

# ÅRSMELDING



**Svelgen Turn og Idrettsforening**  
**2025**

## **Innhold:**

- Forord, s. 3
- Årsmelding Hovudstyret 2025
- Årsmelding Fotballgruppa
- Årsmelding Friidrettsgruppa
- Årsmelding Klatregruppa
- Årsmelding Skigruppa
- Årsmelding Svømmegruppa
- Årsmelding Trimgruppa
- Årsmelding Volleyballgruppa

*Forsidebildet er av Arne Loftheim foran medlemmar i volleyballgruppa i STIF i anledning 50 års jubileet til volleyballgruppa. Arne var eldsjela som starta opp gruppa i 1975.*

### HOVUDSPONSORAR



## Forord

Idrettsåret 2025 er omme og igjen viser det stor aktivitet i Svelgen Turn og Idrettsforening (STIF). STIF har i 2025 hatt 7 undergrupper med egne styrer, dette; fotball, friidrett, klatring, ski, svømming, trim og volleyball. I tillegg er barnetrim underlagt hovudstyret.

Det er stor aktivitet i STIF, der vi har tilbod frå barnehagealder til vaksne og eldre. Spelarar i fotballgruppa har deltatt på Kongleriketturneringar, Norway Cup, futsalturneringar, samt seriespel både for barn og senior herrar. Volleyballgruppa har aktive lag både for aldersbestemte klassar og senior. Laga har delteke på seriespel, turneringar i Sogn og Fjordane, Blindheimcup og NM u15 og u17.

Volleyballgruppa feira 50 år i 2025, dette vart feira 3. desember med kaker, taler og utmerkingar, samt siger i seniorkamp for herrar. Frank Midtbø vart samme dag utnemnd som Æresmedlem i STIF for sin mangeårige innsats som spelar, trenar og styrearbeid i fotball- og volleyballgruppa gjennom over 40 år. Volleyballgruppa arrangerte også den årlige romjulturneringa i Svelgen med 11 påmeldte lag.

Det er også god aktivitet i svømme- og friidrettsgruppa som deltok på lokale stevner i Sogn og Fjordane og Møre og Romsdal, friidrettgruppa har også delteke med eit lag på Holmenkollstafetten. Trimgruppa i STIF har mange og varierte trimaktivitetar for ungdom og vaksne, og vi arrangerer barnetrim for barn under skulealder to gangar for veka. Skigruppa i STIF køyrer opp skiløyper ved Karlskar i Myklebustdalen og ved Guleslettene vindkraftanlegg, og har egne skirenn i samarbeid med Ålfoten IL.

At både sær-idrettsgruppene og trimgruppa har så stor aktivitet viser at STIF er ein viktig organisasjon for fysisk aktivitet og folkehelse i Svelgen og omegn. STIF satsar på gode tilbod, både av gamle og ved innføring av nye.

I 2025 arrangerte vi Molda Opp for tredje gang etter nokre år med pause. Arrangementet er noko nedskalert, men over 50 personar møtte opp. Molda Opp er planlagt som eit fast arrangement og vi ønskjer gjennomføre dette også i 2026.

Økonomien i STIF er god. Den gode økonomien i STIF gjer til at hovudstyret deler meir midlar ut til gruppene. I 2025 har vi blant anna brukt midlar på innkjøp av ny STIF-buss og 8 nye spinningssyklar i Svelgen idrettshus. I 2025 gikk vi over til nytt medlemssystem, og gjennom dette har vi klart å verve fleire betalende medlemmar, medlemsinntektene har auka med 107 140 kr.

I 2025 har ein igjen sett at innsatsen hos dei som har tatt på seg oppgåver i STIF har vore svært god, desse har løyst sine oppgåver på ein framifrå måte. Desse er tillitsvalde, trenarar, oppmenn, sjåførar, banemannskap, kioskpersonell, vaktmeistrarar og alle andre som er utruleg viktige for Svelgen Turn og Idrettsforening. Underteikna vil med dette takke alle som har gjort ein innsats for og i STIF, for eit godt arbeidsår.

Med sportslig helsing

Jørgen Midtbø Bjørkedal  
*Leiar STIF*

### HOVUDSPONSORAR



# Årsmelding STIF Hovudstyre 2025

## 1. SAMANSETNING HOVUDSTYRE 2025

Samansetning av hovudstyret har vore som følgjer:

|                                |                            | <i>Periode</i> |
|--------------------------------|----------------------------|----------------|
| Leiar                          | Jørgen Midtbø Bjørkedal    | 2025           |
| Nestleiar                      | Inger Lise Langedal        | 2024-2025      |
| Kasserar                       | Tor-Inge Øvrebotten Myrhol | 2025-2026      |
| Styremedlem (sekretær)         | Berit Haveland             | 2025-2026      |
| Styremedlem (anleggsansvarlig) | Kjell Morten Langedal      | 2024-2025      |
| Styremedlem                    | Marte Hessvik              | 2025-2026      |
| Styremedlem                    | Frank Midtbø               | 2025-2026      |
| Vara                           | Terje Rebni                | 2025           |

### ***Roller påkrevd av Norges Idrettsforbund:***

- Politiattestansvarlig: Inger Lise Langedal
- Barneidrettsansvarlig: Marte Hessvik

## 2. MØTER OG TILSTELLINGAR

Det vart i 2025 halde 13 ordinære styremøter.

