

ÅRSMELDING

2022-2023

Førde IL Langrennsgruppa



Førde IL Langrenn stilte med seks jenteløparar i samband med Hovedlandsrennet 2023 i Meråker.
F.v. Amanda Rørvik, Ingeborg Rørvik, Jenny Bjørkhaug, Othilie Bosdal Thorsen, Rebekka O. Lundekvam og
Aurora Furnes Degnepoll.

Innhold

Organisasjon	3
Informasjon	4
Trening	4
Sportslege tiltak	6
Arrangement	6
Prosjektet «Bli med»	9
Medlemmar	9
Resultat	10
Representasjon	14
Bekledning	15
Kjøkken-/ kioskgruppa	16
Økonomi	16
Oppsummering	17

Organisasjon

Styret frå 02.03.2022 – 27.03.2023

Yngve Thorsen	Leiar
Anders Bjørkhaug	Nestleiar og repr. sportsleg utval
Monica Otternes	Arrangement/ dugnad
Mariann A. Husa	Miljøansvarleg
Kristine Steindal	Premie og seremoni
Tonje Bjørset	Kafè og kjøkken
Lars Grøteide	Informasjon

Valnemnd

Gry Aase Alnes
Ørjan Igelkjøn

Sportsleg utval

Anders Bjørkhaug
Roger Øye Pollen
Lars Petter Degnepoll

Kjøkken-/ kioskgruppe

Tonje Bjørset



Bilete frå KM Langeland 2023

Andre funksjonar

Asgeir Tveit	Økonomi- og systemansvarleg
Bjørn Kristian Sunde	Ressurs marknadsarbeid
Anders Bjørkhaug	Laglege 1
Mariann A. Husa	Laglege 2

Styret 2022-2023

Styret har i perioden avvikla 9 styremøter, i tillegg har styret initiert trenarmøter vår og haust. Styret har også vore representert på Sogn og Fjordane Skikrins sine vår- og haustmøter.

Styret arbeider etter prinsippet om at kvart einskild styremedlem er knytt til ein eller fleire funksjonar eller ansvarsområde – oppgåvebasert arbeidsfordeling. Bakgrunnen for dette er målet om å drifte gruppa effektivt, samtidig som ein gjer arbeidet i styret interessant og oversiktleg.

Til tross for ei god arbeidsdeling har styret knytt til seg ekstra ressursar og kjøpt av tenester knytt til handsaming av økonomi og ulike administrasjonssystem:

- *KlubbAdmin, Sportsadmin, Samordna rapportering, Ajourhald av medlemsregister, Fakturering og Rekneskapsføring.*

Informasjon

Nettsidene og facebookside til langrennsgruppa er vår viktigaste informasjonskanal til medlemmane.

Det er verdt å merke seg at facebooksidene er svært mykje brukt, og ein ser tydeleg at denne kanalen ivaretek informasjonsbehovet i langrennsgruppa på ein god måte. Til dømes vert denne kanalen brukt i utstrakt grad i høve til løpande aktivitetar i samband med trening og arrangement.

For øvrig har ein den seinare tida i større grad tatt i bruk Instagram til å kommunisere med medlemsmassen og ålmenta. Her vert det m.a lagt ut informasjon om kva som skjer i langrennsgruppa, i tillegg til korte filmsnuttar og bileter frå våre aktivitetar.



Bilete frå KM friteknikk 2023 på Langeland

Trening

Ansvarlege trenarar 2022-2023

- 1.-4. kl. Asgeir Årdal, Eirin Hegrenes og Tonje Bjørset.
- 5.-6. kl.: Lars Petter Degnepoll og Kennet Dvergedal
- 7-8 kl: Anders Bjørkhaug og Frode Lundekvam.
- 9. kl. og el: Daniel Tormodset, Ole Martin Erdal og Ane Brekke.

Organisering av trening

- Gruppe 13 år og eldre:
 - o Fellestreningar heile året. To fellestreningar pr. veke.
 - o Vår/ sommar / haust: Rulleski, fjellturar, sirkeltrening, roleg langtur beina etc.
 - o Vinter: Skitrening etter timeplan - Langeland.
 - o Utøvarar på impuls-/ krinslag har i tillegg fått tilbod om felles styrketrening på Spenst ein gang i veka frå september t.o.m. desember.

- Gruppe 11-12 år:
 - Fellestrening frå oktober.
- Gruppe 9 – 10 år:
 - Fellestrening frå oktober.
- Gruppe 7 – 8 år:
 - Fellestrening frå oktober.

