

Utvalgsmøte 1, Aktivutvalget. 16.02.2026

Tilstede: Eirik Brynildsen, Anita Hilleren, Philippe Zürcher, Dan Gangsø, Geir Falkevik, Nora Nathalie Elvekrok, Sebastian Røkeberg, Anne Marthe Peveri

Forfall: Hilde Hovdenak (kommer inn i utvalget i august). Siri Jahren har møtefritak

Referent: Anne Marthe

Sak nr.	Sakbeskrivelse
1/26	Forventninger til utvalget med utgangspunkt i klubbens administrative rutiner: Presentasjon av klubbens administrative rutiner med betydning for aktivutvalget. Gjennomgang av forventninger til utvalgsmedlemmer - Bidra til å lage og gjennomføre o-tekniske opplegg - Skygging og oppfølging av løpere - Bidra med administrative oppgaver som ligger til utvalget
2/26	Tirsdagstreninger Det er forventet at aktivgruppa vil bestå av 29 barn og ungdommer i 2026-sesongen. Dette er en stor økning fra tidligere år. Det er et stort sprang i utøvernes o-tekniske ferdighetsnivå og fysiske nivå, noe som vil kreve mye av utvalget. Det foreslås å dele inn i to treningsgrupper: <u>C/B-nivå</u> - Samtlige 11-12 åringer - De fra 13 år som ikke løper B eller A nivå alene, eller ikke er trygge på "sitt" nivå - De som ønsker litt kortere løyper - Mer fokus på lek, gjerne samløping på flere av øktene (etterspurt av flere av 13-åringene etter 2025-sesongen) - Fokus på trygghet og mestring i skogen - Nivåmessig ferdigheter som favner hele C- og nederst på B-stigen. Bør være vanskelig nok til at mange av 13-14-åringene får utfordringer i denne gruppen <u>A/B-nivå</u> - Bør mestre B-nivå alene - Ønske om å bedre egne o-tekniske ferdigheter - Kunne ta i mot, og gjennomføre arbeidsoppgaver på trening - Kunne mestre inntil 2 km til start samt løype på min. 3 km (og 2 km tilbake) - Nivåmessig ferdigheter som favner hele B og oppover nivåstigen - Bygge treningskultur: en gruppe for de som ønsker å løpe mye orientering - Til en viss grad styre hvem som er på denne gruppen? Gjennomføring av treningene: - Anne Marthe har laget forslag til plan for tirsdagstreninger frem til sommeren med hvem som har ansvar for hvilke økter, samt hvilket kart/område som benyttes - To ansvarlige hver uke (en for C/B og en for A/B) - Ansvarlige enes om startpunkter og eventuelt felles poster. Øvrig arbeidsfordeling

	(henge ut poster, printe kart etc.) avtales mellom de to ansvarlige. - Kart med alle poster må gis til den som skal ta inn postene (utøver) - På begge treningsgruppene vil det være nødvendig med nivådeling også innad i gruppen - Ansvarlig for A/B legger ut informasjon i idretten online om oppmøtested torsdagen før trening - Oppmøte 17.45 - Skygging skjer primært i regi av aktivutvalget - særlig på B/A-gruppa. Kan også bruke foreldre med o-teknisk kompetanse. Unngå skygging av egne barn på begge gruppene. De utøverne som viser størst interesse i form av å løpe mange løp, samt interesse for å jobbe med egne ferdigheter, prioriteres for skygging - Innhenting av poster fordeles mellom utøvere i aktiv-gruppa, hvert barn/ungdom/søskenpar må belage seg på å hente inn poster 1-2 ganger i løpet av sesongen Presentasjon av NOFs nivåstige og utviklingstrappa som danner grunnlaget for hvilke o-tekniske ferdigheter som bør vektlegges ved utarbeiding av o-tekniske økter på de forskjellige nivåene. I aktivitetsbanken vil man også finne forslag til mange gode tekniske økter Philippe avtaler opplæring med Dan og Geir i bruk av purplepen. Vi forsøker også å få til en kveld med fokus på løypelegging til ulike nivåer. Aktivutvalget har medlemmer som har liten/ingen erfaring med løypelegging; vi hjelper og bistår hverandre der det er behov.
3/26	Sesongplan 2026 Philippe har laget utkast til sesongplan. Gjennomgang av denne i plenum, og legger til noen konkurranser/leire/samlinger som mangler. Philippe reviderer denne før foreldre- og utøvermøte. <u>Aktuelle stafetter:</u> - Halden o-meeting stafett 17.04 - TIO-mila 01.-03.05. Anita har allerede kartlagt interessen i klubben. Samarbeid om transport, overnatting og lag med kretsen - Sprintstafett Kongsberg 18.08 - KM stafett 23.08 - NM junior stafett 20.09 <u>Uttakskriterier og påmelding:</u> - D/H 11-12: Rullering av lagoppstillinger - D/H 13-16: Resultater i større konkurranser legges til grunn for laguttak - D/H 17: Resultater i større konkurranser legges til grunn for laguttak - Veteran: Åpen for "vennelag" - Uttakskomiteen jobber for å få lag til alle som har meldt seg på innen fristen (særlig ungdomslag). Jenter må regne med å løpe på guttelag dersom lagene ikke «går opp». Om lagene likevel ikke går opp, må enkelte løpe åpne klasser eller på kombinasjonslag med andre klubber - Det har tidligere fungert godt med internpåmelding i Eventor, vi fortsetter med dette også i år. <u>Aktuelle leire/samlinger:</u> - Unionsmatch (13-16 år). 14 aktuelle utøvere. 1-2 ledere - Camp Stokke (13-16 år). 14 aktuelle utøvere. 2-3 ledere (avhenger av kjøreavstand)

