

Utfyllende årsrapport 2017 (Tillegg til Årsrapport 2017)

Organisasjonen i sesongen 2017

Styret:

• Styrets leder/info/web:	Ane Varden
• Styremedlem/økonomi/klubbklær:	Per Christensen
• Styremedlem/trener- og oppmannsansvarlig:	Fredrik Ottesen
• Styremedlem/repr Oslo Skikrets:	Linda G. Opedal
• Styremedlem/ Naborunden/arrangementer:	Dag Eidsvik
• Styremedlem/stafetter/dugnader/repr Hovedstyret:	Einar Golberg
• Styremedlem/sosiale arrangementer:	Camilla Aschehoug
• Styremedlem:	Eirik Lunde (til august 2017)

Oppmenn:

• Rekrutt Putt 8 år (2010):	Gro Haukenes Nygaard
• Rekrutt Putt 9 år (2009):	Hallvard Gilje Aarseth
• Rekrutt 10 år (2008):	Camilla Aschehoug
• Rekrutt 11 år (2007):	Monica Jacobsen
• Rekrutt 12 år (2006):	Hanne Klausen
• Aktiv 13 år (2005):	Anne Glomnes Rudi
• Aktiv 14 år (2004):	Margrethe Burskerud Christoffersen
• Aktiv 15 år (2003):	Anne Glomnes Rudi
• Aktiv 16 år (2002):	Morten Dybdahl
• Junior 00-01:	Thomas Jenssen
• Senior:	Andrea Stranna
• Turrenn:	Birger Pedersen

Styrets arbeid

I tillegg til gjeldende lover og regler, har styret i sitt arbeid lagt til grunn tidligere vedtatt visjon. Siden forrige årsmøte har det vært avholdt 10 styremøter. Styrearbeidet har vært preget av enighet og konsensusbeslutninger. Siden Njård Langrenn ikke har noen lønnet administrasjon, består mye av arbeidet i løpende driftsoppgaver, og styremøtene er også i stor grad arbeidsmøter.

Samarbeid med andre klubber og eksterne tillitsverv

Njård Langrenn har ønsket å bidra til godt samarbeid med andre klubber, samt ta sitt ansvar for fellesfunksjonene knyttet til Oslo Skikrets. Langrennsgruppens leder har deltatt på de tillyste møter i Oslo Skikrets. I tillegg er et av styremedlemmene oppmann for 15- og 16-åringene i Oslo Skikrets.

Langrennsgruppen ønsker å delta i de sentrale beslutninger i Njård. Einar Golberg er langrennsgruppens representant i Njårds hovedstyre.

Medlemmer

Medlemsmassen har økt mye de siste årene. Veksten har nå flatet noe ut. Ved årsskiftet 2016/17 var det 512 betalende medlemmer i Njård Langrenn. Ved årsskiftet 2017/18 var det 550 medlemmer, dvs en økning på 7,5 % siste år.

Renndeltagelse

Så langt i sesongen 2017-18 har det vært god deltagelse på renn. Ut i fra antall barn på trening (særlig i de yngre årsklasser) er det fremdeles potensiale for ytterligere økning. Det er i skrivende stund for tidlig å gjøre opp en status for inneværende sesong. Oppmennene for årskullene har anbefalt utvalgte renn til sine sine grupper.

Naborunden (2005-09)

Naborunden gir ofte en god indikasjon på hvordan interessen er blant de yngste, og her stilte 105 barn fra Njård. Det er 24 færre enn i fjor, og en nedgang på hele 52 fra to år tilbake. Nedgangen skyldes nok dels at vi har noe færre utøvere i de yngste gruppene enn vi hadde for to-tre år siden, og dels at deltagelse i Naborunden generelt har gått noe ned. Med den gode vinteren i år, håper vi på en vekst til neste år.

Stafetter

Njård Langrenn er opptatt av deltagelse på stafetter, hvilket er meget viktig for å styrke klubbfølelsen og samholdet i en idrett som ellers, og i sin natur, er veldig preget av individuelle prestasjoner. Styret anser det derfor viktig at trenere, løpere og ledere prioriterer arbeidet med stafetter høyt. Årets Hemingstafett er i skrivende stund ikke gjennomført, men på stafetten i Oslo Skifestival stilte 9 Njårdlag på start, og på Rustadstafetten stilte 17 Njårdlag. Dette er styret svært tilfreds med, selv om også dette er noe lavere deltagelse enn i fjor.