Rekruttering

Dei seinare åra har ein registrert nedgang i tal utøvarar på trening. Difor er det svært gledeleg at ein no ser ei auka rekruttering på i dei yngre årgangane. Samla er det ca. 80 born og unge som vekentleg deltek på langrennsgruppa sine fellestreningar. Noko av bakgrunnen for den auka rekrutteringa i dei yngre årsklassane er knytt til godt informasjonsarbeid i grunnskulane om langrennsgruppa sine aktivitetstilbod,



Informasjonsskriv som vart delt ut i samtlege 1.-4. klassar i Førde (hausten 2022).

Trenarmøter

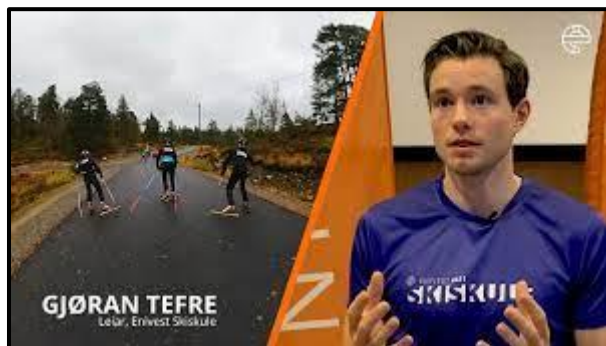
Det har vore avvikla trenarmøte gjennom sesongane, høvesvis i mai og september/oktober. Anders Bjørkhaug (styret/ sportsleg utval) har vore ansvarleg for gjennomføring av desse møta.

Hovudtema for desse møta er evaluering av førre sesong og planlegging av ny sesong.

Trenarmøta er også ein arena der ein arbeider med å få på plass trenarar i dei ulike treningsgruppene, i framkant av ny sesong.

Sportslege tiltak

- Meisterens Meister/ Premiefest - Langeland, 12. juni 2022
- Miljøsamling/ Veidekke Rulleskirenn - Langeland, 17. september 2022
- Enivest Skiskule – Langeland/ Førde, 07.-09. oktober 2022
- Enivest Rulleskirenn – Langeland, 09. oktober 2022
- Spenst Rulleskirenn – Langeland, 20. oktober 2022
- Grasrottrenarkurs – Langeland, 14. november 2022
- Skibytedag – Langeland, 20. november 2022
- Miljø- og familiehøg - Beitostølen, 25.-27. november 2022
-



Førde IL sin Gjørán Tefre er primusmotor for den årvisse Enivest Skiskule på Langeland.

Arrangement

Vinteren 2021/ 2022

Vinteren 2021 var i november, desember og januar prega av svært ustabile trenings- og konkurranseforhold på Langeland. I store delar av desember og januar har det vore lite snø, og marginale snøtilhøve. Langeland Skisenter kunne heller ikkje produsere kunstsno, ettersom vêrtypen var prega av mildvêr. I første halvdel av februar kom det monaleg med snø, og resten av sesongen var det gode snøtilhøve på Langeland.

Til tross for ein krevjande vinter vart det avvikla følgjande arrangement v/ Langeland Skisenter:

- **SSFkarusellrenn, 20.01.2022 (klubbrenn)**
- **SSFsprintstafett, 22.01.2022 (krinsrenn)**
- **SSFkarusellrenn, 01.02.2022 (klubbrenn)**
- **SSFkarusellrenn, 08.02.2022 (klubbrenn)**
- **SSFkarusellrenn, 16.02.2022 (klubbrenn)**
- **SSFskicross, 19.02.2022 (soneren)**
- **SSF KM klassisk, 20.02.2022 (krinsrenn)**
- **Kalsetrennet, 27.02.2022 (krinsrenn/ KM Langdistanse)**
- **SSFkarusellrenn, 01.03.2022 (klubbrenn)**
- **SSFkarusellrenn, 08.03.2022 (klubbrenn)**
- **SSFCup Finale, 20.03.2022 (krinsrenn)**

Det er elles verdt å merke seg at det tradisjonsrike Ribberennet som opphavelig skulle avviklast i romjula 2021 vart avlyst grunna manglande snøtilhøve v/ Langeland Skisenter.

Vidare er samtlege skirenn i 2021 og 2022 avvikla i tråd med Regjeringa, FHI og Norges Skiforbund sine retningslinjer i høve til smittevern.

Langrennsgruppa i Førde IL samarbeider med Gaular IL om gjennomføring av skirenn på Langeland. Samarbeidet mellom klubbane er positivt for dei aktive i klubbane, og felles arrangement er hensiktsmessig all den tid ein nyttar Langeland Skisenter i fellesskap.

Vinteren 2022/ 2023

Vinteren 2022 starta noko trått med lite snø, men i slutten av november kom det ein betydeleg periode med svært kaldt vær, og Langeland skisenter produserte kunstsno i overkant av 2 km i traseane på Langeland.

