

ÅRSBERETNING

Hovedstyrets årsberetning 2025 - 2026

Følgelig er hovedstyrets årsberetning for styreperioden 2025 - 2026. Årsberetninger henviser til styrets sammensetning, målsettinger, arbeid og en beskrivelse av diverse utfordringer. I tillegg vises det til klubbens daglige leder og øvrige samarbeidspartnere.

1 Styrets sammensetning

Det forrige årsmøtet til Oslostudentenes Idrettsklubb ble avholdt den 12. mars 2025.

Siden avviklingen av det årsmøtet, har klubbens hovedstyre bestått av:

- Styreleder: Jamil Dost
- Nestleder: Vilde Sumstad
- Økonom: Hedda Friis Jørgensen
- Styremedlem: Essey Weldu Gaim
- Styremedlem: Ronja Sagstuen Larsen
- Styremedlem: Vera Tormodsrud
- Styremedlem: Katrine Solberg
- Varamedlem: Lars Schrödter
- Varamedlem: John Khang Nguyen

2 Styrets målsettinger

I starten av styreperioden utarbeidet hovedstyret følgende hovedmål, og tilhørende delmål:

1 Bedre drift av undergrupper og hyttene

- 1.1 Arrangere en ledersamling i løpet av styreperioden
- 1.2 Arrangere et representantskapsmøte i løpet av styreperioden
- 1.3 Videreutvikle HS-kontakt som konsept; gjennomføre minst et møte med hver sine undergrupper i semesteret
- 1.4 Arbeide for at undergruppene oppretter en Google Disk med et bedre system på dokumenter
- 1.5 Gjennomføre minst fire møter med driftsstyret i løpet av styreperioden
- 1.6 Arrangere en dugnad på Studenterhytta i løpet av styreperioden, i samarbeid med driftsstyret

2 Markedsføring og kommunikasjon

- 2.1 Utvikle klubbens hjemmeside med et fokus på bedre struktur og brukervennlighet
- 2.2 Utarbeide og administrere en medlemsundersøkelse i løpet av styreperioden
- 2.3 Promotere hyttene som en sosial møteplass for undergruppene på sosiale medier
- 2.4 Introdusere hovedstyret på Instagram
- 2.5 Oppnå 2500 følgere på Instagram

3 Politisk påvirkning

- 3.1 Arbeide for at anleggspolitikk blir satt på agendaen i øvrige ledd;
Velferdstinget, Studentsamskipnaden, Oslo Idrettskrets, Norges Idrettsforbund og
Norges studentidrettsforbund
- 3.2 Arbeide for økt synlighet der det er naturlig å vise tilstedeværelse;
studentaviser, Studenthovedstaden, Velferdstinget, studentidrettsforbundets
samlinger og liknende arenaer for deltakelse

I den neste delen vil det være mulig å lese om styrets arbeid med disse målsettingene, samt hovedstyrets vurdering av oppnåelse av målene.

3 Styrets arbeid

I løpet av styreperioden har hovedstyret avholdt 11 ordinære styremøter (hvorav et ble gjennomført digitalt) og behandlet enkelte vedtakssaker per e-post. Protokoller fra samtlige styremøter kan leses i sin helhet på klubbens hjemmeside.

På fjorårets årsmøte ble hovedstyret valgt inn med åtte nye medlemmer. Det vil si at kun én person ble gjenvalgt, og at resten var nyvalgte. Hovedstyrets prioritering etter fjorårets årsmøte var derfor å avklare målsettinger for perioden, forventninger tilknyttet styrearbeidet og sørge for en god overtakelse av styrevervet. Etter årsmøtet avholdt vi et overlappsmøte med gamle og nye styremedlemmer der nye medlemmer fikk en grunnleggende innføring i styrearbeid og klubbens drift. Deretter gjennomførte det nye hovedstyret en intern prosess tilknyttet hvilke områder vi burde prioritere, samt hvordan vi best skulle jobbe sammen for å nå våre målsettinger.

I løpet av perioden har hovedstyret jobbet med en hensikt om å innfri flere av målsettingene. Det har blitt gjort i fellesskap gjennom styremøter, samt gjennom fortløpende møter mellom enkelte personer med ansvar for enkelte oppgaver. Daglig leder har til enhver tid vært en viktig ressurs og sparringspartner for hovedstyret i dette arbeidet.

Alle styre- og varamedlemmer i hovedstyret har hatt ansvar for kontakt med enkelte undergrupper gjennom konseptet HS-kontakt. Styrene i undergruppene har til enhver tid kunnet ta kontakt med deres HS-kontakt ved praktiske spørsmål og/eller andre avklaringer. Konseptet har også blitt brukt som en kommunikasjonsplattform for informasjon fra hovedstyret, og ut til klubbens undergrupper.

Videre følger en detaljert gjennomgang av styrets arbeid med vekt på målsettingene og representasjon, samt synlighet og arrangementer.

Styrets arbeid med målsettingene

Følgende system for å vurdere måloppnåelsen til diverse delmål vil bli brukt:

Rød - Ikke oppnådd

Gul - Delvis oppnådd

Grønn - Oppnådd

1 Bedre drift av undergruppene og hyttene		
Delmål	Kommentar	
Arrangere en ledersamling i løpet av styreperioden	Det ble arrangert en ledersamling i februar 2026.	
Arrangere et representantskapsmøte i løpet av styreperioden	Det ble arrangert et representantskapsmøte i oktober 2025.	
Videreutvikle HS-kontakt som konsept; gjennomføre minst et møte med hver sine undergrupper i semesteret	Hovedstyret har forsøkt å etablere bedre kontakt med alle undergrupper, men opplever kommunikasjon over tid som en sentral utfordring. Det har blitt gjennomført flere møter, og arbeid med en mal til overlappsdokument er igangsatt.	
Arbeide for at undergruppene oppretter en Google Disk med et bedre system på dokumenter	Det har dessverre ikke vært mulig å prioritere denne målsettingen i den foregående perioden. Kontinuitet i kommunikasjonen er en forutsetning for iverksetting av andre tiltak.	
Gjennomføre minst fire møter med driftsstyret i løpet av styreperioden	I løpet av styreperioden har det blitt gjennomført seks møter med driftsstyret, hvor hovedsakelig tematikk tilknyttet Studenterhytta har blitt diskutert.	
Arrangere en dugnad på Studenterhytta i løpet av styreperioden, i samarbeid med driftsstyret	Det ble gjennomført en vellykket dugnad på Studenterhytta i oktober 2025.	

2 Markedsføring og kommunikasjon		
Delmål	Kommentar	
Utvikle klubbens hjemmeside med et fokus på bedre struktur og brukervennlighet	Dette arbeidet er satt i gang, men dessverre ikke ferdigstilt.	
Utarbeide og administrere en medlemsundersøkelse i løpet av styreperioden	Medlemsundersøkelsen er ferdig utformet, men har ikke blitt sendt til klubbens medlemmer p.t. Det planlegges gjennomført i løpet av våren 2026.	
Promotere hyttene som en sosial møteplass for undergruppene	Hovedstyret har promotert Studenterhytta på Instagram, og delt ut brosjyrer om både Studenterhytta og KSI-hytta på foreningsdagene. Hyttene ble også tatt opp på representantskapsmøtet.	
Introdusere hovedstyret på Instagram	Det ble gjennomført i løpet av sommeren 2025.	
Oppnå 2500 følgere på Instagram	Vi har i skrivende stund oppnådd 2100 følgere - en økning fra omtrent 1900.	

3 Politisk påvirkning		
Delmål	Kommentar	#
Arbeide for at anleggspolitikk blir satt på agendaen i øvrige ledd; Velferdstinget, Studentsamskipnaden, Oslo Idrettskrets, Norges Idrettsforbund og Norges studentidrettsforbund	Vi opplever at samtlige aktører er bevisst anleggsproblematikk, og vi jobber politisk for å forbedre situasjonen i Oslo. Vi opplever uansett en manglende forståelse for, og prioritering av, studentidretten i Oslo på generelt grunnlag.	
Arbeids for økt synlighet der det er naturlig å vise tilstedeværelse; studentaviser, Studenthovedstaden, Velferdstinget, studentidrettsforbundets samlinger og liknende arenaer for deltakelse	Det har vært grei aktivitet på flere av de nevnte arenaene for deltakelse. Les mer under styrets arbeid med representasjon og synlighet. Vi kan forsterke innsatsen i å ta større del i studentpolitikken i Oslo.	

Styrets arbeid med representasjon og synlighet

Hovedstyret og daglig leder har i løpet av styreperioden deltatt på diverse samlinger og arrangementer, og med det vært representanter for klubben. Disse arenaene inkluderer:

- Foreningsdager v/ UiO, OsloMet, Høyskolen Kristiania og Oslo Nye Høyskole
 - Truls Vestnes, Jamil Dost, Ronja Sagstuen Larsen, Lars Schrödter, Essey Weldu Gaim
- Fordelingsmøte i ISU Bydel Nordre Aker
 - Hedda Friis Jørgensen
- Statusmøter m/ SiO
 - Truls Vestnes
- Nettverkssamling i regi av Norges studentidrettsforbund
 - Truls Vestnes, Jamil Dost, Vilde Sumstad, Hedda Friis Jørgensen, Vera Tormodsrud og Sondre Bader Wang (leder av kontrollkomiteen)
- Ledersamling i regi av Norges studentidrettsforbund
 - Truls Vestnes, Jamil Dost og Stian Mo Hagen (medlem av valgkomiteen)
- Regional nettverkssamling i regi av Norges studentidrettsforbund og Oslostudentenes Idrettsklubb
 - Jamil Dost og Essey Weldu Gaim
- Innspillsverksted med Oslo Kommune
 - Truls Vestnes og Jamil Dost
- Forbundstinget til Norges studentidrettsforbund
 - Truls Vestnes, Jamil Dost, Essey Weldu Gaim, Vilde Sumstad og Ronja Sagstuen Larsen

Hovedstyret og daglig leder har i tillegg til dette deltatt på flere møter i Studenthovedstaden og Velferdstinget i Oslo og Akershus i løpet av perioden.

Utover fysisk tilstedeværelse har styreleder skrevet et debattinnlegg i Khrono om studentøkonomi, og hvordan det fører til manglende muligheter for engasjement i studietiden: <https://www.khrono.no/vi-har-ikke-bare-darlig-rad-vi-er-fattige/1012212>

Styrets arbeid med arrangementer

Den foregående perioden har bydd på en stor mengde med aktivitet fordelt på 33 undergrupper. I tillegg til den ordinære aktiviteten har hovedstyret invitert til diverse arrangementer for klubbens medlemsmasse.

Våryr ble atter en gang arrangert i april 2025 og atter en gang ble det en suksess. Til dette arrangementet inviterte vi alle medlemmene til en sosial aften med musikk, dans og hygge iført klubbens farger. Lokalet for denne utgaven var Chateau Neuf, hvor vi samlet omtrent 150 medlemmer. Til tross for en hyggelig kveld, opplevde vi dessverre at flere medlemmer som hadde kjøpt billett ikke fikk delta på grunn av lokalets og vekternes restriksjoner. Det er noe vi har lært mye av, og vi gleder oss til å arrangere årets utgave i april.

Studentløpet ble for første gang arrangert høsten 2025. Det er et arrangement i regi av Norges studentidrettsforbund, hvor diverse studentidrettslag bistår som lokale arrangører. Formålet er å samle inn penger til et veldedig formål ved å kartlegge antall kilometer deltakere har løpt. Vi samarbeidet med BI Athletics, og høstet gode erfaringer til hva som bør gjøres annerledes dersom vi arrangerer på nytt ved en senere anledning.

Dugnad på Studenterhytta ble for andre gang etter pandemien gjennomført høsten 2025. I løpet av en helg fikk vi unnagjort en del vedlikeholdsoppgaver på hytta, samtidig som det var en sosial sammenkomst på tvers av klubbens undergrupper. Vi er fornøyde med å ha reist liv i den gamle tradisjonen, og ser frem til å arrangere nok en dugnad i løpet av 2026.

Representantskapsmøtet ble tradisjonen tro igjen arrangert høsten 2025. Hovedstyret inviterte undergruppens ledere, nestledere og økonomer. Det er gledelig å meddele at omtrent alle grupper var representert, og tok del i viktige diskusjoner som omhandler klubben. Tilbakemeldingene og innspill fra klubbens medlemmer ble viktig og førende for det videre arbeidet til hovedstyret.

Ekstraordinært årsmøte ble gjennomført høsten 2025 etter hovedstyrets vedtak. Bakgrunnen for det ekstraordinære årsmøtet var at Deloitte AS bestemte seg for å skille ut en del av virksomheten som gjennomfører revisorarbeid for idrettslag. Hovedstyret ønsket et årsmøtevedtak på en inngåelse av en ny avtale med Deloitte SpinCo AS (organisasjonsnummer: 935 416 779) med utgangspunkt i samme avtalevilkår som gjaldt for den forrige revisjonsavtalen.

Julebordet gikk av stabelen november 2025 og klubbens frivillige ble invitert til Studenterhytta hvor ribbe, badstue og Jeopardy var på menyen. Hovedstyret og driftsstyret stod som arrangører, og vil konstatere med et vellykket arrangement som høstet gode tilbakemeldinger. Vi savner større oppslutning, og en mer mangfoldig representasjon med tanke på hvilke undergrupper man tilhører. Det er ting vi tar med oss når vi skal starte planleggingsarbeidet med årets julebord etter sommerferien.

Ledersamlingen ble arrangert for undergruppens nye ledere, nestledere og økonomer etter at hver undergruppe avholdt egne medlemsmøter. I februar 2026 inviterte vi eksterne foredragsholdere med ansvar for faglig innhold. På programmet kunne man finne styrearbeid med Oslo Idrettskrets, klubbutvikling med Norges studentidrettsforbund og en erfaringsutveksling på tvers av undergruppene.

I tillegg til arrangementer for klubbens medlemmer, har vi bistått Norges studentidrettsforbund med å arrangere en **regional nettverkssamling** hvor byens største studentidrettslag var representert. Temaet for samlingen var samarbeid, og gjennom gode samtaler kom vi til enighet om flere viktige samarbeidsområder, samt hvordan vi skal jobbe for å oppnå fellesmål.

Type your text

4 utfordringer

Hovedstyret opplever hovedsakelig én stor utfordring: **anleggsproblematikk**.

Mangel på idrettsanlegg virker til å være en storbyproblematikk, og Oslo er en av landets byer som har størst anleggsmangel. Det er en utfordring klubben har stått over lengre tid, og noe som har vært fokus for flere av de siste hovedstyrene. Årets hovedstyre har gjennom dialog med Velferdstinget i Oslo og Akershus og SiO ytterligere forsøkt å løfte problematikken for å finne gode løsninger. Det virker til å være bred konsensus om utfordringen, men i skrivende stund er det liten vilje til å prioritere bygg av nye idrettsanlegg. Det oppfordres til at det kommende hovedstyre fortsatt prioriterer dette som en sentral målsetting for den kommende perioden. Videre dialog med sentrale aktører som byrådet, SiO, Oslo Idrettskrets, Norges studentidrettsforbund og Velferdstinget i Oslo og Akershus vil være essensielt i videre arbeid med problematikken.

Hovedstyret opplever samtidig at dialogen og samarbeidsklimaet med sentrale aktører har blitt betraktelig bedre det siste året. Hovedstyret blir nå invitert til høringsprosesser, og til politiske panelsamtaler hvor studentidrettens behov og utfordringer diskuteres. Det virker til å være et resultat av hovedstyrets aktive fokus på å bygge relasjoner, og gjøre seg synlig på diverse arenaer. Til tross for fremgang på denne fronten, har vi fortsatt hatt vansker med å oppnå reell politisk påvirkningsmakt. Studenthovedstaden fungerer som en fin møteplass på tvers av ulike studentorganisasjoner og studieinstitusjoner. Det har dog ingen reell politisk makt. Vi har kun deltatt som observatører i møtene til Velferdstinget i Oslo og Akershus, da vi mangler forslags-, tale- og stemmerett. I sum gjør dette det vanskelig for oss å få gjennomslag på viktige studentidrettslige saker. Vi har løftet utfordringen med arbeidsutvalget til Velferdstinget, og er i prosess med å finne en god løsning på utfordringen.

Vi har gjort fremskritt, men oppfordrer uansett på det sterkeste at det kommende hovedstyret fortsetter å fokusere på problematikken, samt prioriterer relasjonsbygging med sentrale aktører. Konsekvensen av et slikt arbeid vil være bedre rammebetingelser for aktiviteten klubben organiserer.

5 Daglig leder

Siden tiltredelsen i 2019 har Truls Vestnes hatt en nøkkelrolle i klubbens organisasjon. Hans brede erfaring og dype forståelse for klubbens struktur og behov gjør ham til en bærebjelke i den daglige virksomheten. Truls bidrar til forutsigbarhet og kvalitet i driften, og er et naturlig bindeledd mellom hovedstyret, undergruppene og øvrige samarbeidspartnere. Med kontinuerlig oppfølging og god oversikt legger han til rette for at klubbens medlemmer har stabile og gode rammer for aktivitet. Hans innsats har stor betydning for klubbens helhetlige funksjon, og rollen han fyller som daglig leder hadde vært svært krevende å erstatte.

6 Samarbeidspartnere

Hovedstyret har i løpet av perioden samarbeidet med sentrale aktører innenfor studentpolitikken, idretten og andre aktuelle felt. Velferdstinget i Oslo og Akershus er en spesielt viktig samarbeidspartner og økonomisk bidragsyter. Gjennom sin årlige tildeling av midler til studentfrivilligheten, får klubben viktige økonomiske tilskudd som er helt nødvendig for virksomheten vi som studentidrettslag bedriver. For søknadsåret 2026 leverte vi en søknad med en ramme på 2 650 000 kroner. På tildelingsmøtet ble vi tildelt 2 300 000 kroner.

Studenthovedstaden er et organisasjonsledd inn under Velferdstinget i Oslo og Akershus, og har som tidligere nevnt fungert som en fin møteplass hvor hovedstyret får innsikt i hva som rører seg i studentpolitikken. I tiden fremover bør vi ta ytterligere initiativ til å møtes oftere, og sørge for at viktige saker for studentidretten ligger på bordet.

Utover det rent studentpolitiske, har vi også hatt tett dialog med idrettslige aktører som Norges studentidrettsforbund, Oslo Idrettskrets og Norges Idrettsforbund. De har fungert som gode rådgivere og vært viktige i arbeidet med å drive et studentidrettslag.

For øvrig er det viktig å nevne SiO og ClubAssist som sentrale støttespillere. Gjennom perioden har vi hatt kontinuerlig dialog med SiO rundt for eksempel treningstider, og ClubAssist fortsetter å være klubbens utstysleverandør.

Hovedstyret bør bygge videre på eksisterende samarbeid, og utforske muligheter for nye samarbeid.

7 Avslutning

Den foregående styreperioden har vært en kilde til et skyhøyt aktivitetsnivå. Vi har ikke sett tilsvarende aktivitets- og medlemstall på lang tid, og 2025 ble et år uten sidestykke. I løpet av fjoråret passerte vi 3 600 betalende medlemmer, hvilket er rekordhøyt i nyere tid. Dette er noe hele OSI kan være stolte av. Gjennom felles innsats har vi tatt et viktig steg nærmere vår visjon om at alle studenter skal være i aktivitet.

Samtidig som dette er svært gledelig, står klubben overfor flere utfordringer. Mangelen på anlegg, store utskiftninger og begrenset studentpolitisk gjennomslagskraft krever økt oppmerksomhet. I tiden fremover blir det derfor avgjørende å prioritere målrettet rekruttering og videreføre dialogen med sentrale samarbeidspartnere. Målet ligger fast: alle studenter skal i aktivitet.

Avslutningsvis ønsker hovedstyret å rette en stor takk til klubbens frivillige, tillitsvalgte, trenere, instruktører og utøvere. Uten deres innsats hadde klubben ikke eksistert, og uten dere ville vi heller ikke kunne se tilbake på et så imponerende aktivitetsår. Det har vært en stor glede å følge engasjementet deres, og vi setter stor pris på den tiden og energien dere legger ned i å utvikle klubben videre. Tusen takk for innsatsen dere legger ned for studenter i Oslo.

Jamil Dost

Styreleder, A. Jamil Dost

EW

Styremedlem, Essey W. Gaim

Vera Tormodsrud

Styremedlem, Vera Tormodsrud

Vilde Sumstad

Nestleder, Vilde Sumstad

Ronja S. Larsen

Styremedlem, Ronja S. Larsen

Lars R. Schrödter

Varamedlem, Lars Schrödter

Hedda F. Jørgensen

Økonom, Hedda F. Jørgensen

Katrine Solberg

Styremedlem, Katrine Solberg

John K. Nguyen

Varamedlem, John K. Nguyen

DRIFTSSTYRET OSI

Leder:	Kristian Weibye
Økonom:	Hedda Friis Jørgensen (økonom Hovedstyret)
Sekretær:	Truls Vestnes (daglig leder OSI)
Styremedlem:	Marius Bakken (bestyrer OSI-hytta)
Styremedlem:	Vilde Sumstad (representant frå Hovudstyret)
Friluft- representant	Hanzala Iqbal Malik

DRIFT

Drifta på hytta er no endeleg tilbake til nærme slik det har vore før pandemien. Dei fleste grupper er tilbake i omtrent like store tal som tidlegare, men studentane nyttar henne ikkje like mykje som før. Av større prosjekt har vi ikkje teke tak i så mykje grunna usikker økonomi. Det er gjort ein enorm innsats på mindre vedlikehaldsoppgåver frå bestyrar, som vi vonar å støtte endå betre opp om i året som kjem.

BESØK

Overnattingstala har vore betre samanlikna med dei tidlegare to åra, men framleis er det ein del att til dei vanlege åra i 2018 og 2019. Totalt var det 2412 overnattingar, der 1310 var studentar (mot normalt ca 2000 studentar før COVID). Problemet med å få studentar tilbake er ikkje talet på grupper, men i staden kor mange som kjem per gruppe. Det er synd at heile tilbakegangen i antal besøkande er frå at antal overnattande studentar er gått ein del ned. Vi jobbar med å reklamere meir til grupper under SiO for å betre desse tala.

KSI-HYTТА

KSI leverer eigen årsberetning og budsjett.

DUGNAD OG JULEBORD

Både dugnad og julebord var ein stor suksess i haust. Dugnaden gjekk medan restane av stormen Amy rota gjennom Nordmarka, så det var fokus på å få gjort mest mogleg inne. Vi jobbar framleis med å engasjere Friluftsgruppa meir i arbeidet med hyttene ved at dei vert gjeve meir ansvar for vedlikehald av særleg Familiehytta.

ADMINISTRATIVT

Det har mykje betre møteaktivitet i perioden enn tidlegare år. Huvudstyrerepresentanten har vore pådrivar for fleire møte, som har drive arbeidet framover. Vi har fått på plass eit oversyn over folk vi kan sende bleste-epost til og gjort det.

Økonomisk er vi framleis inne i ein slags krise sidan momskompensasjonen for gråvassanlegget vart umogleg å få og rekneskapen for å halde stengt i meir eller mindre 2 år har teke oss att. Vi har søkt og fått noko støtte, men treng meir for å halde oss på beina. Vi vonar den økonomiske planen til OSI vil trygge situasjonen noko slik at vi kan fokusere på kva vi kan få til.

Elles må vi få skryte av bestyrarane som gjer ein sær s god jobb med å halde hytta i sær s god stand.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Som i fjor står nytt kjølerom på toppen av lista saman med byting av vindauge og kledning av piper. Vi har noko pengar til å gjere dette, men ikkje nok.

Det er to store ting som har stått uferdig sidan 2018: Ny avtale om vegen med veglaget og gråvassanlegget. Både desse er prosessar som er i fare for å ende i rettslege steg, noko vi sjølv sagt ikkje ønskjer, men om vi må så må vi. Veglaget kan ende i jordskifteretten om vi ikkje vert einige med ein av grunneigarane i nærleiken. Gråvassanlegget må verte fiksa av original entreprenør då det er installert feil.

I tillegg ønskjer vi oss eit endå tettare samarbeid med Friluftsgruppa i OSI slik at vi kan få eit endå tettare forhold til klubben og studentar generelt.

Kristian Weibye, Leiar i Driftsstyret

OSI AIKIDO

Leder: Nikita Siré Boger
Nestleder: Ada Koleini
Økonom: Erik Gretteberg Engedal
Styremedlem: Elin Hexeberg Huseby
Styremedlem: Daniel Sanchez
Styremedlem: Christine Kappatou
Styremedlem: Dina Askehagen Farmakidis
SoMe Ansvarlig: Kristina Askehagen Farmakidis

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Vi har hatt et styremøte dette semesteret, men det har vært fruktbart og det har vært godt engasjement. Det har vært spesielt godt fokus på promoteringsideer og tilstedeværelse på sosiale medier. Mindre saker som har dukket opp har blitt tatt opp i styrechatten. Dette har fungert bra.