## 3. VIKTIGE SAKER

Styremøta har hatt følgjande viktige saker på agendaen:

### **Anlegg**

- Automatisk treningslys Svelgen stadion
- Reparasjon av vannbåren varme Svelgen stadion
- Reparasjon av ventilasjon Svelgen stadion
- Overføring av Moldahytta fra STIF til Keipen Turlag
- Oppgradering Moldahytta (Keipen Turlag)
- Reparasjon etter vasslekasje stadionbygg

### **Aktivitet**

- Nytt digitalt medlemssystem minidrett/klubbadmin
- Innføring av Friskus i Bremanger kommune
- Ny bankløysning Sparebank 1 Sogn og Fjordane
- Molda Opp 13. juni 2025
- Utnemning av nytt æresmedlemsskap, Frank Midtbø

### **Svelgen idrettshus**

- Organisering treningstider Svelgen idrettshus
- Oversikt over nøkkelbrikker

### HOVUDSPONSORAR



## Organisering

- Konstituering styre og roller i STIF Hovudstyre
- Utmelding av Norges Basketballforbund

## Økonomi:

- Fordeling av midlar frå hovudstyret til gruppene
- Auke av treningsavgift for 2026: Vaksne over 18 år auka frå 1000 kr til 1100 kr
- Auke av medlemsavgift for 2026: Vaksne over 18 år auka frå 300 kr til 400 kr
- Tar vekk øvre aldersgrense for medlemsskap
- Auke av ferietrening/støttemedlem for 2026: Aukast frå 300 kr til 400 kr
- Ny tre-årig Hovudsponsoravtale med SFE

## Investeringar:

- Bordtennisbord og Pickleballsett til Svelgen idrettshus
- STIF-buss
- 8 stk spinningssyklar

## 4. MEDLEMSTAL

STIF har i 2025 totalt 295 betalande medlemmer (opp 74 frå 2024)

STIF har pr. 31. desember 2025, 5 Æresmedlemmer.

Desse er:

- Einar Gjerde
- Johanna Midttun
- Arne Loftheim
- Svein Arne Sandvik
- Frank Ryland

**Totalt har STIF per 31. desember 2025, 300 medlemmar.**

## 5. SÆRFORBUND

STIF har i året 2025 vore tilknytt 7 særforbund i Norges Idrettsforbund:

- Norges Basketballforbund
- Norges Fotballforbund
- Norges Friidrettsforbund
- Norges Klatreforbund
- Norges Skiforbund
- Norges Svømmeforbund
- Norges Volleyballforbund

## HOVUDSPONSORAR



### HOVUDSPONSORAR STIF 2025:

**ELKEM BREMANGER**



**SPAREBANK 1 SOGN OG FJORDANE**



**SOGN OG FJORDANE ENERGI**



**BREMANGER QUARRY**



## 6. ANLEGG

STIF er eigar av følgande anlegg i Svelgen:

- Svelgen stadion og garderobebygg
- Moldahytta
- Ballbingen ved Svelgen oppvekst.

## 7. AVGJEVNE TILLITSMENN OG KVINNER

I året 2025 har STIF avgjeve følgjande tillitsmenn og kvinner til sentrale utval utanfor idrettslaget:

Norges Volleyballforbund region Sogn og Fjordane: Stine Mari Solheim – styremedlem.

## 8. OPPGÅVER I ÅRET SOM KJEM

### **11.1 Svelgen oppvekst, sandvolleyballanlegg**

Jobbe vidare med å realisere sandvolleyballanlegg ved Svelgen oppvekst.

### HOVUDSPONSORAR



## 11.2 Svelgen idrettshus

Dialog med Bremanger kommune om å oppgrade kjøkken  
Oppgradering styrkerom med utstyr i første og andre etasje

## 11.3 Basseng Svelgen oppvekst

Fortsatt jobbe for nytt 25-meters basseng i Svelgen

## 11.4 Molda Opp

Planlagt i juni 2026

## 11.5 Rekruttering

Arbeidet med å rekruttere instruktører og nye medlemmer må halde fram. Dette er det viktigaste arbeidet vi driv. For aldersgruppa opp til 17 år må vi ha som mål å rekruttere/aktivisere dei fleste. Her må ein ut til dei aktuelle ungdomsgruppene og ta desse med på avgjerder om kva aktivitet ein skal drive med.

## 11.6 Utdanning

Utdanningsaktiviteten må aukast. Gruppene/medlemmane oppfordast til å sette av egne midlar samt melde inn utdanningsbehov til hovedstyret. Gruppene må også prioritere dette området og sikre etterveksten blant trenera og instruktører. Dette for å sikre at belastninga på enkeltpersonar i gruppene ikkje blir for stor.

