

Oslostudentenes Idrettsklubb

Årsberetning

2018



Tilsluttet:

Norges Idrettsforbund
Norges Studentidrettsforbund
Norges Aikidoforbund
Norges Badmintonforbund
Norges Bandyforbund
Norges Basketballforbund
Norges Bokseforbund
Norges Kampsportforbund
Norges Cykleforbund
Norges Danseforbund
Norges Dykkeforbund
Norges Fekteforbund
Norges Fotballforbund
Norges Fri-idrettsforbund
Norges Frisbeeforbund
Norges Håndballforbund
Norges Judoforbund
Norges Kendoforbund
Norges Klatreforbund
Norges Orienteringsforbund
Norges Padleforbund
Norges Skiforbund
Norges Squashforbund
Norges Svømmeforbund
Norges Tennisforbund
Norges Volleyballforbund
Kofukan Norge

Innholdsfortegnelse

1. Administrasjonen

1. Oversikt over Administrasjonen
2. Styreleders beretning

2. Hyttene

1. Årsberetning Driftsstyret
2. Årsberetning KSI-hytta

3. Årsberetning Kartkomiteen

4. Årsberetninger gruppestyrene

1. OSI Aikido
2. OSI Badminton
3. OSI Basketball
4. OSI Boksing
5. OSI Bordtennis
6. OSI Capoeira
7. OSI Dans
8. OSI Dykking
9. OSI Elvepadling
10. OSI Fekting
11. OSI Fotball
12. OSI Friidrett
13. OSI Håndball
14. OSI Innebandy
15. OSI Judo
16. OSI Jujutsu
17. OSI Karate
18. OSI Kendo
19. OSI Klatring
20. OSI Kubb
21. OSI Kung Fu
22. OSI Langrenn
23. OSI Orientering
24. OSI Quidditch
25. OSI Ski og snowboard
26. OSI Squash
27. OSI Svømming

- 28. OSI Sykkel
- 29. OSI Taekwondo
- 30. OSI Tennis
- 31. OSI Ultimate Frisbee
- 32. OSI Volleyball

1.1 Administrasjonen

HOVEDSTYRET 2018:

Leder:	Cecilie Kappelslåen	OSI Dans
Nestleder:	Maren Larsen Borgan	OSI Håndball
Økonom:	Madeleine Nordström	OSI Dykking
Sekretær:	Ragnhild Nygaard	OSI Langrenn
Styremedlem:	Odd Anders Ingebretsen	OSI Sykling/Ski og Snow
Styremedlem:	Robert Søreid	OSI Tennis
Styremedlem:	Hienh-Minh Van Tran	OSI Squash/Tennis
Styremedlem:	Marie Lohnås Nygaard	OSI Svømming
Vara:	Jens Lægreid	OSI Boksing

ADMINISTRASJON

Daglig leder: Rasmus Olstad Semmerud/Sofus Rasmussen
Regnskapsfører: Regnskapshuset Sparebank1 Østlandet

VALGKOMITÉ

Leder:	Vilde Matilde Skram	OSI Svømming
Medlem:	Junjie Cao	OSI Fekting
Medlem:	Anette Volla Nilsen	OSI Sykkel

KONTROLLKOMITÉ

Leder:	Kenneth Madsen	OSI Klatring
Medlem:	Ina Andresen	OSI Capoeira
Medlem:	Øyvind Kveine	OSI Taekwondo
Vara:	Martin Sikkeland	OSI Håndball

1.2 Styreleders beretning

Innledning

Innledningsvis vil vi rette en stor takk til alle tillitsvalgte og frivillige i Oslostudentenes idrettsklubb (OSI). OSI er en stor klubb med mange idretter og gruppestyrer - klubben hadde ikke gått rundt om det ikke var for alle dere frivillige. Dere legger ned mye tid, stiller oss spørsmål, viser engasjement, og ikke minst: det er dere som sørger for selve kjernen i vår klubb, nemlig aktiviteten. Tusen, tusen takk!

Daglig leder

I november 2018 ansatte vi en ny daglig leder, Sofus Rasmussen. Han trådte raskt inn i stillingen da vår tidligere daglig leder, Rasmus Olstad Semmerud, hadde fått et godt jobbtilbud i Sogndal. Vi opplevde at ansettelsesprosessen fungerte bra, og vi endte opp med en særdeles god daglig leder som Hovedstyret er godt fornøyd med. Sofus har et stort engasjement for klubben, er løsningsorientert og svært effektiv. Hovedstyret er fornøyd med vår sittende daglige leder som har hovedfokus på å gjøre de administrative oppgavene til OSI enklere. Daglig leder sitter per nå i 4. etg på Chateau Neuf, men i oktober begynte vi arbeidet med å se etter et kontor som har et større sosialt fellesskap, da det kan bli veldig ensomt å sitte på nåværende kontor. Ny avtale om kontorplass, både i et sosialt fellesskap og i nærhet til studentidretten, er snart i boks, men velger å ikke offentliggjøre dette før endelig kontrakt er på plass. Hovedstyret anser det som en viktig oppgave å ivareta daglig leder. Om et sosialt fellesskap og en bedre fysisk arbeidsplass kan sørge for at daglig leder kan være lenger i klubben vår, anser vi det som en god investering.

Hovedstyret

Etter årsmøtet i 2018 gikk Hovedstyret ned fra elleve styremedlemmer til ni (7 styremedlemmer + 2 varamedlemmer). Denne endringen synes jeg har fungert bedre. Det er enklere å være færre å forholde seg til, kontra å bli en stor gjeng som eksempelvis kan slite med å finne et passende møtetidspunkt. Hovedstyret har siden årsmøtet 2018 gjennomført totalt 12 styremøter. Minner

om at dere kan se protokollene på nettsiden.

Hovedfokuset for Hovedstyret i år har vært blant annet å forsøke å finjustere og implementere den nye klubbhåndboka som sto endelig klar i august 2018. Hovedstyret anser det som viktig å fortsette å etablere gode, enkle rutiner som digitaliseres gjennom vår klubbhåndbok. Hensikten er å gjøre det enklere for medlemmer, gruppestyrer, trenere og de som vil trenge informasjon fra klubben. Det er tilgjengelig informasjon, både om klubben, men også om retningslinjer, varslingsrutiner og vedtekter. I kommende fremtid bør det prioriteres å markedsføre denne i større grad, samt gjøre forbedringer.

Hovedstyret innførte et enklere økonomisk system i september, VISMA. Det har tatt noe tid å få systemet ordentlig i gang, men på sikt bør dette være mer hensiktsmessig for dere i gruppestyrene, daglig leder og regnskapsfører. Vi ser at tallene for regnskapsfirmaet ikke har sunket noe særlig fra i fjor, selv med et nytt system. Hovedstyret vil oppfordre det nye Hovedstyret til å prøve det nye systemet noe mer, da det i bunn og grunn er mer effektivt. Om det likevel ikke gir noe bedre utslag innen et halvt år, bør man vurdere å bytte regnskapsfirma. Jeg vil likevel påpeke at med en så stor klubb som vi er, er det ikke billig å ha et regnskapsfirma. På en annen side er det helt nødvendig for at vi skal kunne sikre økonomien vår på en god måte.

Hovedstyret har arbeidet med å få en ny leverandør på plass, etter at vi sa opp avtalen med Scantrade i juni. Vi har etablert en samtale med ClubAssist. Vi er helt sikre på at dette vil bli bra på sikt, men er lei oss for at prosesser har tatt tid, for eksempel med bestillingsvindu og prøving av klær. I forbindelse med leverandør, har en stor sak vært selve draktdesignene til OSI. I tråd med at vi utviklet en ny virksomhetsidé i fjor, har Hovedstyret arbeidet med å skape en felles identitet for klubben - at vi blir like. Formålet er at man skal kunne se når OSI spiller en kamp eller deltar på eksempelvis SL; en lik klubb, kontra 33 ulike "idrettslag". Dette har vært en omfattende prosess som har tatt tid. Selv om Hovedstyret er godt fornøyd med det utfallet og vedtaket draktene fikk til slutt, mener vi at vi kunne gjort prosessen noe ryddigere og mer effektiv. Det beklager Hovedstyret. På en annen side er vi svært positive til det nye draktdesignet og håper på sikt at man kan se OSI som en helhetlig klubb i like farger.

Hovedstyret utarbeidet i 2018 også en “arealpott”. Denne potten skal dele ut midler til de gruppene som trenger mer areal i tillegg til tildelt tid fra SiO. I 2018 delte vi ut 278 000 kr av øremerket 300 000 kr. Velferdstinget i Oslo og Akershus (VT) er svært opptatt av den sprengte anleggskapasiteten som rår studentidretten. Dermed valgte VT å støtte OSI i 2019 med 500 000 kr ekstra som skulle øremerkes “arealpotten”. 31. januar i år var første frist for gruppene å søke arealpotten for 2019 og det var totalt åtte søknader. Det er kjempebra at så mange grupper søker og er dyktige til å finne areal. Det er ny frist for arealpotten i august 2019, og vi oppfordrer dere til å søke.

Kunstgressbanesaken er heldigvis ferdig på den politiske siden. For øyeblikket arbeider SiO med å utarbeide en plan for hvordan de skal utvikle og forbedre kunstgressbanen. Når dette er implementert, får idrettene våre også benyttet seg av kunstgressbanen på vinterstid. Det er fortsatt usikkert når dette skal stå klart, men Hovedstyret og daglig leder følger opp dette.

Hovedstyret mener at vi har et godt samarbeid med SiO. Vi har hyppige møter med både idrettskoordinator og direktøren i SiO Athletica. Vårt fokus er å få så mye treningstid og areal som mulig slik at vi kan tilrettelegge godt for gruppene. Eksempelvis arbeider vi nå for å få gratis leie i helgene, noe SiO er positive til å se videre på. Selv om samarbeidet anses som godt, er vi klar over at anleggssituasjonen til klubben vår ikke er optimal, men per dags dato er OSI klubben som får nesten all halltid på kveldstid i arealene til SiO. Vi sier oss ikke fornøyd av den grunnen, og vil fortsette å prøve å utvikle oss som klubb anleggsmessig også, i tillegg til at vi har øremerket penger til en egen “arealpott”.

Hyttedrift

Den 21. november i 2018 mottok styreleder en trist telefon; KSI-hytta sto i brann og hytta var ikke til å redde. Hytta har eksistert siden 1962 og en rekke OSI-ere har mange gode minner fra denne hytta. Det viktige arbeidet om å sette opp ei ny hytte er allerede i gang. Det er opprettet et eget utvalg som skal se på nye skisser og alternativer til ny hytte. Dette kan dere finne mer info om i informasjonssaken knyttet til KSI-hytta som ligger som et eget saksvedlegg. Vi vil likevel takke OSI Friidrett som har tatt godt vare på denne hytta, og som selvsagt er med i den nye prosessen med å bygge en ny hytte.

Vi vil også takke driftsstyret som står på for å forbedre og utvikle Studenterhytta. Studenterhytta hadde aldri vært så velfungerende uten våre dyktige bestyrere, Tone og Marius - dere skal ha tusen takk for alt arbeidet dere legger ned. Dere legger godt til rette for at besøkende skal ha den beste opplevelsen og vi ser at besøkstallene fortsatt er svært høye. Vi er veldig heldige som har bestyrere som tar ansvaret på alvor og styrer Studenterhytta på et eksemplarisk vis. Takk!

Samarbeidspartnere

Hovedstyret har gjennom året hatt en god dialog både med Oslo Idrettskrets (OIK), Norges studentidrettsforbund (NSI) og med VT. OIK har som tidligere nevnt gjennomført virksomhetsprosess med oss, samt at de har bistått i aktuelle konflikthåndteringssaker. NSI har kommet på besøk til oss og andre undergrupper, samt at vi var hele ni stk fra OSI som dro på ledersamlingen til NSI i november. Enkelte OSI-ere hevder at den samlingen sørget for videre motivasjon i OSI. Vi oppfordrer alle til å søke om å bli med på kommende nettverksamlingen i mars. VT har vi hatt en god dialog og et godt samarbeid med. Det førte til at vi eksempelvis fikk en mye større tildeling i 2019 enn vi noen gang har fått før. Det er viktig at Hovedstyret fortsetter å arbeide politisk. Både rettet mot økonomi, anlegg og generelt forbedring av studentidrettens ståsted. Disse nevnte samarbeidspartnere er viktig støttespillere i vårt arbeid og for OSI sin videre utvikling.

Avslutning

Avslutningsvis vil vi understreke; sammen som en klubb må vi hjelpe hverandre. Vi håper og tror at vi er på rett vei mot det målet. Selv om “draktsaken” har vært turbulent, tror vi at arbeidet har bidratt til å skape oss enda mer lik en klubb. Jeg vil minne dere på at det er dere tillitsvalgte som er klubben - det er dere som skaper kjerneaktiviteten i OSI. Bruk engasjementet deres for alt det er verdt, og forsøk gjennom deres arbeid å verve nye tillitsvalgte slik at alle gruppene i OSI får en fin kontinuitet og fremgang i utvikling. Stå på videre!

2.1 Årsberetning driftstyret

Driftsstyret OSI

<i>Leder:</i>	<i>Kristian Weibye</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Odd-Tørres Lunde</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Madeleine Nordström (økonom Hovedstyret)</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Rasmus Semmerud/Sofus Rasmussen (daglig leder OSI)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Marius Bakken (bestyrer OSI-hytta)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Halvor Bakken (representant Verdifokus)</i>
<i>KSI-representant:</i>	<i>Rune Hageberg (OSI Friidretts ansvarlige for KSI-hytta)</i>

DRIFT

I 2018 vart heile Driftsstyret byta ut (i alle fall dei som representerer OSI). Året starta med kunnskapsoverføring, noko som ikkje gjekk knirkefritt, sidan det mangla mykje dokumentasjon og det ikkje var nokon sentral handsaming av informasjon. Mykje av året har gått med til å opprette ein portal (confluence, på Odd-Tørres sine heimesider) der vi skriv ned alt som skjer i Driftsstyret. Vi bør no vere betre rusta for utskiftingar i framtida.

Besøktstala har vore stabile frå året før, med ein svak oppgang. Det er hyggeleg å sjå at fleire frå OSI tek turen enn før (273 i 2018, mot 170 og 121 i hhv. 2016 og 2015), noko vi vonleg ser endå meir til i 2019. Totalt held talet på studentar seg høgt (ca. 65 %). Økonomien har gått betre, noko grunna betre styring som har brakt inn 40 000, noko grunna at søknaden til KS gjekk gjennom i år og noko grunna at ein faktura som skulle stått på 2017 kom med i 2018. Det eksisterer no eit skuggerekneskap som vi held oppdatert.

Dei store prosjekta vi har hatt med å gjere, utanom den digitale portalen og økonomisk opprydding, er handtering av grå- og svartvatn frå OSI-hyttene og handtering av søppel frå dei andre studenthyttene i området. Vi har hatt befaring frå to ulike leverandørar på vasshandtering, men manglar framleis eit tilbod vi kan takke ja til. Søppelhandteringa manglar eit tilbod på rydding av plass til container før vi går til hyttene med eit tilbod. Elles har arbeidet med badet på bestyrarbustaden teke til, tørkerommet er ferdig og vi har fått nye dører på doane på OSI-hytta. Rune Hageberg har i 2018 fortsatt som hytteansvarlig for KSI-hytta. Dei har lagt ned mange dugnadstimar i hytta også i 2018.

BESØK

Overnattingstallene for 2017 med året før i parentes

OSI	273	(ukjend)
SIO	2003	(1940)
Barn	56	(81)
Voksne	1156	(1314)
Totalt	3488	(3335)

Brannen på KSI

KSI-hytta brann ned til grunnen i 2018. Leiar i Driftstyret sit saman med Økonom, Sekretær og to representantar frå Dugnadsgruppa til KSI i ein gjenoppbyggingskommite. Arbeidet vil ta minst eit år til, så vi vonar å kunne ta i bruk hytta i 2020. Arbeidet har teke mykje av tida til leiar etter brannen i november.

Dugnad og julebord

Dugnaden på OSI-hyttene fungerte bra. Vi var litt færre enn venta, slik at vi ikkje fekk gjort alt vi ville. Sidan Odd og Kristian hadde kome opp på førehand fekk vi planlagt litt betre, slik at Marius var fri til å gjere eit par prosjekt som kravde litt ekstra merksemd og ei motorsag. Vi synst dette fungerte bra og kjem til å prøve å gjere det same neste år. Etter dugnaden oppretta vi ein dugnadsgruppe for folk som likar Studenterhytta og dugnad. Til no er vi ein del gamlisar, og kjem til å halde fram å rekruttere hardt i den målgruppa. Målet er å ha ein dugnad på våren der vi kan gjere litt ting som krev litt tid (måling over fleire dagar t.d.), samt gjere klart til dugnaden på hausten. Julebordet vart betre besøkt i år enn dei tidlegare åra. Vi blesta hardt og tok vekk moglegheita for å ta taxi ned til byen igjen. Dette førte med seg at fleire vart att og vi fekk ein folksam og triveleg fest etter ein fortreffeleg middag.

ADMINISTRATIVT

Driftsstyret har hatt tre offisielle møter i perioden. Utanom dette har leiar vore innom hytta mykje i samband med befaringar og andre arrangement. Vi har hatt eit møte med økonom, samt eit møte med den nye daglege leiaren då han var under opplæring. Kommunikasjonen i Driftsstyret går hovudsakeleg på e-post og det fungerer veldig bra.

Veglagsmøte vart heldt i 2018 og kjem til å hende i år igjen. Der er viktig at vi held fram med å opptre profesjonelt, slik at vi kan auke sjansen for at vi kan få med nok folk til å endre kostnadsdelinga.

Vi har fått midlertidig utleppstillating til 2021, altså må starten på bygginga vere før februar 2021.

Det er framleis ikkje eigedomsskatt på OSI-hytta og vi kjem ikkje til å trenge å søke på nytt kvart år, så lenge drifta ikkje endrar seg.

Elles må vi få skryte av bestyrarane som gjer ein særskild god jobb med å halde hytta på beina.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Vi kjem til å helde på prioriteringa frå i fjor ang. utsleppshandtering. Det er veldig viktig å få på plass ein leverandør, slik at vi kan kome i gang med å søke om pengar.

Andre vedlikehaldsprosjekta som vi må gjennomføre i 2019 er mellom anna:

- Tetting av piper på NSI, bestyrarbustaden og familiehytta.
- Nytt brannvarsleranlegg.
- Ferdigstilling av badet på bestyrarbustaden.

Dugnadsgruppa vonar å ha sin fyrste dugnad til våren og gjere klart til dugnaden på hausten. Julebordet vonar vi vert fullt i år også.

Kristian Weibye, Leiar i Driftsstyret

2.1 Årsberetning kartkomiteen

1. OSI Kartkomiteén

Leder: Øivind Due Trier

Nestleder:

Økonom: Øivind Due Trier

Sekretær:

Styremedlem:

Styremedlem:

Styremedlem:

Kartkomiteen står for utgivelse og vedlikehold av orienteringskart i Nordmarka, Blindern og på Krokskogen. OSI utga sine første orienteringskart i 1968 og 1969, hhv. ”Krokskogen” og ”Tryvann”. Kartkomiteen er en frittstående anleggskomité i OSI, men underlagt årsmøtet i OSIs orienteringsgruppe.

1. Administrasjon

1. Styrearbeid

Det har i løpet av 2018 ikke vært avholdt formelle styremøter.

1. Økonomi

Utarbeidelse av orienteringskart innebærer store enkeltutgifter med ujevne mellomrom, mens salgsinntektene kommer mere jevnt fordelt i tid. Vi mottar også støtte fra spillemidler på inntil 50% av kostnadene ved utgivelse av nye orienteringskart. Nytt for 2018 er at vi også har mottatt støtte fra Sparebankstiftelsen.

I 2017 hadde kartkomiteén et underskudd på kr. 103 545,97. Ved starten av 2017 hadde kartfondet en egenkapital på kr. 27 093,67. Kartfondet er et resultat av tidligere års overskudd, og kan brukes til å dekke inn underskudd. Ved utgangen av 2017 var kartfondet blitt negativt, på kr -76 452,30. Dermed var det viktig å redusere utgiftene i 2018 samt å få utbetalt støtte som var innvilget.

Regnskapet for 2018 er ikke klart, men vi ligger an til et overskudd på ca. kr. 76 500,-.

Totale utgifter er kr. 96 350, som dekker synfaring og tegning av 5 km².

Totale inntekter er på kr. 173 000, som inkluderer spillemidler kr. 42 000, støtte fra Sparebankstiftelsen kr 100 000 samt kartsalg kr. 30 930. Nydalens Skiklubs turorientering er den største kartsalgskunden med kr. 25 000.

Kartfondet ligger da an til å være i balanse med kr 124.

De siste årene har kartkomitéen mottatt kr. 15 000 i internoverføring fra o-gruppa for bruk av OSI og Nydalens Skiklub sine kart til treninger og til Kjempesprekken. Aktiviteten i o-gruppa i 2018 har vært såpass mye lavere enn foregående år, slik at denne internoverføringen kan utgå for 2018. Men den bør gjeninnføres når aktiviteten i o-gruppa har tatt seg opp igjen.

1. Virksomhet

1. Kartsalg

Kartsalg faktureres av Øivind Due Trier på vegne av kartkomitéen.

En stor del av kartsalget foregår nå som salg av digitale kartrettigheter til arrangører av turorientering og orienteringsløp. Salg av turkart til salgssteder for videresalg administreres av Øivind Due Trier.

Nydalens Skiklub har kjøpt kart til sin turorientering for kr 25 000. IL Geoform har kjøpt kart til 2 rankingløp for kr 3 280.inntekt fra turkartsalg var kr. 2 550.

1. Utarbeidelse av kart

Kartprosjektet Blankvann ble påbegynt i 2017 og vil fullføres i 2019. Dette kartet vil dekke det gamle Svartor-kartet. Vi har fått innvilget støtte fra Sparebankstiftelsen DNB på kr. 100 000, som ble utbetalt i 2018, selv om ikke alle utgiftene til kartet har påløpt ennå.

Bakgrunnen for den store produksjonen av nye o-kart de siste seks årene er at vi i 2012 fikk en avtale med Oslo kommune om gratis tilgang til kartdata for utarbeidelse av orienteringskart i Nordmarka. Vi skal levere synfarte stier og bekker gratis tilbake. Kommunens kartdata, som vi har fått tilgang til, er laserdata fra 2010 samt grunnkart med vann, veier, bygninger, kraftlinjer osv. Med laserdataene er det nå mulig å lage kartgrunnlag for synfaring med meget nøyaktige høydekurver samt vegetasjonshøyde. Dette gjør at orienteringskartene blir mere posisjonsnøyaktige. Vi har ønsket å utnytte denne gunstige situasjonen ved å kartlegge betydelige områder. Dette startet høsten 2012 med synfaring av deler av Pipenhus, og fortsatte gjennom 2013-2016 med igangsetting av flere kartprosjekter. Kartfondet, spillemidler samt salg av turkart har gitt oss økonomi til å gjennomføre dette.

Nå har det kommet en ny laserskanning fra 2016, som er tilgjengelig fra hoydedata.no.

Våre orienteringskart brukes av OSI og andre klubber til å arrangere o-løp og treninger, samt av Nydalens Skiklubs turorientering «Stifinner'n». Stifinner'n er vår viktigste enkeltkunde. Vårt årlige ultralangdistanseløp «Kjempesprekken» har start og mål på KSI-hytta eller Studenterhytta, og kan dermed bruke kartområder langt til skogs som ikke enkelt kan nås fra utfartsparkeringene langs Nordmarkas yttergrenser. Stifinner'n ønsker også å bruke noen kart som er langt til skogs. Kjempesprekken ble dessverre ikke arrangert i 2018, men vi har flotte kart som kan brukes dersom Kjempesprekken blir arrangert i 2019.

Pågående kartprosjekter i 2018:

Blankvann, 14 km², av dette ble 4 km² synfart i 2017 og 5 km² i 2018 De gjenstående områdene på 5 km² skal synfares i 2019.

Framstilling av kartgrunnlag: Gjennom en avtale med Oslo kommune får vi gratis FKB-data (veier, vann, hus kraftlinjer og annet) og laserdata (punktmålinger av terreng og vegetasjon) til framstilling av o-kart, mot at de får stier og bekker gratis i retur. Øivind Due Trier har laget dataprogrammer som genererer kartgrunnlag med høydekurver med 1 meters ekvidistanse og fargekodet vegetasjonshøyde. Dermed er vi ikke lenger avhengige av å betale for konstruksjon av kartgrunnlag til synfaring.

Kartoversikt

o-kartreg	Kartnavn	Areal km ²	Gammel utgave	Ny utgave	Kommentar
5987	Svartor	16,2	2010	2019	Nytt kart Blankvann påbegynt 2017
7069	Gåslungen	2,5	-	2017	
6723	Finnerudhøgda	3,6	1997	2017	
6722	Osmarka	7	1997	2017	
6724	Heikampen	7	-	2016	
6721	Appelsinhaugen	5,8	1997	2015	
6720	Rådalshøgda	7	-	2016	
6725	Diakonhjemmet	0,4	-	2015	Sprintkart
6697	Tryvannstårnet	15	2004	2014	Delvis revisjon av Heming i 2019
6730	Bergendal-Pipenhus	6,2		2013	
878	Holmenkollen	8	2006	2012	Delvis revidert til Nordmarkskarusellen 2017
5593	Blindern	2,4	2007		Sprintkart, revideres ved behov
1081	Løvliå nord	18,9	1989		Vil evt. bli nykartlagt av Ringerike OL
1082	Løvliå syd	13,4	1987		Vil evt. bli nykartlagt av Ringerike OL

1. Oppsummering av året

1. Generelt

Vi har hatt lavere aktivitet på synfaring av o-kart sammenlignet med 2017, fordi det var nødvendig å redusere utgiftssiden for dermed å kunne gå i overskudd og dekke inn mest mulig av underskuddet fra 2017. Vi har samtidig mottatt spillemiddelutbetaling for utgifter påløpt i 2017, samt støtte fra Sparebankstiftelsen for pågående kartarbeid. Dermed har vi i 2018 klart å dekke inn underskuddet fra 2017.

1. Målsettinger for 2019

1. Generelt

1. Fullføre kartprosjektet Blankvann.
2. Salg av kart.

Vi mener at en forutsetning for o-sporten er gode orienteringskart, og at det er viktig at OSI er aktive med å utarbeide disse.

1. Administrativt

Rekruttere nye medlemmer til kartkomiteén.

2.1 Årsberetninger gruppestyrene

OSI Aikido

Leder: *Erik Akersveen Lied*

Nestleder: *Gert-Jan Haasnoot*

Økonom: *Torgrim Rudland Næss*

Sekretær: *Magnus Arsenovic Schei*

Administrasjon

Styrearbeid

Vi har hatt ingen styremøter i 2018. Alle administrative oppgaver har blitt håndtert uten nødvendighet for styremøter.

Ekstern Representasjon

Styret har vært representative på bl. a. OSI's årsmøtet, representantskapsmøtet, dugnaden og mer.

Økonomi

Året har gått bra. En av de to planlagte hytteturene ble avlyst pga brann på KSI Hytta. Av den grunn ble det brukt langt mindre penger enn forventet.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Klubben har holdt treninger etter treningsplanen.

Treningsleire/samlinger

Klubben har arrangert og deltatt på to treningsleirer sammen med søsterklubben vår, Sentrum Aikido. En av instruktørene har i tillegg holdt leir sammen med instruktører fra andre klubber. Medlemmer har deltatt på nyttårsleir og sommerleir.

Konkurransedeltagelse

Det finnes ingen konkurranser eller turneringer innen Aikido.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Det ble holdt 1 hyttetur våren 2018. Det var planlagt å ha en på høsten, men pga brann på KSI Hytta, ble dette ikke mulig. Etter trening på fredager har det sporadisk vært pubturer og andre sosiale arrangementer.

Integrasjon

Vi har ikke holdt noen integrerende aktiviteter mellom OSI Aikido og andre OSI-grupper dette året.

Oppsummering av året

Generelt

Det har vært et år med normal aktivitet. Promotering har foregått ved UiO og OsloMet. det vært normal bytting av medlemmer der flere slutter og flytter etter studie og nye studenter starter hos oss. Sammenlignet med forrige år har medlem antallet holdt seg relativt jevnt.

Idrettslig

Det har vært godt oppmøte hele året, selv om det har vært noe lavere rundt eksamens tider.

Sosialt

Det ble holdt 1 hyttetur våren 2018. Det var planlagt å ha en på høsten, men pga brann på KSI Hytta, ble dette ikke mulig. Etter trening på fredager har det sporadisk vært pubturer og andre sosiale arrangementer

Administrativt

Lite aktivt da det kun har forekommet normalaktivitet i klubben. Eirik, styrets leder, var på utveksling det meste av høst semesteret. I hans fravær har Gert-Jan, styrets nestleder, fungert som leder. Et styremedlem trakk seg i løpet av våren 2018.

Målsettinger for 2019

Generelt

Vi ønsker å øke antall medlemmer og ha mer interaksjon mellom nybegynnere og viderekomende medlemmer for å bygge en sterkere klubb. Vi ønsker å rette inn mer rekrutteringsarbeid mot langvarig studenter enn utenlandske studenter, siden vi har få ressurser. Konsolidere digital tilstedeværelse og oppdatere nettsidene våre. Operere Instagram konto og YouTube konto. Brukukene i starten av semester til å legge ut Aikido ting på OSI sosiale medier (Instagram).

Idrettslig

Deltagelse på Norges Aikido Forbunds sommerleir. Det skal tydeliggjøres for medlemmer om når det er eller ikke er trening på fredagsmorgen eller søndag. Vi har sal UA på Domus booket på søndag men det holdes trening etter avtale.

Sosialt

Finne alternativt sted å holde hyttetur til. Flere alternative sosiale aktiviteter (filmkvelder, brettspillkvelder, osv).

Administrativt

Vi vil holde mere fokus på det sosiale i styret, holde de administrative oppgavene til et minimum for å kunne fokusere på trening og det sosiale rundt klubben. I tillegg ønsker vi å forbedre rutiner på dugnad og vedlikehold av utstyr og materialer. Vi vil prøve å holde ett styremøte per måned. Disse kan brukes til blant annet opplæring av nye styremedlemmer. Vi vil også invitereteknisk ansvarlig i klubben, Tyr Steffensen, til å bli med på det første styremøtet.

OSI Badminton 2018

Leder: **Sigurd Simonsen**
Nestleder: -
Økonom: **Carl Magnus Woldstad**
Sekretær: **Halldor Reynisson**
Styremedlem: **Ragnhild L. G. Husom**
Styremedlem: **Christian Sæbo**

Administrasjon

Styrearbeid

Styret har slitt noe med at leder har vært fraværende hele året, og dermed er det en del ting som har falt mellom to stoler. Etter sommeren 2018 har det i praksis vært en annen ansvarsfordeling og også flere andre enn de som sitter i styret som har bidratt til å få klubben til å fungere. Vi har fokusert på å at de mer erfarne medlemmene skal få mulighet til å dra på turneringer, og har også oppmuntret nybegynnere til å bli med på dette.

Ekstern Representasjon

-

Økonomi

Det ble ført mangefult regnskap før sommeren, men dette er tatt tak i, og etter sommeren 2018 har vi fått god kontroll over den økonomiske situasjonen. Vi har fortsatt lån igjen som må nedbetales, noe som gjør at vi budsjetterer med et lite overskudd.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Har hatt nybegynnerkurs både i vårsemestret og høstsemestret. Vi har fokuset på å få holdt nybegynnerkurs, siden det er viktig å lære litt grunnleggende teknikk for å få glede av spillet. Vi har dessverre ikke fått arrangert noen kurs for viderekomne. Har budsjettert med å ansette en til trener som skal ha en time trening hver fredag, med timelønn på 165,-. Dette tror vi vil øke den tekniske kompetansen hos både nybegynnere og viderekomne.

Treningsleire/ samlinger

Har ikke hatt noen treningsleirer.

Konkurransedeltagelse

Mange av medlemmene har vært aktive, og vi har deltatt i mange turneringer i Osloområdet. En av deltagerende har også vært i Bergen, og fire stykker var i Tromsø og konkurrerte der. Deltagere har konkurrert i klasser fra D til A, så både nybegynnere og mer erfarne utøvere er med å representerer klubben i konkurranser. Vi deltar også i lagserie, der vi spiller i 2. divisjon.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Vi har arrangert sommeravslutning og juleavslutning.

Integrasjon

Badminton er en idrett der vi inkluderer alle, og medlemmer oppfordres til å spille med alle, både nybegynnere og viderekommende. Badminton er en internasjonal sport som er større i utlandet enn i Norge, og hvert semester har vi mange utvekslingsstudenter som blir med i klubben.

Oppsummering av året

Generelt

Vi har hatt et flott år, der vi har fått nye medlemmer som engasjerer seg, hatt høy deltagelse på turneringer, og vi har gjort det bra i lagserien.

Idrettslig

Idrettslig har 2018 vært et bra år for OSI Badminton, med stor deltagelse på turneringer i området, og OSI spillere har vunnet alt fra D til A klassen. Vi har også deltatt i 2. divisjon lagserie i Oslofjorden Badmintonkrets, der vi per dags dato ligger på topp av tabellen.

Sosialt

Har arrangert sommeravslutning og juleavslutning. I tillegg er turneringer og lagspill viktige sosiale arenaer i klubben, og vi har fokusert på å oppmuntre også nybegynnere til å bli med på dette.

Administrativt

Administrativt har det ikke fungert helt optimalt, men mange har gjort en god innsats, slik at vi har fått det til å fungere.

Målsettinger for 2019

Generelt

Generelt vil vi fortsette å legge til rette for nybegynnere, slik at alle føler seg velkommen i klubben, og også være en arena der utvekslingsstudenter kan bli kjent med flere.

Idrettslig

Vi vil fortsette å ha høy deltagelse i turneringer i Oslofjorden Badmintonkrets, og også oppmuntre til å delta i turneringer, spesielt arrangert av studentlag, andre steder i landet. Vi har i 2018/19 sesongen et lag med i lagserie, og i sesongen 19/20 vil vi legge til rette for å delta med et lag til.

Sosialt

Vi har som mål for 2019 å arrangere flere sosiale arrangementer. Som studentklubb ser vi at det å arrangere sosiale arrangementer er spesielt viktig, og vi har forbedringspotensialet på dette området.

Administrativt

Målet er å ha et styre med mer definerte roller, slik at ingen saker og mail faller mellom to stoler. Leder har ansvar for å passe på og følge opp dette, og har hovedansvaret for kontakt med OSI Sentralt. Vi vil holde to styremøter per semester, og eventuelt avholde flere ved behov. Vi vil fortsette å få inn flere medlemmer i klubben, inkludere de på en god måte, og gi alle våre medlemmer et godt treningstilbud og sosial arena.

OSI BASKETBALL 2018

Leder: Ninni Rønning

Nestleder: Elmir Zeynalov

Økonom: Victor Da Costa

Sekretær: Hanna Bjørhus Askhaven

Styremedlem: Riccardo De Bin

ADMINISTRASJON

Styrearbeid Ganske hektisk i begynnelsen av året siden hele styret var nytt og ingen hadde noen erfaring fra før. Det var mange ting vi ikke visste hvordan vi skulle gjøre og siden vi aldri fikk veiledning eller opplæring fra forrige styret, brukte vi mye tid til å lære og forstå hvordan ting fungerer.

Ekstern Representasjon Vi hadde stand på foreningsdagene på både Blindern og Oslo Met. To damelag og ett herrelag deltok på Studentlekene (SL) i Tromsø. **Økonomi** Vi sliter fortsatt med underskuddet som vi hadde da styret trådte inn i fjor. Vi har heller ikke helt oversikt over hvor mye gjeld/penger vi har, fordi systemet er vanskelig. Økonomisjef vet kun hvor mye vi har brukt, men ikke hvor mye vi har. Dette er et gjentakende problem. Vi har også satt fokus på dugnad, og flere av våre medlemmer deltok på "VolleyUka". Dette kommer godt med når vi må betale nye drakter. Vi er imidlertid ikke sikre på hvordan dette skal finansieres. Medlemsavgiften er allerede høy og vi klarer ikke kutte ned på underskuddet. Behov for mer penger.