- Styremøte 25.11.25

Ekstern Representasjon

Økonom og leder var på OSI sitt årsmøte og nestleder og leder var på OSI's representasjonsmøte.

Instruktøren vår, Erik, har som kasserer i styret i NAF deltatt på instruktørseminar i regi av NAF.

Medlemmer har vært til stede på nyttårsleir og vært frivillige på sommerleir.

To av medlemmene har trent med en klubb i Bulgaria, og andre medlemmer har dratt til Sverige og Ungarn for seminarer.

Økonomi

Vi har vært flinkere til å hjelpe studentene, og da spesielt utvekslingsstudentene, med seminarutgifter. Det har også blitt brukt penger på en hyttetur i november på KSI hytta. Ellers har det vært få utgifter for klubben dette året.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Klubben har holdt treninger etter treningsplanen. Vi har trening på mandager (18:30-20:00, Domus Athletica), onsdager (17:30-19:30 Domus Athletica) og fredager (18:00-20:00 Nydalen Athletica). Egentreninger på søndager har også tidvis blitt brukt. Medlemmer har også i større grad brukt treningstidene hos søsterklubben (Sentrum Aikido) på torsdager og lørdager.

Treningsleirer/samlinger

Medlemmene har vært aktive på treningsleirer og samlinger dette året.

Vi har hatt to interngraderinger sammen med søsterklubben vår Sentrum Aikido 19. mai og 26. november der fem av våre medlemmer til sammen har gradert. Et medlem graderte også på nyttårsleir. En av medlemmene våre holdt også eget seminar med Julie Spro den 25. oktober og et annet medlem (Nikita S. Boger) holdt trening på Oslo Aikidofestival i september. Vi hadde også en "one week aikido challenge" i slutten av september der vi dro innom omtrent alle aikidoklubbene i Oslo på en uke.

Vi har vært tilstede på følgende seminarer/leirer:

- Nyttårsleir med Bjørn Erik Olsen Shihan, Tenshinkan Oslo, januar
- Seminar Dag Eigil Jacobsen, OSI og Sentrum aikido, mars
- AUN leir Bergen aikido, mars
- Iaido seminar, Fudoshinkan Aikido Hamar, mai
- Seminar Dimitri Farmakidis i Bulgaria, juni
- Seminar Kaname Ariga, Bjølsenhallen Oslo, juni
- Sommerleir, Brandbu, juli

- Superuka m. Mouliko Halén, Heggedal, juli
- Seminar Jorma Lyly, august
- Våpenseminar m. Odd Ringstad, Sentrum aikido, august
- Oslo aikidofestival, Oslo aikidoklubb, september
- One week Aikido challenge, september-oktober
- Seminar Kristina Farmakidis og Julie Spro, Fudoshinkan Hamar, oktober
- Seminar m. Phillipe Orban, Oslo Aikidoklubb, oktober
- Seminar m. Jan Nevelius, Sentrum Aikido, Oslo, november
- Seminar m. Dimitri Farmakidis, Hønefoss, november
- seminar m. Jo Ring Giske på Romerike aikido, november
- seminar m. Jo Ring Giske og Dimitri Farmakidis, Fudoshinkan Aikido Hamar, desember

(MINIseminar/guest instructor thingy with Steffen)

Konkurransedeltagelse

Ikke relevant, da det ikke finnes konkurranser i Aikido. Det har derimot vært flere medlemmer (seks stk. Daniel, Camille, Nastya, Ada, Elin og Nikita) som har gradert i løpet av året. Graderingene varierte fra 6. til 2. kyu.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Vi drakk te sammen i dojoen etter trening på onsdager. Det er også ofte vi drar sammen til et fast sted på Nydalen etter fredagstreningene. Vi har også dratt på karaoke, vært i svømmehallen sammen, spist sammen etter seminarer og hatt flere roadtrips til seminarer. Dette året har vi også hatt en felles hyttetur til KSI hytta i november.

Integrasjon

Instruktører i Judo og jiu-jitsu klubbene kom på besøk hos oss på en trening. Noen av deltakerne har også vært med på jiu-jitsu-trening. Et av medlemmene har også vært på et seminar på Sentrum Aikido der de prøvde flere forskjellige kampsporter (Krav Maga, Penkak Silat, Karate og Aikido). Vi har også dratt på seminarer i utlandet, der man har fått mingle med aikidokas fra hele verden. Studentavisen og OSI har vært innom og fotografert og filmet oss.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Det har vært et bra år for OSI aikido der vi har vært synlige og involvert i aikidomiljøet, samtidig som vi har prøvd nye ting for å være synlige utenfor aikidomiljøet. Vi har også vært sosiale med egne medlemmer, noe som har skapt et trygt og godt miljø innad i klubben.

Idrettslig

Det har også vært et godt år med flere deltakere som har gradert og vært med på seminarer. Vi klarte også å få noen til å komme på prøvetreninger, og fått flere nye og ivrige deltakere. I år hadde vi spesielt mange og engasjerte utvekslingsstudenter innom.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Vi tenker å forholde oss aktive i aikidomiljøet ved å fortsette å dra på seminarer og leirer, men vi ønsker også å bli mer synlige utenfor aikidomiljøet. Dette tenker vi å gjøre ved å være mer aktive på sosiale medier, oppdatere nettsiden vår, trene mer ute, være aktiv på foreningsdagene og ved å holde demonstrasjoner. Vi vil også invitere flere gjesteinstruktører.. Det er interesse for å invitere en av Christine sine instruktører fra Hellas. Vi har også snakket om å ha våre egne seminarer, og ideen er luftet angående et samarbeids-event med sentrum som showcaser hovedinstruktørene fra de forskjellige klubbene og samtidig knytter klubbene nærmere.

Idrettslig

Vi vil fortsette å dra på så mange seminarer som mulig, men spesielt nyttårsseminar med Bjørn Eirik Shihaan og sommerleir med Norges Aikido-Forbund. Vi vil også holde 1-2 interngraderinger i året og ha den årlige juleleiren med Sentrum aikido. Det er også lagt frem et forslag om å skape en ny tradisjon og knytte nærmere relasjoner med

Fudoshinkan aikido, da de også har faste årlige arrangementer og vi har medlemmer som opprinnelig kommer fra denne klubben.

Sosialt

Fortsette med ukentlige, spontane, lavterskel aktiviteter. Vi vil fortsette å dra på Syng karaoke bar. Flere turer til KSI hytta, men også prøve å få til en hyttetur og/eller treningsdag hvor alle kan trene med de andre kampsportgruppene i OSI. Vi vil også prøve å få til noen vinteraktiviteter, som å gå på skøyter eller skitur i Nordmarka. Det er også snakk om en hyttetur til Hardangervidda.

Administrativt

Holde styremøter rundt 1-2 ganger i semesteret (kommer an på hvor mye vi bestemmer oss for å arrangere), men samtidig holde det administrative til et minimum for å fokusere på trening og det sosiale rundt klubben.

Har som mål å få tak i visittkort, roll-up ol. til fremtidige foreningsdager.

Vil beholde styret så stort som mulig for jevnt delegering av oppgaver.

OSI BADMINTON 2025

<i>Leder:</i>	Nicholas Johnsen
<i>Nestleder:</i>	Ingvild Kristine Nyheim
<i>Økonom:</i>	Minh Nhu Thai
<i>Styremedlem:</i>	Sondre Sefland
<i>Styremedlem:</i>	Anita Bui
<i>Styremedlem:</i>	Agnieszka Krzyszton
<i>Styremedlem:</i>	Jay Janaskar
<i>Styremedlem:</i>	Andy Hang
<i>Styremedlem:</i>	Jan Malamant
<i>Styremedlem:</i>	Timothee Le
<i>Styremedlem:</i>	Karianne Zhang

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styrearbeidet har gått noe systematisk. Styremøter har blitt holdt ved behov med planlegging på forhånd og gjennomførelsen har vært bra. Perioden har likevel vært preget av store utskiftninger i viktige styreroller og fravær av nøkkelpersoner, noe som har krevd fleksibilitet og ekstra engasjement fra andre. Gjennom dette har styret innsett at det er et behov for flere engasjerte folk med tanke på arbeidsmengde for sittende medlemmer det kommende året. Forrige semester har vi igjen satt rekord på antall medlemmer siden OSI Badminton ble opprettet, hvor vi nå har 120 medlemmer. Dette har medført større arbeidsmengde og styret har måttet oppdatere eksisterende rutiner. Vi har som mål å balansere breddeidrett og divisjonsspill på høyt nivå, og ønsker å rekruttere flere nye medlemmer i løpet av kommende semester (Vår 2026).

Klubben har videreført vårt brede nettverk i kretsen og med andre klubber på nasjonal basis gjennom stor deltakelse på kretsturneringer og divisjonsspill. Gjennom dette har vi sett stor interesse fra studenter tilhørende andre klubber som uttrykker at de ønsker å trene med oss. Vi har også videreført tidligere samarbeid med Bygdø Badmintonklubb om å leie halltid hos dem. Her har vi fått tilbakemeldinger om hvordan OSI Badmintons tilstedeværelse på deres treninger bidrar til økt idrettsglede, konkurranselyst og engasjement også for deres medlemmer. Dette er vi stolte av og ønsker å fortsette med.

I fjorårets sesong arrangerte vi OSIs første kretsturnering i badminton på flere tiår, noe som ble en stor suksess. Med 106 deltagere fra 19 klubber, ble det spilt 175 kamper over 2 dager i februar 2025. Enkelte medlemmer har også vært aktive på nasjonal basis og deltatt i student-NM i Bergen. Der tok OSI to sølvmedaljer, og representerte klubben med stor dyktighet og idrettsglede. Vi har også hatt 3 lag på ulike divisjonsnivå, og klubben tilstedeværelse i kretsen har vokst i både størrelse og nivå. Videre har vi våren 2025 vunnet «Vandrepokal» på Haugerud vårcupturneringen, noe som viser til stor konkurransedeltagelse blant våre medlemmer.

Ekstern Representasjon

Leder og nestleder har deltatt på representantskapsmøtet. Øvrige styremedlemmer har deltatt på SIOs foreningsdager.

Økonomi

Vi har hatt god kontroll på økonomien og har hatt tilstrekkelige midler til drift, takket være den finansielle støtten vi har fått innvilget. Midler som var satt av til turneringsutgifter (vår største post) var i god tråd med vårt budsjett, men samtidig har klubben merket at påmeldingsavgiftene stadig øker. Vi anerkjenner at turneringsutgifter vil ta opp en større del av budsjettet i kommende år på grunn av dette. Derfor har vi besluttet å videreføre ordningen fra i fjor der vi kun dekker deler av påmeldingsavgiften for hvert enkeltmedlem.

Vi har også brukt midler til å leie ekstern halltid og anser dette som en essensiell utgift for å opprettholde vårt treningstilbud. Også her justeres prisene for hver kontraktfornyelse, men vi har gode kontakter og har tidligere klart å forhandle oss frem til en rimeligere pris.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Vi har fortsatt å tilby alle medlemmene våre kursing. Gjennom treningene våre i 2025 har det vært en form for organisert trening med instruktører på alle nivåer.

Vi har holdt kurs for viderekommende på våren og nybegynnere på høsten i 2025. Nybegynnerkurset fra høsten bygges videre på kommende vår som viderekommende kurs.. Samtidig har vi hatt kurs for erfarne spillere ved høstsemesteret i samarbeid med Bygdø Badmintonklubb og hatt gode erfaringer med dette.

For sesongen høst 2025/vår 2026 fikk vi følgende treningstider:

Dag	Tid	Lokasjon	Notat
Mandag	20:00-21:45	Blindern	3 baner
Fredag	16:00-20:45	Domus	9 baner
Søndag	14:00-16:00	Oslomet	5 baner

Vi har hatt flere lag i divisjonsspill og kjent på et behov for å samle disse spillerne til separate treninger, dedikert til divisjonsspill. Tanken bak dette var å fokusere mer på spillerne på spesifikke nivåer og deres utvikling, samt lage et større rom for konkurransedrevet spill. Derfor søkte vi om eksternt halltid hos Bygdø Badmintonklubb med følgende tider:

Dag	Tid	Lokasjon	Notat
Tirsdag	19:00-22:00	Bygdø	4 baner
Torsdag	19:00-21:00	Bygdø	4 baner

Denne avtalen fikk vi innvilget både vår og høstsemesteret og vi opplever at dette har vært et viktig tilbud for våre medlemmer.

Treningsleir/samlinger

Vi har ikke hatt noen treningssamlinger, men vi holdt en internturnering for alle medlemmer på alle nivåer som en juleavslutning i høst 2025. Ellers har vi planer om å få arrangert slike internturneringer fremover, da dette er et billigere alternativ til andre turneringer, god konkurransetrening og en sosial arena som samler medlemmer på tvers av nivåer.

Vi arrangerte også en kretsturnering i februar 2025 (også kalt “OSI Våryr”), noe som OSI Badminton ikke hadde gjort på flere tiår. Med et godt samarbeid med kretsen (Oslofjorden Badmintonkrets), fant vi lokale og aktuelle ressurspersoner som støtte til å arrangere turnering, ved siden av annet arbeid som å fikse baller, premier og kommunikasjon med klubber i kretsen. Det resulterte med 175 kamper fordelt på 106 spillere på tvers av klubber i kretsen. Dette resulterte med gode tilbakemeldinger fra kretsen og ønske fra kretsen om at vi skal arrangere flere fremover.

Konkurransedeltagelse

Vi har sett økning i konkurransedeltakelse denne sesongen, spesielt på høstsemesteret, hvor det inkluderer flere nye medlemmer som deltar på turnering. Vi har sørget for å informere om turneringer i kretsen innen god tid på vår Facebook- og Spond-gruppe, samt at våre medlemmer engasjerer hverandre til å delta. Dette inkluderer deltakere som har konkurrert i klasser fra D til E, så både nybegynnere og våre mest erfarne utøvere har vært med å representere klubben. Vi har hatt mange nye fjes som engasjerer seg i turneringer, samt en økning i medlemmer som utfordrer på nivå “E” som er det høyeste nivået (Elite).

Med to lag i 1.divisjon og utvidet antall lagkamper i denne divisjonen, samt et lag i 2. divisjon stiller vi med høy deltakelse i lagserien (divisjonsspill). Ved høstsemesteret ble det undersøkt interesse blant alle våre spillere for deltakelse i lagserien. Ved siden av disse tre lagene, ønsket vi å sjekke om det var rom for å forme enda et lag i 3.divisjon. Med tanke på utvidet antall lagkamper i 1.divisjon, ble det enighet om å ikke forme et ekstra lag, men utelukker ikke denne idéen ved neste sesong da vi har hatt en god økning av medlemmer det siste året.

Det er også verdt å nevne at vi har hatt medlemmer som har deltatt på Student-NM i Bergen februar 2025. Her ble det laget en egen nyhetssak ved kretsens (Oslofjorden Badmintonkrets) sine nettsider, hvor det kommer frem at vi tok to sølv. [Lenke til nyhetssak: https://www.badminton.no/krets/Oslofjorden/nyheter/2025/to-osi-solv-i-student-nm/](https://www.badminton.no/krets/Oslofjorden/nyheter/2025/to-osi-solv-i-student-nm/)

Videre har vi i vår 2025 blitt tildelt “Vandepokal” på “Haugerud Vårucup”-turneringen. Denne pokalen går til en klubb med flest deltakere i en turnering og vil tildeles videre når man arrangerer en kretsturnering eller samarbeider/koordinerer med andre klubber for å gi vandrepokalen videre.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Ved vårsemesteret 2025 holdt vi 2 arrangementer. En lavterskel vinterdag med skøyter og grilling og en mer formell sommerfest med middag og andre festligheter. Ved høstsemesteret 2025 har vi også hatt 2 arrangementer. Vi leide inn studenterhytta i november og var en helg på hyttetur og holdt også en internturnering i desember. Alle arrangementene har fått gode tilbakemeldinger fra medlemmene.

I tillegg har våre medlemmer vært flinke til å ta ansvar for fellesskapet ved å ta initiativ til å spise ute etter trening, dukke opp og heie på turneringer/divisjonsspill og være sosiale utenfor badminton. Vi merker at dette bidrar til å styrke gruppens samhold. Vi har hatt som mål å holde minst 2 arrangementer per semester, noe vi har klart, men vi ønsker likevel å ha et større fokus på planlegging kommende sesong.

Integrasjon

Badminton er en inkluderende idrett der vi alltid jobber for at alle skal føle seg velkomne. Det er lett å bli med og er både god trening og en morsom aktivitet for spillere på alle nivå. Medlemmene våre oppfordres til å spille sammen på tvers av ferdigheter og kjønn, så langt kapasiteten tillater det. Badminton er en internasjonal sport og kan betraktes som mer populær i mange andre land enn her i Norge. Hvert semester får vi derfor med oss en stor gruppe utvekslingsstudenter i klubben, noe vi setter stor pris på, da dette skaper et stort mangfold i både det sosiale miljøet og det sportslige.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Har hatt et flott år med nye medlemmer som engasjerer seg. Gode trenere og gamle medlemmer som er med på å skape engasjement og har bidratt med økt konkurransedeltakelse. Gode resultater og godt representert på turneringer og divisjon på tvers av nivåer. Det at OSI Badminton har et åpent og energisk miljø både på og utenfor banen, merkes i badmintonkretsen. Noe redusert engasjement og samarbeid innad i styret, da året har vært preget av utskiftninger og fravær.

Idrettslig

Generelt gode resultater og godt representert på turneringer og divisjonspill på tvers av nivåer. Deltagelsen på turneringer og lagspill har økt og OSI spillere har vært synlige på samtlige turneringer i Oslofjorden badmintonkrets. Vi er for øyeblikket holderen av kretsens «Vandrepokal», som ble utdelt under Haugerud vårcup for å ha flest deltagere. Medlemmer av klubben har også deltatt på student-NM holdt i Bergen og tatt to imponerende sølv (damedouble og damesingel).

Sosialt

Arrangert 4 aktiviteter i 2025, men strevsom med planlegging og litt ujevn fordeling. Hytteturen i november var første arrangement høsten 2025, noe som gjorde den sosiale oppstarten tregere enn vi hadde ønsket. Dette er grunnet manglende planlegging, engasjement, samt utfordringer rundt medlemmers økende konkurransedeltakelse og å finne passende datoer.

Målet er å ha minst to arrangementer per semester, hvor et "Bli kjent"-arrangement på starten av semester fungerer som en slags "kick-off" og en avslutning mot slutte, som takk for semesteret.

Administrativt

Godt administrativt år. Noen utskiftninger i styre og omstillinger. Opprettholdt gode relasjoner med eksterne aktører.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Osi Badminton skal fortsette å være en inkluderende klubb der alle er velkomne uavhengig av nivå og erfaring. Vi ønsker også å være en mangfoldig sosial arena der mennesker fra ulike bakgrunner og kulturer samles rundt idrettsglede og felles interesser. Hvert år får vi mange nye utvekslingsstudenter og vi vil jobbe for å tilby dem en trygg møteplass som tilrettelegger for relasjonsbygning og kulturutveksling. Sportslig, vil holde kurs på alle nivåer (nybegynnere, viderekomne og erfarne) og vil fortsette å stille sterkt i divisjonsspill. Vi ønsker også å se på mulighetene for å utvide antall divisjonslag ved starten av neste sesong (høst 2026/vår 2027). Eventuelt etablere et lag i 3.divisjon.

Fremover ønsker vi å ha et større fokus på planlegging av sosiale arrangementer, da fjoråret har vært noe preget av manglende planleggingsevne. Arrangementene skal være mer målrettet enn tidligere og foregå i spesifikke perioder for å få størst mulig utbytte. Vi vil fortsette med å holde minst 2 større sosiale

arrangementer per semester, men også oppfordre medlemmene til å arrangere mindre sosiale sammenkomster som på eget initiativ.

Ellers ønsker vi å etablere en god arbeidsdynamikk mellom nye og eksisterende styremedlemmer, samt videreføre eksisterende samarbeid med OSI Hovedstyret, Badmintonforbundet og andre eksterne aktører (eksempelvis Bygdø Badmintonklubb, hvor vi nå leier ekstern hall). Å delta i styret og på øvrige klubbaktiviteter skal være attraktivt og engasjerende for alle våre medlemmer.

Idrettslig

Fortsette å ha stor representasjon fra OSI på konkurranser. Dette skal gjøres ved å subsidiere deler av avgiftene for våre studenter.

Vi vil holde kurs for både nybegynnere og viderekommende, hvor planen er å holde nybegynnerkurs om høsten og viderekommende kurs om våren. Vi ønsker å gjøre det slik med tanke på at vi har større tilstrømming av nye medlemmer som starter om høsten, der en stor andel av disse er nybegynnere. Etter endt nybegynnerkurs vil medlemmene på denne måten få tilbud om videre kursing for viderekommende følgende semester. Dette tilrettelegger for en jevn progresjon og individuell ferdighetsutvikling for nye medlemmer og sikrer at tilbudet når flest mulig. Disse nye spillerne er også aktuelle som lagspillere på våre divisjonslag fremover, og kan være en viktig ressurs for å utforme nye lag og utvide bredden i klubben.

Videre ønsker vi også å opprettholde og forbedre vårt tilbud for erfarne spillere, men er klar over at dette er en utfordring. Andre klubber i Oslo tilbyr høyere konkurransenivå og flere dedikerte treningstider som gjør vårt tilbud mindre inviterende. Derfor er det viktig for oss å heve nivået i klubben og gjøre andre medlemmer gode. Dette er spesielt viktig med tanke på våre divisjonslag, da vi har lag i både 1. og 2. divisjon og har ambisjoner om å fortsette med divisjonsspill på høyt nivå fremover.

Vi ønsker å stille sterkt som klubb og være synlige i kretsen ved å gi våre lag et godt grunnlag for å prestere i serien. Ved starten av neste sesong vil vi igjen utforske mulighetene for å utvide til et lag til i 3. divisjon basert på interesse og ferdigheter.

Ønske om en hall hvor vi har kapasitet til å kunne både drive med breddeidrett og divisjonsspill på høyt nivå.

Sosialt

Fortsette å ha minst 2 arrangementer per semester, men planlegge aktivitetene mer nøye. Det er ønskelig med et "Bli kjent"-event på starten av et semester og en "Avsluttende sammenkomst" mot slutten.

Administrativt

Gjøre det å være en del av styret attraktivt. Ekstra fokus på å engasjere styrets medlemmer, da fjorårets arbeid i større grad var rettet mot spillernes interesser. Manglende insentiver og goder for styret bidro negativt til både engasjement og moral, noe vi i 2026 ønsker å gjøre noe med. Ta imot nye styremedlemmer på en god måte, og spille hverandre gode. De som kommer inn i styret skal raskt få en god oversikt over sine arbeidsoppgaver og hva det forventes at de gjør.

Også fortsette å utvikle gode forbindelser med eksterne aktører. Dette inkluderer muligheter for ekstern halleie (eksempelvis med Bygdø Badmintonklubb), gunstige priser for innkjøp av baller til eget bruk og turneringer, og ellers fremstå som en attraktiv klubb å samarbeide med for Badmintonforbundet og klubber i kretsen.

OSI BASKET

Leder: Anton Sayegh

Rekrutteringsansvarlig/Styremedlem: Philip Luong

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Dette året har vært preget av et relativt lavt aktivitetsnivå. Administrativt har vi hovedsakelig fokusert på at det nye styret setter seg inn i sine arbeidsoppgaver. Med nytt styre, og lite “opplæring/introduksjon” til hva de respektive rollene har ansvar for, har vi nå fått god oversikt over veien til nye styret videre.

Ekstern Representasjon

Det har vært lite ekstern representasjon dette året, og vi har ikke deltatt i noen større arrangementer utenfor klubben.

Økonomi

Økonomisk sett følger vi planen. Hovedmålet fremover er å sikre innbetaling av treningsavgiftene for semesteret, noe som vil holde oss på riktig spor. En positiv utvikling er at vi mottok en solid sum fra avviklingen av Bærum Open. Vi ser på muligheter for å styrke samarbeidet med Bærum Basket ytterligere i årene som kommer.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Trening og instruksjon

Per nå har vi seks aktive lag. H5-laget er overfylt, og vi har klart å dele laget til to respektive lag. Utfordringen er at dette krever ekstra treningstid, noe som har vært vanskelig å få tak i. Vi har imidlertid fått ekstra treningstid på NIH etter å ha funnet ledige halltider i ballspillhallen hos dem. I forrige semester hadde H3 1.5 time treningstid på NIH, og vi har nå ordnet 1 time i tillegg som går til H4.