I tillegg til rikeleg med kunstsno kom det også noko natursno i januar, men vertypen på Langeland er ustabil, og på nytt viser det seg at ein er avhengig av kunstsno for å sikre stabile trenings- og konkurransetilhøve. Takka vere produksjon av kunstsno har ein hatt stabile snøforhold ved Langeland Skisenter frå begynnelsen av desember og ut sesongen.

I skrivande stund er følgjande arrangement avvikla v/ Langeland skisenter sesongen 2022/ 2023:

- **Ribberennet, 27.12.2022**
- **SSFkarusellrenn, 10.01.2023**
- **SSFkarusellrenn, 17.01.2023**
- **SSF KM Friteknikk, 27.01.2023**
- **SSF KM Sprint Friteknikk, 28.01.2023**
- **SSF KM Klassisk, 29.01.2023**
- **SSFkarusellrenn, 07.02.2023**
- **SSFkarusellrenn Lagsmeisterskap Friteknikk, 14.02.2023**
- **Veidekke Kalsetrennet, 26.02.2023**
- **SSF soneren, 05.03.2023**
- **SSFkarusellrenn, 07.03.2023**
- **SSFkarusellrenn, Lagsmeisterskap Klassisk, 14.03.2023**

Langrennsgruppa i Førde IL samarbeider med Gaular IL om gjennomføring av skirenn på Langeland. Samarbeidet mellom klubbane er positivt for dei aktive i klubbane, og felles arrangement er hensiktsmessig all den tid ein nyttar Langeland Skisenter i fellesskap.



I samband med KM helga, 27.-29. januar 2023 avvikla Førde IL og Gaular IL bankett og premieutdeling på Scandic Sunnfjord Hotell i Førde. Arrangementet vart avvikla i samarbeid med Sogn og Fjordane Skikrins, og var ein del av skikrinsen si 100-årsmarkering i 2023.

Spenst RullskiCup

Hausten 2022 avvikla langrennsgruppa tre rulleskiarrangement på Langeland:

- 1) Veidekke Rulleskirenn, 17. september 2022
- 2) Enivest Rulleskirenn, 09. oktober 2022
- 3) Spenst Rulleskirenn, 20. oktober 2022



Bilete frå rulleskiløypa på Langeland.

Premiefesten

Den årvisse premiefesten vart til liks med dei siste åra avvikla utandørs v/ Langeland Skisenter. Arrangementet gjekk av stabelen 12. juni 2023.

Samstundes med premiefesten avvikla langrennsgruppa Meisterens Meister, med eit allsidig konkurranseprogram.

Prosjektet «Bli med»

Dette er Førde Langrenn si satsing på nyrekruttering av barn og unge under 18 år. Ein av barrierane for at born skal begynne med langrenn, og fortsette med langrenn, er i mange tilfelle føresette sin manglande kunnskap om utstyr og smøring av ski.

Førde Langrenn har frå sesongen 2023 sett i verk fleire tiltak som skal redusere barrieren for deltaking i langrennsgruppa sine primæraktivitetar.

Føremålet er dessutan å redusere kostnadene med å delta i langrennssporten og skape like føresetnader for alle deltakarane. Dette vil også redusere fokuset på dyrt utstyr og auke fokuset på berekraft.

Så langt har ein innført gratis smørehjelp på alle renn i SSFkarusellen f.o.m. februar 2023.

Målet er at dette skal bli ei varig ordning. I tillegg har ein konkrete planar om å setje i verk fleire smørekurs for langrennsgruppa sine medlemmer.

Prosjektet/ tiltaka vert gjennomført i nært samarbeid med Sparebanken Sogn og Fjordane og Gjensidigestiftelsen.

Medlemmar

Totalt er det registrert 312 medlemmar via *Samordna rapportering* (NIF). Det har tidlegare vore ei positiv utvikling i medlemsmassen over ei årrekke, men dei siste åra har ein opplevd tilbakegang i medlemsmassen, noko som også er ein trend på landsbasis.



Ein ivrig Førde-gjeng på trening julafta 2022.

Bak f.v.: Aksel Bjørkhaug, Even Bjørkhaug, Andreas O. Lundekvam, Tor Alnes Litsheim, Gjørn Tefre, Thomas Tefre, Niklas Bosdal Thorsen, Erik Alnes Litsheim, Martin Espe.

Framme f.v.: Jenny Bjørkhaug, Othilie Bosdal Thorsen, Rebekka O. Lundekvam, Aurora F. Degnepoll og Linnea Lundekvam.

