

TILTAKSPLAN FOR KOLBOTN & SKIMT OL, SESONGEN 2019

Tiltaksområde	NOFs strategi	Mål	Tiltak	Hvordan	Tidspunkt	Ønsket resultat	Ansvarlig
	2018-2020						
	2.Barn, ungdom og utvikling	11 000 aktivemedlemmer blant barn og ungdom					
Nye rekrutter		25 nye barn/unge deltar på o-kurs + 15 foreldre	Markedsføre o-kurset	Utarbeide invitasjon som legges i 1000 Skautraverkonvolutter	januar	Alle som går tur-o får	Sissel
				Omtale/artikkel om o-kurset i Oppegårds Avis og Østlandets Blad. Innlegg Facebook	Senest 7.april		Sissel
				Lage en plan for hele o-kurset med enkelt opplegg med fart og moro. Starte med o-lek.	uke 10-11		Sissel, Marit, Kolbjørn, Lene
				Motivere å få med medlemmer fra K&S til å bistå på grunnkurs og rekrutteringstrening.	uke 14-15		Sissel og Trond
			Gjennomføre o-kurs 3 kvelder fra Langhus skole	Gjennomføre grunnkurset med enkelt opplegg med fart og moro, standarisering. Starte med o-lek knyttet til tema for kvelden. Oppstart onsdag 24.april med start inne med filmsnutter.	uke 17- 20	Godt opplegg som overrasker positivt	Sissel, Marit, Kolbjørn, Lene
				Sosialt opplegg boller, kaker,kaffe og saft.	uke 17-20		Trond, Sissel
		10 deltakere på kurset fortsetter å delta på o-aktiviteter		Informere foreldre om o-kurset og videre oppfølging, samt forventninger til dem. Motivere dem til å delta selv	uke 17 - 20		Sissel, Marit, Kolbjørn, lene
				Få alle deltakerne på o-kurset + foreldre med på klubbens arrangement på Verdens O-dag 22.mai, Utdeling T-skjorter	uke 17-21		Sissel, Marit, Kolbjørn, Lene, Trond

Tiltaksområde	NOFs strategi	Mål	Tiltak	Hvordan	Tidspunkt	Ønsket resultat	Ansvarlig
Revene	Skal tilby aktiviteter som fremmer sosialt felleskap, utvikling, deltakelse og	10-12 deltakere	Rekrutttrening	Rekrutt-trening med fart og moro som utvikler o-ferdighetene. Løypetilbudet skal legges til rette for mestring og utvikling.	uke 17 - 39	Øke o- aktiviteten blant rekrutter	Håvard og Solvår
			Innetrening	Informere om innetrening på Hebekk skole	januar - mars		Trond, Håvard
		8 deltakere O-troll		Oppfordre til å delta på O-Troll leir 14.-15.september, ÅS -NMBU	juni		Håvard, Solvår, Trond
			Rekruttkarusell	Informere om rekruttkarusellen og o-aktiviteter 2018	uke 17		Håvard, Solvår, Trond
		12 reverer deltar	Foll-o-karusellen	Motivere rekruttene til å delta på Foll-o-karusellen og informere foreldrene om den.			Håvard, Solvår, Trond
			Info om o-sesongen	Lage en sesongplan over klubbaktiviteter, stafetter, viktige løp og samlinger			Håvard
		15 gjennomfører rekruttkarusellen	Rekruttkarusellen	Registrere poeng etter poengsystem ved deltakelse i o-kurs, rekrutttrening, Foll-o-karusell, Klubbmesterskap, O-troll-leir, andre løp	uke 17 - 40		Trond, Håvard, Sissel
				Send ut status for poeng på epost	hver måned mai- oktober		Trond og Håvard
				Premiering til de som samler minst 20 poeng i rekruttkarusellen ved sesongavslutningen Kråkstad Grand Prix	Oktober/november		Trond og Håvard
				Arrangere fellestur med overnatting	Vår		Håvard, John, Trond
				Arrangere hyttetur/treningssamling	Høst		John, Håvard, Trond
Revene		8 - 10 deltakere	Innetrening Hebekk skole	Innetrening hver onsdag kl. 18.00 på Hebekk skole med o-preget trening i gymsal	9.jan -		Trond, Linda
Elgene		8- 10 deltakere	Trening fra Hebekk skole	Løping og gate-o-løp fra Hebekk skole kl 18.00	9.jan.		John