Vi forsøker fortsatt å gjenoppbygge et damelag. Mange av spillerne dro etter første semester, enten fordi de var utvekslingsstudenter eller selv dro på utveksling. Likevel ser det lovende ut etter tryouts, og vi forventer et stabilt damelag med syv spillere gjennom semesteret. Mest sannsynlig vil vi gjøre som tidligere og la enkelte spillere fra H5 og D1 trene sammen med damelaget for å sikre nok spillere.

I forrige semester manglet vi instruktør til ett av lagene, ettersom H5 ble delt i to. Det har nå blitt dekt og alle lag har nå instruktør.

Treningsleire/samlinger

Hadde en velkomstfest for de nye medlemmene, var god oppmøte og fikk mange positive tilbakemeldinger.

Konkurransedeltagelse

Lagene som deltar i serien har hatt varierende resultater. H1 har hatt en sterk sesong og kjemper om toplasseringen i sin divisjon. H2 og H3 ligger stabilt midt på tabellen.

Det er verdt å nevne at H4, der hvor mange av spillerne er nye for sesong-spill, ligger midt på tabellen sin og har potensiale til å sikre seg en topp 3 plass i 5.div avd 2.

SOSIALT SAMKVEM***Sosiale arrangementer***

Som nevnt, hadde vi en stor velkomstsereoni.

Dugnadsarbeid med Bærum Basket (Bærum Open)

Dugnad Homenkollstafetten

Mini-golf på Oslo Camping

Integrasjon

Det å ha treninger på Domus har hjulpet mye med integreringen ettersom folk ser hverandre oftere. Dugnadsarbeid har også bidratt til integrasjon blant medlemmene.

OPPSUMMERING AV ÅRET***Generelt***

Dette året har vært relativt rolig til tross for administrative endringer. Vi har fokusert på å løse administrative utfordringer, sikre økonomisk stabilitet og tilrettelegge for treninger innenfor de ressursene vi har tilgjengelig. Selv om vi har hatt utfordringer med kapasitet og instruktører, ser vi positivt på mulighetene for å videreutvikle både treningsopplegget og samarbeidet med eksterne aktører som Bærum Basket.

Vårt mål fremover er å sikre en stabil organisering av lagene, få på plass et godt styre etter endringer, og forbedre treningskapasiteten slik at vi kan tilby best mulig tilbud til medlemmene våre.

Idrettslig

Tilfredsstillende for dette punktet, ingen lag gjør det for dårlig, og alle ser ut til å ha det gøy. Treningene er effektive da de fleste lag har tilstrekkelig tid (i forhold til forrige semester) og alle lagene har en engasjert leder/trener.

På herresiden har vi:

- 1 lag i 2.div
- 1. lag i 4.div
- 2. lag i 5.div

På damesiden:

- vi prøver å etablere et lag for neste år

og 2 lag (D1 og H5) som ikke spiller i serien.

Sosialt

Aktiviteter organisert av styret vårt har vært litt begrenset i år, det må vi innrømme. Men det at lagene trener sammen og ser hverandre ofte, fordi de trener på Domus, har bidratt til et sosialt miljø blant medlemmene. Det har også vært økt initiativ fra medlemmene selv og masse lagfester og forskjellige aktiviteter.

Administrativt

Litt forbedring i forhold til kommunikasjon mellom trenere og fant ut en prosess for å sette opp tidsplaner for sekretariat.

MÅLSETTINGER FOR 2025***Generelt***

Styret er nå utvidet og vi kan nå fokusere på å gi medlemmene av OSI basket best mulig tilbud og gjøre opplevelsen deres av idretten så god som mulig på den administrative siden.

For å sikre videre utvikling ønsker vi å engasjere oss mer med NBBF og oppfordre flere av våre medlemmer til å bli dommere og ta trenerkurs. Det vil være gunstig både for klubben og for den individuelle utviklingen av våre spillere. Videre ønsker vi å få flere medlemmer involvert i aktivitetene til OSI, både sosialt og organisatorisk, for å skape et sterkere fellesskap i klubben.

Idrettslig

Å fortsette som vi har og beholde konkurranseevnen for de lagene som spiller i serien.

Vi må absolutt gjenopprette D1 laget. Dette vil være nummer én prioritet fremover, for å reetablere både D1 og D2. Det er trist at vi mistet begge lagene, men vi må se fremover og fokusere ekstremt hardt på rekruttering, spesielt på kvinnesiden.

Vi må også få på plass flere trenere og må muligens se på eksterne kandidater.

Ta vare på våre nåværende dommere og fortsette med å rekruttere flere fra lagene våre.

Sosialt

- Introdusere nye turneringer og flere arrangementer utenfor basketballbanen
- Prøve å organisere en sesongavslutning og sommeravslutning

Administrativt

- Lage en facebookgruppe for alle medlemmene.
- Øke medlemstallet
- Øke egenkapitalen gjennom dugnadsarbeid
- Øke synligheten i sosiale medier
- Representasjon på Foreningsdagene

OSI BOKSING

Styret i 2025

Leder:	Essey Weldu Gaim
Nestleder:	Dion Lind
Økonom:	Reduan Azouaghe
Sekretær:	Vivy Tran

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

2 styremøter pr semester

Ekstern Representasjon

Ingen

Økonomi

Se budsjett og inventar fil

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Trening med trenere hver tirsdag og torsdag

Treningsleire/samlinger

Ingen

Konkurransedeltagelse

Ingen

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

3 arrangementer pr semester

Integrasjon

Trening på engelsk

Trening for nybegynnere

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Første semesteret startet svakt da det var lite gevinst fra foreningsdagen. Ble derfor fokus på tidligere medlemmer og ikke så mange nybegynnere. Det ble flere nybegynnere mot slutten av semestret. Andre semesteret startet sterkere, med et tydelig flertall av nybegynnere. Semestret avsluttet sterkt med relativt hyppig oppmøte. Det har vært stor fokus på sosiale arrangementer og representasjon gjennom sosiale medier, både på egen konto med OSI og i samarbeid med SIO og OsloMet. Klubben undergår endringer som må følges opp for å koordineres, for eksempel å bytte treningssted. Det

ble også observert en tydelig forskjell i oppmøte mellom treningene gjennom året, med mindre oppmøte på torsdager. Dette må også følges opp.

Idrettslig

Gode rutiner for trening av nybegynnere og bedre flyt mellom de to gruppene. Godt utnyttelse av utstyr og mer selvstendig trening på egentid.

Sosialt

Fortsetter tradisjonen med julebord. Flere lavterskel sammenkomster gjennom året. Mer fokus på inkludering kontra innhold i arrangementene. Bedre representasjon og aktivitet på sosiale medier.

Administrativt

Gode rutiner/ tradisjoner for at styret skal sosialisere på egentid. Gode rutiner for salg av utstyr fra fighter.no, og hyppigere representasjon av styret i treningene. Dårlig fordeling og delegering av arbeidsoppgaver.

MÅLSETTINGER FOR 2026**Generelt**

Få til en problemfri overgang til ny treningssenter. Forbedre kommunikasjon på whatsapp og involvere alle nye og gamle medlemmer.

Idrettslig

Bruke fasilitetene i ny treningssenter, med boksing sekker, padder, puter. Kjøpe inn hoppe tau som medlemmer kan låne for oppvarming. Ha bedre integrasjon mellom erfarne og nybegynnere der det er mulig.

Sosialt

Ta bilder, videoer av sosiale arrangementer og legge det ut. Oppmuntre til lavterskel sosiale sammenkomster på egen tid. Bedre samarbeid med OSI.

Administrativt

Trene opp nye styret. Lage struktur for organisering av styret og styre arbeidet og dokumentere det sånn at det er lett tilgjengelig for neste styret deretter. Skrive problemstillinger ned og evt. løsningene i tilfelle det kommer opp igjen. Være mer tilgjengelig for medlemmer. Ha bedre oversikt over klubbens tilstand og drift.

OSI CAPOEIRA

<i>Leder:</i>	<i>Katrin Larsen</i>
<i>Økonomiansvarlig og nestleder:</i>	<i>Bastian Henriquez</i>
<i>Styremedlemmer:</i>	<i>Alex Hogarth</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret har hatt noen møter gjennom året, men grunnet lav kapasitet og få styremedlemmer har det ikke vært mulig å holde så hyppig som vi tidligere har pleid. 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.

Hovedmålene som var satt for året, har vært å jobbe med rekruttering og integrering, opprettholde et høyt nivå og godt sosialt miljø, og jobbe for å ha en solid økonomi. Videre mål har vært å beholde studentandelen i gruppa, og fortsette med dugnadsarbeid. Rekruttering i år har gått greit, og vi har fått flere nye medlemmer gjennom året 2025. Dette gjennom tilstedeværelse på foreningsdagene på UiO og Oslo Met, og ved å arrangere prøveuker. Vi har gjennomført et par musikkvelder, og fikk deltatt på dugnad under Oslo Triathlon og Oslo Maraton.

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) og GUC i Trondheim. Medlemmer av OSI Capoeira har tidligere år deltatt jevnt over på treninger, felles arrangementer og workshops hos sine søsterklubber, bl.a. arrangementer og workshops i Bergen, Trondheim og i Oslo. I 2025 gjennomførte vi en meget vellykket høstworkshop/Batizado samarbeid med søstergruppen vår GUC, med deltagere fra hele Norge.

Økonomi

For å rekruttere nye medlemmer har vi deltatt på Foreningsdagene i regi av UiO og på Oslo Met. Vi har fortsatt med vår nulltoleranse på opptak av ikke-studenter som vi startet med i 2012. Færre medlemmer i gruppa gir både lavere medlemsinntekt, men gir også færre som kan stille på dugnad. Det gjør at vi ikke har hatt like mye inntekter, men vi har heller ikke hatt store utgifter.

IDRETT/AKTIVITET***Trening / instruksjon***Treninger vår 2025

Mandag	Fellestrening	19-20:30
Tirsdag (Lakkegata skole)	Fellestrening	18:30-19:30
Fredag (Lakkegata skole)	Fellestrening/roda	17:30-20:00

Treninger høst 2025

Mandag	Fellestrening	19:05-20:30
Tirsdag (Lakkegata skole)	Fellestrening	18:30-19:30
Fredag (Lakkegata skole)	Fellestrening/roda	17:30-20:00

Vi har vært fornøyd med treningstidene vi har nå, og valgte å kutte onsdagstreningene våre i våres pga lavt oppmøte. Vi har siden det hatt en treningsdag på Blindern Athletica / Nydalen Athletica, samt tirsdager og fredager hos vår søstergruppe GUC Sentrum, som holder til i Lakkegata skole på Tøyen. 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. Nytt fra høsten er at vi flyttet treningssal fra Blindern til Nydalen. Vi var i utgangspunktet åpne for å gjøre det, selv om det var vemodig etter 30 år på Blindern. Siden har vi blitt bevisst på at gulvet i kampsportsalen ikke egner seg godt for Capoeira-trening, fordi det er mykt gulv, og Capoeira har mange bevegelser som minner mer om dans. Det bidrar til slitasje på knærne. En annen ulempe med å være i Nydalen, er at vi (OSI) ikke får lov til å rekruttere medlemmer på Foreningsdagen til BI, fordi de har sitt eget treningsforening med egne kampsporter. For mange studenter er det viktig og praktisk å trene nærme campus, så er leit vi ikke har den muligheten til rekruttering.

Treningsleire/samlinger

OSI Capoeira deltar på ulike samlinger gjennom året, i regi av søstergruppene i Oslo og Trondheim. Vi hadde også gratis prøveuker i begynnelsen av semestrene, med flere nye studenter som fikk prøve seg, og noen som valgte å fortsette.

Hovedarrangementet hvert år er Batizado, som er det årlige graderingsarrangementet i GUC. Denne bytter de ulike GUC gruppene i landet på å arrangere. I 2025 ble Batizado avholdt i Oslo, i regi av OSI Capoeira og GUC Oslo. Flere fra OSI Capoeira deltok.

Konkurransedeltagelse

Det finnes ikke offisielle konkurranser i Capoeira, men man kan anse fredagsrodaen hos vår søstergruppe GUC, 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 pleid å gå på café etter onsdagstrening en gang i måneden, men har vært mindre av det i 2025 grunnet manglende kapasitet til å arrangere. Vi har også holdt et par musikkkvelder gjennom året, der vi både har trent på musikk, og hatt det sosialt sammen.

Integrasjon

Nye medlemmer integreres naturlig i gruppa gjennom de forskjellige møteplassene vi har skapt, og fellestreningene styrker gruppesamholdet. 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 prøver vi å arrangere sosiale ting med bare studentene. I 2025 har styret hatt svært lite kapasitet til dette, så vi har oppfordret studenter til å delta på sosiale ting i regi av GUC Oslo. Vi har også brukt musikkvelder og andre arrangementer for å inkludere nye medlemmer.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Gruppa har gjennom flere år slitt med lave medlemstall. Det er lite som kunne forklare dette, da gruppa lenge har jobbet iherdig med å bedre dette, og alltid vært til stede på foreningsdagene blant annet. Styret har de tre siste årene hatt særlig fokus på rekruttering, studentandel og bedring av økonomien. En av ringvirkningene av få medlemmer, er færre medlemmer å rekruttere til styret, som igjen gjør det vanskelig å ha kapasitet til å jobbe mer intensivt med rekruttering. En ond sirkel. Færre som deltar på treningene bidrar også til et mindre sosialt miljø på treningene, noe som ofte er viktig for studenter som begynner. Hovedutfordringer er at det er lavt oppmøte på treningene, selv om vi har en god liten gjeng som melder seg på og som er engasjerte de første ukene. Dette handler ikke om lav kvalitet på treningene, men tilbakemeldingene fra de som «ramler av» er at det blir for mye med studier og annet. I tillegg tror vi ikke at Capoeira passer for alle, og at enkelte også finner ut av det etter å ha prøvd noen uker. Vi tror derfor at vi må øke medlemsantallet enda mere, for å tåle frafall i starten av semesteret. Styret må fortsette å holde fokus på hvordan man kan tiltrekke enda flere medlemmer, samtidig som man beholder de som eksisterer. Vi har de siste årene jobbet med å øke studentandelen, og har hatt en positiv utvikling.

I løpet av 2025 har vi hatt 12 studentmedlemmer (5 v25, 7 h25), og 5 (2 v25 og 3 h25) medlem som ikke er studenter, i gjennomsnitt fordelt på to semester. Det vil si studentandelen i gjennomsnitt har vært på 70 %. Det skal også sies at de to som ikke er studenter i gruppen, har ansvar i styret som ikke har vært mulig å delegere til andre, og dermed helt nødvendig for å sikre videre drift av gruppen. Blant annet styreleder, og eneste styremedlem. Så ikke-studentene i gruppa vår har vært helt nødvendig for at vi skal kunne klare å holde aktivitet i gruppen. Men målet er å ha et styre bestående av studenter.

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 også 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.

OSI Capoeira står nå ved et vendepunkt, der vi vurderer om vi har mulighet til å fortsette driften av gruppen. Fra 2026 trer Phillippe, som har vært hovedtrener i mange år, av som trener. Styreleder Katrin har også et behov for å tre av som styreleder, av blant annet helsemessige årsaker. Vi er dermed i en situasjon der vi ikke har noen til å drifte gruppa videre. Vi har aktuelle kandidater som kan stille som trener, men vi trenger et stabilt styre på plass for å få gruppa opp å stå. Vi har derfor valgt å ta et pause et semester, velge inn et interimstyre på årsmøte med hjelp fra søstergruppen vår GUC, for å se på mulighetene for å starte opp igjen fra høsten. Vi ønsker veldig gjerne fortsette å ha et capoeiratilbud for studenter i Oslo, under OSI.

Idrettslig

OSI Capoeira har hatt få medlemmer med høyere gradering siste årene, da det tar tid å gå opp i grad, og mange er ferdig med studiene før de rekker å komme så langt. Noen velger å fortsette i søstergruppen vår i sentrum. De fleste av medlemmene er uten belte eller med første-andre belte.

Sosialt

De sosiale aktivitetene ved siden av treningene har bidratt til godt sosialt miljø i gruppa, og er viktige for å integrere nye medlemmer. I år har det blitt en god del færre sosiale samlinger, noe som nok dessverre har påvirket integreringen av nye studenter.

Administrativt

I løpet av året har styresamarbeidet fungert fint, men det har vært lite struktur i arbeidet og styremedlemmene har generelt hatt lite kapasitet til å drive aktivt styrearbeid. Men vi har fått gjort det viktigste arbeidet og er fornøyd med det.

Gruppa har en Whatsapp chat som brukes aktivt til å informere medlemmer om treninger, tider, sosiale arrangementer osv.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

- Etablere et interimsstyre på årsmøtet i Januar, som skal jobbe med å finne ut om OSI Capoeira kan starte opp treninger igjen fra høsten og rekruttere inn studenter til å sitte i styret. Følgende målsettinger er aktuelle dersom vi får nytt styre på plass fra høsten 2026:
- Vi vil jobbe med rekruttering og integrering, både til gruppa og til styret. Vi vil 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 fortsette med dugnadsarbeid.

Idrettslig

- Opprettholde et høyt aktivitetsnivå i gruppa.
- Forbedre ytterligere musikknivået i gruppa.
- Arrangere fellestur til en ekstern treningssamling.
- Arrangere semesterstart 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).

Administrativt

- Videreføre godt styrearbeid.
- Fokuserer på å rekruttere flere medlemmer inn i styret.
- 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.

OSI DYKKING

Styret i 2025

<i>Leder:</i>	<i>Ellen-Beate Tysvær</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Anna Line Inderhaug Røed</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Mateu Montserrat</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Katinka Nilssen</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret har møttes ca. en gang i måneden i alle aktive semestre, altså totalt 7 styremøter. Styret besluttet at vi ikke ønsker å bruke rommet på Kringsjø "ForeningsHUBen" som vi har testet ut i løpet av 2024, fordi det er skittent, langt å reise og kaldt. I stedet arrangerer vi middag hjemme hos hverandre og serverer noe hjemmelaget før møtet. Styret hadde også sin første styretur, hvor vi dro på en hytte i skjærgården, dykket 3 ganger og diskuterte styre-ting og andre ting. Vi har også utarbeidet et nytt sett med vedtekter for å tydeliggjøre hvordan dykking fungerer i klubben, hvordan man skal behandle utstyret og hvilket ansvar det innebærer - samt noen føringer for ulike scenarioer som tidligere har ført til konflikt. Klubben belyser også håndtering av varsling, som gjøres gjennom OSI sentralt.

Ekstern Representasjon

Klubben har en god gjeng med dykkeledere som er med på å holde nærdykkene i gang.

Økonomi

Utover normal-tidelinger fra OSI og inntekter fra medlemmer i avgift, utstyrsleie og nærdykk så fikk vi også en ekstraordinær tildeling fra Sparebankstiftelsen for å kjøpe nytt utstyr og investere i kurs og opplæring for nye og eksisterende medlemmer. I denne forbindelse solgte vi mye av det gamle utstyret vårt på Finn, det inkluderer 6 stk 10-15 år gamle Apeks ventiler og 6 stk 300 bar 10 liters flasker. Siden 300 bars flaskene stjeler mye av topptrykket i banken har det vært et mål å bytte ut alle med 232 bar, 12L flasker. Dette oppnådde vi i år, og klubben er nå stolte, nye eier av 10 stk splitter nye flasker, til lav pris, relativ til markedsprisen. Vi har i dag totalt 15 dykkerflasker, 14 av disse 12L 232 bar og én 12L 300 bar for de som vil dykke litt ekstra lenge.

Både ventiler og flasker vil vare i 20+ år om de blir riktig vedlikeholdt. Klubben har også byttet ut alle inflatorene på vingene våre. Totalt har vi brukt ca. 100 000 kr på nytt utstyr, og tenker å søke om å få refundert deler av dette gjennom OSI sine utstyrsordninger.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

2025 har vært et begivenhetsrikt år for klubben, og vi har planlagt og gjennomført totalt 25 nærdykk, hvorav 14 av disse var på vårsemesteret 2025 og 11 var på høstsemesteret. På våren arrangerte vi klubbens første kurs med en ekstern instruktør fra GUE, i håp om å bringe flere nye dykkere inn i klubben med høy kompetanse på nettopp DIR dykking som er viktig for oss. Dette førte også til at en av klubbens medlemmer fikk en delvis sponset boost i skills, og kurset i seg selv var upåklagelig. Dessverre lyktes vi ikke med å rekruttere noen nye medlemmer, og gikk sånn sett i minus ved å sponse et dyrt kurs uten at nye medlemmer ble med videre. Det vi har lært til neste år er at vi trenger interne instruktører for å sikre jevnlig påfyll av nye medlemmer. Derfor gikk resten av beløpet satt av til intern opplæring på å betale halve P3-kurset til tre medlemmer i styret, hvorav to skal gå videre på instruktørutdanningen i 2026 gjennom NDF. Takket være dette vil vi trolig få satt opp noen interne kurs allerede rundt sommeren 2026.

I tillegg til tørrdrakt og P3-kurs har vi for første gang på lenge arrangert et dykkeleder/sikkerhetskurs med grundig gjennomgang av dykkekofferten, livreddende utstyr samt hvordan utføre førstehjelp og gjennomføre redning i vann. 8 medlemmer hoppet altså i Songsvann, fullt påkledd på høsten 2025 for å teste kuldesjokk og svømming med tunge klær. Dette var en stor suksess, og vi lyktes med å tiltrekke oss noen nye medlemmer. Samtidig var det dessverre noen ikke-medlemmer som deltok på kurset, og vi har lært at man må sjekke medlemskap på forhånd for alle deltakerne.

Treningsleire/samlinger

I tillegg har klubben hatt to turer til Mandal slik vi pleier, men denne gangen fordelt utover mars og juli, i stedet for en tur til høsten. Vi forsøkte å gjennomføre en tur til Smøla, men det ble dessverre avlyst pga. for mye frafall. Ny Smøla-tur er satt opp for april 2026 og flere turer er planlagt i det kommende året.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

I tillegg til nærdykk og turer har klubben møttes fire ganger utenom dykking for sosiale begivenheter som badstue og frivillig pils. Klubben har også arrangert fem frivillige dugnader i løpet av året, som også markerer slutten på dugnadsprosjektet vi begynte på i 2023. Slik kan vi alle med hånden på hjertet si at vi virkelig jobbet for de 100 000 kr som Oslo Kommune gav oss for to år siden. Dette er en virkelig imponerende innsats fra alle som har vært involvert, og vi har estimert at vi har samlet opp totalt 2,5 tonn med søppel hvorav over halvparten bestod av plast. Bymiljøetaten har helt tydelig oppfordret oss til å søke igjen for å gjenta suksessen.

Integrasjon

Vi har jobbet hardt for integrasjon av nye medlemmer sammenlignet med tidligere, og sender nå ut jevnlige påminnelser om at nye medlemmer må ta kontakt med noen i styret og fortelle litt om seg selv, samtidig som medlemmer i styret tar kontakt med nye medlemmer for å snakke litt med dem om hvordan klubben fungerer og hvilke erfaringer de nye har. Dette har fungert ganske bra, og vi ser at de nye deltar mer aktivt enn tidligere. Vi har også vært mer tydelige i kommunikasjonen utad på hvilke sertifiseringer man må ha for å dykke og hvilke medlemmer vi tar i mot. Dette har ført til betraktelig mye mindre kommunikasjonspress fra interesserte via sosiale medier og mindre fatigue i svarene.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Klubben tuter og går som normalt, og vi har fått inn flere nye medlemmer enn tidligere. Vi er fornøyd med å ha byttet ut en del eldre utstyr og håper å få i gang noen interne kurs for første gang siden 2023.

Sosialt

Vi har relativt til tidligere hatt få forsøk på sosiale begivenheter, men til gjengjeld har det vært flere oppmøtte. Det er ikke noe ønske om flere sosiale begivenheter, tvert imot kanskje færre sosiale begivenheter, med en tydelig funksjon og mening utover å bare ta en pils - feks badstue!

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Som alltid ønsker klubben å rekruttere enda flere aktive medlemmer, og ikke minst til styret. Vi har innført noen nye vedtekter for å gjøre det mer attraktivt å delta i styrearbeid, dette inkluderer halv pris på transport og utstyrsleie på dykk. Ellers begynner draktene som vi overhalte i 2024 å trenge litt mer oppmerksomhet, og vi ønsker å kjøpe noen drakter i større størrelser pga. høye

medlemmer. Klubben ønsker å søke om tilskudd fra Sparebankstiftelsen i mars for å oppgradere utstyrsparken ytterligere.