Resultat

I oversikten under finn ein resultat frå internasjonale- og nasjonale konkurransar med deltaking av utøvarar frå Førde IL sesongen 2022-2023 (per medio mars 2023).

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
FIS Beitostølen	18.11.2022	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint C	Nr. 9
FIS Beitostølen	20.11.2022	Gjørn Tefre	M sr.	10km F	Nr. 73
FIS Gålå	25.11.2022	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint F	Nr. 2
FIS Gålå	26.11.2022	Gjørn Tefre	M sr.	10km F	Nr. 71
FIS Gålå	27.11.2022	Gjørn Tefre	M sr.	20km C M	DNS
WC Lillehammer	03.12.2022	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint F	Nr. 16
WC Davos	17.12.2022	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint F	Nr. 12
SC Falun	13.01.2023	Gjørn Tefre	M sr.	10km F	Nr. 4
SC Falun	14.01.2023	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint C	DNS
SC Falun	15.01.2023	Gjørn Tefre	M sr.	30km C M	DNS
NM Vind	19.01.2023	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint F	Nr. 11
WC Livigno	21.01.2023	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint F	Nr. 21
NC Åsen	17.02.2023	Gjørn Tefre	M sr.	20km F M	Nr. 6
NC Åsen	18.02.2023	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint F	Nr. 4
NC Åsen	19.02.2023	Gjørn Tefre	M sr.	10km C	Nr. 8
SC Madona	03.03.2023	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint F	Nr. 4
SC Madona	04.03.2023	Gjørn Tefre	M sr.	10km F	Nr. 4
SC Madona	05.03.2023	Gjørn Tefre	M sr.	20km C	DNS
NC Veldre sag	10.03.2023	Gjørn Tefre	M sr.	Sprint C	Nr. 8
NC Veldre sag	11.03.2023	Gjørn Tefre	M sr.	10km C	Nr. 18
NC Veldre sag	12.03.2023	Gjørn Tefre	M sr.	10km F	Nr. 6

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
FIS Beitostølen	18.11.2022	Ivar Nistad	M sr.	Sprint C	Nr. 78
FIS Beitostølen	19.11.2022	Ivar Nistad	M sr.	10km C	Nr. 129
FIS Gålå	25.11.2022	Ivar Nistad	M sr.	Sprint F	Nr. 75
FIS Gålå	26.11.2022	Ivar Nistad	M sr.	10km F	Nr. 131
FIS Gålå	27.11.2022	Ivar Nistad	M sr.	20km F M	Nr. 132
NM Vind	19.01.2023	Ivar Nistad	M sr.	Sprint F	Nr. 86
NM Vind	20.01.2023	Ivar Nistad	M sr.	15km F	Nr. 143
NC Åsen	17.02.2023	Ivar Nistad	M sr.	20km F M	Nr. 103
NC Åsen	18.02.2023	Ivar Nistad	M sr.	Sprint F	Nr. 76
NC Åsen	19.02.2023	Ivar Nistad	M sr.	10km C	Nr. 128
NC Veldre Sag	10.03.2023	Ivar Nistad	M sr.	Sprint C	Nr. 105
NC Veldre Sag	11.03.2023	Ivar Nistad	M sr.	10km C	Nr. 157
NC Veldre Sag	12.03.2023	Ivar Nistad	M sr.	10km F	Nr. 114

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	Sprint C	Nr. 45
NC Lillehammer	07.01.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	10km F	Nr. 16
NC Lillehammer	08.01.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	15km C	Nr. 12
NC Voss	10.02.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	Sprint F	Nr. 48
NC Voss	11.02.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	10km F	Nr. 10
NC Voss	12.02.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	7,5km C	Nr. 28

Jr. NM Alta	03.03.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	10km F	DNF
Jr. NM Alta	04.03.2023	Aksel Bjørkhaug	M18	15km C	Nr. 34

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	Sprint C	Nr. 44
NC Lillehammer	07.01.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	10km F	Nr. 38
NC Lillehammer	08.01.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	15km C	Nr. 50
NC Voss	10.02.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	Sprint F	Nr. 28
NC Voss	11.02.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	10km F	Nr. 36
NC Voss	12.02.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	7,5km K	Nr. 51
Jr. NM Alta	03.03.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	10km F	Nr. 37
Jr. NM Alta	04.03.2023	Magnus F. Degnepoll	M18	15km C	Nr. 60

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Stian V. Helle	M18	Sprint C	Nr. 77
NC Lillehammer	07.01.2023	Stian V. Helle	M18	10km F	Nr. 61
NC Lillehammer	08.01.2023	Stian V. Helle	M18	15km C	Nr. 58
NC Voss	10.02.2023	Stian V. Helle	M18	Sprint F	Nr. 86
NC Voss	11.02.2023	Stian V. Helle	M18	10km F	Nr. 54
NC Voss	12.02.2023	Stian V. Helle	M18	7,5km K	Nr. 67
Jr. NM Alta	03.03.2023	Stian V. Helle	M18	10km F	Nr. 89
Jr. NM Alta	04.03.2023	Stian V. Helle	M18	15km C	Nr. 59

