

Kolbotn & Skimt Orienteringslag

Årsrapport 2019

Tillitsvalgte

Styret valgt på årsmøtet 11.februar 2019 har bestått av:

Sissel Olaisen	leder
Dag Amundsen	nestleder (repr. Stolpejakta)
Bjørnar Gammelsæter	kasserer
Trond Møretrø	rekrutterings- og treningsansvarlig
Anne Marit Færden	tur-o-ansvarlig
Tor Lahlum	arrangementsansvarlig
Håvard Harstad	styremedlem (ansvarlig Rever)
John Ytternes:	styremedlem (ansvarlig Elger)

Revisor: Jon Færden

Valgkomite: Gunn Torill Hokholt, Erlend Rehn og Dag Strisland

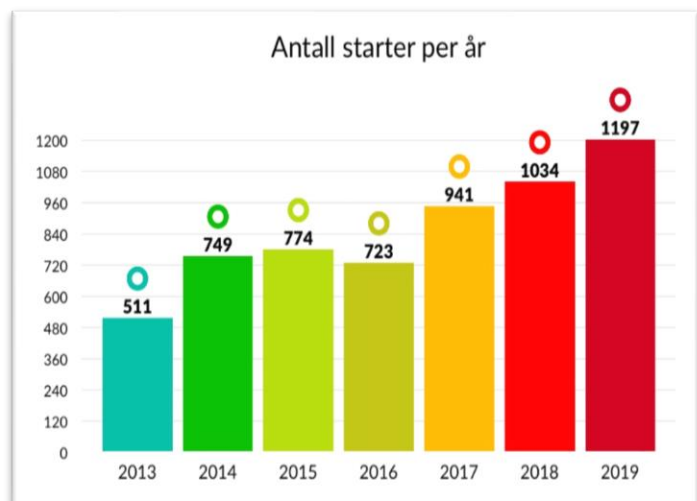
Det har vært holdt 9 styremøter som har behandlet og fulgt opp klubbens aktiviteter, samt et ekstraordinært årsmøte 27.mai for å behandle saker i forbindelse med Nordre Follo Orientering.

Medlemsinformasjon

har vært sendt ut via epost. Den primære informasjonskanal er hjemmesiden til Kolbotn & Skimt OL (Nordre Follo Orientering) (www.nfollo.no) med Tor Lahlum som ansvarlig og klubbens facebook side med Håvard Harstad som ansvarlig.

Deltakelse i konkurranser

Totalt antall starter i individuelle løp og stafetter viser en økning fra 1034 (2018) til 1197 i 2019 fordelt på 154 løp, mot 175 løp i 2018. Av totalt antall starter var det 461 på løpere under 21 år (375 i 2018), 10 på løpere mellom 21 – 35 år (5 i 2018) og 726 på løpere over 35 år, mot 654 i 2018. Det er gledelig at økningen i antall starter i gruppen under 21 er stor. Økningen fra 2018 er på 163 starter og fra 2016 – 474 starter. Fra vi startet med satsningen med nybegynnerkurs og oppfølging av rekrutter og ungdom i 2014, har antall starter i terminfestete løp økt med 448.



I Foll-o-karusellen gikk antall starter blant løpere under 17 år ned med 40 fra 90 i fjor til 51 i år. I toppåret 2016 var det 110 starter.

Klubben deltok med stafettlag i NM-junior D 17-20 i Verdal med Alva Niklasson, Hanna Rehn og Isabel Handstanger på laget.

Det var 3 deltakere fra klubben på O-troll-leieren og 2 ungdommer var med på kretsens to leire for ungdom på våren. 4 fra klubben var også med på Hovedlandsleieren og Hovedløpet i august.

Klubben stilte med 7 lag i Kvist Kvaset i klassene DH 11-16 (7 deltakere), D150 og 5 lag i H170 hvor 1 lag ble nr.1. Vi hadde også med et lag i 15-manns stafetten.
I Råtassløpet til Oppsal hadde vi med et lag med 4 deltakere; Henrik Harstad, Sigurd Revhaug, Sigurd Olaisen og Helene Harstad. De gjennomførte bra og plukket mange poeng innen tiden.

Noen gode sportslige presentasjoner som bør nevnes er

Kvistkvaset hvor H170 ble nr. 1 med Knut Bård Bjørhei, Bjørnar Gammelsæter og Bengt Niklasson.

Nils Niklasson, H 13-14, ble nr. 2 i H14 i Hovedløpet sprint og nr.3 i langdistanse, nr. 1 i Norsk O-festival sprint og nr. 1 i mellomdistanse og nr. 2 i Blodslitet. Han vant 13 løp i 2019-sesongen.

