

ÅRSMELDING



2018

ÅRSMØTE
TORSDAG 21.MARS 2019.
KL.19.00

Årsmøte 2018

Vigrestad Idrettsklubb

Torsdag 21. Mars 2019 kl. 19.00

Saksliste:

1. Åpning v/leder
2. Valg av ordstyrer
3. Godkjenne:
 - Godkjenne stemmeberettigede
 - Godkjenne innkalling og saksliste.
4. Valg av:
 - Referent
 - To stk til å signere Årsmøteprotokollen
 - Tellekorps
5. Årsmeldinger
6. Handlingsplan: Tiltak og resultat
 Styrenes mål og tiltak
7. Kontingent
8. Innkomne saker
9. Organisasjonsplanen
10. Kaffepause
- 11.Regnskap 2018
- 12.Budsjett 2019
- 13.Valg

Medlemmer i Vigrestad Idrettsklubb pr. 31.12.18

Medlemmer fotball	323
Medlemmer håndball	254
Medlemmer vektløfting	42
Medlemmer barneidrett	129
Akt. Medlemmer treningssenter	539

ÅRSBERETNING 2018

Hovedstyret sin sammensetting 2018.

Leder:	Dag Tellef Risdal
Nestleder:	Svein Harald Vigrestad
Styremedlem:	Gunn Mæland
Styremedlem:	Ingrid Vold
Styremedlem:	Marianne Vold
Styremedlem:	Reidun Elise Vold
Styremedlem:	Sverre Osnes

Hovedstyret sine aktiviteter:

Hovedstyret har hatt månedlige møter og behandlet 82 saker. Gruppene får fortløpende tilsendt referater fra hovedstyremøtene. Det har i løpet av året vært 3 møter med gruppene.

Styret har lagt ned et stort arbeid i forbindelse med videre planer for utvidelse av anlegget. Der i blant revidert organisasjonsplan med sportsplaner fra gruppene og ny vedlikeholdsplan i samarbeid med gruppene i VIK. Samarbeidet innad i styret har fungert meget godt.

Tilsette i VIK:

Arnfinn Dahl er tilsett som daglig leder i full stilling. Cecilie Tengesdal er tilsett som markedsmedarbeider i 100 % stilling. Zeinula Kasimi og Larisa Izumrudova er tilsett i full stilling i samarbeid med NAV. Arbeidsmiljøet i klubben vurderes som godt.

Økonomi:

Året viser et overskudd på kr. 723 990,-

Gruppene har vist meget god økonomistyring.

Året 2019 er budsjettert med et overskudd på kr.435 000,-

Utvidelse anlegg/tarzanløype.

Anleggene oppgraderes fortløpende i henhold til plan og økonomi. Det er søkt om spillemidler på totalt 10 prosjekt. Styret valgte å fortsette med å opparbeide område i forbindelse med tarzanløypa med parkour og multibinge.

Finansiering:

I forbindelse med kunstgressbane og utvidelse av treningssenteret har klubben tatt opp byggelån i SR-bank på til sammen 27 mill kr. Vi får følgende støtte til utvidelsene: 1/3 av dette vil dekkes gjennom spillemidler, 1/3 av kommunale investeringsmidler og den siste tredjedelen i form av dugnadsinnsats, gaver og drift. Utenom dette har klubben kommunale rentestøtte og kommunal lånegaranti i henhold til kommunale vedtak.

Dugnad/tillitsverv:

Det har også i år blitt gjort en enorm dugnadsinnsats for klubben. Det har vært et positivt år med å få folk med på dugnad og få folk til å ta styreverv i klubben. Gruppene har stilt positivt opp i forbindelse med arrangementer.

Utleie:

Anlegget har vært utleid på dagtid til Hå Kommune. (Skole og barnehage.) Foruten dette er det foretatt utleie til forskjellige private arrangement.

Treningssenter:

Treningssenteret har vært i drift siden høsten 2007 og senteret fungerer veldig bra og er blitt en viktig inntektskilde for klubben. Medlemstallet er fortsatt stigende. På en god dag er det ikke uvanlig at 130 personer er innom for å trene. Vi har også i 2018 samarbeidet med Folkepulsen. Dette samarbeid fungerer bra. Det arbeides fortløpende med å forbedre tilbudet til medlemmene. Fase 2 mtp. utvidelse av treningssenteret er i slutfasen og vil ferdigstilles i løpet av våren/sommeren 2019.

Sportslig:

Vi viser til gruppene sine rapporter. Hovedstyret vil takke alle gruppene for det arbeidet de legger ned, samt positiviteten og driven de viser.

TAKK!

Styret vil benytte anledningen til å takke alle som har vært med og gjort en innsats for klubben. Klubben er helt avhengig av denne frivillige innsatsen.

Hovedstyret, VIK

Årsmelding for håndballgruppa 2018

Styret:

Leder	Gunn Hegelstad
Ansvarlig for 7-11år	Silje Reinsos Nygård
Ansvarlig for 12-16 og senior	Turid Husveg
Sekretær	Linn Høyen
Materialforvalter	Anita M. Siqveland
Dommeransvarlig	Evy Matnisdal
Sekretariat/banedagbok	Solveig Årslund

Vi har ca. et møte i måneden, noe jevnere i oppstarten av sesongen.

Økonomien i håndballen er god. Vi har holdt oss innenfor budsjett. Årets inntekter har vært kakesalg på turneringer og håndballskolen.

I september arrangerte vi håndballskole for barn født i 2008-2010. Det var 74 barn som deltok denne helgen. Damelaget og trenere hadde ansvar for hver sin post, noe som fungerer veldig bra.

Vi har brukt foreldre/foresatte til å hjelpe til under arrangement i hallen. Ved hver turnering blir alle foreldre/foresatte satt opp til ulike dugnader. Dette har lettet styret sitt arbeid, og Vigrestad handball får gode tilbakemeldinger fra gjestende lag.

Håndballgruppen er heldig som har med seg gode og stabile trenere år etter år.