IDRETT/AKTIVITET Trening / instruksjon Mye uenighet om treningstider innad i klubben. Det at vi mistet noen av treningene våre i begynnelsen av året gjorde det vanskelig å fordele treningstider rettferdig. Ved hjelp av finansiering gjennom "arealpotten" fikk vi tre treningstider på NIH høsten 2018, og to treningstider vår 2019. Denne løsningen løser imidlertid ikke alle våre problemer, og vi foretrekker Domus/Blindern. På grunn av økonomien har vi flere trenere som ikke blir betalt. Det kan være spillende trenere, men også trenere som stiller opp på frivillig basis. Dette har gått greit i år, men kan bli utfordrende på sikt.

Alle lagene har lagrepresentanter som styret kommuniserer med. I alle bortsett fra ett tilfelle har dette gått veldig bra.

Treningsleire/samlinger Har hatt en filmkveld, to mix-turneringer og en utefest på Fysikkbakken.

Konkurransedeltagelse Bortsett fra seriespill har vi registrert 2 lag for å delta på SL i Trondheim.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer Har ikke hatt mye tid for dette her. Styremedlemmet som burde ha tatt ansvar for dette forlot styret og vi fant ikke en erstatning. Mix-turneringene har slått godt an, men lavere deltakelse på de andre arrangementene.

OSI Årsberetning 2017 2

Integrasjon Hvert lag har gjort sitt beste til å ta vare på sine medlemmer. Vanligvis ville hatt en «Åpenhall» for å la spillerne fra forskjellige lag spille og bli kjent med hverandre. Men i år var det vanskelig å integrere dette til treningsplanen, siden vi hadde for få timer. Flere av spillerne har klaget over dette og savner samholdet «Åpenhall» gir.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt Litt uorganisert og en del usikkerhet. Ting ble ordnet etterhvert som de dukket opp, og vi holdt alle de viktige fristene. Likevel dårlig fordeling av oppgaver og styret kunne kommunisert bedre internt/med lagrepresentantene.

Idrettslig Alle prøver sitt beste og har det gøy. Førstedivisjons damelaget gjør det ganske bra og demonstrerer høyt basketball nivå i sin divisjon. En av herrelagene har hittil gått ubeseiret og vil mest sannsynlig rykke opp til andre divisjon. Det nyopprettede damelaget (D3) bidrar til at vi er representert med hele tre lag på kvinnesiden.

Sosialt Ganske tilfredsstillende her, vi har gjort litt mer enn i tidligere år, men dette kan forbedres til neste år.

Administrativt Igjen, fikk lite opplæring og vi sleit en del i begynnelsen med registrering av lag til serie, oppretting av treningsavgift og osv.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt Ha det gøy! En målsetning få klubbens medlemmer til aktivt å ta del i klubben ved å bidra på dugnad, møte opp på sosiale arrangementer ++ for å føle at man er med i en klubb som drives ved deltakelse og engasjement fra medlemmene. Foreløpig virker det som om litt for mange medlemmer bare møter opp på trening og ikke forstår at medlemmene må styre klubben sammen.

Idrettslig Satse på herresiden ved å få opp et av lagene i høyere divisjon. Vi ønsker også å starte et nytt herrelag, ettersom vi har for mange på noen av lagene på lavere nivå. Vi ønsker å beholde vårt kvinnelag i 1. divisjon. Det er bra for klubben å ha lag på forskjellige nivå, både høyt nivå og nybegynnernivå. På sikt kan vi ha et lag i 1, 2 og 3 divisjon.

Sosialt Vi må få tilbake en sosialansvarlig for å styrke samholdet i klubben. Arrangere 2 planlagte mix-turneringer. Prøve på sommerfest. Hvis det slår an kanskje også julebord. Forsøke med NBA-kvelder. Dugnadsarbeid vil også ha noe sosialt i seg.

Administrativt

Fordele oppgaver tidlig i prosessen. Lage et årshjul som gir informasjon om alle planlagte aktiviteter/frister. Involvere lagrepresentantene mer enn det vi har gjort, slik at medlemmene kommer nærmere styret. Mye kan gjøres med fordeling av oppgaver i styret, og med bedre kommunikasjon og hyppigere møter (en gang i måneden) kan mye bedres

OSI Boksing 2018

Om styret

Randi, Øystein og Øyvind ble satt inn i styret av klubben 25.januar 2018. Har hatt et bra samarbeid hele perioden. Øystein forsvant fra klubben i sommer da han fikk jobb utenfor Oslo, siden har alt gått gjennom Øyvind og Randi.

Vi har holdt to styremøter, ett i starten av hvert semester, samt også hatt en jevn og god dialog gjennom begge semestrene,

Promotering

Vinteren 2018 var vi på stand under foreningsdagene.

Dette utgikk ved oppstarten av høstsemester pga manglende tid/kapasitet. Dette ble kompensert for ved å henge opp flyere rundt om kring campus på Blindern.

Vi har opprettet en facebook side for informasjon til alle som er interessert i klubben og boksing, med snart 100 følgere.

Økonomi

Klubben har brukt mindre enn budsjettet, hovedsakelig fordi vi ikke har kjøpt inn boksesekker, med ett sluttresultat på minus 6700,-

Idrett / aktivitet

Trening

På grunn av endring av sal-tider gikk vi fra trening 2 ganger i uka våren 2018 til 3 ganger i uka høsten 2018. Dette har vært positivt med tanke på selve treningstidene, da det tidligere var enten veldig sent på kvelden eller veldig tidlig. Det virker ut til at alle er ganske fornøyd med tidspunktene vi har nå. På den andre siden mistet vi sal 1D for en av timene, og har nå sal 1E isteden. Dette fungerer stort sett greit, men sal 1E er av og til i minste laget.

Den ekstra dagen med trening skapte litt hodebry da ikke alle trenerne hadde mulighet for å trene oss en ekstra dag. En løsning som ble foreslått var å holde trening for de mer viderekommende på mandagene, hvor André var trener. Dette funket ganske greit.

Vi har også beholdt saltimene på søndager, som er uten trenere. Høsten 2017 ble disse ganske hyppig brukt av medlemmene på eget initiativ, og ble til en viss grad brukt våren 2018. Saltiden på søndager er enda åpen for medlemmene til egentrening på eget initiativ.

Aktiviteter og Sosialt

Sportslig

Vi har hatt ønske om å holde interne konkurranser samt delta på eksterne, men tid og oppslutning rundt dette har gjort at det har utgått. Det er allikevel kommet flere ønsker om å delta på konkurranser, og vi håper at OSI Boksing kan stille på minst ett stevne våren 2019.

Sosialt

Vi har prøvd å holde sosiale tilsetninger begge semestrene. Vi hadde fest for medlemmene med mat ved starten av vår semesteret 2018, vi dro å så på NM i boksing og utover våren hadde vi sporadiske sammenkomster med sol, ballspill og grilling. Det har vært noe mindre høsten 2018, men vi startet semesteret med en oppstartsfest med mat og foredrag om boksingens historie, og vi avsluttet semesteret med en fest for alle medlemmene også.

Integrasjon

OSI Boksing har hatt en stor tilstrømning av utvekslingsstudenter, og treningene blir i stor grad holdt på engelsk.

Oppsummering av året

Generelt:

OSI boksing har hatt ett godt år, med en liten økning i medlemsmassen. Vi har hatt gode økter hvor medlemmene har vist progresjon, og vi har hatt fine sosiale sammenkomster,

Idrettslig:

En ekstra dag med trening har gitt litt spredning av medlemmene, men vi har enda dager med stort oppmøte. De nye tidene ser generelt ut til å fungere bra. Vi har fortsatt systemet med inndeling av øktene hvor vi trener nybegynner og viderekommende hver for seg. Vi har enda 4 flotte trenere som leder øktene våre, med et ekstra tilskudd i Hans som har fungert som hjelpetrener det siste semesteret.

Administrativt:

Vi har hatt en god dialog i styret og holdt møter når det har vært nødvendig. Med unntak av at nestleder forsvant i sommer har vi ikke hatt noen større utfordringer.

Vi forsøkte å gjøre informasjonsflyt og oversikt over medlemsmasse mer oversiktlig, noe som viste seg vanskeligere å gjøre, så informasjon blir fremdeles gitt ut enten under trening eller via den lukkede facebook gruppa.

Vi hadde i starten ett ønske om egen lagring av utstyr. Dette gjerne i form av et bur med lås inne i sal 1D, dette ble avvist av SIO. Vi ønsket også å kjøpe inn boksekker, men det krevde nye krokar i taket i sal 1D, noe som også ble avvist fra SIO.

Målsettinger for 2019

Generelt

Vi håper å opprettholde eksisterende drift slik at vi kan fortsette med å ta imot og gi alle bokseinteresserte studenter et godt treningstilbud.

Idrettslig

Fortsette som før ved å kunne gi alle, uansett nivå, et bra tilbud og mulighet til å lære seg sporten. Vi ønsker også at de som begynner å bli mer komfortable med boksinga mulighet til å utvikle seg enda mer, og kanskje delta på stevner.

Sosialt

Er viktig å opprettholde iallfall en samling i starten og slutten av semesteret for å opprettholde samhold i gruppa. Det kunne vært greit å utvide dette slik at også medlemmene selv kunne komme med ønsker/forslag til mindre aktiviteter gjennom semesteret.

OSI BORDTENNIS

Leder:	Viktor Raja
Økonom:	Robert Søreid
Styremedlem:	Dag Einar Kjos
Styremedlem:	Pål Gundersen

ADMINISTRASJON

Styret:

Styret har hatt 5 styremøter siden April 2018 til desember 2018. Vi har samarbeidet godt sammen, og fått OSI Bordtennis til å gå. Vi ble først enige om en medlemspris på 150/300, men etter at vi fikk penger fra arealpotten til OSI senket vi prisen til 100/200. Vi klarte å få til et ganske godt tilbud ved hjelp av Kjelsås Bordtennisklubb, som vi delta hall med.

Foreningsdagene på UIO og OsloMet gikk veldig bra for oss, vi hadde ca. 100 interesserte og av disse møtte rundt 60 opp på prøvetrening og 35 ble medlemmer av klubben høsten 2018. Vi hadde et mål om å få 50 medlemmer.

Ekstern Representasjon

Ingen

Økonomi

Økonomisk har det gått veldig bra for OSI Bordtennis. Vi fikk tildelt penger fra UIOs aktivitetsmidler til bordtennisbord og utstyr, og vi har i dag tilgang på 2 bord og veldig mye utstyr. I tillegg fikk vi 8000 kr fra NSI som oppstarts midler og 5000kr fra Norges Bordtennis Forbund. Vi holdt også en stand for SIO på Kringsjø, hvor vi fikk 2000 kr. Økonomisk så går det veldig bra med OSI Bordtennis.

På grunn av støtte fra HS (arealpotten) fikk vi også muligheten til å kutte medlemsprisen, og som en kompensasjon for de som hadde betalt fullpris tidligere dette semesteret så fikk de en bordtennis racket.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Vi fikk til en avtale med Kjelsås Bordtennisklubb om å få trene i deres lokaler (Bjølsenhallen) mandager, tirsdager, onsdager og fredag. Og vi hadde i starten 4 treninger i uken, men på grunn av sene treningstider (sent på kvelden) gjorde at styret tok en beslutning om å ha 2 faste treninger, mens resten var fritt spill.

Treningsleire/samlinger

Vi hadde ingen samlinger eller treningsleire høsten 2018

Konkurransedeltagelse

OSI vant Bordtennis konkurransen SL våren 2018, og vi hadde 3 spillere som deltok i en bordtennis konkurranse i regi av Kjelsås Bordtennisklubb.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Bordtennis styret arrangerte en bli-kjent-fest i starten av høsten 2018

Integrasjon

Styret har fungert fint, og det virker som om folk i bordtennis gruppen koste seg. Godt samhold under treninger, hvor trenere og spillere trives i et godt miljø.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Oppstarten av OSI bordtennis har godt veldig fint, selv om vi har hatt noen problemer (ikke veldig gunstige treningstider) som gjorde at noen potensielle medlemmer ikke ville bli med. Økonomisk og Sosialt har det virket som om folk har trivdes og hvis det har vært noe, så har vi klart å løse problemet. Veldig bra rekruttering på foreningsdagene. Økonomisk går det veldig bra.

Idrettslig

Veldig lavterskel tilbud, hvor folk fra alle nivåer var velkommen. Vi hadde for det meste nybegynnere og Intermediate spillere, men hadde i samarbeid med Kjelsås Bordtennisklubb muligheten til å bli med på treninger i regi av en verifisert trener (ekstra kostnad fra medlemsavgiften). Startet med å ha 4 faste treninger, men endte opp i midten av semesteret til å gjøre det om til 2 faste og 2 fritt spill. Mandager var veldig populære, og en vanlig trening hadde mellom 5-25 spillere.

Sosialt

Hatt en fest, men mange av medlemmene våre kjenner hverandre fra før av så stemningen er alltid morsom og leken på treninger

Administrativt

Administrativt har oppstarten gått ganske fint, styret har fungert bra sammen og holdt møter når det trengtes. Siden gamle styreleder (Hien-Minh) skulle til Japan for jobb , ble det enig om at daværende nestleder skulle ta over som styreleder og holde ”medlemsmøte” og ta over driften av klubben. Dessverre så skar dette seg, med at på grunn av interne ting i OSI Tennis styret, så valgte nestleder å hjelpe OSI Tennis styret og bli med i styret der i stedetfor. Vi mistet derfor en leder og måtte lete etter en ny en i tidlig januar. Starten på 2019 ble veldig hektisk for det resterende styret, men med hjelp av daglig-leder og styret klarte vi å få på plass en ny leder (Viktor) som hoppet rett inn i det. Det er dessverre ikke ut som det blir noe nordtennis våren 2019, men vi jobber med å komme tilbake høsten 2019.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt

Ordna bättre träningstider och rekrytera fler medlemmar.

Bedre treningstider og bedre lokaler

-

Sosialt

Kan hända att vi anordnar ett event tillsammans med exempelvis OSI Tennis / Badminton men det är inget som är bestämt ännu.

Administrativt

Nå har vi fått et nytt styre, og de jobber med å få klubben til å gå rundt og klar for start igjen høsten 2019. Interessen for bordtennis er fortsatt stor, da vi får en del henvendelser i starten av semesteret.

Årsberetning Capoeira

OSI CAPOEIRA

<i>Leder:</i>	<i>Philippe Sørensen</i>
<i>Nestleder/Sekretær:</i>	<i>Katrin Larsen</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Ina Jungersen Andresen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Fabio Zeiser</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Johannes Fatland Skjeie</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Solfrid Nordrum</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret har hatt jevnlige møter gjennom året, ca hver femte uke, noe sjeldnere på sommeren. Møtene har blitt referatført og lagt inn på dropbox og/eller blitt sendt ut på e-post. Ved problemstillinger som har oppstått utenom møter eller ved diskusjon fram mot møter har kommunikasjon foregått via e-post, telefon, sms og via Facebook Messenger.

Ved fravær av sekretær har andre styremedlemmer vært behjelpelige til å ta seg av referatføring.

Vi har hatt fire hovedmål i 2018. Det første målet, har vært å følge aktivitetsplanen, og med det sørge for at alle planlagte aktiviteter blir godt forberedt og utført. Det andre målet for året har hatt sammenheng med det første målet, men har dreid seg om styrearbeidet på et mer generelt grunnlag. Målet har vært å ha et styre som jobber proaktivt, og som dermed unngår å komme på etterskudd. Håndteringen av semesterstarten er et eksempel på en prosess der dette målet har vært spesielt kritisk. Videre har vi også hatt mål om å stabilisere økonomien. Denne har historisk sett vært veldig volatil, noe som videre har skapt usikkerhet og gjort det vanskelig å drifte gruppen optimalt. Det siste målet vårt har vært å spre Capoeira til flere studenter. Ønsket resultat av dette var både økt aktivitet i gruppa samt økt studentandel. Utover disse målene har fokus ligget på dugnadsarbeid og styrking av samholdet i gruppa, i tillegg til aktivisering/involvering av medlemmer utenfor styret i gruppas arbeid.

Ekstern Representasjon

OSI Capoeira er en del av capoeiragruppen Grupo União na Capoeira (GUC), som har undergrupper både i Norge, Brasil, Canada, Portugal, Serbia, Bosnia Hersegovina og Tyskland. I Norge har OSI Capoeira nær kontakt med de andre undergruppene av GUC i Norge, herunder GUC Sentrum (Oslo), GUC Bergen, NTNUI Capoeira i Trondheim og GUC Ås ved Universitetet i Ås. Medlemmer av OSI Capoeira har deltatt på treninger, felles arrangementer og workshops hos sine søsterklubber, bl.a. arrangementer i Oslo i april (Vårroda), i Bergen i august (Sommerfestival) og i Trondheim i oktober (Batizado).

Medlemmer av OSI Capoeira har også deltatt på treninger og workshops hos andre capoeira-grupper, både i Norge og utlandet. Vi har blant annet deltatt på workshop med M. Dirceu i regi av Capoeira Angola Oslo (også kalt Gcalv Oslo) i januar, med M. Perna i regi av Irmãos Guerreiros Oslo i mars, med M.Sombra og M.Marcos i regi av Oslo Capoeira Klubb i april og ikke minst M.Acordeon i regi av Cordão de Ouro Oslo i mai. I tillegg til disse nasjonale samlingene har et medlem deltatt på en workshop hos gruppen UCA Berkeley i California. For øvrig har enkelte instruktører vært på oppdrag hos en ekstern gruppe. Grupo no Topo do Mundo har invitert til sammen tre instruktører i to anledninger, både i februar og november, til å holde workshop på Burfjord i Nord Norge.

Økonomi

Som fortsettelse på tidligere års arbeid med å bedre økonomien har vi jobbet med rekruttering, bl.a. på Blindern Games og foreningsdagene. I tillegg utførte vi enkelte andre PR-stunt i sammenheng med semesterstartene. Vi har fortsatt med vår nulltoleranse på opptak av ikke-studenter som vi startet med i 2012. Vellykkede semesterstart bidro til flere nye medlemmer i det året som har gått, men turnover har bidratt til at vi har fått en nedgang i antall medlemmer.

Ettersom gruppa fortsatt har en negativ egenkapital som vi ønsker å fjerne, har vi som tidligere år planlagt høy dugnadsaktivitet. Etter et labert dugnadsår i fjor har vi klart å snu dette i år og hatt et fantastisk dugnadsår i år. Strategien vår om å fokusere dugnadsaktiviteten vår på få men velvalgte

dugnader med høy deltagelse har visst seg å passe gruppen vår best. Dugnadene styrket ikke bare økonomien, men som bieffekt styrket det også det sosiale samholdet.

Vi er fornøyde med denne utviklingen, og vil i 2019 prøve å gjenta strategien, samtidig som vi prøver å involvere flere medlemmer så effekten blir enda større. Vi skal også studere hvilke andre inntektsbringende aktiviteter vi kan fokusere på for å bedre økonomien.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Treninger vår 2018

Mandag	Fellestrening	18:15-20:15
Onsdag	Fellestrening	18:00-20:00
Fredag (Studio Orient)	Fellestrening/roda	17:30-20:00
Lørdag	Musikk/fellestrening	14:00-16:00

Treninger høst 2018

Mandag	Fellestrening	18:10-20:15
Onsdag	Delt trening	18:00-20:00
Fredag (Studio Orient)	Fellestrening/roda	17:30-20:00
Lørdag	Musikk/fellestrening	14:00-16:00

Vi er fornøyde med våre treningstider. Etter flere år uten separate nybegynner- og viderekommende treninger har vi klart å gjeninnføre dette på onsdager fra høst semesteret. Dette har blitt godt mottatt av både nybegynnere og viderekommende medlemmer. Vi så behovet for dette tiltaket da gapet i nivået ble større og større mellom de helt nye og de som hadde holdt på en stund. Tiltaket har tillatt undervisningen å bli mer spisset og skreddersydd deltagerne. Vi beholder de resterende treningstidene som fellestreninger for å beholde samholdet i gruppen.

Å gå på kafé etter fellestrening, er et tiltak som vi har hatt mye suksess med når treningstidene har tillatt det. Dette er noe vi har ambisjoner om å fortsette med, dersom treningstidene tillater det.

I dag har OSI Capoeira tre treningsdager på Blindern Athletica, samt fredagene hos vår søstergruppe GUC Sentrum, som holder til i Studio Orient i Arbeidergata 4. Denne fredagstreningen er det ”roda”, hvor to utøvere spiller mot hverandre i en sirkel (roda). Denne treningen er en viktig inspirasjon og motivasjon for våre medlemmer, og ikke minst er den viktig for å se den enkeltes utvikling i sporten. Denne treningen er også åpen for andre grupper, og det hender ofte vi har besøk av folk fra de øvrige gruppene i Oslo, eller av folk som oppholder seg her midlertidig på ferie e.l..

I sommer har vi ikke hatt sommertreninger. Dette var et bevisst valg, så instruktørene fikk seg en velfortjent pause. Vi kompenserte dette med søndagstreff hovedsakelig på Frognerparken eller på Langkaia når været tillot det.

Som tidligere år har OSI Capoeira hatt besøk av trenere og elever fra andre grupper, både i GUC og eksternt. Disse besøkene har bidratt til inspirasjon, motivasjon og videreutvikling som samtlige av våre medlemmer har satt stor pris på.

Treningsleire/samlinger

OSI Capoeira har deltatt på diverse leire og samlinger gjennom det siste året.

Nybegynnerworkshopen vi pleide å arrangere hvert vår- og høstsemester ble for tre år siden kansellert til fordel for en utvidet nybegynnerperiode i begynnelsen av semesteret. Dette har, som

tidligere år, vært en stor suksess, og har vist seg å gi flere nye medlemmer enn workshopen. I tillegg har det blitt holdt mange musikkvelder.

Hovedarrangementet hvert år er Batizado, som er det årlige graderingsarrangementet i GUC. Denne bytter de ulike GUC gruppene i landet på å arrangere, og i år ble det avholdt i Trondheim. OSI Capoeira bidro med flere reisende medlemmer, og fikk mye inspirasjon og glede av det helgelange oppholdet. I år var det to personer som fikk det første beltet, en person som fikk det andre beltet og to personer som fikk det tredje beltet.

OSI Capoeira arrangerte sammen med GUC Sentrum en "vårroda" der vi hadde tilreisende mestre, professorer og deltakere på alle nivåer, både fra inn- og utland.

I tillegg til egne arrangementer har vi deltatt på andre, som tidligere nevnt under "ekstern representasjon".

Konkurransedeltagelse

Det finnes ikke offisielle konkurranser i Capoeira, men man kan anse fredagsrodaen hos vår søstergruppe i Studio Orient, for eksempel, som vår form for "konkurranse". I dette rommet har utøvere anledning til å spille/sparre mot hverandre to og to. Derfor er denne fredagstreningen viktig for videreutvikling i Capoeira.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Etter trening/roda på fredager har vi tradisjon for sosialt samkvem i form av fredagspils/-brus. Det blir også arrangert fester i forbindelse med treningssamlinger, og tidligere nevnte musikk-/filmkvelder har vært viktige for det sosiale i gruppa.

Vi har for tradisjon å gå på Café Abel etter onsdagstrening en gang i måneden.

I februar arrangerte vi hyttetur til KSI-hytta for medlemmene. 8. mars ble det arrangert kvinnetrening/kvinnekveld for å styrke det kvinnelige samholdet i gruppa. I juni arrangerte vi for første gang en sommerhyttetur. Et av medlemmene åpnet familiens hytte på Dypeklo (Fredrikstad) for medlemmene. Dette ble et utrolig vellykket arrangement, som vi forhåpentligvis får gjentatt i 2019.

OSI Capoeira og søstergruppen GUC Sentrum arrangerer julebord sammen i desember, og vi håper på godt oppmøte.

Integrasjon

Nye medlemmer integreres naturlig i gruppa gjennom de forskjellige møteplassene vi har skapt. Fellestreningene styrker gruppesamholdet, samtidig som de splittede treningene styrker «kull»-følelsen og samholdet hos medlemmer som har samme nivå. De nevnte fredagssamlingene er viktige for å bli godt kjent, men siden det er en viss terskel for nye medlemmer å komme til disse treningene (det kan være litt skummelt i begynnelsen) er det derfor viktig for oss også å bruke onsdagskafé for å integrere disse.

Vi har også brukt musikkvelder og andre arrangementer for å inkludere. Dette har gått fint, og vi føler at samholdet per i dag er svært godt på tvers av alle nivåer.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Gruppa har gjennom flere semestre slitt med lave medlemstall. Det er lite som kunne forklare dette, da gruppa lenge jobbet iherdig med å bedre dette. Styret har de tre siste årene hatt særlig fokus på

rekruttering, studentandel og bedring av økonomien. Høsten 2017 klarte vi å snu den nedgående trenden og hadde 22 betalende medlemmer, hvorav 17 studenter. Dessverre har vi igjen fått en gradvis reduksjon i år. Våren hadde vi 20 betalende medlemmer, hvorav 15 studenter, og høsten ble det redusert til 17 betalende medlemmer, hvorav 14 studenter. Til tross for en reduksjon i antall medlemmer virker treningene mer folksomme, noe vi antar kan forklares med at reduksjonen tillegges at en del passive medlemmer har sluttet. Styret bør ta en diskusjon neste år på hvordan man kan tiltrekke enda flere medlemmer, samtidig som man beholder de som eksisterer. I tillegg ser vi at antallet ikke-studenter gradvis har falt, mens antallet studenter i snitt har økt. Studentandelen blir dermed positivt påvirket og øker fra 56% i 2016 til 82% i 2018. Vi anser at dette skyldes gruppas standhaftighet og klare målsettinger.

Det er viktig for oss å holde et høyt idrettslig nivå i gruppa. Det krever svært mange år med hard trening for å komme på et godt nivå i Capoeira, noe flere av medlemmene våre har gjort. Dette nivået er ikke mulig å nå i en normal studietid, noe som forklarer hvorfor flere av medlemmene våre er ikke-studenter. Disse høyt graderte bidrar på trening ved at de lavere graderte kan ta lærdom av det de ser og stadig får oppfølging av treningspartnere osv. Vi er på dette viset avhengige av å ha et minimum av ikke-studenter i gruppa for å holde nivået høyt.

Aktivitetsnivået har vært høyt i hele år, både i form av antall oppmøtte på trening, antall musikkvelder, fester og andre sosiale arrangementer. Alle våre medlemmer har vært med på minst en helgelang treningssamling, dugnad eller fredagspils. Dette er vi veldig fornøyde med!

Idrettslig

Som sagt holder OSI Capoeira et høyt idrettslig nivå. Flere av våre medlemmer har kommet veldig høyt i gradene, og vi er svært fornøyde med at flere av nybegynnerne våre kvalifiserte til belte på vårt graderingsarrangement i år. Dette vil av erfaring bidra til å beholde medlemmene lengre, og vi håper på å ha startet en god sirkel med dette.

Vi har to instruktører gradert til Professorer, som nå er de høyeste graderte i OSI Capoeira i dag, i tillegg til vår mester. Dette bidrar til et høyt nivå i gruppa.

Sosialt

De sosiale aktivitetene ved siden av treningene har bidratt til godt sosialt miljø i gruppa, og er viktige for å integrere nye medlemmer.

Administrativt

I løpet av året har styredynamikken fungert godt, til tross for at flere av medlemmene har hatt svært aktive liv utenom capoeiraen. Dette har ikke gått utover styreaktiviteten, og styret har hele året samarbeidet godt.

Gruppa har en facebookside som brukes aktivt til å informere medlemmer om treninger, tider, sosiale arrangementer osv, og denne fungerer spesielt godt til å nå ut til nye medlemmer og folk som vurderer å starte å trene med oss.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt

Vi vil jobbe med rekruttering og integrering, ha fokus på å beholde eksisterende medlemmer og søke å øke medlemstallet ytterligere, uten at dette går utover studentandelen.

Vi ønsker å opprettholde og videreutvikle et høyt nivå og et godt sosialt miljø, videreføre godt styrearbeid og jobbe for å ha en solid økonomi.

Vi skal fortsatt jobbe for å beholde den høye studentandelen i gruppa.

Vi skal jobbe for å øke antall show og generelt fortsette med dugnadsarbeid.

Idrettslig

Opprettholde et høyt aktivitetsnivå i gruppa.

Forbedre ytterligere musikknivået i gruppa.

Arrangere fellestur til en ekstern treningssamling.

Arrangere semesterstart, akrobatikk-kurs og flere musikkvelder.

Sosialt

Opprettholde det sosiale rundt treningene.

Fortsette å gå på studentpub og lignende etter trening.

Arbeide videre for integrering av nye medlemmer.

Arrangere hyttetur(er).

Arrangere filmkveld.

Administrativt

Videreføre godt styrearbeid.

Skape gode rutiner for styrearbeid slik at det blir enkelt for ev. nye styremedlemmer – inndeling av ansvarsområder, jobbe videre med dropbox så vi kan bruke det som erfaringsarkiv.

Administrere nettsiden. Opprettholde høy aktivitet på sosiale medier.

Årsberetning Dans

OSI DANS

Styre 2018

<i>Leder:</i>	<i>Maria Østli (våren)</i>
<i>Nestleder gruppedans:</i>	<i>Marte Bjørneng (konstituert leder høsten)</i>
<i>Nestleder, pardans:</i>	<i>Brage Holte</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Alexandra Huynh</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Eirik Tryland Haugdal</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Kabeer Nasir</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Kevin André Nyaas</i>

<i>Festkomite:</i>	<i>Håvard Svoen</i> <i>Christin Schuelke</i>
<i>Showkomite:</i>	<i>Marte Bjørneng</i> <i>Oda Heier</i> <i>Anastasia Bertheussen</i>
<i>Sosialdansansvarlig swing:</i>	<i>Teah Kaasa McLean</i>
<i>Sosialdansansvarlig salsa/zouk:</i>	<i>Kabeer Nasir</i>
<i>Markedsføringskomite:</i>	<i>Maria Østli (Våren)</i> <i>Oda Heier</i> <i>Agnese Koecere</i> <i>Kevin Nyaas</i> <i>Vera Tormodsrud (Høsten)</i>

<i>Hytteturansvarlig:</i>	<i>Tron Joseph Van Hoang</i>
---------------------------	------------------------------

<i>Valgkomite:</i>	<i>Selina Seyoum Hellestveit</i> <i>Tron Joseph Van Hoang</i> <i>Paweł Miłoś Szubtarski</i>
--------------------	---

OSI Dans har i 2018 hatt følgende tillitsvalgte. Nestlederene har hatt overordnet ansvar for tillitsvalgte i sin seksjon. Nestleder for gruppedanseksjonen har hatt ansvar for showkomiteen. Nestleder for pardanseksjonen har hatt ansvar for festkomiteen, og sosialdansansvarlige. Styreleder har hatt ansvar for de øvrige komiteene.

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret har i 2018 arrangert fire nivåer dansekurs i Boogie Woogie og tre nivåer i øvrige pardansstiler, bortsett fra Rock Step Swing som kun har hatt 2 nivåer og Standard og Latin 3 som ikke ble arrangert på vårsemesteret. Gruppedanstilbudet har inkludert kurs i Ballett, Jazz, Moderne, og Hip Hop i to nivåer. Utenom kurs har styret arrangert til sammen 2 danseshow, 6 fester og 2 hytteturer. Vi har hatt sosialdans annenhver uke i swing og salsa/zouk sporadisk på vårhalvåret. Vi har også arrangert Norgesmesterskap i Salsa den 2. mars i samarbeid med Norges Danseforbund og salsaworkshopen Nordic Salsa Experience.

I vårsemesteret hadde styret til sammen 4 møter, og på høstsemesteret, ble det arrangert 3 møter. I tillegg har diverse underkomiteer hatt sine egne møter ved behov. Både i løpet av vårsemesteret og høstsemesteret ble det innført nye medlemssystemer. I år som i fjor har styret hatt medlemskontroller 3. kursgang. I løpet av 2018 fikk redusert saltid fra SIO resultert i at styret, og spesielt nestleder pardans, har brukt svært mye tid på å kartlegge og finne alternative utleiere av lokaler. For mer om dette, se oppsummeringen til slutt i dokumentet.

Markedsføring og PRarbeid

Som hvert år, ble det arrangert gratis introduksjonskurs i alle de 6 pardansstilene ved begynnelsen av hvert semester, samt to gratis prøvetreninger i hver gruppedans-stil. Oppmøtet varierte fra rundt 20 til rundt 60 på pardans og 15-50 på gruppedans. I tillegg ble det arrangert introkurs i ulike pardansstiler på flere av festene. Vi forbindelse med at vi har fått ny logo har vi og skaffet oss en ny roll-up og vært til stede på foreningsdagene på både UiO og OsloMet med kostymer og kake. Vi delte på høsten ut 700 flyers. Markedsføringskomiteen har også vært og hengt opp plakater og delt ut flyers utenom foreningsdagene.

Styret har og hatt en egen ansvarlig for sosiale medier. Dette vervet går ut på å administrere OSI dans-siden på facebook, godkjenne alle eventer som legges ut (fester, hytteturer o.l.) samt passe på at alt som legges ut har en enhetlig layout. I perioden har Marte Bjørneng hatt ansvar for oppgaven.

Hovedgruppa har over 1000 medlemmer, og siden har over 450 «likes». Informasjon om hva som skjer i OSI Dans sendes også månedlig ut på gruppas e-postliste, som har nesten 2.700 mottakere.

Medlemstallet var 207 på vårhalvåret, noe som vi regner som relativt lavt, og dette er delvis begrunnet dårlig rekruttering fra høsthalvåret. Vi har jobbet hardt for å få medlemstallet opp til 263 på høsthalvåret

Ekstern Representasjon

Vi har vært til stede på foreningsdagene på OsloMet og Univeristet i Oslo, i tillegg har vi vært til stede på psst festivalen for å rekruttere.

Vi har vært representert på OSI's representantskapsmøte.

Økonomi

Antall medlemmer:

Antall medlemmer har gradvis gått ned i de seneste semestrene men denne trenden er nå snudd. Selv om det ikke reflekteres av statistikken på vårsemesteret, har styret gjort en stor innsats for å få klubben til å gå rundt. Frafall av medlemmer har alltid vært et problem i OSI Dans (mellom 60-70% av medlemmene dropper ut etter hvert semester).

På vårsemesteret var det som vanlig en nedgang i antall medlemmer, men vi ser resultatene av det økte innsats på rekrutteringsfronten på høstsemesteret. Vi forventer at det vil ta tid og kontinuerlig arbeid å snu trenden og nå tidligere tall, og vil fortsette med innsatsen til neste år. Det forventes en nedgang i antall medlemmer neste vårsemester men med god rekruttering kan klubben ta sikte på enda en økning i antall medlemmer til høsten.

Likevel har vi ikke oppnådd medlemstallet som var satt av årsmøtet, dette bidrar til et underskuddet vårt.

	Høst 2016	Vår 2017	Høst 2017	Vår 2018	Høst 2018
Mål antall medlemmer	300	250	250	300	300
Faktisk antall medlemmer	284	261	236	207	263
Måloppnåelse antall medlemmer	95%	106%	94%	69%	88%
Planlagte inntekter fra medlemsavgifter		115.000	193.000	178.500	178.500
Faktiske inntekter fra medlemsavgifter		118.000	165.000	131.000	151.000
Måloppnåelse medlemsavgifter		100%	85%	73%	85%

Økte kostnader

De siste årene har SIO kuttet kraftig i saltiden som har blitt tildelt til OSI. Ettersom OSI Dans tradisjonelt har vært seksjonen som tradisjonelt har fått tildelt mest saltid, har dette påvirket oss hardt. Mengden saltid har blitt kuttet så kraftig at vi har måttet begynne å leie andre idrettsanlegg. Dette har ført til store kostnader på ca. 65.000 kr. Dette får vi i år dekket av et tilskudd fra Velferdstinget. I tillegg så fikk vi på høstsemesteret problemer med flere av lokalene vi har brukt. Dette gjorde at vi på svært kort varsel fikk ekstra kostnader på underkant av 20 000 kr. Dette i tillegg til lav medlemstall bidrar til underskuddet.

