



Romsås IL

Årsberetning 2025

Årsberetning 2025

Romsås idrettslag



«Stolte og sterke sammen»



Romsås IL

Årsberetning 2025

Innhold

Styrets sammensetning.....	3
Styrets arbeid.....	3
Idrettslagets organisering	4
Aktivitet.....	5
Medlemstall	14
Signatur	1/14





Styrets sammensetning

- **Leder:** Øystein R. Andersen
- **Nestleder:** Eva M. Bye
- **Styremedlem:** Rune Vanghagen
- **Styremedlem:** Bushra Asghar
- **Styremedlem:** Jan-Erik Smeby
- **Varamedlem:** Jarl-Andre Rønning

Styrets arbeid

I 2025 har hovedstyret hatt 11 styremøter i tillegg til ett par ekstra møter i forbindelse med årsmøte. Styret arrangert en sosial kveld for styrer og stell i august, førstehjelpskurs og skadefri kurs for alle frivillige i Romsås idrettslag. Barneidrettstrener kurset og sommerinstruktørkurs for alle ungdomstrenerne i RIL. Styrearbeid i praksis og økonomistyringskurs for alle som sitter i styrer og utvalg. Dugnad på Bjøråsen på våren/dugnad på Humleby på høsten og rekrutteringsdagen for hele idrettslaget (Romsåsdagen) i august.

Romsås idrettslag har deltatt på nabolagsklubbmøter, workshops og andre møter med Oslo idrettskrets/NFF og andre. I tillegg deltatt på jevnlig møter med Bydel Grorud.

Viktige saker som har blitt behandlet i styret i 2025

- **Timebaserte kontrakter** – Romsås idrettslag innførte kontrakter med alle timebaserte trenere i tråd med arbeidsmiljøloven, som inkluderer OTP, arbeidsgiveravgift, forsikringer og feriepenger.
- **Ny politiattest ordning** – RIL gikk over til NIFs nye elektroniske politiattestordning, som gir en enklere, tryggere og mer effektiv håndtering av attestene
- **Klubbhus/aktivitetshus** - Forprosjektet «fra klubbhus til aktivitetshus» ble avsluttet, og HRP leverte sluttrapporten som blant annet omfatter behovsanalyse, arealprogram og brukermedvirkning.
- **Bærekraft** - Romsås IL skal ansette en frivillighetskoordinator og en sportslig leder i fotball gjennom et samarbeidsprosjekt med OIK, NFF, Sparebankstiftelsen DNB, Ferd, Zuccarellostiftelsen og Oslo kommune, som skal styrke idrettslag i levekårsutsatte områder gjennom ansettelser og kompetanseheving og skape et bærekraftig lag med like muligheter for alle barn og unge.
- **Skøytebane Humleby**- Opprettelse av vannhus på Humleby er et spleiselag mellom Områdeløft Grorud og Bymiljøetaten, Romsås IL overtok driften.
- **Styrommet i Romsåshallen** – Møterommet i Romsåshallen ble pusset opp i samarbeid med Oslo Bygg, som bidro økonomisk til deler av oppussingen.
- **Skigruppe** – Skigruppa kom i gang i vinter med utstyr lånt fra BUA og 40 par ski som Ivan skaffet, og takket være samarbeid med løypekjører har gruppa hatt flotte løyper på Humleby hele sesongen.
- **Regnskapsfører/system**- RIL gikk over til regnskapskontoret til OIK og tripeltex som regnskapssystem.
- **Forsikringsselskap** – RIL byttet fra SpareBank 1 til Gjensidige på grunn av deres sterke idrettskompetanse og fordelaktige pakketilbud.