I tillegg har vi også dette året hatt fokus på å ha gode dommere. Robert Stålesen Høyland, Alexander Kverme Håland, Elisabet Kverme og Einar Heien er klubbens dommere. Dette fører til at vi slipper straffegebyr på dommerutgifter. Guttene dømmer kampene i aldersgruppa 12-14 år. Elisabeth og Einar dømmer til og med senior. I tillegg har klubben flere unge kampledere. Disse dømmer kamper arrangert i minihåndballen og aktivitets serien. Disse kamplederne har fått betaling for å dømme kamper.

Damelaget spiller i 5.divisjon. De ligger i skrivende stund på 3.plass på tabellen. Sissel J. Haugstad er trener og Anita M. Siqveland er oppmann for laget som består av ca. 15 spillere. Det er god gjeng som koser seg på treninger og har fokus på humor og «lått å løje».

Årets høydepunkt er turnering i Kristiansand siste helga i april. En full buss med 10-12 åringer reiste. Dette er en kjekk helg, der spillerne koser seg med grilling, sosialt lag og håndball.

Gutter 13, jenter 14 og jenter 16 reiste til Drammen i midten av april. Vi tror at det å reise på turneringer er positivt for både spillere og trenere, og håper at dette kan være med å bidra til å holde på spillere.

De minste laga (7-9 år) har sin avslutning på «klobben» med servering av pølser og brus. Masse aktivitet i hallen og god stemning. Laga får diplom for vel gjennomført sesong.

Nytt for dette året er fellestreninger som går på tvers av aldersgrupper. Lene Vold har tatt på seg ansvaret for opplegget under disse treningene med god hjelp av trenerne. Det har vært godt oppmøte med ca. 30-40 barn på hver trening.

Under tirsdagskamper er det veldig god stemning i hallen, med godt oppmøte og god stemning. Vi har utfordringer knyttet til garderobesituasjonen når vi har arrangement. Vi gleder oss til utvidelse av anlegget.

Håndballstyret vil rette en stor takk til spiller, trenere, foreldre, foresatte, dommere og tilskuere for flott hjelp og støtte.

Uten alle dere kan vi ikke drive håndballen på Vigrestad.

Håndballstyret

Årsmelding 2018 Fotballgruppen

Styret:

Leder	Kenneth Torkildsen.
Styremedlem	Per Gunnar Risa
Styremedlem	Trond Atle Sandve
Styremedlem	Marius Hegelstad
Styremedlem	Janne Beth Lygren
Styremedlem	Arvid Høien
Styremedlem	Rosa Tesdal

Fotballstyret har i 2018 hatt følgende sammensetting: Janne Beth Lygren, Arvid Høien, Per Gunnar Risa, Rosa Tesdal og leder Kenneth Torkildsen.

Sissel Haugstad gikk ut av styret etter årsmøte.

Ny i 2018 er Rosa Tesdal

Styret jobber etter en aktivitetsplan som gjennomgås på månedlige styremøter.

VIK har i fotball sesongen 2018 hatt med 1. A-lag for herrer i 5 divisjon. A-Laget endte på en 9. plass, sanket 22 poeng, scoret 51 mål gjennom sesongen.

I vinter startet laget sterkt, spilte mange gode og underholdene kamper. Vigrestad IK så ut som ett topp lag.

Dessverre mista laget fem sentrale spillere til nabo klubber i 4. divisjon. Hausten var tung, spillere frå juniorlaget og G16 måtte rett inn på laget. Siste kampen klarte me ikkje å stille lag.

I 2018 har ungdomsavdelingen i Vigrestad IK stilt med 5 lag. Me hadde junior lag på både gutta og jente sida, det er fantastisk! Det er me stolte av, det er mange klubba fra større tettsted som ikkje har dette. J19 spelde i 1.divisjon og hadde en god sesong, med mange jevne kamper. G19 var i 2.divisjon, vant tre kamper, to uavgjort og resten tap.

Me stilte med ett jente 4 lag, men dette måtte me flytta opp til J16. Til tross av ingen av jentene var 16år, beit dei godt i frå seg der au.

G16 blei pulje vinnere i 2.divisjon! Dette laget har blitt bedre og bedre dei siste åra, i år var det G15 slått saman med G16, og dei fekk au med seg nokre guttar frå Brusand, som ikkje hadde tilbud der. Dei skåra tonnavis med mål og spelde underholdane fotball. Bra jobba av både gutta og trenere.

G14 spelde i 2.divisjon og havna på nedre del av tabellen.

I år var heile ungdomsavdelinga på turnering i Danmark, Vesterhavscup i Esbjerg. Begge jentelaga kom heim med pokal. En heilt fantastisk gjeng å få reisa på tur med, ungdommer, trenere og supportere!

Vi har hatt med 24 lag i barnefotballen. I tillegg til serien så har vi deltatt på flere turneringer som blant annet Grønt Gras, Kiwi Knotten, Tiger cup, Agder cup, Høyfjellsturnering på Lye, Etne cup, Rogalands cup, SR-Bank cup Sola, Lindesnescup og Klepp cup.

Opp mot 60 trenere og oppmenn er engasjert i fotballavdelingen.

Fotballstyret er svært takknemlig for alle timene som trenere og oppmenn bruker på barn og ungdom på Vigrestad. Vi i styret er opptatt av kontinuitet og håper derfor at så mange trenere og oppmenn som mulig tar fatt på en ny sesong til neste år.

Fotballstyret vil takke alle frivillige, trenere, oppmenn som har stilt opp i år og som gjør en ubetalelig jobb. We salute you/Me hyllar dykk!

Vi ser fram til masse fotballglede også i 2019!!

Hilsen

Fotballstyret.

Årsrapport 2018 Barneidretten

Styret:

Leder:	Anette Lindmo
Nestleder og sekretær:	Ann Katrin Lien
Samarbeidsansvar og media sjef:	Anna Bang
Dugnadssjef:	Tove Berge
Budsjettansvar og Innkjøpssjef:	Odd Inge Obrestad
Arrangementssjef:	Monica Andersen Hølland

Det er utviklet en handlingsplan for 2019.