Detaljer om noen typer inntekter

Medlemsavgift

Vi besluttet å senke prisene noe ved overgangen til 2018 for å ikke risikere å bidra til ytterligere frafall, da målet er å øke antallet medlemmer. Tiltaket kan betegnes som vellykket, til tross for at målene ikke enda er nådd. På grunn av økte utgifter til salteie er det er nødvendig å opprettholde prisene på et lignende nivå for å få klubben til å gå rundt. Vi ønsker å senke medlemsavgiftene på sikt.

Egenandeler (fra arrangementer)

Dansefestene, som tidligere stod for en stor del av klubbens inntekter, har i år som i fjor hatt færre deltakere enn før. Vi har i år arrangert færre dansefester enn før (6 i stedet for 8), både for å senke utgiftene og undersøke om dette var en gunstigere ordning. Det har ikke ført til nevneverdig

forandring. Danseshowene og NM i Salsa gikk noe i pluss, noe som var over nullbudsjettet som NM hadde.

Salleie

Stort sett er det fortsatt salleie som har ført til at gruppa vår har gått med et underskudd i år. Den store ekstrautgiften ved oppstart høst vil være en vesentlig del av underskuddet. Vi kan regne med å få disse utgiftene dekket av velferdstinget i fremtiden. Til neste år må OSI Dans jobbe med å få avtaler og utleiere som er rimeligere og mer pålitelige enn de vi har hatt i år, for å sikre en mer stabil framtidig drift.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

I 2018 har vi hatt kurs over 3 nivåer i alle pardans-stiler med unntak av Rock Step Swing og Standard og Latin som hadde 2 nivåer og Boogie Woogie Swing som hadde 4 nivåer. Gruppedans har hatt to nivåer av Jazz, Moderne, Hip Hop og Ballett. I tillegg så har vi på høstsemesteret arrangert et Standard og Latin kurs for avanserte dansere.

Dansekursene varierer noe i lengde fra ca. 6-21 kurstimer.

Hvert semester har OSI Dans arrangert gratis introduksjonskurs for pardans og to gratis prøvetimer i gruppedans ved semesterstart, for å gi studentene en smakebit på hva vi har å tilby. Disse ble på våren holdt i uke 6 og 7, og på høsten i uke 34 og 35. Kursene har hatt fra 20-60 deltakere på pardans og 15-50 deltakere på gruppedans.

Sosialdansansvarlige har hatt sosialdans i henholdsvis salsa/zouk og swing annenhver uke. I tillegg til kurs har OSI Dans også hatt øvingstimer i Standard og Latin for enkelte danser der entusiaster har tatt ansvar for treningene. I rock step swing har og Rock Step Swing hatt ekstra kursrekke for ivrige medlemmer etter endt kursrekke på våren.

Gruppedans har fortsatt å utvikle seg i positiv retning og medlemmene er fortsatt engasjerte frem mot showet.

Vårsemesterets danseshow het «Iconic» og ble holdt på Chateau Neuf 26. april. Showet var inspirert av ikoniske dansenumre gjennom tidene. Rundt 75 dyktige gruppedansere deltok, og det ble solgt omtrent 170 billetter.

Årets andre danseshow «Unleashed» fant sted 16. november, også da på Chateau neuf. Til dette showet hadde instruktørene fått frie tøyler til å kunne sette opp hva de selv ønsket. Det var også her ca. 75 deltakere og dansere fra OSI Dans, mens ca. 295 kjøpte billetter til denne forestillingen.

Treningsleire/samlinger og konkurransedeltakelse

OSI Dans fokuserer hovedsakelig på sosialdans og trening, men vi har likevel noen konkurranserresultater. Obs: Denne lista er ikke komplett, da ikke alle melder inn resultater til styret, og konkurransesesongen ikke er over når årsmøtet holdes.

- Norway Westie Fest. Jack and Jill Newcomer 1. plass: Hilde Thoresen
- Westie Winter White.
- Boogie feets festival.
 - Sergey Kuvalov og Sofya Kaputsina var instruktører.
 - Jack and Jill, Open. 3. plass Leonard Loland.

- Swing Brother Swing
 - Sergey Kuvalov og Sofya Kaputsina var instruktører.
- Norges-serie S/L
- Østlandsserie: Standard og latin
- NM i Salsa

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Våren 2018 ble det arrangert 3 fester og en hyttetur.

24. februar: Welcome back party, med introkurs i Rock Step Swing
10. mars: Bli kjent fest, med introkurs i Boogie Woogie
- 18 april: Vårfest, med introkurs i brasiliansk Zouk
-
28. april: Hyttetur, med kurs i argentinsk tango

Høsten ble det arrangert 3 fester og en hyttetur

13. september: Dansefest, med introkurs i west coast swing
13. oktober: Dansefest, med introkurs i Standard og Latin
7. november: Dansefest, med introkurs i Kubansk Salsa

10. novemeber: Hyttetur

I tillegg til dette har det blitt arrangert sosialdanser, se trening/introduksjon.

Festene og hytteturene er viktige for det sosiale miljøet i klubben, og de er også svært populære. Det har vært mellom 36 og 80 deltakere på alle festene styret har arrangert i år. Det er betydelig lavere deltakertall enn tidligere, noe som kan ha sammenheng med lavere medlemstall.

Foruten egne sosiale arrangementer, har grupper fra de forskjellige dansestilene gått sammen ut på byen for å danse, eller møttes i andre sosiale sammenhenger. Dette gjelder nesten alle dansestiler. Noen grupper av medlemmer reiser også sammen på workshops både i Norge og utlandet (se treningsleire/samlinger/workshops).

Integrasjon

I tillegg til hytteturer, fester, turer ut på byen og fridans for å støtte opp om integrasjonen, er vi bevisste på å opplyse om at det ikke er nødvendig å ha med egen partner på våre pardans-kurs. OSI Dans har en praksis med hyppig partnerbytte/rotering, og vi tillater kun unntaksvis at par melder seg ut av dette. Dette er en selvfølge på alle våre dansekurs. Ordningen er med på å skape et godt sosialt miljø ved at deltakerne slipper å vente lenge på sin tur til å danse, og samtidig blir kjent med hverandre

Det er mange utvekslingsstudenter i OSI Dans. Flere av våre instruktører holder kurs på engelsk der det er behov for det. Det viktigste av informasjon legges ut på både engelsk og norsk på nettsida, facebook og i nyhetsbrevene.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

OSI Dans har i vårsemesteret hatt 207 og i høstsemesteret 263 betalende medlemmer. OSI Dans har en generell målsetning om 300 medlemmer per semester. Det reduserte medlemstallet skyldes en kombinasjon av en rekke uheldige faktorer: Omstruktureringen av styret, frafall fra styret og derfor lite markedsføring, redusert saltid fra SIO både i vår –og høstsemesteret og prisendringer. Omstrukturering av styret: I 2016 besluttet årsmøtet å redusere styret fra 15-20 personer til 7 personer. Dette innebar at medlemmer av komitéer ikke skulle innkalles til styremøter eller motta styremail. Tanken med dette var å få et styre som hadde større eierskap til styrearbeidet og mer effektiv kommunikasjon og beslutningstaking innad i styret. Komiteene skulle fratas “unødvendige” oppgaver, og det skulle bli enklere å finne personer til disse verv, fordi de ikke har kontinuerlig noe å gjøre i løpet av året. Dette fungerte godt, spesielt i vårsemesteret da “kjernestyret” hadde hyppige møter opptil annenhver uke. At medlemmer fra komitéer ikke trengte å møte på styremøter, forutsatte i større grad at de hadde egne møter for å planlegge markedsføring, fester mm. Dette fungerte for festkomiteen som organiserte fester uten stor innblanding fra styret. Styret er imidlertid avhengig av et tett samarbeid med markedsføringskomiteen ved semesterstart, noe som var vanskelig å gjennomføre på grunn av mangel på rutiner i markedsføringskomiteen og på oppfølging fra styrets side. Det var dessuten et problem at markedsføringskomiteen hadde svært få medlemmer, til tross for forsøk på rekruttering. Styret overtok oppgavene til markedsføringskomiteen.

Frafall fra styret: Styreleder forlot Norge etter vårhalvåret. Dette var forventet og styret har på høsthalvåret operert først med nestlederene hovedansvarlige, før Marte Bjørneng ble konstituert styreleder i Maria Østli sitt fravær fra august. Webansvarlig har ikke vært tilgjengelig store deler av året. Resten av styret har kompensert med å gjøre jobben for ham.

Eksterne saler

Etter at vi fikk kuttet saltider fra SIO i 2017 har styret jobbet aktivt med å finne nye lokaler. Dette har ikke alltid vært lett men da noen lokaler har blitt ombooket i siste liten, slik at vi har måttet leie dyrere saler enn budsjettet i siste liten. Dette har gjort at budsjettet vårt har vært strukket tynt. Innføring av midler til salleie fra hovedstyret har derimot hjulpet veldig mye da vi ikke nå trenger presse vårt eget budsjett like hardt for at klubben skal gå rundt. Det doble betalingsystemet hvor vi har et sett med priser for eksterne kurs og et for SIOkurs fortsetter å være forvirrende for medlemmer og kan være et hinder for å oppnå en helhetlig klubb.

Styret har hatt tiltak for å øke medlemstallene som ser ut til å fungere, men vi er ikke fornøyde. Vi ønsker fortsatt å fokusere på rekruttering neste semester.

Idrettslig

Styret har for det meste opprettholdt kurstilbudet og utvidet med et ekstra nivå i gruppedans. I pardansseksjonen har vi ikke arrangert Standard og latin nivå 3, men vi har på høstsemesteret arrangert en workshop for avansere dansere. Gruppedans-seksjonen har fortsatt sin positive utvikling.

Sosialt

Til tross for noe lavere medlemstall og deltakelse på fester dette året, har medlemmene opprettholdt det gode sosiale miljøet som klubben er kjent for. Vi merker likevel at lave medlemstallet påvirker daglig drift av sosialdanser og fester. Gruppedans har et godt miljø for sine medlemmer.

Administrativt

Vi er fornøyd med arbeidet vi har gjort gitt utgangspunktet vi hadde. Likevel ser vi at vi kunne fortsatt vært enda mer tilgjengelig i introduksjonsukene og vært enda tidligere på plass med kursplaner. Vi håper at dette kan være et enda større fokus neste år.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Målene for 2018 var

- Opprettholde det kurstilbudet som finnes i dag, og forsøke å forhandle fram mer stabile, økonomisk bærekraftige og fremtidsrettede avtaler om leie av eksterne saler.
- OSI dans er kjent for sitt gode sosiale miljø. Ved økt rekruttering, håper vi å styrke det sosiale miljøet ytterligere, både innen medlemsmassen generelt, samt innad i styret og underkomitéer. Vi vil gjerne se flere medlemmer på sosiale arrangementer som sosialdans, fester og hytteturer.
- Frafall fra styret må reduseres. Her er noen forslag til tiltak: ○ Hvert styreverv må ha mindre å gjøre, og eventuelt fylles av flere personer. ○ Det sosiale miljøet innad i styret må tillegges vekt ○ Frivillig-basen må utvides betraktelig

Generelt

Vi har siden 2018 økt medlemsbasen vår og jobbet med å fremforhandle avtaler som passer oss best mulig. Vi har slitt med rekruttering til utvalg, spesielt har vi slitt i pardansseksjonen, men vi har vært til stede på de sosiale arrangementene vi ønsker. Unntaket er sosialdansen i salsa/zouk som ikke har blitt arrangert på høstsemesteret. Vi har økt medlemstallet vårt betydelig. Mål for 2019 er å fortsette å øke medlemstallet vårt. Vi ønsker spesielt å øke rekrutteringen til pardansseksjonen som har slitt med både rekruttering av medlemmer men også rekruttering av tillitsvalgte det siste året.

Idrettslig

Vi ønsker å opprettholde kursrekken vår, og jobbe for å få tilbake et høyere standard og latin nivå.

Vi ønsker å fortsette å jobbe med å få gode bærekraftige lokaler for kursene våres.

Sosialt

Vi ønsker å fortsette rekrutteringsarbeidet og fortsette å øke medlemstallet våres. Vi ønsker også å at det skal arrangeres jevnlig sosialdanser, også i salsa/zouk.

VI ønsker og at festene fortsettes å arrangeres 4 ganger hvert semester.

Administrativt

Vi ønsker at styret til neste årsmøte skal presentere og begynne å implementere en strategi for klubben for langsiktig drift. I tillegg er det ønskelig at frivilligbasen skal utvides. Årsmøtet ønsker og at styret, spesielt nestlederen jobber tett på de tillitsvalgte og frivillige følger dem opp og engasjerer dem så godt som mulig for å sikre langsiktig engasjement og klubbtilhørighet.

OSI Dykking

<i>Leder:</i>	<i>Mikkel Stokke</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Harald Woldsund</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Madeleine Nordström</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Gyrid Eilertsen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Ivar Skorpen Johnsen</i>
<i>Styremedlem</i>	<i>Frøya Bjørvik</i>
<i>Styremedlem</i>	<i>Sigurd Hanserud</i>
<i>Vara</i>	<i>Anders Garthus Buer</i>
<i>Vara</i>	<i>Håkon Mathisen</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Vi har hatt månedlige styremøter gjennom hele året. Alle styremedlemmene har vært flinke til å bidra og vi har hatt mye aktivitet i 2018. Mellom styremøtene har kommunikasjonen foregått via styrets e-postliste og interne facebookgruppe. Styret har også brukt mye tid på vedlikehold av utstyr.

Ekstern Representasjon

Vi har hatt turer til Ålesund, Mandal og Lærdal i år. I samarbeid med Ullevål Sykehus arrangerte vi seminar med fokus på dykkerrelaterte skader, med påfølgende trykktanktur. Det var arrangert ryddeaksjon i samarbeid med Project Baseline Oslo og vi deltok på ryddeaksjon på Oscarsborg med Drøbak Undervannsklubb. Vi har i tillegg arrangert foredrag med diverse foredragsholdere og hatt egne samlinger for medlemmene på Underwater pub eller hjemme hos styremedlemmene. Vi har også stått på stand på foreningsdagene i regi av SiO. Vi har gjennom hele året hatt omtrent ukentlige nærdykk med varierende vanskelighetsgrad for medlemmene våre.

Økonomi

Avskrivning av kompressoren ble ikke gjort i 2017, så det blir en dobbel avskrivning i 2018. Det fører til at vi avskriver ca 50.000 kr for kompressor i år. Vi har økt pris på utstyrsleie og bruk av bilkollektivet siden vi har hatt et behov for å oppgradere utstyr. Vi har søkt om tildeling av penger, men har fått avslag på en del søknader. Vi mistenker at grunnen til avslag handler mye om at medlemsmassen vår ikke består av så mange barn og unge under 19 år. Det blir et stort underskudd i år, men deler av underskuddet går på dobbel avskrivning og innkjøp av varer for videresalg (lykter og klær). Siden vi har hatt et behov for å bytte ut BCD grunnet lekkasjer og defekte låsemekanismer, ble det investert i nye vingesystemet i August 2018. Det var en stor kostnad, men vi har solgt de gamle og de nye vil vare i mange år fremover.

Vi ønsker å videreføre ordningen med rimelig utleie av utstyr til klubbmedlemmer ettersom erfaringer fra foregående år viser at dette fungerer godt når det gjelder å bidra til høy aktivitet og rekruttering av nye medlemmer. Vi ønsker å se på mulighetene for å søke støtte om midler til vedlikehold av utstyret samt den nye kompressoren slik at dette ikke vil gå ut over andre tilbud klubben har. Leieinntektene vi har fra utleie av utstyret vårt har fram til utvidelsen vært nok til å dekke vedlikeholdet og vi anser det som at vi ikke burde øke noe særlig mer fremover i tid.

Leie av trykktank hos Oslo Universitetssykehus var en av de større enkeltutgiftene i 2018. Dette er en årlig tradisjon vi har hatt i flere år hvor vi gir medlemmene våre muligheten til å få kjenne på kroppen effekten av såkalt dybderus, en effekt som må håndteres av dykkere på de fleste dykk. Takket være NSI fikk vi tildelt 8000 kr for dette arrangementet, klubben gikk i null da deltakerne i trykktanken bidro med egenandeler.

OSI dykking har i år deltatt på en betalt dugnad i regi av Oslo Triathlon. Vi ser gjerne mer av slike dugnader i året som kommer. Vi opplever god dugnadsånd i klubben hva gjelder å stille opp og ta i et tak for fellesskapet. Blant annet har vi gjennomført de fleste vedlikeholdsarbeidene på egenhånd, samt hatt flere dugnader på utstyrsrommet vårt. I tillegg til dugnadsånd innad i klubben har vi hatt høy deltakelse på dugnad på OSI-hytta og på ulike “stands”. Mange av medlemmene strekker seg langt for at klubben skal spare penger, for eksempel ved billig eller gratis utlån av utstyr og bil.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

I begynnelsen av hvert semester har vi kjørt flere “oppfriskningsdykk” for nye medlemmer som ikke har mye erfaring med bruk av tørrdrakt og dykking i norske farvann. Siden erfaring er en absolutt forutsetning for å ha glede av sikker og god dykking, har vi vært opptatt av å arrangere aktiviteter med jevne mellomrom gjennom hele året. Både nærdykk og langturer har altså fungert som trening, og vi har flere medlemmer som har vist stor forbedring gjennom å ha dykket aktivt med oss i 2018. Nærdykk og turer har blitt gjennomført både på nybegynnernivå og på mer avanserte nivåer, dette for å ha et variert tilbud til medlemmene våre, samtidig som de blir motivert til å videreutdanne seg og jobbe for å bli bedre dykkere. Intensitet med nærdykk har vært gjennomgående høy i 2018, og det har vært arrangert arrangert nærdykk om lag hver eneste helg. Dette med unntak av de gangene det har vært langturer. I tillegg til dette så har dykking i ukedagene blitt vanligere. For å få folk til å begynne med tørrdraktsdykking har vi arrangert “tørrdraktstrening”. Dette har vært en kjempesuksess med over rundt 20 dykkere i vannet under tørrdraktstrening på Sognsvann i begynnelsen av høstsemesteret.

I mai arrangerte vi i samarbeid med Ullevål sykehus et foredrag om dykkemedisin. Dette ble holdt av dykkerlege Helle Midtgaard fra Ullevåls hyperbaravdeling og var tilpasset dykking på det nivået vi i OSI Dykking opererer. Foredraget var veldig interessant og lærerikt og etterpå fikk ni av deltakerne muligheten til å prøve trykkammeret, hvor det ble simulert dykk ned til 50 meter. Dette er et lærerikt arrangement, som vi har gjennomført de fem siste årene. Vi prøver å ha dette som et årlig arrangement og vil arrangere det også neste år.

Marinarkeologikurs ble arrangert i juni, og vi hadde 8 deltakere. De fikk dykket på Kjøvangen etter gamle artifacts og tilegnet seg lærdom som motiverer til videre interesse for faget.

Kurs

I år har det vært arrangert to CMAS* kurs, nitrox, tørrdraktskurs, et advanced og det er et pågående CMAS***-kurs. Vi har også hatt instruktører som har holdt kurs hos NTNUI DG. Etter dialog med NDF (Norges Dykkeforbund), så er det behov for to ekstra dykk med instruktør for de som har tatt nybegynnerkurs i utlandet/varmere strøk. Dette har vi valgt til å legge opp som tørrdraktskurs, da de får en forskriftsmessig innføring til dykking i nordiske farvann. Om dykkerne ønsker tørrdraktsertifikatet, er dette valgfritt.

Nærdykk

I 2018 har det vært veldig mye aktivitet i klubben, spesielt med tanke på nærdykk. Det har vært holdt nesten ukentlige nærdykk enten i helga eller på en ukedag (utgår når det arrangeres kurs eller langturer). Disse dykkene går stort sett til en dykkeplass i Oslofjorden. Det har vært stor interesse for nærdykkene, og det har vært godt oppmøte på alle dykkene. Mange nye Bausere har vært med på nærdykk i år, og man kan se progresjon hos alle.

Treningsleire/samlinger

OSI Dykking – BAUS har i 2018 arrangert tre langturer til Ålesund, Mandal og Lærdal.

- Ålesundstur i samarbeid med NTNUI DG. Vrakdykking og naturdykking i verdensklasse.
- Mandalstur til den lokale dykkeklubben, fine naturdykk og det ble sett kanoner.
- Lærdal hvor et av medlemmene bidro til rimelig overnatting og fin dykking.

Dugnad

Vi deltok aktivt under avviklingen av Oslo Triatlon. Vi satt ut bøyer og ryddet svømmearenaen både over og under vann. Dette var gode penger til klubben.

Utstyr

I 2018 investerte vi i nye vingesystemer fra Halcyon. One-size fits all og at vingesystemet er modulært (enkelt å bytte ut deler ved slittasje) er gunstig i klubbsammenheng der vi ikke alltid vet hvilke størrelser vi får bruk for.

Vi er fortsatt svært fornøyd med kompressoren vi kjøpte i 2015. Vi har i år fått service på den, der ble det blant annet byttet olje og filtre. I 2017 installerte vi en vifte for å fore kompressoren med kald luft og i 2019 må det taes en vurdering på investering av air condition for å kjøle kompressoren ytterligere.

Utstyret blir vedlikeholdt etter vedlikeholdsregler årlig, og Baus selv stepper inn i tilfeller dette lar seg gjøre i tillegg til at vi er nøye på riktig bruk og vedlikehold på daglig basis. Jevnlig arrangeres dugnadskvelder der også medlemmer blir invitert for å hjelpe til og lære om hvordan å reparere utstyr, som utbytting av håndmansjetter og lignende. Vi har i 2017 gått gjennom og etablert oversikt og merket samtlige av vårt utstyr. Vi er generelt veldig fornøyd med oppnåelsen av betraktelig høyere kvalitet på utstyret vårt i løpet av året, og gleder oss til å dra mye nytte av det i årene som kommer.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Dykkepils på Underwater pub, hvor både klubbmedlemmer og andre dykkere i nærområdet samles for å utveksle erfaringer og ha det hyggelig. 9. februar arrangerte vi tradisjon tro nyttårsbord for alle medlemmene våre, en årlig suksess som vil bli gjentatt også neste år.

Integrasjon

Vi har gjennom hele året gått aktivt inn for å verve nye medlemmer til klubben, og synes vi har fått god respons på dette. I år, spesielt i løpet av høstsemesteret, har vi fått betydelig mer respons og tilbakemelding av nye studenter som ønsker å bli medlemmer i klubben, sammenlignet med tidligere år. Vi kan tydelig se fra både nettsiden vår og Facebook siden vår at vi har nådd mange flere her i år enn i fjor.

Mange av våre nye medlemmer i OSI Dykking – BAUS er relativt ferske dykkere og har derfor spesielt i begynnelsen av hvert semester hatt stort behov for oppfølging og veiledning fra mer erfarne dykkere. Vi har derfor til enhver tid gjort vårt absolutt beste for at ”ferskingene” skal føle at de blir tatt godt hånd om.

Vi har også i år hatt en liten gruppe internasjonale studenter i klubben, som har vært med på å øke mangfoldet. Mye av informasjonen som styret sender ut i løpet av året skrives på engelsk, dette nettopp for å nå ut også til internasjonale studenter.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi har hatt et innholdsrikt år med god og variert dykking, både i Oslofjorden, på andre kanter av landet og i utlandet.

Vi har jobbet hardt for å holde oppe den gode studentandelen fra i fjor. Det har dessverre gjort at enkelte erfarne dykkere har falt fra, noe som har økt presset på de resterende. Heldigvis har vi fått flere nye medlemmer, og vi jobber hardt for at alle nye medlemmer ønsker å fortsette i klubben. Vi ser med glede at klubben har vokst til 52 betalende medlemmer og 17 ikke-studenter (32% ikke-student).

Idrettslig

Aktivitetsnivået har vært høyt gjennom hele året med treningsdykk, nærdykk og langturer. Vi har i 2018 hatt det samme høye aktivitetsnivået som året før, med periodevis meget høy aktivitet. Vi er veldig fornøyde med den høye kursaktiviteten i klubben, både på høyere og lavere nivå. Vi har også samarbeidet med andre klubber og organisasjoner der det har vært naturlig, deriblant Norsk Studentidrettsforbund, ulike dykkeklubber rundt i landet og Norges dykkerforbund.

Sosialt

OSI Dykking – BAUS har i 2018 arrangert en rekke sosiale aktiviteter, fra nyttårsfest til introdykk på Sognsvann. Vi har et veldig åpent og inkluderende sosialt miljø i klubben. Alle våre aktiviteter er på sett og vis sosiale sammenkomster og nye medlemmer blir alltid tatt imot med åpne armer.

Dykkepils: Hver første fredag i måneden møtes Oslos dykkemiljø på Underwater pub for å drikke øl og møte andre dykkere. Baus stiller selvfølgelig. Det har vært bra oppmøte på de fleste dykkepils 2018 og vi har møtt mange nye dykkere på Underwater pub. Det har vært en fin måte å bli bedre kjent med andre Bausere og flere dykkeklubber på. Dessverre har Underwater Pub blitt lagt ned, så vi leter etter nye steder å drikke øl og snakke om dykking.

OSI dykking - BAUS har også arrangert flere fester i løpet av 2018. Vi har hatt den årlige festen, nyttårsbord, men også vanlig fest. Her har det vært bra stemning og mange gode samtaler. Det har dukket opp helt ferske medlemmer, og flere som har vært med i klubben i mange år. Kan oppsummere med at Bausere er flotte folk!

Administrativt

Styret har jobbet aktivt for å holde aktiviteten oppe gjennom året. Alle i styret har tatt ansvar for å arrangere turer og nærdykk. Det vil bli noen utskiftninger og endringer i styret for 2019.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt

Vi håper å kunne øke aktivitetsnivået ytterligere og nå ut til enda flere medlemmer. Vi vil konsentrere oss om å la nye medlemmer få den treningen og erfaringen de trenger og fortjener. Vi ønsker i 2019 å ha et ekstra fokus på å oppgradere utstyret vårt i tillegg til videreføring av de gode rutinene vi har opparbeidet på vedlikehold av utstyret vårt, slik at vi kan opprettholde sikkerheten for medlemmene våre og øke aktiviteten fordi vi har mulighet til å ta med oss flere på dykk.

Idrettslig

Mye trening, både i basseng, på nærdykk og på langturer. To/tre langturer hvert semester, og nærdykk/bassengtrening hver uke. Det vil bli gjennomført trykktanktur også vinteren 2019 i samarbeid med Ullevål Sykehus for å øke medlemmenes kunnskap om farene ved dybderus og trykfallssyke; vi vil få foredrag fra lege som fortelle hvordan vi kan unngå begge deler, samt hvordan vi skal reagere dersom en slik situasjon skulle oppstå. Vi vil også neste år delta på Standryddedagen i mai 2019 og delta det vi kan for å få plukket teiner. Vi håper vi kan arrangere flere introduksjonskurs i løpet av det neste året, siden vi nå har flere instruktører i klubben. Samtidig vil vi fokusere mer på å videreutdanne de allerede aktive dykkerne vi har i klubben. Vi vil gjerne utvide aktiviteten vår til å inkludere isdykking i løpet av vinteren, siden vi nå har utdannede isdykkere i klubben.

Sosialt

Samlinger, pubkvelder, nyttårsbord, kurskvelder og turer. Vi vil gjerne bli enda flinkere til å ha sosiale kvelder utenom dykkeaktiviteter samt prøve å få til noen foredrag rundt forskjellige temaer knyttet til dykking.

Administrativt

Styret vil fortsette å jobbe for at klubben skal ha mye aktivitet, en oversiktlig økonomi, velfungerende dykkerutstyr og sikkerhet på høyeste nivå.

Vi er flere som har diskutert litt og har endel forslag om endringer vi ønsker å ta opp på årsmøte:

1. Når en person melder seg inn i klubben må man sende ved en kopi av dykkersertifikatet man selv har oppnådd. Dette for å gi BAUS en ekstra sikkerhet

når det kommer til eventuelle ulykker men også får å få en indikasjon på at vedkommende kan de mest grunnleggende dykkerferdighetene som f.eks. skru sammen settet sitt, bruk av inflatorslange osv.

2. Hvis en person melder seg inn i klubben uten et dykkersertifikat så blir vedkommende avvist med mindre man melder seg inn i regi av et Cmas * kurs, dette kan f.eks. være en liten tab man huker av på innmeldingssiden. Dette igjen for å unngå at folk som ikke har kompetanse til å dykke faktisk ikke blir med på et nærdykk.
3. Styret bør/må kunne holde minimum 1-2 nærdykk i løpet av semesteret. Dette for å holde klubben i livet og for å unngå at de samme 3 personene holder nærdykk til enhver tid.
4. Utstyrsansvarlig må ha en rutine kontroll av utstyret ofte. Dette for å luke ut utstyr det er feil/skader på eller som er ødelagt. Hvis utstyret kan fikses er det opp til utstyrsansvarlig å få fikset utstyret innen rimelig tid (dvs så fort som mulig) dette for å holde klubben gående.
5. Man må utbedre egne lover for OSI dykking, dette for å bygge opp om sikkerheten men også for å få aktivisert klubben. Samt dette vil også gi en strukturell fordel for klubben i form av at man kan henvise til lover osv hvis det oppstår situasjoner som skaper usikkerhet.
6. Må ha en manual for nærdykk, gjerne en guide til nærdykk der det står konkret hva man skal gjøre i en ulykkessituasjon, hva som må tas med osv. kort fortalt en guide som forklarer hva som må gjøres til enhver situasjon (selvfølgelig ikke situasjoner som ikke kan skje på et dykkersted).
7. Det bør være et krav om at folk vet hvordan utstyret fungerer, hvis man ikke vet dette så burde dykkeleder/en kompetent dykker forklare dette på forhånd og gå igjennom basics på land. Dette for å øke sikkerheten på nærdykk/langturer.
8. Alle styremedlemmer må være aktive i klubben (arrangere nærdykk, dra på spontan-turer, dra på spontan dykk osv), dette for å gi et ansikt til alle styremedlemmene i klubben men også for å være imøtekommende til nye medlemmer. Kort fortalt må alle styremedlemmer være med å dykke med klubben. Dette er ikke like strengt for de med en mer administrativ stilling i klubben men i utgangspunktet bør man dykke med klubben.
9. Lage en retningslinje i forhold til hvordan man arrangerer et nærdykk, skal alle dykke samtidig eller skal man dykke i puljer osv. Dette inngår litt i punkt 6, men følte dette er viktig. (kall det gjerne 6.1)
10. Ha et introduksjonsmøte til nye medlemmer hvert semester, gjerne en kveld på blindern eller no, der man går igjennom regler og rutiner i klubben. Dette for å vise at nye medlemmer er velkomne i klubben og for å åpne for nye vennskap. Dette mener jeg vil økte klubbens aktivitet.
11. Prøve å få flere til å holde foredrag om ting som går på dykking, med andre ord få forelesere til å ha en mini forelesning hvordan de bruker dykkere i sine fagfelt eller ha marinbiologer til å forelese om f.eks hvilke arter som er i oslofjorden osv. Dette for igjen å få litt aktivitet i klubben utenom Dykkepils samt å øke engasjementet i klubben.
12. Ha en oppryddning hvert semester der man fjerner ødelagt utstyr (som ikke kan repareres), reparerer ødelagt utstyr og fjerner utstyr som ingen bruker, dette for

å rydde plass til eventuelt andre aktive medlemmer i klubben (det er typ 14 par med jetfins i den private delen av baus rommet som ikke har blitt rørt på veldig lenge).

13. Redusere antall styremedlemmer. Dette for å kunne ha regelmessige styremøter men også for å produktivere styret. For å være ærlig så er 9 styremedlemmer litt mye for en klubb med 15 aktive dykkere. 4-5 holder i massevis.

OSI Elvepadling

<i>Leder:</i>	Eirik Grimsrud Olsen
<i>Nestleder:</i>	Tormod Ongstad
<i>Økonom:</i>	Arne Lyshol
<i>Sekretær:</i>	Øyvind Sigmundson Schøyen
<i>Styremedlem:</i>	Maylinn Bidne Kvitne
<i>Styremedlem:</i>	Malcolm Hansen
<i>Styremedlem:</i>	Thomas Lyseggen
<i>Styremedlem:</i>	Geir Dehli

Administrasjon

Styrearbeid

Styret har videreført Slack kanalen (#OSIelv) og brukt denne til å diskutere avgjørelser og saker som har måtte bli avgjort. Vi har hatt fire styremøter i løpet av året når det har kommet opp saker som må avgjøres utenom Slack.

Ekstern Representasjon

OSI Elvepadling deltar ikke i noen konkurranser, men vi har deltatt på dugnad for Oslo Triatlon. Noen medlemmer har deltatt på Sjøa River Festival og Ekstremsportveka i Voss. Vi har deltatt på tur med NTNUI padling til Sjøa. Vi deltok på Studentslippet med utstyr og instruksjon på Sørenga i lag med DNT.

Økonomi

Gruppens økonomi er god. Medlemsmassen er stabil og sikrer stabil inntekt. Avholdte grunnkurs har en betydelig del av egeninnsats og gir positiv netto kontantstrøm til gruppen. Samarbeidet med Mad Goats AS om leie av utstyr fra gruppen gir et betydelig positivt bidrag til gruppens økonomi. Dette er ikke en situasjon som er forventet å vedvare og gruppens utgiftsside legges derfor ikke opp til å være avhengig av denne inntektskilden. Øvrig opptjent egenkapital vurderes til å være på et nødvendig nivå for å forsikre gruppen ved tap av kostbart utstyr. Gruppen vil gjennom støtte til gjennomføring av NPF Aktivitetslederkurs og utskiftning av utdatert utstyr i 2019 sikre at egenkapitalen ikke øker videre.

Idrett/ Aktivitet

Trening / instruksjon

Klubben har avholdt bassengtreninger hver onsdag gjennom vinterhalvåret (november til april). Disse treningene har blitt avholdt av instruktører med ulikt innhold hver økt. Fokus har vært på å ta inn nye medlemmer og introdusere disse til padling i et varmt miljø. Det ble avholdt to NPF Grunnkurs Elv (vår og høst), hvor sistnevnte hadde 16 deltakere og lang venteliste.

Gjennom året har vi avholdt fem helgeturer for klubbens medlemmer (Trysil og fire turer til Sjøa). I tillegg har vi lagt til rette for mer spontane og kortere turer til nærliggende elver som Randselva, Sogna og Vrangfoss. Dette har blitt flittig brukt.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Helgeturene er hovedandelen av de sosiale arrangementene. Her legger vi opp til grilling og sosiale aktiviteter i lag med de man padler med.

Integrasjon

Mye av kommunikasjonen mellom medlemmer går på Facebook hvor vi har en egen gruppe for å planlegge kortere turer. Vi oppfordrer nye medlemmer til å ta del på turer som passer deres nivå. Dette er stort sett de fleste av turene som blir annonsert. Utenom dette er bassengtreninger en god sosial møteplass i tillegg til klubbturen og dugnader.

Oppsummering av året

Generelt

Klubben har hatt som mål å endre en skjev balanse i studentandelen. Vi har derfor gitt beskjed til ikke-studenter som vil melde seg inn i klubben om at vi er en studentklubb. Dette har ført til en reduksjon i antall medlemmer, men en betydelig bedre studentandel. Alle ikke-studenter som er medlemmer er viktige støttespillere for klubben da de bidrar med erfaring og transport til turer. Vi har lagt ned mye innsats for å integrere nye studenter inn i klubben.

Administrativt

Styret har lagt ned mye arbeid for å få igjen treningstider for klubbens medlemmer da vi fikk avslag på søknaden for høst semesteret.

Målsettinger for 2019

Generelt

Hovedmålet for 2019 er rekruttering slik at studentandelen fortsetter å øke. I tillegg er det et stort mål å integrere nye medlemmer slik at klubben har en stabil medlemsmasse. I tråd med dette vil vi våren 2019 sende fire av klubbens medlemmer på NPF Aktivitetslederkurs slik at vi kan få nye instruktører og derfor øke mengden kurs fra foregående år samt holde flere turer. Dette bidrar til en utskiftning av kursholdere hvor de eldre instruktørene kan holde mer avanserte kurs.

Sosialt

Vi vil i 2019 fokusere mer på utenomsportslige sammenkomster i tillegg til padling slik at OSI Elvepadling kan være en sosial arena for nye studenter i Oslo. Vi ønsker at klubben skal være en hyggelig plass for alle! Vi ønsker og å utnytte Instagram og Facebook som sosiale arenaer til å skape blest om klubben i større grad.