Idrettslagets organisering

Medlemmer i valgkomité:

Leder: Malika Kemp

Medlem: Niklas Nygaard Rubach

Medlem: Gro Smeland

Medlemmer i kontrollutvalg:

Leder: Morten Busch

Medlem: Hilde Austrheim

Vara: Elina Busch

Gruppe med eget styret (fotball):

Leder: Adnan Naeem

Nestleder: Mike Alexander Lund

Medlem: Avesta Golani-Jaye

Medlem: Marcus Sosseh Enerhaugen

Medlem: Sonya Hosseini

Utvalg i perioden:

Aerobic, allidrett, sykkel, ski, dans, håndball og turn

Barneidrettsansvarlig: Marte Vik Edvardsen (daglig leder)

Politiattestansvarlig: Marte Vik Edvardsen (daglig leder)

Vara: Jan-Erik Smeby

Inkluderingsansvarlig: Adnan Naeem (med bistand fra Marte)

Ungdomskontakt: Salem Teame (med bistand fra Marte)

Aktivitet

Styret i Romsås idrettslag (RIL) er den øverste myndighet mellom årsmøtene, her tas saker som gjelder hele idrettslaget opp. Romsås IL ryddet litt i medlemssystemet på medlemmer som lå som ikke aktive og ikke betalende og har pr. 31.12.25, 690 betalende medlemmer. Vi har plass til flere i alle idretter, så bare ta kontakt med utvalget eller trener for den aktuelle gruppen. All informasjon står på nettsiden; www.romsas-il.no

Romsås IL drives på frivillig basis og vi er avhengig av engasjerte foreldre slik at det blir en god og trygg arena rundt gruppene/lagene.

Romsås IL skal være en positiv drivkraft og en samlende organisasjon som gjør det bedre å vokse opp og bo på Romsås og vi trenger flere frivillige. Vi har en kioskavdeling som trenger frivillige, hallvakter for lagene, trenere, lagledere, utvalg etc.



Romsås IL

Årsberetning 2025

Virksomhetsplanen er Romsås IL sin strategiske dokument for perioden 2020 – 2024 og det ble besluttet at idrettslaget skulle jobbe med denne i 2025 for å legge frem ett forslag på årsmøte 2026. Idrettslaget opprettet en arbeidsgruppe med en representant fra hver idrett. Gruppen hadde ett par møter for å gjennomgå denne og etter innspill fra idrettene har nå styret laget en siste versjon som blir lagt frem som ett forslag på årsmøte.

Organisasjonskartet oppdateres hvert år med endringer i strukturen til idrettslaget. Det har blitt gjort noen små endringer i organisasjonskartet bland annet forenklet det litt.



Rune fra hovedstyret ble valgt som idrettslagets representant for ISU (idrettens samarbeidsutvalg) og Eva fra hovedstyret ble valgt som vara. RIL har vært representert i idrettens samarbeidsutvalg i Bydel Grorud (ISU) under deres møter.

Der snakker idrettslagene om felles utfordringer i tillegg til å påvirke det offentlige.

RIL byttet regnskapsfører i 2025 og gikk over til Oslo idrettskrets sitt regnskapskontor og tripeltex sitt regnskapssystem. RIL tar selv ansvar for fakturering av medlemskontigent og aktivitetsavgift.

Nabolagsklubb:

Romsås idrettslag er en del av nabolagsklubb, OIK sitt program for å styrke idrettslag i Oslo som tar et utvidet samfunnsansvar. Satsningsområdene er; inkludering, kompetanse, frivillighet og ungdomssatsning. RIL er tilknyttet nærmiljøet/nabolaget med ekstra innsats på deltagelse for alle. Romsås idrettslag satser på disse områdene i den daglige driften og mottar økonomisk støtte for å gjennomføre disse satsningsområdene. RIL ønsker at alle skal kunne delta i flere idretter så vi legger til rette for dette. RIL har tydelige visjoner, verdier og planer for aktiviteter og jobber i lokalmiljøet med rekruttering. I forhold til nabolagsklubbkonseptet har RIL jobbet med følgende områder i 2025.



Aktivitetsutvikling og inkludering:

Fredagskveldene gjennom hele året har vi arrangert Åpen hall i Romsåshallen klokken 18:00 – 22:00. Vi har hatt volleyball, fotball, dans, frilek, innebandy, basket, turning med mer. Vi har to hovedinstruktører/sportslige ledere (voksne) som har hovedansvaret, i tillegg 5 faste instruktører som har møtt opp hver fredag gjennom hele året. Dette er en gjeng på 7 voksne/ungdom som har vært på Åpen hall over tid og bygget veldig gode relasjoner med barna/ungdommene. Derfor er det også veldig få utfordringer/konflikter som har oppstått gjennom året.