Styret har økt antall medlemmer med to representanter fra Miniklubben. Det er fortsatt et ønske fra samarbeidsklubbene om å inkludere mindre barn på arrangementene. Dette blir en prosess med drøfting og utprøving for å lage gode arrangement, også for de minste deltakerne. Det er fortsatt et ønske om å utvikle et tilbud for eldre barn 6-11 år. Barneidretten ber om tips til gode aktivitetsledere og aktiviteter som barna trenger, eller ønsker.

Vi takker trenere for deres innsats i 2018. Barneidretten består av Miniklubben (2-3 år), 4-åringer, 5-åringer og 6-åringer. Medlemstallet er: 129 barn

Økonomi: Vi har brukt 1619,- mer enn budsjettet pga. Investering i nytt utstyr. Tidligere år har vi brukt mye mindre enn budsjettet. I budsjett for 2019 er Miniklubben sitt budsjett blitt en del av barneidretten sitt budsjett, hvor miniklubben og barneidretten ses som en gruppe (ref. Avsnittet over).

Budsjett / tanker 2019

Vi ønsker å bruke pengene på å kurse trenere og øke mulighetene til å bruke utstyr vi har og utstyr vi ønsker oss. Vi vil at trenere skal ta sikringskurs i turn- og trampett- apparater (vi har trampoline som man skal ha sikringskurs for å bruke). Vi ønsker at trenere får kompetanse til å bruke den klatreveggen vi har og vi vil at den skal brukes mer variert og mer sikkert. Utgiftsposten «Administrasjonsutgifter» er mer som en diversekonto, der vi 2018 handlet kasser til å lage orden på utstyrsrommet. Vi har kjøpt ballonger til treningen og handlet mat til avslutninger eller utflukter. Vi vil understreke at det forekommer lite utgifter til oss i styret/administrasjonen.

Møter: Styret har ledet ett trenermøte i August. Styret har ellers hatt 3 styremøter for å planlegge arrangement og evaluerer året. Vi har representanter på samarbeidsmøter med Voll, Varhaug og Orre.

Arrangementer: Varhaug hadde arrangement på våren. Voll hadde arrangement på høsten. Vigrestad skal arrangere høst 2019.

Vi hadde sommeravslutning med grilling, aktiviteter og utdeling av medaljer. På juleavslutningen var vi i Vigrestad barnehage. Der gikk vi en kort nissemarsj.

På vegne av styret i barneidretten
Tove Berge

Årsberetning Vektløftergruppa 2018

Styret har bestått av:

Leder:	Hans Hagenes
Styremedlem:	Torbjørn Ødegård
Styremedlem:	Nancy Kvadsheim
Styremedlem:	Tor Steinar Herikstad
Styremedlem:	Jonas Stavnheim
Styremedlem:	Lise Myklebust
Styremedlem:	Jon Petter Ueland

Møter:

Styret har hatt 8 møter og behandlet 27 saker.
Møtene er avholdt på Vigrestad Idrettsklubb

Økonomi:

Vi har holdt oss innenfor utgifts budsjett for 2018.

Arrangement:

I 2018 arrangerte vi NM-Veteran og NM-Ungdom, en Region Cup pluss flere klubbstevner i treningslokalet.

Gruppa:

Vi fikk fem Norgesmestre i veteran og en Norgesmester i Ungdom som fikk kommunal påskjønnelse 1. nyttårsdag på Kvia garden under det årlige arrangementet der.

Disse var i Veteranklassen Vidar Sæland, Ronny Matnisdal, Morten Gjersvik, Tor Steinar Herikstad, Larisa Izumrudova og i ungdomsklassen Hans Gunnar Kvadsheim.

Internasjonal deltakelse:

Verdensmester Ronny Matnisdal i aldersgruppen 40 – 44 år. Klasse 77 kg. Barcelona Spania

NM-Senior:

Nr.3, Tord Gravdal, klasse +105 kg.
Nr.4, Roy Sømme Omedal, klasse 85 kg.
Nr.7, Kim Helge B. Mo, klasse 94kg.
-----, Ørjan Hagelund, klasse 105kg. (Skade)

NM-Veteran:

1. Plass
Larisa Izumrudova, K1, klasse 63 kg.
Vidar Sæland, M6, klasse 94 kg.
Tor Steinar Herikstad, M4, Klasse +105 kg.
Ronny Matnisdal, M1, klasse 85 kg.
Morten Gjersvik, M1, klasse 105 kg.

NM-Ungdom:

Nr. 6, Iselin Mehl Brekklus, klasse 64 kg.
Nr. 2, Erika Jellestad, klasse +81 kg.
Nr. 1, Hans Gunnar Kvadsheim, klasse 94 kg.
Nr. 3, Eirik Ekeland, klasse 89 kg.

NM 5-kamp:

Aldersklasse 15 – 16 år.

Nr. 2, Erika Jellestad

Nr. 3, Iselin Mehl Brekklus

Nr. 5, Hans Gunnar Kvadsheim

Aldersklasse +18 år.

Nr. 2, Roy Sømme Ommedal

Nr. 13, Tord Gravdal

Vestlandsmesterskapet i Tysvær:**Senior:**

Nr. 2, Kim Helge B. Moe, Klasse 105 kg.

Nr. 2, Tord Gravdal, klasse +105 kg.

Nr. 4, Jone Vigrestad, klasse +105 kg.

Veteran:

Nr. 1, Larisa Izumrudova, K2, klasse 69 kg.

Nr. 1, Vidar Sæland, M6, klasse 94 kg.

Nr. 2, Tor Steinar Herikstad, M4, klasse 105 kg

Regions-Cup:

Nr. 1, Erika Jellestad, klasse +75 kg.

Nr. 1, Silje Undheim, Klasse 58 kg.

Nr. 1, Vidar Sæland, M6, klasse 94 kg.