Øvrige renn

13- og 14-åringene hadde sitt uoffisielle norgesmesterskap første helgen i februar 2018 da Ungdommens Holmenkollrenn gikk av stabelen. Vi hadde mange Njårdløpere til start, og mange gode prestasjoner. Vi må likevel fremheve Lars Bjertnæs som tok gull i klassisk og sølv i skøyting i G14. Meget bra!

Kretsmesterskapet ble avholdt i Sørkedalen i slutten av januar. Njård stilte med over 40 deltakere. I klassisk på lørdagen fikk vi tre kretsmestere ved Leopold Strand (G11), Lars Bjertnæs (G14) og Matz W. Jensen (M17). Nevnes må også fin tredje plass til Halvor Dybdahl i G16. Søndag (friteknikk) gjentok Lars Bjertnæs prestasjonen og ble dobbelt mester. I tillegg vant Vilde Opedal J16, og Leopold og Matz sikret seg fine andreplasser. Det samme gjorde Aleksander Gausen Bakke i G15.

Egne arrangementer/aktiviteter

Smørekurs

Riktig smurte ski gir større skiglede, både på trening og på renn. Stor takk til Thomas Jenssen, som har holdt to smørekurs før sesongstart. Det var godt fremmøte. Vi vil holde smørekurs også før neste sesong, og oppfordrer alle foreldre og ungdommer til å møte på dette.

Hyggekveld 25. oktober 2017

Hver høst arrangeres hyggekveld for aktive og foreldre på Huseby Skole. I år kom over 170 deltagere. Her ble det gitt informasjon om kommende sesong og holdt lotteri med mange flotte gevinster fra bl.a sponsor Milsluker'n. Vår egen verdensmester på rulleski, Ragnar Bragvin Andresen, stilte som vanlig på hyggekvelden, til glede for alle Njårdbarna.

Samling på Skeikampen, 1.- 3. desember 2017

Årets samling for andre gang lagt til Skeikampen, ettersom Nordseter Sportell har lagt ned driften. Rundt 130 barn og voksne fikk trent bra under veldig fine skiforhold, og kveldene ble brukt til sosialt samvær. Det er viktig og hyggelig å treffes på tvers av årsklassene, og vi vil fortsette med slik felles familiesamling også neste sesong, enten på Skeikampen eller annet sted.

Njårdrennet 13. januar 2018

Njårdrennet 2018 ble arrangert 13. januar i Holmenkollen med over 800 deltakere, og rennet ble gjennomført på en god måte. Rennet inngikk i Buypass Cup for 13- og 14- åringene. Njårdrennet er viktig for klubben på mange måter. Det er en god inntektkilde, og skaper godt samhold og dugnadsånd med fantastisk mange Njårdforeldre som stiller opp. Stor takk til rennleder Morten Dybdahl.

Klubbmesterskapet

Klubbmesterskapet blir arrangert 10. april i Sørkedalen. Som de siste par år, venter vi over 200 deltagere.

Pengestøtte og samarbeidsavtale

Vi har en samarbeidsavtale med Milsluker'n Sport som gir alle medlemmer rabatt i butikken. I tillegg mottar Njård Langrenn omsetningsbasert provisjon basert på medlemmers kjøp i butikken, samt et kontantvederlag. Vi har sponsoravtaler i forbindelse med draktreklame. Noen sponsorer har vært med tidligere, mens andre er nye. Sponsorer er nå: Eie Eindomsmegling, Advokatfirmaet Thommessen, Infront, Maccaroni og Milsluker'n.

Klubbstyr

Klubbklærne fra Swix kan kun bestilles via nettbutikk innenfor definerte bestillingsperioder. Dette står beskrevet i menypunktet "Klubbstyr" på Njård Langrenns nettsider. Levering skjer på Milsluker'n. Kolleksjonen er utvidet med en sommerkolleksjon.

Kommunikasjon/Nettside

Langrennsgruppa benytter hjemmesiden til Njård Langrenn og e-post som distribusjonskanaler for formidling av informasjon til samtlige medlemmer. Gruppesidene på web, som i hovedsak oppdateres av oppmennene/trenerne, er hovedkanalen for å informere om gruppens treningsopplegg. Stadig flere årskull bruker også Facebook eller Spond.