RIL har videreført tilbudet for allidrett for å kunne tilby mer varierte aktiviteter og at barna kan få prøve seg på flere aktiviteter som idrettslaget tilbyr. Vi har hatt en gratis allidrettskole over 5 uker som ble veldig populært og det ble etterspørsel etter allidrett for de aller minste barna 4-6 år. Vi prøvde å starte to grupper i 2025 men fordi de barna som allerede hadde gått der over tid ikke kunne andre tidspunkt, så ble gruppene 4-6 år og 6-12 år slått sammen. De trener samme tid, men gruppene blir delt etter alder.

RIL har fortsatt satsningen sin på jentesiden og har medlemstallet i 2025 viser flere jenter/damer enn gutter/menn. RIL gjennomførte også to uker gratis sommercamp i juli 2025 hvor det var rundt 40 deltakere begge uker. Dette var en gratis camp for deltakerne og RIL fikk støtte fra OIK for å gjennomføre tiltaket.

Ungdomssatsning og kompetanse:

RIL er flinke på ungdomssatsningen og det er mange ungdomstrenerne i klubben. Allidrett, dans, turn og fotball har flesteparten av ungdomstrenerne i teamet sitt.

De fleste av disse trenerne har deltatt på trener 1 kurs i sin idrett og mange av disse trenerne har vært med på aktivitetskurs/barneidrettskurset og sommeridrettskurs gjennom Oslo idrettskrets. RIL har også satset på ungdom som klubbdommere, de dømmer kamper ukentlig gjennom sesongen. Romsås idrettslag ønsker at alle skal delta uavhengig av økonomi og i tillegg er vi opptatt av å holde prisene nede for medlemskap og aktivitetsavgift. I 2025 søkte vi støtte fra Obos gir tilbake og Bydel Grorud for å kunne hjelpe de familiene som trengte det.

Romsås idrettslag har driftsansvaret for Romsåshallen, Bjøråsen kunstgress og Humleby kunstgress. RIL fikk nytt kunstgress i 2023 men vinterdriften i 2024 og 2025 var ikke slik som forventet da under varmen ikke ble installert før november 2024 og januar 2025 hadde de litt utfordringer med varmeanlegget. Men nå er den i full gang.

Frivillighet og dugnad:

Kioskdrift

Kioskdrift har vært en utfordring for idrettslaget, blant annet med svinn, innkjøp, og varer som går ut på dato. I 2025 etablerte idrettslaget en felles kiosk gruppe, som tok på seg innkjøp av varer for hele idrettslaget og rutiner for kioskdrift. Gruppene har hatt åpen kiosk ved sine arrangementer og kioskgruppa har bistått ved enkelte arrangement. Det har blitt promotert på sosiale medier og dette har blitt et skikkelig løft for lokalsamfunnet. Vi ønsker gjerne flere frivillige her, så kiosken kan være enda mer synlig og åpen!



Rekruttering

RIL har fortsatt godt samarbeid med skolene i nærområdet. Skolene har fått låne klubbhuset og toaletter til aktivitetsdager og de hjelper oss med å få ut informasjon til foreldre. Vi har satset på å jobbe med de små idrettene (allidrett, håndball og dans) og sendt ut mye informasjon gjennom skolene og sosiale medier. Det gjensstår fortsatt en del jobbing rundt dette.

Klubben hadde en felles rekrutteringsdag i august, hvor alle idrettene fikk vist seg frem. Dette ble en succe og skal bli et årlig arrangement fremover!

Klubbhåndbok/nettsiden

Dette var ett stort satsningsområde på slutten av 2023 og i begynnelsen av 2024. Både klubbhåndboken og nettsiden er ryddig og lett å finne informasjon fra, men i 2025 har det ikke vært så mye arbeid på dette området, men står på agendaen for 2026.