Nr. 1, Larisa Izumrudova, K1, klasse 69kg.

Nr. 2, Kim Helge B. Moe, klasse 105 kg.

Regions mesterskap 5-kamp:**Aldersklassen 15 – 16 år.**

Nr. 1, Iselin Mehl Brekklus.

Nr. 3, Erika Jellestad.

Nr. 2, Hans Gunnar Kvadsheim.

Aldersklasse +18 år.

Nr. 2, Kim Helge B. Moe.

Nr. 8, Tord Gravdal.

Nr. 9, Jone Vigrestad.

Disse løfterne har deltatt på konkurranser i 2018:

Ronny Matnisdal, Larisa Izumrudova, Roy Sømme Ommedal, Kim Helge Boltfjord Moe, Vidar Sæland, Jone Vigrestad, Erika Jellestad, Iselin Mehl Brekklus, Silje Undheim, Tor Steinar Herikstad, Tord Gravdal, Ørjan Hagelund, Morten Gjersvik, Hans Gunnar Kvadsheim, Eirik Ekland. I alt 15 personer.

Internasjonal deltagelse:

Ronny Matnisdal deltok i VM-Masters i Barcelona den 23.08.2018, der han ble Verdensmester i klassen Masters M2, 77 kg.

Aktivitet i Treningslokalet:

Det har også dette året vært mange aktive i trening, spesielt ungdommer. Lokalet er ofte vært helt fullt, noe som er særdeles gledelig.

Treningssamlinger:

Vi har deltatt i 2 region treningssamlinger med full tropp, en i Stavanger og en i Bergen.

Deltakelse i andre organisasjoner:

Hans Hagenes: Leder i Sør-Vestlandet vektløfterregion.

Tor Steinar Herikstad: Varamedlem i NVF Styre, medlem i NVF teknisk utvalg, Styremedlem og dommer instruktør i Sør-Vestlandet vektløfterregion.

Larisa Izumrudova: Region trener i Sør-Vestlandet vektløfterregion:

Takk:

Også dette året en stor takk til Arnfinn, Cecilie og Larisa for godt samarbeid og godt humør!

Årsmelding Treningssenteret 2018.

Styret 2018;

Leiar; Trine Fuglestad
Medl.; Siri Lea Aniksdal
Medl.; Ingvar Sør-Reime

Styret har fordelt oppgåvene med å drive treningssenteret mellom seg. Siri Lea Aniksdal har hatt hovudansvaret for aktivitetane i salen, program og oppfølging av instruktørane. Trine Fuglestad har hatt hovudansvaret bestilling av og reperasjon av utstyr. Ingvar Sør-Reime har hatt ansvaret for oppfølging av medlemsregisteret, og har i tillegg arbeidd med dugnad og oppfølginga av byggearbeid. Karoline Fuglestad har i tillegg hatt ansvar for oversikter, koordinering og dagleg drift av aktivitetane.

Mål;

Målsettinga med treningssenteret er to-delt, fysisk aktivitet for alle over 15 år og vere ei sikker inntektskjelde for klubben.

Aktivitet;

Treningssenteret har 4 hovudaktiviteter, fellestreningar i gamle salen, spinning, trening i apparata, og trening med frivekter. I haust vart det og starta opp med sirkeltrening i apparatrommet. Det har vore ein suksess med stor deltaking, og mange nye medlemmer.

Økonomi;

Det har i samband med utvidinga av treningssenteret vore investert ein del i nytt utstyr. Mykje av dette vert nedbetalt som investering og nedskriving. Dette er med på å redusere driftsoverskotet for treningssenteret. Medlemstalet er aukande, og bruttoinntektene er aukande.

Medlemmar;

Medlemstalet er pr. 1.mars i overkant av 600 medlemmer. Dette er ei solid auke frå same tid sist år. Medlemmane kjem i stor grad frå Vigrestad og sørover til Sirevåg, men vi har og innslag frå Varhaug og Nærbø. Medlemmane er jamt fordelt i alder frå 15 år og oppover.

Utbygging;

Vi nærmar oss ferdig med fase 2. Det har vore gjort ein stor dugnadsinnsats. Det vart gjort ein stor jobb med grunnarbeidet, og i nærare 1 år har vi hatt ein fast gjeng på dugnad på dagtid med Sveinung Stålesen i spissen. Eit uvurderligt arbeid!!

Klubben Treningssenter

Handlingsplan for Vigrestad IK

Gjeld for perioden 2018- 2021, men kan revideres ved behov.

Visjon: Idrett og aktivitet for alle

Vigrestad IK sine mål:

- Utbygge, utvikle og holde ved like anlegget og tilbuda, slik det ligg til rette for variert fysisk aktivitet og idrett for alle aldersgrupper.
- Vera en klubb som støtter opp rundt «Partnerskap mot mobbing» og «Uego».
- Ha et godt samarbeid mellom gruppene.
- Gi tilbud om og selv arrangere kurs som gir de tillitsvalgte rusta opp mot sportsplanen.
- Ha ei organisering som utvikler talent og samtidig tar vare på bredda.
- Holda fram og utvide aktiviteten på klubben på dagtid, og legge til rette for at anlegget er åpent for allmenn bruk.
- Utvikla et betre system for dugnads- og medlemsregistrering.
- Øke driftsinntektene gjennom utleie av anlegget og sportslige/utenomsportslige arrangement.
- Betre rutinene for intern og ekstern kommunikasjon og markedsføring.
- Arrangere et større vektløfterstevne i året, samt ha høgt nasjonalt og internasjonalt nivå i vektløfting.

Hovedstyre VIK

Vurdering av tiltak for 2018

Satsingsområde 1-

Revidere resten av organisasjonsplanen

Organisasjonsplanen er revidert ilag med sportsplanene som gjør at vi har fått en bedre rød tråd i planene for VIK.

Satsingsområde 2-

Utbygge, utvikle og halde ved like anlegget.