Svelgen, 25.02.2026

Jørgen Midtbø Bjørkedal  
*Leiar*

Inger Lise Langedal  
*Nestleiar*

Tor Inge Øvrebotten Myrhol  
*Kasserar*

Marte Hessvik  
*Styremedlem*

Berit Haveland  
*Styremedlem*

Kjell Morten Langedal  
*Styremedlem*

Frank Midtbø  
*Styremedlem*

HOVUDSPONSORAR



# ÅRSMELDING 2025

## Fotballgruppa i Svelgen Turn og Idrettsforening

### Styret 2025

Styreleiar: Alf Erik Sande  
 Styremedlem: Mats Hennøy Gjerde  
 Styremedlem: Marita Solvang Borthheim-Mulelid  
 Styremedlem: Kristine Sande  
 Styremedlem: Inge Rogne

Styret har i 2025 gjennomført fem styremøter og to trenarmøter.

---

#### Trenarar

Torstein Ask, Terje Rebni, Inge Rogne, Albert Bueie, Geir Myklebust, Eirik Borthheim Mulelid, Kristine Sande, Rene Sparvath, Kjell Morten Langedal, Mats Hennøy Gjerde, Yemane Robel, Camilla Landro, Hanne Isene, Bjørn Haukeland og Leo Cirotzki.

Styret vil rette ein særskild takk til alle trenarar og lagleiarar for innsatsen dei har lagt ned gjennom sesongen. Arbeidet omfattar ikkje berre treningar og kampar, men òg organisering av kampar, transport og skaffe kampvertar.

Vi vil òg takke alle dommarane som stiller opp og dømmer heimekampane våre på dugnad. Ein stor takk går også til foreldre og andre som bidreg på dugnad. Fotballaktiviteten i Svelgen hadde ikkje vore mogleg utan dykk.

---

#### Sesongen 2025

I 2025 melde vi på sju lag til seriespel og tre lag til Kongleriket. Diverre måtte vi trekkje J15/17-laget før haustsesongen, då fleire spelarar byrja på vidaregåande skule utanfor kommunen, og laget var i ei krevjande avdeling med mange lag frå Nordfjord.

Laga vi stilte med i seriespel var:

- Senior menn 6. divisjon (i samarbeid med Bremanger)
- Senior menn 7. divisjon
- Gutar 11 år
- Gutar 13/14 år
- Gutar 15/17 år
- Jenter 11 år
- Jenter 15/17 år (vårsesongen)

I Kongleriket stilte vi med G7, J7 og G9.

---

#### HOVUDSPONSORAR



## Arrangement og aktivitet

12.januar arrangerte vi futsalturnering i Svelgen Idrettshus. Turneringa varte heile dagen og hadde god deltaking. Det var gledeleg å sjå den gode ramma rundt arrangementet og engasjementet som vart skapt for borna.

På styremøte 13. mars vart det lagt fram forslag til nytt styre. Lene, Harda og Marlene takka av etter mange år med stort engasjement for Svelgen-fotballen. Vi takkar dei for den viktige innsatsen dei har lagt ned. Samstundes kom Mats, Marita og Kristine inn som nye styremedlemer. Styret vart konstituert på årsmøtet 28. mars, og underteikna vart vald til styreleiar.

Vårsesongen starta i april. Kampane på Svelgen stadion vart gjennomførte med to kampvertar per kamp, flagget heist til topps og som oftast open kiosk. Vi annonserte komande kampar på Facebook og hadde som mål å skape ei betre ramme rundt kampane – noko vi meiner vi lukkast med.

I mai vart det kjøpt inn ny STIF-buss etter godt samarbeid med hovudstyret og eksterne bidragsytarar. Dette er ei viktig investering for klubben og gjev betre og tryggare transport for laga våre.

I juli deltok tre lag i **Norway Cup** i alderen 11–16 år, både gutar og jenter. Gjennom veka var det stort engasjement blant spelarar, trenarar og supportarar. Fleire kampar hadde mellom 30 og 40 støttespelarar frå Svelgen på sidelinja. Turneringa styrkte samhaldet i klubben og vart ei minnerik oppleving for både små og store.

Hautsesongen starta i august. Som nemnt vart J15/17-laget avslutta etter vårsesongen. Jentene fortener ros for innsatsen og haldningane dei viste gjennom sesongen.

I september starta vi opp treningar for 2019- og 2020-kulla, noko som er viktig for rekrutteringa til klubben.

I november fekk vi Fair Play-sertifikat frå kretsen. Systematisk arbeid med haldningar og verdiar i alle ledd har gjeve resultat, og vi set stor pris på denne anerkjenninga. Vi arrangerte òg årets andre futsalturnering i Svelgen Idrettshus. Arrangementet vart vellukka, og det var særleg gledeleg at 17 ungdomar i alderen 14–17 år bidrog som vakter, kioskpersonell, dommarar og i sekretariatet.

8.desember arrangerte vi fotballfest for aldersbestemt fotball på Bremanger Fjordhotell. Her vart det delt ut premiar for tal kampar og andre utmerkingar. Kvelden baud på mat, sosialt samvær og dans – ei flott avslutning på fotballåret 2025. Samla sett har 2025 vore ein god sesong med mykje aktivitet, idrettsglede og gode opplevingar.

## HOVUDSPONSORAR



---

## Økonomi

Fotballgruppa gjekk med eit overskot på kr 1 859 i 2025. Styret er nøgd med å levere eit positivt resultat etter eit underskot på kr 17 526 i 2024.