Idrettslig

I 2026 vil klubben søke om tilskudd til leie av basseng fra arealpotten, slik at vi kan holde kurs. Dersom vi ikke får tilskudd må klubben betale fra egen lomme for å leie basseng.

Sosialt

Fremfor kun dykkepils så er forslaget heller mer målrettede sosiale begivenheter, som "GUE kveld", badstue, "drills and pils"-kvelder eller "vin og vrak" på marint museum, bare uten drikkepresset som navnene tilsier.

Administrativt

Det sittende styret sikter på å byttes ut i sin helhet fra og med høsten 2026, etter som studier avsluttes og styreperioden har vart i 2,5 år for de fleste.

OSI ELVEPADLING

Styret i 2025

Leder:	Torkild Engen Finne
Nestleder:	Vegard Bjerkelund
Økonom:	Eirik Fløtre Røstad
Sekretær:	Caroline Hantho Nordilhus
Styremedlem:	Dani Barna
Styremedlem:	Linn Johansen
Styremedlem:	Maja Kristine Eriksen
Styremedlem:	Helene Larsen
Styremedlem:	Nicole Grinager

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styrearbeidet det siste året har gått normalt. Det har blitt noen styremøter etter behov, de fleste av de digitale og i sammenheng med arrangementer. Største delen av styrearbeidet har gått ut på å planlegge aktiviteter, kurs og turer i løpet av året. Vi har også jobbet med rekruttering gjennom året med å stille opp på foreningsdager og arrangere arrangementer for nybegynnere. Våren 2025 gjorde vi et innkjøp for å kunne dekke behov og ødelagt utstyr. Ved innkjøp ble det fokusert på å forbedre sikkerhetsutstyret vårt. Styret har også organisert bassengtreninger i vinterhalvåret.

Ekstern Representasjon

OSI Elvepadling deltar ikke i noen konkurranser, men vi har representert klubben eksternt på andre arenaer.. Vi har som i flere år støttet gjennomføring av Oslo triatlon, i år med 12 sikkerhets padlere. Vi har også hatt representanter som har deltatt på eksterne arrangementer/festivaler som Ekstremsportveko og Sjoa festivalen.

Økonomi

Gruppens økonomi er generelt stabil. Vi har gjennomført flere grunnkurs og deltatt på Oslo triatlon som har gitt klubben inntekt. Inntekter og støtte vi har fått har hovedsakelig gått til utstyr. Vi har stort fokus på utstyrlageret vårt for å kunne opprettholde og forbedre sikkerhet og mangfold. Vi har også brukt penger i forbindelse med klubbture for å redusere kostnadene for våre medlemmer. I klubben ønsker vi å opprettholde en viss egenkapital (ca 15 000) for å kunne ha penger til spontan erstatning av tap eller skader på kritisk utstyr. Vi følger også kontinuerlig med på brukmarked for å kunne begrense dyre nye kjøp og ønsker å være i stand til å spontant kjøpe utstyr dersom vi finner gode kjøp brukt.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Klubben har hatt en stabil deltagelse på arrangementer 2025 generelt, selv om det har vært noe lavere deltagelse enn 2024 på enkelte områder. Vi har avholdt 2 NPF Grunnkurs Elv med til sammen ca 20 deltakere. Dette var viktig for å gi nødvendig erfaring og ferdigheter til nye medlemmer før de deltok på turer på elva. Vi har også arrangert internt teknikkurs for medlemmer med NPF Grunnkurs Elv som har styrket kunnskap og nivå i klubben. Klubben har avholdt bassengtreninger hver onsdag gjennom våren 2025 og høsten 2025. I 2025 har vi stabil deltagelse med ofte fulle bassengtreninger. Fokus på bassengtreningene har vært todelt der en del er felles med aktiviteter og en del er for at deltagerne kan selv øve på det de vil, med assistanse fra instruktører. Noen medlemmer deltok også på festivaler der padling var en del av programmet, som blant annet Ekstremsportveko og Sjoa River Festival.

Treningsleire/samlinger

Til sammen i 2025 gjennomførte vi 5 planlagte helgeturer, i tillegg kommer flere planlagte og spontane dagsturer til elver i nærområdet. I 2025 opplevde vi en stabil deltagelse på våre klubbture der vi stort sett har vært mellom 10-20 deltagere. På vanlige klubbture er vi helt avhengige av en viss andel medlemmer med erfaring som kan fungere som guider for nybegynnere. I 2025 arrangerte vi også en egen tur for våre mer erfarne padlere.

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. Vi har i tillegg gjennomført noen andre sammenkomster som sosiale kvelder.

Integrasjon

Mye av kommunikasjonen mellom medlemmer går på Facebook hvor vi har en egen gruppe for å planlegge 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 klubbture og dugnader. I 2025 arrangerte vi oppfølgingsturer i etterkant av grunnkursene som et tilbud for de nye medlemmene med gjennomført grunnkurs. Styret har også aktivt fulgt opp nye medlemmer og oppfordret til å bli med på turer som blir arrangert. Dette samt sosiale arrangementer ser vi på som en viktig del av rekrutteringen til gruppa. Vi hadde også stand på foreningsdagen hos UIO.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Klubben har hatt som mål å opprettholde rekrutteringen, spesielt i studentandelen. Vi har opprettholdt et stabilt antall aktive medlemmer som møter opp på aktiviteter jevnlig, selv om vi har noe lavere deltagelse enn 2024. Klubben har også en del ikke-studenter som er veldig viktige støttespillere for klubben da de bidrar med erfaring, holder kurs og transport til turer. Vi har lagt ned mye innsats for å integrere nye studenter inn i klubben, noe vi har oppnådd. Likevel opplever vi at svært mange utvekslingsstudenter deltar på våre aktiviteter. Dette anser vi som positivt for miljøet og gruppa, men disse deltakerne er her svært kort tid. De bidrar dermed dessverre ikke til kontinuitet og videreføring av kunnskap i gruppa. Noe som er viktig for å bygge gruppa videre.

Idrettslig

Idrettslig har vi oppnådd målene vi hadde med å arrangere gode turer og aktiviteter for våre medlemmer samtidig som vi har fokusert på økt erfaring og nye medlemmer for å sikre klubbens framtid.

Sosialt

Vi opplever en god sosial stemning i klubben. Mange i klubben har blitt gode venner og finner mye sosialt privat. I form av sosiale arrangementer (utenom padleturer) arrangert av klubben har vi hatt noe færre av enn målsetningene.

Administrativt

Styret har hovedsakelig brukt tid på å holde og planlegge grunnkurs og padleturer som normalt dette året. Noe vi har lyktes med. Vi har lagt innsats i rekruttering av nye medlemmer og stått på stand. Samtidig har vi brukt tid på forbedring av utstyrslageret og innkjøp av nytt utstyr.

MÅLSETTINGER FOR 2025

Generelt

Hovedmålet for 2026 er å arrangere gode og trygge kurs, turer og andre aktiviteter. For 2026 blir også rekruttering et sentralt mål for klubben. Spesielt har vi et mål å få nye studenter inn på den administrative siden av klubben for å sikre at klubben har noen som kan holde den i gang flere år frem i tid. Vi vil jobbe mot å skape en stabil struktur for planlegging og gjennomføring av våre arrangementer. Dette innebærer i større grad tidlig planlegging og informasjon rundt våre arrangementer.

Vi ønsker å videreføre målsetningen om å bygge kompetanse i gruppa og opprettholde en stabil medlemsmasse. Økt kompetanse ønsker vi å gjøre ved å gjennomføre teknikkøker i basseng gjennom vinteren om vi får tilgang på dette og ved å legge til rette for at medlemmer kan delta på videre kurs på NPF sin kursstige. Disse kan da bidra som instruktører og bedre sikkerhet på turer.

Idrettslig

Idrettslig ønsker vi å fortsette med klubbture, bassengtreninger og kurs som før. En målsetning for 2026 er å i større grad arrangere dagsturer i nærheten av Oslo i helger og ettermiddager. Dette planlegger vi med å redusere antall langturer. Vi vil med det forsøke å ha mer kvalitet på de langturene vi har og i større grad bruke nærområdet til trening.

Sosialt

I 2026 vil vi fokusere på å opprettholde et godt sosialt miljø samtidig som vi åpner og integrerer miljøet for nye medlemmer. Vi vil fortsette å 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!

Administrativt

Administrativt ønsker vi hovedsakelig å forbedre klubbens struktur. Dette innebærer tydeligere fordeling av arbeidsoppgaver og klarere mål. Vi vil også jobbe videre med målet fra 2025 med å rydde opp i klubbens system slik at det er lettere å drive den. Dette innebærer oppdatering av nettsider og informasjon på våre plattformer. Vi ønsker også å bli mer synlige på sosiale medier og bli mer tilgjengelig for våre interesserte.

OSI FEKTING

Styret i 2025

Leder:	Junjie Cao
Nestleder:	Irina Shuvatova
Styremedlem:	Iselin Sørensen (høsten 2025)
Styremedlem:	Martin Svanes (høsten 2025)
Styremedlem:	Ruben Sebastian Rogne (våren 2025)
Styremedlem:	Vemund Langslet Lilleslåtten
Styremedlem:	Vetle Smitt-Ingebretsen (høsten 2025)

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Fire av styremedlemmene fra 2024 fortsatte i styret i våren 2025, og dessverre sluttet en av disse høsten 2025. Styret supplerte tre nye medlemmer iht vedtak fra årsmøtet høsten 2025, og hadde seks medlemmene totalt. Rekruttering og sosialt samvær var fortsatt fokus-områdene for styret. Styret hadde et par fysisk styremøter i løpet av høsten 2025, men styret kommuniserte regelmessig via en egen chatgruppe på Messenger til vanlig. I tillegg møtes man ad-hoc på trening for å snakke og diskutere aktuelle saker.

Økonomi

Hovedinntekt til OSI Fekting består bl.a. kontingent/treningsavgift og gruppebevilgning. Treningsavgift ble økt til 450,- per semester fra 2025 og bidro å gi en god balanse i gruppeøkonomi. Det var nødvendig å innkjøpe flere fekteutstyr som brukes i felles trening pga økt medlemsmasse. Lav kronekurs bisto at det ble brukt nesten 25 000,- (budsjettet 13 000) på utstyrsinnkjøp. Heldigvis høy medlemstall ga høyere inntekt i treningsavgift (22 900,- vs 18 000,- i budsjett), og gruppen har heller ikke mottatt faktura for fektelisens i 2025, disse gjorde overforbruk er iht budsjettet.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Alexander Levorsen er hovedtrener i klubben i tillegg til Irina Shuvatova, Kacper Misialkiwicz og Johannes Birkeflet som leder trening på mandagene på rundgang. Det ble holdt nybegynnerkurs både i vår- og høstsemester.

Konkurransedeltagelse

Klubben stilte opp med 3 lag til Touch Cup høsten 2025, et lagstevne uten pliktdommer. Det gav mersmak og klubben vil prioritere det i aktivitetsplan i 2026. Klubbmesterskap ble arrangert 10. desember 2025, Irina Shuvatova vant på dameside og Alexander Levorsen vant på herreside.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Det ble arrangert flere sosiale sammenkomster i 2025, bl.a. fellesmiddag etter årsmøte i januar og sammenkomst på lokale til Chateau Neuf. Hyttetur til KSI-hytta ble ikke gjennomført pga manglende ledig kapasitet som passer, men styret ønsker å få det til i 2026.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Gruppen er i god og stabil drift som tidligere. Medlemstall er stabil og noe økende. Vi har dessverre ikke like godt inntektsgrunnlag som tidligere. Men gruppen har god egenkapital. Med sunn forvaltning av økonomi, skal gruppen klare med god drift mange år fremover uten utfordringer.

Idrettslig

Trenerressurs er blant de viktigste klubben har. Vi har god aktivitet i hverdagstrening.

Sosialt

Det ble arrangert flere sosiale arrangementer med noe varierende deltakelse. Det er ikke så enkelt å få til noe som alle kan siden det finansieres av hver enkelte selv.

Administrativt

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

MÅLSETTINGER FOR 2026

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

Forskrift vi har på trening fungerer og skal fortsettes med. Stevnene på nasjonalt nivå i Oslo for voksne har vært få i de siste 3-4 år. Krav om FIE-godkjent utstyr, dommerkrav med flere deltakelse er utfordringer som er vanskelig å løse, ikke minst med de økonomiske rammene gruppen har i dag og fremover. Oslo Fekteklubb tok initiativ til lagstevnet Touch Cup høsten 2025 med deltakelse fra bl.a. OSI Fekting. Den er en god aktivitet vi skal prioritere i aktivitetsplan i 2026.

Våpenstellkurs og dommerkurs skal arrangeres i 2026 slik at medlemmene har bedre kunnskap til å drive med fekting, og kan bistå i klubben.

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. Kunnskap skal nedskrives slik at nye styremedlemmer lettere får tilgang til disse.

OSI FRIIDRETT

Leder:	Frederik Eichenberger
Nestleder:	Ingrid Skogum
Økonom:	Myrthe Tilleman
KSI-hytte:	Gustav Vasdal
Styremedlem:	Erika Turunen
	Håkon Lund
	Einar Waldeland Gautvik (fra sommer)
	Tuva Marie Lindstad (fra sommer)

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Friidrettsstyret har i perioder vært oppe i åtte medlemmer i 2025. Vi har hatt litt utskiftninger underveis, og spesielt Erika og Frederik var med første semester før de måtte trappe ned på grunn av studier utenbys. Einar og Tuva kom inn som forsterkning fra sommeren. Endringer underveis er alltid litt krevende, men heldigvis har flere tatt ansvar når det trengtes, og vi har kommet oss gjennom året på en god måte. Samtidig ser vi at vi har forbedringspotensial inn i neste år, særlig på planlegging i forkant og tydeligere ansvarsfordeling.

Vi har prioritert å holde styremøtene og arbeidet lystbetont. Noen møter har vært digitale for å få gjort det administrative effektivt, mens de fleste har vært fysiske møter etter trening, ofte kombinert med litt mat. Vi har videreført bruken av Google Drive, vært ganske flinke til å skrive referat, forbedret mappestrukturen, og innført en felles kalender for styret der vi legger inn kommende arrangementer. Dette har fungert fint, og gir en god ressursbank for kommende styret. Totalt har vi hatt 10 styremøter og behandlet omtrent 80 saker.

Ekstern Representasjon

Vi var til stede på representantskapsmøtet og årsmøtet.

Økonomi

I 2025 klarte vi å balansere budsjettet, og vi er fornøyde med dette (forutsatt at KSI-dugnadskompensasjonen kommer som avtalt). Hovedinntekten vår var gruppebevilgningen på 93 000 kroner, i tillegg til inntekter fra dugnadsarbeid (Oslo Maraton og KSI-hytta) og medlemskontingenter. De største utgiftene våre var leie av lokaler til HKS-banketten, leie av friidrettsbane, startkontingent til stafett, sosiale tilstelninger og treneravgifter.

Arealpotten uteble i år på grunn av nytt tildelingsreglement, og dette ble kompensert med en større gruppebevilgning. Denne støtten brukes primært til leie av anlegg og kjerneaktivitet. Vi har også et tydelig mål om at dugnadsinntekter skal gå til tiltak som skaper et godt og inkluderende miljø som aktiviserer mange studenter. Dette har vi lyktes med!

Vi har bevisst valgt å holde medlemskontingenten lav for å senke terskelen for deltakelse. For å veie opp for dette har vi lagt ned ekstra innsats på dugnadsarbeid, og det har vært en god og vellykket løsning. For året var det også planlagt inntekter fra to egne løp. Et mindre løp ble gjennomført, men uten inntekter, og dette tar vi med oss som læring.

Vi har nå et stabilt og godt antall medlemmer, og et høyt aktivitetsnivå på trening. Samarbeidet med SK Vidar har vært positivt for arrangementer og samlinger, og har også bidratt positivt økonomisk.

Vi avsluttet året med et lite overskudd, som vi har planer for. Å ha litt egenkapital er nyttig som buffer når vi nå er en stor gruppe. Samtidig ønsker vi på sikt å investere i større fellesressurser, for eksempel sykkelhenger, sykkel eller bil til felles bruk. Dette kan gi positive ringvirkninger for alt fra organisering av fellestreninger og arrangementer, til drift av KSI-hytta og transport til løp, og redusere behovet for å låne utstyr fra medlemmer. I tillegg vurderer vi kamera som

egner seg til sportsfoto og noe tidtaksutstyr for å arrangere løp. Styret vil diskutere dette nærmere ved en senere anledning.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

I 2025 har vi hatt et tydelig gjennombrudd i aktiviteten i gruppa, spesielt i høstsemesteret. Mange har deltatt på svært mange treninger og sosiale aktiviteter, og vi har fortsatt den gode utviklingen. Vi har hatt en medlemsvekst på omtrent 18 prosent, fra 119 til 140 medlemmer det siste året, og en høy andel aktive deltakere.

Gjennom året har vi arrangert 3-4 fellestreninger i uka, inkludert intervalløkter på mandager, torsdager og lørdager, også i fellesferien i juli. Nytt av året har vært faste økter hver mandag og onsdag med ekstra tett oppfølging for studentene. Dette har vært veldig positivt, både sportslig og sosialt. Treningene har foregått rundt om i byen og marka, ofte ved Sognsvann, Blindern, sentrumsparkene og på Bislett stadion. I høst kom vi også i gang med et godt samarbeid med SiO Studentjoggen, og vi har gjennomført to fellesøkter med dem. Vi planlegger flere i 2026.

Vi har et godt samarbeid med langdistansegruppa til SK Vidar, og vi har gjennomført flere økter sammen med dem. Treneren i SK Vidar, Gustav Vasdal, har hatt hovedansvaret for å planlegge, gjennomføre og promotere fellestreningene i 2025 for OSI Friidrett. Vi har lagt stor vekt på å skape et inkluderende treningsmiljø. Ved å dele inn i grupper etter nivå sikrer vi at alle har noen å løpe sammen med. Dette gir god treningseffekt og gjør det enklere å få med seg det sosiale rundt øktene, og vi ser det tydelig på oppmøte og stabil deltakelse.

Sprinttilbudet vårt har dessverre blitt redusert i år, og per nå tilbyr vi primært mellom- og langdistansetrening. Samtidig prøver vi å legge til rette slik at sprintere som også vil løpe litt lengre kan få et godt utbytte av tilbudet.

Trener Gustav Vasdal legger ut ukeplan for fellesøktene på søndager og jobber videre med en plan for å styrke det sportslige apparatet.

Treningsleire/samlinger

Gjennom året har vi arrangert flere små samlinger i Oslo, med fokus på både trening og sosialt. I januar dro en gruppe på cirka 70 løpere fra OSI Friidrett, OSI Triathlon og SK Vidar til Fuerteventura på treningsleir. Vi har også hatt en tur til KSI-hytta, med mest fokus på det sportslige og det sosiale (mindre dugnad); samt en felles saunatur. Slike turer, både i Norge og utlandet, er viktige for samholdet i gruppen og for den sportslige utviklingen.

Konkurransedeltagelse

Sesongen 2025 startet sterkt med gode prestasjoner og resultater for mange av våre løpere, i alt fra små innendørslop på Bislett til større konkurranser. Årets første store løp var Drammen 10K med god deltakelse, etterfulgt av baneløp på Bislett, samt testløp inn mot Hytteplanmila og Sentrumsløpet.

Vårens høydepunkt var Holmenkollstafetten, der damelaget i studentklassen tok en sterk sølvmedalje i hard konkurranse, bare 2 sekunder bak seier. Herrene i samme klasse sikret en solid 4. plass. Vi stilte også med et bra mix-lag. Dette ble markert med en stor bankett samme kveld.

Sommeren bød på deltakelse i en rekke konkurranser rundt om i landet, inkludert Fornebuløpet, Moseby Invitational, Bislettmila og ulike gate- og baneløp. Ved semesterstart lå hovedvekten på trening, før høstsesongen tok seg opp med flere store løp som Oslo Maraton, Nøkle vann Rundt, Norgesløpet, Hytteplanmila og Jessheim Vintermaraton.

Vi er stolte av å ha så mange ivrige løpere som representerer klubben i løp. Vi legger stor vekt på å senke terskelen for konkurransedeltakelse, og dette vil vi fortsette å jobbe med.

Våre løp

OSI Stiløpet 2025 ble arrangert 4. juni med 8 deltakere og lav startkontingent. Dette ga oss god erfaring, mye løpegleder, og arrangementet ble vellykket. Vi tar med oss læringen inn mot framtidige løp. Det var også planlagt flere løp, men etter avslag fra Bymiljøetaten gikk dette i vasken i 2025.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

2025 har vært et veldig sosialt år, med mange aktiviteter gjennom hele året. Vi har som vanlig hatt en god kombinasjon av spontane og planlagte samlinger. Nytt av året var fire bålturer, litt ekstra allsang, og noen karaoke-kvelder. Vi har også hatt 17. mai-løpetur, og en fine kickoff ved semesterstartene. I tillegg har vi kost oss med pizza i parken og fellesmåltid etter trening. Etter store løp som Sentrumsløpet, Holmenkollstafetten, Mosby og Hytteplanmila har vi samlet gjengen til feiring. Fellestreningene har vært en naturlig møteplass sosialt, både før, under og etter øktene.

Året startet med en flott treningsleir på Fuerteventura. På de mindre samlingene har vi lagt vekt på hygge, enten med felles måltider eller grillkvelder. Om sommeren kombinerte vi trening med grilling og bading. Vi har også tatt i et tak sammen gjennom tre store dugnader på KSI-hytta og flere mindre dugnader gjennom året. Som i fjor bidro vi under Oslo Maraton. Året ble avsluttet med en koselig julefest på hytta, samt en egen julegrøttest hos Gustav.

Integrasjon

OSI Friidrett er en breddeklubb som ønsker alle velkommen, fra nybegynnere til dem med høye ambisjoner. Vi vektlegger at det sosiale går hånd i hånd med utviklingen som løper, og vi ser hvordan samholdet mellom klubbvennene bidrar til å løfte hver enkelt. Samarbeidet med SK Vidar styrker dette fellesskapet ytterligere. Nye løpere blir tatt godt imot, både av trenere, styremedlemmer og erfarne utøvere. Vi er fornøyde med at vi har en god miks i gruppa, både når det gjelder kjønn, norske medlemmer og utvekslingsstudenter. Med treninger tilpasset mange nivåer og jevnlig sosiale arrangementer er OSI Friidrett en klubb det er lett å trives i.

Oppsummering av året

Generelt

2025 har vært et år der vi virkelig har kjent på vekst, både i antall medlemmer og i aktivitet. Vi har blitt en større og mer synlig gruppe, og det merkes på oppmøte, initiativ og engasjement gjennom hele året. Samtidig har vi også sett hvor viktig det er med tydelige rutiner og god organisering når gruppa blir stor. Vi tar med oss mye læring inn i 2026, og føler at fundamentet er solid.

Idrettslig

Sportslig har vi hatt høy treningsaktivitet og god kontinuitet, spesielt i høstsemesteret. Mange har løftet seg nivåmessig, og vi har fått fram en kultur der det er normalt å møte opp ofte, trene sammen og heie på hverandre. Vi har også hatt sterke prestasjoner i konkurranser, med Holmenkollstafetten som et klart høydepunkt. Samarbeid med SiO Studentjoggen og SK Vidar har gitt ekstra kvalitet og inspirasjon.

Sosialt

Sosialt har vi hatt et av våre beste år, med mange møteplasser som gjør det lett å bli kjent, holde seg i miljøet og få venner. Vi har hatt en fin blanding av store arrangementer og små, spontane ting som bålturer, måltider og feiringer etter løp. Det virker som flere finner sin plass i gruppa, og at terskelen for å bli med sosialt har blitt lavere. Dette er en viktig del av det som gjør OSI Friidrett til et miljø folk vil være i.

Administrativt

Administrativt har vi fått på plass flere gode verktøy som fungerer i praksis, særlig bedre struktur i Google Drive, referater og felles kalender for styret. Styremøtene har stort sett hatt god flyt, og vi har klart å holde et trivelig og motiverende arbeidsmiljø i styret. Samtidig har utskiftninger og stor aktivitet gjort at noen ting har blitt mer ad hoc enn vi ønsker, og dette er et tydelig forbedringspunkt for 2026. Målet videre er mer forutsigbarhet, tydeligere ansvarsfordeling og bedre planlegging i god tid for arrangementer.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Vi tar med oss mange av de samme målsettingene som i 2025. Det viktigste blir å bygge et godt styre med tydelige rutiner, mer eierskap og høyere engasjement, slik at driften blir stabil og effektiv. Vi ser også at det er rom for videre, jevn medlemsvekst, men vekst må ikke gå på bekostning av den aktive medlemsbasen vi har nå. Vi må ha kapasitet til å

se folk, følge opp, og legge til rette for at det gode miljøet får rom til å vokse. Fortsetter den positive utviklingen, kan det bli aktuelt å styrke trenerstaben.