- Utarbeid en vedlikeholdsplan med ansvarsområder som skal være gjeldene for alle gruppene og brukere av anlegget.
- Er i slutfasen av fase 2 som gir våre brukere av VIK nye spennende aktiviteter. Squash, minitennis/badminton, sosialt rom, golfsimulator og aktivitetsrom for gruppetimene våre gir alle på Vigrestad et løft fasilitetsmessig.
- Fase 2 er under arbeid, og det er danna gode prosjektgrupper og gjort ei arbeidsfordeling.
- Kunstgrasbanen og tilbehør til denne, er ferdigstilt.
- Tarzanløypa er 50 % ferdigstilt, og skal vidareutviklast.

Tiltak for hovedstyret 2019:

- Ferdigstille nærmiljøanlegget rundt tarzanløypa.
- Starte opp prosessen med planlegging av 100 års jubileet for 2021

Vurdering av handlingsplan for håndballgruppa 2018

Satsingsområde 1: Flest mulig, lengst mulig

Tiltak:

- Ha engasjerte og kompetente trenere på plass så tidlig som mulig før sesongstart
- Alle spillerne får et tilbud på sitt nivå.
- Gi tilbud om sonesamlinger
- Vera bevisste på sammensetningen av spillere til aldersblanda lag.
- Rekruttere spillere opp til damelaget.
- Starte herrelag

Evaluerings: Litt utfordringer i oppstart med å ha trenere på plass, men vi fant løsninger slik at alle lag har fått et bra tilbud på sitt nivå. Lag fra 13 år og oppover har fått tilbud om sonesamling. Vi har lykket med å rekruttere spillere til damelaget. Vi har ikke startet herrelag.

Satsingsområde 2: Rekruttere flere dommere

Tiltak:

- Arrangere kampveilederkurs fra og med 11 år
- Gi tilbud om dommerkurs.
- Bruke «unge» dommere som dommere på turneringer.

Evaluerings: Vi har arrangert kampveilederkurs fra og med 11 år, der dommerne fikk «testet» seg på treningskamper blant de mindre laga. Vi har brukt «unge» dommere til å dømme under ulike arrangement/turneringer.

Satsingsområde 3: Utvikling og utdanning

Tiltak:

- Ha tilbud både til den gjennomsnittlige håndballspiller også de som trenger flere utfordringer.
- Vi skal gi treningstilbud etter ferdigheter og nivå.
- Utvikle trenere
- Arrangere håndballskole for 8, 9 og 10 åringer

Evaluerings: Vi tilbyr treninger etter ferdigheter og nivå, der vi blant annet har startet opp med fellestreninger på tvers av aldersgrupper. Trenere har fått tilbud om trenerkurs i regi av kretsen, i tillegg har vi hatt interne trenere som har hatt kurs på huset. Håndballskolen ble i år som i fjor gjennomført med godt antall barn.

Handlingsplan for håndballgruppa 2019

Håndballgruppen i VIK vil gi et tilbud til alle som vil spille håndball i et trygt og trivelig miljø.

Vi ønsker at både ledere, trenere, utøvere, foreldre og publikum er engasjerte, inkluderende og viser hverandre respekt.

Satsingsområde 1: Flest mulig, lengst mulig

Tiltak:

- Ha engasjerte og kompetente trenere på plass så tidlig som mulig før sesongstart.
- Alle spillerne får et tilbud på sitt nivå.
- Gi tilbud om sonesamlinger.
- Rekruttere spillere opp til damelaget.
- Fellestreninger for aldersblandet lag.
- Starte herrelag.

Satsingsområde 2: Rekruttere flere dommere

Tiltak:

- Arrangere kamplederkurs fra og med 11 år.
- Gi tilbud om dommerkurs.
- Bruke «unge» dommere som dommere på turneringer.

Satsingsområde 3: Utvikling og utdanning

Tiltak:

- Vi skal gi treningstilbud etter ferdigheter og nivå.
- Utvikle trenere med interne kurs, og trenerkurs i regi av kretsen
- Arrangere håndballskole for 8, 9 og 10 åringer
- Fellestreninger der trenerne kan være med å få tips og idéer

Vurdering handlingsplan for fotballgruppen 2018

Satsings område 1: Forbedring av fotballstyrets rutiner.

- Jobbe kontinuerlig opp mot sportsplan, gjennom føre de forskjellige oppgavene på best mulig måte.

Evaluerings:

Har prøvd å følgja sportsplanen best mogeleg, men har nok forbedrings potensiale.

Satsings område 2: Redusere gapet mellom A-Laget og ungdomsavdelingen.

- Fortsatt å jobbe aktivt for å beholde junior lagene. Gutter og jenter.
- Jobbe for å kunne stille lag i alle årsklassene.
- Flest mulig, lengst mulig både gutter og jenter.

Evaluerings:

Stiller med juniorlag i begge klassane i 2019. Sliter med å stille lag i alle årsklassane i ungdoms avdelinga, for stort fråfall. Alle som vil spele fotball har tilbud, opp eller ned.

Satsings område 3: Etablere A-laget i 4.div.

- Være med i toppen og kjempe om opprykk til 4 div.
- Beholde flest mulig av de unge som er i fred med å etablere seg på A-laget.
- Kontinuitet på trener siden, Svein Harald Vigrestad er inne i sitt fjerde år.

Evaluerings:

Var ikkje med i toppen, mista alt for mange spelera på sommaren. Har mange unge i a-lags troppen. Nytt trener team i 2019, som me håper og trur blir betre for de unge og dei gamle. Nokre av spelerane som forsvann i sommar, har returnert.

Satsnings område 4: Trenere, øke kompetansen.

- Skal arrangere lisens C trener kurs, alle modulene 1-4, i løpet av våren 2018.
- Gi mulighet til de som ønsker det, å øke sin kompetanse innen skade forebygging og trener kurs som kretsen arrangerer.

Evaluerings:

Lisens C kurs modul 1 og 2 blei arrangert. Det var vanskeleg å få med nok påmeldte, for å kunne arrangere kurset på Vigrestad. Fleire av dei som hadde meldt seg på, møtte ikkje. Fekk ikkje arrangert modul 3 og 4. Skadeforebyggingskurs blei arrangert av Cecilie.