Alva Marika Niklasson, D15-16, ble nr. 5 i D16 i hovedløpet i Sprint, nr. 3 i Norsk O-festival sprint og nr. 4 i mellomdistanse, nr.2 i O-idol, nr. 3 i Blodslitet og nr.2 i Trimtextcup sammenlagt.

Hanna Rehn, D15-16 ble nr. 2 i Nydalten og nr. 5 i O-idol.

Håvard Harstad, H40 ble nr.1 i KM mellomdistanse, nr.2 i Norsk O-festival langdistanse og nr.2 i Elgdilten.

Pamela Åsten, D50 nr.1 i KM mellomdistanse og nr.4 i Norsk O-festival langdistanse.

Bengt Niklasson H55, ble nr. 2 i Veteranmesterskapet sprint og nr. 2 i mellomdistanse og nr.1 i KM langdistanse. Han vant 7 løp i 2019 sesongen.

Bjørnar Gammelsæter, H55, nr.1 i Bohuslunken.

Knut Bjørkelo, H60, nr.1 i WOC 2019 publikumløp og nr. 2 i Lørdagskjappen.

Marit Vågsnes, D70, ble nr.1 i Norsk O-festival sprint og nr. 3. i Veteranmesterskapet mellomdistanse og nr. 4 i sprint.

Ingrid Lome-Hagman, D75, nr.1 i Bohuslunken

Jon Færden, H70, ble nr. 2 i KM langdistanse og nr. 2 i Smaaleneløpet.

I WMOC i Riga, Latvia 5. -12.juli kom Ingrid Lome-Hagman til A-finale i både sprint, mellom- og langdistanse. Geir Trøan kom også til A-finale i sprint, mellom- og langdistanse og Jon Færden kom til A-finale i sprint og langdistanse.

Det er til sammen 42 førsteplasser som er oppnådd i K-løp eller større løp i 2019 samme som i 2018.

Alle resultater fra kretsløp eller større løp er vedlagt årsrapporten.

Rankingliste

Det er utarbeidet rankingliste for ungdom fra 12 til 25 år basert på de 10 beste plasseringer som medlemmene har oppnådd i terminfestede krets-, nasjonale- og internasjonaleløp. Nils Niklasson vant det evigvarende «Vandrefatet» med 100 poeng av 100 mulige. Rankingvinneren får i tillegg et gavekort på 1000 kroner. Rankinglisten følger vedlagt.

Rekruttering og trening

Innetrening

Linda Gammelsæter, Celine Ytternes og Isabel Handstanger var trenere for innetreningen på Hebekk skole i januar til mars. På innetreningene var det 6 til 10 deltakere under 12 år. Samtidig trente 6 – 10 over 13 år bakkeintervall under ledelse av John Ytternes. Noen uker var det også ekstratrening med gateorientering/løpetur.

Nye rekrutter

Grunnkurset gikk 3 onsdager i april og mai fra Langhus skole og avslutning på Verdens O-Dag fra Østre Greverud gård. Her ble det etter o-aktivitetene (poengløype) servert pizza og brus og alle deltakerne fikk T-skjorte som bevis på gjennomført kurs. Det var 10 nybegynnere og 6 foreldre som

deltok på kurset. Sissel Olaisen var ansvarlig for gjennomføringen og hadde med seg Marit Vågsnes og Kolbjørn Megard.

Det var 6 av de nye rekruttene som deltok på Foll-o-karusellen og 5 som deltok på klubbmesterskapet. De rekruttene som deltok hele vårsesongen fikk et sett med kompass, brikke og lite o-flagg som inspirasjon til å fortsette etter sommerferien.

Trening

Hver onsdag under og etter grunnkurset (unntatt i sommerferien) og fram til høstferien ble det arrangert rekrutt- og ungdomstrening eller deltakelse i Follokarusellen. Håvard Harstad, Geir Trøan og Pamela Åsten har laget løyper og kartopplegg til fellestreningene. Trond Møretrø og Håvard Harstad har sendt ut informasjon om treningen. Jon og Anne Marit Færden har satt ut poster til majoriteten av treningene. Håvard Harstad har vært trener for Revene, mens John Ytternes har ledet treningene for Elgene. Det var også treningsløype for voksne og mer erfarne o-løpere. Det ble totalt arrangert 10 treninger. Deltakelsen på treningsløpene var 25 – 60 deltakere.