Vi planlegger å arrangere minst ett løp i 2026, både for å nå ut til flere studenter, skape positiv aktivitet og bidra til finansiering av gruppa. Det blir opp til styret å konkretisere planene og rammene for dette.

I tillegg ønsker vi å arrangere flere mindre aktiviteter og turer, både i Norge og utenlands, som gir medlemmene mulighet til å bli bedre kjent og styrke samholdet. Samarbeidet med SK Vidar vil vi fortsette å videreutvikle, sportslig, faglig og sosialt. Vi vil også fortsette å legge til rette for aktiviteter som fremmer treningsglede, kunnskapsdeling og fellesskap.

Idrettslig

Vi ønsker å videreføre 2-4 faste løpeøkter i uka, med vekt på kvalitet, inkludering og løpeglede. I tillegg legger vi opp til treningsleirer over flere dager, samt mindre samlinger og fellesturer til løp. Helt sentralt for å opprettholde et godt tilbud er at vi fortsatt har tilgang til arealer, som NIH og Bislett, og på sikt gjerne også Domus eller et annet egnet sted om vinteren. Fellestreningene skal fortsatt være kjernen i tilbudet. Når løpssesongen starter, ønsker vi å delta aktivt i ulike løp, og legge til rette for både sportslig utvikling og et engasjerende løpsmiljø.

Sosialt

Som en stor gruppe er det viktig at alle medlemmer blir sett og inkludert. Vi vil derfor fortsette å legge til rette for at alle finner noen å trene med på sitt nivå, og at de får gode muligheter til å bli med på sosiale samlinger, turer og feiringer. Dette inkluderer både lengre treningsleirer, mindre helgeturer, feiringer etter løp som Holmenkollstafetten og Hytteplanmila, samt andre sosiale aktiviteter som dugnader, julebord og bli-kjent-opplegg. Slik styrker vi fellesskapet og bygger et trivelig klubbmiljø.

Administrativt

Vi ønsker å tydeliggjøre roller i styret og fordele ansvar på en oversiktlig måte. Det er viktig å opprettholde gode rutiner og sikre kontinuitet, både i styret og blant aktive medlemmer. Vi vil også oppfordre flere til å engasjere seg i konkrete oppgaver, enten gjennom arbeidsgrupper eller ved å bidra med enkeltoppgaver når behovet oppstår. Samarbeidet med daglig leder, hovedstyret og andre OSI-grupper, spesielt langrenn og triatlon, vil være en prioritert oppgave for å sikre helhetlig drift og videre utvikling av klubben.

OSI GRUPPENAVN -> OSI FRILUFT

Styret i 2025

Leder:	Ida-Stina Brant
Nestleder:	Silje Marie Løge
Økonom:	Malik Hanzal Iqbal
Sekretær:	Gabriel Harzer
Styremedlem:	Eirik Holm
Styremedlem:	Luke Whitehead
Styremedlem:	Adam Monev Myrvang
Styremedlem:	Kristian Kvikstad Langehaug
Styremedlem:	Oliver Mydske
Styremedlem:	Mikas Glatkauskas
Styremedlem:	Bjørge Skjelbreid Djuve
Styremedlem:	Guro Holm

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styremøter hver måned. Inntak av nye styremedlemmer for 2026. Vi har jobbet med nye regler/retningslinjer ifht hva som kreves av et styremedlem for å redusere frafall og øke deltakelse.

Økonomi

Vi har søkt om og fått støtte fra flere steder. Blant annet fra sparebank-stiftelsen for å arrangere skredkurs for medlemmer og styremedlemmer, samt innkjøp av noe nytt utstyr.

IDRETT/AKTIVITET

Treningsleire/samlinger

Flere styremedlemmer har vært på skredkurs og brekurs.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Flere lavterskel turer i marka: båltur, filmkveld ++

Sosial samling med felles middag for flere

Julebord

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Medlemmestallet har økt fra rundt 90 til over 100. Vi har arrangert mange forskjellige aktiviteter og turer: fra lavterskel båltur ved sognsvann og badstu ved oslofjorden, til topturer i Jotunheimen, flere dagers hytte til hytte på Dovrefjell og en større tur til Galdhøpiggen.

Administrativt

Vi har fått inn flere styremedlemmer og begynt å integrere de i styret i form av å være med på organisering av turer og andre aktiviteter, bidra mot definerte roller i styret og generell interaksjon med medlemmer.

MÅLSETTINGER FOR 2026**Generelt**

Fortsette å arrangere turer og aktiviteter som medlemmene er interessert i, samt prøve noen nye konsepter for å se om det er interesse for andre ting, og evt øke interessen av å være medlem.

Sosialt

Mål om å arrangere flere sosiale lavterskel aktiviteter og turer.

Administrativt

Implementere og håndheve de nye retningslinjene for styremedlemmer. Rekrutere nye styremedlemmer som kan tenke seg å være med over tid for å styrke kontinuiteten i styret og foreningen.

OSI FOTBALL

Styret i 2026

<i>Leder:</i>	<i>Mikkel Kong Karlsen</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Marwan Zerouali</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Marte Møllersen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Eirik Nymo (Herrer 1)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Vebjørn Rustad (Herrer 1)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Marita Bringsjord (Damer 1)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Victoria Langeland (Damer 1)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Mathias Hollen (Herrer 2)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Petter Lillesand (Herrer 2)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Margrethe Stenvaag (Damer 2)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Truls Vestnes (Herrer 3)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Mads Tønnesøl (Herrer 3)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Thomas Ingebrigsten (Herrer 5)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Mikkel Stubberud (Herrer 5)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Marianne Kjernmoen (Damer 7er)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Sara Benmalek (Damer Futsal)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Sara Libråten (Damer Futsal)</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret i OSI Fotball har i 2025 hatt ansvar for den overordnede driften av fotballgruppen, i tråd med OSIs vedteker og føringer fra hovedstyret. Styrearbeidet har vært rettet mot å sikre et godt og inkluderende aktivitetstilbud for alle studentene som spiller fotball i gruppen, men klarer ikke å gi et tilbud til alle studentene som ønsker å spille fotball i Oslo da det er veldig stor interesse å spille fotball blant studenter.

Det har gjennom 2025 blitt avholdt jevnlig styremøter, i tillegg til at styret har håndtert løpende saker mellom møtene ved behov. Saker som økonomi, organisering, treningstider, rekruttering og kommunikasjon med kretsen har vært behandlet. Styret har internt strukturert en tydelig rolle- og ansvarsfordeling, og samarbeidet har vært preget av god dialog og høy arbeidsinnsats.

Styret vurderer at arbeidet i perioden har bidratt til god drift og gjennomføring av sesongen, samt videre utvikling som et attraktivt tilbud for studenter ved Oslos utdanningsinstitusjoner.

Ekstern Representasjon

OSI Fotball har i 2025 vært representert på foreningsdagene i sommer, hvor gruppen har bidratt til profilering og rekruttering av nye medlemmer. Deltakelsen har gitt god synlighet ovenfor studenter, som har vist seg i rekordstor interesse ved prøvespillet på sommer/høsten. Vi har også hatt god dialog med SiO Athletica via daglig leder i OSI og fotballgruppen har vært tilstede på OSIs representantskapsmøte.

Økonomi

Med unntak av et solid overskudd i 2024, har OSI Fotball de siste årene brukt mye av egenandelen vi hadde bygd opp. Dette særlig i 2025, hvor vi dessverre endte med et stort underskudd. Dette er et resultat av at vi, for å opprettholde treningstilbudet for våre medlemmer om vinteren/våren, er nødt til å leie banetider eksternt.

Vi har i mange år leid banetid på Voldsløkka om vinteren, men bestemte oss i 2024 for å leie andre steder i årene fremover da Voldsløkka ikke har undervarme, og vi flere sesonger endte opp uten et treningstilbud som følge av dette da manglende undervarme førte til at deler av banen ikke var tilgjengelig som følge av is og snø. Vi leier nå banetid hos Valle Hovin og NIH. Å leie bane med undervarme har imidlertid medført økte utgifter og vi ser en dobling av utgiftene knyttet til dette sammenlignet med tidligere år. Vi har derfor sett oss nødt til å øke treningsavgiften, i tillegg til at vi har innført en høyere avgift for våre medlemmer som ikke er studenter.

I tillegg til leie av banetid eksternt, har vi også sett økte utgifter knyttet til utstyr til våre lag. Dette har vi nå forsøkt å bøte på ved at det ble kjøpt inn et satt antall baller til hvert lag slik at hvert lag er ansvarlig for disse, og kostnadene til nye dersom disse mistes. Dette ble gjort i 2025, slik at vi brukte ekstra mye penger på utstyr dette året. Imidlertid håper vi dette vil medføre lavere utgifter til utstyr i årene som kommer.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

OSI Fotball har i 2025 slitt med å gi et veldig godt treningstilbud til alle lagene. I vinterperioden har OSI Fotball kunnet tilby alle lagene et godt og forutsigbart treningstilbud gjennom ekstern leie av baner med vinterdrift, ved NIH og Valle Hovin. Dette har bidratt til kontinuitet i tilbudet til alle studentene utenfor sesong.

I sesongperioden har situasjonen vært mer utfordrende. Begrenset kapasitet ved Domus Athletica har ført til at OSI Fotball i stor grad har blitt tildelt sene og mindre gunstig treningstider. Dette har over tid vært en vedvarende utfordring for fotballgruppen, særlig i lys av at andre idrettsgrupper som Lacrosse har hatt mer fordelaktig treningstider over flere år nå. Styret mener at dette påvirker både treningskvalitet, oppmøte og forutsigbarhet, og vurderer dette som et område hvor det er behov for en mer langsiktig og rettferdig løsning.

Konkurransedeltagelse

Totalt har fem herrelag og tre damelag deltatt i seriespill i regi av NFF. Lagene har representert OSI Fotball på ulike nivåer, og bidratt til et godt og variert konkurransetilbud for medlemmene. I tillegg deltok ett av herrelagene i OBOS Cup.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

OSI Fotball har i 2025 arrangert sosiale tiltak for å styrke samhold, tilhørighet og miljø på tvers av lag og kjønn. Det har blitt gjennomført to Cageball turneringer i tillegg til et sosialt Kick-Off med deltakelse fra alle lag – i tillegg har det ved flere anledninger internt i lagene vært sosiale sammenkomster. Fotballstyret vurderer at de sosiale arrangementene har hatt en positiv effekt på miljøet i OSI Fotball, og har vært et viktig supplement til den sportslige aktiviteten.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

I tråd med målsetningene for 2025 ønsket OSI Fotball å kunne tilby fotballaktivitet til så mange studenter som mulig. Dette har vi dessverre ikke fullt lykkes med. Begrenset tilgang på treningstider har gjort det vanskelig å ta inn alle interesserte spillere, og kapasitet har vært en vedvarende utfordring gjennom året.

Samtidig har fotballstyret hatt et tydelig fokus på å sikre et fullverdig og stabilt treningstilbud for de medlemmene som allerede er i klubben. Treningsavgiftene har blitt holdt på et lavt nivå, og er fortsatt lavere enn hos de fleste andre klubber. Dette har vært et bevisst valg for å ivareta studentperspektivet. Samtidig ser vi at økte priser av ekstern leie av baner har ført til høyere kostnader, noe som vil få større betydning inn i 2026.

Idrettslig

Sportslig har sesongen vært krevende for flere OSI lag. OSI Herrer 1 hadde en vanskelig sesong i 5. divisjon, men klarte ved et nødskrik å redde plassen. Dette fikk også betydning for øvrige herrelag i OSI, da det bidro til at flere lag unngikk nedrykk i seriesystemet til NFF.

På damesiden ble sesongen også utfordrende. OSI Damer 1 rykket ned fra 4. divisjon, noe som igjen førte til at Damer 2 rykket ned fra 5. til 6. divisjon.

Sosialt

Det sosiale tilbudet i OSI Fotball har i 2025 har gått i to Cageball turneringer og én felles sosial kick-off, som bidro positivt til samhold og miljø på tvers av lag og kjønn. Planlagt hyttetur ble ikke gjennomført.

Administrativt

Administrativt har 2025 vært preget av stabilitet, selv med utskiftninger. Det har blitt satt inn en ny leder, men nestleder og økonom har vært de samme som tidligere, noe som har gitt kontinuitet i styrearbeidet. Fotballstyret vurderer samlet sett at den administrative driften i 2025 har fungert godt, og at OSI Fotball står godt rustet videre.

MÅLSETTINGER FOR 2026***Generelt***

OSI Fotball har som mål å kunne tilby fotballaktivitet til så mange studenter som mulig, men dessverre som i alle andre år, opplever vi at vi har nådd et tak i dette. I 2026 vil hovedfokuset være å gi sikre et så godt tilbud som mulig til våre medlemmer ved å sikre et stabilt og fullverdig trenings- og konkurransetilbud for eksisterende lag og spillere.

Styret vil samtidig ha et tydelig fokus på kostnadskontroll, og arbeide for å holde treningsavgiften så lav som mulig for studentene. Samtidig erkjenner vi at økte kostnader knyttet til ekstern baneleie kan få en betydning for økonomien, og dette vil bli fulgt opp gjennom året – blant annet ved å søke om støtte i arealpotten.

Idrettslig

Idrettslig er målsettingen for 2026 å stabilisere lagene i sine respektive divisjoner, og legge til rette for at studenter kan ha det gøy med fotballen uten at det blir for seriøst. På herresiden er målet at OSI Herrer 1 skal etablere seg trygt i 5. divisjon, og at Herrer 4 skal rykke opp en divisjon slik at også Herrer 5 kan rykke opp. I tillegg skal øvrige lag holde sine plasser i seriesystemet.

På damesiden er målsettingen å få begge lagene opp etter nedrykkene i 2025 slik at de spiller på et konkurransedyktig nivå igjen.

Sosialt

OSI Fotball har som mål å videreutvikle det sosiale miljøet i klubben i 2026. Det skal legges til rette for flere felles samlinger på tvers av lag og kjønn, med mål om å styrke samhold og tilhørighet. OSI Fotball tar sikte på å gjennomføre både Kick-off, én eller flere lavterskel sosiale aktiviteter i løpet av året, samt de to årlige Cageball-turneringene.

Administrativt

Administrativt er målsettingen for 2026 å videreføre stabile og velfungerende rutiner i styrearbeidet. Styret skal arbeide strukturert med styremøter, god økonomioppfølging og tett dialog mellom lagledere. Videre skal det arbeides for tydelige roller og ansvarsfordeling, effektiv kommunikasjon og god forutsigbarhet for lagene. Styret ønsker at OSI Fotball i 2026 fremstår ryddig, profesjonell og som et godt organisert gruppe.

OSI GRUPPEDANS

Leder:	Marthe Ekrem
Nestleder:	Anette Børstad
Økonom:	Emilie Ottesen
Sekretær:	Veronika Hetland Cheynov
Styremedlem:	Iselin Rabben
Styremedlem:	Kjersti Stangeland
Styremedlem:	Frøya Nytingnes
Styremedlem:	Sofia Leonora Jonassen
Styremedlem:	Gøril Ditlesen
Styremedlem:	Anette Kåsin
Styremedlem:	Helene Oldeide

ADMINISTRASJON

Styret og styrearbeid

Det nye styret ble valgt inn på OSI Gruppetdans sitt medlemsmøte 05.12.2024. Av 11 styremedlemmer fortsatte de fleste i sine verv, men det kom også inn 4 nye.

Styret har hatt 9 styremøter i løpet av året, 4 på våren og 5 på høsten. I tillegg ble det holdt et overlappsmøte mellom det nye og det gamle styret i januar, hvor informasjon og erfaringer kunne deles. På styremøtene har det blitt planlagt og diskutert temaer som er relevante for driften av foreningen, blant annet økonomi, markedsføring, sosiale arrangementer, holdninger og verdier, krav til medlemmene og de frivillige osv. Det har vært mest å gjøre rundt semesterstart med arbeid knyttet til påmelding, informasjon ut i sosiale medier, svare på mange e-poster, representasjon på prøvetreninger osv.

Komiteene

Styret har hatt god hjelp av frivillige i de forskjellige komiteene, som det siste året har bestått av:

Showkomiteen: Kjersti Stangeland (leder), Gabriel Wilson Ness, Ela Ødegård, Marianne Henrikke Lindgaard-Berntsen, Oda Thue Wiig, Veronika Hetland Cheynov (vår), Anette Kåsin (vår)

Potetkomiteen: Helene Oldeide (ansvarlig), Karen Kittilskås, Marie Lauvdal (vår), Nora Rydding (vår), Kristin Hestnes (vår), Emilia Jacobsen (høst), Johanne Sæther (høst)

Jubileumskomiteen: Marthe Ekrem (ansvarlig), Nina Stærnes, Ida-Helene Kågen Spydevold, Andrea Jensen, Silje Michaelsen

I forbindelse med OSI Gruppetdans sitt 10-års jubileum i 2026, har det blitt opprettet en komité som har som oppgave å planlegge en feiring på våren. Komiteen startet opp nå i høst for å ha god tid til å planlegge, og vil være ferdig til sommeren. Styret har valgt å avslutte hyttekomiteen, og i stedet fordele deres oppgaver til de som melder seg på eventuelle hytteturer.

Ekstern Representasjon

Gruppetdans har ved flere anledninger fått muligheten til å vise seg eksternt det siste året. Både på våren og på høsten har 2-3 frivillige stått på stand på foreningsdagene til OsloMet og UiO. På høsten fikk vi en 2. plass på årets forening i regi av SiO Foreninger og UiO, noe som vi er veldig stolte over.

I juni deltok vi for andre gang i Oslo Pride paraden. I tillegg til dette har noen av de frivillige fått mulighet til å opptre på inspartum boost convention i november.

Økonomi

OSI Gruppetdans har hatt en solid økonomi grunnet en stor egenkapital etter splittelsen av OSI Dans i 2020. Det har blitt budsjettert i minus i årene etter dette for å spise opp egenkapitalen gradvis. På grunn av høye medlemstall og godt billettsalg har inntektene vært høyere enn budsjettert for, men vi har balansert dette ved å blant annet øke lønn til instruktører, bruke mer penger på kostymer og mer saltid eksternt. Dermed har vi klart å gå i minus dette året, selv om vi gjerne skulle gått litt mer i minus.

Vi har i år fortsatt å leie lokaler eksternt hos Norges Idrettshøyskole (NIH) ettersom saltidene våre på Athletica ikke er nok i forhold til antall kurs og medlemstall vi har. Disse utgiftene har blitt dekket av egenkapital.

For å gjennomføre show med så mange medlemmer, har vi nok en gang brukt Storsalen på Chateau Neuf til å gjennomføre danseforestillinger hvert semester. Dette medfører en del kostnader knyttet til leie, lyd- og lys-teknikere osv. Disse utgiftene dekkes av publikumsavgift og egenkapital.

Gruppedans har over flere semestre fokusert på det sosiale arbeidet i foreningen. I 2025 har det av større arrangement blitt arrangert to hytteturer, to afterparty og én Halloween fest. Disse har vært dekket av egenkapital.

IDRETT/AKTIVITET

Trening

Også i år har vi klart å utvide kurstilbudet vårt, både i antall og i dansestiler. V25 hadde vi 20 ukentlige kurs fordelt på 8 stiler. H25 utvidet vi tilbudet enda mer og hadde 22 ukentlige kurs fordelt på 9 stiler.

Nytt av året er at det ble bestemt å avslutte alumni partiet, som var forbeholdt nåværende og tidligere styremedlemmer samt nåværende instruktører, og heller bruke saltiden på kurs til medlemmene. Det ble startet et parti i scenisk teknikk, som er et parti hvor deltakerne kun fokuserer på klasse og teknikk, og ikke deltar på show. I tillegg så har vi utvidet noen av kursene til å tilby et enda høyere nivå på klassen, nemlig avansert. På avansert partiene gjennomføres det audition for å få tilbud om plass på partiet. De som får tilbud om plass blir kun vurdert basert på det som skjer på audition. Ved å gjøre dette sørger vi for at danserne som får plass på partiet oppfyller nivå-kravene, samtidig som det tilfredsstiller et ønske fra medlemmene våre om vanskeligere klasser. Vi startet med ett avansert parti på våren for å teste ut hvordan det ville funke, og valgte at vi ville starte med å tilby girly hiphop avansert, basert på popularitet av stilen. Dette kurset fortsatte på høsten, og i tillegg så startet vi et parti i ballett avansert. Langsiktig så håper vi at vi kan tilby avansert partier i alle hovedstilene våre. På høsten startet vi også et parti i en helt ny stil, house nybegynner.

Alle kursene har hatt en ukentlig trening i perioden januar-mai og august-november. På vårsemesteret hadde vi to prøveuker, og på høsten én. Gjennom prøveukene får alle interesserte muligheten til å teste de ulike stilene og nivåene gratis for å finne ut hva som passer dem best før de melder seg på. V25 hadde vi 982 stk innom på prøveukene, og er en rekord for vårsemesteret. H25 hadde vi 984 stk innom på den ene prøveuken vi hadde. Showet på Chateau Neuf avsluttet vårsemesteret, men basert på tilbakemeldinger fra våre medlemmer, valgte vi i høst å ha ordinær trening i uken etter show for å kunne gi en litt annen avslutning på semesteret.

Vi har fortsatt å bruke Kringsjø StudentHub som lokale. På grunn av størrelsen på salen så er det ikke mulig å gjennomføre ordinære klasser, og det har i stedet blitt brukt til åpningsnummer og en sal instruktører kan bruke til å koreografer. H25 flyttet vi åpningsnummer treningene til Domus Athletica og brukte saltiden på 1 time, ettersom tiden er for kort til et ordinært kurs.

Medlemmer

Ettersom vi har utvidet kurstilbudet vårt, så har også antall medlemmer vokst. I vårsemesteret var det 557 kursplasser i tillegg til 13 plasser på avansert partiet, og det var 346 medlemmer på det meste. I høstsemesteret var det 571 kursplasser i tillegg til 29 plasser på avansert partiene, og det var over 400 medlemmer på det meste. Dette er rekordmange medlemmer for et vårsemester og rekordmange medlemmer generelt! Det har som alltid vært frafall gjennom begge semestrene slik det også har vært tidligere, og dermed så har antall aktive medlemmer vært noe lavere enn medlemstallene på sitt høyeste. Vi har også hatt lange ventelister. På det meste var det flere venteliste-plasser enn antall kursplasser, og enkelte kurs hadde over 50 stykk på venteliste. Merk at dette ikke er antall personer, men plasser ettersom en person kan stå på flere ventelister samtidig. Dette viser at vi gjør en god jobb og har et ettertraktet tilbud som vi kan fortsette å utvikle videre, samtidig som vi fortsetter å jobbe for kortere ventelister.

I 2025 har styret vært enda strengere på oppmøte de første kursukene ettersom vi har lange ventelister på de fleste kursene, og vi ønsker at plassene går til aktive medlemmer. Alle medlemmene har måttet gi beskjed dersom de ikke kan møte opp på trening de første tre ukene på våren, og første to ukene på høsten. Manglende beskjed resulterte i mistet plass. V25 ble det fylt på fra venteliste de første 4 kursukene, mens H25 ble det senket til de første 3 ukene på grunn av kortere semester. Alle som ble tilbudt en plass fra venteliste fikk en frist til å svare. Ved å gjøre dette har vi sett god effekt og hatt mange aktive medlemmer på kursene. Likevel så opplever vi også at det er noen som slutter å være aktive lengre ut i semesteret, men det er mye bedre enn det har vært tidligere år.

Både våren og høsten har det blitt gjennomført en medlemsundersøkelse, som gir medlemmene en mulighet til å komme med tilbakemeldinger på blant annet kursene, sosiale arrangement, instruktører og styret. Det ble satt av tid i hver klasse for å svare på denne, i et forsøk om å få inn så mange svar som mulig. V25 fikk vi inn 338 svar og H25 381 svar. Svarene som kom inn brukes til å gi tilbakemeldinger til instruktørene og forbedre kursene, i tillegg til å være et nyttig grunnlag for det neste semesteret, og gir det nye styret noe å rette seg etter i 2026.

Gruppedans har i år fortsatt å bruke Spond som en intern kommunikasjonskanal for kurs, instruktører, komiteer og styre. Dette er det andre året vi har tatt appen i bruk, og gjennom erfaring vet vi mer om hvordan vi ønsker å bruke den, og hva som funker og ikke funker. Vi er generelt sett veldig fornøyde med Spond, og syns det er en effektiv måte å kommunisere innad i foreningen.