Handlingsplan for fotballgruppen 2019

Satsings område 1: Forbedring av fotballstyrets rutiner.

- Jobbe kontinuerlig opp mot sportsplan, gjennom føre de forskjellige oppgavene på best mulig måte.

Satsings område 2: Redusere gapet mellom A-Laget og ungdomsavdelingen.

- Fortsatt å jobbe aktivt for å beholde junior lagene. Gutter og jenter.
- Jobbe for å kunne stille lag i alle årsklassene.
- Flest mulig, lengst mulig både gutter og jenter.

Satsings område 3: A-laget

- Være med og prege 5.divisjon på en positiv måte. Frå midten av tabellen og opp.
- Beholde flest mulig av de unge som er i ferd med å etablere seg på A-laget.
- Kontinuitet på trener siden, leggja til rette for trenar teamet

Satsnings område 4: Trenere, øke kompetansen.

- Motivera flest mogeleg til å ta mist lisens C – kurset, som kretsen arrangere.
- Gi mulighet til de som ønsker det, å øke sin kompetanse innen skade forebygging og trener kurs som kretsen arrangerer.

Evaluering av handlingsplan for barneidretten 2018

Satsningsområde 1: Barneidretten skal gi et bredt og allsidig tilbud som de fleste barna kan og ønsker å delta i. Vi ønsker stabile og engasjerte trenere som er motiverte for å drive barneidretten kreativt og tilrettelagt for allsidig og lekbetont aktivitet

Tiltak:

1. Legge til rette for at gruppene kan fungere sammen. Forsøke å arrangere en trenersamling i August der alt ligger klart til trenerne (nøkler, politiattester, trenerdrakter). Samt at samlingen innehar noe praksis og deling av erfaringer om organisering og ledelse av treninger. Organisere for at nye trenere blir godt nok kjent med utstyret som er tilgjengelig og hjelpemidlene som er tilgjengelige.
2. Sørge for at det er nok trenere til gruppen
3. Sikre at vi har det utstyret vi trenger for allsidig aktivitet.
4. Tilby kurs for trenere, for eksempel aktivitetslederkurs (en gang pr år).

Satsningsområde 2: Barneidretten skal tilrettelegges etter barnas alder, utvikling og behov, og gi innføring i flere motoriske ferdigheter og idretter i ulike miljø.

Tiltak:

5. Kjøpe inn utstyr som stimulerer til variert motorisk lek og idrett
6. Være nok trenere, slik at vi kan gi barna individuell veiledning og oppmuntring. Samt engasjere foreldre på treningene til å gjøre ulike motivasjons og støtte-oppgaver.
7. Være kreative i bruk av flere miljø, ute og inne.
8. Delta i, og arrangere turneringer

Satsningsområde 3: Barneidretten skal danne grunnlag for en livslang idrettsglede som skal fortsette inn i tenårene og det voksne liv.

Tiltak:

9. Utfordringer og treningsopplegg skal legges til rette for barnas alder og utvikling slik at de opplever mestring.
10. For å oppleve treningsglede må treningene også være et godt psykososialt miljø. Barneidrettens trenere viser holdninger i tråd med avtalen ”partnerskap mot mobbing.” Trenere smiler og sier hei til alle som møter på trening, de griper inn dersom noe ser ugreit ut, de lytter for å forstå og de snakker sammen.

Evaluering: Det ble gjennomført treningsplanlegging og drøfting på trenermøtet i August. Styret ønsker å legge til en praksisøkt i trenermøtet og slik skape en mulighet for å dele erfaringer og sette i gang tankeprosesser om organisering av treningene. Det er nok trenere i gruppa. Nytt kull til høsten og tips til nye trenere for 2015-kullet ønskes. Barneidretten har mye utstyr. Trenerne kan få mer inspirasjon og tips til ulike måter å bruke utstyret på. Dette året er det ikke arrangert aktivitetslederkurs. Det er kjøpt inn hoppbinder, balansebenker, flere puter og trampoliner. Det lages hvert år treningsplaner. Det er laget flere maler på ulike årsplaner. Det bør holdes et foreldremøte hvert år. Vi vil fortsette å fokusere på våre satsningsområder.

Handlingsplan for barneidretten 2019

4-, 5- og 6- åringene:

Satsningsområde 1: Barneidretten skal gi et bredt og allsidig tilbud som de fleste barna kan og ønsker å delta i. Vi ønsker stabile og engasjerte trenere som er motiverte for å drive barneidretten kreativt og tilrettelagt for allsidig og lekbetont aktivitet

Tiltak:

1. Legge til rette for at gruppene kan fungere sammen. Forsøke å arrangere en trenersamling i August der samlingen innehar noe praksis og deling av erfaringer om organisering og ledelse av treninger. Organisere for at nye trenere blir godt nok kjent med utstyret som er tilgjengelig og hjelpemidlene som er tilgjengelige.
2. Sørge for å vedlikeholde utstyret vi har
3. Tilby kurs for trenere, for eksempel aktivitetslederkurs (en gang pr år).
4. Drøfte med trenerne hvordan vi kan gjøre erfaringene om å lede treningene tilgjengelige for alle trenere og kanskje også skape et tettere samarbeid med håndball,- fotball,- og vektløftergruppa?

Satsningsområde 2: Barneidretten skal tilrettelegges etter barnas alder, utvikling og behov, og gi muligheter for å repetere flere motoriske ferdigheter og fra ulike idretter i ulike miljø.

Tiltak:

1. Kjøpe inn utstyr som stimulerer til variert motorisk lek og idrett
2. Være nok trenere, slik at vi kan gi barna individuell veiledning og oppmuntring. Samt engasjere foreldre på treningene til å gjøre ulike motivasjons og støtte-oppgaver.
3. Være kreative i bruk av flere miljø, ute og inne.
4. Delta i, og arrangere turneringer

Satsningsområde 3: Barneidretten skal danne grunnlag for en livslang idrettsglede som skal fortsette inn i tenårene og det voksne liv.