Tiltaksområde	NOFs strategi	Mål	Tiltak	Hvordan	Tidspunkt	Ønsket resultat	Ansvarlig
Elgene	Orientering er attraktive for dagens ungdom	15 deltakere		Fremme sosialt fellesskap og gode møteplasser for et variert trenings- og konkurransetilbud med fokus på læring, mestring og utvikling			John og Trond
				Send ut informasjon om Ungdomskarusellen	før uke 17		Trond
				Orienteringstrening	uke 14 - 21		John og Trond
				Tilby ekstratrening og vurdere videreføring	uke 2-14		John
				Arrangere fellestur til Tiomila	26.-28.april		Pamela, Bengt
				Få med deltakere på Foll-o-karusellen			John og Trond
				Informere om stafetter - delta på 15-manns, Kvist kvaset, KM	hele sesongen		John og Trond
				Klubbmesterskap med sosialt samvær i sommersesongen. Alle med.			
		5 deltakere		Aktuelle deltar i Hovedløpet og o-landsleirn 2.-7.august på Tynset			John og Trond
		5 deltakere		Oppfordre til deltagelse kretsens ungdomsleir29.-31.mars Asker og 14.-16.juni Tyrving			John og Trond
				Arrangere felles tur med overnatting	Vår		John, Håvard, Trond
				Arrangere hyttetur/treningssamling			
				Arrangere nattløp i nærmiljøet ut november	uke 41 - 48		RG
				Kråkstad Grand Prix, avslutning, premiering rekruttkarusell	Oktober/november		Elgene + John
		20 deltakere	ungdoms-karusellen	Registrere poeng etter poengsystemet ved deltakelse i treningsløp, Foll-o-karusellen, Klubbmesterskap, O-troll-leir, Andre o-løp, Sesongavslutning KSOL	uke 20 -43	Øke o- aktiviteten blant ungdom	Trond og John
				Premiering til de som har samlet minst 25 poeng i ungdoms-karusellen ved sesongavslutningen Kråkstad Grand Prix	Oktober/november		Trond og John
				Send ut informasjon om trening og løp på email, web	ukentlig		Trond

Tiltaksområde	NOFs strategi	Mål	Tiltak	Hvordan	Tidspunkt	Ønsket resultat	Ansvarlig
Verdens o-dag 22.mai - o-uke 15.-22.mai		800 deltar på verdens o-dag	Markedsføre verdens o-dag	Prøve å få kommunene (Oppegård og Ski) til å markedsføre stolpejakt og verdens o-dag overfor skolene	uke 14	Øke kjennskapen til orientering blant flere barn og unge	Sissel, Dag, Geir
	Bidrar til at kompetansemålene for orientering i lærerplanen blir oppfylt	500 elever deltar på verdens o-dag	Opplegg for skoler	Info om Verdens O-dag og foreslå for skolene at de bruker denne dagen til stolpejakt- aktivitet	uke 14		Sissel
				Få elevene til å registrere stolpefunn den 23.mai, så de teller under verdens o-dag			
				Be lærerene sende oss oversikt over deltakelse fra skolen	uke 22		Sissel
		K&S medlemmer, deltakere o-kurs m/foreldre gjennomfører o-aktivitet	Klubbarrangement 22.mai	Informere klubbens medlemmer og deltakere på o-kurs om verdens o-dag	uke 19 - 20	100 deltakere	Trond, Håvard, John, Sissel
				Ha O-aktivitet hvor alle kan delta 22.mai			Håvard, Trond, John
Andre rekrutterings aktiviteter		Gjøre orientering kjent	Arrangere orienterings aktivitet ved andre klubbers arrangement				
				Gjennomføre et orienteringsopplegg en kveld for Allidretten i Langhus IL	Vår		Sissel
				Gjennomføre et orienteringsopplegg en kveld for Allidretten i Ski IL	vår		Sissel og Geir
				Gjennomføre et orienteringsopplegg en dag for Idrettscamp Ski IL	1.uka i skoleferien		Geir
				Gjennomføre et orienteringsopplegg på aktivitetsdagen til Langhus IL	lørdag, vår		Sissel og Kolbjørn

Tiltaksområde	NOFs strategi	Mål	Tiltak	Hvordan	Tidspunkt	Ønsket resultat	Ansvarlig
				Gjennomføre et orienteringsopplegg på aktivitetsskole/SFO Oppegård	vår		Jon
				Orienteringsopplegg på Eventyrfestivalen Kolbotn	2.søndag sept		Anne Marit og Jon
				Orienteringsopplegg på "Ut på tur " i Ski	Oktober		Kolbjørn
	1. Mosjonsorientering og rekruttering	NOF har 27 000 medlemmer					
				Tur-o, Skautravern			
Tur-o	Synlige og attraktive mosjonstilbud i nærmiljø	Arrangere Skautravern for å fremme orientering og folkehelsen	Planlegge Skautraverses ongen	Bestemme område og kart og møte med historielagene om kulturposter	aug/sept året før		Anne Marit og komiteen
				Planlegging av løypetraseer, sondering med grunneiere og merking av postene i terrenget	oktober året før		Anne Marit og komiteen
				Grunneiermøter	november		Jon og leder for klubbene
				Kartene og informasjonsmateriell klargjøres for trykking	desember		Anne Marit og komiteen
				Trykking av kart og informasjonsmateriell, pakking av deltakerkonvolutter og salgsstart på avslutningsdagen for forrige sesong	januar		Anne Marit og komiteen
				Utarbeiding av brosjyrer og nettsider	februar		Anne Marit og komiteen
				Konvolutter leveres ut til salgsstedene, diverse butikker i Oppegård, Ski og Bjørndal	mars		Anne Marit og komiteen
				Vårpostene (60 stk) settes ut etter hvert som snøforholdene tilsier det	mars		Postutsettere
				Redaksjonelle oppslag i lokalavisene	mars		Anne Marit
			Gjennomføre Skautraverses ongen	Åpningsdag for Skautravern på Friluftslivets dag Oppegård	april		Anne Marit og komiteen
				Fellestur i samarbeid med Oppegård Turlag - "Introduksjon til turorientering"	mai		Anne Marit og Jon