Omsetnaden auka med om lag 48 %, mellom anna gjennom kiosksal, arrangement, utleige av buss og bane, samt auka inntekter frå fotballavgifter og eigendelar. Fordelinga frå hovudstyret var lik i 2024 og 2025, med kr 171 500. Dette syner at aktivitetsnivået har auka, og at vi har vore flinke til å nytte moglegheitene for inntektsarbeid. Utleige av STIF-bussen og omfattande dugnadsinnsats er avgjerande for å halde oppe dagens aktivitet utan å auke kostnadene for medlemene.

Per 01.01.2026 har fotballgruppa kr 68 462 på konto. Totale inntekter i 2025 var kr 517 080. Varekostnadene var kr 15 534, og driftskostnadene kr 499 688.

---

## Vegen vidare

Styret ønskjer å arbeide vidare med kompetanseheving i klubben gjennom trenar- og dommarkurs, både internt og ved deltaking på eksterne kurs og seminar. Vi ønskjer å styrkje satsinga på jentefotball og prioritere etablering av reine jentelag tidleg. Vidare vil vi søkje om å arrangere Kongleriket for dei yngste i Svelgen, samt minst éi futsalturnering i løpet av året.

På anleggssida vil vi arbeide for å skifte ut halogenlysa på bana med LED-lys. Vi vil òg sjå nærare på tidlegare tribuneteikningar for å vurdere moglegheita for tribuneutbygging innanfor gjeldande retningslinjer. Det er planlagt å opprette arbeidsgrupper for dei ulike prosjekta for å sikre framdrift.

Det viktigaste arbeidet vårt er likevel å leggje til rette for at flest mogleg skal ha lyst til å spele fotball så lenge som mogleg i Svelgen. Det er dette som er kjerneoppgåva vår.

---

På vegne av Fotballgruppa i  
Svelgen Turn og Idrettsforening  
Alf Erik Sande  
Styreleiar

## HOVUDSPONSORAR



# Årsmelding Friidrettsgruppa 2025

## 1. Styre:

Styret i 2025 har bestått av:

|                     |             |
|---------------------|-------------|
| Tor-Inge Ø. Myrhol  | Leiar       |
| Frank Hatleset      | Nestleiar   |
| Anita Hessvik       | Sekretær    |
| Roy Vegard Sørgulen | Styremedlem |

## 2. Møter:

3 styremøte

## 3. Treningar:

Har hatt ei fast trening i veka for barn og unge. Har også hatt løps og intervalltrening for vaksne ein gang i veke frå hausten 2025. I tillegg kjem eigentrening.

## 4. Stemner/konkurransar:

- 31. januar blei det arrangert ope klubbmeisterskap i hopp utan tilløp med 13 deltakarar. I dameklassen vann Herborg Eikeland med sterke 2,48m, mens Kim Leirvik vann herreklassen med 2,73m.
- Fleire utøvarar deltok i både 1. runde (i mai) og 2. runde (i september) av Florøleikane.
- 10. mai deltok STIF på Holmenkollstafetten. Kjekt og sosialt arrangement med forbetring av tida frå i fjor.
- 14. juni vart Molde Opp arrangert.
- I august deltok 6 utøvarar på KM på Byrkjelo. 2 utøvarar deltok på Ørstaleikane.

## 5. Aktivitet og vidare oppgåver:

Ein god sesong er avslutta med mange gode resultat. Det har vore bra oppmøte på treningar, både for yngre og eldre utøvarar. Det blir derfor viktig ha å fokus på best mogeleg oppmøtet på trening framover, spesielt for yngre utøvarar. Det er veldig positivt at ein har deltatt på fleire stemner, og dette er noko ein også vil ha fokus på framover.

### HOVUDSPONSORAR



Ei takk til alle som har hjulpet til og lukke til med neste sesong!



#### HOVUDSPONSORAR



## ÅRSMELDING KLATREGRUPPA 2025

Klatregruppa i STIF har ingen organisert aktivitet i 2025.

### HOVUDSPONSORAR



# Årsmelding for 2025

## Skigruppa i Svelgen turn og idrettsforeining

### Styret si samansetting:

Johnny Røys (leiar) Per Arne Sæterlid (styremedlem), André Vistnes (styremedlem)

### Møter / tilstellingar:

#### Møter:

Vi har ikkje hatt formelle møter mellom Ålfoten IL og STIF, men vi har hatt løpande dialog om avviking av "Skikarusell" vinteren 2025.

Årsmøte for skigruppa vart gjennomført i idrettshallen 23/2-25.

### Skikarusell

På grunn av en særdeles dårlig skisesong med svært lite snø har vi kun hatt mulighet til å gjennomføre 1 av 4 planlagte skirenn vinteren 2025.

### Lysløypa i Myklebustdalen

Følgande personar har inngått i årets vaktlistar:

Per Arne Sæterlid

Johnny Røys

Jonas Myklebust

Sigve Sæterlid

Sigve Hessvik

Sander Bergetun Rogne

Vaktlistene har dekket siste vekene i desember og frem til påske.

Målsetning er å ha preparerte løyper klar til klokka 17:00 i kvardagar og til 10:00 i helgane.