Tiltak:

1. Utfordringer og treningsopplegg skal legges til rette for barnas alder og utvikling slik at de opplever mestring.
2. For å oppleve treningsglede må treningene også være et godt psykososialt miljø. Barneidrettens trenere viser holdninger i tråd med avtalen” partnerskap mot mobbing.” Trenere smiler og sier hei til alle som møter på trening, de griper inn dersom noe ser ugreit ut, de lytter for å forstå og de snakker sammen.

Miniklubben:

Miniklubben skal stimulere og legge til rett for lek og aktivitet som fremmer fysisk og psykisk helse ved å:

- Benytte rom og utstyr som gjennom fysisk aktivitet stimulerer til balansetrening, konstruksjonslek, kroppsbeherskelse, klatring og sosialt samspill.
- Organisere ulike aktiviteter som også utfordrer de eldste barna i overgangen til barneidretten.
- I det forebyggende arbeidet med psykisk helse skal vi skape trivsel og fellesskap gjennom samling og sang med fokus på å se barna individuelt. Det legges til rette for at hvert enkelt barn skal bli sett og hørt.

Vurdering av tiltaksplan 2018, Vektløftergruppa

Satsningsområde 1: Kurs.

Tiltak:

- Arrangere: Ren Utøver for aktive - Utført
- Delta på dommerkurs – ingen kurs avholdt i 2018, utsatt til Q1-2019
- Delta på trener II kurs – Utført (en person deltatt)

Satsningsområde 2: Ivareta de unge utøverne.

Tiltak:

- Alltid være minst en trener i lokalet hver trening. - Utført (Man., Ons. og Fredag)
- Arrangere løfteskole. - Utført
- Sosiale tiltak. - Utført
- Få konkurransetrening. - Utført

Satsningsområde 3: Utvidet konkurranse tilbud til de beste/landslagsutøvere.

Tiltak:

- Internasjonal deltakelse, støtte til konkurranser/samlinger: - Utført

Satsningsområde 4: Oppdatere utstyret i treningsrommet.

Tiltak:

- Skaffe til veie nødvendig nytt utstyr. - Utført

Satsningsområde 5: Arrangere et stort vektløfterstevne i året.

Tiltak:

- Arrangere NM Veteran og sende søknad for arrangement 2019. – Utført
(Arrangerte også NM-Ungdom)

Tiltaksplan 2019, Vektløftergruppa

Satsningsområde 1: Kurs.

Tiltak:

- Arrangere: Ren Utøver for aktive.
- Delta på dommerkurs.
- Delta på trener I og II kurs.

Satsningsområde 2: Ivareta de unge utøverne.

Tiltak:

- Alltid være minst en trener i lokalet hver trening.
- Arrangere løfteskole.
- Sosiale tiltak.
- Få konkurransetrening.
- Få tilbud om treningssamling.

Satsningsområde 3: Utvidet konkurransetilbud til de beste/landslagsutøvere.

Tiltak:

- Internasjonal deltakelse, støtte til konkurranser/samlinger:

Satsningsområde 4: Oppdatere utstyret i treningsrommet.

Tiltak:

- Skaffe til veie nødvendig nytt utstyr:

Satsningsområde 5: Arrangere et eller flere store vektløfterstevner i året.

Tiltak:

- Arrangere NM Veteran, Nordisk Senior med OL kvalifisering til IWF Tokyo 2020 Bronze level event og sende søknad for arrangement 2020.

Vurdering av handlingsplan for Treningssenteret 2018.

Hovudmål;

Aktivitet for alle frå 15 til 100 år.

Mål 1: Aktivitet

Ha eit breidt og variert treningstilbod.

Tiltak;

1. Ha eit tilbod som i best mogleg grad er tilpassa medlemmane sine ønskje. Starte nye aktivitetar etter behova.
2. Instruktørane skal få jamlege oppdatering gjennom kurs.
3. Starte nye aktiviteter.
4. Få til gode og fleksible ordningar for bruka av dei nye aktivitetane.

Resultat:

Er sett litt på vent med tanke på å ferdigstille nybygget, men vi har starta med sirkeltrening i apparatrommet, og det har vorte revitalisert bruken av spinning. Det er gode rutinar for oppdatering av instruktørane.

Mål 2: Økonomi

Treningssenteret skal ha solid driftsoverskot.

Tiltak;

1. Vedlikehalde gode rutinar for oppfølging av medlemsregisteret.
2. Kjøpe kampanjar og spesialtilbod med jamne mellomrom.
3. Samarbeide med Ognå golf om medlemskontingent ved bruk av golfsimulator.

Resultat:

Oppfølginga av medlemsregisteret fungerer bra med godt samarbeid mellom medlemsansvarleg og administrasjon. Vi har hatt spesialtilbod i samband med Vigrestad dagane, noko som gav fleire nye medlemmer.

Det er sett oppforslag til samarbeidsavtale med Ognå golf. Vert iverksett til hausten.

Mål 3: Anlegg og utstyr

Treningssenteret skal ha velhalde utstyr og gode treningslokale.

Tiltak;

1. Sikre gode rutinar ved reparasjon av utstyr

Resultat;

Jamnt over gode rutinar, men vi bør få ned ventetida på eksterne reparaørar.

Handlingsplan for Treningssenteret 2019.

Hovudmål;

Aktivitet for alle frå 15 til 100 år.

Mål 1: Aktivitet

Ha eit breidt og variert treningstilbod.

Tiltak;

1. Starte nye aktivitetar når fase 2 er klar til hausten.
2. Starte nye aktivitetar på dagtid.

Mål 2: Økonomi

Treningssenteret skal ha solid driftsoverskot.

Tiltak;

1. Vedlikehalde gode rutinar for oppfølging av medlemsregisteret.
2. Kjøre kampanjar og spesialtilbod med jamne mellomrom.
3. Samarbeide med Ognå golf om medlemskontingent ved bruk av golfsimulator.