Tiltaksområde	NOFs strategi	Mål	Tiltak	Hvordan	Tidspunkt	Ønsket resultat	Ansvarlig
				Oppfølging av blogginnlegg og andre henvendelser fra deltakerne	mai		Anne Marit
				Høstpostene settes ut (40 stk). Vårpostene blir stående ute til sesongslutt	juni		Postutsettere
				Redaksjonell omtale i lokalavisene i forbindelse med utsetting av høstpostene	juni		Anne Marit
				Informasjon om elgjakta legges ut på nettsidene	slutten av sept		Anne Marit
				Postene tas inn. Deltakerne sender inn sine deltakerkort. Statistikkføring på grunnlag av innsendte deltakerkort og nettstempling	nov/des		
				Avslutningsfest i Kolben. Utsending av merker og plaketter	januar året etter		Anne Marit og komiteen
				Planlegge endring i mosjonsorienteringskonseptet for 2020 ut fra NOFs nye strategi	Høst 2019		Anne marit, Dag, Geir, styret
Stolpejakta	Synlige og attraktive mosjonstilbud i nærmiljø	Arrangere Stolpejakta for å fremme folkehelse og gjøre orientering kjent	Planlegge Stolpejaktseongen	Besteme områder og kart	februar/mars	1000 deltakere i Oppegård og Ski	Dag og Geir
				Planlegge stolpeplasseringer og aksept for plasseringer	mars/april		Dag og Geir
				Utarbeide og trykke brosjyrer	april		Dag og Geir
				Legge ut kart på web og AP	april/mai		Dag og Geir
				Markedsføring mot kommuner og skoler	april		Dag og Geir
				Utsetting av stolper	april/mai		Dag og Geir
				Inntaking av stolper	oktober/nov		Dag og Geir
				Trekking av gavepremier	november		Dag og Geir
				Planlegge endring i mosjonsorienteringskonseptet for 2020 ut fra NOFs nye strategi	høst 2019		Dag, Geir Anne Marit og styret

Tiltaksområde	NOFs strategi	Mål	Tiltak	Hvordan	Tidspunkt	Ønsket resultat	Ansvarlig
Voksen-rekruttering	Orientering er det mest attraktive trningsmiljø for voksne som ønsker å bruke naturen	Tilby enkle nærløp for fremme friluftsmosjon og få flere til å prøve orientering som treningsform	Gjennomføre ett to-dagers o-kurs for voksnepå våren og deretter ca. 10 nærløp på lørdager som det ikke er o-løp i Follo, Oslo Syd eller Østfold Nord-vest i perioden fra april til oktober	To-dagers kurs 6 og 7 april på Sørmarka. Nærløp: 27/4, 18/5, 25/5, 15/6, 22/6, 3/8, 10/8, 21/9, 28/9, 5/10 Tre løyper. En enklere løype på 3,5 km, samt en lang (5 km) og en kort (3 km) med normal vanskelighetsgrad. Postene i den enklere løypa legges ut torsdag, tas inn tirsdag. Tidtaking lørdag 10 - 13. Rerun tillatt. Den enklere løypa er på printbart kart med løype på Eventor. Startkontingent 50 kr for alle. Eventor, EMIT, Brikkesys, Livelox, VIPPS, Facebook-gruppe, Innbydelse på hjemmeside. Markedsføring på Facebook-sider og -grupper til nærliggende klubber og diverse løps-, sykkel og friluftsgupper. Særlig bearbeiding av foreldre med barn på nybegynnerkurs.	april-oktober	Totalt 300 starter hvor 100 starter gjort av personer som ikke har deltatt i o-løp de siste 5 år	Tor
				Kjøre inn utstyr: Skriver, skjermer, lånebrikker, papir	november		Tor
				Avtale samarbeid med Sørmarka om kurs	desember		Tor
				Bestemme sted, kart og dato og avklare forutsetninger	januar		Tor
				Bestemme navn, profil, logo, etc-	januar		Tor
				Lage annonse sammen med Stolpejakt og Skautravern	februar		Tor
				Avtale med hjelpere til løypelegging, tidtaking og postinnhenting	mars		Tor
				Gjennomfør kurs	6/7 april	10 deltakere	Tor
				Gjennomføre 10 nærløp	april-oktober	30 starter per løp	Tor