Viktige beskjeder og nyheter legges på websiden (langrenn). Det blir skrevet noen reportasjer med bilder fra renn og arrangementer gjennom sesongen, men vi vil gjerne motta flere bidrag fra alle som deltar på forskjellige arrangementer, slik at vi får større bredde på det som skrives og at alle grupper blir representert.

Takk til alle løpere, trenere og foreldre/foresatte for innsats og engasjement i 2017.

Oslo, 16. februar 2017, Styret i Njård Langrenn

Rapport fra gruppene

Gruppen Rekrutt Putt 8 år (2010)

Trenere: Helene Unander, Nina Davies og Cornelia Tandberg. I tillegg har flere foreldre bidratt mer eller mindre fast.

Oppmann: Gro Haukenes Nygaard

Trening:

2010-gruppen trener en gang i uka, torsdager fra kl 18.30 til 20.00.

Det har vært ca 12-15 barn som har deltatt på treningen. Barna kommer fra bla Huseby, Smestad, Slemdal og Skøyen.

Barmarkstreningen startet opp etter høstferien med ungdomstrenerne Helene og Nina i spissen. Denne foregikk ute i 45 min først, der barna deltok i hinderløyper, stafetter, ballspill og leker, for deretter å avslutte med 45 min populær innetrening i Pershallen.

Etter jul har gruppa hatt samtlige skitreninger ved Øvresetertjern. Skitreningene har fokusert på grunnleggende skiferdigheter samt balanse, tyngdeoverføring mv. Skitreningene har bestått av noe instruksjon/demonstrasjon, stafetter, skiturer (med og uten staver) mv. Ungdomstrener Cornelia, som startet opp 1. februar, er tiltenkt gradvis å overta som trener idet de øvrige skal gå over til å trene 2008-gruppa.

Noen av 2010-barna deltok i Njårdrennet 13. januar.

Rekrutt Putt 9 år (2009)

Trenere: Hallvard Gilje Aarseth, Fredrik Stray, Tonje Gulbrandsen Jensen, Gunstein Vatnar, Mikkel Bjørnstad (ungdomstrener)

Oppmann: Hallvard Gilje Aarseth

Trening:

Treninger for 2009-kullet startet opp etter høstferien 2017, og gruppen trener én gang i uken – torsdager kl 18.30. 2009-kullet består av opp mot 20 barn. Barna kommer fra ulike skoler, herunder særlig Huseby, Skøyen og Smestad.

I den første perioden etter oppstart, hadde gruppen barmarkstreninger med oppmøte ved Persbråten skole. Barmarkstreningene har vært todelt, med en innledende (45 min) uteøkt etterfulgt av 45 minutter inne i Pershallen.

Fokus for barmarkstreningene har vært både å ha det gøy samt at barna skal få tilpassede fysiske utfordringer. Ute har aktivitetene bestått av ulike leker (stiv heks, haien kommer, sisten, hauk og due), ulike stafetter, løpeturer mv. Vi har fokusert på å bli kjent med hverandre, lære å ta imot beskjeder, holde sammen som gruppe mv.

Innedelen av barmarkstreningene har bestått av en kombinasjon av sirkeltrening, styrkeøvelser og ulike ballspill.

Etter snøen kom, har gruppen hatt skitreninger i Nordmarka. Oppmøtestedet har i all hovedsak vært ved Øvresetertjern. Skitreningene har fokusert på grunnleggende

skiferdigheter samt balanse, tyngdeoverføring mv. Skitreningene har bestått av en blanding av leker/oppvarmingsøvelser, noe instruksjon/demonstrasjon, stafetter, skiturer (med og uten staver) mv. Annenhver trening holdes i klassisk stil og annenhver i skøyting. På enkelte av treningene har vi også tatt lengre turer i oppdelte grupper.

Treningene er foreldredrevet, og trenere/oppmann er foreldre til 2009-barn som deltar på treningene. I tillegg har vi dette året fått tildelt en ungdomstrener – Mikkel Bjørnstad. Alle foreldre oppfordres til å være med på treningene når det passer.

Deltakelse i renn

2009-kullet deltar på Njårdrennet, og svært mange går de tre rennene i Naborunden. Det inviteres videre til deltakelse på enkelte stafetter for dem som måtte ønske det og 2009-kullet vil delta i klubbmesterskapet.