Danseshow

På slutten av hvert semester har vi som vanlig arrangert et danseshow, hvor partiene får vise frem det de har jobbet med i løpet av semesteret. Danserne får lov til å danse på en profesjonell scene med lyd og lys over to dager, hvor scenepøver og generalprøve gjennomføres den første dagen og selve showet på dag to. Dette er alltid et høydepunkt i semesteret, og i år inviterte vi til showene “Moves of Norway” i mai og “All We Do Is Win” i november. I vår så klarte vi for første gang å selge ut Storsalen på Chateau Neuf (kapasitet ca. 1.000), noe vi også klarte med høstens forestilling, hvor vi solgte ut salen på ca. 1 ½ uke.

Markedsføring

Gruppedans har over flere år fokusert på markedsføring og brukt sosiale medier aktivt for å nå ut med informasjon og innhold til både nåværende og potensielle medlemmer. Vi benytter oss mest av Instagram kontoen vår ettersom det er der vi når ut til flest, etterfulgt av Facebook. Både på Instagram og Facebook blir det lagt ut promo i forbindelse med påmelding, arrangement, show, workshops m.m. I tillegg så bruker vi TikTok-kontoen vår hvor vi legger ut videoer fra både workshops og kurs.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Gruppedans har over flere år jobbet med å tilby ulike typer sosiale arrangement for medlemmene våre. I 2025 så har vi fortsatt med å holde både større og mindre arrangementer i foreningen, som Halloween fest, afterparty etter show begge semestrene, musikkbingo, spillkveld, filmkveld osv. Flere av disse arrangementene har vært åpne for både medlemmer og ikke-medlemmer. Disse arrangementene har blitt fordelt jevnt over semesteret. Vi har sett varierende oppmøte på de ulike typene arrangement, men vi ønsker fortsatt å tilby ulike sosiale tilbud til medlemmene våre. I tillegg oppfordres det at det skal arrangeres noe sosialt innad i de ulike klassene.

På vårsemesteret ble det forsøkt arrangert hyttetur som var åpent for medlemmene, men denne ble avlyst på grunn av veldig dårlig påmelding. På høsten var det ingen passende datoer til å arrangere hyttetur for medlemmer, men det ble arrangert hyttetur for frivillige i forkant av semesterstart for å styrke det sosiale samholdet mellom de frivillige i foreningen.

I 2025 har vi økt antall ordinære workshops ytterligere. Workshopene har bestått av både stiler vi tilbyr som kurs, men også stiler vi ikke har på den vanlige timeplanen, i tillegg til å være varierte i nivåer. I løpet av året har det blitt arrangert 24 ordinære workshops, 14 på våren og 10 på høsten. På slutten av høst semesteret ble det også arrangert danceweek, hvor det ble holdt 7 workshops. På ordinære workshops var det 284 påmeldte på våren og 249 på høsten. Danceweek hadde 183 påmeldte. Vi er utrolig fornøyde med hvordan workshopene vokser og utvikler seg og håper at vi fortsetter å se positive resultater i 2026.

Integrasjon

Gruppedans har gjennom SIO Foreninger fått kvalitetsstempelen «Velkommen»-forening. Dette er vi veldig stolte av! Dette stempelet viser at vi er spesielt flinke til å ta imot nye medlemmer og integrere dem i foreningen vår. Et av kravene for å være en Velkommen-forening er at man har månedlige arrangementer som er åpne for både medlemmer og ikke-medlemmer. Dette får vi til gjennom prøveukene og workshopene vi arrangerer. I tillegg har vi en foreningsfadder som har et ekstra ansvar for å ta imot og hjelpe nye medlemmer hvis de ønsker det. I år har dette vært Frøya. Vi er veldig stolte av denne utmerkelsen, og vi kommer til å fortsette arbeidet med å være en trygg og god forening å være med i for alle!

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi har hatt et veldig godt år i 2025, med rekordmange medlemmer og kurs! Foreningen er i stadig vekst, og det er veldig hyggelig å se. Dessverre er det ikke alle som får plass på kurs. Likevel, så er de lange ventelistene med på å vise at vi har et ettertraktet tilbud. Både styret og komiteene har fått nye medlemmer, som er med på å holde foreningen i stadig utvikling.

Sosialt

Det har blitt holdt flere sosiale arrangement i løpet av året, både store og små. Danseshowene er fremdeles de største arrangementene vi har, og vi har for første gang solgt ut Storsalen på Chateau Neuf. Det har blitt holdt workshoper som både medlemmer og ikke-medlemmer har kunnet delta på. For medlemmene har det vært mulighet til å delta på blant annet hyttetur, etterfest og musikk-bingo, i tillegg til at det har blitt arrangert sosiale sammenkomster internt på kursene. Kursene har i seg selv vært en god sosial arena, basert på resultater fra medlemsundersøkelsen.

Administrativt

Styret har hatt ni styremøter fordelt gjennom året. Arbeidsmengden har variert fra uke til uke, med aller mest å gjøre rundt semesterstart og påmelding. Styret har hatt god kommunikasjon, og har hjulpet hverandre når mye arbeid har falt på en person.

MÅLSETTINGER FOR 2026***Generelt***

Fortsette med det gode arbeidet som har blitt lagt ned i foreningen det siste året. Opprettholde tilbudet vi har nå og sørge for at de som ikke ønsker kursplassen sin blir luket ut så tidlig som mulig. På denne måten kan vi minske antall på ventelistene. Hvis økonomi og saltid tillater det, er det ønskelig å utvide tilbudet vårt, da vi ser at det er etterspørsel nok. Dette må imidlertid sees i sammenheng med saltid, økonomi og kapasitet. Fortsette det gode arbeidet som har blitt lagt ned i sosiale medier.

Sosialt

Fortsette å tilrettelegge for sosiale arrangement innad i hvert enkelt kurs, slik at deltagerne kan bli bedre kjent med hverandre. Vi ønsker også å få opp antall deltagere på workshopene. I tillegg så vil vi fortsette å gi muligheter til å delta på sosiale arrangementer som er åpne for hele foreningen. Vi har et stort mål om å feire Gruppedans sitt 10-års jubileum med en jubileumsfest. Det generelle målet er å øke det sosiale samholdet både innad i kursene og på tvers. Få til et godt sosialt samarbeid i det nye styret og blant de frivillige.

Administrativt

Få til en fin og informativ overgang fra gammelt til nytt styre, slik at erfaringer og kunnskap blir bevart og gitt videre. Alle skal føle seg trygge på oppgavene i vervet sitt og vite hva man kan forvente av hverandre. Få til god kommunikasjon og samarbeid slik at det blir jevn fordeling av oppgavene og alle føler at de kan mestre og ha det gøy samtidig.

OSI HÅNDBALL

Styret i 2025

<i>Leder:</i>	Magnus Bergerud
<i>Nestleder:</i>	Markus Hellum
<i>Økonom:</i>	Elise Røkke
<i>Sekretær:</i>	Anders Drivvoll
<i>Styremedlem:</i>	Charlotte Fredheim

<i>Styremedlem:</i>	Vilde Pettersen
<i>Styremedlem:</i>	Madelen Hessen
<i>Styremedlem:</i>	Øyvind Hegge
<i>Styremedlem:</i>	Oscar Erichsen
<i>Styremedlem:</i>	Helene Heia

<i>Andre verv:</i>	
<i>Dommerkontakt:</i>	Jacob Berhane
<i>Utstyrsansvarlig:</i>	Elise Røkke

<i>IM-komite:</i>	Anders Drivvoll
	Robin Rishaug
	Elise Røkke
	Alex Brantenberg Lenning
	Kaja Eftedal Seland
	Jacob Berhane
	Tiril Fjeldstad
	Sandra Mariussen
	Ida Camilla Fosse
	Rosanna Landheim
	Bjørn Mccourt

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Årets styre bestod av til sammen elleve personer. Det er praktisk å ha et såpass stort styre på grunn av mengden arbeidsoppgaver som må utføres, og fordi ikke alle til enhver tid har 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. Flere i styret 2025 var nye til styrearbeidet. Dette har ført til nye erfaringer, og utfordringer, men også muligheter.

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. Styret har i alt omtrent fire møter hvert semester. I tillegg har vi hyppig korrespondanse via e-post og Facebook.

Ekstern Representasjon

Våre syv eminente lag har gjentatte ganger blitt omtalt i ulike lokalaviser over hele landet gjennom sportslige resultater i seriespill og cuper. OSI Håndball er også meget godt representert på Instagram og Facebook.

Økonomi

Styret budsjetterte i 2025 med et positivt regnskapsresultat, etter flere år med betydelige underskudd i 2022 og 2023 og et moderat overskudd i 2024. Regnskapet for 2025 viser et overskudd på om lag 70 000 kroner, noe som bekrefter at klubben er inne i en positiv økonomisk utvikling. Resultatet bidrar til ytterligere styrking av økonomien etter at klubben over tid har hatt negativ egenkapital, og egenkapitalen er per utgangen av 2025 på -194 909 kroner.

Gjennom året har styret fortsatt arbeidet målrettet med å sikre tilstrekkelig dugnadsvakter til medlemmene, samt med tettere oppfølging av medlemmer som enten har valgt å betale seg ut av dugnad eller ikke har gjennomført pålagt dugnadsarbeid. Idrettsmønstringen har også i 2025 vært en svært viktig inntektskilde, og resultatet fra arrangementet. Styret håper denne positive utviklingen vil fortsette.

Den største økonomiske utfordringen i 2026 vil være å skaffe nok dugnadsarbeid for klubbens medlemmer, samt å få medlemmene til å delta på dugnad. Det vil i 2026 også bli gitt tilbud om at de som ønsker kan betale seg ut av dugnad. Styret må jobbe systematisk for at disse pengene blir innbetalt. OSI håndball er helt avhengig av stabilt høye inntekter fra dugnad for å kunne gi sine medlemmer et sportslig og sosialt tilbud til studentvennlige priser. Som følge av kostnadene knyttet til å ha 7 lag i seriespill har vi valgt å holde antall dugnader på 3 dugnader pr. år pr. medlem.

Klubben har per 13.01.2026 111 betalende medlemmer. Dette er en nedgang på 11 medlemmer fra året før. Rekrutteringen til våre divisjonslag har vært stabil. Styret har jobbet intensivt med å få alle som har deltatt på våre treninger til å betale medlemskontingenten.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Det sportslige tilbudet til OSI håndball har i 2025 vært godt. Seriespillet for 2024/2025 ble gjennomført, og lagene våre har fått spilt mange gode og spennende kamper.

For sesongen 2025/2026 har lagene følgende trenere:

H1/H2: Magnus Bergerud, Robin Rishaug og Tobias Hildrum

H3: Liam Mccourt og Jacob Berhane

D1/D2: Aydin Ayhan og Alex Lenning

D3/D4 :Anders Drivvoll, Øyvind Hegge, Tobias Stryse og Emilie Eliassen

Enkelte av trenerne representerer også klubben som spillere i 2025..

Både dame-og herrelagene trener to ganger i uken. Nok en gang opplever klubben stor pågang, og både dame-og herrelaget har måttet takke nei til flere spillere. Dette må sies å være et luksusproblem, og vi er veldig fornøyde med rekrutteringen.

Foran sesongen 2025/2026 startet vi med lag i følgende divisjoner:

- Herre A: 2.divisjon
- Herre B: 3.divisjon
- Herre C: 4.divisjon
- Dame A: 2. divisjon
- Dame B: 3. divisjon

- Dame C: 4. divisjon
- Dame D: 5. divisjon

I skrivende stund ligger lagene på følgende plasseringer:

- Herre A: 5. plass
- Herre B: 1. plass
- Herre C: 2. plass
- Dame A: 3. plass
- Dame B: 2. plass
- Dame C: 1. plass
- Dame D: 3. plass

Treningsleire/samlinger

Dessverre fikk vi heller ikke i 2025 ikke deltatt på den årlige USG-cupen i København. Dette er et tilbud som byr på gleder, både på og utenfor banen, og vi har som målsetning å mobilisere nok spillere i 2026 til å kunne stille med minst ett lag i turneringen.

Konkurransedeltagelse

Sesongen 2024/2025 har vi som klubb deltatt på både Studentlekene i Trondheim og Idrettsmønstringen. I tillegg har vi deltatt på en normal sesong i regions-og NHF-serie.

Sluttplassering i serien:

Herrer A: 10. plass

Herrer B: 8. plass

Herrer C: 1. plass

Damer A: 3. plass

Damer B: 3. plass

Damer C: 4. plass

Damer D: 1. plass

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Det sosiale samværet i klubben er på mange måter det fundamentale grunnlaget i klubben. Vi er fornøyde med å ha arrangert flere av våre tradisjonelle og årlige arrangementer i 2025.

I februar reiste seks eminente lag til Trondheim for å delta på Studentlekene. Damer A dro hjem med et hederlig tap i kvartfinalen. Herrene fikk to lag i finalen og vant dermed både gull og sølv. Dette fører til at kvalifiserer seg til Student-EM i 2026.. Det var en sosial og fin helg, der lagbygging og nye sosiale relasjoner ble skapt. Vi er godt fornøyde med både deltakelse og resultat, og håper på minst like god uttelling til Studentlekene i Tromsø i 2026.

I april arrangerte vi Idrettsmønstringen, og med nesten 200 deltakere fikk vi gjennomført en helg fylt av håndball, dans og sosialt samvær. Det var en stor andel spillere som deltok på ulike lag på herresiden, mens flere OSI'ere deltok på vinnerlaget på kvinnesiden.

I september arrangerte vi sesongåpningsfest for alle lag i klubben. I tradisjonen tro begynte vi med rebusløp, før kvelden ble fortsatte på Høydehuset på Norges idrettshøgskole.

Årets julebord ble flyttet til nyåret, og vi gleder oss alle til kommende fredag for årets nyttårsbord.

Utover de faste arrangementene har OSI Håndball også arrangert flere OSI dager der hele klubben samles til en lørdag med kamper på Domus Athletica, med påfølgende sosialt samvær på kveldstid.

Integrasjon

Den sosiale situasjonen har vært god for OSI Håndball i 2025. Styret jobber kontinuerlig med å opprettholde og skape gode rammer for det sosiale tilbudet vi ønsker å kunne tilby. Vi gleder oss til fortsettelsen, og er glade for at våre nye medlemmer viser interesse for både det sportslige-og sosiale tilbudet vi har. Vi har også egen hjemmeside og er på sosiale

medium som Facebook og Instagram. Vi mener dette gjør informasjonen om OSI Håndball lett tilgjengelig, både for nåværende og nye medlemmer.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi er fornøyde med at vi også i år har et stabilt høyt antall medlemmer. Rekrutteringen på både dame- og herresiden har vært meget bra.

Idrettslig

H1 startet sterkt i serien og etter nedrykket sesongen 23/24 har de nå etablert en god stamme etter flere spillere gikk fra klubben. H2 ligger på 1. plass i serien og er ubeseiret enn så lenge og det er en god og sammensveiset gjeng som koser seg med håndball. H3 fortsetter å levere solid i fjerde divisjon, og ligger per nå på en imponerende andreplass.

På damesiden leveres det solide sportslige prestasjoner. D1 leverer godt, og ligger på en god tredjeplass i 2. divisjon. D2 imponerer stadig, og til tross for at laget ikke kan rykke opp på grunn av spillende lag i divisjonen over, er motivasjonen oppe og laget ligger på en solid andreplass.

D3 og D4 er ingen unntak fra den gode sportslige prestasjonen klubben leverer i disse dager. Med første og tredjeplass i sine respektive divisjoner, sier vi oss fornøyde med innsatsen lagene legger ned.

Sosialt

2025 har vært et fint år for å bygge opp de sosiale rammene klubben ønsker å tilby sine medlemmer. Vi er glade for at vi fremdeles kan omtale oss selv som Norges mest sosiale klubb. Vårt håp og målsetting er å kunne fortsette å tilby sosiale samlinger, reiser og arrangementer også i 2026.

Administrativt

2025 har vært et fint år for klubben, og målene som ble satt i budsjettet for 2025 ble nådd. Vi fortsetter med god innsats rundt dugnad og redusere kostnad rundt reise og annet. Dette førte til et solid overskudd for klubben i 2025, og vi vil fortsette å jobbe for overskudd i kommende år for å dekke inn den negative egenandelen som klubben står med per dags dato.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Vi vil fortsette arbeidet med å øke den økonomiske egenkapitalen gruppen står med per dags dato. Håndballstyret etterstreber å være i økonomisk balanse, og vi vil derfor fortsette med de økonomiske tiltakene som er gjennomført i 2025. Det jobbes også mot at Idrettsmønstringen skal gå med et solid overskudd, da dette tidligere har vært en svært viktig inntektskilde. Målet er å skape en turnering som ligner arrangementet vi hadde før koronapandemien. I tillegg ønsker vi å fortsette å fremstå som en klubb med høy sportslig- og sosial faktor – Norges beste klubb å være medlem av.

Idrettslig

Vi ønsker å vise klubben utad i form av deltakelse på turneringer. Det er viktig at alle våre medlemmer har en plass i håndballgruppa, uansett sportslig nivå. Det blir ekstra stort at våre herrer reiser til Italia i slutten av juli og skal representere Norge i Student-EM.

Sosialt

Klubben ønsker i 2026 å fortsette med å delta på gamle og nye turneringer i inn- og utland, for å styrke samholdet innad i klubben og mellom andre universitetslag. Vi håper å kunne tilby et godt samhold fornye så vel som gamle medlemmer, og vi ønsker å opprettholde standarden for våre sosiale arrangementer

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. En viktig målsetting for 2026 er som tidligere år å få flest mulig av våre medlemmer aktive i ulike arbeidsoppgaver utenfor styret. Det vil også settes søkelys på å holde klubben i økonomisk balanse. Dette er en målsetting styret anser som oppnåelig i 2026.

OSI INNEBANDY

Styret i 2025

<i>Leder:</i>	<i>Vilde Sumstad</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Sivert Lindahl</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Leo Moen Eidet</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Kristin Kleppe Larnøy</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Ida Benjaminsen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Kristine Brodahl</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Loyd Lancaster</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Orlando Thalberg</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Gjennom året har det blitt holdt styremøter ved behov. Styremøtene ble holdt på grupperommene på Domus Athletica. De har som regel foregått mandag eller torsdag før trening, men vi har også satt av andre dager til dette.

Styret har ellers holdt kontakt via Messenger ved behov, eller tatt spørsmål i forbindelse med treninger.

Ekstern Representasjon

Styreleder har vært på dommerkontaktmøte med OABR (Oslo og Akershus Bandyregion) den 10. november 2025.

Økonomi

Vi i OSI Innebandy startet med 135 360 kr for samlet gruppebevilgning (45 360 kr) og medlemskontigent (90 000). Den årlige inntekten til OSI innebandy er summen av det vi medlemmer betaler inn i trening- og kampavgift hvert semester, sammen med gruppebevilgning og dugnadsinntekter. Økonomien i 2025 har for det meste gått til det samme som tidligere år, hvilket i hovedsak er seriespill, der vi har hatt 4 lag påmeldt med en totalkostnad på 56300 for fire lag i seriespill, 2 herrelag og 2 damelag, og 4125,- på grunn av å måtte trekke et lag fra 2. div hvor vi ikke ønsket å spille. Pengene har også gått til påmelding til plankecup, godtgjørelse til våre dommere, 400 kr per dommer per kamp (som ble økt til 450 på høsten), og til idrettsmateriell som baller, kapteinsbånd og keeperutstyr. Vi fikk også en bot på 8000 kr for at vi ikke har tilstrekkelig med dommere. Vi har fortsatt en gjenstående avskrivning av innebandyvariant som ble kjøpt inn 2022. Vi har rundt 30 000kr igjen å avskrive, noe som vil fortsette i 2026.

IDRETT/AKTIVITET

Konkurransedeltagelse / Trening / treningsleir / samlinger

Seriespill OABR høst 24 - vår 25, og høst 25 – vår 26

I sesongen 24-25 stilte vi med to herrelag og to damelag. Vi har hatt en økning av medlemmer, og mange ønsker å spille kamp. Vi fortsatte dermed med to herrelag og to damelag i sesongen 25-26.

Etter 24-25 sesongen rykket H1 opp, men pga. usikkerhet rundt antall spillere og nivået i 2. divisjon, valgte vi å trekke laget fra divisjonen, og flytte det ned til 5. divisjon. Det opprinnelige H2-laget rykket opp til 4. divisjon.

Sesongen 25-26:

H1 spiller i 4. divisjon.

H2 spiller i 5. divisjon.

D1 og D2 spilte høsten 24 i 2. divisjon (innledende runder) før delt spill. D1 spiller vår 25 i 2. divisjon, og D2 spiller vår 25 i 3. divisjon.

Sesongen 25-26:

D1 spiller i 2. divisjon.

D2 spiller i 3. divisjon.

Studentlekene i Bergen, februar 2025. SL skulle arrangeres i Trondheim, men ble avlyst. Bergen tok på seg oppdraget, og arrangerte SNM-innebandy. Vi deltok med to herrelag og to damelag på Studentmesterskapet i Bergen. Det ble sølv til D1 og H1.

Plankecup i Fredrikstad, september 2025. 12-14. september tok vi turen til Fredrikstad og Plankecup, hvor vi stilte med 1 damelag og 1 herrelag.

På denne turneringen ble det ingen premier, men mye sosialt samvær og bli bedre kjent på hvert lag, samt på tvers av lagene.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Gjennom året har det vært flere sosiale arrangementer og turneringer, både damene og herrene samlet, men også hver for oss. Sosialkomiteen vår har arrangert turneringer, lagfester og julebord. Det har også vært NM-finaler i innebandy, hvor mange fra begge lag dro sammen å så på. Vi har også fortsatt med det sosiale og lagbyggingen for hvert enkelt lag/damene og herrene hver for seg. I tillegg har vi fortsatt vår faste tradisjon med badstu og sosialt, etter torsdagstreninger. Vi kan takke for gode treningstider på torsdager, som gjør det mulig å samles etter trening. Vi ønsker at alle skal føle seg velkomne, ivaretatt og bli godt kjent. Og med en sosialkomitee, og mange andre medlemmer som aktivt ønsker å skape en god kultur, har vi i år også hatt et innholdsrikt, morsomt og sosialt år.

Januar	Årsmøte på Biblioteket, Chateau Neuf Semesterstart og foreningsdager
Februar	Hockeykamp (7. februar) Young guns vs. Veterans (internkamp) (13. februar) Lagfest (21. februar)
Mars	Studentlekene i Bergen (februar/mars)
April	Afterski-turnering (påsketurnering) NM-finaler i innebandy Sesongavslutningsfest
Mai	Damenes avslutningsfest
Juni	Sommerferie
Juli	Sommerferie
August	Semesterstart og foreningsdager
September	Plankecup i Fredrikstad Sesongstartsfest Halloweenturnering
Oktober	Eksamensperiode
November	Eksamensperiode Julebord

Desember	Juleferie
----------	-----------

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Det har vært et bra år for OSI Innebandy. Vi har hatt en god økning av medlemmer, både på treninger, men også på kamp. Vi har rekruttert godt på foreningsdagene, og vært tilgjengelig for nye medlemmer til å kontakte oss. Vi har stabilt oppmøte på treninger, og jobber videre med å rekruttere nye spillere, og sikre at OSI Innebandy er en sosial og hyggelig idrett.

Idrettslig

Vi har fortsatt det gode året, også idrettslig. Vi har fortsatt fire lag til sammen, fordelt med to damelag og to herrelag. Vi gjør det godt i kamper, men påser også at vi har det gøy samtidig. Det er fint å se at også helt nye medlemmer kaster seg ut i det og blir med å spille kamp fra start, for alle lagene. Vi har også fortsatt med fire dametrenere, og fire herretrenere, hvor damene og herrene har ansvar for sine lag. Dette ser jeg som positivt, slik at vi får frem mye bra kunnskap og mer engasjement fra flere i gruppen.

Sosialt

Det sosiale samværet har vært fantastisk, og vi har hatt mye sosialt på dame- og herresiden, men også samlet. Det arrangeres både turneringer, felles treninger utenom innebandyen, kamper vi kan reise å se på og lagfester.

Administrativt

I år har styret bestått av 8 medlemmer, to mer enn året før. Vi har samarbeidet godt, og året har vært både innholdsrikt og interessant. Styreleder er fornøyd med innsatsen til både styrets medlemmer, men også sosialkomiteen, trenere og andre medlemmer som har bidratt.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Fortsette å øke med antall medlemmer, og fortsatt skape en trygg og inkluderende idrett.

Bruke alt våre medlemmer har av kunnskap og engasjement, og bruke de ressursene vi har.

Idrettslig

Vi håper å fortsette med to lag på begge sidene, slik at vi har tilbud for alle. Øke antall medlemmer, og skape gode resultater for alle lagene.

Det er planlagt å reise på Studentlekene i Tromsø i februar/mars, hvor vi som alltid, håper å ta med oss pokaler hjem.