Tilstand på løyper og føreforhold vert markedsført gjennom facebookside «Ski ved Karlskarstova - Myklebustdalen». Sjåførane i gruppa er svært gode på å «dele» innlegg på FB etter preparering, førerapportane har sjeldan vore betre og hyppigare.

I løpet av den svært korte men intense skisesongen fekk vi gjort testing av den nye kompaktorrulla, og dette ser ut til å fungere svært godt. Fordelen med lite tilgang på snø var god tilgang for ÅIL for arbeid med lysstolpar og ferdigstilling av brua som knyter nye traséer saman med den gamle.

På slutten av sommaren vart det gjennomført vedlikehold av traséer med beitepussar.

«Den nye» lysløypa vart offisielt åpna torsdag 8. januar i 2026, tilstades var representantar frå både sponsorar, Bremanger kommune, Firdaposten, ÅIL og Skigruppa til STIF. I tillegg til at vi no har lys langs heile traséen kan det også slåast på ved å ringe 972 77 721, då vert lyset aktivert og vert ståande på i to timar.

### HOVUDSPONSORAR



Med relativt kort skisesong så har også antallet dugnadstimar også gått ned, totalt har det vore lagt ned 63 dugnadstimar knytt til anlegget ved Karlskarstova.

Skigruppa har snøscooter og preperingsutstyr i form av Slådde, kompaktorrolle og sporsettar, utstyret fungerer godt, og har eit jamnleg vedlikeholdsbehov. Skigruppa har jobba med alternativ for å erstatte snøscooter. Gruppa har landa på at snøscooter skal erstattast med beltegåande ATV(6X6) Dette er i tråd med erfaringane frå gruppa som preparerer på Guleslettene. Vi håpar at ei ny maskin kan vere på plass innan november-26.

### **Oppkøyring av spor og reinhald av varmastova på Guleslettene**

Følgande personar har inngått i årets vaktlistar:

|                   |                  |
|-------------------|------------------|
| Andrè Vistnes     | Andrè Hatleset   |
| Anders Langeland  | Trond Kvellestad |
| Robert Vedvik     | Alf Håøy         |
| Per Arne Sæterlid |                  |

Vaktlistene for Guleslettene dekker heile året, vi har avtale om reingjering av varmastova ein gong kvar veke. Når det er snø vert det i tillegg preparert skispor i lysløypa. Reingjeringa består av å vaske over toalett, kjøkken, støvsuging av oppholdsrommet, påfyll av rekvisittar osv.

Tilstand på løyper og føreforhold vert markedsført gjennom facebookside «Lysløypa på Guleslettene».

Ved Guleslettene har vi fri tilgang på ATV med belter, nylig vart denne erstatta av en kraftigare ATV (6x6) med belter. Denne kom på plass då den førre ikkje var kraftig nok for sporsettingsutstyret. Ny maskin vart sett i drift 6. januar 2026, og ser ut til å fungere svært godt.

Tidleg 2026 fekk vi tilbakemelding på at tilstanden mht. Reinhald på varmastova ikkje var godt nok. Etter ei runde internt i skigruppa har det vore gjort nokre tiltak som skal forhindre at dette skjer igjen.

På Guleslettene har det vore lagt ned totalt 140 dugnadstimar, til både sporsetting og reinhald av varmastove.

### **Oppsummering**

Samla dugnadstimar 2025 er 203 timar.

Vanskeleg å følgje opp utviklinga i deltaking på skirenn, men den jamne trenden er at STIF sine medlemmar uteblir, og det er større deltaking frå indre og ytre del av koimmunen.

For  
Skigruppa i STIF  
Johnny Røys

#### **HOVUDSPONSORAR**



# Årsmelding 2025

## Svømmegruppa



HOVUDSPONSORAR



**Sammensetning av styre:**

Leder : Gry Gulestøl  
 Styremedlem : Inger Lise Langedal  
 Styremedlem : Steinar Olsen

**Møter/ Tilstelninger/ Mottekne midler:**

Ingen møtevirksomhet i år

**Medlemstal:**

Totalt er vi ca 20 i gruppa, rekrutter, approbert, master og trenere

**Trening:**

Rekruttgruppe 1 trener 1 økt i uka. Trener her er Inger Lise Langedal  
 Rekruttgruppe 2 trener 1 økt i uka. Trener her er Steinar Olsen  
 Mastergruppe : trener 4 økter i uka. Trener her er Gry Gulestøl

**Anlegg:**

Bassenget har vert ganske stabilt i år.

Bassenget er stengt i helger noko som gjør det vanskelig å oppnå dei maksimale prestasjonene vi kunne ønska. Vanskelig nok som det er med ett lite basseng på 12,5 m

**Stevner:**

Rekruttene har ikkje vert så aktivt med på svømmestevner i år då det har kollidert med andre arrangement. Pr i dag har vi bare en approbert svømmer som har deltatt på stevner i Førde, Nordfjordeid og Volda. Vårduppen vart arrangert 22-23 februar på Eid. Førdesprinten vart arrangert 30mai-1 juni. Førdestemnet gikk av stabelen 7 september. Høststevnet vart arrangert på Eid 1-2 november. Julelauget vart arrangert 6-7 desember i det nyåpna bassenget i Volda.