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Martin Espe	M19/20	Sprint C	Nr. 163
NC Lillehammer	07.01.2023	Martin Espe	M19/20	10km F	Nr. 168
NC Lillehammer	08.01.2023	Martin Espe	M19/20	15km C	Nr. 132
NC Voss	10.02.2023	Martin Espe	M19/20	Sprint F	Nr. 164
NC Voss	11.02.2023	Martin Espe	M19/20	10km F	Nr. 168
NC Voss	12.02.2023	Martin Espe	M19/20	10km C	Nr. 162

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Thomas Tefre	M19/20	Sprint C	Nr. 152
NC Lillehammer	07.01.2023	Thomas Tefre	M19/20	10km F	Nr. 120
NC Lillehammer	08.01.2023	Thomas Tefre	M19/20	15km C	Nr. 94
NC Voss	10.02.2023	Thomas Tefre	M19/20	Sprint F	Nr. 124
NC Voss	11.02.2023	Thomas Tefre	M19/20	10km F	Nr. 114
NC Voss	12.02.2023	Thomas Tefre	M19/20	10km C	Nr. 129
Jr. NM Alta	03.03.2023	Thomas Tefre	M19/20	10km F	Nr. 120
Jr. NM Alta	04.03.2023	Thomas Tefre	M19/20	20km C	Nr. 112

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Voss	10.02.2023	Elias A. Husa	M19/20	Sprint F	Nr. 141
NC Voss	11.02.2023	Elias A. Husa	M19/20	10km F	Nr. 131
NC Voss	12.02.2023	Elias A. Husa	M19/20	10km C	Nr. 126
Jr. NM Alta	03.03.2023	Elias A. Husa	M19/20	10km F	Nr. 122
Jr. NM Alta	04.03.2023	Elias A. Husa	M19/20	20km C	Nr. 92

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	Sprint C	Nr. 147
NC Lillehammer	07.01.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	10km F	Nr. 155
NC Lillehammer	08.01.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	15km C	Nr. 127
NC Voss	10.02.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	Sprint F	Nr. 140
NC Voss	11.02.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	10km F	Nr. 142
NC Voss	12.02.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	10km C	Nr. 153
Jr. NM Alta	03.03.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	10km F	Nr. 144
Jr. NM Alta	04.03.2023	Erik A. Litsheim	M19/20	20km C	Nr. 130

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	Sprint C	Nr. 89
NC Lillehammer	07.01.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	10km F	Nr. 82
NC Lillehammer	08.01.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	15km C	Nr. 72
NC Voss	10.02.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	Sprint F	Nr. 83
NC Voss	11.02.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	10km F	Nr. 94
NC Voss	12.02.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	10km C	Nr. 73
Jr. NM Alta	03.03.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	10km F	Nr. 94
Jr. NM Alta	04.03.2023	Linnea Lundekvam	K19/20	15km C	Nr. 87

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Jenny Sølvberg	K18	Sprint C	Nr. 68
NC Lillehammer	07.01.2023	Jenny Sølvberg	K18	5km F	DNF
NC Lillehammer	08.01.2023	Jenny Sølvberg	K18	10km C	DNF

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Niklas B. Thorsen	M17	Sprint C	Nr. 48
NC Lillehammer	07.01.2023	Niklas B. Thorsen	M17	10km F	Nr. 33
NC Lillehammer	08.01.2023	Niklas B. Thorsen	M17	15km C	Nr. 10
NC Voss	10.02.2023	Niklas B. Thorsen	M17	Sprint F	Nr. 56
NC Voss	11.02.2023	Niklas B. Thorsen	M17	10km F	Nr. 9
NC Voss	12.02.2023	Niklas B. Thorsen	M17	5km C	Nr. 15
Jr. NM Alta	03.03.2023	Niklas B. Thorsen	M17	10km F	Nr. 23
Jr. NM Alta	04.03.2023	Niklas B. Thorsen	M17	10km C	Nr. 17