Sosialt

Det sosiale er godt i gang, men vi ønsker å fortsette det gode arbeidet og få enda flere engasjerte medlemmer til å delta og arrangere. Vi fortsetter å ha sosialkomite, slik at vi får gode sosiale arrangementer og får flere til å bli engasjert i det sosiale utenom trening.

Administrativt

Få til en god overgang mellom det gamle og nye styret etter årsmøte i januar. Fortsette det strukturerte arbeidet vi har satt i gang, med oversikt over medlemmer og betalinger.

OSI JUDO

Styret i 2025

Teknisk ansvarlig: **Øyvind Kveine Haugen**

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. Gruppen holdt også et «medlemsmøte» digitalt august før oppstart, hvor det ble informert om status. Begge parter ser seg fortsatt fornøyd med samarbeidet.

Økonomi

Gruppen har fortsatt god økonomi, og det er få utgifter.

Årets regnskap viser et overskudd på omtrent 6000,- som vi planlegger å bruke til å sende brunt belte og oppover på Masterclass i regi av NJF, da disse gir stort faglig tilskudd

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

2025 fortsatte å være et ganske bra år for trening. Vi har fortsatt ikke helt nådd antallet medlemmer som er ønskelig, men det har etablert seg en fast gjeng som kommer på nesten alle treninger og som er motivert for ytterligere utvikling.

Vi fortsetter også å se at enkelte medlemmer fra andre kampsporter kommer innom for å krysstrene, noe som er hyggelig.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Det ble gjennomført ett sosialt tiltak i vårsemesteret. Det ble ytret ønske om mer, men ingen tok dessverre initiativ til å sette opp event eller planlegge for høsten.

Integrasjon

OSI Judo har - grunnet idrettens natur - flere menn enn kvinner. Vi er imidlertid obs på dette, og forsøker aktivt å rekruttere flere. Vi har jevnt tilsig av utvekslingsstudenter, som ser på OSI som et bra sted å trene og ble kjent med nye mennesker.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Idrettslig et svært bra år, og noe mer på det ordinære for øvrig.

MÅLSETTINGER FOR 2026***Generelt***

Flere medlemmer, og mer sosialt!

Idrettslig

Mulig 2 nye kandidater til sortbeltegradering (gitt interesse, særlig én angir at han muligens ønsker å bli værende på brunt)

OSI JUJUTSU

<i>Leder:</i>	<i>Veronica Hemmerle</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Anna Maeve Ellis</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Tomm Skotner</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Oddmund Dahlsengen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Martin Johan Pelle</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Charles Press</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret har jobbet med de fire målene som ble satt i slutten av 2024 og har siden mai hatt flere styremøter for å sikre kontinuitet i arbeidet for å forbedre driften av klubben. Noen hovedpunkter styret har jobbet med er, forbedre oppdatering av nettsiden, utvikle OSI Jujutsu sin google drive for å sikre kontinuitet ved utskifting av styret, hjelpe til med å organisere arrangementer som nasjonale seminarer, og begynne forberedelsen til en tur til Australia i 2026 i forbindelse med en søsterklubb som feirer 50. års jubileum.

Ekstern Representasjon

OSI Jujutsu har besøkt, og tatt imot besøk fra klubben i Grimstad (GSI), som sammen med BIL Jujutsu er den eneste klubben som trener den samme stilarten av Jujutsu som oss. Ellers så har Charles Press opprettholdt kontakten med klubbene i Australia, noe som er viktig for å kunne fortsette å tilby medlemmene våres god kontinuitet og progresjon.

Økonomi

OSI Jujutsu fortsetter å ha god egenkapital hvor pengene investeres mest mulig i tilbud for studentene som er medlemmer i klubben, og daglig drift. Utgifter går til sosiale arrangementer for å holde terskelen lav for at medlemmer kan delta. I tillegg har det gått penger til å sikre at vi har førstehjelpsutstyr tilgjengelig under treningen. Andre utgifter har vært å støtte medlemmer med å reise til det nasjonale seminaret i Grimstad ved å kjøpe bussbilletter. Fremover ser klubben på å bruke mindre penger for å spare litt egenkapital. Dette ønsker klubben å kunne bruke i oktober 2026, for å støtte medlemmer med reisekostnader ned til Australia.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

OSI Jujutsu har to faste treninger for alle sine medlemmer på mandager og torsdager. Begge treninger er godt besøkt, men ulike treningstider gir personer muligheten til å trene når det passer best for dem. Tirsdag har det vært trening for viderekommende, mens det på lørdag har vært trening for seniorer. Alle treninger har hatt instruktør med brunt belte eller høyere, for å sikre en god og trygg trening for alle medlemmene. I tillegg har treningene i prøveperioden i begynnelsen av vår og høst semesteret blitt tilpasset mer for å demonstrere for interesserte studenter hva de kan lære om de fortsetter å trene med oss. OSI Jujutsu har også opprettholdt treninger om sommeren på tirsdager og torsdager, så lenge nok personer hadde meldt seg opp via appen "Spond"

Treningsleire/samlinger

OSI jujutsu avholdt et nasjonalt seminar 24. til 25. mai. Medlemmer fra Grimstad Student Idrettsklubb (GSI) hadde muligheten til å delta på det nasjonale seminaret. GSI jujutsu avholdt et nasjonalt seminar 25. til 26. oktober som medlemmene i OSI Jujutsu reiste til.

På lørdag 8. februar inviterte OSI Jujutsu medlemmene sine og deres venner og familie til markering av at Charles Press Sensei fikk tildelt en ny dan grad. Det var en felles del på lørdag hvor det ble holdt fremvisning for venner og familie, etterfulgt av et seminar om historien av klubben. Dagen ble avsluttet med felles middag.

På lørdag 3. mai avholdt OSI Jujutsu et mini seminar med formål om å samle inn penger til sin søsterklubb i Australia, som jobbet med å gjenoppbygge sin Dojo. Deltagelse på seminaret kostet 200 kr for personer med svart belte, mens andre personer kunne donere valgfritt beløp.

I helgen 27.-28. september avholdt klubben gradering for flere personer som skulle opp til brunt belte, og flere personer som skulle opp til svart belte (2. dan). Graderingen var et samarbeid mellom OSI og GSI.

Konkurransedeltagelse

Vår klubb trener en stilart hvor det ikke finnes konkurranser.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Klubben har hatt flere sosiale samlinger. Det har vært godt med oppmøte.

26. Januar: film kveld hos Anna, med middag

23. Februar: teknisk museum

21. Mars: PinPin

5. April: påskeegg jakt i parken

24. Mai: seminar middag i Oslo

3. August: Summer Games på Bygdøy Curling

24. August: grilling hos Eric

14. September: tur til Trollvann (kanselert grunnet dårlig vær)

27. September: middag etter senior gradering

25. Oktober: seminar middag i Grimstad

31. Oktober: Halloween fest med film og gresskar

Integrasjon

I år har sosialkveldene fokusert på aktiviteter for å gi nye medlemmer en følelse av samhold og at de blir inkludert i gruppen, f. eks. de sosiale arrangementene vist til over.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Generelt ønsket klubben å være flinkere på å holde på nybegynnere som startet og øke medlemstallet i klubben. Vi ønsket derfor å ha et spesielt fokus på rekruttering. I tillegg ønsket vi å videreutvikle nybegynnertreningen vår, for å gi dem som starter et innblikk i hva de kan lære om de fortsetter å trene i klubben. Styret har derfor jobbet med å lage en ny promoteringsvideo som kan vises på foreningsdagen. Den gamle videoen ble laget i 2020 hvor det ikke var mulig, grunnet covid, å gi full innblikk i hvordan trening vanligvis foregår. I tillegg har vi hatt flere demonstrasjoner på nybegynner treningen av ulike personer med ulike grader. Til slutt har styret organisert folk til å være på foreningsdagen på UiO til både vår og høst, men klubben sliter med å finne nok personer for å bidra på mer enn én foreningsdag.

Idrettslig

Idrettslig har klubben ønsket å fremme kontakten med den andre klubben i Norge som befinner seg i Grimstad. I vår semester inviterte OSI Jujutsu Grimmstad klubben (GSI) til et nasjonalt seminar, og i høsten dro medlemmer fra OSI ned til Grimmstad for samme formål. Klubbmedlemmer har ordnet med overnatting til hverandre, mens OSI Jujutsu har betalt busbilletter for sine medlemmer, for å hjelpe til at alle som ønsket å delta fikk mulighet for dette. Det har også vært et mål om å ha digital trening med klubbene i Australia, noe som ikke har blitt til. På den andre siden opprettholdes det fortsatt kontakt med klubben gjennom Charles Press, og det jobbes mot en reise til Australia i oktober 2026. I tillegg kom det to personer på besøk fra Australia i løpet av sommeren, og dem trente med oss en hel uke.

Sosialt

Klubben hadde som målsetting å fortsette å tilby ulike sosiale tilbud utenfor treningen en gang i måneden. Dette har klubben klart veldig bra, se også liste over sosiale arrangementer over. Nestleder i styret har fått rollen til å overse og organisere sosiale arrangementer ca. 1 gang i måneden, noe som har hjulpet med å sikre kontinuitet og variasjon. Sosiale arrangementer blir lyst ut på plattformen Spond, og medlemmer informeres på treningen, og oppfordres til å komme med forslag om de har noen ønsker til aktiviteter.

Administrativt

Styret hadde som formål å ha flere regelmessige møter. Dette målet ble ikke oppnådd i vårsemesteret, men etter mai har det vært flere møter for å forbedre driften av klubben, hjelpe med å holde nettsider oppdatert, og begynne planlegging for arrangementer i 2026.

MÅLSETTINGER FOR NESTE ÅR***Generelt***

Klubben ønsker at vi skal

- Spare penger til Australia tur
- Søke om midler til Australia tur
- At dato og sted for seminarer formidles tidligere, for å øke deltager antall

Idrettslig

Klubben ønsker at vi skal

- Ha digital trening med Australia
- Organisere tur i oktober 2026 til Australia med flest mulig medlemmer
- Organisere to nasjonale seminarer (en i Oslo, en i Grimstad)
- Fortsette å ha senior seminarer for å opprettholde og forbedre kunnskap til våre instruktører

Sosialt

Klubben ønsker at vi skal

- Opprettholde det sosiale arrangementet, men med redusert budsjett

Administrativt

Klubben ønsker at vi skal

- Oppdatere og utvikle google drive videre
- Holde nettsiden oppdatert
- Hjelpe til med organisering av Australia turen

OSI KARATE

Styret i 2024

<i>Leder:</i>	<i>Saidah Abdi</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Maria Månum Moen</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Oda Engen</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Årsmøte

Representantskapsmøte

Økonomi

Medlemskontingenten er sendt og mottatt.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Vi har holdt trening hver tirsdag fra kl.19 til 20.30.

I tillegg så hadde våre medlemmer mulighet for egentrening på fredager og søndager.

Treningsleire/samlinger

-

Konkurransedeltagelse

Flere av medlemmene har vært på gradering der vi blir testet for å få høyere belte-grad.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Integrasjon

Bordspill kveld og middag sammen.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi har fått flere aktive medlemmer og utført vellykket prøve-treninger. Medlemmene som hadde gradering, besto og fikk nytt belte.

Idrettslig

Medlemmene fikk lære nye «kata» mens de samtidig fikk sjansen og støtte til å jobbe mot graderingen sin.

Sosialt

Samling og bordspill kveld.

Administrativt

Det har blitt endringer i styret og vi skal rekruttere flere styremedlemmer.

MÅLSETTINGER FOR 2026***Generelt***

Fortsette med gode treningsøkter og samarbeid i klubben.

Idrettslig

Lære nye teknikker og kata både til nye og gamle medlemmer.

Sosialt

Holde flere sosiale arrangementer.

Administrativt

Få flere styremedlemmer med på laget.

OSI KENDO

Leder: Linda Xi

Nestleder: Aleks Bako

Økonom: Nikolai Vindvad Heggstad

Sekretær: Julian Marques Trettenes

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

- OSI Kendo styret har i løpet av 2025 hatt 10 styremøter.
- Vi har holdt sosiale arrangementer for våre medlemmer, både i form av shuffleboard og darts samt hyggelig julelunsj.
- Vi arrangerte månedlig åpen trening “Kata og Keiko”, hvor vi inviterte utøvere fra Oslo og omegn til å delta på en fellestrening i Oslo. Utøvere fra OSI Kendo, Oslo Kendo, Toten Kendo og Lier Kendo deltok.
- OSI Kendo arrangerte Oslo Open, Norges største internasjonale kendoturnering.
- OSI Kendo arrangerte dommerseminar.
- OSI Kendo deltok på OSIs årsmøte.
- OSI Kendo deltok også på OSIs representantskapsmøte.
- OSI Kendo deltok på Oslo Pride som del av OSI.

Ekstern Representasjon

- Håkon Erikson og Alice Powell er medlem av FLIS (fleridrettsseksjonen i NKF)
- Marianne Skiftesvik er president av kendo kommite

Økonomi

- Økonomibudsjettet vi satte opp holdt godt. Gikk i pluss som følge av mer sponsorinntekter enn forventet.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

- Alle treninger har blitt gjennomført i sal 5 på Blindern. Instruktørstab består av Linda Xi, Marianne Skiftesvik, Aleks Bako, Alice Powell, Ken Rune Helland.
- Vi hadde en klubbgradering i år: den var i oktober.
- Normalt gjennomfører vi tre treninger i uken. Dette har vært på tirsdag, fredag og lørdag.

Treningsleire/samlinger

- Flere medlemmer har deltatt på ulike treningsleirer og samlinger, både nasjonalt og internasjonalt. Klubben har deltatt på bl.a. Dutch Kendo Sommerseminar med Nabeyama, Iguchi og Suenaga

Sensei i Almere, KendoSplash i Kristiansand, høyt nivå graderings seminar med Zago Sensei i Bømlo og Winter Kendo Camp i Skellefteå.

- OSI Kendo har avholdt månedlig åpne treninger “Kata og Keiko”. Utøvere fra OSI Kendo, Oslo Kendo, Lier Kendo og Toten Kendo deltok.

Konkurransedeltagelse

- Oslo Open (9. - 11. mai)
- Kendo EM, Leiden (30. mai - 1. juni)
- Holmgang (20. - 21. september)
- Kasahara Cup, Geneva (27. - 28. september)
- Mameido Cup, Warsawa (11. - 12. oktober)
- Stockholm Open (18. - 19. oktober)
- NM i Oslo (21. - 23. november)

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

- Turer til kafeer, spillbar og julelunsj.
- Etter konkurranser og seminarer er det som regel et sosialt arrangement, f.eks. restaurantbesøk.

Integrasjon

- Sosialt oppmøte er klubben sitt viktigste integrasjonsmiddel.
- 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 arrangere sosiale arrangementer utenom kendotrening.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Medlemstallet har økt fra 19 til 25 i løpet av 2025 som er positivt. 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 egen hånd.

Idrettslig

Klubben har gjort det sterkt i flere konkurranser dette året. Vi har flere klubbmedlemmer på landslaget, og disse deltok også under EM i Leiden. Damelaget spesielt, kom helt frem til kvartfinalen. 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 november.
- Sølvmedalje til Aleks Bako, Håkon Erikson og Linda Xi i lagklassen under NM.
- Bronsemedalje til Aleks Bako i åpen klasse under NM.
- Bronsemedalje til Zahra Ramazani i Hantei-klasse under NM.

- Fighting Spirit til Alice Powell i åpen klasse under NM.
- Fighting Spirit til Linda Xi i lagklasse under NM.
- Fighting Spirit til Zahra Ramazani i dameklasse under NM.
- Bronsemedalje til Linda Xi og Alice Powell i dameklasse under NM.
- Bronsemedalje til Aleks Bako i lagklassen under Stockholm Open i Oktober.
- Bronsemedalje til Marianne Skiftesvik i seniorkvinneklasse under Mameido Cup i September.
- Bronsemedalje til Linda Xi og Alice Powell i dameklasse under Oslo Open i mai.
- Bronsemedalje til Zahra Ramazani i kyuklasse under Oslo Open.
- Bronsemedalje til Håkon Erikson, Julian Trettenes, Julian Heinzer, Zahra Ramazani i lagklassen under Oslo Open i mai.
- Fighting Spirit til Zahra Ramazani under Oslo Open i mai.
- Fikk nye 1. , 3. og 5. Dan i klubben

Sosialt

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

Administrativt

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

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Ha mer 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.

Videre er det ønskelig å promotere kendo som kampsport gjennom økt synlighet og formidling til nye medlemmer.

Jobber systematisk med å øke medlemstallet.

Idrettslig

Fortsette arbeidet med å øke kendonivået i klubben og samtidig bidra til å heve nivået i andre kendoklubber i Oslo og omegn.

Ta gull i NM.

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

Sosialt

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

Administrativt

Motivere flere studenter til å delta og delegere oppgaver til de som er mest motiverte for og ønsker å påta seg dem.



OSI KLATRING

Leder:	<i>Erik Skaug Ingebrigtsen</i>
Nestleder:	<i>Lou Ditaranto / Jenny Viil Granheim</i>
Økonom:	<i>Ole Stout/Lou Ditaranto</i>
Sekretær:	<i>Olav H. Moseng</i>
Utstyrsansvarlig:	<i>Tor Olav Holm</i>
Event ansvarlig	<i>Darleen Langen</i>
Instruktøransvarlig:	<i>Adrien Mathys</i>
Medlemsansvarlig:	<i>Anastasia Bredenbrock</i>
Medieansvarlig	<i>Jenny Håltem</i>
Turansvarlig	<i>Jenny Eder</i>
Buldreinstruktør	<i>Markus Benjamin / Amber van Vliet</i>
Styremedlem	<i>Clara Cuevas</i>
Styremedlem	<i>Mikael Nguyen</i>
Styremedlem	<i>Kaja Sigvalda</i>
Styremedlem	<i>Erik Stenseth</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styrets arbeid har bestått i å opprettholde kontakt og møter innad i styret. Vi har forbedret utvalget vårt av utstyr og gjort vedlikehold. Videre har vi holdt kontakt med medlemmene våre gjennom ukentlige treninger og ytterlige arrangementer.

Ekstern Representasjon

Organiserte buldrecup for studenter med to andre klatreforeninger.

Vi har hatt prøvetreninger på Blindern både til høsten og til våren. Disse har hatt stor pågang.

Vi har deltatt på foreningsdager for å verve nye medlemmer.

Vi har arrangert "Studentenes Dag" i samarbeid med Vulkan Klatresenter.

Økonomi

Fredagsklatring på Vulkan fortsetter å være en stor suksess, og voksende, i tillegg til søndagsklatring og mandagsklatring én gang hver i måneden på Oslo Klatresenter og Gneis Lilleaker. I 2025 har vi brukt 150 202 kr samlet på dette, en økning på rundt 20 000 fra 2024. Dette består av 98 790 kr på Vulkan Klatresenter, 14 916 kr på Oslo Klatresenter, 13 875 på Klatreverket Torshov (lavere pågang enn forventet, arealpott), og 7058 kr på Gneis Lilleaker. Vi har nå redusert plassene på Vulkan til 35 deltakere for å forbedre pengebruk, slik at vi kunne innføre mandagsklatring i år.

I 2025 har vi kjøpt nytt utstyr, både for å vedlikeholde vår kapasitet for å holde kurs, og for å gi bedre tilbud til klatrere. Klatring har blitt svært populært, noe vi merker på oppmøtet, derimot har kursene våre hatt overraskende dårlig oppmøte.

Vi har mistet noen av våre instruktører for inne-til-ute kurs, men har utdannet to. Vi har fortsatt med gratis teknikk-kurs, en storsuksess fra de to siste årene.



Vi har også organisert både lengre og kortere turer. OSI Klatring dro på tur til Hægefjell og Hemsedal, og tre ganger til Bohuslän, her har vi som regel dekket mellom $\frac{2}{3}$ til $\frac{1}{2}$ del av prisen.

I oppsummering kan det sies at OSI Klatring har:

1. Brukt midler forsvarlig for å gi et godt klatretilbud til studenter.
2. Vi har god økonomi, og har fått brukt opp deler av egenkapitalen slik vi ønsket. Vi bruker mye penger på leie.
3. Populariteten ser så langt ut til å være høy, og medlemstallet har økt fra tidligere. Vi har hatt lavere, men over flere år varierende kursinntekter.
4. Vi bruker mer på innendørsklatring enn tidligere, og tilbudet blir generelt godt brukt.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

På våren:

- Fredagsklatring hos Vulkan som tidligere, med gratis inngang for de 35 første, her har vi redusert tilbudet vårt.
- Mandagsklatring på Gneis Lilleaker hver andre mandag i måneden fra Mars.
- Mandagstreninger for nybegynnere i blindernhallen, med instruktører.
- Nybegynnerkurs hver onsdag i Blindernhallen.
- Teknikk-kurs i regi av Markus Benjamin.
- Søndagsklatring én gang i måneden, gratis inngang for medlemmer.
- To tradklatrekurs og ett kurs i kameratredning.
- Noe utendørsbuldring på ulike steder i Østmarka, når værforholdene og bemanning tillot det.
- Tauklatreturer utendørs, blant annet til Bohuslän, Hemsedal, og Hægefjell.

På høsten:

- Fredagsklatring hos Vulkan som nevnt tidligere.
- Mandagstreninger flyttet til Onsdager på Klatreverket Torshov.
- Nybegynnerkurs hver mandag på Klatreverket Torshov.
- Søndagstreninger på Oslo Klatresenter (OKS).
- Turer til Hemsedal og Bohuslän.
- Halloween-fest på Klatreverket Bryn. Stor suksess.
- Planlegging førstehjelpskurs.

Treningsleire/samlinger

Klatretur til Bohuslän, Hægefjell og Hemsedal. Her har vi brukt mer enn foregående år, men med flere deltakere som resultat. Utendørsklatring på Hauktjern, og buldring i Østmarka.

Konkurransedeltagelse

Arrangerte en vennlig buldrecup med LIK Klatring, Klatregruppa Juss og BI Athletics Klatring.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Januar: Prøvetreninger på Blindern. Dugnad på buldrerrommet.

Februar: Prøvetreninger/studentenes dag på Vulkan



Mars: Planlegging tur til Bohuslän, sosialt før fredagsklatring. Oppstart mandagsklatring på Gneis.

April: Bohuslän-tur

Mai:

Juni: Klatretur samarbeid med OSI friluft til Hægefjell

Juli: fredagsklatring gjennom sommerferien

August: Tradkurs

September: Studentenes dag

Oktober: Halloweenfest

November: Buldrecup for studenter i Oslo

Desember: Julebord i styret

Januar 2026: Brit Rock filmvisning

Integrasjon

OSI Klatring har en stor andel utenlandske medlemmer, all vår kommunikasjon til medlemmene skjer på både engelsk og norsk. Mye arbeid går i å svare på spørsmål tilsendt fra medlemmer eller potensielle medlemmer, opptil flere spørsmål daglig. Her har vi forbedret nettsiden vår for å informere bedre.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

I vår har vi hatt noen utendørs buldring arrangementer, men mindre enn i fjor, og med et greit oppmøte. På starten av semesteret holdt vi prøvetreninger, med stor pågang. Fredagsklatring på Vulkan har generelt hatt stort oppmøte, og vi ser på ytterligere måter å utvide tilbudet vårt.

Vi har hatt dugnad på buldrerrommet både i vår, men ikke i høst, og har fått gode tilbakemeldinger på jobben. Ansvarlig har også puttet ekstra arbeid inn.

Vi har hatt teknikk-kurs, holdt taukurs som vanlig, og hatt en god drift, vi har trappet opp antall turer slik vi har innstilt oss for. Vi har hatt tradkurs og redningskurs. Kjernen av hva vi driver med har holdt seg godt, og vi fortsetter å utvide tilbudet vårt.

Idrettslig (treninger og kurs)

Treninger og kurs ble avholdt i all hovedsak på høstsemesteret. Vi utdannet 3 nye instruktører i høst, for å holde tritt med utskiftning fra forrige generasjon. Vi har vervet en ny utendørsinstruktør, og utdannet to nye. Vi har jobbet med å utvide og forbedre klatretilbudet til våre medlemmer dette året. Det er en stor interesse for klatring blant studenter og det har vært viktig for oss å forsøke å gi et så godt tilbud som mulig som er tilgjengelig for flere, dermed har vi brukt flere arenaer (OKS, Vulkan og Gneis) enn før for å ha nok areal til å drive på med den idretten vi elsker, vi ser nå på å utvide dette ytterligere.