Etter høstferien ble det arrangert natt-trening 4 onsdager. Vi hadde treningssamarbeid med Ås NMBU Orientering hvor de deltok på to av våre treninger, mens vi deltok på to treninger i NMBU parken. I tillegg ble det arrangert 2 felles løpetreninger i desember for Elgene.

Rever

Det har vært 8 – 14 Rever inkludert nye rekrutter (under 12 år) som har deltatt på treningene som var lagt til rette for mestring og utvikling. På høsten kom 6 nye rekrutter. På løpene i Foll-o-karusellen var det 13 Rever (inklusive nybegynnere) som deltok og 7 av disse i 3 løp.

Vi arrangerte også i år rekruttkarusellen for nye rekrutter og Revene. Deltagelse på trening og løp gav poeng. De som samlet over 20 poeng, fikk løpstrøye med ny klubblogo.. Det var også ekstrapremier til den med høyest poengsum.

Elger

Elgene (13-18 år) har blitt en godt sammensveiset gjeng som har utviklet seg bra o-teknisk. 6-12 Elger har deltatt på de ulike treningene. På de 4 løpene i Follokarusellen var det til sammen 10 Elger som deltok.

I ungdomskarussell var det 12 som samlet over 25 poeng og fikk løpstrøye med ny klubblogo i premie.

Samlinger

I forbindelse med pinseløp i Hamar/Stange arrangerte vi fellestur med overnatting på Tangen. Det var henholdsvis 1 og 7 deltagere i alderen 7-12 år og 13-17 år og 4 ledere som deltok på samlingen.

Det har blitt arrangert 4 møter for Elgene der planer om treningsopplegg har blitt diskutert.

Andre rekrutteringsaktiviteter

*Vi har tilrettelagt orienteringsopplegg for skoler i Oppegård og Ski.

*Endags-arrangement på årets idrettscamp i Ski i juni med over 100 deltakere i alderen 9-12 år.

*Vi har bidratt med orienteringsaktiviteter på Idrettskolen på Langhus (95 deltakere) og i Ski ((25 deltakere) og SFO på Oppegård samt aktivitetsdag Langhus IL (135 deltakere) og «ut på tur» i Ski.

Prosjekt «Skolegårdskart»

I forbindelse med O-VM i Østfold er det blitt utviklet en egen kartportal som alle landets skoler kan benytte. Funksjonaliteten i portalen er slik laget at den enkelte bruker (lærer) kan laste ned kart og på en enkel måte lage orienteringsaktiviteter i/rundt skolegården.

Dette trigget et par-tre personer i KSOL til å søke om midler hos Sparebankstiftelsen til utgivelse av skolegårdskart i Nordre Follo samt å gå til innkjøp av 6 Skolepakker fra Idrettsbutikken som plasseres hos sentralt beliggende skoler i kommunen. I mai mottok klubben det glade budskap om at søknaden på NOK 252 000 ble innvilget.

I løpet av sommeren produserte Dag Amundsen og Geir Trøan skolegårdskart over samtlige skoler i Nordre Follo (22 kart). Kartene finnes på <https://skoleorienting.no/>.

16. september ble det avholdt kurs for skolene i NFO på Haugjordet Ungdomsskole. Kursleder var NOF's prosjektleder for orientering i skolen, Henning Bratland Carlsen. De aller fleste barne- og ungdomsskolene i NFO deltok. Det var gode tilbakemeldinger på kurset. Det planlegges et oppfølgingskurs til våren med fokus på de skolene som ikke hadde anledning til å delta i september. Samtlige deltakere fikk videre med seg utstyr til enkle o aktiviteter/o-leker i skolen. De innkjøpte seks Skolepakkene med blant annet elektronisk tidtakerutstyr er distribuert til 3 skoler i Ski og 3 skoler i Oppegård. De øvrige skolene henter, ved behov, utstyr der.

Bård Bjørhei er klubbens kontaktperson mot skolene.

Skautravern

Skautraver'n ble i 2019 arrangert for 51. gang. Kartene som ble brukt var Kantoråsen, Hvitebjørn, Slettåsen, Bukkesti Syd, Holstadmarka, Skeidarkollen, Gjersenga og Granerud. Det ble solgt 716 konvolutter, 322 ekstrakort og 59 enkeltturer, noe som er en nedgang på 21 konvolutter, 69 ekstrakort og 12 enkeltturer fra 2018.

Skautraverkomiteen har også i 2019 bidratt til arrangement av Friluftslivets dag i Oppegård. Vi har også hatt møter med vilt- og grunneier interessene i Ski og Oppegård, og ser viktigheten av godt samarbeidsklima.