Fra klubbhus til aktivitetshus

I januar 2024 fikk Romsås idrettslag midler fra Oslo idrettskrets til forprosjektet «fra klubbhus til aktivitetshus» og satt derfor sammen et prosjekt gruppe som besto av Adnan, Øystein, Rune og Marte. Oppstart av prosjektet ble i mars 2024, i samarbeid med HRP. Samarbeidet og oppfølgingen av prosjektet ble utfordrende, og HRP leverte først sin sluttrapport i desember 2025. Denne omfattet blant annet behovsanalyse, arealprogram og brukermedvirkning.

Klubben jobber nå videre med å få presentert behovet ut mot politikere og beslutningstagere som kan påvirke veien videre.

Vil du bidra?

Dersom noen er interessert i å starte opp en ny gruppe/idrett eller bidra i frivilligheten gjennom idretten eller som frivillig i kiosk så er det bare å ta kontakt. Romsås idrettslag sin hjemmeside er: www.romsas-il.no. Her kan du gå inn på våre idrettsgrener å få det den informasjonen du trenger.

Til slutt takker vi tillitsvalgte, trenere, lagledere, kioskansvarlige og andre frivillige som bruker mye av sin fritid til å jobbe for Romsås idrettslag.

Årsrapporter for idrettene:

Håndballgruppa:

Utvalget har hatt følgende sammensetning:

Leder: Richie Midtgård, **Styremedlemmer:** Anne Grøtting og Beatriz Miranda-Galvez

Pr.31.12.25 hadde håndballgruppa 72 medlemmer. Håndballen har jobbet med rekrutteringen i 2025 og fått inn flere spillere på håndballskolen, men ønsker å rekruttere flere til håndballen. Alle grupper trenger flere spillere. Håndballutvalget har i perioden avholdt styremøter og noen arbeidsmøter. Det har vært arrangert flere foreldre- og spillermøter i de enkelte lagene. Håndballgruppa har møtt på hovedstyremøtene og møter i Norges håndballforbund Region Øst.



I sesongens seriespill har følgende lag deltatt:

Lag: Håndballskolen, Jenter 13, Damelaget (6. div), Herrelaget (5. div)

Håndballskolen: Gutter og jenter fra 5-8 år. De trener onsdager i Romsåshallen.

Jenter 13: Et lag som i starten av sesongen gikk i oppløsning og måtte inn i ett samarbeid med Ellingsrud for å ha ett kamptilbud. Trener tirsdag og onsdag i Romsåshallen.

Damelaget: Laget har hatt tilvekst av yngre spillere som tidligere har spilt for klubben og nye spillere som vil prøve seg på laget. Trener tirsdag og torsdag i Romsåshallen

Herrelaget: Spiller i 5. divisjon og er et samarbeidslag med Ellingsrud. Laget trener på tirsdag og torsdag i Romsåshallen.

Arrangementer: Håndballgruppa har hatt åpen kiosk og sekretariat ved egne seriekamper og minirundene i Romsåshallen. Manger har stilt opp og gjort en god jobb. Dommer kontakt i håndballen er Richie Midtgård.

Dansegruppa

Utvalget har hatt følgende sammensetning:

Leder: Natalia Khiewboonchant Jerpstad, **Styremedlem:** lido Ismail Ali.

Trenere: Yusra, Diriye, Sara Aliyah Lund

Yusra har vært hovedtrener for denne gruppen og hun har gjennomført alle treninger og fremvisninger (sammen med lido og Natalia). Dansegruppa trener på mandager 17:00 – 17:45 på Raven klubben (1-4 klasse) og 18:00 – 19:00 (5-6 klasse). I august og september 2025 gjennomførte Romsås dans 5 timer med gratis danseskole, som resultat av det fikk vi inn flere medlemmer. Romsås dans utvidet avtalen med Ravens fritidsklubb sommeren 2025 og har fortsatt treninger der. Pr. 31.12.25 hadde dansegruppa 23 medlemmer.