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Ludvig Rørvik	M17	Sprint C	Nr. 65
NC Lillehammer	07.01.2023	Ludvig Rørvik	M17	10km F	Nr. 68
NC Lillehammer	08.01.2023	Ludvig Rørvik	M17	15km C	Nr. 59
NC Voss	10.02.2023	Ludvig Rørvik	M17	Sprint F	Nr. 81
NC Voss	11.02.2023	Ludvig Rørvik	M17	10km F	Nr. 91
NC Voss	12.02.2023	Ludvig Rørvik	M17	5km C	Nr. 46
Jr. NM Alta	03.03.2023	Ludvig Rørvik	M17	10km F	Nr. 69
Jr. NM Alta	04.03.2023	Ludvig Rørvik	M17	10km C	Nr. 90

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
Jr. NM Alta	03.03.2023	Martinius Årdal	M17	10km F	Nr. 113
Jr. NM Alta	04.03.2023	Martinius Årdal	M17	10km C	Nr. 130

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
NC Lillehammer	06.01.2023	Tor A. Litsheim	M17	Sprint C	Nr. 133
NC Lillehammer	07.01.2023	Tor A. Litsheim	M17	10km F	Nr. 143

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	David Engesæter	G15	Sprint F	Nr. 32
HL Meråker	25.02.2023	David Engesæter	G15	5km C	Nr. 30

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	Othilie B. Thorsen	J15	Sprint F	Nr. 23
HL Meråker	24.02.2023	Othilie B. Thorsen	J15	LC	Nr. 19
HL Meråker	25.02.2023	Othilie B. Thorsen	J15	5km C	Nr. 31

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	Amanda Rørvik	J15	Sprint F	Nr. 78
HL Meråker	25.02.2023	Amanda Rørvik	J15	5km C	Nr. 86

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	Jenny Bjørkhaug	J16	Sprint F	Nr. 43
HL Meråker	24.02.2023	Jenny Bjørkhaug	J16	LC	Nr. 33
HL Meråker	25.02.2023	Jenny Bjørkhaug	J16	5km C	Nr. 20

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	Rebekka Lundekvam	J16	Sprint F	Nr. 56
HL Meråker	25.02.2023	Rebekka Lundekvam	J16	5km C	Nr. 50

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	Aurora Degnepoll	J16	Sprint F	Nr. 57
HL Meråker	24.02.2023	Aurora Degnepoll	J16	LC	Nr. 24
HL Meråker	25.02.2023	Aurora Degnepoll	J16	5km C	Nr. 75

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	Ingeborg Rørvik	J16	Sprint F	Nr. 101
HL Meråker	25.02.2023	Ingeborg Rørvik	J16	5km C	Nr. 79

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
HL Meråker	24.02.2023	Steffen Helle	G16	Sprint F	Nr. 145
HL Meråker	25.02.2023	Steffen Helle	G16	7,5km C	Nr. 119

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
Ungd. Holmenkollrenn	04.02.2023	Oskar L. Optun	G13	3km K	Nr. 138
Ungd. Holmenkollrenn	05.02.2023	Oskar L. Optun	G13	3km F	Nr. 133

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
Ungd. Holmenkollrenn	04.02.2023	Ida Frøysland	J14	3km K	Nr. 37
Ungd. Holmenkollrenn	05.02.2023	Ida Frøysland	J14	3km F	Nr. 23

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
Ungd. Holmenkollrenn	04.02.2023	Even Bjørkhaug	G14	3km K	Nr. 25
Ungd. Holmenkollrenn	05.02.2023	Even Bjørkhaug	G14	3km F	Nr. 46

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
Ungd. Holmenkollrenn	04.02.2023	Andreas Lundekvam	G14	3km K	Nr. 34
Ungd. Holmenkollrenn	05.02.2023	Andreas Lundekvam	G14	3km F	Nr. 22

Arrangement	Dato	Utøvar	Klasse	Øving	Resultat
Ungd. Holmenkollrenn	05.02.2022	David A. Husa	G14	3km K	Nr. 17
Ungd. Holmenkollrenn	06.02.2022	David A. Husa	G14	3km F	Nr. 35

Representasjon

Førde IL Langrenn har følgjande representasjon på region- og krinslag 2022-2023:

- Aksel Bjørkhaug, krinslag
- Aurora F. Degnepoll, krinslag impuls
- Elias A. Husa, krinslag
- Erik A. Litsheim, krinslag
- Gjørn Tefre, Team Elon Vest
- Guri Line Brekke, krinslag
- Ingeborg Rørvik, krinslag impuls
- Ivar Nistad, krinslag
- Jenny Bjørkhaug, krinslag impuls
- Jenny Sølvberg, krinslag
- Linnea O. Lundekvam, krinslag
- Mali Engesæter, krinslag
- Martin Espe, krinslag
- Martinius Årdal, krinslag
- Niklas B. Thorsen, krinslag
- Rebekka O. Lundekvam, krinslag impuls
- Sivert Høyvik, krinslag impuls
- Sondre Hofstad, krinslag
- Steffen Vårdal Helle, krinslag impuls
- Stian Vårdal Helle, krinslag
- Thomas Tefre, krinslag
- Tor Alnes Litsheim, krinslag impuls



Vinnarar av Ribberennet 2022.
Gjøran Tefre (Førde IL) og Maren Hjelmeset Kirkeide (Markane IL).

