparebank (<i>beløp innvilget og overført</i>)	2 000
Hjartdalsbanken (<i>beløp innvilget og overført</i>)	2 000
SUM	26 000

Tilskudd fra TVSK-fondet kan utbetales til **Tinn IL Ski; konto 2620 4407885**. Idrettslagene fordeler deretter tilskuddene internt i samsvar med sluttregnskapet.

Vi håper vi kan få utbetalt omsøkte tilskudd uten avkortning. En ekstra treningssamling nr. 3 ble arrangert og gjennomført i påvente av to planlagte innendørssamlinger; Sunn idrett og temakveld med kretsen, skal utsettes til de kan gjennomføres innendørs på tvers av klubbene og kommunene.

Kontaktperson Gransherad IL

Kari Ingeborg Hovde Løndal; leder av skigruppa.
Mobil; 99733988. E-post: kari.ih.londal@hotmail.com
Leder av idrettslaget; Tor Arne Folserås
Gransherad IL org nr.; 983 801 749

Kontaktperson Tinn IL

Gunhild Geirsta; leder av skigruppa.
Mobil; 97538513. E-post: ggeirsta@gmail.com
Leder av idrettslaget; Stein Gunleiksrud
Tinn IL org nr.; 987 617 047

Faktura / kvitteringer

Vedlagt ligger våre fakturaer og kvitteringer. Vi har nylig mottatt utbetalingsanmodning fra Arne Moen Lid (vedlagt) Vi ettersender kvitteringen for denne utgiften så snart vår regnskapsfører har sendt den til oss.

Med vennlig hilsen Gransherad Idrettslag og Tinn idrettslag.
For skigruppene; Kari Ingeborg Hovde Løndal og Gunhild Geirsta