Aktivitet: Sjangeren på dansen består av moderne hiphop. Fokuset på trening er å fremme mestringsfølelse gjennom teknikk og utvikling ift. bevegelser og forståelse for ulike dansestiler.

Medlemmene våre blir utfordret med koreografier som trækker utenfor komfortsonen som de er vant med fra før. De får god tid på å øve på de ulike koreografiene slik at de i større grad vil føle på mestring. Med dette ser vi at nivået blir høyere og at det er mer rom for avanserte bevegelser.

Fokuset hos de yngre aldersgruppene er barnedans og lek. I 2025 brukte vi visuell læring der barn fikk se temaet for dagen på skjerm før treningen startet. Dette skapte trygghet, motivasjon og bedre læring. Instruktørene, som har kurs i barnedans, har jobbet aktivt med å skape trygge arenaer der barna kan utforske bevegelse fritt.

Ungdomsveileder: Det ble utlyst ungdomsveileder stilling for Romsås dans i 2025. Da interessen falt grunnet lav lønn hos deltakerne ble det bestemt at leder og styremedlem ville splitte stillingen i to



Romsås IL

Årsberetning 2025

og jobbe aktivt med å følge opp trenerne. Ildo og/eller Natalia har vært til stede ved alle treninger og fulgt opp trenerne i både koreografier, show og treninger.

Romsås dans har vært med på disse arrangementene i 2025: Romsås dans sommeravslutning 2025 (Romsås kulturhus), Romsås dans juleavslutning 2025 (Romsås kulturhus).

Turngruppa:

Utvalget har hatt følgende sammensetninger:

Leder: Niklas Rubach, **Styremedlemmer:** Eva Bye, Elin Hernandez, Gry Elizabeth Guimari

Trenere: Gry Guimari Sandberg, Ali Guimari, Isabella Johansen, Lina Boukraa, Amina Amellal, Haddy Jatou Krubally, Lily Gaup, Efrata Tadesse Niguse.

Turn hadde følgende partier:

Miniturn: 3 - 6 år (breddeparti), **6 - 7 år:** (breddeparti), **8 - 13 år:** (breddeparti), **Konkurransparti**

I alle partiene jobbes det aktivt med grunntrening, styrke og apparat - turn. I breddepartiene jobbes det mye med grunnelementer og teknikk. Det er også rom for lek og moro. Konkurranspartiet er et parti for motiverte utøvere, som mestrer spesifikke avanserte øvelser og som ønsker å være med på konkurranser utenfor klubben som trener 7 timer i uken. Fra 6 år og oppover er det treninger to ganger i uken på mandag og torsdager kl. 17 - 19.30. Miniturn (3 - 6 år) har trening tirsdager fra kl. 17 - 18.30 fordelt på to grupper.

Pr. 31. 12 .2025 hadde turngruppa 177 medlemmer. De fleste utøverne er fra Romsås området (Bydel Grorud) men det er også noen fra Bydel Alna og Stovner.

I april, juni og desember arrangerte vi klubbkonkurranse i Romsåshallen hvor vi fulgte øvelser fra den nasjonale turnstigen. Alle turnerne fikk premie. Turnerne får ofte komme med innspill når vi lager program og det ferdige resultatet er et samarbeid mellom turnere og trenere.

Turn gruppa deltok også i Hammer turn konkurranse den 1 november og gjennomførte Halloween feiring i oktober. Alle trenere og utvalg har deltatt på kurs i regi av idrettslaget, skadefri kveld og førstehjelp kurs. Turngruppa rydder og plukker søppel rundt skolen og på Bjøråsen kunstgress til inntekt for turngruppa.

Aerobic gruppa:

Leder: Heidi Gjerholm, **Styremedlem:** Steinar Jørgensen og Elin Gjerholm

Trenere: Heidi Gjerholm, Steinar Jørgensen (vikar)

Treningen i 2025 har vært på Svarttjern skole tirsdager og torsdager. Gruppa har variert treningen med sirkeltrening (stasjonstrening), høypuls (enkle trinn til musikk) og styrke. Dette har medlemmene våre vært meget fornøyd med. Vi trener 1 time pr. gang.