Bekledning

Førde IL Langrenn har til sesongen 2022-2023 vidareført samarbeidsavtalen med Trimtex. I samband med avtalen er det utarbeida kolleksjon for klubbekledning. Utøvarar og andre kan bestille kleda via Trimtex sin nettbutikk (webshop).



Kjøkken-/ kioskgruppa

Det vart avvikla møte kafegruppa i mai -22 med vedtak om opningstider og oppgåver for den komande sesongen. Opningstider har vore kvar søndag, i tillegg til karusellrenn og renn i helgane. Kafeen har vore open etter dugnadsplanen, med unntak av ei helg med store nedbørsmengder. Kafeen har også vore open ein ekstra laurdag. Det har stort sett vore god aktivitet i kaféen i opningstida.

Kaféen har stilt med kveldsmat på første skitreninga på Langeland for sesongen, og det er også planlagt kveldsmat i skihytta som avslutning for sesongen. På karusellrenn 5 var det gratis vaflar til alle barna som deltok på rennet.

Økonomi

Langrennsgruppa har over ei årrekke hatt ein stabil økonomi. For 2022 vart det eit årsresultat på kr – 66 638,-. Eit negativt avvik på kr. 32 639,- i høve til budsjett.

Resultatrapport			
Førde Idrettslag - Langrenn 934429605			
Regnskapsår: 01.01.2022 - 31.12.2022			
Gjelder periode: 01.01.2022 - 31.12.2022 Periode fg år: 01.01.2021 - 31.12.2021			
	Periode	Akkumulert	Periode fg år
Driftsinntekter			
3120 Salgsinntekt tjenester, innenlands, avgiftsfr	0,00	0,00	600,00
3123 Sponsorinntekter	146 500,00	146 500,00	123 500,00
3205 Kioskøl under arrangement	19 288,50	19 288,50	78,60
3206 Kioskøl	8 881,53	8 881,53	1 341,08
3249 Startpengar karusellrenn	33 856,87	33 856,87	36 040,04
3250 Startpengar	48 358,03	48 358,03	28 903,03
3251 Arrangerhjelp	39 925,00	39 925,00	22 750,00
3301 Momskompensasjon frå Førde IL	57 525,56	57 525,56	39 097,00
3400 Spesielle offentlege tilskot	40 000,00	40 000,00	40 251,00
3401 Tilskot frå Førde IL	133 000,00	133 000,00	309 614,00
3403 Tilskot frå private	0,00	0,00	15 000,00
3930 Treningsavgifter	66 598,52	66 598,52	40 848,74
3932 Deltakaravgift	36 700,00	36 700,00	40 000,00
	630 634,01	630 634,01	698 023,49
Driftskostnader			
4400 Innkjøp til kiosk	-25 250,86	-25 250,86	-1 482,40
5330 Godtgjersler til styremedlemmer og trenarar	-46 000,00	-46 000,00	-59 250,00
6010 Avskrivningar	-35 988,00	-35 988,00	-20 000,00
6300 Leige lokale	-72 900,00	-72 900,00	-28 255,00
6490 Annan leigekostnad	-12 406,44	-12 406,44	-79 000,00
6540 Inventar (Res)	-14 982,90	-14 982,90	0,00
6550 Driftsmateriale	-475,00	-475,00	-59,00
6570 Arbeidsskilt og verneutstyr	-219,00	-219,00	-7 168,00
6591 Premiar	-31 574,25	-31 574,25	-11 428,81
6620 Reparasjon og vedlikehold utstyr	0,00	0,00	-3 192,50
6700 Revisjons- og rekneskapshonorar	-30 800,00	-30 800,00	-28 900,00
6730 Trenarutgifter	-88 644,28	-88 644,28	-94 775,18
6810 Datakostnad	-4 005,60	-4 005,60	-4 776,75
6820 Trykksaker	-1 059,51	-1 059,51	-4 875,00
6860 Møte, kurs, oppdatering etc.	-2 209,60	-2 209,60	-1 845,00
6861 Startkontingentar	-47 047,00	-47 047,00	-29 035,00
6891 Andre kostnader	-17 914,04	-17 914,04	-23 571,83
7141 Reisekostnader, refusjonar	-75 500,00	-75 500,00	-3 978,00
7162 Beverning	-4 323,00	-4 323,00	0,00
7320 Reklamekostnader	-22 054,38	-22 054,38	0,00
7410 Kontingent	-17 650,00	-17 650,00	-16 251,00
7411 Refusjon krinslagskontingent	-136 250,00	-136 250,00	-119 000,00
7430 Gåver	-4 500,00	-4 500,00	-1 199,00
7600 Lisensavgifter og royalties	-9 385,00	-9 385,00	-9 252,50
7777 Bankgebyr	-453,00	-453,00	-393,50
	-701 591,86	-701 591,86	-547 688,47
Driftsresultat	-70 957,85	-70 957,85	150 335,02
Finansielle poster			
8040 Renteinntekter	4 319,00	4 319,00	1 392,00
Ordinært resultat før skatt	-66 638,85	-66 638,85	151 727,02
Ordinært resultat	-66 638,85	-66 638,85	151 727,02
https://eaccountingprinting.vismaonline.com/Printing/IncomeStatementReportPdf.aspx?printJobId=27769213-3679-495b-a6e0-6206b6345c5a&re...			
18.02.2023, 14:55			
Printing Masterpage			
Årsresultat	-66 638,85	-66 638,85	151 727,02