**STIF sine klubbrekorder pr 31-12-2025**

|                |               | <b>Herrar:</b>    |                |            | <b>Damer:</b>   |                |            |
|----------------|---------------|-------------------|----------------|------------|-----------------|----------------|------------|
| <b>Meter :</b> | <b>Øving:</b> | <b>Namn:</b>      | <b>Minutt:</b> | <b>År:</b> | <b>Namn:</b>    | <b>Minutt:</b> | <b>År:</b> |
| 50             | Fri senior    | Matias Gulestøl   | 0,25,83        | 2013       | Grete Svortevik | 0,29,3         | 1979       |
|                |               | Thor A. Svortevik | 0,25,8         | 1979       |                 |                |            |
| 100            | fri           | Matias Gulestøl   | 0,55,61        | 2013       | Grete Svortevik | 1,01,6         | 1978       |

**HOVUDSPONSORAR**

|        |                     |                 |         |          |                                      |                    |                      |
|--------|---------------------|-----------------|---------|----------|--------------------------------------|--------------------|----------------------|
| 200    | fri                 | Matias Gulestøl | 1,59,68 | 201<br>3 | Grete Svortevik                      | 2,19,4             | 197<br>9             |
| 400    | fri                 | Matias Gulestøl | 4,26,51 | 201<br>3 | Grete Svortevik                      | 5,01,6             | 197<br>8             |
| 800    | fri                 | Matias Gulestøl | 10,05,2 | 201<br>1 | Grete Svortevik                      | 10,47,6            | 197<br>8             |
| 1500   | fri                 | Matias Gulestøl | 18.56.0 | 201<br>1 | Rebekka F.Blix                       | 21,50,19           | 201<br>3             |
| 50     | Bryst<br>senior     | Torstein Ask    | 0,36,91 | 200<br>9 | Elisabeth Mundal<br>Elisabeth Mundal | 0,40,62<br>0,40,50 | 201<br>3<br>201<br>4 |
| 100    | bryst               | Arne Helle      | 1,10,6  | 198<br>2 | Grete Svortevik                      | 1,19,5             | 197<br>8             |
| 200    | bryst               | Arne Helle      | 2,34,4  | 198<br>1 | Grete Svortevik                      | 2,50,2             | 197<br>8             |
| 50     | Rygg<br>senior      | Matias Gulestøl | 0.30,81 | 201<br>3 | Nora Teigene<br>Elisabeth Teigene    | 0,35,53<br>0,34,25 | 201<br>4<br>201<br>4 |
| 100    | rygg                | Matias Gulestøl | 1,05.92 | 201<br>3 | Nora Teigene                         | 1,14,40            | 201<br>4             |
| 200    | rygg                | Arne Helle      | 2,23,2  | 197<br>9 | Grete Svortevik                      | 2,37,9             | 197<br>9             |
| 50     | Butterfly<br>senior | Matias Gulestøl | 0,29,41 | 201<br>3 | Elisabeth Mundal<br>Elisabeth mundal | 0,35,39<br>0,34,52 | 201<br>3<br>201<br>4 |
| 100    | butterfly           | Arne Helle      | 1,02,7  | 197<br>9 | Berit Helle                          | 1,14,0             | 198<br>1             |
| 200    | butterfly           | Arne Helle      | 2,18,2  | 197<br>9 | Nina Svorstøl                        | 2,54,1             | 198<br>9             |
| 100    | Medley<br>senior    | Matias Gulestøl | 1,07,04 | 201<br>3 | Elisabeth Mundal<br>Elisabeth Mundal | 1,17,70<br>1,16,18 | 201<br>3<br>201<br>4 |
| 200    | medley              | Arne Helle      | 2,17,6  | 197<br>9 | Grete Svortevik                      | 2,34,5             | 197<br>9             |
| 400    | medley              | Arne Helle      | 4,53,9  | 197<br>9 | Grete Svortevik                      | 5,36,6             | 197<br>8             |
| 4x 50  | fri                 | STIF            | 1,52,87 | 200<br>9 | STIF                                 | 2,06,3             | 199<br>0             |
| 4x 100 | fri                 | STIF            | 4,04,3  | 197<br>9 | STIF                                 | 4,42,3             | 199<br>0             |
| 4x 200 | fri                 | STIF            | 9,02,7  | 197<br>6 | STIF                                 | 10,34,9            | 198<br>3             |
| 4x 50  | medley              | STIF            | 2,16,15 | 200<br>9 | STIF                                 | 2,35,59            | 200<br>9             |
| 4x 100 | medley              | STIF            | 4,38,9  | 197<br>7 | STIF                                 | 5,17,6             | 198<br>5             |
| 4x 100 | bryst               | STIF            | 5,37,4  | 197<br>3 | STIF                                 | 6,10,4             | 197<br>3             |