Stolpejakta

Stolpejakta ble arrangert etter samme konsept som i 2018, med 5 lokale arrangører: Skimt Orientering, Kolbotn IL, Ås IL, Nesodden IF og Oppegård kommune / «Sykling i Follo». Kolbotn ILs o-gruppe hadde 67 stolper på 5 kart, Skimt Orientering hadde 88 stolper på 8 kart og det var 75 «sykkelstolper» i Nordre Follo. Samarbeidet med Oppegård kommune / Sykling i Follo ble utvidet med bl.a. et felles 24 siders kartheft og oppstarten av Vinterstolpejakta på slutten av året.

1291 deltagere registrerte stolper på Kolbotn & Skimts kart mot 1033 i 2018, en økning på 25%. Stolpejakta totalt hadde 2536 deltagere, en økning på 26% fra 2018. Totalt ble det registrert 44760 stolper i Stolpejakta, hvorav 25569 hos Kolbotn & Skimt, en økning på hhv 35% og 30% fra 2018.

Arrangement

Årets kretsløp var dette året «Vårløpet». Det ble arrangert 4. mai med 450 deltakere. Det er en utvikling mot flere deltakere i åpne ikke aldersbestemte klasser, og i dette løpet startet hele 35 % i slike klasser. Jon Færden var løpsleder og Dag Amundsen løypelegger. Løpet ble arrangert på

Bukkesti-kartet som for var nytgitt for anledningen, og arena var på Bøleråsen skole. Det var mye skryt for både terreng, kart og løyper.

Vi arrangerte Foll-o-karusellen 4. september i regn og vind. Løpet gikk på Bukkesti-kartet fra Bøleråsen skole med 81 deltakere, hvorav 25 (7 nybegynnere) fra Kolbotn & Skimt OL. Knut Bjørkelo var løpsleder og Håvard Harstad var løypelegger.

Nytt av året var løpsserien Morgenfrisk i Follo. Dette var 11 enkle nærløp som ble arrangert fra april til oktober. Totalt var det 778 startende fordelt på 369 løpere. Tor Lahlum var løpsleder og løypelegger for samtlige løp. Løpsserien ble innledet med et to-dagers kurs for voksne på Sørmarka konferansehotell 6. og 7. april. Her var det 12 deltakere.

Klubbmesterskapet ble arrangert onsdag 19. juni fra Sandbukta på Hvitebjørn-kartet. Løypelegger var Dag Amundsen og løpsleder var Anne Marit Færden. Det var 41 som startet (hvorav 6 rekrutter).

Klubbmesterskapet i nattsprintorientering ble arrangert 20. november fra Sofiemyr stadion med 29 deltakere. Håvard Harstad var løpsleder og løypelegger. Det var fellesstart for alle løperne samtidig. Alle bortsett fra den korteste løpa hadde sommerfuglgafling. Alle løperne hadde kartbytte med ca 1.0 km igjen å løpe. På kartbytte fikk de velge fritt mellom tre ulike sisterunder. Spennende og en utfordring for de fleste.

Verdens Orienterings Dag (WOD) ble arrangert onsdag 22.mai med totalt 1137 deltakere, nesten en dobling fra 2018. Det var 65 deltakere på klubbens arrangement fra Østre Greverud gård som også var avslutning på nybegynnerkurset. Håvard hadde laget et poengløp som passet alle fra ferskeste nybegynnere til veteraner med mange tiårs erfaring. Så var det pizza, brus og kaker etterpå. Klubben hadde også et opplegg til skolene og Stolpejakt-deltakere stolper rundt skolene. Totalt var det 845 deltakere som fant stolper, hvorav 370 elever tilknyttet 6 skoler. Klubben hadde også o-aktiviteter på aktivitetsdag på Langhus og o-løype for Idrettsskolen på Langhus med totalt 230 deltakere.

Det var relativt bra oppmøte på sesongavslutningen SGF, "Skeidarkollen Grand Finale" lørdag 26/10-19. Først var det lagkonkurranse for revene og et ordinært o-løp for de eldre, alt foregikk på/rundt Skeidarkollen. Revene løp 2 eller 3 i sammen i en enkel løype på 1.7 km med samarbeidsoppgaver underveis. Alle andre kunne velge mellom 2.6 km B, 2.9 km AK og 4.6 km AL. I tillegg var det en sprint-stemplingsløype rundt Skeidarkollen som alle revene forsøkte seg på etter løpet. Godt oppmøte, ca 40 ville ha pizza og 28 fornøyde deltagere fikk utdelt kart.