Rekrutt 10 år (2008)

Trenere: Nina Davies (ungdomstrener), Helene Unander (ungdomstrener), Joachim Karlsen, Fredrik Minsås, Ingerid Øhrn Langslet, Bengt Solheimdal Johansen og Morten Plünnecke

Oppmann: Camilla Aschehoug

Trening:

Dette er denne gruppens første sesong med to treninger i uken. Det er også første sesong med rulleski på barmarkstrening som vi startet opp med etter sommerferien. Vi er ca 25 barn på treningen. Mange barn fra Smestad, Huseby og Skøyen skole.

Gjennom høsten og frem til skisesongen var i gang for fullt, har Joachim Karlsen hatt rollen som hovedtrener for gruppen, og det fungerer svært godt. Hovedfokus på treningen er at barna skal ha det gøy gjennom stafetter, balansetrening og mestring av ulike øvelser. Foreldre er oppfordret til å være med og engasjere seg. Dette fungerer veldig bra i år.

Barmarkstreningen i høst besto av 45 minutter inne i Pershallen med sirkeltrening og lek og deretter ute med stafetter, hinderløyer og "stiv heks" i 45 minutter. I vinter har treningen vært fra Frognerseieren, og 2008-gruppen har fått styrket trenersiden med ungdomstrenerne Nina Davies og Helene Unander. Nina og Helene har ansvar for treningene hver tirsdag, og de fokuserer på skøyteteknikk gjennom stafetter og mestring av ulike øvelser.

Vi har en veldig fin og engasjert trenergjeng som gjør en kjempeinnsats. Vi har godt utbytte av utstyret gruppen har fått kjøpe til barmarkstreningene og litt under skitreningene - baller, terninger, kjegler og tau.

Antall

30 påmeldte. På treningen møter det vanligvis opp mellom 20 og 25 barn.

Deltakelse i renn

Mange av barna deltok på Naborunden, og noen har vært med på andre renn og Rustad-stafetten. Det vil bli større fokus på renn for neste sesong for denne aldersgruppen.

Rekrutt 11 år (2007)

Trenere: Magnus A. Egeness, Anne Strand, Monica Jacobsen, Øyvind Skjerven og Jesper Lyssand (ungdomstrener)

Oppmann: Monica Jacobsen

Miljø

Vi opplever at det er veldig god stemning på treningene, barna har blitt godt kjent med hverandre og har det veldig gøy sammen. De heier hverandre frem og supporter hverandre.

Trening

Frem til høstferien hadde vi trening kun en dag i uken pga mye fotball som ikke var sesongavsluttet ennå. Rulleskitrening (med rulleskibasket!) er veldig populært. Var nok 15-20 stk på treningene. Ca 30 betalende medlemmer. Barmark på torsdager med bruk av hallen er også veldig populært blant barna. For øvrig var det løpeturer på barmark, med innslag av stafetter og kanonball som var opplegget.

Tirsdager møter stort sett 10-15 mens torsdager ca 20-25. Barna kommer stort sett fra Huseby, Smestad, Skøyen og Bestum.

Skitreningene, som vi kom tidlig i gang med denne sesongen, legges opp stort sett med en skøyteøkt og en klassisk økt ilt uken. Vi har de siste ukene begynt å kjøre en av treningene på Bogstad, noe vi har fått god respons på mht. at det ikke er så kaotisk.

I starten av sesongen måtte vi kjøre noen treninger i Kollen, og da opplevde vi at mange av barna savnet leken. Vi trener derfor kun i Kollen ved snømangel eller at det er gjennomgang av løyper før Oslo skifestival og Njårdrennet.

Hovedtrener Magnus og ungdomstrener Jesper fungerer meget bra. De har bra treningsopplegg og er veldig godt likt av barna. Det er svært stor spredning i gruppen på tempo, men med bruk av foreldretrenere i tillegg syns vi treningene fungerer bra mht. å dekke alles behov og ønske om å gå langt og kort. Vi holder oss samlet som hel gruppe i stort sett 80 % av treningstiden.

Renn

Det er ca 22 barn fra denne gruppen som går Naborunden.

Vi la ut aktuelle renn på hjemmesiden tidlig i sesongen, men opplever at det kun er det «faste» ca 5-7 barna som stiller i renn. Derimot klarte vi å rekruttere til 17 barn fra vår gruppe til Rustad-stafetten, så det var veldig bra.