Medlemstallet er bra, men vi vil gjerne ha flere.

Medlemstall pr. 31.12.25: 19 medlemmer. Det har blitt avholdt flere uformelle styremøter i løpet av året.

Fotballgruppa:



Romsås IL

Årsberetning 2025

Leder: Adnan Naeem, **Nestleder:** Mike Alexander Lund, **Styremedlem:** Avesta Golani-Jaye, Marcus Sosseh Enerhaugen **Vara:** Sonya Hosseini

Trenere:

Gåfotball: Øystein Røssel Andersen, **MSA/MSB:** Marcus Sosseh Enerhaugen, **KSA:** Chum Pranalad og Adnan Naeem, **MS7:** Deniz Yelkenci, **G2012/J2012:** Alexandre Cardoso/ Ayad Musaoui, **G2013:** Mohamed Achalhi, **G2014/J2014:** Kamran Khan/Christoffer Smeby/ Ayad Musaoui, **G2015:** Lyseng/Liam Gojo, **G2016/J2016:** , John Bernhard Aringay, Vyacheslav Shipitsyn/ Avesta Golani-Jaye, **G2017:** Christoffer Smeby, **G2018/J2018:** Faisal Farooq/ Sharmarke Hassan Ahmed, **G2019:** Celina Møller, **UEFA playmakers:** Avesta Golani-Jaye, Salem Teame, Kawtar El Attar, **Barnehageakademi:** Beyza Nur og Mizgin Kizilkaya

Medlemstallet pr. 31.12.25 var 312 medlemmer. Vi har gjennom sesongen hatt 15 lag i seriespill, minirunder med 3v3 fotball for de yngste samt fokus på rekruttering av jenter via UEFA Playmakers. Tiltaket har ført til rekruttering til J2018 og Barnehageakademiet. Fotballgruppen har også lyktes med å etablere et damelag i 7er-fotball.

Gjennom 2025 oppleves det et svært positivt løft for Romsås og et positivt engasjement hvor flere ungdommer ønsker å være med. Fotballgruppen gjennomførte trenerkurs for jenter på Romsås i samarbeid med Zuccarellostiftelsen og NFF Oslo, og fikk besøk av tidligere landslagsspiller Hege Rise. Vi stilte med 5 trenere til Joshua King Academy sommeren 2025.

Undervarmen på Bjøråsen KUG ble satt i drift. Fotballkretsen har tildelt treningstider til bl.a. HSIL/Hvit-Rød Oslo/ Stovner/Haugerud/Oldenborg/Veitvety på Bjøråsen KUG, noe vi er svært positive til. Et oppvarmet kunstgress bidrar sterkt til å redusere frafall i Groruddalen.

Samarbeidsmodellen med Grorud IL fungerer fint og dialogen oppleves som god. I 2025 hadde vi en overgang fra vårt G2012 til Grorud IL. Våre spillere har deltatt på ekstraregninger på Grorud samt vært med på uttak til sonetreninger i regi av NFF Oslo. Den sportslige utviklingen går i riktig retning. Menn 7er laget gikk av med 1. plass i serien med trener Deniz Yelkenci i spissen, som scoret hele 97 mål for både menn 11er og menn 7er. En sterk prestasjon som fikk helside i Akersavisen.

A-laget viste gjennom sesongen med et stabilt lag og at de tar steg i riktig retning med ingen uønskede hendelser, men heller et flott tilskuertall på alle hjemmekampene. De var dessverre kun et poeng fra opprykk til 6.div. I OBOS cup gikk A-laget hele veien til semifilalen men tapte sure 3-2 mot FC Oslo. Men for en prestasjon! Skryt til B-laget som endte høyt oppe på tabellen, slik at de fikk mulighet til å spille en divisjon opp i 2026.

I 2025/26 har vi også vært arrangør for seriespill i futsal i Romsåshallen for gutter og jenter 14 år. Romsås idrettslag stilte med 2 lag i G2014 og et lag i G2012 som spilte i Romsåshallen samt J2016, G2013, G17 og Menn. Dette er en stor økning i futsalaktiviteten.