Drakter og materiell

Det er kjøpt inn 6 skolepakker med TimeRecorder, 10 postenheter, startenhet og 15 instruksjonsbrikker samt 60 postskjermer for utlånning til skolene i Nordre Follo kommune. Fått midler til dette fra Sparebankstiftelsen.

Det er kjøpt inn 50 klubbbløpstrøyer med ny logo og nytt navn, Nordre Follo Orientering for utdeling til Rever og Elger (barn og ungdom). Midler til dette har klubben fått fra Nordre Follo potten. Av disse midlene er det også kjøpt 2 klubbvimpler med ny logo og navn samt start- og målseil.

Det er bestilt 61 overtrekksjakker med ny klubbdesign og 23 løpstrøyer for salg.

Idrettslig representasjon

Alva Niklasson D15-16 og Nils Niklasson H13-14 var med på AOOK lag i Unionsmatchen 24.-26.mai i Åmål, Sverige. Alva ble nr. 3 en av dagene.

Administrativ representasjon

Knut Bjørkelo har vært leder for Follokarusellen og medlem i anleggsrådet i Akershus og Oslo Orienteringskrets.

Dag Amundsen har vært klubbens representant i Oppegård Idrettsråd.

Sissel Olaisen var klubbens representant på AOOK kretsting og Dag Amundsen og Håvard Harstad på klubbledersamlingen.

Økonomi

Lagets drift er basert på at o-gruppene i Kolbotn og Skimt skyter inn eller får overskudd etter resultatregnskapet, slik at resultatet går i balanse. Resultatregnskapet viser derfor først og fremst aktivitetsnivået.

Klubbspesifikke kostnader og inntekter er fordelt på klubbene i henhold til aktivitetsnivået i de respektive o-gruppene. Felleskostnader og inntekter er fordelt med henholdsvis 50% på KIL og 50% på Skimt.

Kolbotn & Skimt OL har også i 2019 fått gode tilskudd, totalt på ca 200.000. Fra Voksenopplæring, Idrettens studieforbund ca. 25.000,-, fra Akershus fylkeskommune har klubben fått kr. 20.000 til Skautravern, fra Oppegård kommune driftstilskudd på 10.000,-, samt bidrag til Skautraverjubileet med 7.500,-, Norges idrettsforbund (LAM midler) på kr. 28000,-, Norges orienteringsforbund aktivitetsmidler på kr. 14.5000, Norsk tipping, grasrotandel ca. kr.10.000,-, samt NIF momskompensasjon med ca kr. 48.000,- og fra Nordre Follo potten 35.000,- bl.a. til nye løpstrøyer barn og ungdom. Dette sammen med gode inntekter fra egne arrangement, spesielt Skautravern samt det nye konseptet Morgenfrisk i Follo innebærer at moderklubbene til sammen har til gode ca. kr. 190.000 fra Kolbotn & Skimt OL. Utgiftene til startkontingent er omtrent som budsjettert.

Organisasjon

Medlemstallet i klubben er på 165 ved utgangen av 2019 (149 i 2018), hvorav alle er aktive o-løpere, arrangement deltakere eller tur-o-deltakere. Det er 41 medlemmer under 19 år (42 i 2018), 5 medlemmer mellom 19-25 år (9 i 2019) og 119 medlemmer over 26 år (98 i 2018).

Det har hele året vært arbeidet med ny organisasjonsstruktur i klubben.

Kolbotn IL og Skimt Ski og Orientering vedtok på sine årsmøter, og legge ned o-gruppene i de respektive idrettslagene fra 31.12.2019.

Med bakgrunn i utredningen av 5.desember 2018 om organisering av orienteringsidretten i Nordre Follo, ble det på årsmøtet 11.februar vedtatt følgende:

«Kolbotn & Skimt O-lag vil foreta de endringer som må til for å følge opp anbefalingen i utredningen, herunder endring av klubbnavn, sammensetning av styret og fastsetting av medlemskontingent.»

Ekstraordinært årsmøte i Kolbotn & Skimt OL 27.mai, vedtok klubbens nye navn til Nordre Follo Orientering. Ny organisasjonsstruktur for 2020 ble vedtatt og kontingent for 2020 fastsatt til kr.300,- per år per medlem. Ved familiemedlemskap pluss kr. 100,- per år per familiemedlem. Barn kan regnes som familiemedlem til de er 25 år.

Sissel Olaisen

Dag Amundsen

Bjørnar Gammelsæter

Trond Møretrø

Anne Marit Færden

Tor Lahlum

Håvard Harstad

John Ytternes