Administrativt

Vi ønsker en bedre fordeling av arbeidsoppgaver rundt klubbdriften ved å sette opp egne verv som får ansvar for arrangement, sosialt, utstyr og sosiale medier.

OSI Fekting 2018

Leder: **Alexander
Levorsen**
Nestleder: **Junjie Cao**
Styremedlem **Joahannes**
: **Birkeflet**
Styremedlem **Franziska Franeck**
:
Styremedlem **Elias Andersson**
:

Administrasjon

Styrearbeid

Styresammensetningen endret seg i første halvdel av 2018. Styremedlem Oscar Eckhoff trakk seg fra vervet. Styret supplerte styremedlemsplassen ved styremøte 21.06.2018. Elias Andersson overtok vervet.

Styret har hatt god løpende dialog vedrørende drift og planlegging gjennom hele året. Det har således ikke vært nødvending med regelmessige styremøter. Det ble konkretisert en rekke planer i styremøtet 21.06.2018 som har blitt fulgt opp og gjennomført. Samarbeidet har vært godt.

Økonomi

Klubben har i 2018 mottatt støtte fra OSI sentralt og vi har hatt leieinntekter ved utleie av konkurranseutstyr til regionale klubber, i forbindelse med arrangementer og stevner.

Klubben har ikke avholdt eksterne kurs, slik vi tidligere har fått gjennomført. Dette skyldes få eksterne forespørsler og manglende tid til disposisjon fra klubbens side.

Klubben har hatt noe utgifter til dekking startkontingent på utvalgte konkurranser i et forsøk på å øke deltakelse fra klubbens medlemmer.

De største utgiftsposten har gått til kjøp av nytt utstyr og støtte til startkontingent.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Vi hadde nybegynnertrening vår 2018 v/ trener Alexander og Olav. Kurset var bra gjennomført fra klubbens side, men dessverre var det ikke mange som fortsatte videre i klubben.

Høsten 2018 påbegynte vi en ny runde med nybegynnertrening. Vi hadde over 25 deltakere første trening. Både trener Alexander og trener Olav deltok. Som forventet falt antallet nye deltakere i løpet av de neste treningene, men antallet stabiliserte seg i september på rundt 10 stykker per trening. I motsetning til tidligere år lot vi nybegynnerne trene med de øvrige medlemmene kun etter to-tre kurs. Dette skiller seg fra tidligere år der nybegynnerne har blitt holdt mer separat fra de øvrige medlemmene. Det virker fornuftig å fremholde denne løse strukturen på nybegynnerkursene, slik at man raskere for sosialisert medlemmene. Vi fikk dannet et sosialt miljø og de viderekommende fekterne bidro også til opplæring gjennom tekniske øvelser. Vi satser på at samme strategi vil gi oss enda flere nybegynnere i 2019..

Generelt sett har aktivitetsnivået på mandager og onsdager vært varierende, men det har stort sett vært stabilt oppmøte på både mandager og onsdager. Treninger på fredager har nesten ikke blitt avholdt. Således har tidligere fastsatte ambisjoner om å holde «Tycho Brahe-Cup» på fredager ikke blitt oppnådd. Det var tenkt fra styrets sin side at turnering på fredager ville tiltrekke flere deltakere. Forhåpentligvis kan vi blåse liv i fredagstreningene igjen i 2019.

Styret har inngått samarbeid med fekteklubbene Attaque og OF om å avholde vennskapsturneringer ved navn Touche Cup. Klubben avholdt 2 av totalt 4 slike turneringer i 2018. Dette var vellykket med formidabelt oppmøte på samtlige turneringer. Touche cup er nå blitt en tradisjon. Det er allerede planlagt avholdelse av ytterligere slike stevner i 2019. Styret vil fortsette å jobbe for økt informasjonsflyt og bedre samarbeidet med de involverte klubbene. Ett slik tiltak som allerede er igangsatt er opprettelse av felles Facebook-gruppe.

Konkurransedeltakelse

Konkurransedeltakelsen er blitt bedre enn 2017. Klubbens medlemmer har deltatt på Norgesmesterskapet, Vinterstøtet, Bergen Challenge og Østlandsmesterskapet. Resultatene var formidable; med sølv under Østlandsmesterskapet (Alexander Levorsen) og en fekter blant topp 16 under Vinterstøtet (Steinar).

Det er ønskelig å fortsette denne gode trenden i 2019. Det er viktig at trenerne og styret fortsetter å motivere for deltakelse, samt at det planlegges og informeres om kommende stevner.

Vi arrangerte vellykket klubbmesterskap i desember. Alexander og Franzi ble klubbmestere.

Sosialt

Sosiale arrangementer

Det har vært noen sosiale sammenkomster etter trening i 2018. Videre har klubben avholdt nybegynnerfest og middag etter årsmøtet.

Oppsummering av året

Generelt

Det var en brukbar rekruttering av nybegynnere høsten 2018. Medlemstallene er økende og økonomi er stabil som vanlig.

Idrettslig

Treningsdeltakelse har vært ok, det er ønskelig med økt deltakelse. Sosialt Det er tilnærmet like mange sosiale aktiviteter som i 2018. Deltakelsen har vært veldig bra. Det kan likevel med fordel arrangeres flere sosiale tiltak i 2019.

Administrativt

Driften har vært god. Flesteparten av sittende styremedlemmer ønsker å fortsette i vervene og fremholde det gode arbeidet i 2019.

Målsettinger for 2019

Generelt

Klubben skal ta vare på dagens medlemmer, og jobbe videre med rekruttering. Vi vil videreføre dagens ordning for nybegynnerkurs og håper at det bidrar til flere medlemmer og mer aktivitet i klubben. Klubben skal også jobbe for å få nok treningstid, utstyr og nødvendige midler.

Idrettslig

Treningsopplegget i år, dvs. å involvere nybegynnere fra en tidligere fase på alle treningene, fungerer. Vi vil fortsette det i 2019 også. Det skal fortsette med arbeid for å øke konkurransedeltakelse.

Sosialt

Det sosiale miljøet i klubben skal beholdes og videreføres. Vi ønsker å heve nivået til det klubben har tidligere hatt.

Administrativt

Styret skal sørge for at OSI Fekting forblir en stabil klubb med et godt idrettslig og sosialt miljø. Kompetansen i styret skal økes og videreføres. Styret skal også jobbe for å skaffe flere styremedlemmer og ildsjeler.

OSI FOTBALL 2018

Leder: Stine Knutsen

Nestleder: Caroline Kallevig

Økonom: Fredrik Methi

Sekretær: Malin Vik Malnes

Styremedlem: Vegard Skiftestad Olsen/ Espen Wøien Olsen (H1)

Styremedlem: Remi Høiseth/ Magnus M. Hansen (H2)

Styremedlem: Are Burheim/ Chrstian Haugen Svendsen (H3)

Styremedlem Josè Aurelio Gálvez (H7)

Styremedlem Hanna Fam Johansen (D1)

Styremedlem Fredrik Hvarnes (F1)

Styremedlem Kaja Gjerde/ Jenny Nygaard (D2)

Styremedlem Evgeny Manyukov (F2)

ADMINISTRASJON

Styrearbeid Fått bedre organisering av styret, med tydeligere ansvarsfordeling. Dette har bidratt til et bedre samarbeid. Jevnlige styremøter avholdt.

Ekstern

Representasjon

Deltakelse på obligatoriske møter i regi av Hovedstyret, Representantskapsmøte etc.

Økonomi God oppfølging av betaling av medlemskontigent. Da driftsansvarlig for banen vi vanligvis leier på vinterstid ikke klarte holde denne åpen som følge av isdekke, ble OSI fotball ikke fakturert baneleie i 2018. Penger som var satt av til dette har blitt delvis blitt benyttet til fornyelse av nødvendig utstyr, og resterende overskudd fra dette avsettes til innkjøp av nye drakter i 2019. Det er imidlertid behov for en del mer midler dersom alle drakter skal kunne byttes ut i løpet av 2019.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon Avholdt jevnlig trening på Domus så lenge den har vært åpen. Mindre banetid har vært en utfordring for å få nok treningstid i sesong, men vi har utnyttet all tildelt banetid maksimalt. Forsøkt å få til 2 treninger per uke for alle lag, i tillegg til kampavvikling. Vintertreninger utgikk dessverre, da vinterbanen vi vanligvis leier ble holdt stengt pga isdekke på banen.

Konkurransedeltagelse Samtlige lag har deltatt i seriespill. Futsal kvinner kvalifiserte seg til nasjonalt sluttspill, men valgte å si ifra seg plassen grunnet tilbakemelding fra fjorårets deltakere på at dette sluttspillet var dårlig organisert. Vi valgte derfor ikke å bruke midler på reise til Tromsø for å delta. Ett herrelag deltok i Bergen Challenge.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale

arrangementer

Hyttetur ble arrangert for alle spillere i mars med stor suksess.

For første gang har fotballgruppen arrangert felles julebord. Det ble gitt gode tilbakemeldinger, og vi håper at dette vil bli en tradisjon også fremover.

Sesongavslutning med Cageball i Nydalen er fortsatt en kjent tradisjon, og ble vellykket avviklet i år også. **Integrasjon**

Lagene er attraktive å delta på for alle studenter og har stor pågang av henvendelser ved oppstart av nytt av nye semester. Dessverre for lite banetid til å kunne ta imot alle interesserte. Også utvekslingsstudenter finner frem til OSI Fotball, og hvert semester har vi flere utvekslingsstudenter innom våre lag.

Oppsummering av året

Generelt Nytt organisert styre har fungert etter forventningene. Grunnet ikke-studenter i styre, vil det bli utskiftninger i styre kommende år.

Idrettslig

Stort sett alle lag presterer godt i sine respektive serier:

H1 endte på 4. plass i sin avdeling 5. divisjon

H2 endte med 3.plass i 6. divisjon

H3 tok en 4.plass i 7.divisjon

H7 tok en 9. plass av 10 lag i 2. divisjon. Dette laget går over til å spille 11`er i kommende sesong. Da som H4.

D1 endte på 7.plass i 3 divisjon

D7 tok en sterk 4.plass i sin 2. divisjon

Futsal herrer endte på 7.plass i 1.divisjon

Futsal herrer 2 endte på 8. plass i sin første sesong i 2. divisjon

Futsal damer endte på 2. plass i 1 divisjon med kvalifisering til nasjonalt mesterskap

Sosialt Hyttetur, cageball, julebord felles avviklet for alle lag.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt Fortsette det gode styrearbeidet som ble påbegynt i 2018

Idrettslig

Samtlige lag ønsker å kjempe i øvre halvdel av tabellen i sine respektive divisjoner.

Sosialt

Ønsker å fortsette tradisjonene som bidrar til godt sosialt miljø med stor suksess hvert år.

Administrativt Tidlig fakturering av medlemmer ved semesterstart, samt gjennomføring av møter med lagledere for oppfølging av fakturering. Jevnlige styremøter, samt god dialog med daglig leder, hovedstyret og kretsen.

OSI FRIIDRETT 2018

Leder: Gustav Vasdal

Nestleder: Albert Didriksen

Økonom: Ine Marie Raa

Løpsansvarlig: Molly Strimbeck Bazilchuk

Styremedlem: Inger Eidsvåg

Sosialansvarlig: Céline Monnier Thomas Informasjonsansvarlig: Materialansvarlig:

Fredrik Fyksen Lund Pål August Graff Øverby

Hyttekomité: Rune Hageberg (leder), Oddbjørn Overskott og Martine H. T

Sosialkomité: Céline Monnier Thomas (leder), Aina Midtskog Liland, Britt Ingunn Nydal og Sveinung Brenno Flæthe

Blindernløpkomité:

Molly Strimbeck Bazilchuk (leder), Joost van den Broek, Hanne Marte Lie, Øystein Strengenhagen Klemetsdal, Knut Hjertvik, Victoria Bergundhaugen, Hege Hagehaugen Nygård, Rik Wemmenhove, Pål August Graff Øverby, Gustav Vasdal og Fredrik Fyksen Lund.

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Friidrettsgruppa har hatt et fungerende styre i 2018 bestående av ni personer. Totalt har vi hatt 7 styremøter hvor det ble behandlet 78 saker, i tillegg til flere uformelle styremøter og hyppige diskusjoner via e-post og Messenger. I tillegg til styret har vi tre komiteer for å fordele arbeidsbelastningen til styret. Blindernløpkomiteen bestående av 11 personer, sosialkomiteen bestående av fire personer og hyttekomiteen bestående av tre personer. En del styresaker har gjentatt seg, av praktiske og formelle årsaker. Andre saker er sesongbetonte, for eksempel idrettsarrangementer, turer, fester, bankett, dugnader og julebord. Oppmøte på styremøtene var meget god i starten av året med litt forfall mot slutten av året. Store deler av styret er relativt ferske i klubben, noe som også reflekterer gruppas unge medlemsmasse. Likevel har det vært gjort mye bra arbeid og stemningen på styremøtene har vært god. Alle styremøter har blitt gjennomført etter intervalltrening og inkluderte spising av middag før møtet. Møtene har blitt referert og det har gått på rulling. Takk for innsatsen i 2018!

Hyttekomiteens leder har ikke deltatt på styremøter, men samarbeidet har likevel vært godt. De har stått for planlegging og gjennomføring av det praktiske arbeidet i forbindelse med den enorme dugnadsinnsatsen som er lagt ned, i tillegg til oppfølging av daglig teknisk drift. I forbindelse med brannen er Rune og Oddbjørn med i komiteen for oppbyggingen av hytta sammen med Sofus Rasmussen (daglig leder), Kristian Weibye (leder driftsstyret) og Madeleine Nordström (økonom i HS).

OSI Årsberetning 2018 2

Ekstern

Representasjon

Deltagelse på Foreningsdagene både vinter og høst semester på UiO og ved HiOA, der Friidrettsgruppa hadde rekrutteringsstand med informasjon.

Hyttekomiteen har møtt i OSIs driftsstyre.

Leder og/eller Løpsansvarlig har vært tilstede på OSI-årsmøtet og ved Representantskapsmøtet. Leder har deltatt på Norges Friidrettsforbundets løpetrenerkurs 2 praktisk del. Leder har deltatt på årsmøte i Oslo Friidrettskrets. Økonom og leder har deltatt på Norges Friidrettsforbundets Athletix-trenerkurs våren 2018. Fire medlemmer har deltatt på Norges Friidrettsforbundets Athletix-trenerkurs høst 2018 Fire medlemmer har

deltatt på Norges Friidrettsforbundets løpetrenerkurs høst 2018 Tre medlemmer har deltatt på Norsk friidrett og Trenerforeningens Kompetansehelg og trenerseminar 2018 Leder har deltatt på ledersamlingen til Norges Studentidrettsforbund

Økonomi

Som planlagt har gruppen gått med et stort overskudd i 2018 med betydelig høyere inntekter og utgifter enn opprinnelig budsjettert. Grunnen til dette er god finansieringsstøtte i forbindelse med kurs, som er en viktig investering for fremtiden i gruppa og et generelt høyt aktivitetsnivå inkludert treningsleirer, sosiale arrangementer, reise til løp mm. I tillegg ble ikke de budsjetterte midlene til elitegruppa sine drakter og klubbtøy brukt. Det ble også satt av ekstra midler for innkjøp av tøy til hele gruppa da vi fikk beskjed om at det kom til å bli nytt klubbtøy. Dette overskuddet vil derfor bli avsetning fra 2018 til 2019, altså at vi setter av penger til investeringer vi ikke fikk gjort i 2018 til 2019. Dette er i tråd med gruppens målsetting om å være en synlig klubb og med beskjeder fra HS/administrasjon.

Gruppas store omsetning reflekterer også aktivitetsnivået. Dette forventer vi kommer til å øke i 2019 og vi setter blant annet derfor opp medlemsavgiften i gruppa fra 10,- til 100,- kr. I tillegg til gruppebevilgningen har vi økt inntektene ved å søke midler og ved at medlemmer har betalt egenandeler for arrangementer. Vi har blant annet fått støtte til: Støtte fra Studentidrettsforbundet til trener 2 kurs, løpetrenerkurs, kompetansehelg og foredrag om kosthold Støtte fra UiO Aktivetsmidler til Bilinderløpet Støtte fra Velferdstingets kulturstyret til Bilinderløpet Støtte fra Studentidrettsforbundet til foredrag om kosthold

IDRETT/AKTIVITET

GENERELT

Friidrettsgruppa hatt meget stor aktivitet i 2018 er nå etablert som en av de større gruppene innenfor OSI med over 180 unike medlemmer (hvorav ca 145 stud og 37 ikke-stud) vår/høst. Det har vært fokus på forbedre det treningstilbudet, flere sosiale arrangementer og ikke minst

å fortsette rekruttering på forskjellige måter, ved stor tilstedeværelse på sosiale medier og foreningsdager. Lederen OSI Friidrett leder ble kåret til årets ildsjel i OSI i 2018.

3 OSI Årsberetning 2018

Trening / instruksjon

Leder har hatt hovedansvaret for planlegging, gjennomføring og promotering av fellestreningene i 2018. Oppmøte har stadig gått oppover i løpet av året med i gjennomsnitt 40-60 løpere på intervalltreningene. Treningsprogrammet har blitt sendt ut til medlemmene i forkant av hver uke, som regel på søndager.

Tre ukentlige intervalltreninger (mandag, torsdag og lørdag) har blitt gjennomført gjennom hele året, også i fellesferien i juli. Øktene foregår ved Sognsvann om sommeren og i Frognerparken eller på Bislett om vinteren. I tillegg til intervalltreningene organiseres det regelmessig langturer på tirsdager og lørdager. Sprintgruppa har hatt treninger gjennom hele året. Normalt har det vært mandag som har vært fast dag, og ofte en dag til som har blitt avtalt etter hvert. Oppmøtet har variert fra 4 til 15 personer. Anders Høyer Berg har fungert som leder/trener,

Treningsleirer/samlinger

Gruppa organiserte en ukes treningsleir til Tenerife i januar i forbindelse med sesongoppkjøringen. 19 løpere var med på turen. Det ble gjennomført 1-2 økter hver dag. Turen ble en suksess både sportslig og sosialt. Vi har også gjennomført tre dagnader (vinter, sommer og høst) på KSI hytta som inkluderer mye arbeid, litt trening og mye kos.

Konkurransedeltagelse

2018 har vært et godt sportslig år for OSI Friidrett med i Oslo-området, nasjonalt og internasjonalt. Årets høydepunkt var Holmenkollstafetten hvor vi var den nest største Friidrettsklubben med 6 lag og 90 løpere. Kvinnelaget kom på 11 plass i eliteklassen og herrelaget kom på andreplass i Menn Senior og rykker dermed opp til Eliteklassen i 2019. OSIF er nå eneste Oslo klubb i tillegg til Tjalve med to Elitelag. Studentlagene, kvinner 2 og mix laget gjorde også en solid innsats. I forbindelse med Holmenkollstafetten hadde vi et godt samarbeid med OSI Langrenn. Både løpere fra langrenn og triatlon har deltatt regelmessig på våre treninger.

I tillegg til Holmenkollstafetten var OSI Friidrett representert ved Fjellhamarstafetten med både herrelag (3. plass) og kvinnelag. Et annet høydepunkt var NM senior sølv i 4x1500m for menn staffett på Nesodden. Laget besto av Dag Einar Bøtun, Albert Didriksen, Mathias Oppegaard og Anders Jerpstad. Albert Didriksen ble for øvrig den første OSI-løperen på noen år til å kvalifisere seg til NM jr og senior med 14:57 på 5000m. Han tok i tillegg NM bronse i NM halvmaraton u23.

Vi var også største klubb i to av de største løpene i Norge: Sentrumsløpet med 54 løpere og Hytteplanmila med 65 løpere. I tillegg var det mange OSI-løpere med på mange andre løp eksempelvis Fornebuløpet (24) og Oslo Maraton (41). Vi har hatt en Elitesatsning gjennom året og det har nok være en positiv faktor for at det sportslige nivået i gruppa har blitt så høyt. Både bredde og elitesatsningen skal styrkes ønskes å strykes i 2019 med noen justering.

Blindernløpet

25. september ble Blindernløpet, et 5K langt gateløp, arrangert for første gang med start og mål på Frederikkeplassen. Det var 109 deltagere, hvorav 77 studenter. Løpet ble vunnet av Even Brøndbu Dahl på 16:02 og Martine Nordhus Breen (fra OSIF) på 19:49. Kondisreportasje med bilder finnes [her](#). Det ble gitt gavekort på Oslo Sportslager som premie, og det var utrekningspremier fra SiO. Alle deltagere fikk boller og saft i mål. Over 40 frivillige fra OSIF sto som løypevakter og hjalp til å rigge og ordne på løpsdagen.

OSI Årsberetning 2018 4

Arrangementet var ikke uten utfordringer. Det var svært vanskelig å finne ut hva slags tillatelser man egentlig trengte fra Bymiljøetaten, og økonomiansvarlig for løpet Knut Hjertvik var titt og stadig på telefon med de. Da vi endelig hadde fått spikret og kontrollmålt løypa, kom den en stygg overraskelse på selve løpsdagen, da NRK hadde blokkert fortauets utfor Rikshospitalet. Løypa måtte legges om i siste liten, noe løypesjef Joost van der Broek greide med glans.

Selv om Blindernløpet dessverre ikke gikk med overskudd i år, håper vi at neste års arrangement skal bli enda større og etterhvert fungere som en inntektskilder for klubben.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

I tillegg til intervalltreningene og sosiale langturer har Friidrettsgruppa organisert en god del sosiale arrangementer i løpet av 2018:

Frukt og sjokolademelk etter flere trening gjennom hele året. Treningsleir på Tenerife KickOff fest i februar. Vinterdugnad på KSI hytta i mars. Grilling og hygge etter Sentrumsløpet Grilling og bading etter trening i mai. Mange dro og så på Bislett Games juni. Holmenkollstafetten, bankett og Den O'store Holmenkollstafett-festen i mai. Treninger med bading og kos mai-august. Sommerdugnad på KSI hytta i juni. KickOff PARTY med BBQ i september. Foredrag om Trening og kosthold med Morten Mørland fra Olympiatoppen i september. Mange deltok eller var frivillige på Blindernløpet (et 5K gateløp) i september. AfterRace party etter Oslo Maraton i september. Jentekveld med kveldsmat etter trening i

september. Høstdugnad på KSI hytta i september. Felles bussreise til Hytteplanmila med AfterRun fest i Oslo i oktober. Felles middag etter trening på indisk restaurant i november Julebord på OSI hytta i november. Juleavslutning med julegrøt i desember. Lussekatter etter trening i desember.

Integrasjon

Friidrettsgruppa er en breddeklubb med alt fra helt ferske til eliteløpere. Vi har rekruttert mange løpere mange løpere og mange har blitt fast med i gruppa i løpet av året som har gått. Spesielt rundt semesterstarten rundt smester start er kommer det mange nye, spesielt etter sommerferien. Derfor har vi hatt bli-kjent treninger i starten av begge semestrene. I denne perioden har det vært ekstra fokus på relasjonsbygging med leker, mat etter trening og KickOff, dette for gjøre det lettere å bli kjent og å senke terskelen å komme på trening. Treningsopplegget er også tilpasset slik at løpere på alle nivåer kan få utbytte av det både sportslig og sosialt. I tillegg til mange norske studenter har vi hatt mange utenlandske utvekslingsstudenter på trening og

5 OSI Årsberetning 2018

treningsopplegget sendes ut på engelsk for å inkludere alle studenter. Mange utenlandske studenter har også vært med på diverse sosiale arrangementer, f.eks. bli-kjent festen og høstdugnaden.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

2018 har bært preg av stor vekst i Friidrettsgruppa, og vi er stolt av å ha skapt et miljø hvor løpere av alle nivå kan møtes og utfordre seg selv. Stor deltagelse på treninger og sosiale arrangement har skapt et tett samhold i klubben, noe vi bærer med oss videre i 2019. Samtidig har det sosiale vært minst like viktig, og vi har gode minner fra mange trivelige sammenkomster og dugnadsånden på KSI hytta. Derfor kom det som et sjokk for gruppas nåværende og tidligere medlemmer da beskjeden om at hytta hadde brent ned. Det var utrolig trist, men vi nå har vi rettet fokus framover. Vi har arrangert det første Blindernløpet, noe vi håper skal bli en tradisjon.

Idrettslig

Vi har stort oppmøte på de ukentlige treningene. OSI Friidrett er en klubb for løpere av alle nivå. Samtidig har utøvere våre ytet godt i NM, Holmenkollstafetten, og andre store løp.

Sosialt

Vi har hatt svært mange sosiale sammenkomster, se sosiale arrangementer.

Administrativt

Det er lagt ned en stor innsats av styrets medlemmer og alle de tre komiteene, og vi håper at minst like mange skal engasjere seg i klubbens drift i 2019.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt

Fortsette og bedre gruppas økonomi slik at vi kan tilby løpere et enda bedre tilbud, dette gjennom å fortsette det gode dugnadsarbeidet og en ny satsning på å skaffe sponsorer. Vi ønsker å øke deltakelsen og engasjementet rundt Blindernløpet og håper at det kan gå i overskudd i 2019. Vi ønsker forøvrig å være den mest attraktive løpeklubben i Norge for unge voksne med en høy sosial og sportslig faktor. Derfor ønsker vi å beholde et høyt medlemstall med en liten vekst og en stor vekst i samholdet. Gruppen skal fortsette å være i svært synlig på løp, på treninger og sosiale medier. En svært viktig sak i 2019 blir hyttekomiténs arbeid med oppbyggingen av KSI hytta.

Idrettslig

Videreutvikle Blindernløpet til et stort arrangement, som skaper løpeglede og inntekter for gruppa. Stille minst seks kjempe sterke lag i Holmenkollstafetten. ' OSI Årsberetning 2018 6

Stille med flere utøvere ved NM i Friidrett på bane (U23, Senior) på Hamar i august. Være største klubb i Sentrumsløpet og Hytteplanmila. Dominere løp rundt Oslofjorden med rask løping og godt samhold. Dyrke fram løpere som kvalifiserer seg til internasjonale mesterskap feks VM terrengultra, EM motbakkeløp og Universiaden i Napoli.

Sosialt

Vi er en stor gruppe og ønsker at våre medlemmer skal bli sett og bli kjent med hverandre. Derfor ønsker vi å fortsette arbeidet både å lage gode små grupper innad på hver trening og reise sammen på løp som et lag! På samme tid ønsker vi også å fortsette å arrangere mange sosiale arrangementer, turer og fester. Dette for å skape og forbedre samholdet både blant nye og gamle medlemmer. Noe som blant annet inkluderer: Organisere treningsleirer og nærsamlinger. Videreutvikle den Den O'store Holmenkollstafett-festen Arrangere mange

andre sosiale aktiviteter (dugnader, julebord, bli-kjent fest etc.) Holde trykket oppe på sosiale medier.

Administrativt

Vi ønsker å ha et velfungerende styre som klarer å drive klubben på en tilfredsstillende måte, noe som innebærer en god fordeling slik at alle styrets medlemmer har sine ansvarsområder. Det blir også viktig at vi opparbeider gode rutiner og at vi opparbeider en viss kontinuitet blant styret og de aktive grupper. Vi ønsker i tillegg at flest mulig av medlemmenes skal få mulighet til aktiviseres i ulike arbeidsoppgaver utenfor styret blant annet gjennom ulike komiteer. Ha et godt samarbeid med daglig leder, hovedstyret, andre grupper i OSI og da spesielt langrenn og triatlon, når det er relevant. Eksternt ønsker vi å fortsette å være en aktiv deltakende klubb i Norges Friidrettsforbund nasjonalt og på krets nivå, og Norges Studentidrettsforbund gjennom deltakelse på møter, kurs og arrangementer. Jobbe hard for å få på plass sponsorer og ikke minst søke om midler til støtte et i forbindelse med økt aktivitet.

OSI håndball Årsberetning 2018

OSI Håndball Leder: Martin Sikkeland

Nestleder: Emilie Svennevik

Økonom: Oscar Erichsen

Sekretær: Ane Larsen

Styremedlem: Isabel Børgstom

Styremedlem: Mads Fremstad

Styremedlem: Andreas Daviknes Borge

Styremedlem: Kaja Strøm

Styremedlem: Fredrik Strohkirchen

Styremedlem: Andreas Daviknes Borge

Varamedlem: Maren Borgan Larsen

Andre verv:

Utstyrsansvarlig: Fredrik Strohkirchen

Dommerkontakt: Andreas Daviknes Borge

IM-komite:

Ane Larsen,

Marius Råd

Amanda Jonassen Øie

Benjamin Stentun

Mathilde Andresen

Emilie Svennevik

Mathias Negård Fekete

Jeanne Sønderkov

Johanne Gangnæs

Maren Larsen Borgan

Andreas Martinsen

Oscar Erichsen

Heidi Venberget

Ingebjørg S. Baadshaugen

Kaja Strøhm

Dommere:

Therese Johanessen

Martin Sikkeland

Mads Fremstad

Markus Pedersen

Selma Sulic

Ane Larsen

København: Jeanne Sønderkov

Administrasjon

Styrearbeid

Årets styre består av elleve personer. Det er praktisk å ha et såpass stort styre ettersom det er en del arbeidsoppgaver som må utføres, og alle har ikke til enhver tid like stor kapasitet til å jobbe med styresaker. Ved å ha et stort styre vil derfor arbeidsflyten være bedre. Styrets medlemmer har ulike faste oppgaver de har ansvar for å følge opp. Mange av de som deltok i styret i fjor er også med i år, noe som bidrar til god kontinuitet i videreføring av arbeid.

Vi jobber kontinuerlig med å fylle opp de ulike vervene utenfor styret. Det jobbes også gjennom hele året med å tjene inn penger til klubben gjennom

organisering av dugnader og arrangementer. Dette mener styret har fungert bra også i 2018. Styret har i alt ca. 4 møter hvert semester. I tillegg har vi hyppig korrespondanse via e-post. Den nye hjemmesiden er under kontinuerlig utvikling og er blitt meget bra. Den benyttes både til internt og ekstern bruk. OSI håndball er også meget godt representert på Facebook og Instagram, samt at vi også er på Twitter.

Ekstern Representasjon

I året som har gått har vi vært representert ved:

- 6 dommere som dømmer kamper på ulike nivåer, både regionalt og nasjonalt i Norge, og også på internasjonale arenaer. Det er med stolthet at vi kan skrive at to dommere som representerer OSI i 2018 ble sertifiserte EHF dommere, og har representert klubben internasjonalt ved flere anledninger. □
- Våre syv eminente lag har gjentatte ganger blitt omtalt i ulike lokalaviser over hele landet gjennom sportslige resultater i seriespill og cuper. □ *Økonomi* □ Styret hadde i år budsjettert med underskudd da vi etter regnskapet var gjort opp for 2017 hadde en positiv egenkapital som gjorde at klubben kunne ta på seg ekstra kostnader uten at det skulle påvirke våre medlemmer. Etter flere år med negativt fortegn i balansen har nå klubbens økonomi stabilisert seg. Dette er i hovedsak på grunn av god kostnadskontroll fra styrets side, og ikke minst medlemmenes gode dugnadsånd. Regnskapet for 2018 gir et litt feil bilde av faktisk resultat i håndballgruppa. Dette er fordi inntekter relatert til dugnad utført i 2018 ikke har kommet med i regnskapet, og vil bidra til et mer positivt regnskap i 2019. Man antar at man vil se resultatene av dette allerede i februar 2019. Håndballgruppa budsjetterte i 2018 med et negativt resultat på NOK 7.000,-. Faktisk negativt resultat er nærmere 35.000,-. Hovedgrunnen til dette er at vi har betalt ut store summer i reisestøtte til gruppens A-lag på herre- og

damesiden. Sett i sammenheng med gruppas egenkapital pr 01.01.2018 så er vi nå i null. Det vil tas forbehold for å senke reiseutgiftene i 2019. Styret har jobbet hardt for at alle medlemmene skal delta på dugnader i år. Som følge av kostnadene knyttet til å ha 7 lag i seriespill har vi nå valgt å holde antall dugnader på 3 dugnader pr. år pr. medlem. Vi ser viktigheten i at folk jobber dugnad, og at styret opprettholder vår gode kontakt med de vi jobber dugnad for. □ Vi opplever at seriekontingenter til Håndballforbundet og dommerutgiftene øker jevnlig fra år til år. Som følge av at klubben rykket opp med herrelag til 1.div og har etablert damelag i 2. divisjon, samt at klubben er i stadig vekst mtp antall medlemmer, har seriekontingenten økt en god del. Høyere divisjonsspill og flere lag påvirker også dommerhonoraret. □

I tillegg til de normale dugnadene kommer vår årlige internasjonale håndballturnering, Idrettsmønstringa, som i år gikk med veldig bra overskudd. Denne turneringen er også en stor dugnad for oss, der alle bidrar. Styret har allerede utført tiltak for at 2019 økonomisk sett skal bli bedre enn 2018. Man anser 2018 som et år utenom det vanlige økonomisk ettersom det var første år man har hatt en ”elite-satsning” i gruppa. Noe som har medført ekstra kostnader utover ”normal” drift. Klubben har fortsatt et godt økonomisk fundament for videre satsing, og å kunne opprettholde et bredt tilbud.

Klubben har foreløpig 125 betalende medlemmer denne høsten. Dette er en økning på 32 medlemmer fra året før. Vi anser dette som en følge av at man har opprettet et nytt herrelag samtidig som at man har hatt god rekruttering til alle etablerte lag. Styret har jobbet intensivt med å få alle som har deltatt på våre treninger til å betale medlemskontingenten, samt få lisensoverganger i orden.

Idrett/ Aktivitet

Trening / instruksjon

For sesongen 2018/2019 har herrelaget fortsatt trenere med tilknytning til klubben. Trenere for H1/H2 er Einar Vøllestad, Ole Thomas Nøstvold, Lars Sterri og Anders Pettersen. Trener for nyetablerte H3 er Vetle Tefrum. Damelagets trenere for D1 og D2 er Martin Sikkeland, Mads Fremstad, Jostein Råd og Lars Sterri. For våre damelag D3 og D4, er det Henrik Bauman, Marius Gjestvang og Heidi Venberget. Nesten samtlige er også spillere i klubben.

Både dame-og herrelagene trener to ganger i uken. Pågangen til klubben har igjen vært stor og både damelaget har måtte takke nei til flere spillere. Som en følge av etableringen av H3 har herrelagene kunnet gi et tilbud til alle som ønsket det. Dette må sies å være et luksus-problem og vi er veldig fornøyd med rekrutteringen. De nye som har begynt virker også fornøyde, og de fleste har blitt i klubben. Foran sesongen 2018/2019 startet vi med lag i følgende divisjoner:

Herre A – 1.divisjon Dame A – 2. divisjon Herre B – 3. divisjon Dame B – 3. divisjon Dame C – 4. divisjon Herrer C – 4.divisjon Dame D – 5. divisjon I skrivende stund ligger lagene på følgende plasseringer: Herre A – 11. plass

Dame A – 4. plass Herre B – 1. plass Dame B – 9. plass Dame C – 3. plass Herrer C – 9 .plass Dame D – 6. plass

Treningsleirer / samlinger

Foran årets sesongåpning stilte vi både herre- og damelag på USG-cup i København. Det er fint å se at denne årelange tradisjonen lever i beste velgående. Damelaget fikk også med seg gullet hjem til Oslo, mens herrelaget

hadde mest fokus på teambuilding. Sosialt sett er en slik turnering veldig viktig, og bidrar til samhold og gode minner. Noe samtlige av årets deltakere nok vil være enige i.

Konkurranse/deltagelse

Sesongen 2017/2018 hadde vi to lag i NHF-serie og tre lag i regionserie.
Sluttplassering i serien: Herre A – 1. plass (2.div) Dame A – 7. plass (2.div)

Herre B – 1. plass (3.div) Dame B – 6. plass (3.div) Dame C – 5. plass (4.div)
Dame D – 3. plass (5.div)

Plassering i diverse turneringer: Idrettsmønstringa:

Københavnturnering: Student NM

NM Beach-håndball Student EM

Sosialt

Sosiale arrangementer

2.plass, lag i kvartfinale, 2 lag i gruppespill for damene Lag i semifinale og kvartfinale for herrene 1.plass for damene. Deltagelsesmedalje for herrene. 3. plass og 4. plass på damene

2.plass på herrene Deltagelse i gruppespill for to damelag 3.plass og tre kvartfinaler for herrene 11.plass for damene og 7.plass for herrene

OSI håndball har flere tradisjonelle og årlige arrangementer.