Gåfotball for 40+, med oppstart høsten 2024 og klubbleder Øystein R. Andersen i spissen, hadde en stigende økning gjennom 2025 og endte med 22 medlemmer. Ved å løfte fokuset fra kun barn og ungdom har fotballgruppen truffet en målgruppe hvor møteplass blir en viktig del i hverdagen, noe vi ønsker å tilrettelegge videre i fremtiden.



Romsås IL

Årsberetning 2025

Vi hadde også i 2025 gleden av å få besøk av Vålerengas damelag, der vi samlet alle jentene i klubben samt en del klubber i Groruddalen til en presentasjon inne i aulaen på Bjøråsen, før alle gikk ut og fikk en treningsrunde med VIF-spillerne. Kvelden ble avsluttet med autografer og goddiebags til alle jentene. Vi ble også invitert til å delta på seriekamper, Champions League og Cupfinalen – gratis! Fotballstyret har avholdt 7 fysiske styremøter gjennom året. Aktivitetsnivået er høyt og det meste av styrekommunikasjon er via Spond, fysiske møter med samtaler rundt aktivitetene.

Brakkene Romsås IL fikk på plass i 2024 til midlertidige garderober har dessverre ikke kunnet tas i bruk pga. manglede vanntilkobling. Idrettslaget har jobbet tett med Bymiljøetaten, men prosessene har tatt altfor langt tid.

Fotballgruppen drives på frivillig basis og baserer seg i utgangspunktet på frivillig innsats. Lagene er avhengig av engasjerte foreldre som danner rammene rundt laget. Vi jobber aktivt med å inkludere og engasjere eldre ungdommer og seniorspillere til å bidra i ulike roller, slik at vi kan opprettholde et godt tilbud. Ungdommen er helt avgjørende for mye av aktiviteten og har ut over lagene vært sentrale i holde tilbudene som Groruddalen Grasrottrening (GG), og også som hallvakter og aktivitetsledere under arrangementer og åpen hall på fredager. Dette gir ungdommen arbeidserfaring, økt tilhørighet og er med på å løfte fellesskapet og stoltheten av å være i og fra Romsås.

I oktober ble idrettslaget tatt opp i NFFs kvalitetsklubbkonsept. Med dette har vi mottatt midler fra Sparebankstiftelsen til å ansette en en sportslig leder. Målet med konseptet er å heve kvaliteten på aktiviteten gjennom hele klubben, fra barnefotball til senior, ved å sikre gode strukturer, kompetente ledere/trenere og tydelige verdier. Dette markerer et viktig løft for klubben og legger et solid grunnlag for videre utvikling og profesjonalisering av driften. Romsås IL starter prosessen med å bli kvalitetsklubb i 2026, i samarbeid med NFF Oslo.

Sykkelgruppa:

Leder: Rune Vanghagen

Medlemmer: Joakim Bakke-Nielsen, Karsten Tunge, Andreas Strømsvåg Francke

Medlemstallet pr. 31.12.2025 var 45 medlemmer.

2025 ble et helt legendarisk år for sykkelgruppa. Trysilturen ble en episk helg. Arrangementet gikk som en drøm, kidsa fikk nye opplevelser og minner for livet. Samarbeidet mellom de voksne gikk plettfritt.

Vi bygget verksted på høsten og med fare for å bruke for store ord så kan vi vel si at det muligens er Romsås råeste rom. Det er et gammelt søppelskur på Ravnkollen som vi har forvandla til et skikkelig kult verksted/sjappa vår. Mulighetene i dette rommet er mange! Vi har ansatt Roy Vanghagen som verksmester, han har lang erfaring fra å drive bilverksted og skal sammen med Max Dennis ha ansvaret for å ta vare på syklene våre.