	- HL/OLL (14-16 år). 9 aktuelle utøvere. 1-2 ledere, kan dele opp uken. Philippe deltar på webinar om HL 04.03 - Borås (13-20 år). 19 aktuelle utøvere. 1-2 ledere - O-trolleir (10-12 år). 10 aktuelle + noen fra rekrutt?. 2+ ledere Behov for ledere presenteres på foreldremøte.
4/26	Planlegging av foreldre- og utøvermøte 11.03 kl. 19.00 Anne Marthe sender ut invitasjon til foreldre og utøvere 15+ <u>Agenda:</u> - Sesongplan - Informasjon om treningsgrupper og opplegg for tirsdagstreninger - Ta inn poster etter trening (forhåndsfordelt, to ganger pr. utøver) - Særlig utøvere på C/B-nivå forventes det at foreldre følger på trening - Skygging av utøvere - Ledere leir/samlinger (datoer sendes ut i forkant) - Foreldre som ikke før har vært ledere og foreldre til de yngste deltakerne bør ta hovedansvar - Påmelding til løp (terminfesta løp og aktiviteter i Eventor) - Informasjon om klasseinndeling, konkurranseregler og mulighet for åpne klasser - Informasjon om stafettuttak - Bidrag til klubbavis - Klubbens Emi-tager - Informasjon om rabattordninger - Evt
5/26	Premiering aktivavslutning Diskusjon rundt hensikt og mål med aktivavslutningen. Opplevs som et “premiejag” og mye jobb og stor kostnad for utvalget (over 100 premier, trolig mer for 2026-sesongen). Det har også kommet tilbakemeldinger om at premiene ikke er “gode nok”. Det problematiseres også at etter endring av klasseinndeling på klubbmesterskap for de yngre klassene, kan det være at det kun er én utøver i klassen som ikke får premie. For de yngre kan premiering være en stor motivasjon for deltakelse, samt at det er stas å bli ropt opp på avslutningen. Ønskelig at aktivavslutningen først og fremst er en sosial sammenkomst. Eventuelt ha flere uttrekkspremier. Terminfesta løp: ≥ 20 løp premieres Treningsløp: ≥ 15 løp premieres Eikermesterskap: Forslag om diplom/ev.liten premie til D/H11-12, premie til klassevinner i øvrige klasser.
6/26	Fordeling av arbeidsoppgaver i utvalget Med utgangspunkt i klubbens administrative rutiner samt tidligere erfaringer med hvilke arbeidsoppgaver som ligger til utvalget, har alle utvalgsmedlemmene fylt ut et spørreskjema med hvilke oppgaver de ønsker seg i utvalget. - Treningsgruppe C/B: Geir og Eirik

	- Treningsgruppe A/B: Philippe, Anita, Dan, Sebastian/Hilde og Anne Marthe. Ansvarlige her må bistå C/B-gruppa. - Koordinere ledere på leire/samlinger: Anita - Stafettpåmeldinger og uttak til stafetter: Dan, Anita og Anne Marthe - Hovedansvarlige aktivavslutning: Hilde og Geir - Statistikk: Siri. Philippe og Anne Marthe kvalitetssjekker - Klubbavis: Felles ansvar, også oppfordre foreldre/utøvere til å bidra - Aktivitetsplan: Philippe - Klubbturer: Anne Marthe - Møtereferat: Rullering - EmiTag: Eirik - Søknader: Anne Marthe (ber om bistand ved behov) - Klubbtøy: Philippe
7/26	Eventuelt Nora Nathalie kommer med forslag om å bestille tjukkere vinterjakker/boblejakker. Philippe sjekker opp dette. Neste møte: 27.05 kl. 19.00