## HOVUDSPONSORAR



**Deltakarane på lagsymjingane for menn:**

|     |        |                                                                       |
|-----|--------|-----------------------------------------------------------------------|
| 4x  |        |                                                                       |
| 50  | fri    | Torstein Ask, Matias Gulestøl, Jan Lukas Førde og Marcus Teigene.     |
| 4x  |        |                                                                       |
| 100 | fri    | Arne Helle, Jan Hestetraet, Jarle Røys Liseth og Thor Atle Svortevik. |
| 4x  |        |                                                                       |
| 200 | fri    | Jan Hestetraet, Helge Robert Midtbø, Rune Djuvsland og T.A.Svortevik. |
| 4x  |        |                                                                       |
| 50  | medley | Marcus Teigene, Jan Lukas Førde, Torstein Ask og Matias Gulestøl.     |
| 4x  |        |                                                                       |
| 100 | medley | Rune Djuvsland, Geir Nybø, Arne Helle og Thor Atle Svortevik.         |
| 4x  |        |                                                                       |
| 100 | bryst  | Geir Nybø, Geir Gjerde, Jon Åge Senneset og Thor Åge Midttun.         |

**Deltakarane på lagsymjingane for damer:**

|     |        |                                                                        |
|-----|--------|------------------------------------------------------------------------|
| 4x  |        |                                                                        |
| 50  | fri    | Linn Karin Sande, Nina Svorstøl, Kjersti Standal og Bente Helen Schei. |
| 4x  |        |                                                                        |
| 100 | fri    | Bente Helen Schei, Hilde Ommedal, Nina Svorstøl og Anita Holm.         |
| 4x  |        |                                                                        |
| 200 | fri    | Marit Nybø, Lisbet Bjørdal, Gry Ryland og Gunn Førde.                  |
| 4x  |        |                                                                        |
| 50  | medley | Rikka Kjelkenes, Elisabeth Mundal, Nora Teigene og Katrine Ask.        |
| 4x  |        |                                                                        |
| 100 | medley | Gry Ryland, Mette Hansen, Gunn Førde og Sønnøve Cirotzki.              |
| 4x  |        |                                                                        |
| 100 | bryst  | Kirsti Årøen, Marianne Ask, Bjørg Håøy og Jane Midttun.                |

Svelgen, 27. januar 2026  
 Svømmegruppa  
 -Gry Gulestøl-

**HOVUDSPONSORAR**

# ÅRSMELDING 2025

## Svelgen Turn og Idrettsforening

### TRIMGRUPPA

**Styret si samansetning:** Hilde Midtbø (leiar), Ståle Mulehamn, Per Åge Bueie og Hege Iren Svarstad  
**Antall medlemmer:** 4

#### Aktivitet i 2025:

##### GENERELL AKTIVITET

Trimgruppa driv aktivitet som skal appellere til dei som ynskjer å halde seg i aktivitet, eit lågterskel tilbod. Aktiviteten i 2025 var bra.

##### SIRKELTRENING/STASJONSTRENING

Ein har hatt stasjonstrening søndagar med omlag 15 deltakarar. Treninga er lagt opp til ni ulike stasjonar, med to øvingar på kvar stasjon. To fellesøvingar til slutt. Onsdag er det sirkeltrening med 22-25 deltakarar. Her er det ei runde med ulike øvelser, jobbar om lag tre minuttar på kvar. Felles oppvarming og uttøying.

Instruktør er Gry Gulestøl.

##### WOD

Wod trening har vore ein gong i veka. Øktene er inspirert av Cross Fit primært, men har og hatt innslag av Hiit. I stor grad har øktene vore skifta ut kvar veke. Oppmøtet har variert det siste året, mellom 10-2 på treningane.

Instruktørar har vore Stine Svoen. Martine Sørugulen og Hilde Midtbø har vore vikarar ved behov.

##### SPINNING

Det har vore 3 faste treningar i veka. Det har vore 2 treningar måndag og 1 trening torsdag. Kvar av dagane er det ei 35 min økt, måndag er det i tillegg ei 45 min økt. Talet på deltakarar har auka det siste året, det har kome til fleire nye. Spinninga fekk i 2025 8 nye spinning syklar, dette har bidratt til auka deltaking. Takk til FFI og Sparebanken for tilskot.

#### HOVUDSPONSORAR



Spinning instruktører er framleis Vibeke Kjerpeseth, Hege Iren Svarstad og Hilde J. Midtbø

### **IDRETTSMERKE**

Lista for å ta idrettsmerke skal vere slik at folk flest kan klare det. Krava er aldersbestemt, og dei vert senka med alderen. Utøvarane må gjennom spenst, hurtigheit, styrke og uthald. Innan kvar grein er det mange moglegheiter. Det er helde idrettsmerkeprøver også i år, og det var 5 personar som deltok. Tal på avlagte prøver har vore relativt stabil i fleire år.

Dei som har tatt idrettsmerke i år er: Ståle Mulehamn, Henrik Frøyen, Anne Karin Vårdal, Frank Hatleset og Andre Hatleset.