Oppsummering

Det er eit stort engasjement i arbeidet rundt langrennsgruppa i Førde IL, og dugnaden knytt til vår organisasjon er den viktigaste ressursen i langrennsmiljøet i Førde. Dugnadsånda er utan tvil grunnpilaren i vårt miljø. Det er difor svært viktig at dugnadsånda i langrennsgruppa vert teke vare på i framtida. Dugnad gjev fellesskap, og det er viktig at arbeidet vert opplevd som frivillig, sosialt og morosamt.

Styret i langrennsgruppa vil med dette rette ein stor takk til alle som bidreg til vårt langrennsmiljø. Utan trenarar, støtteapparat, tidtakarar, måldommarar, kioskvakter, parkeringsvakter, løypevakter osv. er det umogleg å sikre ei god drift av Førde IL Langrenn.

Tusen takk til dykk alle!

Aktiviteten til langrennsgruppa krev eit stort apparat, både i forhold til trening, arrangement og generell drift. Karusellrenn krev ein dugnadsstab på vel 20 personar, medan SSF Cup/krinsrenn krev om lag 30 personar pr. arrangement. I tillegg kjem planlegging, førebuing og administrative oppgåver knytt til arrangementa.

Rulleskianlegget på Langeland gjev langrennsgruppa gode føresetnader for trening og aktivitet på lukka/ sikra område. Dette anlegget er svært positivt for gruppa og våre utøvarar i barmarkssesongen. Lokalt gjev dette langrennsgruppa gode føresetnader i høve treningstilbod og rekruttering. Vår, sommar og haust 2022 har ein i større grad enn tidlegare nytta rulleskianlegget til fellestreningar og arrangement.

At Langeland Skisenter har ei god drift av snøproduksjonsanlegget er vesentleg viktig for å sikre gode stabile snøtilhøve på Langeland. Snøproduksjonsanlegget er eit godt døme på den dugnadsbaserte drifta som er utgangspunktet for det aller meste av aktivitet i gruppa. Når det gjeld snøproduksjonen vert denne utført i regi av Langeland Skisenter, i samarbeid med Førde IL og Gaular IL.

Sportsleg er det Gjørán Tefre som hevdar seg i tetbilde nasjonalt og internasjonalt, men det er svært kjekt å sjå at det gror godt med unge lovande langrennsløparar frå Førde IL. Resultatstatistikken for 2023 viser at fleire utøvarar frå Førde IL hevdar seg godt nasjonalt i aldersbestemte klassar og på juniorsida.



I samband med Kong Haralds Ungdomsstafett i Holmenkollen 2023 bestod Sogn og Fjordane Skikrins sitt lag av kun utøvarar frå Førde IL Langrenn.

F.v. Steffen Vårdal Helle, David Engesæter, Jenny Bjørkhaug og Othilie Bosdal Thorsen

Når det gjeld rekruttering til langrennsgruppa er det pr. 2023 grunn til å bekymring, likevel ser ein ei auke i tal born som deltek på trening i dei yngre årsklassane. Dette skyldast gode trenarar og eit planmessig arbeid frå styret si side.

Til slutt rettar styret ei stor takk til våre samarbeidspartnarar og sponsorar som i stor grad gjer det mogleg for Førde IL Langrenn å legge til rette for gode aktivitetstilbod.

Nyttar også høve til å takke styret i Langeland Skisenter for godt samarbeid og felles innsats til beste for langrennssporten i området vårt.

Førde, 20.03.2023

Yngve Thorsen /s/
Førde IL Langrenn

Styreleiar