I mars deltok vi på studentmesterskap arrangert av TSI i Tromsø. Vi stilte med et herrelag og to damelag. Herrelaget kom dessverre til korte mot erkerival NTNUI i finalen. Det loves bot og bedring neste gang. Damer A tok 3.plassen etter seier mot Damer B i bronsefinalen. Helgen var en suksess, og det er allerede planlagt å delta på SM 2019 som vil avholdes i

Trondheim hvor vi igjen håper å stå øverst på pallen.

I april ble vår egen turnering, Idrettsmønstringen (IM) arrangert. Lagene i år kom fra Nederland, Danmark og Norge. Antall deltakende lag lå i år på omtrent samme nivå som i 2017. Det har blitt gjort en såpass bra jobb på rekrutteringssiden de siste årene, at cupen er fullbooket relativt tidlig og vi har måtte si nei til flere lag som har ønsket å delta. Arrangementet ble i år som i fjor særdeles vellykket. Turneringen ble avsluttet med bankett og premieutdeling på lørdag kveld.

I juni deltok vi på NM i Beach-håndball. Som i 2017 ble dette en suksess for herrelaget hvor beste lag reiste hjem fra NM med en bronsemedalje. Vi er meget god fornøyd med dette resultatet. Damelaget

gjorde også en god innsats. Totalt stilte klubben med 2 damelag og 4 herrelag i turneringen, noe som ga oss positiv omtale i lokalavisa.

I juli deltok OSI med både dame- og herrelag i student EM i Coimbra, Portugal. Det ble til slutt en 7.plass på herrelaget og en 11.plass på damelaget. Turen var en sosial suksess, hvor laget fikk knyttet bånd på tvers av nasjonaliteter.

Årets sesongåpningsfest ble arrangert på Kjellern på Blindern. Temaet for festen var "afterski". Oppmøtet var svært bra og alle hadde nok en gang virkelig gått inn for temaet denne kvelden. Festkomiteen hadde ordnet til et supert party med mange morsomme konkurranser og rebusløp.

Julebordet er også en tradisjon i OSI-håndball. I år gikk dette av stabelen 9. desember også på Bislett stadion. Ca. 105 stykker tok på seg finstasen og stilte til fest, noe som er det største julebordet som er blitt avholdt i OSI Håndball i manns minne. Komiteen hadde lagt alt til rette for en flott aften og serverte nydelig mat. Alle spiste, drakk og koste seg. Det ble i tradisjon tro også delt ut priser fra priskomiteen. Det deretter sunget og danset inn i de små nattetimer. En vellykket avslutning på året! Det har ellers blitt

arrangert andre sosiale sammenkomster gjennom hele året, enten på oppfordring og med hjelp av styret, eller på spillernes eget initiativ.

Integrasjon

Vi har også i år vært flinke til å møtes sosialt utenfor håndballbanen. Dette fører med seg et svært bra sosialt klima i klubben. Vi har egen hjemmeside og er på Facebook, Instagram og Twitter. Vi mener dette gjør informasjon om OSI Håndball lett tilgjengelig både for medlemmer og potensielle nye medlemmer i fremtiden.

Oppsummering av året

Generelt

Vi er fornøyd med at vi også i år har et stabilt høyt antall medlemmer. Rekrutteringen på både dame- og herresiden har vært meget bra i år. Vi har deltatt på SM for åttende år på rad. Gledelig er det også at Idrettsmønstringen fortsatt er et svært vellykket og populært arrangement.

Idrettslig

Herre A gjorde en strålende jobb i 2. divisjon og endte til slutt på 1.plass, de nådde dermed målsettingen for sesongen 2017/2018 om opprykk til 1. divisjon. Våre beste menn har håp om å holde seg i 1.divisjon i 2018/2019, og har i skrivende stund alle muligheter for det. Herrer B kom 2017/2018 på 1. plass i 3. divisjon som må anses å være godt levert. Målet for året er å igjen vinne 3. divisjon. Samtidig har man vegret seg for opprykk til 2.divisjon med herrer B. Dette for å beholde bredden og opprettholde det sosiale aspektet ved å drive studentidrett.

Damer A endte i fjor på 7. plass i 2. divisjon, og ligger i år foreløpig på 4. plass. Dette må sies å være godkjent i en tøff 2.divisjon. Målet er å være topp 5 i 2. divisjon i år. Damer B spiller i 3. divisjon og har som mål å kjempe i

toppen i sin avdeling. Her ligger man foreløpig litt bak skjema. Damer C kom på 5.plass i 4.divisjon i fjor, og har som mål å overgå dette i år. Damer D har som mål for året å være i toppen av 5.divisjon.

Vi er særdeles fornøyd med at både herre- og damelaget har representert OSI internasjonalt gjennom deltagelse i student EM i Portugal. Det er også gledelig at vi klarte å stille 6 lag til årets NM i Beach håndball. Dette er en fin tradisjon vi ønsker å videreføre.

Det er også gledelig at vi igjen klart å mønstre lag fra OSI i den tradisjonsrike turneringen til USG i København. Vi er ok fornøyd med at vi stilte 3 lag til SM og at folk som vanlig har vært flinke til å stille opp på den store dugnaden; Idrettsmønstringa, for at ting skal gå på skinner.

Sosialt

Dette året har vi også vært meget flinke til å holde en høy sosial profil i håndballgruppa. Vi har deltatt på turneringer og arrangert fester av ulike slag her hjemme. Julebordet satte et fint punktum på et flott sosialt år.

Administrativt

Vi har opprettholdt avtalen vi har med Sportslink som gir oss vareopptellingsdugnader, samt Totalreform som gir oss flyttedugnader. Videre har vi vært på dugnader for Oslo Triatlon og Utdanningsmessen i Oslo Spektrum som er gode inntektskilder for klubben samt sosialt for medlemmene. Vi har i 2018 også innledet et god samarbeid med DNS. Vi håper at samarbeidet med leverandørene kan fortsette også fremover.

Målsettinger for 2019

Generelt

Vi vil fortsette jobben med å være i økonomisk balanse. Vi har nå fastsatt 3

dugnader per spiller per sesong. Det jobbes mot at vår egen turnering også i 2019 skal gå med bra overskudd, samt ha omtrent like mange deltakere som i 2018. I tillegg ønsker vi å fremstå som en klubb med høy sportslig og sosial faktor – Norges beste klubb å være medlem av.

Idrettslig

Målsetting denne sesongen: Dame A: Topp 5 i 2. divisjon Dame B: Topp 5 i 3. divisjon Dame C: Topp 5 i 4. divisjon Dame D: Topp 3 i 5. divisjon Herre A: Beholde plassen i 1. divisjon Herre B: Vinne 3. Divisjon

Herrer C: Etablere seg i 4.divisjon

Vi ønsker å vise klubben utad i form av deltagelse på turneringer. Det er viktig at alle våre medlemmer har en plass i håndballgruppa uansett sportslig nivå.

Sosialt

Klubben ønsker i 2018/2019 å fortsette med å delta i gamle og nye turneringer i inn- og utland for å styrke samholdet mellom universitetslag i Norge og i andre land. Og for å opprettholde den sosiale aktiviteten i klubben.

Vi håper å kunne tilby et godt samhold for nye så vel som gamle medlemmer, og vi ønsker å opprettholde standarden for våre sosiale arrangementer fra tidligere år.

Administrativt

Innad i styret er det et ønske om å fortsette organiseringen av styrearbeidet slik at vi kan drive klubben på en tilfredsstillende måte. Dette betyr at vi fortsetter med fordelingen av oppgaver slik at alle styrets medlemmer har sine bestemte arbeidsområder. Det er viktig at vi holder kontinuiteten oppe i forbindelse med Idrettsmønstringa, og opprettholder systemet med at de

som går ut av styret gjør en siste jobb under denne turneringen.

En viktig målsetting for 2019 er som tidligere å få flest mulig av våre medlemmer aktive i ulike arbeidsoppgaver utenfor styret.

OSI INNEBANDY 2018

Leder: *Hanna Karoline Dragesæt Holm*

Nestleder: *Ola Liabøtrø*

Økonomiansvarlig: *Karine Gran Vifstad*

Rekrutteringsansvarlig: *Jonas Røer Due*

Webansvarlig: *Thomas Killingrød Rosseland*

Sosialt ansvarlig: *Cliff Blomqvist*

Styremedlem: *Tom Fredrik Blenning*

Styremedlem: *Tommy Lee Ryan*

ADMINISTRA SJON

Styrearbeid Styret ble valgt på forrige årsmøte og har fungert bra hele perioden. Vi har hatt styremøte en gang i måneden. Vi har arbeidet fram en langtidsplan vi tror kan komme godt med, i tillegg til å planlegge ulike begivenheter som foreningsdagene og

dugnader. Cliff flyttet til Sverige i løpet av sommerferien og dermed avsluttet han sitt styreverv i OSI innebandy. Styret engasjerte Maren Rath som sosialt ansvarlig resten av perioden, men med fritak fra styremøter.

Økonomi OSI Innebandy har et stort akkumulert underskudd. Gruppen har de tre siste åårene hatt positivt resultat og jobber med å redusere underskuddet. Størrelsen på underskuddet er av en slik art at andre løsninger enn nedbetaling er nødvendig for å håndtere driften på en forsvarlig måte.

IDRETT/AKTIV ITET

Trening / instruksjon

Treningstider høst 2018 Mandag 19:00-20:25 Domus Athletica
Damer 1&2 Mandag 20:25-21:45 Domus Athletica
Herrer 1&2 Torsdag 18:00-19:15 HiOA-hallen
Herrer 1&2 Torsdag 19:15-20:30
HiOA-hallen Damer 1&2

Treningstider vår 2018 Mandag 19:00-20:25 Domus Athletica
Damer 1&2 Mandag 20:25-21:45 Domus Athletica
Herrer 1&2 Torsdag 18:00-19:15 HiOA-hallen
Herrer 1&2 Torsdag 19:15-20:30
HiOA-hallen Damer 1&2

Treningsleirer/samlinger/konkurransedeltagelse

• **Seriespill, Oslo/Akershus, 2018.**

Herrer 1 spiller i 4. divisjon. H1 endte på en 5. plass våren 2018. Denne sesongen ligger H1 foreløpig på en 2. plass. ○

Damer 1 spiller i 2. divisjon. De endte på en 5. plass våren 2018. Nå ligger D1 foreløpig på 5. plass i serien. ○

Herrer 2 spiller i 5. divisjon. Våren 2018 endte H2 på 6. plass i serien. De ligger nå på 5. plass. ○

Damer 2 ble startet høsten 2018 og spiller i 3. divisjon. D2 ligger nå på 7. plass i serien.

***Studentlekene i Tromsø**, februar 2018. Vi stilte med et herrelag og et damelag. Damelaget tok 3.plassen og Herrene kom til kvartfinalen.

* **Plankecup, Fredrikstad**, september 2018. OSI stilte et herrelag og et damelag. Vi hadde få innbyttere, noe som førte til mye tap.

***Vaffelbandy**, august 2018. Dette ble en trivelig turnering med studenter som var interessert i å prøve sporten. Alle ble plassert i et lag, damer og herrer for seg. Dette ble et vellykket arrangement, som bidro til rekruttering av nye spillere.

***OSI juleturnering**, desember 2018. Mange bra kostymer sørget for god stemning blant spillerne. Turneringen ble spennende mot slutten da finalen ble avgjort med straffer. Ali endte med å avgjøre det hele med en guddommelig straffe som sikret hans lag seieren.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer OSI Innebandy har hatt en god del sosiale aktiviteter, både på og utenfor innebandybanen. Dette inkluderer blant annet:

- Felles lagfester ○ Våårr ○ Felles juleturnering
 - Sosial samling på Samfunnet på Bislett ○ Halloweenfest ○ Diverse cuper med overnatting og hygge

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt I år har vi 40 betalende medlemmer våren 2018, og 53 betalte krav høsten 2018. Dette er en økning fra høsten 2017 da vi kun hadde 32 betalende medlemmer. Nå har vi to damelag og to herrelag i serien. Høsten 2018 har vi fått mange nye spillere med oss, både damer og herrer.

Sportslig Vi har et meget variert nivå på spillerne i klubben. Både herrene og damene har fra i høst to lag i forskjellige divisjoner, som gjør at spillerne får spille på et lag tilpasset sitt nivå. Høsten 2018 mistet vi nybegynnertreningene våre på onsdager, noe som har gått ut over de nye spillerne våre. Alle har derfor deltatt på treningene på mandager og torsdager. Det har fungert greit, men har kanskje gått litt ut over tilpasning til den enkelte spiller. Det har også ført til en noe overfylt bane til tider.

Sosialt Se «sosiale arrangementer».

Administrativt Styret har fungert godt under hele perioden med et styremøte i måneden i tillegg til en nyttig styredag i juni hvor vi fikk gjort mye.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Se
langtidsplan

OSI Judo 2018

Teknisk ansvarlig: Øyvind Kveine
Haugen
Styre/adm.: OSI Taekwondo

Administrasjon

Styrearbeid

Judo-gruppen har også i år vært styrt i samarbeid med OSI Taekwondo. Det har derfor ikke blitt avholdt egne styremøter for judo, men gruppen har hatt oppe saker på styremøtene til OSI Taekwondo der nødvendig. Gruppen holdt separat årsmøte etter gradering i desember, og de to sakene som ble ansett som relevante for styret forøvrig ble tatt opp på taekwondo sitt årsmøte. Begge parter ser seg fortsatt fornøyd med samarbeidet.

Ekstern Representasjon

N/A

Økonomi

Gruppen fortsetter å akkumulere egenkapital til tross for svært lav medlemsavgift. Vi ser imidlertid behovet for denne egenkapitalen, da 2020 kommer til å bli et stort år for gruppen (mer under Idrett/Aktivitet)

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Gruppen fortsetter en god trend, med jevnt oppmøte på trening. De medlemmene som var helt nye for kampsport for et par år tilbake begynner nå å komme på et slik nivå at det er mindre behov for grunnleggende instruksjon, men mer råd og hjelp når man begynner å utforske pensum og gjøre det til «sitt eget».

Gruppen har nå også to faste medlemmer med brunt belte, dvs at de ikke lenger kan gradere kun i klubben, men må delta på samlinger og møte foran et panel for å demonstrere sine ferdigheter.

Treningsleire/ samlinger

Gruppen sendte tre deltagere til samling i regi av Ippon Judo, noe som var svært vellykket.

Konkurransedeltagelse

N/A. To av dagens medlemmer har snakket om å ville konkurrere, men det har ikke latt seg kombinere med studier.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Gruppen har bestått både av norske og utvekslingsstudenter. Det har vært gjennomført sosiale kvelder og julebord med gode tilbakemeldinger.

Oppsummering av året

Generelt

Året 2018 har i det store og hele vært svært vellykket, både treningsmessig og sosialt.

Målsettinger for 2019

Generelt

Fokus på bevaring av medlemsmassen samt fortsatt rekruttering. Det bør imidlertid bemerkes at sal UA ikke har ubegrenset kapasitet og at judo tar en del plass når man skal utføre det. Grunnet behovet for høyere treningsmengde, spesielt for de med høyere beltegrad, har vi derfor også søkt om en ekstra treningsdag. Vi planlegger også å dra til Japan i 2020. Dette vil være både en sosial tur og treningstur, og de to med brunt belte vil (dersom alt går vel) gradere til svart belte.

Idrettslig

Utvikling av de nybegynnerne som kom til i 2018.

Deltagelse på minimum 1 ekstern leir

Forberede de to med brunt belte til gradering i 2020.

Sosialt

Gjennomføring av minimum 1 sosialt arrangement pr semester

Administrativt

Ingen store planer, dagens ordning fungerer fint

OSI Jujutsu 2018

Leder: Kathrine Hoel
Nestleder: Terje Kvaløy
Økonom: Tømm Skotner
Sekretær: Veronica Hemmerle
Styremedlem: Oddmund Bakke
Styremedlem: Baard Erik Larsen

Administrasjon

Styrearbeid

Nytt av året er at det har vært et bytte av styreleder, så det har vært en del ting å sette seg inn i.

Det er i forbindelse med semesterstart det er spesielt mye aktivitet i styret, mindre saker blir tatt opp per e-post og trening, sosiale arrangement tas opp på facebooksidene vår \trening \e-post

Ekstern Representasjon

Oddmund Bakke og Charles McLean Press er også med i IJJIN.

Økonomi

Vi skylder en del penger til IJJIN, men dette er under kontroll. Vi har også en del penger på konto som er spart opp i forhold til internasjonalt seminar til høsten 2019, som også er under kontroll.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Charles McLean Press sensei er klubbens hovedinstruktør. I tillegg Baard Larsen, Eric Erlingson og Terje Kvaløy instruert i år.

I tillegg har Hermund Alne sensei fra GSI Jujutsu kommet og instruert, noe vi har satt stort pris på.

Treningstidene våre har vært de samme som tidligere, noe vi er fornøyd med.

Treningsleire/samlinger

Seminar m/ GSI Jujutsu i april.

Konkurransedeltagelse

Det konkurreres ikke i vår stilart.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Vi har fortsatt å arrangere en sosialkveld månedlig. Blant annet så har vi grillet, vært på kino, hatt brettspillkvelder og annet lignende.

Integrasjon

Vi er en velfungerende gruppe med deltakere fra mange nasjoner. Vi arbeider aktivt for å integrere nye medlemmer og skape et godt miljø for trening, læring og utvikling.

Oppsummering av året

Generelt

Vårsemesteret var som vanlig ganske stille og rolig, men til gjengjeld tok det litt av med antall interesserte på høstsemesteret, noe som er veldig positivt. Vi ser dog at mange som begynner fort faller av og vi har fått noen tilbakemeldinger på hvorfor som vi kommer til å ta med oss inn i 2019.

Idrettslig

Vi har fortsatt med nybegynnertrening som før, og det er lite nytt å melde om.

Sosialt

Vi har arrangert sosialkvelder en gang hver måned, og dette er et tiltak som fungerer veldig bra!

Administrativt

Vi har ikke avholdt særlig mange styremøter, men det har heller ikke vært så mye å ta opp. Vi har også fått ny styreleder.

Målsettinger for 2019

Generelt

Ha fokus på å beholde nybegynnere slik at de ikke faller av.

Idrettslig

Få større fargespekter på beltene.

Avholde internasjonalt seminar

Sosialt

Fortsette med sosialkvelder en gang hver måned.

Administrativt

Jobbe med å få noen av de litt nyere i gruppa til å engasjere seg i styreverv slik at vi får større variasjon i styret.

OSI-karate 2018

Leder: Yuan Pan

Nestleder: Håvard Øya

Økonom: Simeon Andersen Tverdal

Sekretær: Julija Tkach

Administrasjon

Styrearbeid

Rekruttering av nye instruktører på starten av semestret for torsdagstreninger, planlegging av treninger og sosiale sammenkomster.

Ekstern Representasjon

Ikke noe merkbart, har spurt tidligere instruktører om råd fra tid til annen men bare rådgivende uttalelser som ikke har vært avgjørende på noe av det styret har foretatt.

Økonomi

Holdt oss til budsjettet, sosiale sammenkomster har ofte inkludert alkohol så det har ikke blitt dekket av klubben, men andre (for eksempel grilling) har.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Instruktørene gjør en fortsatt god jobb. Torsdagstreningene har også blitt bedre, men den sene treningstiden fører til lavere oppmøte.

Treningsleire/samlinger

Hatt en leir med stilartsleder fra Japan i Huding der andre klubber også deltok. Oppmøtet fra OSI-karate besto av en instruktør og et medlem. I tillegg har det også blitt holdt en leir om konkurranse-karate med bedre oppmøte (også i samarbeid med andre klubber).

Konkurransedeltagelse

Et medlem som deltok i en lokal konkurranse i Lillestrøm og vant, men dette medlemmet hadde tidligere erfaring med konkurranse. Arbeidspunkt for fremtiden.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Flere turer ut på kvelden i ukedagene flere som deltok på dugnad. Spillekvelder hos noen av medlemmene der alle var invitert og mange møtte opp.

Integrasjon

Fra styrets side virker det som en vellykket integrasjon innad i klubben, et problem er å holde på de nyeste medlemmene lenge nok til at de blir en del av «kjernen». Skade på noen av «kjerne» medlemmene har gjort at det ikke er noen klar entitet å bli integrert i, men det har løst seg etter de kom seg tilbake.

Oppsummering av året

Generelt

Går i stor grad som tidligere år

Idrettslig

Progresjon på alle medlemmer.

Sosialt

Tilfredsstillende.

Administrativt

Blankt

Målsettinger for 2018

Generelt

Finne ut av instruktørsituasjonen på torsdagstreningene

Idrettslig

Beholde progresjonen

Sosialt

Legge opp mer litt mer av det sosiale, spesielt med de nye medlemmene som ikke snakker norsk kan dette være en utfordring, men ikke noe ukjent som klubbens eldste medlemmer ikke har håndtert før-

Administrativt

Blankt

OSI KENDO 2018

Leder: Tor Johan Bjelland Nyvoll

Nestleder: Anne Elisabeth Larsen

Økonom: Anne Elisabeth Larsen

Sekretær: Alice Powell

Styremedlem: Håkon Erikson

Styremedlem: Simon Schrader

Styremedlem: Helene Martinsen

Styremedlem: Lise Marie Grønvik

Styremedlem: Aleks Bako

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

- Aleks Bako har frafalt i løpet av året pga. påbegynte studier i utlandet
- OSI Kendo Styret har i løpet av 2018 hatt 6 styremøter.
- Vi har hatt flere sosiale arrangement.
- Vi har organisert lagerrommet og holdt utstyrworkshops der vi går igjennom vedlikehold- og sikkerhetsrutiner og kontrollerer utstyret.
- Vi arrangerte en hyttetur (12.05.18)
- Vi arrangerte Vår- og Vintermesterskapet hvor vi inviterte utøvere fra hele Norge til å delta på en dagsturnering i Oslo. Utøvere fra OSI Kendo, Oslo Kendo og Kristiansand Kendo deltok.
- OSI Kendo arrangerte Oslo Open, Norges største internasjonale kendoturnering, i samarbeid med Oslo Kendo.
- OSI Kendo deltok på OSIs årsmøte.
- Deltok også på OSIs representantskapsmøte.

Ekstern Representasjon

- Håkon Erikson er medlem av FLIS (fleridrettsseksjonen i NKF)
- Alice Powell er medlem av Kendokomiteén

Økonomi

- Økonomibudsjettet vi satte opp ble revidert halvveis i året ettersom vi fikk inn mer penger fra Oslo Open enn forventet. Vi gikk i pluss i år.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

- Alle treninger har blitt gjennomført i sal 5 på Blindern. Marianne Skiftesvik, Ken Rune Helland og Tor Johan Nyvoll har instruert på de fleste treningene.

- Vi hadde to graderinger i år: mai og en i desember.

OSI Årsberetning 2018 2

- Normalt gjennomfører vi fire treninger i uken. Det siste semesteret har dette vært på tirsdag, torsdag, fredag og lørdag. Torsdager har hovedsakelig vært tilpasset nybegynnere.

- OSI Kendo stilte på en fotodugnad der vi lot oss avbilde så fotografene kunne teste nytt utstyr mot at vi fikk bruke bildene til egen promotering.

Treningsleire/samlinger

- Flere medlemmer har deltatt på ulike treningsleire og samlinger. Klubben har deltatt på både Norway Summer Games og landslagsleiren avholdt av Kristiansand Kendo.

- OSI Kendo har avholdt vår- og vintermesterskap i år, med utøvere fra OSI Kendo, Oslo Kendo og Kristiansand Kendo.

- OSI Kendo har i tillegg arrangert flere såkalte Back to Basics-seminar med Sensei Magnus Rygh der vi fokuserer på det grunnleggende i kendo. Vi har arrangert dette to ganger i år.

Konkurransedeltagelse

- Kendo NM, Stavanger (9. - 11. februar)
- Vårmesterskapet, kyukonkurranse (21. april)
- London Cup (4. - 6. mai)
- Norway Summer Games (sommerleir), Kristiansand (12. august)
- Kendo VM, Korea (14. - 16. september)
- Landslagsleir og konkurranse, Kristiansand (16. - 18. november)
- Vintermesterskapet, kyukonkurranse (1. desember)

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

- Holdt utstyrsworkshop i februar med kontroll og vedlikehold av utstyr, i tillegg til å lage et banner.

- Hyttetur for å sosialisere med hverandre og være sammen utenom kendo.
- Pølsegrilling i juni for å avslutte semesteret.
- Minigolf på Grünerløkka for å bli mer kjent med nybegynnerne.
- Halloween-spillkveld hos Tor Johan Nyvoll.
- Secret Santa for å samles før jul.
- Hyppige turer til den lokale baren med nybegynnerne etter nybegynnertrening. Dette gjør vi for å bli kjent med de nye rekruttene og for å integrere dem inn i klubben.
- Etter konkurranser og seminarer er det som regel et sosialt program, f.eks. restaurantbesøk.
- OSI Kendo deltok under årets Pride Parade i juni der vi gikk sammen med kampsportforbundet i fullt utstyr og vakte stor oppsikt.

Integrasjon

- OSI Kendo var representert ved Oslo Kendos helgekurs for nybegynnere (06. - 07. januar).
 - OSI Kendo var sammen med Oslo Kendo til stede under Desucon der vi hadde en stand og crash course (23. - 24. juni).
 - Sosialt oppmøte etter nybegynnertreningen er klubben sitt viktigste integrasjonsmiddel. Vi oppfordrer alltid medlemmer til å bli med på puben og dette er også noe de i etterkant sier har vært viktigst for at de blir når det gjelder det sosiale.
 - Utenom det sosiale oppmøtet har også styret et mål om å være inkluderende overfor medlemmene under og etter trening. Alle viderekommende medlemmer i klubben oppfordres derfor til å snakke med nybegynnerne rett før og etter trening.
 - Ellers sørger vi for å alltid ha et sosialt arrangement utenom kendotrening minst annenhver måned
- 3 OSI Årsberetning 2018

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt Medlemstallet har holdt seg stabilt dette året, med noen nye medlemmer og noe frafall pga. videre studier eller endt utveksling. Vi har rekruttert medlemmer gjennom flere kanaler. Noen møter oss på stands, eller snakker med oss på foreningsdagene. Andre har sett facebookannonser eller plakater, mens noen oppsøker oss på egenhånd.

Idrettslig Klubben har gjort det sterkt i flere konkurranser dette året. Vi har flere klubbmedlemmer på landslaget, og disse deltok også under VM i Korea. Ellers har vi vært svært aktive og deltatt ved ulike arrangementer og seminarer. Våre prestasjoner fra disse arrangementene er oppgitt i listen nedenfor:

- Sølvmedalje til Marianne Skiftesvik i kvinneklassen under NM i februar.
- Bronsemedalje til Linda Xi i kvinneklassen under NM i februar.
- Fighting Spirit til Aleks Bako i kyuklassen under NM i februar.

- Sølvmedalje til OSI 1 (Linda Xi, Marianne Skiftesvik og Håkon Erikson) under lagkonkurransen på NM i februar.
- Gull til Simon Schrader under Vårmesterskapet i april.
- Bronsemedalje til Marianne Skiftesvik i kvinneklassen under London Cup i mai.
- Gullmedalje til Simon Schrader i kyuklassen under Oslo Open i juni.
- Sølvmedalje til Chiaki Arai og bronsemedalje til Linda Xi i kvinneklassen under Oslo Open i juni.
- Fighting Spirit til Linda Xi i åpen klasse under Oslo Open i juni.
- Fighting Spirit til Chiaki Arai i lagkonkurransen under Oslo Open i juni.
- Bronse og Fighting Spirit til Alice Powell under Norway Summer Games i august.
- Fighting Spirit til Tor Johan Nyvoll under landslagsleiren i november.
- Gull til Marianne Skiftesvik og Håkon Erikson, sølv til Anne Elisabeth Larsen og bronse til Helene Martinsen som deltagere i lagkonkurransen under landslagsleiren i november.
- Bronse til Mateo Caycedo under Vintermesterskapet i desember.

Sosialt Vi har arrangert flere sosiale sammenkomster i løpet av året, med bla.a. grilling, spillkvelder og aktiviteter. Det er viktig for oss at det er et samhold også utenfor kendo.

Administrativt Styret har holdt jevnlig møter gjennom året og vært aktivt i organiseringen og gjennomføringen av sosiale arrangementer og konkurranser.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt Fortsette med sosiale arrangement og lage flere materialer som kan brukes til å reklamere for klubben utad. Vi ønsker et godt sosialt og sportslig miljø som vil tiltrekke seg og holde på flest mulig medlemmer.

Idrettslig Arrangere 3-4 helgeseminarer i løpet av året.

Arrangere vinter- og vårmesterskapet.

Arrangere Oslo Open med mål om å gå i pluss igjen.

Ta gull i NM.

Delta på internasjonale konkurranser (flere av OSI Kendos medlemmer skal også til EM 2019)

OSI Årsberetning 2018 4

Sosialt Arrangere sosiale arrangement så medlemmene våre får et samhold også utenfor trening.

Administrativt Effektivisere administrasjonen ved å redusere styremedlemstallet til fem og delegere oppgaver til de som er mest motiverte for og ønsker å påta seg dem.

OSI Klatring 2018

Styret

Leder:	Line Langaas Berg
Nestleder:	Ivar Skorpen Johnsen
Økonom:	Kyle Olsen (vår 2018) og Ivar Skorpen Johnsen (høst 2018)
Styremedlem:	Paul Are Sandal
Styremedlem:	Sverre Nordberg-Schultz Hagen
Styremedlem:	Camilla Emina Stenberg
Styremedlem:	Henrik Hillestad Løvold
Styremedlem:	Eirik Bratli
Styremedlem:	Mari Wigaard
Styremedlem:	Joakim Coleman Ebeltoft
Styremedlem:	Eirin Berge

Administrasjon

Styrearbeid

Styrets arbeid har bestått av å drifte klubbens klatrearealer og sørge for et godt aktivitetstilbud for medlemmene. Dette dreier seg hovedsakelig om å arrangere omskruing av ruter på Buldrerrommet og veggene i flerbrukshallen. I tillegg har styret stått for to isklatrekurs, en isklatretur, tur til Spania, tur til Fredrikstad og nærturer rundt omkring Oslo i tillegg til ukentlige fredagsklatringer på Vulkan. Styret har hatt møter en gang i måneden, hvor arbeidsoppgaver har blitt fordelt på styrets medlemmer.

Ekstern Representasjon

Ingen.

Økonomi

I løpet av høsten ble det tatt en grundig gjennomgang av det siste årets økonomi, og det ble laget et forbedret regnskap. Høsten 2018 bestemte hovedstyret at Visma (regnskapsprogram) skal brukes for tilbakebetaling av utlegg, noe som har lettet jobben betraktelig.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

På mandager og tirsdager har det blitt holdt treninger i klatreveggen. På treningene har det vært en eller to instruktører til stede. På onsdager har to instruktører instruert i henholdsvis klatring på topptau og klatring på led. Prosedyren har vært topptau- og ledkurs annenhver onsdag. Det ble i tillegg satt opp et ekstra ledkurs pga stor etterspørsel.

Treningsleire/samlinger

Ingen, utenom klatreturer.

Konkurransedeltagelse

Ingen.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

I slutten av oktober arrangerte OSI klatring kinoutflukt til Edderkoppen. Filmen som ble vist var «The Dawn Wall». Medlemmer av OSI klatring fikk rabattert pris på inngangsbilletten. Etter fredagsklatringene pleier de som klatrer også å samles.

Integrasjon

Styremedlemmer og instruktører er bevisst åpne for spørsmål når de buldrer eller deltar på fredagsklatring, vist ved at de ofte har på seg OSI klatring t-skjorter. I år har vi opplevd større integrasjon og trivsel, grunnet at vi er synlige på de nevnte arenaene.

Oppsummering av året

Generelt

Året startet med et stort styre, hele ti styremedlemmer. Planer for ombygging av buldrerrommet og Spaniaturn ble lagt tidlig. Buldrerrommet var en omfattende prosess, som startet med et møte med SiO, Line var tilstede på møtet, og OSI klatring fikk tillatelse til å bygge om svaveggen og flytte moonboardet vekk fra vinduet. Dette har forbedret tilbudet til klatregruppa betraktelig. Det har generelt vært mye aktivitet på buldrerrommet gjennom hele året, men det var få medlemmer som benyttet seg av fredagsklatringstilbudet i løpet av vinteren. Ni klatrere fra OSI dro til Siurana i Spania fra 29. mars til 7. april. Tradisjonen tro ble det arrangert klatretur til Stryn 1. mai-helgen

med 16 deltakere. Våren bød også på en lokaltur til Hauktjern, med omtrent femten fremmøtte.

Høsten 2018 ble fredagsklatring-tilbudet igjen dratt i gang, og dette har ført til at nye klatre-bekjentskap har blitt stiftet. Dette tilbudet er noe styret ser på som positivt for gruppa som helhet.

Idrettslig

Grunnen til at vi ønsket å bygge om Sva-veggen på buldrerrommet var for å forbedre tilbudet til de mer erfarne klatrerne, samtidig som vi ville bevare store nok arealer til de av våre medlemmer som er på et nybegynnergivå. Med den nye overhengende veggen har vi nådd målet om et bredere treningstilbud for våre medlemmer. I tillegg har vi gått til innkjøp av nye større tak, som også skal gjøre det mulig for mindre erfarne klatrere å bruke den nye veggen.

Tidlig i november ble overheng-veggen på Blindern å finne i appen "Open-climb". Dette er en app som lar medlemmene lage og dele egne prosjekter på veggen, og som gjør at buldreområdet på Blindern kan måle seg med andre profesjonelle klatresentre i Oslo (bortsett fra at det er mindre). Vi har sett at denne appen har bidratt til økt treningsglede og motivasjon.

Sosialt

Buldrerrommet ble ikke mindre populært etter ombyggingen, og de fleste ettermiddager og kvelder er rommet fullt med folk som ønsker å buldre. I tillegg har det høsten 2018 vært ukentlig fredagsklatring på Vulkan, hvor det har vært styremedlemmer eller instruktører tilstede. Poenget med fredagsklatringene er at man skal kunne komme og klatre uten en klatrepartner.

Administrativt

Det administrative arbeidet i OSI klatring har vært preget av godt samarbeid, der alle i styret har bistått hverandre med å få gjennomført og formidlet prosjekter og arrangementer. Krem-eksempelet her må være ombyggingen av buldrerrommet. Kommunikasjonen med SiO kan forbedres - for eksempel ved å si i fra tidlig nok før omskruing og store prosjekter, som for eksempel ombyggingen på buldrerrommet. SiO vil gjerne ha beskjed minst to uker i forveien. I tillegg er det fra 2018 ønskelig fra SiO at all kommunikasjon med dem skal gå via daglig leder i OSI.

Målsettinger for 2019

Generelt

Arrangere flere turer til klatre- og buldrefelt i Oslos nærområder. Arrangere en, og gjerne flere, klatreturer over flere dager. Skape en organisatorisk plattform der OSI klatring også innebærer OSI fjell.

Idrettslig

Søke arealpotten om støtte til å dekke fredagsklatringene på Vulkan, fordi OSI klatring mangler et tauklatringstilbud for viderekomne. Klatreveggen på Blindern fungerer godt som trenings- og kurstilbud for nybegynnere. Å få dekket én ukentlig trening på Vulkan klatresenter vil gjøre at aktivitetstilbudet i klatregruppa styrkes. Det vil bety at de mer erfarne klatrerne i klubben får dekket treningsbehovet om å klatre lengre, hardere og mer varierte ruter.

Sosialt

Ukentlige fredagsklatring hvor én eller flere styremedlemmer eller instruktører er tilstede, sosiale buldrekvelder og konkurranser på buldrerrommet.

Administrativt

Fortsette med månedlige styremøter. Disse bør fremdeles ha fokus på å få gjennomslag for saker som har størst potensiale til å bli gjennomført.