Rekrutt 12 år (2006)

Trenere: Daniel Larsen, Tor Jenssen, Tor Øyvind Lislerud, Simen Skou, Hans Joachim Motzfeldt.

Ungdomstrener: Bertine Bøe, Eline Gade og Mathilde Lund (på slutten av 2017)

Oppmann: Hanne Klausen

Trening

2006-gruppen teller totalt 25 ivrige barn. Treningen startet opp uken etter skolestart med rulleskitrening i Kollen hver torsdag frem til høstferien. Det var 8-12 barn på disse treningene. Etter høstferien startet vi opp med trening 3 dager i uken. Nytt av året er at vi

mandager trener sammen med 2005 for de aller ivrigste med oppmøte Midtstuen. Tirsdager var det barmarkstrening og torsdager rulleskitrening så lenge forholdene tillot det. Det var godt fremmøte på alle treninger, men vi ser at barmarkstreningene konkurrerer med andre idretter som for eksempel fotball som har treningene til samme tid.

Trening på ski startet allerede i slutten av november 2017, men da i Kollen i første omgang. Deretter ble treningen gjennomført fra Frognerseteren (klassisk) og Holmenkollen (skøyting) – både med stafetter/teknisk trening og «langturer». Det har vært klassisk tirsdager og skøyting torsdager, mandager har vært litt variert.

Antall

Totalt er det ca 25 barn som er med i 2006-gruppen. Det er jevnt over ca 15-18 på treningene med flertall av jenter i skisesongen. Litt færre (ca 10-12) på rulleski/barmarks-treningene (noe som skyldes at dette kolliderer med fotball). Det har vært noe utskiftning fra i fjor - noen har falt fra, men det har også kommet til 2-3 nye fra andre klubber.

Det er 72 foreldre/foresatte som er med på Facebooksiden til 2006 – her kommuniseres det hyppig mht. treninger og deling av bilder! Det er godt mottatt av alle foreldre.

Miljøet er bra, mange barn som er glade etter trening. Anne (2005) og Daniel har vært ansvarlige for mandagstreningene annenhver gang, Tor Øyvind/Hans Joackim har delt på ansvaret for tirsdagstreningen og Daniel/Simen har hatt ansvaret for torsdagene. Det har fungert fint. Mathilde kom inn som ungdomstrener i desember 2017, og har etter dette deltatt på både tirsdags- og torsdagstreningene. Ungdomstrenerne har fått prøve seg på egen hånd, og vi ser at nye juniortrenere trenger opplæring før de blir kastet ut i det.

I november hadde 2006 Ragnar Bragvin Andresen som trener to ganger på rulleski i Kollen. Det var superpopulært – og stort oppmøte disse gangen. Det er til stor inspirasjon for barna at en kapasitet som Ragnar stiller opp. Stor takk fra 2006-gruppen til Ragnar.

Hva kan gjøres annerledes

Bedre opplæring av ungdomstrenere er en fordel, samt at klubben bør bruke Ragnar mer (hvis han kan). Superdyktig fyr – og barna elsker det når han er med på trening. Gir ekstra motivasjon!

Sosialt

- Sommeravslutning/nærsamling (barmark)

En helg i midten av juni avsluttet vi 2016-17-sesongen med en nærsamling (lørdag/søndag). Lørdag var det rulleski i Kollen – og deretter løpetur fra Skøyen til Bygdøy med bading inkludert. Populært. Det var grilling på kvelden for barna med foreldre som ønsket det hjemme hos Daniel.

- Samling på SKULD-hytta

Vi har hatt en tur til SKULD-hytta sent på høsten der 17 barn deltok, 3 trenere og 5 foreldre. Det ble en hyggelig samling med overnatting, der vi løp fra Frognerseteren i høstmørket til SKULD. På lørdag formiddag gjennomførte vi stafetter og deretter løp vi til Sognsvann.

21. november avsluttet vi en trening litt tidligere og hadde en felles kakao på Frognerseteren. Det var et populært innslag på en trening. Da kom nesten alle!

Det var 15 barn fra 2006 som deltok på familiesamlingen på Skeikampen – med god innsats på lørdagens og søndagens treningsturer. Vi avsluttet før jul med en trening med innlagt overraskelse med kakao og pepperkake i Kollen.