I 2025 har sykkelgruppa med Rune Vanghagen i spissen etablert møteplassen og arrangerer klubbkvelder en gang i uken. Den første onsdagen og de tre siste mandagene hver måned fra 17-20 på Humleby klubbhus. Klubbleder er Jan Erik Smeby. Vi har playstation, pc, drone og kameraer og vil få et biljardbord etter hvert. Håper vi kan styrke den sosiale biten og kanskje utvikle litt



Romsås IL

Årsberetning 2025

mediekompetanse hos de som er interessert. Vi har kursholder i verdensklasse som gjerne vil komme og lære oss hvordan vi lager fete sykkelfilmer når vi er klare for det.

Allidrett

Leder: Mira Güle Arslan

Medlem: Beyza Nur Yildirimoglu

Trenere: Mira Güle Arslan, Beyza Nur Yildirimoglu, Mizgin Kizilkaya

Grupper: En gruppe med både jenter og gutter, **Alder:** 6-12 år

Treningstider: Tirsdager 16:00 – 17:00, **Sted:** Romsåshallen

Allidretten har 11 medlemmer pr. 31.12.25. Romsås allidrett arrangerte gratis allidrettskole i august/september. Allidrett har vært på akedag på Humleby og vært med sykkelgruppa på sykkeltraining i tillegg til å holde egne treninger på Svartjern skole på tirsdager 17:00 – 18:00.

Allidrett er et variert aktivitetstilbud hvor barn får prøve flere ulike idretter. Det legges vekt på å utvikle en god grunnmotorikk gjennom lek og aktiviteter tilpasset barnets utviklingsnivå.

Ski

Skigruppa brukte tid før snøen kom på å fikse ski og få til ett samarbeid med BUA. Selve skigruppa startet ikke opp før januar 2026 når snøen kom.

Medlemstall

Medlemstall Romsås idrettslag pr.31.12.2025

RIL	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	25	179	55	21	71	351
Menn	14	139	52	16	91	312
Totalt	39	318	107	37	162	663

Aktive medlemmer i Sykkel pr. 31.12.2025

Sykkel	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	3	0	0	3	6
Menn	0	27	7	0	5	39
Totalt	0	30	7	0	8	45



Aktive medlemmer i dans pr. 31.12.2025

Dans	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	1	17	3	0	1	22
Menn	0	1	0	0	0	1
Totalt	1	18	3	0	1	23

Aktive medlemmer i Allidrett pr. 31.12.2025

Allidrett	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	4	0	0	0	4
Menn	0	7	0	0	0	7
Totalt	0	11	0	0	0	11

Aktive medlemmer i Futsal pr. 31.12.2025

Futsal	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	0	0	0	1	1
Menn	0	0	7	0	0	7
Totalt	0	0	7	0	0	8

Aktive medlemmer i fotball pr. 31.12.2025

Fotball	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	1	42	28	16	9	96
Menn	9	106	34	8	51	208
Totalt	10	148	62	24	60	304

Aktive medlemmer i turn pr. 31.12.2025

Turn	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	1	0	0	3	4
Menn	0	0	0	0	2	2
Totalt	0	1	0	0	5	6



Aktive medlemmer i gymnastikk og breddeaktivitet pr. 31.12.2025

Gymnastikk og breddeaktivitet	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	22	118	10	0	4	154
Menn	6	9	0	0	2	17
Totalt	28	127	10	0	6	171

Aktive medlemmer i håndball pr. 31.12.2025

Håndball	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	2	16	12	5	12	47
Menn	1	6	0	4	14	25
Totalt	3	22	12	9	26	72

Aktive medlemmer i Aerobic pr. 31.12.2025

Aerobic	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	0	0	0	21	21
Menn	0	0	0	0	2	2
Totalt	0	0	0	0	23	23

Medlemsutvikling over tid:

RIL	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Kvinner	278	224	202	256	268	309	394	373	370
Menn	264	217	224	279	309	322	406	307	320
Totalt	543	441	426	535	577	631	800	680	690

Signatur

Leder: Øystein Røssel Andersen

Nestleder: Eva Margrethe Bye

Medlem: Rune Vanghagen

Medlem: Bushra Asghar

Medlem: Jan-Eik Smeby

Daglig leder: Marte Edvardson