I år har vi ei utmerking – det er Ståle Mulehamn som har tatt merket 60 gongar. Utmerking kjem frå NIF/ kretsen og er eit merke med diplom.

| Namn                   | Født dato/år | Adresse       | Lag  | Tal |
|------------------------|--------------|---------------|------|-----|
| Mulehamn, Ståle        | 02.10.1941   | 6723. Svelgen | STIF | 60  |
| Vårdal, Astrid Johanne | 15.10.1976   | 6723. Svelgen | STIF | 9   |
| Vårdal, Anne Karin     | 19.10.1948   | 6723. Svelgen | STIF | 46  |
| Frøyen, Henrik         | 03.06.1953   | 6723.Svelgen  | STIF | 26  |
| Hatleset, Frank        | 21.02.1975   | 6723.Svelgen  | STIF | 21  |
| Follevåg, Edvin        | 02.12.1948   | 6723 Svelgen  | STIF | 39  |
| Fløtre, Sylvi Mari     | 11.05.1987   | 6723 Svelgen  | STIF | 2   |
| Vårdal, Torgeir        | 22.04.1971   | 6723 Svelgen  | STIF | 1   |
| Andre Hatleset         | 21.02.1975   | 6723 Svelgen  | STIF | 7   |

Statestikk over gjennomførte idrettsmerkeprøver.

### **STYRKEROMMET**

Styrkerommet er aktivt brukt, den største aktiviteten er på kveldstid.

### **DUGNAD**

Trim-gruppa har vore med og hjelpt til på felles oppgåver for S.T.I.F.

### **ØKONOMI OG BUDSJETT**

#### HOVUDSPONSORAR



Gruppa sine utgifter er i år nye spinning syklar, litt utstyr til sirkeltrening og utmerkingar for idrettsmerke.

Det er elles liten økonomisk aktivitet i gruppa sidan alt er på trim-nivå. Inntektene dette året har vi fått frå overføringar frå hovudstyret og via tilskot.

### **FRAMOVER**

Ein må prøve å oppretthalde den aktiviteten ein har

Svelgen, 27.01.2026

Hilde Jenssen Midtbø  
Leiar Trimgruppa STIF



#### HOVUDSPONSORAR



# ÅRSMELDING 2025

## Svelgen Turn og Idrettsforening

### VOLLEYBALL

#### Styret si samansetning:

Leiar: Herborg Hilde Eikeland

Medlemmer: Sylvi Mari Fløtre, Stine Mari Solheim, Rakel Rise Hallset, Kjell Åge Bueie

#### Trenarar:

Frank Hatleset, Johannes van Dijken, Bjørn Kjørslevik, Gaute Kjørslevik, Kjell Åge Bueie, Rakel Rise Hallset, Sylvi Mari Fløtre, Stine Mari Solheim, Herborg Hilde Eikeland, Hilde Ommedal Myklebust.

#### Aktivitet:

##### Arrangement

Volleyballgruppa har i løpet av 2025 hatt følgende arrangement:

- 2. divisjonskampar for både damer og herrar
  - 3. divisjonskampar for damer
  - Miniturneringar og aldersbestemte turneringar for U15 og U17 S&Fj
  - Mollyturnering tredje juledag med 11 deltakande lag
  - Markering av 50-årsjubileum for volleyballgruppa. Utdeling av blomster til grunnleggar Arne Loftheim og utnemning av æresmedlem Frank Midtbø.
- Volleyballgruppa er klar for 50 nye år!

#### Seriespel

STIF deltok med damelag i 2. divisjon sesongen 2024-2025 og kom på 7. plass i serien. Laget held fram i 2. divisjon sesongen 2025-2026. Herrelaget kom på 4. plass i serien og stiller også i 2. divisjon sesongen 2025-2026.

Sesongen 2025-2026 stiller vi også med to damelag i 3. divisjon. Dette er jentelaga U15 og U17 som ønsker meir kamptrening. Denne aktiviteten vil vi evaluere våren 2026.

#### Aldersbestemt

Minivolleyball (4.-7. klasse) har god aktivitet, men har litt få spelarar i dei yngste aldersklassane. Minispelarane har delteke på turneringar i Svelgen, Florø, Gaular og Førde.

#### HOVUDSPONSORAR



Vi har også delteke med lag i JU15, JU17 og GU17 på turneringar i både Sogn og Fjordane og Møre og Romsdal.

### **Blindheimscup**

JU15, to lag: 3. og 6. plass

GU17: 3. plass

### **RM og NM 2025**

RM 2025

RM U15: Svelgen JU15 2. plass

RM U17: Svelgen GU17 2. plass

NM 2025

NM U15: Jentelag, 24. plass

NM U17: Gutelag, 22. plass

NM U19: ikkje delteke

### **Regionlag U16 Sogn og Fjordane**

NM Regionlag vart arrangert 17.-19. januar, og følgande spelarar frå STIF var tatt ut:

Gutelaget:

Magnus Edvardsen

Aksel Myklebust

Casper Ommedal Leirvik

Casper fekk plass på All star-team etter endt turnering!

### **Landslagsaktivitet**

Casper Ommedal Leirvik vart teken ut til samling med Ungdomslandslaget (U18) påska 2025. Dette resulterte i uttak til ei treningssamling 29. oktober–2. november i Latvia. Her spelte dei treningskampar mot fleire lag i Latvia og fekk god kamptrening.

**Hjarteleg takk til alle foreldre og trenarar som hjelper til med kiosk, køyring, treningar og turneringar!**

Svelgen, 24.02.2026

Herborg Hilde Eikeland

Leiar volleyballgruppa STIF

### **HOVUDSPONSORAR**