Deltakelse i renn

Det har vært litt mer fokus på renn i år, og 2006 har valgt ut noen renn som vi oppfordrer alle til å melde seg på. Det er stort sett de samme 8 som går renn (3 gutter og 5 jenter) I tillegg til Naborunden har vi deltatt i Hakadalrennet, Sørkedalen, Oslo Skifestival, Hemingstafetten, Holmenkollen, Rustadstafetten i tillegg til Njårdrennet og klubbmesterskap.

Aktiv 13 år (2005)

Trenere: Elin Davies, Anne Glomnes Rudi, Ståle Matberg, Øysten Landgraff, Per Christensen, Fredrik Ottesen, Jon Rogstad

Oppmann: Anne Glomnes Rudi

Trening

2005 trener sammen 3 ganger i uken. Fra april til jul trente 2004 og 2005 sammen, men etter jul delte vi gruppen i to. Det er god innsats og godt humør i gruppen.

Vi har 3 samlinger ila. året, hvor én er hjemmesamling, mens to av samlingene er lagt Åsmarka hvor vi innlosjerer gjengen på et gårdsbruk. Den andre samlingen i Åsmarka var det bare gutter som var med.

Ungdommens Holmenkollrenn var en positiv opplevelse for mange. Vi har også fått med oss flere kretsmeesterskap i sesongen.

2005-gjengen er en positiv gjeng hvor fokus på skiglede er viktig.

Aktiv 14 år (2004)

Trenere: Rune Malo Ødegaard (hovedtrener), Fredrik Gran Urdahl og Jacob Bjelke Kachel (halve sesongen Eirik Haugmo) + Joachim Jacobsen på styrketrening

Oppmann: Margrethe Buskerud Christoffersen

Trening

Gruppen hadde rulleskitrening i Holmenkollen to ganger i uken fra august til oktober, hvor ca halve treningsgruppen deltok. Etter høstferien ble det etterhvert barmarkstrening, enten fra Midtstuen eller i Holmenkollen. Frem til snøen kom, hadde vi oppmøte sammen med 2005-gruppen, med samkjørt opplegg. Mandager har vi hatt styrketrening i Njårdhallen sammen med 2003. Skitreningen startet i desember, hovedsakelig med oppmøte i Holmenkollen. Det har vært relativt stabilt oppmøte i hele sesongen, men størst oppmøte etter høstferien da mange hadde avsluttet/reduert sommeraktiviteter. Etter jul har det vært styrketrening med 2003 nesten hver uke. Vi har også vært heldige og hatt Celine Brun Lie og Ragnar Bragvin Andresen som trenere noen ganger, samt noen foreldre.

Sosialt/samlinger

Vi hadde barmarkssamling for gruppen i oktober, i 71° Nord-stil, fordelt på to lag, med hver sin trener som lagleder. De syklet fra Njårdhallen og inn i Sørkedalen, opp Wyllerløypa og

ned til Frognerseteren. Her ble syklene parkert, før firemannslagene løp ned til Kollen, men bare ved hjelp av seks ben. Lagene prøvde ulike teknikker, brannmannsløft, ryggbæring, gullstol og hinking, med varierende hell:). Da de kom ned til Kollen, var det en økt på rulleski, så opp til Frognerseteren igjen og sykling ned Korken til Dalsveien, hvor det ble servert velfortjent pizza. Ispedd quiz, styrkeøvelser og idealtidkonkurranser, ble det en tøff og veldig morsom dag.

Vi hadde også en rulleskitur med 2004-gruppa til Røa innover i Sørkedalen. Det var ikke så mange som var med, men de som var med oppfattet dette som veldig hyggelig.

Antall løpere

Det har vært 15 betalende utøvere; 12 gutter og 3 jenter.

Renn

Noen har deltatt på mange renn, herunder de fleste Buy Pass Cup-rennene. Ni har deltatt på ett eller flere renn gjennom sesongen. Vi har stilt stafettag i Oslo Skifestival og på Rustadstafetten, og fem deltok på Ungdommens Holmenkollrenn. Det er mange som er påmeldt Ungdomsbirken.

Hva kan gjøres annerledes?

Det har vært et år med høy teningsiver og god stemning i gruppa. Det bør gjøres en innsats for å få til et større jentemiljø, enten sammen med jenter i andre årskull i klubben eller med andre klubber.

HL-gruppen (2002-03)

Trenere: Eskild Skåtun, Cendrine Holme, Andrea Stranna og Celine Brun-Lie
Oppmenn: Anne Glomnes Rudi (2003) og Morten Dybdahl (2002)

HL-gruppen trener sammen 3 ganger i uka, i tillegg til 2-3 egentreninger. God innsats, samhold og godt humør særtegnert denne gjengen.