OSI KUBB 2018

Leder: *Marianne Aasland*
Nestleder: *Stian Ege*
Økonom: *Lene Juul Frømyr*
Sekretær: *Christiane Jakobsen Veseth*
Styremedlem: *Una Milje*
Styremedlem: *Marte Louise Jønsberg Nyborg*

Administrasjon

Styrearbeid

Bra. Har gått fint med helt nytt styre. Litt utfordringer i startfasen, men gått seg til etter hvert.

Ekstern Representasjon

Ingen.

Økonomi

Dette har gått bra.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Det har vært hyggelig og sosialt. Litt få iløpet av høst/vinter, men treninger trekker flest folk i godt vær, så fokuserer hovedsaklig på treninger om våren og tidlig høst. Fortsette med fast trening hver uke/annenhver uke. Forutsigbarhet trekker flere folk.

Treningsleire/ samlinger

Kick-off ved semester-start.

Konkurransedeltagelse

Ingen.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

En Kubb-off for hvert semester.

Integrasjon

God integrering av nye medlemmer. De føler seg velkomne.

Oppsummering av året

Generelt

Fine treninger, vært flere nye folk innom på treninger.

Idrettslig

Helt ok. Ikke hatt mulighet i år til å delta på EM og VM.

Sosialt

Flott samhold i gruppen.

Administrativt

Fungert bra.

Målsettinger for 2018

Generelt

Holde på lenger ut i høstsemesteret enn i år.

Idrettslig

Etablere et jevnt godt lag.

Sosialt

Arrangere kubb-off i vår- og høstsemester.

Administrativt

Få til et enda bedre samarbeid.

OSI Kung Fu 2018

<i>Leder:</i>	<i>Peter M. Anker</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Mansour Najafi</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Mansour Najafi</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Mansour Najafi</i>
<i>PR-ansvarlig:</i>	<i>Peyman Teymoori</i>
<i>Sosialansvarlig:</i>	<i>Helle S. Gundersen</i>

Administrasjon

Styrearbeid

Greit. Vi har hatt styremøter når det har vært behov for det.

Ekstern Representasjon

Vi har hatt våre vanlige runder med plakatopphenging, samt representasjon på karrieredagen, hvor vi også hadde oppvisning. Lite på Facebook.

Økonomi

Vi har brukt noe på PR, medlemskontingent NKF og årsmøte.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Bra, men litt lite individuell oppfølging på mandager.

Torsdager bra.

Treningsleire/ samlinger

Ingen dette året.

Konkurransedeltagelse

Hovedtreneren var på internasjonalt mesterskap i Georgia som dommer og foredragsholder.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Vi har hatt avslutning før sommerferien, og bruker ellers styremøtene for sosialt å dømme.

Integrasjon

Et par nye medlemmer, får se om de fortsetter.

Oppsummering av året

Generelt

Det vi sliter med som vanlig er få medlemmer. Det er ikke egentlig så mye å gjøre med, vi hadde til og med oppvisning på karrieredagen (som en av fire grupper), og første treningen var det en ny som prøvde seg. Neste ingen. Vi fikk likevel et nytt medlem. Det at kampsport generelt har en minkende tilslutning over de siste årene har selvsagt en del å si, og det påvirker kung fu særdeles med vårt høye mangfold og nivå av teknikker. Folk kommer inn og forventer å bli mestere på ett eller to semestre, når det egentlig tar mange år å mestre, og de blir fort skremt bort.

Idrettslig

God entusiasme av de som har møtt på treningene, med gode tilbakemeldinger, selv om det er få.

Sosialt

Kunne vært mer, men det har ikke vært savnet.

Administrativt

Helt greit.

Målsettinger for 2019

Generelt

Leie inn tai chi mester i april.

Forberede mesterskap mai 2020.

Idrettslig

Trenere bestemme hvem som har treningen på forhånd.

Evt. Halv time lengre trening.

Større sal

Sosialt

Sommeravslutning, semesterstarter, juleavslutning.

Administrativt

Minst 3 møter i semesteret.

Legge på facebook litt frampek over hva som blir gått gjennom på treningene.

OSI Langrenn 2018

***Leder:** Sindre Jakobsen*
***Nestleder:** Øystein Klemetsdal*
***Økonom:** Kristine Holskar Hansen*
***Styremedlem:** Nora Ugland*
***Styremedlem:** Rudi Kristiansen*
***Styremedlem:** Kristoffer Sælid*
***Styremedlem:** Ragnhild Nygaard*
***Styremedlem:** Pål Graff*

Administrasjon

Styrearbeid

Styret har stort sett jobbet som normalt. Vi har gjennomført 6 styremøter. Jobbet med å få til flere samlinger og sosiale tilstelninger. Jobbet med å få ut god informasjon om treninger og det som skjer av aktiviteter i klubben. Det har også vært fokus på å være flinke til å rekruttere medlemmer, og vi har opprettholdt flesteparten av de aktive medlemmene, i tillegg til at noen nye og har blitt med.

Ekstern Representasjon

Fyll ut

Økonomi

I og med at det ble bestilt nytt klubbteøy til gruppa så har det vært et vanskeligere år økonomisk enn det vi har vært vant med fra tidligere i gruppa. Dette har ført til at vi har gått med ca 18000 i minus igjennom året. Vi har derfor gjort en del tiltak for å gå minst mulig i minus: Vi har vært aktive med å få solgt unna klubbteøyet. Vi har økt det som tidligere har vært en veldig lav medlemskontingent til en kontingent som gir litt inntekt til klubben (for studenter, fra 30kr til 100kr. For ikke-studenter, fra 360kr til 400kr). Vi har hatt to små dugnader utenom det vi pleier som har gitt litt ekstra inntekter. Vi har og fått på plass en ekstra skikursdugnad som vil gi oss ekstra inntekter av betydelig verdi(20000kr). Vi har som tidligere benyttet oss av muligheten til å få støtte fra NSI til samlinger.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Når snøen har vært til stede har vi hatt som praksis å kjøre to intervalløkter på ski i uken, og oppfordret til å veksle mellom skøyting og klassisk, selv om øktene egentlig er i valgfri stilart. Gjennom høsten har vi hatt en styrkeøkt og to intervalløkter (en med elghufs og en på rulleski). For variasjonens del har vi også hatt et par økter med hurtighet og en økt med klatring, noe som var populært blant medlemmene. På våren etter sesongen så hadde vi en roligere periode med enkelte rulleskiøkter og oppfordret ellers til å delta på friidrett sine løpeøkter. Vi har og gjennom hele året hatt langturer i helgene, løping om sommeren og på ski om vinteren. Vi har også gjennomført tre testløp fra Sognsvann til Ullevålseter, et på våren og to på høsten. Testløpene gir medlemmer mulighet til å kunne følge med på hvordan utviklingen gjennom sesongen har vært.

Treningsleire/samlinger

På begynnelsen av året hadde vi en samling på KSI-hytta. Til Birkebeinerrennet dro vi opp som en samlet gjeng og laget en liten samling ut av dette, med felles leilighet, mat og en felles skitur dagen etter rennet. Det var også en liten gjeng som reiste og deltok på Troll ski maraton. Nytt av året er at det på høsten ble det arrangert en barmarksamling på Nordseter i forbindelse med Hafjell opp. Det var og en gjeng som reiste og deltok på studentlekene, både på våren og på høsten. Mot slutten av året dro vi igjen til Nordseter for å tjuvstarte sesongen på snø. Alle samlingene har vært med å styrke det sosiale og har gitt godt treningsutbytte.

Konkurransedeltagelse

Vi har gjennomført klubbmesterskap i både klassisk og skøyting, der vi hadde god deltagelse av klubbens medlemmer, og det er mye prestisje i å bli klubbmester. Det var også en god gjeng som deltok på Birkebeinerrennet. Mange deltok og i Holmenkollmarsjen. Vi hadde også noen deltagere i OBIK sin skikarusell. Vi fikk også stilt med to sterke lag i NM stafetten et herrelag og et damelag, der spesielt damelaget imponerte stort. For første gang på flere år stilte vi med løpere i Studentlekene som ble arrangert i Tromsø, her var det deltagelse i både sprint og fem-mil, et arrangement vi håper å få med flere på fremover. Det har også vært deltagere i diverse andre renn som Troll ski maraton, Grenaderen, Vestergyllen, Hafjell ski maraton ++.

Gjennom sommeren har vi oppfordret til å delta på løp og hatt deltkare i løp som Fornebuløpet, Holmenkollstafetten, Bygdøymila, Grefsenkollen opp og Ivar Formos minneløp. Det var også en gjeng som reiste til Studentlekene i Bergen der det var deltakere i både bakkeløp og halvmaraton. Mange deltok og på Hafjell opp i forbindelse med samlingen vi hadde der.

Sosiale arrangementer

Samlinger er de faste og viktigste sosiale arrangementene vi har gjennom sesongen, men vi har også gjennomført et par pizzakvelder ved oppstart og avslutning på sesongen. Det ble arrangert bankett etter holmenkollmarsjen, vors i forbindelse med både Våryr og Back-To-School festen, og ellers avholdt et par andre kvelder der vi har møtes for sosialt samvær.

Integrasjon

Ettersom vi i år har fått inn nytt klubbteøy har vi blitt mer synlig som en gruppe, noe som gir et større samhold, gjør det lettere for nye medlemmer å finne oss før treningene og potensielle medlemmer kan lettere få øye på oss. Gjennom deltagelse på foreningsdagene, plakater og markedsføring på sosiale medier håper vi å bli lagt merke til av potensielle medlemmer.

Oppsummering av året

Generelt

Et brukbart år for OSI langrenn. Vi hadde 56 betalende medlemmer. Året har blitt gjennomført med mengden trenerer vi ønsker å gjennomføre, og med noe mer aktivitet en vi har hatt de seneste årene.

Idrettslig

Enkelte meget gode prestasjoner spesielt i birken, holmenkollmarsjen og NM, ellers slik vi hadde ønsket med jevnt med trenerer, og medlemmer som deltar i renn og kjemper for gode prestasjoner på flere forskjellige nivåer.

Vil og trekke frem deltakelse i Studentlekene både vår og høst som ikke har vært vanlig tidligere, men som ga mersmak og som vi ønsker å gjøre til en fast aktivitet for medlemmene.

Sosialt

Vi har hatt flere sosiale arrangementer en tidligere noe som virker å være populært blant medlemmene.

Administrativt

Styret har vært velfungerende og vi har fått gjennomført det meste av det som har kommet på dagsorden.

Målsettinger for 2019

Generelt

Opprettholde driften som normalt og fortsette med å jobbe med å være en inkluderende og innholdsrik gruppe å være medlem av.

Idrettslig

Gjennomføre treninger som tidligere og oppfordre til deltakelse i renn. Spesielt oppfordre til deltakelse i Holmenkollmarsjen og studentlekene.

Sosialt

Fortsette å få til flere sosiale arrangementer utenom de faste treningene og samlingene.

Administrativt

Ha et motivert og velfungerende styre som ivrer etter å gjøre OSI langrenn til en attraktiv og innholdsrik gruppe å være medlem av.

OSI Orientering 2018

***Leder:** Vorin Botten*
***Nestleder:** Mikael Olausson*
***Økonom:** Hanne Maria Vister*
***Sekretær:** Bjørn Grinde*
***Styremedlem:** Lea-Rebekka Tonjer*

Administrasjon

Styrearbeid

Det er blitt avholdt lite styremøter året 2018. Dette skyldes i all hovedsak at personene i styret for 2018 meldte seg inn i styret under forutsetning at det skal være minimalt administrativt arbeid, mens bare for å holde klubben i gang. Styrearbeidet har derfor bestått av besvarelse av mail fra personer som kontakter oss, økonomiarbeid, finne arrangører til våre rankingløp, møte opp på obligatoriske kvelder arrangert av OSI sentralt.

Ekstern Representasjon

Ingen

Økonomi

I løpet av året 2018 har økonomiansvarlig i klubben ført skyggeregnskap og fulgt opp økonomien så godt det lar seg gjøre ut fra forutsetningene vi får fra OSI. Vi ønsker å påpeke at det fremdeles er vanskelig å følge opp økonomien ut fra de månedlige regnskapsrapportene som vi får tilsendt av daglig leder i OSI. Transaksjonene i rapportene har svært dårlige beskrivelser og det er vanskelig å forstå hva inntekten/utgiften angår. For en klubb som oss som leverer så mange bilagsskjemaer på inntekter og utgifter i løpet av år, sier det seg selv at det er vanskelig å finne ut hvilken inntekt/utgift transaksjonen er ut i fra et beløp og en generell beskrivelse (eks: inngående faktura). Dette ble også påpekt ved forrige årsberetning, men det er dessverre ikke blitt noe bedre i året 2018.

OSI Orientering sin største inntektskilde er treningsløpene (kalt rankingløp) som vi arrangerer annenhver uke i sesongen i samarbeid med IL Geoform. Totalt har det blitt arrangert 28 løp, hvor OSI Orientering har arrangert 9 av dem. Sammenlignet med de tidligere årene er dette betydelig mindre løp arrangert av oss. Dette skyldes at tidligere dugnadshelter i klubben har sluttet, og vi har dessverre ikke klart å fylle opp med nye ånder. Likevel er vi stolte over at en så liten klubb som oss klarer å arrangere så mange løp gjennom året. Vi tror dessverre ikke året 2019 blir lettere å finne

interne arrangører, og vi trenger antagelig mer hjelp eksternt. Derfor vet vi at 2019 sannsynligvis blir et tøffere år økonomisk for OSI Orientering.

Ut fra siste regnskapsrapport for november og OSI Orientering sitt eget skyggeregnskap, vet vi at vi går i pluss dette året. Det skyldes flere grunner:

- Vi har ikke arrangert noen felles arrangementer.
- Vi planlegger en klubbkveld med verdensmester i orientering. Overskuddet brukes til å dekke dette.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Treninger: Det har blitt avholdt noen løpetreninger, og oppfordring til å møte opp på lokale orienteringsløp som arrangeres i Oslo.

Rankingløp: I år har vi arrangert totalt 28 løp sammen med samarbeidsklubben IL Geoform, hvorav OSI Orientering har arrangert 9 stk. Dette er treningsløp som vi arrangerer for at vi skal få et lavterskel konkurransetrening, og de er har også blitt vår viktigste inntektskilde. Det er vanligvis to og to som arrangerer disse på dugnad, og det ligger vanligvis 15 til 25 arbeidstimer bak et slikt løp, avhengig av hvor det arrangeres og erfaringsnivået til de som arrangerer. Det pleier å være 100 til 150 deltakere på disse løpene. Disse treningsløpene ligger det mye arbeid bak, og er en av våre hovedutfordringer med å få arrangert, men vi er samtidig veldig stolte over at vår klubb klarer å arrangere noe som er såpass stort i orienteringsmiljøet.

Treningsleire/samlinger

Vi har ikke arrangert noen leire/samlinger spesielt med tanke på orienteringstrening.

Konkurransedeltagelse

Vi har hatt 156 individuelle deltakelser i kretsløp og nasjonale løp (ned fra 220 i 2017). I nærløp hadde vi 220 deltakelser (ned fra 314 i 2017), disse nærløpene inkluderer våre egne rankingløp.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Vi har ikke arrangert noe sosiale arrangementer dette året, utenom treninger/rankingløp.

Integrasjon

O-gruppa ønsker å være en lavterskelklubb som har plass til både nybegynnere og erfarne løpere. Året 2018 har vi ikke klart å arrangere nybegynnerkurs for nye medlemmer. Dette skyldes at det fortiden er veldig liten aktivitet i gruppen og viktige nøkkelpersoner har sluttet.

Oppsummering av året

Generelt

Året 2018 har vært et mindre bra år for OSI Orientering. Vi har mistet viktige nøkkelpersoner som har bidratt mye til klubben. Av den grunn har det blitt arrangert mindre treninger, nybegynnerkurs og det har også gått ut over hvor mange arrangører vi har til rankingløpene. Klubben bærer preg av at vi har få ildsjeler igjen, og vi sliter med å få nye ivrige studenter til å engasjere seg. Vi merker også at vi har hard konkurranse blant andre orienteringsklubber i Oslo, studenter som har drevet med orientering fra før søker ofte de store klubbene. Vi ønsker å være en klubb som dekker bredden av orientering, altså både for dem som ikke har drevet med orientering før, men også dem med erfaring som ikke ønsker å drive satsning. For at klubben skal fortsette som tidligere, arrangere o-tekniske treninger, arrangere orienteringsløp trenger vi erfarne orienterere, klubben kan ikke drives alene av nybegynnere. Slik situasjonen er i dag er OSI Orientering helt avhengig av våre erfarne ikke-studenter, som står opp for klubben ved å arrangere rankingløp, nybegynnerkurs og treninger for studentene.

Idrettslig

Oppmøte på våre rankingløp har jevnt over vært litt dårligere enn året før. Dette er sannsynligvis naturlige svingninger.

Sosialt

Det har blitt arrangert lite sosialt dette året.

Administrativt

En av forutsetningene for at personene som satt i styret 2018 skulle gjøre det, var at det skulle holdes en lav profil og det skulle forventes lite administrativt arbeid. Av den grunn har det som forventet vært lite administrativt arbeid. Arbeidet som er lagt ned er hovedsakelig gjort av arbeid som "må" gjøres, det gjelder økonomiarbeid, finne arrangører til rankingløpene og svare e-post som vi mottar fra studenter og andre. Det er også blitt gjort en grundig og krevende arbeid fra et styremedlem (Mikael Olausson) som gjelder "NOF-avgiften" (Norges Orienteringsforbund sin løpsavgift) vi betaler for hvert orienteringsløp vi arrangerer. Han har brukt mye tid på et nytt forslag for hvordan NOF-avgiften kan utformes mer rettferdig. Han var på forbundstinget til Norges Orienteringsforbund i mars 2018 hvor han la frem forslag til ny avgiftsmodell og argumenterte for hvorfor reglene bør endres. Resultatet av dette ble ikke at det fremlagte forslaget ble vedtatt, men det ble derimot gjort en viktig endring av dagens avgiftsmodell.

Derfor har styrearbeidet bestått mest av arbeid av enkeltpersoner dette året.

Målsettinger for 2019

Generelt

Vi håper å kunne fortsette å være en aktiv klubb hvor det er plass til både aktive og nye o-løpere, med både et sportslig og sosialt fokus. Vi ønsker å være en inkluderende klubb, og et lavterskeltilbud for studenter, hvor alle kan være med på treninger, løp og turer. Vi ønsker at det fremdeles skal eksistere et tilbud for studenter i Oslostudentenes idrettsklubb, derfor trenger klubben nye engasjerte studenter. 11. februar 2019 arrangerer vi klubbkveld for både medlemmer og ikke-medlemmer, hvor vi serverer pizza og verdensmester i orientering Olav Lundanes skal holde et inspirasjonsforedrag for oss. Målet er å tiltrekke oss studenter som har drevet litt med orientering før og som ønsker å løpe

for oss. Vi håper dette kan skape litt oppmerksomhet rundt klubben og kanskje vi kan få til ukentlige treninger igjen og ikke minst “skape” og bygge klubben opp igjen.

Idrettslig

Vi ønsker å fortsette med ukentlige treninger, rankingløp, samt nybegynnerkurs vår og høst. I tillegg ønsker vi å videreføre det legendariske løpet Kjempesprekken, som vi dessverre ikke fikk arrangert i 2018. Vi vil fortsette å engasjere medlemmer til å bli aktive orienteringsløpere, og helst få med flere medlemmer på konkurranser og større løp. Alt dette fordrer at det er noen studenter som har engasjement og viderefører klubben.

Sosialt

Vi ønsker at OSI Orientering skal være en klubb hvor alle føler seg velkommen. Hvor man møter venner på ukentlige treninger og drar på løp sammen. Vi ønsker å være en klubb som fortsetter å arrangere sosiale aktiviteter som hytteturer, skitur, fellesturer til løp og julebord. En god ide er også å arrangere opplegg etter treningene, som kveldsmat.

Administrativt

Vi trenger å få til bedre delegering av styrearbeid fremover, slik at ikke så mye arbeid faller på enkeltpersoner. Dugnadsarbeidet hele klubben gjør i forbindelse med arrangering av rankingløp ønsker vi å fortsette med.

OSI QUIDDITCH 2018

Leder: Mette Sundal

Nestleder: Trym Korsvik

Økonomi: Maria Mykland

Sekretær: Merlin Zimmermann

Styremedlem: Mathilde Seligman

Styremedlem: Jakob Lenz

Styremedlem: Ina Fosberg

Styremedlem: Petter Elstad

ADMINISTRASJON

Styrearbeid Hovedutfordringene til styret dette året har gått på banetid, rekruttering, kommunikasjon og utvikling av klubb retningslinjer:

1) å øke andelen av norske medlemmer/medlemmer som blir værende over tid i klubben
2) Banetid 3) Rekruttering 4) Bedre informasjonsflyt og finne en kommunikasjonskanal for medlemmer som ikke ønsker å bruke facebook

Banetid Siden sporten vår spilles på gressplen, er det en stadig utfordring å finne baner som oppfyller kriterier til kvalitet, lokasjon og pris - spesielt på vinterstid. Fra OSI fikk quidditch tildelt tid på kunstgressbanen på Domus Athletica på fredag kveld. Snø og frost gjorde Domus athletica og tørteberg utilgjengelig var vi nødt til å leie kunstgress på Røa frem til Juni.

På høsten var vi igjen tilbake på tørteberg gress frem til oktober da vi skaffet innetid på Skur 13 på Aker brygge på tirsdager og torsdager. Vi benyttet oss ikke av banetiden på torsdager da vi også ble invitert på treninger til sagene IF ute på kunstgressbane. Skur 13 var stengt hele november noe som gjorde at vi leide den oppvarmede banen på Røa mandag kveld i november. Vi er fornøyde med innsatsen vi har lagt inn i å skaffe baner våre medlemmer får trent på gratis og har derfor kun benyttet oss av kunstgressbanen på Domus Athletica og ikke innetreningen rett før.

Rekruttering På våren hadde vi stand på foreningsdagene til Oslo Met og UiO. Vi hadde også stand på Blindern hver dag det var introtrening. Det ble avholdt åtte introtreninger, fire mer enn vanlig. Dette gjorde at både rekrutteringsperiode og introtreningene varte en uke lenger enn vanlig. Dette gjorde at vi fikk flere studenter enn vi vanligvis får på vårsemesteret. Flere av de nye rekruttene var også norske, noe som hadde vist seg å være vanskelig tidligere.

OSI Quidditch Årsberetning 2018

På høsten hadde vi igjen stand på Blindern og Oslo Met, og som i tidligere år var det også et arrangement på Blindern Games. Rekrutteringsperioden kom sent i gang, noe som gjorde at vi ikke hadde stand på de internasjonale studentenes dag. Vi prøvde samme taktikk som vi gjorde i vårsemesteret, med en lengre introduksjonstrenings- og rekrutteringsperiode. Vi klarte derimot ikke å gjenskape de gode resultatene fra vårsemesteret.

De første introduksjonstreningene viste et lavere oppmøte enn tidligere, og de kommende treningene viste den vanlige reduksjonen av nye rekrutter, noe som gjorde at vi endte opp med et lavere antall nye spillere enn forventet. Antall norske rekrutter holdt seg stabilt med tidligere år, men internasjonale studenter viste seg å være langt færre enn tidligere. Dette har nok flere årsaker, men en tidligere og mer strukturert plan for rekrutteringen vil nok føre til at flere internasjonale studenter dukker opp.

Senere i sesongen viste det seg at hoveddelen av reduksjonen i nye spillere skjedde på Vikings. Av de nye rekruttene valgte alle å spille for Valkyries under Oslo Open. Det skal likevel nevnes at de deltok på de fleste av treningene våre, både vikings- og valkyriestreninger.

Betaling av medlemskap Systemet har fungert greit i år med et par unntak. Det har vært et par medlemmer som har vært litt vel sene på å betale, og noen som har opplevd å ikke få faktura selv om de har søkt seg inn. Sistnevnte har vært en konsekvens av sen prosessering av medlemskapssøknad, som nestleder tar på sin kappe. Med unntak av disse problemene har innmelding og betaling av faktura ikke bydd på andre utfordringer og har fungert bra.

Medlemstall: Våren 2018 hadde vi 46 betalende medlemmer, 32 studenter og 12 ikke-studenter. Dette er en oppgang på 10 medlemmer fra våren 2017.

Høsten 2018 hadde vi 32 medlemmer, av disse var 24 studenter. Dette er en nedgang på 10 medlemmer fra høsten 2017, noe som kan være et produkt av en dårlig rekrutteringsperiode.

Kommunikasjon Våren 2018 hadde styret møter annenhver uke, mens vi på høstsemesteret hadde møte hver tredje uke før vi gikk over til ukentlige møter i oktober. Kommunikasjon og planlegging var ikke god nok på starten av høsten som var grunnen til at vi gikk over til ukentlige møter.

Videre har styret en aktiv Facebookgruppe og felles Google Drive der all dokumentasjon samles. Vi har også opprettet en chat ettersom vi har hatt behov for å løse enkelte utfordringer på kort tid (f.eks når det var storm før hyttetur) .

Ekstern Representasjon OSI Quidditch er aktive på Facebook og Instagram, og styret har overholdt målene våre om antall følgere og publiseringer. Per dags dato (7/12/18) har vi 1135 følgere på Facebook og 962 følgere på Instagram. Til sammenligning er dette ca halvparten av OSI - Oslostudentenes Idrettsklubb. Som utøvere av en nokså liten og ukjent sport sier vi oss veldig fornøyde med dette. Vi mottar fortsatt en god del OSI Quidditch Årsberetning 2018

forespørsler fra kommunikasjon- og journaliststudenter som har besøkt oss på treninger for å filme og intervju spillere. Vi har også hatt besøk av Studentavisa Universitas som laget en artikkel i forbindelse med semesterstart i august.

Flere av OSI Quidditch's medlemmer har hatt nasjonale og internasjonale verv innenfor sporten.

- Styret i Norges Rumpeldunkforbund (NRF): 3 medlemmer i vårsemesteret, 5 i høstsemesteret
- Landslaget: 7 OSI-spillere ble valgt ut til å representere Norge i VM for landslag 2018. Vi hadde også to OSI spiller på det finske landslaget, en på det nederlandske landslaget og en på det koreanske landslaget. Det var en representant fra OSI i landslagets trenersteam og en i seleksjonskomiteen 2017/2018
- Flere av våre medlemmer har bestått internasjonale dommertester og dømt kamper i internasjonale turneringer.
- For 2018/19 sesongen stiller OSI hovedtreneren til landslaget og assistenttrener.

Økonomi Økonomien i OSI Quidditch er for 2018 svært god. Vi har hatt inntekter fra flere ulike kilder i år, og har dermed kunne investert i bedre utstyr, rekruttering og bedre baner. Dette er investeringer som vil gi klubben mye tilbake i form av både vekst og sportslige resultater.

Vi har også blitt tatt opp som medlem i Hyperion der vi har fått støtte til å gjennomføre hyttetur samt oppstartsmidler.

Quidditch fikk støtte fra Sparebankstiftelsen DNB på 15.000 kroner for å kjøpe nye målringer. Dette innkjøpet er ferdig og vi fikk også kjøpt inn annet treningsutstyr vi hadde lite av. I tillegg har vi deltatt på Oslo Triathlon og vi har arrangert kurs i rumpeldunk for barn, ungdom og utdrikningslag. Vi har fått færre dugnader i år knyttet til statistoppdrag, men har til gjengjeld holdt flere kurs i rumpeldunk.

De største utgiftspostene for lagene er baneleie på vinteren, idrettsutstyr, arrangementsutgifter og sosiale tilstelninger. Turneringsavgiften har økt på flere av turneringene vi har dratt på i tillegg til at vi på norske turneringer har stilt med to lag. De sosiale tilstelningene har hovedsakelig blitt dekket av støtte vi har mottatt fra Hyperion samt egenandeler.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Vår 2018 - Vikings

Trening begynte på den ellefte Januar på Røa Allianseidrettsanlegg. Fra Februar trente vi også på Fredager i Blindernhallen. Fra Mars trente vi også på Mandager på Røa. I April måtte vi redusere treningstidene på grunn av uventet kald vær og dermed manglende banetid. Vi lånte banen fra Røa på onsdager istedenfor Mandager og Torsdager frem til midten av Mai. Med eksamensperioden begynte vi å trene på gressplen bak Sophus Bugges hus frem til rekrutteringsperioden i August. Her brukte vi avstemninger via SPOND appen som vi brukte for resten av året for å organisere treninger og arrangementer.

OSI Quidditch Årsberetning 2018

Vår 2018 - Valkyries

Valkyries trente inne på Majorstuen skolen to dager i uken frem til Mai før de gikk over til Tørteberg gress. Innetreningene foregikk i en liten gymsal så det var ikke mulighet for spill på full bane med 14 spillere. Treningene besto derfor ofte av øvelser på et sett med hoops eller mini-bane, eller kanonball med fitnessøvelser.

Høst 2018

Etter intro treningsperiode i August begynte vi med fire treninger i uka: Vikings på Tirsdager, Valkyries på Mandager, en parallell trening med felles spill på slutten. Disse treninger ble avholdt på Tørteberg gresset. På fredager hadde vi en fellestrening på Domus Kunstgressbane.

Treningsleire/samlinger

Mange av OSI Quidditchs spillere var invitert og deltok på flere landslagshelger i løpet av året. I tillegg var også spillere fra OSI involvert i treningsplanlegging, seleksjon og som støttepersonell til landslaget under World Cup i Juli.

Konkurransedeltagelse I 2018 har vi deltatt i flere internasjonale turneringer enn noensinne før. Vi kvalifiserte oss til European Quidditch Cup (EQC) i Tyskland med OSI Quidditch Vikings og valgte også å delta på turneringer i både Tyrkia, Spania og Danmark som OSI Quidditch. Dette har gitt rom for å teste klubben på ulike internasjonale nivåer der turneringen i Tyrkia og Spania hadde mange rutiner lag, mens turneringen i Danmark består av lag fra skandinavia og var en god nybegynner turnering.

Turneringsresultat
er 2018:

- Norgesligaen i rumpeldunk
2017/2018,
 - Begge lag deltok i Norgesligaen
- European Quidditch Cup (EQC) 2018, Tyskland, 15. plass av 32 deltagende lag, vi spilte i øvre divisjon
- NM 2018,
 - Vikings 2. plass av 7 deltagende lag (NTNUI kom på 1.),
 - Valkyries kom på 7. plass
- Barcelona Moustache Tournament 5, Spania, 2. plass
av 16 lag
- Nordic cup, Danmark, 4. plass av 11 lag (NTNUI kom
på 1)
- Oslo Open
 - Vikings kom på 2. plass av 9 deltakende lag (NTNUI kom på 1.)
 - Valkyries kom på 5. plass av 9 deltakende lag
- Norgesligaen i rumpeldunk
2018/2019
 - OSI Quidditch deltar-

Da NTNUI er vår hovedmotstander i norske turneringer har vi til sammenlikning valgt å
også liste deres resultater.

OSI Quidditch Årsberetning 2018

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer I vårsemesteret hadde vi regelmessige sosiale sammenkomster og fester hos lagets medlemmer, inkludert flere BBQ/volleyball arrangementer i mai og juni. Vi var på hele to hytteturer til KSI-hytta, en ved semesterstart og en som semesteravslutning. Hytteturene er alltid store suksesser og viktig for samholdet. Etter alle turneringer og seriekamper har vi også fest/feiring. Vi hadde også en sosial sammenkomst der vi så på live gruppetrekning i forkant av European Quidditch Cup (EQC).

I september hadde vi hyttetur på KSI hytta med én overnatting (forkortet grunnet værvær), og hadde ca 20 deltakende medlemmer. I slutten av oktober avholdt vi Halloweenfest. Vi arrangerte også kvelder med brettspill i august og november, hvor sistnevnte kveld var et alkoholfritt arrangement. Den siste store eventen på

høstsemesteret var julebord 8. desember. Det har også blitt arrangert mindre fester og sammenkomster etter turneringer og seriekamper.

Integrasjon

Dette semesteret har vi igjen hatt en blanding av norsk og internasjonale studenter, men flere norske studenter enn internasjonale studenter på høsten. Treningene har foregått på engelsk for å inkludere de internasjonale studentene, mens noen treninger på høsten har gått på norsk ettersom vi har hatt treninger med kun norske spillere.

Valkyries har hatt flest nye spillere på høsten og vi er glad for å se at de nye spillerne våre er en blanding av folk som har spilt ballsport før og personer som aldri har vært spesielt aktive på lagidrett. Vi har økt antallet sosiale eventer uten alkohol for å være mer inkluderende for medlemmer som ikke ønsker å være på sosiale aktiviteter med alkohol.

Oppsummering av året

Generelt Vi har hatt noe nedgang i antall medlemmer denne høsten etter en svak rekruttering, men vi har klart å rekruttere flere norske medlemmer vi håper vil fortsette i klubben vår mens de fortsatt studerer. Det har også forsvunnet noen spillere som har vært med oss noen år til et nytt lag i Oslo ettersom de ikke er studenter lenger. Rekruttering er veldig viktig for oss så vi blir nødt til å ta med oss erfaringene fra hva som har fungert tidligere semester til neste rekrutteringsrunde.

Når det gjelder kommunikasjon har vi innsett at det er en utfordring å få ut viktig informasjon til våre medlemmer på facebook, og har siden september brukt Spond som vår kanal til medlemsinformasjon. Vår erfaring så langt er at det er lettere for medlemmene og finne relevant informasjon ettersom all info om treninger og hva som skjer ligger på en plass. Det har også gjort at vi slipper å sende ut mail til medlemmer som ikke er på facebook. Om vi får medlemmer som ikke ønsker å bruke spond appen vil vi ha mulighet til å sende de e-post med informasjon om eventene og påmelding.

Idrettslig På turnering i Tyrkia reiste vi med sterkt redusert lag og vant kun en av kampene i løpet av helgen. Det var likevel en morsom turnering som også ga oss mulighet til å plukke opp baser til ringene våre samt bli kjent med spillere fra andre land. Våren 2018 klarte vi å komme til øvre divisjon på EQC, men klarte OSI Quidditch Årsberetning 2018

dessverre ikke målet om å vinne gruppen vår før vi gikk over til sluttspillet. Vi tapte en av kampene i gruppespillet noe som førte til at vi gikk ut som nummer to i vår gruppe og videre til øvre sluttspill. I Norge gjorde vi det bra i serien og kom igjen på 2. plass i NM bak NTNUI.

I september dro vi på en sosial og morsom turnering i Barcelona kalt Barcelone Moustache Times. Til tross for lave ambisjoner og fokus på det sosiale tok vi en veldig sterk andreplass og tapte kun for regjerende europamester (EQC) Paris Titans. Vi deltok med begge lag på Oslo Open i år der OSI Vikings kom på 2.plass og OSI Valkyries kom på 5.plass. Det var morsomt å se at nivået på OSI Valkyries har økt fra i fjor og at de spiller mange jevne kamper mot gode lag. Vi er også fornøyd med 2.plass for OSI Vikings ettersom vi har mistet noen spillere til et nytt Oslo lag. På turneringen i Danmark havnet vi på 4.plass etter flere jevne kamper. Fokuset vårt lå på utvikling og spilletid til alle så dette er et bra resultat.

Sosialt

Vi har hatt jevnt over med sosiale arrangementer for våre medlemmer. I rekrutteringsperioden i høst hadde vi en sosial event på Chateau Neuf eller Escape etter hver trening. Det ga spillerne en mulighet til å bli kjent med hverandre og veteranene våre. På vårsemesteret var vi noe mindre sosiale enn vi har pleid ettersom mange helger gikk med til liga kamper, landslagssamlinger eller turneringer.

På Høstsemesteret har det vært færre til stede på flere av de sosiale arrangementene med unntak av hyttetur, men det har også gjort at de som kommer på sosiale eventer blir bedre kjent. Vi har også økt antallet sosiale aktiviteter uten alkohol blant annet med brettspillkvelder.

Administrativt Det administrative har vært noe tøffere i år der vi ofte har vært i kontakt med OSI hovedstyret for å få løst enkelte av sakene våre. Vi kom sent i gang med rekrutteringen til høsten og slet også med å få informasjon om bestilling av drakter til laget noe som gjorde at våre nye medlemmer ikke har mottatt drakter enda. Mye arbeid ligger fortsatt på enkelte styremedlemmer så det er ønskelig at man i fremtiden blir bedre på å fordele oppgaver innad i styret, eventuelt hente inn mer hjelp utenfra.