Mål 3: Anlegg og utstyr

Treningssenteret skal ha velhalde utstyr og gode treningslokale.

Tiltak;

1. Sikre gode rutinar ved reparasjon av utstyr

Mål 4: Organisasjon

Sikre god organisering og drift av alle delene som høyrer til treningssenteret.

Tiltak;

1. Utarbeide ny ansvarsfordeling mellom styremedlemmane når vi får ny og større aktivitet.
2. Innarbeide gode rutinar for bruk av dei nye aktivitetsrom.

MEDLEMSKONTINGENT

MEDLEMSKONTINGENT 2019

Barn 0 – 3 år	kr. 100,-
Aktiv barn 4 – 6 år	kr. 500,-
Aktiv barn 7 – 13 år	kr. 1000,-
Aktiv ungdom 14 – 18 år	kr. 1300,-
Aktiv voksen fom 19 år	kr. 1800,-
Støttemedlem	kr. 450,-
Tillitsvalgte / trener	Kr. 300,-
Oldboys	Kr. 500,-

FORSLAG MEDLEMSKONTINGENT 2020

Barn 0 – 3 år	kr. 100,-
Aktiv barn 4 – 6 år	kr. 500,-
Aktiv barn 7 – 13 år	kr. 1000,-
Aktiv ungdom 14 – 18 år	kr. 1300,-
Aktiv voksen fom 19 år	kr. 1800,-
Støttemedlem	kr. 450,-
Tillitsvalgte / trener	Kr. 300,-
Oldboys	Kr. 500,-

KLUBBEN

TRENINGSSENTER

Prisinformasjon

Over 20 år	
1 års medlemskap	kr. 3100,-
Avtalegiro 1 års binding pr. måned	kr. 260,-
½ års medlemskap	kr. 1900,-
3mnd. medlemskap	kr. 1100,-
Under 20 år	
1 års medlemskap	kr. 2650,-
Avtalegiro 1 års binding pr. måned	kr. 220,-
½ års medlemskap	kr. 1650,-
3mnd. medlemskap	kr. 950,-
Depositum for nøkkelbrikke	kr. 200,-

- **Familietilbud:**
 - For familier der to voksne og barn under 18 år er års-medlemmer, trener den yngste gratis.
- **Studenttilbud:**
 - For skoleelever, studenter eller andre som bor borte, men er hjemme i ferier og enkelte helger i løpet av året. De kan tegne årsmedlemsskap for kr. 500,- ved å ta kontakt med Ingvar på mobil 415 32 653.
- **Trening det året en fyller 14 år:**
 - Ungdom kan ved samtykke fra foresatte tegne medlemskap fra nyttår det året de fyller 14 år. (Det vil si, ved nyttår i 8. klasse.) Krav om at de er sammen med en voksen over 20 år når de trener.
- Ingen innmeldingsavgift.
- Oppsigelse av avtale skjer via e-post til: cecilie@vigrestad-ik.no
- Oppsigelsestid er 3 måneder.

ÅRSMØTE 2019.

VIGRESTAD IDRETTSKLUBB

Innstilling fra valgkomiteen:

Hovedstyre:

Leder:	Dag Tellef Risdal	Gjenvalg 1 år
Styremedlem:	Svein Harald Andersen	Ikke på valg
Styremedlem:	Ingrid Vold	Gjenvalg 2 år
Styremedlem:	Gunn Mæland	Gjenvalg 2 år
Styremedlem:	Asgeir Vigrestad	Ny 2 år
Styremedlem:	Sverre Osnes	Ikke på valg.
Styremedlem:	Siri Aniksdal	Ny 2 år
Styremedlem:	Liv Anne Vold	Ny 2 år

Gruppe styrene.

Håndball:

Leder:	Gunn Hegelstad	Gjenvalg 1 år
Medlem:	Anita M Siqveland	Ikke på valg
Medlem:	Turid Husveg	Gjenvalg 2 år
Medlem:	Silje Nygård	Ikke på valg
Medlem:	Evy Mattingsdal	Ikke på valg
Medlem:	Marianne Vold	Ny 2 år

Fotball

Leder:	Ivar Vold	Ny 1 år
Medlem:	Anne Mari Sandve	Ny 2 år
Medlem:	Sverre Berge	Ny 2 år
Medlem:	Arvid Høien	Ikke på valg
Medlem:	Janne Beth Lygren	Ikke på valg
Medlem:	Rosa Tesdal	Ikke på valg

Vektløfting

Leder:	Hans Hagenes	Gjenvalg 1 år
Medlem:	Lise Myklebust	Ikke på valg
Medlem:	Torbjørn Ødegård	Ikke på valg
Medlem:	Nancy Kvadsheim	Ikke på valg
Medlem:	Tor Steinar Herikstad	Gjenvalg 2 år

Barneidrett

Leder:	Anette Lindmo	Gjenvalg 1 år
Nestleder:	Tove Berge	Ikke på valg
Medlem:	Anna Bang	Ikke på valg
Medlem:	Odd Inge Obrestad	Ikke på valg
Medlem:	Anne Katrine Lien	Ny 2 år
Medlem:	Monica Andersen Hølland	Ny 2 år

Treningscenteret

Leder:	Ingvar Sør Reime	Ny 1 år
Medlem:	Camilla Sæther Aarsland	Ny 2 år
Medlem:	Kristin Vold	Ny 2 år
Medlem:	Linn Karin Apneseth	Ny 2 år
Medlem:	Brynjar Østrem	Ny 2år

Valgkomité

Leder:	Reidun Vold	Ny 1 år
Medlem:	Bave Olvin Rojava	Ny 2 år
Medlem:	Merethe Haarr	Ikkje på val (1 år igjen)
Medlem:	Ruben Vold	Ny 2 år

Kontrollkomité

Medlem:	Per Emil Risa	Ikke på valg
Medlem:	Kurt Vold	Gjenvalg 2år