Vi har fire samlinger ilt året, hvor to er hjemmesamlinger, mens to av samlingen er lagt til Hafjell (2002) og Åsmarka (2003) hvor vi innlosjerer gjengen på private hytter/gårdsbruk.

I hovedlandsrennet på Tolga (2002) ble det 2 pallplasser, mange gode plasseringer og flott innsats av samtlige. For 2003 var det Ungdommens Holmenkollrenn der vi fikk en seier og gode plasseringer. Vi har også fått med oss flere kretsmeisterskap i sesongen. Hovedlandsgruppen bidrar absolutt til å sette Njård på kartet. Vi har bredde og enkeltutøvere som kan prestere på høyt nivå når de har dagen. Det lover godt for fremtiden.

Juniorgruppen - Aktive løpere født 1998-2001

Trenere: Joachim Jacobsen, Eskild Skåtun, Sindre Wiig Nordby
Oppmann: Thomas Jensen

For første gang på mange år har igjen Njård Langrenn en junioravdeling. Det er svært gledelig, og i tråd med Njård Langrenns langtidsstrategi. 2001-kullet gikk mai 2017 inn i junioralder, og avdelingen består i dag er 5 gutter og 3 jenter. Fra Vestre Aker Skiklubb kom Lars Young Vik, og fra Sørkedalen IF kom Mads Grøholdt inn i gruppen, noe som var meget hyggelig og bra slik at gruppen får «kritisk masse».

For at denne gruppen skal få den kvaliteten på treningen og utbytte av å trene sammen, er det satt noen grunnleggende krav til aktiv deltagelse på trening, egentrening og renndeltagelse i løpet av sesongen. Jevnlig god renndeltagelse og forholdsvis stor framgang på alle løpere.

Trening

Gruppen tok fatt på trening umiddelbart etter fjorårets sesong, med oppstart første helg i mai. Juniorgruppen har trent sammen 3 ganger i uken, variert mellom styrke, løping og rulleski/ski. Med egentrening i tillegg trener disse utøverne 6-9 økter i uken.

Junioravdelingen har gjennomført skisamling på Sognefjellet, hatt 5 helgsamlinger med Team Kollen (3 nærsamlinger og 2 fjernsamlinger) og hatt 4 Njård-samlinger i nærområdet i tillegg til snøsamling på Hafjell før jul.

Overgang til junioralder er et stort steg for både begge kjønn, kanskje spesielt for gutter som doubler konkurransedistansen fra 5 til 10km. Treningene har vært lagt opp mot å være forberedt til dette.

Renn og resultater.

Dette er en aktiv gruppe, og de fleste går renn hver helg. Fremgangen fra fjoråret har fortsatt for alle løperne, og viser at treningen som er lagt ned gir resultater. NorgesCup (NC) og Junior-NM i Steinkjer er hovedmålet for løperne for denne sesongen.

I skrivende stund (begynnelsen av februar) har det vært en rekke gode prestasjoner, mange pallplasseringer, kretsmesterskap og seire i lokale renn. Første NC på Beitostølen i januar viser at Njårds nye juniorgruppe er i rute med flere topp 10 plasseringer. Nå står vi foran de store målene og Norgesmesterskapet. Dette lover godt for sesongens hovedmål.

Senior

Oppmann: Andrea Stranna

Ragnar Bragvin Andresen går fortsatt aktivt for Njård (og Team Jobzone).

Han leverer stadig veldig bra resultater på rulleski. I 2017 ble han igjen verdensmester på rulleski, denne gang teamsprint. Ragnar vant bl.a både Sommarlandssprinten og ble nummer to på fellesstarten under verdenscupen på rulleski i Kroatia. Han ble nr 4 (beste nordmann) sammenlagt i verdenscupen for rulleski 2017.

Bortsett fra Ragnar har det ikke vært noen aktivitet i seniorgruppa i sesongen 2017, og vi stilte dessverre ikke lag på NM-stafetten i år heller.

Turlangrennsgruppen

Oppmann: Birger Pedersen

Gruppen består av ca 15 voksne Njårdere, som trener styrke sammen en gang per uke, i tillegg til egentrening.

Oslo, 16. februar 2018