Arbeid med rutiner vi har innarbeidet som hytteturer og leie av bane har gått bra i år og vi håper at arbeidet som er lagt inn med dette kommer til å legge et godt grunnlag videre i sesongen. Vi er fornøyd med det nye medlemssystemet sammenlignet med det gamle, men trenger å være mer på innkreving av betaling.

Vi har også jobbet en del med digital kommunikasjon dette året og spesielt utfordringer knyttet til medlemmer som ikke er på facebook noe som har ført til at vi har brukt Spond for å organisere informasjon i klubben vår.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt

Vi ønsker å opprettholde fokuset på samhold og inkludering, og at alle skal kunne finne sin plass hos oss uansett ferdighetsnivå og ambisjoner. Videre ønsker vi å øke treningsoppmøte på vinterhalvåret.

Idrettslig Styret har satt konkrete mål når det gjelder serie- og turneringsresultater. Vikings har mål om å vinne NM, Oslo Open og komme videre til upper bracket på EQC i Belgia. Valkyries har mål om å delta i både NM og Oslo Open. Et annet viktig mål for laget er å etablere en større fast kjerne av spillere, og å finne gode OSI Quidditch Årsberetning 2018

treningsbaner/tider. Vi ønsker også vennskapskamper mellom lagene våre. Videre ønsker vi at klubben skal fortsette å delta i utenlandske turneringer. Dette har stort læringsutbytte for spillerne våre, da rumpeldunkmiljøet i Norge fortsatt er lite.

Sosialt

Vi har mål om å være en sosial gruppe med et godt og inkluderende miljø for både norske og internasjonale studenter. Vi ønsker å avholde en større sosial event hver måned, deriblant minst en hyttetur i hvert semester, sommerfest og julebord. Vi ønsker også å fortsette å avholde mindre/uformelle sammenkomster med minst en alkoholfri sammenkomst i løpet av semesteret.

Administrativt Vi ønsker et aktivt styre bestående av representanter fra begge lag. Videre ønsker vi å inkludere flere medlemmer til å ta ansvar over mindre oppgaver via komiteer for f.eks rekruttering, PR, design, turneringer og hytteturer. Dette blir en måte å sikre mer kontinuitet i styringen og utviklingen av klubben.

Vi ønsker å fortsette med Spond som plattform for kommunikasjon innad i gruppen, ettersom vi merker dette har fungert bra på høstsemesteret. Når det gjelder nettsiden vår har vi noe forbedringspotensialet når det kommer til oppdateringer og utforming på nettsiden.

Et annet mål er å sikre bedre oversikt over oppgaveflyt og fordelinger innad i styret. Vi ønsker også å fokusere mer på å aktivt oppsøke ulike dugnadsarenaer samt se nærmere på dugnad på Chateau Neuf.

Vi ønsker også å forbedre organiseringen av oppdrag klubben utfører på bestilling, som utdrikningslag og kidditch.

OSI ROING 2018

Leder:	Lise Skarstein Jakobsen
Nestleder:	Halvor West
Økonom:	Jenny Marie Rørvik
Sekretær:	Une Tjøm
Styremedlem:	Erling Holst Øyasæter
Materialforvalter:	Bjørn Jostein Singstad
Sponsoransvarlig:	Heidi Guldvog Hartvedt
Arrangementansvarlig :	Mari Berger Hanestad

Administrasjon

Styrearbeid

Vi har hatt et fullkomment, dynamisk og velfungerende styre dette året. Vi har fått inn styremedlemmer med erfaring fra å komme inn i OSIR uten tidligere roerfaring, noe som har vært nyttig og bra for roklubben. Vi har prioritert å strukturere treningen i høyere grad, ha flere sosiale sammenkomster, og engasjere flere av medlemmene i arbeidet som gjøres. Dette har ført til dannelse av ulike komiteer – en treningskomité, en arrangementkomité og en promoteringskomité. Dette har gitt et større samhold i klubben, og har avlastet styret slik at vi har fått overskudd til å fokusere på pengeinnhenting, konkurranseplanlegging, og videre ambisjoner.

Ekstern Representasjon

Vi har vært tilstede ved alle foreningsdager, og vært representert i et mangfold av konkurranser. Vi har deltatt i SM i romaskin i Trondheim, og årets største begivenhet - utendørs-SM i Bergen. Her stilte vi både med kvinne- og herrelag. Videre har vi deltatt i Norgescupen i roing. Vi deltok i Drammen på deres cup-regatta (med tilhørende heiagjeng), Kjørboregattaen i Bærum, der flere av nybegynnerne fikk prøvd seg, og stilte også egen herreåtter i NM. Vi avholdt også sirkeltrening for NIF etter forespørsel med stort hell.

Økonomi

Økonomien har i år fått seg et skikkelig løft etter tildeling av 200 000 kr fra Sparebankstiftelsen. Dette har åpnet mulighetene for kjøp av ny båt, noe som vil være helt vesentlig for oss videre. Dette har gjort at vi føler vi begynner å bli tilstrekkelig stabile som roklubb. Videre har det ellers vært en stabil og kontrollert økonomisk balanse - godt ivaretatt av dyktige Jenny .

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Treningene våre varierer med året.

Vintersesong:

- Mandag: Ønsket romaskintrening, men per nå bakkeløp
- Onsdag: Sirkeltrening på Domus Athletica, sal 1D, 20:15-21:45.
- Torsdag: Romaskintrening på Domus Athletica, flerbruks hallen, 19:00-20:30.
- Søndag: Langtur i Nordmarka.

Sommersesong og konkurransesesong:

- Mandag: Roing i Oslofjorden fra Bestumkilen.
- Onsdag: Sirkeltrening på Domus Athletica, sal 1D, 20:15-21:45.
- Torsdag: Roing i Oslofjorden fra Bestumkilen.
- Søndag: Roing i Oslofjorden fra Bestumkilen.

Dette har vært vellykket, og vi har hatt eget påmeldingssystem for å få det til å gå opp med tanke på plasser i båten.

Treningsleire/ samlinger

Vi har arrangert egne treningshelger i roklubben der vi har tilbragt store deler av helgen sammen og trent to økter om dagen i forbindelse med opptrening til studentmesterskapene. Utover det har vi ikke arrangert noen samlinger.

Konkurransedeltagelse

Vi har per nå ligget på mellom 8 og 20 konkurransedeltakere på de ulike konkurransene.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Det sosiale dette året har hatt seg en skikkelig opptur etter opprettelsen av en egen sosialkomité. Vi arbeider med å skape egne tradisjoner, og dette fungerer bra. Vi arrangerer Kick Off-fester for nye deltakere, avholdt julebord, har hatt flere runder med "Silent Disco", og har nå også utviklet et konsept med både "Herrenes aften" og "Damenes aften" der henholdsvis jentene og guttene arrangerer en fest for hverandre. Dette har gitt et godt og tett samhold.

Integrasjon

Ved å arrangere egne Kick-Off fester med fokus på bekjentskap i oppstartsfasen, og en videre tett oppfølging på trening i starten, vil vi vurdere integreringen som bra. Vi avholder også åpne og uforpliktende sirkeltreninger gjennom hele året for å ha en enkel inngangsport til oss dersom noen ønsker å bli kjent med miljøet og se om dette kunne vært aktuelt. Vi har forøvrig valgt å ikke inkludere utvekslingsstudenter som skal være her over et kort tidsrom, ettersom roing er en kompleks idrett som tar tid å både lære og lære bort. Dette vil dermed gå på bekostning av de eksisterende medlemmene. Dette er en erfaringsmessig vurdering vi har tatt i løpet av året, og vi vurderer også videre per nå at dette er riktig.

Oppsummering av året

Generelt

Det har vært et begivenhetsrikt og viktig år. Vi har klart å delta i alle konkurransene vi ønsket, både på studentmesterskapsnivå, og på nasjonalt nivå. Vi har utviklet oss sosialt, og fått mer struktur i trening og opplegg. Vi bygger tradisjoner, og setter rammer for hvordan vi ønsker at roklubben vår skal være, både med tanke på idrettslige mål, men også sosialt og med tanke på miljøutvikling. Vi har absolutt utviklet oss en retning vi ønsker å fortsette i.

Idrettslig

Vi er nå der vi ønsker å være rent idrettslig, men håper på større deltakelse i samtlige av konkurransene vi velger å være en del av.

Sosialt

Vi trives veldig godt med kontinuiteten og kvaliteten på hva vi har nå, og ønsker å opprettholde dette – videre med enda større deltakelse.

Administrativt

Vi er tilfredse med hvordan vi har organisert oss og fordelt arbeidsoppgavene i styret og i komiteene, og ønsker også at dette skal vedvare med tilsvarende kvalitet.

Målsettinger for 2019

Generelt

Vedlikeholde den gode arbeidsfordelingen, og sørge for å fortsette å strekke oss etter nye ambisjoner uten å lene oss på tidligere suksess. Alt har enda forbedringspotensialer, så vi må perfektionere det vi har kommet, og videre tenke lengre – spesielt med tanke på hvordan vi opprettholder en kjerne i miljøet og et enda mer kontinuerlig treningsmiljø.

Idrettslig

Forhåpentligvis vil SiO gi oss romaskinrom slik de lovet i 2017, noe som utvilsomt vil bli en opptur for oss. Det vil bli lettere å skape samhold, og det å organisere bedre og flere treninger.

Sosialt

Det er plass til fler! Ellers er det generelt lagt til rette for et utmerket sosialt miljø, takket være en aldeles dyktig arrangementkomité.

Administrativt

Se kommentar under generelt. Vi vil beholde og videre perfektionere systemet vi har laget. Dette fungerer meget bra.

OSI SKI AND SNOWBOARD 2018

Leder: Even Tvede Lunde

Sekretær: Sol Nilsen

Økonom: Mathias Stang

Styremedlem: Marius Beaud

***Styremedlem: Coline
Caussin-Battaglia***

***Styremedlem: Odd Anders
Ingebretsen***

Styremedlem: Sean Harrison

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

På møtet 13. desember 2018 ble leder Even Tvede Lunde og styret valgt, med unntak av økonomi ansvarlig. Vi hadde et lavt oppmøte grunnet eksamensperiode, men det var viktig å få på plass et styre som kunne fortsette aktiviteten i gruppen på nyåret. De fleste styremedlemmer fra 2018 kunne ikke fortsette i sine respektive roller da de var internasjonale studenter som flyttet ved semesterslutt våren 2018. Vi er tre medlemmer med i styret som har vært del av OSI Ski og Snowboard tidligere år, iblant Mathias Stang som tidligere har vært leder, nestleder og økonomiansvarlig. Vi avholdt et ekstraordinært årsmøte den 24.01.2019 for å velge økonomiansvarlig, gå over budsjett og fordele arbeidsoppgaver i henhold til planlagte aktiviteter. Det var et godt oppmøte med ca. 20 medlemmer. Vi valgte vår økonomiansvarlige Mattias Stang som deltar på regnskapsføringskurs i løpet av 2019. Sol Nilsen, skriver møte referat. Sakliste godkjent. Kommunikasjonen for styremedlemmer går igjennom en egen Facebook gruppe og for medlemmene har vi en hjemmeside, med en tilhørende medlemsgruppeside der alle poster pågående aktiviteter. Vi opprettet et Doodle skjema tilgjengelig for alle medlemmer der alle legger inn respektive helger man ønsker å reise på helgetur i regi av klubben for året 2019.

Ekstern Representasjon

Ingen.

Økonomi

Alle medlemmer betaler en medlemsavgift på 100 NOK pr. semester for å delta på sosiale arrangementer, treninger og hytteturer i regi av OSI Ski og Snowboard. Økonomiansvarlig for 2018 var Kenny Hartpence som ikke ønsket å fortsette i rollen. Matthias Stang tar over økonomien og sendes på regnskapsføringskurs i 2019. På bank har vi 26.683.00 NOK, som styret har vedtatt å sette av 6000NOK for 2019 til sosiale aktiviteter som innebærer innkjøp av mat, drikke, leie av lokaler og utstyr. OSI Ski og Snowboard fikk ikke tildelt 10.000NOK i støtte fra Oslo Studentenes Idrettslag OSI sentralt høsten 2018. Vi kan likevel søke om midler for kommende år til utstyr slik som ski, snowboard og lagringsplass. Turene arrangeres slik at de skal gå i null. Generelt dekker deltageres turavgifter til OSI overnatting og mat. Dersom medlemmer arrangerer en tur i regi av gruppen vil gruppen ta risikoen for eventuelle tap dersom det ikke blir nok påmeldte eller oppmøtte til en tur. Det er ikke den enkelte som initiativtaker som tar denne risikoen, så lenge man har fått godkjenning av styret. Nytt for året 2019 er at vi ønsker å sponse opptil 20 medlemmer med 50% avslag på dagskort for studenter som deltar på en helgetur i regi av klubben. For medlemmer som har sesongkort i Tryvann/Drammen skisenter har man inkludert et gratis dagskort i Hemsedal og i Trysil, med unntak av noen datoer (se kjøpsvilkår) <http://www.oslovinterpark.no/heiskortpriser-og-skipass> OSI Årsberetning 2017 2

Transport ordnes oftest privat av medlemmer ved car-pooling, buss eller tog. Det er utarbeidet en app som heter <http://shareliftapp.com/> som også kan være et miljøvennlig alternativ for fremtiden. Klubben ønsker også å sende interesserte på snowboard/ski nybegynner-instruktørkurs for at nye medlemmer som ikke har stått på snowboard/ski før skal få muligheten til å lære under trygge og sikre rammer.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon Tidligere år frem til 2017 har det vært avholdt barmarkstreninger, men de siste årene har dette ikke blitt gjennomført grunnet mangel på gruppeaktivitet og trenere på vår, sommer og høstpart. Vi har ikke mulighet til å avholde jevnlig sessions pr. dags dato på Tryvann for medlemmer da vi ikke lengre har trenere tilgjengelig i ski og snowboard. Året 2017 var det avholdt et skredkurs for medlemmer interessert i frikjøring. Vi ønsker for 2019 å sponse enkelte medlemmer med snowboard/ski instruktør-kurs for nybegynnere som kan bidra tilbake til klubbens medlemmer dette og kommende år. Som gruppe er vi inkluderende og tar gjerne med nybegynnere som ønsker å prøve seg på ski og snowboard. Vi er kun et par stykker i gruppen som kan gi usertifisert nybegynner opplæring i skikjøring og parkkjøring. Gruppens aktivitet året 2018 har vært jevnt mellom januar og sesongslutt i mai. Gjennom året og tidligere år har det blitt avholdt vellykkede turer til Hemsedal, Hafjell, Trysil, Geilo, samt noen frikjørings turer. Målet for 2019 er å arrangere minst en helgetur i måneden fra februar til sesongslutt i mai for medlemmene. Doodle benyttes for å se hvilke helger medlemmene ønsker skal bli satt opp turer på. Vi har opprettet en liste over ønsker og hvilke type skitur som ønskes. Nytt av i år er en voksende interesse for frikjøring i gruppa, som kan påvirke destinasjonene vi tidligere år har besøkt. Det er ønskelig å ha et møte i slutten av mai for å avgjøre om noen vil holde liv i gruppen over sommer, høsten 2019. Det er muligheter for å besøke Fonna og Stryn eller avholde sosiale aktiviteter og jevnlig barmarkstreninger. Heming freeride er en gruppe som holder barmarkstrening med trampoline treninger på vår og høstsemester.

Treningsleire/samlinger Gruppen har ikke deltatt på treningsleir eller samlinger i løpet av året.

Konkurransedeltagelse Gruppen har ikke deltatt på konkurranser dette året.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Jevn aktivitet i 2018, men ingen aktivitet på sommer og høst halvår som skyldes at studenter drar hjem, på ferie og at ingen fra styret kunne fortsette i sine roller etter sesongavslutning i mai. Vi ønsker for 2019 å utvide aktiviteten i gruppen og sette i gang noen tiltak for å sørge for en jevnere kontinuitet. Et medlemsmøte i mai der man oppsummerer året og åpner for utskiftning av styret som kan holde aktiviteten gående frem til ny sesongstart i 2020.

Idrettslig Det har uformelt og formelt vært avholdt sessions for medlemmer i regi av gruppen på Tryvann. Der fokuset har vært på skilek og mestring. våre. Vi kan også vurdere å gi økonomisk støtte/dekke avgifter til medlemmer som representerer OSI på konkurranser.

Sosialt Vi har alltid hatt en god sosial kultur i gruppen der alle kan føle seg inkludert uavhengig av ferdighetsnivå. Gruppen består årlig av en stor andel internasjonale studenter som bidrar til et mangfoldig felleskap. Vi kommuniserer på flere språk i gruppen, men hovedsakelig engelsk som alle kan forstå. Gruppen har fokus på skiglede, lek og mestring uten noen form for konkurransementalitet. Vi ønsker at alle skal føle seg velkomne hos oss. I forbindelse med Tryvann sessions har vi i tidligere år inkl. 2018 hatt sosiale aktiviteter i form av afterski og grilling.

Administrativt De siste årene har vært preget av god jevn aktivitet mellom januar til mai.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt Vi ønsker en inkluderende og aktivt år for alle våre medlemmer, som strekker seg over en lengre periode enn hva vi har klart de siste årene. Da mange av våre medlemmene er internasjonale studenter har vi et ekstra ansvar for at de får et godt inntrykk av sitt opphold her (i.e., norsk kultur, opplever norsk natur og føler seg ivaretatt). Forslag til vår og sommer aktiviteter er barmarkstrening slik som utendørs styrketrening, stisykkling, downhill, toppturer, sommerski, skateboard, trampoline, bading, slakkline, surfing og andre lekne aktiviteter som forebygger skader og er helse frembringende. Vi ønsker å utvide vår skiaktivitet til å omfavne flere grener som ikke lenger dekkes av egne grupper. Frikjøring er absolutt en aktivitet nært beslektet skikjøring i alpinanlegg. Vi har mulighet til å til rette legge for helgeturer som både inkluderer pudderkjøring i og utenfor anlegg, samt parkjøring for de som interesserer seg for triksing på ski og snowboard. Vi bør organisere vårt ski og snowboard utstyr på en måte at det er lett tilgjengelig for medlemmer. En annen mulighet er å vurdere hva slags utstyr som kunne ganget gruppen å anskaffe.

Forslag turer for 2019 Februar. Oppdal og Røldal er ofte overskyet pga. kulden, men ofte veldig fine skikjøringsforhold i februar. Hemsedal er ofte dyrt i Februar/mars. Tidlig

Februar er best for å unngå vinterferien. **Mars.** Hemsedal og Trysil. Lofoten er ofte fint i mars og første uken i april. **April.** Seil og skitur i Nord-Norge. Lofoten kan være bra til ca. midten av april. turene med Lofoten Skilodge avsluttes i begynnelsen av mai. **Mai.** Geilo spring session

Juni, Juli og August. Fonna og Stryn.

Andre destinasjoner er dagsturer til Norefjell, Hafjell eller Hemsedal. Det er satt opp ekspressbusser og tog til flere av disse destinasjonene. For frikjørere er Gaustadtoppen (nordsiden) fin å gjøre en dagstur til.

Bo. Airbnb, hytter og leiligheter kan bookes for respektive truer.

Skredvarsel. Snowsafe og Varsom.

Sosialt Sosialt skal vi starte å avholde rene «Fjellpils/Snøpils» en gang i måneden slik som tidligere forening OSI fjell pleide å arrangere for medlemmer. Dette krever ikke for mye planlegging og mottas godt av medlemmer. Rekrutteringen til gruppen kan bli bedre. Et av tiltakene for 2019 er at vi deler stand med OSI langrenn på Student Association Day fair den 31.01.2019. Med hjelp fra frivillige medlemmer representerer vi klubben vår på den største student messen som avholdes i året. Det er kjempe fint at vi også oppretter en relasjon med OSI langrenn, da det kan være at våre medlemmer ønsker å delta i begge klubber.

Administrativt Årets styre består halvparten av norske og halvparten internasjonale studenter. Vi er en mindre gruppe en forutgående år, men medlemmene våre oppmuntres til å ta del i planlegging og gjennomføring av aktiviteter slik at vi har planer om
OSI Årsberetning 2017 4

å få gjennomført målene for 2019. Ved å øke frekvensen på sosiale møter utenfor bakken vil det kunne være et lavterskeltilbud som tiltrekker seg nye medlemmer, da terskelen for å møte opp er lavere.

OSI SQUASH 2019

Leder: Ole Martin Vister

Nestleder: Mari Paudal Løvhaug

Økonom: Mari Paudal Løvhaug

Styremedlem: Ulrik Rohde

Styremedlem: Simen Mailund Svendsen

Styremedlem: Line Gaard Pedersen

ADMINISTRASJON

Styrearbeid Månedlige styremøter, turneringsadministrasjon, utstyrsavtale

Ekstern Representasjon Squash mot kreft

Økonomi Vi går for mye i pluss jf. Budsjett 2018

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon Ukentlig trening med instruktør i tillegg til fast ukentlig klubbturnering

Treningsleire/samlinger Arrangert to studentturneringer

Konkurransedeltagelse Squash mot kreft og diverse studentturneringer rundt om i landet

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer Velkomstmiddager, sammenkomster i forbindelse med turnering, semesteravslutning og fest med OSI Tennis

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt Litt nedgang i medlemstall på høsten av ukjent årsak, men jevnt i forhold til 2017.

Idrettslig Sliter generelt med at flinke spillere går videre til andre klubber, blant annet på grunn av lav standard på baner. Dette gjør at vi generelt er en klubb med mange nybegynnere som er åpent for alle.

Sosialt Meget bra sosialt vårsemester, noe mindre oppmøte høstsemester på sosiale arrangementer.

Administrativt Bruk av kalender i forbindelse med trenginger har fungert bra.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt Videreføre godt arbeid med gruppen, med fokus på å få medlemmer til å ville fortsette hos oss samt videreføre godt forhold til HS.

Idrettslig Delta på andres og videreføre egne studentturneringer. Ønsker også å opprette turnering i samarbeid med andre racketsporter.

Sosialt Vi ønsker å arrangere flere sosiale tilstelninger enn i fjor med håp om å styrke det sosiale samholdet.

Administrativt Videreføre nettside og arbeid med å skaffe roll-up.

OSI Svømming

Leder: Ylva Sjölund
Nestleder: Ida Sofie Skifjeld Jacobsen
Økonom: Per K. Dahl
Sosialt: Ragnhild Narvestad
Hungnes
Sosialt: Marie Lohnås Nygaard
Hovedtrener Jorn Prise

:

Administrasjon

Styrearbeid

Vi har dette året ikke hatt like mange styremøter som tidligere år, med unntak av tidlig på året. Vi har valgt dette fordi vi ikke har arrangert/gjennomført tiltak som krever dette i 2018. Styresammensetningen var også ny av året, og vi trengte tid for å komme inn i våre nye roller.

Vi hadde en situasjon tidlig i 2018 som krevde samarbeid med HS, men vi opplever at alle parter kom ut av konflikten på en god og rettferdig måte.

Ekstern Representasjon

Sosialansvarlig av året, Marie og Ragnhild, har gjort en fantastisk jobb med å representere OSI Svømming på de ulike foreningsdagene i løpet av skoleåret. Dette har ført til at vi har i prøve-ukene hatt fullt basseng og på lang sikt flere nye medlemmer. Jorn, trenere og andre øvrige medlemmer, har også tatt del i denne eksterne representasjonen.

Medlemmer av styret var tilstede på årsmøte i OSI og representantmøte i 2018.

Økonomi

Etter at vi høsten 2017 arrangerte Oslo Challenge, en svømmekonkurranse á la Studentlekene, var det endel ting vi måtte rydde opp i økonomisk. Dette har vi fått til i løpet av 2018, og regnskapsbøkene er nå ryddige og vi har kontroll.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Etter sommeren har vi hatt fem tilgjengelige tider i bassenget, alle ukedagene. De tidligere treningsdagene, og -tidene, bestod gjennom hele året - i tillegg til at vi da fikk litt tid i bassenget på onsdager. Selv om vi ikke hadde trener disse dagene, er det et tilbud mange har vært svært glade for. Vi har hatt fire flotte trenere: Jorn (hovedtrener), Garth, Henrik (noen måneder på starten av året), Abby (frem til sommeren), vår leder Ylva og Anna.

Treningsleire/ samlinger

Vi har ikke deltatt på treningsleire eller samlinger i år.

Konkurransedeltagelse

Vi har i 2018 deltatt på to Studentleker, først i Tromsø vinteren 2018, og deretter Bergen på høsten. Fra Bergen tok vi med oss hjem flere medaljer, blant dem Beste Klubb. Veldig stolte!

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Vi har dette året hatt to svært dyktige sosial-ansvarlige i styret, som har vært flinke til å spre OSI Svømming på sosiale medier og på stand på foreningsdager. Det har gått såpass bra at vi i prøve-ukene har hatt fulle basseng.

Integrasjon

Vi er som tidligere år en gruppe med stor andel utvekslingsstudenter. Det gir oss et fantastisk mangfold av kulturer, som vi ved diverse anledninger har 'feiret' ved å ha middager der alle tar med seg noe.

Oppsummering av året

Generelt

Vi hadde en god start sportslig, med endel nye medlemmer og mange på prøve-treninger. Vi hadde en trå start styre-messig fordi det var (1) mye utskiftninger, og (2) på grunn av en sak som ble tatt videre til HS av en av våre medlemmer. Dette fikk vi ordnet opp i, og det sosiale samværet i gruppa forøvrig ble ikke skadet av det. Vi har prestert stort sportslig i andre halvdel av året, med Beste Klubb fra SL i Bergen.

Idrettslig

Et år med treninger med helt spesifikke fokus, med ulike nivåer til de tre banene. Vi har sett resultater av dette, da vi ikke har gjort det så bra i konkurranser på lenge.

Sosialt

Et veldig godt sosialt år, med tanke på samvær og sosiale sammenkomster. Vi vil gjøre vårt beste for å fortsette slik inn i det nye året.

Administrativt

Nytt styre, med ny leder, nestleder, økonomisjef og sosialansvarlige. Selv om et par som var med i styret i 2017 fortsatte, var det i nye roller. Vi har brukt året til å tilpasse oss disse rollene, og styret inn i 2019 ser ganske likt ut som i 2018 - noe vi er veldig fornøyde med.

Målsettinger for 2019

Generelt

Få bedre forutsetninger til at svømmegruppen kan fortsette å vokse på samme måte som det siste året. Dette innebærer fremst mer plass.

Idrettslig

Øke nivået på trening så at forskjellen mellom de tre banene (mellom "raskeste" og "tregeste") blir mindre og at nivået jevner seg ut litt.

Sosialt

Fortsette på denne måten; svømmegruppen har en veldig god sosial sammensetning enligt min mening og den må vi også se til at holder seg!

Administrativt

Gjøre styret mer synlig, slik at alle våre medlemmer har god oversikt over hvem de kan henvende seg til skulle det være noe. Vi ønsker også å få mye bedre kontroll på det administrative med tanke på registrering av medlemmer.

OSI SYKKEL 2018

Leder: Kristian Weibye

Nestleder: Jostein Hellerud

Økonom: Øystein Slagtern Fjellvåg

Sekretær: Anette Volla Nilsen

Styremedlem: Eldar Stangeland Austvoll Styremedlem: Mari Bjørkedal

**Styremedlem: Alexander Engedal Gewalt Styremedlem: John-Magnus Johnsen
Styremedlem Lars Magnus Haugen**

ADMINISTRASJON

Styrearbeid Deltatt på foreningsdagene på OsloMet og UiO, både vår og høst. Hadde også stand på sykkelfestivalen som ble arrangert på Blindern i høst, med spurt-konkurranse på rulle. Vi har gått til anskaffelse av roll-up og planlagt innkjøp av sykkelcapser. Ordnet midlertidig draktavtale med Trimtex og fått gjennomslag for Cafe-trøye. Infoskriv har blitt sendt ut vår og høst, samt at noen rittrapporter har blitt postet på FB-siden.

Ekstern Representasjon –

Økonomi

Økonomien til OSI sykkel har fortsatt forbedringen fra i fjor. På bakgrunn av mange nye medlemmer, samt sponsorinntekter fra samarbeid med advokatselskapet Selmer, har vi hatt gode økonomiske rammer for å stimulere vekst og samhold i gruppa. I tillegg til en rabattavtale med Bikeshop.no, har vi oppfordret til deltakelse på sykkelritt ved å dekke hele eller deler av startkontingenter for utvalgte sykkelritt innen flere sykkelgrener.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon Spinningøkter på Blindern Athletica hver torsdag frem til midten av april. Tiltagende oppmøte gjennom perioden. I ute-sesongene frem til november har landeveistreningene foregått i Maridalen og Sørkedalen, med langturer i Follo/Asker/Romerike på søndagene. I sommerferien ble det arrangert trening både torsdag og søndag omtrent hver uke, bortsett fra et par ganger hvor været satte en stopper. Filosofien har vært å legge til rette slik at flest mulig ønsker å komme på trening. Med utgangspunkt i en felles del og en mer individuell komponent hvor hver enkelt har kunnet kjøre sitt eget tempo. Forsøkt å få til litt rulletraining de gangene det har vært nok fremmøtte. Vi har stort sett vært mange på trening denne sesongen. Langturene har blitt frontet som turer med lav terskel for å delta og det har blitt mange

fine turer med godt oppmøte sesongen igjennom. Spinningøkter fra 1. nov, stort sett bra med folk. Treningene har gjennom året blitt flittig dokumentert på vår instagram-konto, @osisyssel: <https://www.instagram.com/osisyssel/>

Det har vært gjort forsøk på å få i gang terrengtreninger, men oppmøtet var svært lavt de gangene det ble arrangert. Her må vi tenke nytt ettersom inntrykket er at gruppen består av mange medlemmer som kunne tenke seg å trene sammen i terrenget.

Treningsleire/samlinger Ingen spesifikk treningsleir, men hytteturen til Familiehytta (Studerhytta) i november ga mulighet til å ta med seg terrengsykkelen. Den planlagte sti-turen med guide ble det dessverre ikke noe av.

Konkurransedeltagelse OSI sykkel mistet sine to mest aktive syklister når det kommer til rittedeltagelse for denne sesongen. Likevel har mange OSlere deltatt på ritt på ulike nivåer. I motsetning til tidligere år har vi også hatt deltakere på enduoritt i tillegg til landevei og terrengritt.

Askerrunden: Årets første ritt for mange var Askerrunden. Rittet var ett av OSI sykkel sine satsningsritt og deler av påmeldingskontingent ble dekket av klubben. Resultatet var rekorddeltagelse fra OSI! I pulje 2 starten flere OSlere sammen. Med lagtaktikken klar sprenget OSI feltet opp rittets hardeste bakke ca halveis. Derfra ble det et hardkjør inn til mål. Flere OSlere hevdet seg sterkt i bakkeavslutningen. I bunn av bakken rykket Matthias. Eldar hadde taktisk ligget på halen av feltet lenge og spart krefter og skjøt forbi feltet i en heroisk avslutning, men han klarte aldri å nå igjen Mathias som vant fellesstarten for pulje 2!

Nordmarka rund: Etterfølgende ritt var Nordmarka rundt, som for en gangs skyld ble gjennomført i pent vær. Tre OSlere gjennomførte den lange turen på 145 km. Alle startet sammen i pulje 2 og holdt sammen til Roa. Her måtte Øystein slippe etter å ha kjempet tappert litt lenge.

Rojan Rundfahrt: Årets Rojan Rundfahrt, som gjennomføres på vakre Hadeland, var som vanlig en stor suksess. OSI stilte med to deltagere som fikk nyte nordens Toscana fra sin beste side i strålende vær gjennom tre dager. Det hel-proffe opplegget gjør kanskje dette rittet til det nærmeste en OSI-syklist kommer Tour de France?

Øyern rundt: Et av årets satsningsritt ble gjennomført på en særdeles våt dag. Forholdene var så brutale at alle deltakerne ikke gjennomførte, men kom med unnskyldninger om dårlig vær og tunge ben.

Kråketrækken: Etter sommerferien er Kråketrækken en tradisjon for OSI. I lett kupert terreng i Østfold ble det holdt stor fart hele veien gjennom det 80 km lange rittet. OSI var med på å kontrollere hovedfeltet og jobbet for å kjøre inn et brudd som hadde gått av

gårde. Kristian og John Magnus brukte kreftene sine i dette forsøket og slapp hovedfeltet. Einar og Øystein satt med inn til slutt og kjempet i spurten om 4. plassen.
5 OSI Årsberetning 2018

Sørensen sensommers: I tillegg til vanlige landeveisritt deltok flere OS-lere på Sørensen sensommers kriteriumsritt på Ski. Lavterskelsrittet er for alle, men det blir stor fart gjennom svingene i kriteriumsritt. Kriteriumsritt er brutale i den form at det er mange svinger og påfølgende spurter ut av svingene. Dette favoriserer spurterne og Amund ble beste OS-lere. Kristian fullførte litt bak Amund og Øystein punkterte.

CX: Etter landeveis-sesongen kommer cyclocross sesongen for alle sykkelentusiaster. I år deltok OS-lere på flere ritt, hovedsakelig Amund, Øystein og Kristian. **Superpokal:** Et koselig ritt som gjennomføres på Voldsløkka. Som alle CX ritt er det brutal kjemping i 1 time. Øystein kom på Superpokal seirende ut av den knalltøffe duellen mot Amund etter at det lenge var utrolig jevnt mellom dem.

NC Spikkestad: OSI deltok også på flere CX ritt i norgescup, her Spikkestad. Denne gangen var det Amund som slo Øystein i den gjørmete og sleipe løypa på Spikkestad.

NC Gjøvik - Mjøs-kross Og i norgescup på Gjøvik tok OSI både andre og tredje-plassen i klassen M Sport 17+ med Øystein og Kristian.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer Nyttårsbord/kick-off i starten av februar. Vi møttes også for å se vårklassikerne på Peloton Bar, samt at vi avsluttet et par av langturene samme sted i sommer, da for å spise pizza og se TdF. Sammenkomst på Peloton i forbindelse med OS-lers Back to school-fest (hyggelig på Peloton, men festen kunne vært annonsert bedre av HS, svært få andre grupper møtte). Hyttetur til Familiehytta (som vi fylte) i november. Også mange medlemmer som deltok på OSI-julebordet (12) og OSI-dugnadden (4) som ble forsøkt gjort til en sosial sammenkomst for oss.

OSI Årsberetning 2018 8

Integrasjon Flere medlemmer og jenteandelen har gått betydelig opp. I tillegg til har vi hatt et par internasjonale studenter som virkelig har bidratt i gruppen ved å møte til de fleste treningene samt dugnad og sosiale arrangement.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt Gruppen har opplevd meget god vekst i antall medlemmer. Generell følelse av at det er et godt miljø i gruppen.

Idrettslig God aktivitet året gjennom med kontinuitet på landeveis-treningene, innlegg på FB og instagram som viser at det skjer ting. Terrenggruppen har potensiale, men per nå lav aktivitet.

Sosialt Flere sammenkomster enn tidligere, men fremdeles forbedringspotensiale. Også flere internasjonale studenter som har bidratt positivt på trening og utenom.

Administrativt Klubben har vært gjennom et generasjonsskifte (også styret) og bar noe preg av det i fjor høst og i vår, men ting virker å falle på plass nå. Det har alltid vært noen til å ta ansvar for at treninger blir gjennomført.

MÅLSETTINGER FOR 2019

Generelt Fortsette å skape et miljø hvor folk får lyst til å treffes for å sykle og ha det gøy sammen, både på og utenfor treningene. Treningene skal også være en arena for de som ønsker å utvikle seg som syklist.

Idrettslig Vi har det siste året doblet medlemsmassen og det betyr at vi må tenke litt nytt den kommende sesongen. Gruppen består nå av medlemmer på alle nivåer og målet er å legge til rette slik at enda flere av disse føler de har et tilbud. I korte trekk vil vi måtte dele opp treningene i større grad, men forhåpentligvis uten å miste fellesskapsfølelsen. Kunne ha plass til både eliten og mosjonistene. Få fart på terreng-gruppen. Kanskje prøve å kjøre terreng- og landeveis-treningene samtidig, felles oppstart.

Satsningsritt: Askerrunden/Øyern rundt/Nordmarka rundt/Kråketråkken + Enduro/Terreng (Grenserittet) og CX (Superpokal og Bjerekross)

Sosialt Flere og oftere sammenkomster, f.eks. gå ut for å spise etter trening, BBQs +++ Større arrangementer (hytteturer, treningsleir(vår, høst,vinter(kanskje utenlands?)), sykkelutflukt over flere dager(sommer). Vårklassikerne og TdF på Peloton. Flere fester: OSI-vårr, semesteravslutning og julebord/nyttårsbord. Gjøre litt mer ut av satsningsrittene, grilling etc.

Opprette en sosialt-komite, involvere de andre medlemmene! Større samarbeid med de andre utholdenhetsidrettene, også med sosial-komiteen til HS

Administrativt Øke kvaliteten på instagram, bli mer synlig og nå ut til flere Fikse/re-designe hjemmesiden (domene!!! og layout). Siden til OSIF er et sted å hente inspirasjon. Få tatt noen ordentlige bilder til FB, flyers etc. som gir et bedre inntrykk av dagens medlemsmasse.

OSI Taekwondo 2018

Styreleder: Øyvind Kveine Haugen
Nestleder: Emilie Randers-Pehrson
Økonom: Ingrid Winther Øyslebø *
Styremedlem: Paul Kristian Johansen
Styremedlem: Annika Frosch

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret har som i tidligere år bestått av en kombinasjon av nye og gamle medlemmer. Det har derfor vært få til ingen problemer med styrearbeidet.

Det har blitt gjennomført 3 styremøter, samt løpende mailveksling ved behov.

Ekstern Representasjon

OSI Taekwondo har for året 2018 vært representert i paraplyorganisasjonen Traditional Taekwondo Union sitt styre. Martin Lilleeng Sætra er sittende økonom, og Øyvind Kveine Haugen er styremedlem.

Økonomi

Økonomien i gruppen har igjen båret preg av lavt medlemstall. Dette betyr lave utgifter, men også få inntekter til sosiale aktiviteter og klubbutvikling.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

2018 har vært et år helt på det jevne idrettsmessig. På vinterleir, som også i år ble avholdt på Ski, graderte ett medlem til sort belte 1.dan. Klubben har også hatt besøk av flere andre sortbelter, men det er usikkert hvorvidt disse blir eller kan bli værende, da mange er utvekslingsstudenter. Nåværende sammensetning av medlemmer kan medføre et problem på lang sikt, da vi har jevn tilstrømning av nybegynnere, samt mange høyt graderte, men få i det midtre sjiktet til å føre klubben videre.

Treningsleire/samlinger

OSI har vært sporadisk deltagende på samlinger i regi av TTU

Konkurransedeltagelse

Ingen konkurransedeltagelse i 2018. Øyvind har imidlertid vært dommer i poomsae ved flere regionale og nasjonale stevner.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Gruppa hadde, grunnet ulike årsaker, lavt sosialt nivå i vårsemesteret. Dette ble imidlertid bedret kraftig på høsten, og det ble gjennomført flere vellykkede sosiale turer til Izakaya. Det ble også gjennomført en sosial aktivitet i tilknytning til årsmøtet.

Integrasjon

OSI Taekwondo praktiserer full åpenhet, og har gjort et poeng i å markedsføre seg mot utvekslingsstudenter.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Som nevnt ovenfor har året 2018 vært helt på det jevne. Treningsmessig har året vært tilfredsstillende, men det er (som alltid) et problem at .

MÅLSETTINGER FOR 2019

- Fokus på rekruttering gjennom synlighet på foreningsdagen samt plakater
- Fortsatt høy sosial aktivitet
- Innstille en ny kandidat til gradering 1.dan, og en ny kandidat til 3.dan
- Økt deltagelse fra OSI på TTU sine samlinger

OSI TENNIS 2018

Leder: *Kjetil Taksdal*
Nestleder: *Håvard Næss*
Økonom: *Robert Søreid*
Sekretær: *Hien-Minh Van Tran*
Styremedlem: *Andreas Saunes*
Styremedlem: *Yvonne Neraal*
Styremedlem: *Krithika Gunasegaran*

Administrasjon

Styrearbeid

Etter høsten 2017 var mye av grunnarbeidet for det ”nye” OSI Tennis lagt, og vi hadde nå bygget opp gruppa fra det lille som var igjen etter vårens kaos. Hele 2018 kan i det store og hele sies å ha vært et år for klubbutvikling og gruppa har på mange områder oppnådd nye rekorder. I mange tidligere sesonger har banesituasjonen vår vært veldig håpløs (svært dårlig samarbeid/avtale med SiO med mer.), men fra og med utesesongen har banekapasiteten vår for første gang vært helt ok. Dette er pga. en kontrakt med Blindern Studentterhjem ang. drift/bruk av deres bane, og fordi vi fikk søkt oss til en del kommunal banetid på Frogner tennis via OiK. Med støtte fra Arealpotten gjennom høsten har tilbudet vårt i innesesongen også blitt bedre enn noen gang før selv om det fortsatt har vært en utfordring å finansiere nok banetide på aktuelle tidspunkter (f.eks. er det stadig for dyrt for oss å kjøpe noe særlig tid på ettermiddag/kveldstid). Vi har også fått ”innkjørt” flere ting ytterligere siden 2017, og fått så å si en komplett nettside, bedre systemer for typer treninger med mer. Mot slutten av året har derimot styret og gruppa som helhet hatt en del utfordringer, Bl.a. har det vært utfordringer mtp. et plutselig stort frafall fra styret på høsten, en del uheldige situasjoner og konflikter som har ført til utfordringer forbundet med samarbeidsvilje og ansvarsfølelse i forhold folk sine respektive oppgaver. Det var også svært uheldig at 4 av de nyvalgte styremedlemmene på årsmøtet plutselig trakk seg av forskjellige årsaker. Alt i alt kan gruppa og styret gjennom 2018 beskrives som en ballong som blåste seg opp større enn noen gang før, men at luften dessverre gikk litt ut igjen mot slutten av året. Fokuset inn i det nye året må være å klare å holde gruppa på beina, og opprettholde så mye vi klarer av tilbud, og få ting til å gå rundt snarere enn å skulle utvikle oss og vokse.

Ekstern Representasjon

Vi har sendt flere medlemmer på treningskurs hos NTF og også økt vår synlighet utad i tennismiljøet på den måten. Styreleder har vært på NSI sin ledersamling, vi har stått på begge foreningsdagene på UiO og OsloMet. En del spillere har også deltatt i NTF sine nasjonale turneringer så vel som de nasjonale studentlekene i regi av NSI. Aller mest bemerket på dette området gjorde vi oss kanskje ved å delta i EUSA Games i Portugal og ved å skildre fra vår deltagelse/opphold gjennom sosiale medier hyppig.

Økonomi

På økonomi-siden har 2018 generelt vært et ryddig år. Vi har hatt temmelig studentvennlige priser på henholdsvis 700 og 1000 kr. for studenter og ikke-studenter. Andre regninger som kom uventet på

oss i 2017 (slik som avgifter fra NTF og avgifter knyttet til divisjonslag) var nå tatt i betraktning. Med til sammen ingen utgifter for baner i utesesongen og tilskudd fra arealpotten har 2018 økonomisk sett vært et godt år for gruppa sammenlignet med tidligere år.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Etter at gruppa falt sammen våren 2017 (etter kun å ha satset på lagspill, høy medlemsavgift og færre medlemmer) har vi i stor grad endret filosofi. Vi satser nå på bredde-tennis hvor vi prøver å legg til rette for ulike nivåer og ambisjoner. Mesteparten av treningstid blitt fordelt på fellestreninger på 3 ulike nivåer (beginner, intermediate, advanced). Dette er åpne treninger hvor spillere (ideelt sett av noenlunde likt nivå) samles på banen og spiller sammen (2-4 spillere pr. bane). Vi har også hatt spesifiserte servetreninger (serve er noe alle over for lite på i tennis) og 1-2 økter med trening for lagene (høyere nivå enn advanced-øktene). På treninger for beginner og intermediate har vi prøvd å ha egen trener fra gruppa tilstede når mulig. Å få folk til å stille opp av frivillighet har vist seg å være vanskelig, og vi går nå over til å betale våre trenere kr. 150 pr. time i kompensasjon om de stiller opp for gruppa. På høsten arrangerte vi et mer eller mindre vellykket klubbmesterskap i samarbeid med Frognerparken IL på tennisbanene på Frogner. Her var det nybegynner-klasse og klasse for øvete spillere.

Treningsleire/samlinger

Et klubbmesterskap i samarbeid med Frognerparken IL. Vært mye snakk om å få til større ekspedisjoner/leire sammen, men dette har vist seg vanskelig å få til da tennis ikke er en lagsport og fordi vi allerede har sprengt kapasitet til oss i styret og ikke har andre medlemmer som vil ta initiativ for å arrangere noe slikt.

Konkurransedeltagelse

Det mest prominente innenfor konkurranse har vært herrelaget som spiller divisjonstennis. I 2018-sesongen vant H1 fjerdedivisjon og rykker opp i 3. divisjon. Etter våren 2017 trakk damelaget seg ut av divisjonsspill da det ikke var nok jenter som ville konkurrere lengre. D1 er derimot fortsatt aktivt som et lag og treningsgruppe med spillglade jenter på et høyt nivå. Kanskje kan D1 meldes på i serien igjen sesongen 2020 om det er nok interesse for konkurranse blant jentene i fremtiden. Utenom lagspill har en del av våre spillere deltatt på SL Tromsø på våren og SL Bergen på høsten. Noen av våre beste spillere har også deltatt i nasjonale turneringer arrangert av NTF. Høydepunktet for konkurransedeltakelse i 2018 var når vi sendte et lag på 5 stk. til EUSA Games i Portugal for å delta i det europeiske studentmesterskapet i tennis og for å representere OSI, Norge og NSI. Som tidligere nevnt arrangerte vi også et lavterskel-klubbmesterskap med mest fokus på moro og deltakelse snarere enn veldig seriøs konkurranse.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Helt siden starten på året 2018 har gruppa manglet en sosialansvarlig (vi har nå fått ny for 2019), og dette har ført til at vi ikke har fått arrangert så mye sosiale arrangementer som vi hadde håpet. Vi hadde derimot god deltakelse på Våryr og "back to school party" som ble arrangert felles for hele OSI. Ellers har ulike felles utflukter (lagkamper, studentmesterskap etc.) vært av god sosial karakter for deltakerne. Mot slutten av året klarte vi å sette sammen en sosial-komité som arrangerte et stort og flott julebord som avslutning på året. Hyppigere og mer uformelle events vil bli mer i fokus i 2019.

Integrasjon

Tennis er en individuell idrett, og kan dermed være en utfordring å skape et integrert miljø hvor alle føler en sterk tilhørighet til gruppa og klubben. En positiv bi-effekt av gruppas satsning på lagspill i 2016/2017, var at mange fikk en følelse av tilhørighet til laget de var del av. Nå som vi har satset mer på bredde fom. Høsten 2017, har ting blitt bedre for mange med tanke på trenings-tilbud, men mange har ikke samme tilhørigheten til et lag og til gruppa som sådan. Det har vært vanskelig å prøve å samle alle disse enkeltmedlemmene til å føle seg som "en del" av gruppa, og vi håper å kunne satse mer på flere, men mindre formelle, sammenkomster fremover. Nå som vi igjen har en sosialansvarlig i styret burde vi ha mye forbedringspotensiale her. Med tanke på hvordan gruppa står integrert med resten av tennis-Norge, mener vi dette er temmelig bra forholdene tatt i betraktning. Vi har gjort oss bemerket for NTF ved delta på samlinger og å ha sendt flere medlemmer på trenerkurs. Andre store tennisklubber begynner også å ha hørt om OSI Tennis og vi har blitt omtalt som "student-tennisklubben" ved flere anledninger. Med tanke på student-sfæren, har vi gjort oss bemerket ved å delta på ulike studentmesterskap og å vise oss frem på foreningsdager. Vi har også hatt en økende andel unge ikke-studenter som finner tilbudet vårt attraktivt, og vår nye sosialansvarlige er blant dem. Det er gledelig at vi også kan ha et konkurransedyktig tilbud til ikke-studenter (særlig mtp. medlemmer som blir ferdig med studier som fortsatt kan spille med oss). Foreløpig er det heller ikke problem med at det er for mange ikke-studenter i gruppa (under 20%).

Oppsummering av året

Generelt

Se ovenfor

Idrettslig

Se ovenfor

Sosialt

Se ovenfor

Administrativt

Se ovenfor

Målsettinger for 2019

Generelt

- Få gruppa til å gå rundt med et stabilt og etter hvert fullsatt styre. Prøve å opprettholde tilbudet og skape stabilitet snarere enn å primært prøve å utvikle oss (som har vært fokus høsten 2017 og mesteparten av 2018).
- Prøve å få flere til å engasjere seg i å hjelpe til.
- Få flere medlemmer til å føle en sterkere tilhørighet til gruppa (som igjen kan føre til at medlemmer tar mer ansvar og kanskje vil bidra mer med frivillig innsats).

- Opprettholde banekapasiteten vi har hatt gjennom 2018. Vi er da avhengig å igjen få tildelt kommunal banetid av OiK på Frogner så vel som å fornye kontrakten om bruk/drift av banen hos Blindern studenterhjem.
- Ferdigstille nettsiden

Idrettslig

- Prøve å få mer stabilitet og hyppighet i timer med trener tilstede.
- Prøve ut 1,5-timers økter istedenfor 2 timer. På denne måten kan vi spare penger i innesesongen samtidig som at de fleste synes at økten er ”lang nok”.
- Utforske andre formater på treninger (har bl.a. vært snakk om at folk kan kjøpe faste økter)
- Fortsette med fokus på bredde framfor topping/konkurranse, hvorav en ”topp” naturlig kan vokse ut av bredden. Likevel prøve å ha godt nok tilbud til de som vil konkurrere gjennom divisjonslag og muligheter for deltakelse i forskjellige turneringer.
- Oppmuntre flere til å delta på arrangementer utenom kun vanlige treninger.

Sosialt

- **Få til flere uformelle sammenkomster for å styrke samhold og trivsel.**
- Oppmuntre flere til å engasjere seg på bakgrunn av tilhørighet og ansvarsfølelse til gruppa

Administrativt

- Få til et fullsatt styre som fungerer godt sammen, som kan sørge for at gruppa kommer seg gjennom 2019 på hederlig vis.
- Prøve å ikke brenne ut styremedlemmer/hjelpere og ha et godt miljø innad slik at folk vil være engasjerte lengre, som således gagnar gruppa alt i alt.

OSI Ultimate Frisbee 2018

Leader: Ole Rabbøl Daniel Herman

Accountant: Jonas Kolding

Secretary: Vilde Elvestrøm

Member: Erik Levén

Member: Eirik Isene

Member: Oliver Pabst

**** Former elected board members Lin Guoshiuan, Sitara Hajizada left the club**

ADMINISTRATION

Board and members During the year 2018, we successfully continued the projects of the previous year, such as ordering jerseys for new and old players and expanding recruitment activities. Board meetings were held to organize some few urgent matters during the semester, but our board Facebook-group remained the most important communication medium for organization. However, in couple of cases, actions could have been taken more proactively, such as for Foreningsdagen 2018.

While the spring semester was relatively calm, a wave of new players lead to more extensive organization needs during the autumn semester. The new centralized OSI web page facilitated this through its built-in member organization module and its link to the sports admin pages of NAIF. Member numbers reached an all-time high of 43 registered and paying players in OSI Ultimate during autumn 2018.

The OSI page offers great means of presenting the club with small blog entries and up-to-date information. However, we still get inquiries via the old website, which needs to be shut down soon in order to avoid confusion.

Economy The economy has again been stable throughout the year, with membership fees being the main source of income. Especially in autumn, we have had significantly more members than expected. The incoming money through membership fees has thus been much higher than usual. As a result, we could send 2-3 teams to each of the tournaments, which lead to increased spending in terms of team fees. All frisbees from the previous order are now sold, such that new ones need to be ordered. The order and sale of jerseys was handled in a budget-neutral way through player-pre-orders. Entering 2019 we wish to use a similar budget as 2018, leaving us room for the purchase and sale of equipment, specifically new frisbees and maybe some more jerseys for the team.

SPORTS/ACTIVITIES

Practice Our practices during spring 2018 started out with indoor practices at Domus Athletica, but from around mid-april, focus was put on two outdoor practices. From May onwards, OSI Ultimate members regularly joined the practices of the other Ultimate Frisbee clubs in Oslo. This was seen as a great success and addition to our closed practices, since the ties to the Oslo Ultimate community were strengthened. One outdoor practice at Domus Athletica continued during the autumn, and in

addition we had two indoor practices at Domus and Blindern Athletica, now 16-1730. Practice times seemed to be an improvement, although a slightly later start would be desirable.

Attendance have increased dramatically since the summer, with almost none of the new players dropping out after some weeks. This led to more than 20 players showing up regularly throughout the semester. This can be seen as a major improvement of the potential of the club to bind its players, although it also poses a challenge in terms of organization and maintaining intensity of practices. Attendance was slightly less in outdoor sessions than indoor, but never to the point where practice was not meaningful due to lack of players.

Our coaches for the spring semester were Ole Rabbøl and Erik Levén, and from summer on Daniel Herman and Vilde Elvestrøm took over. A mixed-gender team of coaches also seems to be well-received among our players, and is recommended as a guideline in the future.

Competition OSI Ultimate attended 6 tournaments in 2018:

- GoThrow in Gothenburg (January, indoor)
- Brainy Disc in Bergen (February, indoor, US3 17/18, together with Trondheim Frisbee Club)
- Norwegian Championship in Lørenskog (April, indoor)
- Studentlekene Bergen 2018 (October, indoor)
- TrønDisk in Trondheim (November, indoor, US1 18/19).
- Desembercup in Lørenskog (December, indoor, US2 18/19)

We've had good team spirit and attendance on all tournaments. While we were struggling a bit with player numbers in the late season of 2017/18, the results and attendance during autumn have been a significant improvement. Two teams went to Studentlekene Bergen, one of them placing 2nd, the two teams at TrønDisk placed 5th and 8th out of 12 teams. The first team at Desembercup 2018 placed 3rd, which was a major achievement. Our spirit scores were generally average to high, with OSI3 winning the spirit award in Desembercup. In general, however, the established policy of fielding approximately even teams has been very beneficial for our team spirit and is well-received among players.

SOCIAL

Social arrangements Looking back at comments on lack of social activities in previous years, both semesters this year have seen a strong improvement, mainly because we introduced the unofficial position of the "team socialist" who is responsible to organize some social events throughout the year, and especially in the weeks after the open practices. This year, this role was filled by Sitara Hajizada in the spring, and Ricarda Kreutter in the autumn semester. Many more events unrelated to the sport itself took place, and the effect on reducing early-season drop-outs of new players has been remarkable. In both semesters, nearly all "newbies" stayed with OSI, and in this way social activities are likely the most important factor that led to the increase in member numbers. We should learn from this experience and value the role of social events even higher than before.

Tournaments as a form of social activities have continued to contribute to our very high team spirit, and inclusive atmosphere. We continued our policy of trying to give everyone the feeling that they are an appreciated member of our club, and putting fun before performance.

Integration Ultimate is in itself a very welcoming sport, and we have not made it any less welcoming. Anyone from anywhere on any skill level are welcome to play with us, and we've tried to balance our teams when we attend tournaments with more than one team. Although we are generally happy about the development of the club during this and the previous years, some challenges remain which will be key to the future development of the club. The rate of female players is at 28 percent at the end of 2018, which is an improvement. Still, a higher number of female players would be desirable, especially since the Norwegian Ultimate Frisbee community has a strong focus on mixed-gender teams. Having one male and one female coach seemed to have a positive effect in this respect and this should therefore be kept. Others OSI Ultimate remains a highly international club, although we are also especially happy to have recruited some young Norwegian players as well.

SUMMARY OF THE YEAR

In general We've had a generally good year on all fronts, especially regarding social atmosphere and member numbers. Still, we need to keep up the work in order for OSI Ultimate Frisbee to continue this positive development.

Sportwise Good level of play during the year, better at the end of the year. We were able to field mixed teams at all tournaments, and have seen a generally high spirit. Second and third places are Studentlekene Bergen and Desembercup were highlights.

Social

Strongly improved this year, with an obvious impact on the general state of OSI Ultimate as a club and group of friends.

Administration Some improvements can be made, regarding communication. Overall good, because board members were able to do their work quite independently.

GOALS FOR 2019

In general At least maintain the member numbers, or even grow as a club. Regarding performance, we should keep focusing on mastering basics, and try to do as good as we can in the frame of a student club. Giving balanced teams priority over performance when possible has proven to maintain the warm, welcoming atmosphere which Ultimate is about as a sport.

Sportwise Still attend every Norwegian tournament, and keep challenging the top teams whenever we meet them on the pitch.

Also keep sending balanced teams when we can, so that no player feels left out or "not good enough".

Be more on the lookout for tournaments abroad (like TeKIELas Sunrise, GoThrow etc.).

Social

Keep the high level of social activities! Cabin trips, bowling, parties, after-practice beers (sodas), viewing events were a lot of fun. The "team socialist" position is key in this respect and needs to be filled by someone who is outgoing and welcoming, and not afraid of being a contact person. The most important gatherings remain the first ones during the semester, where every new member (and "maybe-members") are invited.

Administration Regular board meetings remain a scenario for improvement, to make sure that important matters are handled, and not lost in "just another facebook post". Order new kits as early as possible. We did a good job on this year, and the new jerseys look great and create even stronger team spirit! Make sure the new players get the team jersey before the end of the semester. Order new disks.

Styresammensetning OSI Volleyball 2018

Leder: Kjell-Erik Kvamsdal Nestleder: Ingrid Thoner Karlsson Økonom: Guro Mestad (til juni), Stine Jensen (til september), Thai Doan (fra september) Sekretær: Malene Konradsen Styremedlem: Line Albertsen Styremedlem: Mari Ask Styremedlem: Ingeborg Førde Styremedlem: Fredrik Sårheim Styremedlem: Anne-Li Gudmundsen Styremedlem: Marte Saga (Fra august) Styremedlem: Beate Anstenrud (Til august) Styremedlem: Liselotte Seljom (Til september)

ADMINISTRASJON

Styrearbed

Styrearbeidet i 2018 har vært preget av mye møtevirksomhet og til dels stor belastning på enkelte verv. Mye av tiden går til rutinearbeid og arrangementsplanlegging. VolleyUka er det arrangementet som krever størst antall timer, men er også klubbens største inntektskilde. Trenerjakten for sesongen 18/19 var vanskelig og trenerkomiteen lykkes ikke med å ha en trener til hvert lag ved sesongstart. Det ble heller ikke avholdt trenermøte, som resulterte i noe dårligere oppfølging av lagroller, utfylling av registreringsskjema og innmelding av nye medlemmer.

Det jobbes enda med å skrive ned rutiner, beskrivelser av verv og lagroller. Dette er fortsatt viktig for å få en kontinuitet i klubben og gjøre vervene minst mulig personavhengig. Sidene på Confluence er forsøkt ryddet i og ønskes at brukes mer aktivt i neste periode.

Dessverre har perioden vært preget av en del frafall. Dette har påført resten av styret ekstra arbeid, som til tider har gjort at enkelte verv har hatt stor belastning. Spesielt sportslig ansvarlige har hatt mye å gjøre og det anbefales sterkt det er to i dette vervet også fremover. Det anbefales til kommende styre at man er flinke til å stille opp for hverandre for å unngå at enkelte verv blir overbelastet.

Økonomi

Økonomi 2019 forespeiles ganske likt fjorårets. Våre største økonomiske endringer i år er at vi ikke har eliteserie som satsing lenger. Dette fører til økt egenkapital som gir oss mulighet til flere arrangementer og markedsføring for klubben så vi blir enda større. Vi har også forbedret våre økonomiske rutiner angående utbetalinger til våre medlemmer som går via Visma Attach. Visma er et program hvor vi sender dokumenter til

regnskapsførere som da godkjenner dokumentene og overfører midler til økonomiansvarlig som igjen betaler ut til medlemmene.

IDRETT & AKTIVITET

Trening og instruksjon

De fleste lag har minst to trenere. På grunn av vanskeligheter med å få tak i trenere er det noen lag som har halvveis inn i sesongen 18/19 som fortsatt kun har en trener. De fleste av gruppas trenere er også spillere på et annet lag i klubben. Noen lag har eksterne trenere, dette ofte for å hente inn høy kompetanse for å trene høyere lag. I andre tilfeller er det tidligere medlemmer som bidrar som trenere. Etter sesongslutt i vår sendte vi ut trenerevalueringer, hvor spillere på alle lag fikk mulighet til å gi tilbakemelding til sine trenere. Dette var i første omgang ment som et verktøy for trenerne, slik at de fikk verdifull tilbakemelding på jobben de hadde gjort. Evalueringene ble også brukt som hjelp til trenerutvalget da trenere for sesongen 2018/2019 skulle på plass. Vi har hatt noen utfordringer knyttet til treningstider og –sted. Mye av treningstiden vår har vært i Blindernhallen. Grunnet lav takhøyde og lite plass rundt banene er ikke dette en optimal hall for volleyball. Vi skulle gjerne hatt mer tid i Domus, slik at flere lag kunne fått minst én økt i uka der.

Vi har i år fått muligheten til å tilby alle lag (bortsett fra nybegynnere) minimum to treninger per uke. Dette har tidligere vært etterspurt fra lagene på lavt nivå som før kun har hatt en trening i uken. Dessverre ser vi at en del har problemer med å få nok folk til å stille kl. 1600, og de får dermed ikke fullt utnyttet sine to treningsøkter.

Vi lykkes med å aktivisere mange medlemmer på en gang, og har ca. 45-60 medlemmer på trening samtidig når vi har hele hallen.

Sportslige arrangement

Vi har gjennom året arrangert sesongavslutning og treningssamling. Bayercup har ikke blitt gjennomført i år. Mer info om årets treningssamling finnes lenger ned i dokumentet.

Konkurransedeltagelse

Volleyballgruppa har 13 lag, hvorav 12 spiller i serie. Nybegynnergruppa ikke er påmeldt seriespill. Her forsøker vi å tilrettelegge for treningskamper etc. På dame- og herresiden har vi i år lag fra 1. til 5. divisjon.

Dommere

Klubben har ni aktive dommere som dømmer kamper i 2.-5. divisjon.

ARRANGEMENT

Sportslige arrangementer

Sportslige arrangementer som OSI har gjennomført i 2018 inkluderer VolleyUka i januar, og treningssamling i september.

VolleyUka VolleyUka er den største inntektskilden til OSI Volleyball. I 2018 fikk vi 75.000 i honorar fra NVBF og i overkant av 60.000 fra kiosk-salg (tilbakebetaling av dugnadsdepositum er ikke tatt høyde for her). VolleyUka var en stor suksess rent gjennomføringsmessig, og NVBF var veldig fornøyd med jobben OSI gjorde her. Veldig mange fra OSI hjalp til i løpet av uka med varierte arbeidsoppgaver, og OSI-frivillige var i hallen fra morgen til kveld, onsdag til søndag! VolleyUka inkluderte Bedriftsturnering, FHS-turnering, NM for Regionlag og Cupfinale. Arbeidsoppgavene til OSI inkluderte opprigg, vakthold, kiosk-salg, sekretariat, dømming kampfunksjonering, billettsalg, og nedrigg. Vi fikk kjempegod tilbakemelding av NVBF på at vi har veldig mange dyktige mennesker i klubben som gjør en ordentlig god jobb når de stiller på dugnad. Dette er noe vi er veldig stolte av. I tillegg var det en gruppe som jobba ekstra mye med planlegging VolleyUka. Dette er helt essensielt for at uka skal gå smertefritt for seg.

Men det er som alltid forbedringspotensiale. Det er viktig at en mindre gruppe jobber mye med planlegging, men ganske mye ansvar ble tillagt litt for få personer. Dette er det allerede startet arbeid med å få endret på. Arbeidsoppgaver er nå klarere fordelt, og spredt over flere personer enn tidligere. Nytt ift. Planleggingen av VolleyUka 2019 er også at det blir flere dager med arrangement (man. - søn.), vi er også teknisk arrangør for EM-kvallik, og vi planlegger en stor fest for alle de frivillige. Det blir mer arbeid for OSI-ere og vi regner med å måtte få inn mer arbeidskraft fra andre OSI-grupper. Dette kan bli en utfordring med tanke på lønnsomhet, men vi håper på lik eller større fortjeneste ift. tidligere år.

Treningssamling 2018 Årets treningssamling ble gjennomført helgen 29.-30. september på Domus. Vi hadde opplegg fra kl 10:00 til 16:00 på fredagen og fra 11:00 til 15:00 på lørdagen. Oppmøte var ca 45-50 pers på lørdag og ca 20 pers på søndag. Styret stilte som vanlig med lunsj og trenere til å gjennomføre opplegget.

Samlingen hadde fokus på teknikk, skadeforebyggende trening og samhold. Det ble holdt quiz og andre sosiale leker/teambuilding i tillegg til volleyballspill. Selv om treningssamlingen er et "sportslig arrangement" vurderer vi den sosiale delen som enda litt viktigere da dette er en veldig fin mulighet for spillerne å bli kjent på tvers av lagene. Teambuildingen i år bestod av stafetter og leker. Til neste år kan man kanskje forsøke å gjøre opplegget enda mer "samlende" ved at man "tvinges" til å bli mer kjent på tvers av lagene.

De to siste årene har treningssamlinga starta henholdsvis kl 09:00 og kl 10:00 på søndagen. I år valgte vi å drøye til kl 11:00 i håp om at det ville styrke oppmøtet. Usikker på om dette faktisk styrket oppmøtet men det var iallefall passe med tid. Til neste gang kan det vurderes å droppe søndagen helt fordi dette vil gjøre det mulig å redusere påmeldingsavgiften (som kanskje vil resultere i flere påmeldte?) og fordi "de fleste" ikke gidder/orker å møte opp på søndagen. Halleie er definitiv den største utgiften til treningssamlinga... Videre vil dette gjøre det litt mindre krevende å arrangere treningssamlinga.

Alt i alt vil vi si at arrangementet var vellykket. Fornøyd med oppmøtet på lørdag og søndag. Fikk også mange positive tilbakemeldinger på hvordan programmet var lagt opp.

Bayercup Bayercup ble ikke gjennomført i år.

Sosiale arrangement

Hyttetur Årets hyttetur ble lagt til 10.-11. Mars. Dette var uheldigvis samme helgen som 5-mila i Kollen, pluss at flere lag hadde kamper på søndagen. Det var derfor svært få påmeldte og turen endte

med å bli avlyst. Neste gang bør man nok undersøke hvilken helg som passer best enda litt bedre (ta hensyn til både 5-mila i kollen og volleyballkamper).

Sesongavslutning 5. Mai. Volleyballspill fra kl 12:00 til 15:00 på Domus. Felles vorspiel på kvelden før man møttes på John's Bar i Universitetsgata (gratis inngang for OSI, 20års grense). Godt oppmøte til tross for eksamenstid. Positive tilbakemeldinger.

Treningssamling 29.-30. september. Se “Sportslige arrangement” under “Arrangement” for info (lenger opp i dokumentet).

Bayercup Bayercup ble ikke planlagt i år. Kan kanskje være lurt å endre arrangementet litt? En variant er å gjøre det slik vi gjorde det under årets Sesongavslutning.

Julebord Årets julebord avholdes 7.desember på Chateau Neuf. Mat bestilles fra utenforstående cateringfirma.

Det var i utgangspunktet ønskelig å finne et rimelig lokale (med plass til mange) hvor vi kunne ha medbrakt drikke. Vi lyktes ikke med dette og valgte derfor å booke Chateau Neuf ettersom dette var det beste alternativet. Etter tilbakemeldinger om at “Betong” opplevdes som “trist” og “tomt” (stort lokale) under fjorårets julebord valgte vi å booke et annet lokale på Chateau Neuf i år. Hadde hørt bra ting om “Biblioteket” så vi endte med å booke “Biblioteket” og “Sysesalen”. Vi fikk også tilbud om å booke “Klubbscenen” (eller “Klubb”) som ligger rett ved siden av “Betong”. “Klubb” kan også være aktuelt å booke mtp. størrelse (godkjent for 76 pers), men dette ble nedstemt i år fordi dette lokale også oppleves som “litt trist” (samme “stil” som “Betong”).

INTEGRASJON

For oss er det viktig at alle skal føle seg velkommen i volleyballgruppen. I år, som tidligere år, er det flere utvekslingsstudenter blant medlemmene. De sosiale arrangementene som gjennomføres i løpet av sesongen legger til rette for at våre medlemmer skal møtes å være sosiale både utenfor banen og på tvers av de ulike lagene. Dette gjør klubben til en viktig sosial arena for mange. Arrangementene er tilgjengelig uansett nivå og vi jobber for at prisen for det enkelte medlem skal være så lav som mulig slik at alle skal ha råd til å delta.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Volleyballgruppa har i første halvår hatt stort trykk på alle lag. Rekruttering ble nedprioritert høsten 2018 på grunn av det store trykket våren samme år. Vi deltok allikevel på foreningsdager på OsloMet og Blindern (UiO). Det var det generelt få spillere på damelagene i de lavere divisjonene i opptaksperioden H18 og vi slet med å fylle D7 til

sesongstart. Nybegynner gruppen har derimot vært full av folk og det er stadig personer som spør om vi har plass. Styret har bare delvis gjenspeilet medlemsmassen med bare to menn fra start i perioden og en tung representasjon fra D1/D2.

Idrettslig

Sportslige høydepunkter sesongen 17/18:

- Sølv i førstedivisjon herrer
- Gull i andredivisjon herrer
- Sølv i tredjedivisjon herrer
- Bronse i femtedivisjon herrer

Sosialt

Hyttetur - avlyst pga. krasj med 5-mila i kollen og seriekamper. Sesongavslutning - God stemning. Positive tilbakemeldinger. Treningssamling - God stemning. Bayercup - ikke planlagt. Utfordring å finne hall hvor vi kan drikke alkohol og spille samtidig. Julebord - alltid god S

Administrativt

Gjennom året har det blitt avholdt styremøter jevnlig, med 3-4 ukers mellomrom, med unntak av sommeren. I forkant av sommerferien ble det avgjort å møtes gruppevis etter behov, da det var utfordrende å få samlet alle til møte. Vi har fortsatt bruken av Confluence - her legges referater, kontrakter og andre viktige dokumenter, med fokus på god informasjonsflyt som er lett tilgjengelig for kommende styre. Styret har ikke lyktes med å komme så langt med arbeidet rundt skriftliggjøring som ønsket. Bl.a. dokumentering av planlegging av arrangement og evaluering i etterkant er manglende. Årets styremøtereferater er kun tilgjengelige for styremedlemmer, vi har ikke kommet noe lenger med synlighet for medlemmene på dette området.

Vi har videreført rutiner fra tidligere år med dugnadssystem og draktinnsamling, samt skriftlige avtaler for trenere og draktansvarlige.

Målsetning 2019

Generelt

- Være den mest attraktive volleyballklubben i Oslo for studenter gjennom å ha et bredt tilbud der det sosiale og sportslige går hånd i hånd. - Være en klubb der medlemmer har positive opplevelser på trening, på kamp og på fest

Idrettslig

- Alle trenere skal ha en avklaring med sitt lag om sportslig målsetting for sesongen. Styret skal respektere den målsettingen laget selv ønsker å ha. - OSI Volleyball skal bidra til idrettsglede gjennom punkt 2 ovenfor - Legge til rette for individuell sportslig utvikling innad i klubben

Sosialt

- Jobbe for at enda flere deltar på de sosiale arrangementene. - Øke synligheten i sosiale medier (Facebook, Instagram, Snapchat) - Skape nye konsepter som trekker nye medlemmer og holder på de vi har.

Administrativt

- Økt effektivitet i styrearbeidet, med spesielt mål om økt aktivitet, idrettslig og sosialt. - Øke styrets synlighet og formidling overfor medlemmene. - Forbedre rutinene knyttet til utstyrlagerne, spesielt på Domus. - Tettere kontakt mellom styret og lagene.