Sosialt

Vi har avholdt flere sosiale arrangementer: kurs, turer, lavterskel konkurranser og eventer, oppfordret til å tilbringe tid sammen etter fredagstreninger gjennom hele året (dratt ut for en drink eller mat), mye som nevnt ovenfor. Vi planlegger å utvide med flere fellestreninger dersom midlene tillater det. Vi har hatt et veldig hyggelig julebord i styret med dram og dans. Vi har startet en egen sosial komitee som har bidratt stort til å lage kule lavterskel evenementer og som vil fortsette med det i året som kommer.

Administrativt

Dugnader og tilstedeværelse i buldrerrommet på Blindern er viktig for å opprettholde buldre-tilbudet, idrettsånden og det sosiale rommet som vi har tilhørighet til. Vi har oppdatert buldrerrommet for å kunne tilby noe mer buldring for interessenter, ved hjelp av et konsept som kalles "spray-wall". Vi er spente på tilbakemeldingene fra brukere.



Tilstedeværelse på søndagstreningene, har vært en suksess og vi er glade for å kunne videreføre tilbudet.

Medlemskommunikasjon og inn/utmelding har blitt en stor oppgave, men vi forsøker det beste vi kan og har god dekning.

Vi har utarbeidet interne maler for å tilgjengeliggjøre bedre planlegging for alt fra indre arrangementer til turer og samlinger. Dette hjelper også med økonomien.

Vi har fortsatt arbeidet med å utarbeide veiledninger til dokumentasjon for å bevare kunnskap for styrets roller gjennom utskiftninger i verv.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

OSI Klatring ønsker å fortsette å jobbe for et godt klatretilbud og miljø i klubben. Vi ønsker gjerne å opprettholde tilbudet vårt noe for å møte ønskene til medlemmene våre. Klatring er svært populært, og den andre mest voksende sporten i Norge.

Idrettslig

Vi vil fortsette å tilby et godt klatretilbud til medlemmene våre, og sørge for gode fasiliteter for dette. Vi vil gjerne beholde tilbudet vårt, noe som ikke hadde vært mulig uten arealpotten. I denne omgangen forsøker vi med gjenstående midler fra forrige pott.

Gjennom å utdanne og verve nye instruktører sørger vi for å kunne opprettholde tilbudet vårt og utvikle kompetansen i klubben. Ved hjelp av våre nye kurs utvider vi tilbudet vårt for nybegynnere, og håper dette kan tilgjengeliggjøre sporten enda mer for nykommere.

Vi ønsker å ha et bredt tilbud for hverdagslig klatring, for å holde våre medlemmer aktive, og imøtekomme ny etterspørsel fra popularitetsøkningen. Det er nesten sprengt kapasitet på Vulkan, og klatring på Klatreverket og Gneis har vært fullt hver gang.

Sosialt

Vi ønsker å fortsette våre ukentlige treninger og klatretider, samt dugnader og konkurranser på buldrerrommet. Videre har vi et ønske om å arrangere turer og sosiale eventer i Norge og omringende områder for å være bærekraftig - så godt det lar seg gjøre. Vi fortsetter Bohustradisjonen. Det sosiale i styret har vært svært bra det siste semesteret og vi ønsker å fortsette dette.

Administrativt

Vi vil fortsette med våre månedlige styremøter. Hvor vi motiverer og engasjerer til opprettelse av nye ideer for å bedre vårt klatretilbud.

Vi vil fortsette å forbedre den interne strukturen i styret vårt. Engasjementet i styret er stigende, og vi ønsker å jobbe for at vårt arbeid kan ha en støttende effekt for generasjonene fremover. Dette ønsker vi å oppnå gjennom bedre retningslinjer for alt fra opplæring til dokumentasjon av arbeid.

OSI KARTKOMITÉEN

Leder: Øivind Due Trier

Nestleder:

Økonom: Øivind Due Trier

Sekretær:

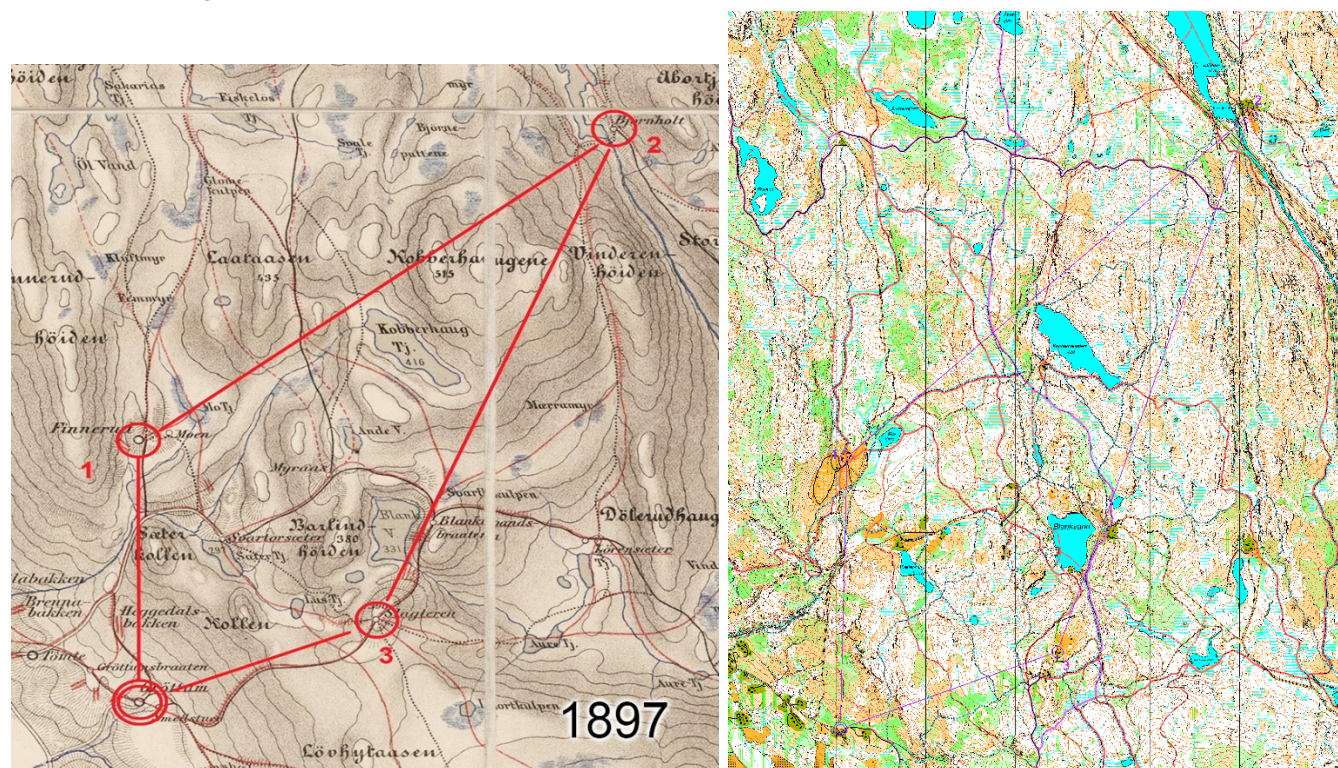
Styremedlem:

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.

Som en kuriositet kan det nevnes at verdens første orienteringsløp ble arrangert i 1897 fra Grøttum i Sørkedalen. Deltagerne gikk på ski. Hele løypa var innenfor OSIs nåværende kartområde i Nordmarka (figur 1).



Figur 1. Løypa for verdens første orienteringsløp. Venstre: Datidens kart. Høyre: Moderne orienteringskart.

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Det har i løpet av 2025 ikke vært avholdt formelle styremøter.

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. I noen enkeltår (2018, 2023, 2024 og 2025) har vi mottatt støtte fra Sparebankstiftelsen.

Ved starten av 2025 hadde kartkomitéen en positiv egenkapital på kr. 30 820,16. Vi hadde inntekter på kr. 250 101,- og utgifter på kr. 264 609,02. Dette resulterte i et underskudd på kr. 14 508,02. Egenkapitalen per 31. desember 2025 er dermed redusert til kr. 16 312,14.

Kartkomitéens egenkapital har svingt veldig fra år til år. I 2018 hadde kartkomitéen et overskudd på kr. 90 000. Ved starten av 2018 hadde kartkomitéen en negativ egenkapital på kr. -66 000. Dette skyldes hovedsakelig at spillemiddelstøtte utbetales etterskuddsvis. Overskuddet i 2018 skyldes hovedsakelig utbetalt støtte fra Sparebankstiftelsen DNB, som ble utbetalt før alle utgiftene hadde påløpt.

Utgiftene i 2025 har gått til trykking av turkart Nordmarka syd til kr. 138 839,- synfaring og tegning av orienteringskart på 98 550,-, utgifter til stolpejakten på kr. 25 000,-, samt andre utlegg på kr. 2 220,-.

Totale inntekter på kr. 250 101,- besto av spillemiddelstøtte på kr. 87 000,-, støtte fra Sparebankstiftelsen på kr. 60 000,-, støtte til stolpejakt på kr. 41 000, og kartsalg på kr. 58 261,-.

VIRKSOMHET

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 Skiklubs turorientering var den største kartsalgskunden med kr. 32 168, dette var for bruk av OSIs kart til deres turorientering i 2025. OSIs egne rankingløp har gitt grunnlag for internoverføring fra OSI orientering på kr. 3 840 for kartsalg. Inntekt fra turkartsalg var kr. 24 848,-, øvrig kartsalg kr. 1 245,-.

Utarbeidelse av kart

Bakgrunnen for den store produksjonen av nye o-kart de siste 14 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, 2016, 2021 og 2024, 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 2013-2025 med igangsetting av flere kartprosjekter. Kartfondet, spillemidler, samt salg av turkart har gitt oss økonomi til å gjennomføre dette. Vi har i tillegg mottatt støtte fra Sparebankstiftelsen for nødvendig oppdatering av eksisterende kart.

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 årene 2018-2020, men ble arrangert i 2021, 2022 og 2024 fra den nyoppbygde KSI-hytta, og fra Studenterhytta i 2023 og 2025.

Pågående kartprosjekter i 2025-2026:

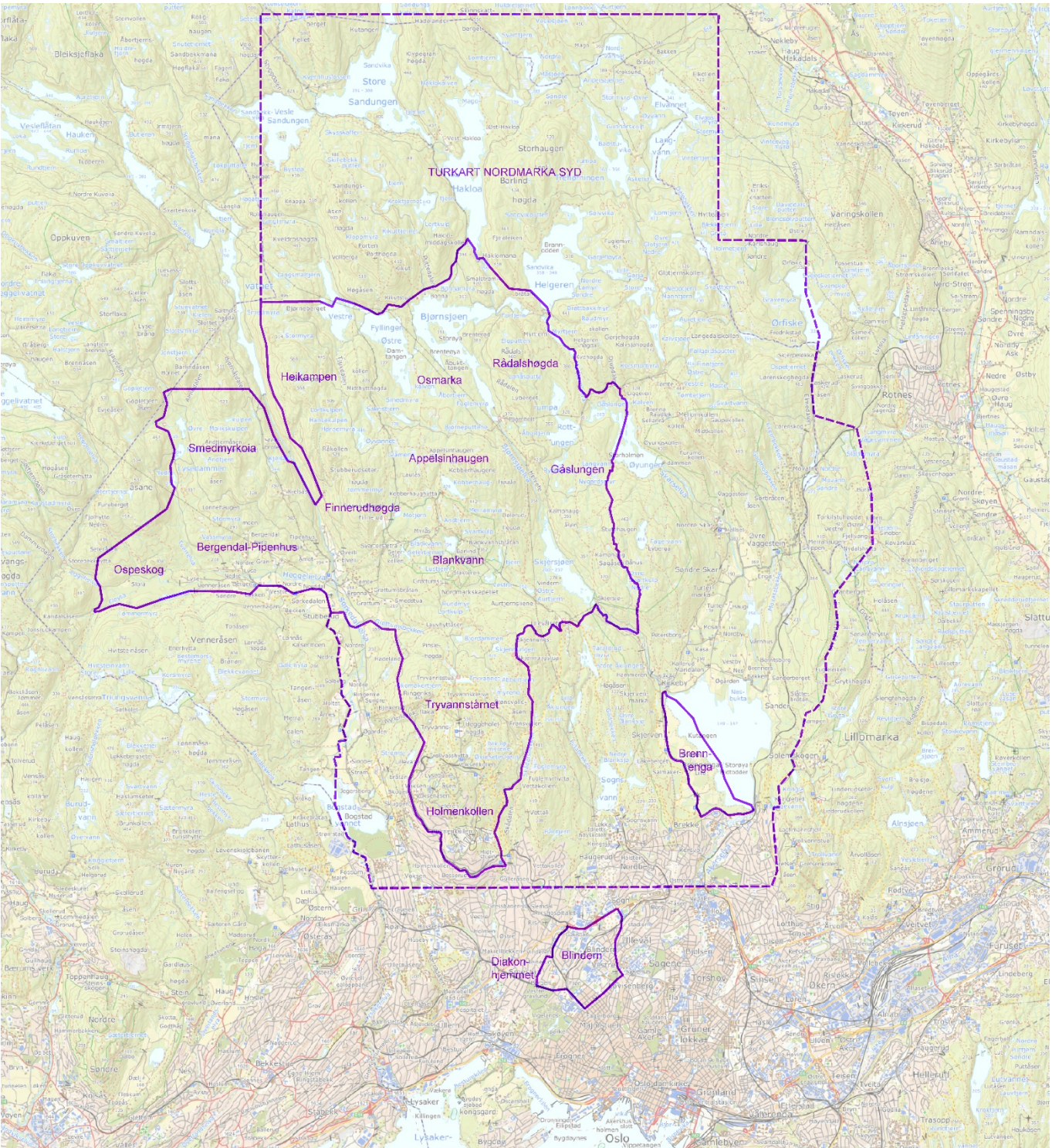
Turkart Nordmarka syd, ny utgave trykket i 1500 eks. januar 2025. Det nye kartet Smedmyrkoia samt deler av det nye kartet Ospeskog inngår. Vi fikk oppdatert nye hogstfelt i 2024 med støtte fra Sparebankstiftelsen. Oppdatering av nye hogstfelt vil fortsette under forutsetning av støtte fra Sparebankstiftelsen.

Ospeskog, 4,2 km². Kartområdet er dekket av tidligere kart Lyse (1981) utgitt av Fossum IF. Synfaring av Lenny Enström startet i 2024 og ble ferdig i 2025. Vi vil inngå en avtale med Fossum IF, som i korthet går ut på at OSI tar alle utgifter og inntekter på den nye utgaven, men med mulighet for at Fossum IF kan bekoste en ny utgivelse i framtiden.

Stuteskallen og Otertjernsåsen, 2,5 + 2,5 km². Kartområdet er dekket av tidligere kart Otertjern (1975?) utgitt av Fossum IF. Synfaring av Lenny Enström starter i 2026. Vi vil søke om støtte fra Sparebankstiftelsen slik at kartet kan bli fullfinansiert.

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. Ocad 2018 (og nyere) kan fra laserdata lage høydekurver og vegetasjonshøydekart. Dermed er vi ikke lenger avhengige av å betale for konstruksjon av kartgrunnlag til synfaring. Oslo kommune fikk gjort en ny laserskanning av Nordmarka i 2024, og vi fikk tilgang til denne i 2025.

Kartoversikt



Figur 2. OSIs kartområder er markert med heltrukket lilla avgrensning. Stiplet linje viser området som dekkes av turkart Nordmarka syd, som er utgitt av tre klubber i samarbeid: OSI, Nydalens Skiklub og Heming Orientering.

kartarkiv	Kartnavn	Areal km ²	Gammel utgave	Ny utgave	Kommentar
1517	Stuteskallen-Otertjern	5,0	1975?	2026	Støtte fra Sparebankstiftelsen. Inngå avtale med Fossum IF
1204	Ospeskog	4,0	1981	2025	Spillemidler innvilget 2024. Skal inngå avtale med Fossum IF
	Turkart Nordmarka syd	200	2013	2025	Trykket nytt opplag i januar 2025.
1150	Smedmyrkoia	5,8	-	2024	Godkjent av kretsen i 2024.
1196	Blindern	2,4	2007	2025	Sprintkart. Støtte til revisjon fra Stolpejakten
1208	Diakonhjemmet	0,4	-	2024	Sprintkart.
1203	Brennenga	1,4	-	2021	Godkjent av kretsen i 2022

1206	Gåslungen	6,5	-	2020	
1209	Svartor	9,8	2010	2019	
1209	Grøttum	3,8	2008	2019	
1205	Osmarka	7	1997	2018	
1201	Finnerudhøgda	3,6	1997	2017	
1202	Heikampen	7	-	2016	
1151	Appelsinhaugen	5,8	1997	2015	
1200	Rådalshøgda	7	-	2016	
1210	Tryvannsåsen	15	2004	2014	Delvis revisjon av Heming i 2019
1197	Bergendal	2,8	2013	2021	Samarbeid med Fossum IF
1198	Pipenhus	4,2	2013	2021	Samarbeid med Fossum IF
1211	Holmenkollen	4,2	2006	2012	Delvis revidert til Nordmarkskarusellen 2017
	(Løvli nord)	18,9	1989	2022	NM lang 2022 IL Tyrving. OSI har sagt fra seg kartrettighetene
	(Løvli syd)	13,4	1987	2022	NM lang 2022 IL Tyrving. OSI har sagt fra seg kartrettighetene

Stolpejakt

I 2022 arrangerte OSI for første gang stolpejakt. I 2025 ble 22 stolper plassert i området mellom Ullevål stadion og Majorstuen, og 13 stolper i Nordmarka fra Frognerseteren til Kobberhaugen. 7971 personer har deltatt og registrert i gjennomsnitt 7 stolper hver. Antall unike deltagere per stolpe har vært fra 614 (Appelsinhaugen) til 5179 (gangbru ved NGI og Ullevål stadion). Vi har mottatt støtte fra Miljødirektoratet på kr. 27 000,- for stolpene i bebyggelsen og kr. 14 000,- fra Oslo kommune for stolpene i Nordmarka. Deltagerne kunne enten laste ned en kartbrosjyre og skrive ut selv, eller navigere med kart på mobilappen Stolpejakten. Stolpene i bebyggelsen sto ute fra 19. april til 31. desember 2025, mens stolpene i Nordmarka sto ute fra 10. mai til 16. november 2025. Det skal lages en egen rapport for stolpejakten.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi har sluttført synfaring av det nye kartet Ospeskog i Sørkedalen, og har fått innvilget søknad om støtte fra spillemidler på 38% av kostnadene. En liten revisjon av sprintkart Blindern ble gjort våren 2025. Et nytt opplag av turkart Nordmarka syd ble trykket i januar 2025 på vannfast papir.

Vi hadde et underskudd på kr. 14 508,02, og egenkapitalen er nå redusert til kr. 16 312,14 per 31.12.2025.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

1. Synfaring og tegning av kartprosjektet Stuteskallen-Otertjernsåsen, med støtte fra Sparebankstiftelsen.
2. Ingen stolpejakt i 2026, men vi planlegger å ta det opp igjen på nye kart i Sørkedalen i 2027, forutsatt tilfredsstillende støtte fra Miljødirektoratet og Oslo kommune.
3. Salg av kart: Opprettholde turorienteringen i Nydalens Skiklub som en viktig kunde. Selge det nye turkartet. Fortsette med kartsalg til lokale løp inkludert rankingløp.
4. Norges Orienteringsforbund har innført et nasjonalt kartarkiv: <https://kartarkiv.no>. Det vil påløpe en årlig kostnad på kr. 1000 per klubb per år for en minimumslisens. Kretsen ønsker å knytte godkjenning av kart opp mot kartarkivet. OSI må legge inn avgrensningen av sine eksisterende kart, og vurdere om vi ønsker å tilby salg av kart. Løsningen tilbyr også versjonskontroll av ocadfiler. Vi må i så fall klippe opp den store ocadfila for OSI, Nydalen og Heming i mindre deler.

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

Administrativt

Rekruttere nye medlemmer til kartkomitéen.

OSI Gruppenavn – OSI Langrenn

Styret i 2025

Leder:	Aslak Bratteland
Nestleder:	Caspar Van Doorn
Økonom:	Herman Jakob Haugaa
Styremedlem:	Ingvild Fossgård
Styremedlem:	Mari Andrea Dervo

Administrasjon

Styrearbeid

I 2025 ble det valgt inn nytt styre. Det nye styret har hatt et velfungerende samarbeid og gjennomført to styremøter, ett på våren og ett på høsten. Styrets fokus har hovedsakelig omhandlet å tilrettelegge for ukentlige fellestreninger, samlinger og skirenn. I tillegg til dette har lave medlemstall og deltakelse på fellestreninger vært tema. Vi synes det er utfordrende å skaffe engasjement og deltakelse i langrennsgruppa. Vi har diskutert mye om hvordan vi kan løse dette, men har ikke klart å se de store resultatene av det enda. Samtidig har antall fremmøtte økt de siste ukene, så det er noe vi ønsker å bygge videre på! I løpet av høsten valgte vi å ha en liten pause med fellestrening grunnet lite oppmøte på trening. vil arbeide videre med disse utfordringene i 2026.

Ekstern Representasjon

Vårsemesteret og vintersesongen innebar ulike sportslige arrangementer. I hovedsak innebærer dette deltakelse på La Diagonela (4 deltagere) og Birkebeinerrennet (8 deltagere). Flere medlemmer deltok også i flere renn på eget initiativ; Holmenkollmasjen, Vasaloppet og Marcialonga.

Økonomi

Klubbens dugnadsarbeid var hovedsakelig å arrangere skikurs for internasjonale studenter ved UiO. Kurset består av ett felles teorikurs og fire praktiske økter i Snøparken på Sognsvann. Dugnadsarbeidet skaffer oss inntekt på 20 000kr. Vi ønsker å foreslå en liten økning ettersom vi nå ha mottatt samme beløp i flere år.

Vi har hatt en inntekt på 3010 totalt fra medlemsavgifter. Av andre inntekter har vi hatt en inntekt på 4400 på egenandeler. Vi har i løpet av året hatt tre store arrangement hvor vi har brukt penger. Dette er utenlandstur til Sveits for deltakelse på La Diagonela, tur til Lillehammer med deltakelse på Birkebeinerrennet og treningsleir i Torsby på høsten.

I tillegg har OSI Langrenn i skisesongen 2024/2025 hatt en samarbeidsavtale med Braasport på 50% rabatt på prepp og slip av ski. Denne avtalen er videreført for sesongen 2025/2026, men nå med 30% rabatt på slip og prepp. Grunnen til 30% denne sesongen er at vi da får samme rabatt som ansatte hos Braasport.

Idrett/Aktivitet

Trening / instruksjon

Vi har gjennomført 1 fellestreninger i uka, men på grunn av manglende engasjement og interesse hadde vi en liten pause fra midten av oktober til desember (i påvente av

skiføre). I sesong har økta på ski bestått av intervaller i lysløypa på vestsiden av Sognsvann, og ved interesse har vi også arrangert skiturer på lørdager/søndager i Nordmarka i roligere tempo.

Intervalløktene legges gjerne til et område der vi går opp og ned en bakke. På den måten tilrettelegger vi for at deltakere på ulike nivåer kan delta på samme trening uten å føle at de blir fragått. Langturene i helgene tas som regel litt på sparket, og varieres gjennom sesongen. Vi lufter interessen i Facebookgruppa først. Gjennom sommer og høst hadde vi én løpeintervall i uka, fra Sognsvann til Frønsvollen, i tillegg til rulleski i Maridalen og rolige løpetur i helgene ved interesse. Intervalltreningen var hovedøkta og her oppfordrer vi alle til å delta uavhengig av nivå. For å delta på rulleskiintervallene oppfordrer vi til at alle har noe erfaring på rulleski fra før, da dette er litt mer teknisk krevende. De rolige løpeturene i helgene har også som hovedmål å være en sosial arena for medlemmene. Her er det pratetempo, og turen går gjerne innom en markastue for en bolle eller vaffel.

Treningsleire/samlinger

I januar dro vi fire stk til Sveits for å delta på La Diagonela. Kjempetur, men skulle gjerne hatt med oss flere. I mars arrangerte vi tur i forbindelse med Birkebeinerrennet. Turen ble en suksess både sportslig og sosialt.

I oktober dro 6 medlemmer til Torsby på helgesamling for å gå i en innendørs skihall. Dette var en fin tur med felles treninger og måltider. Vi leide en leilighet.

Vi hadde også en hjemmesamling i oktober. Da arrangerte vi en liten «treningsleir» torsdag-søndag med to treninger om dagen.

Konkurransedeltagelse

I februar arrangerte vi to klubbrenn (skøyting og klassisk stil) i Linderudkollen. I tillegg til dette har vi hatt deltakelse i Birken, La Diagonela, Holmenkollmasjen, Vasaloppet osv.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Fellesturen til Lillehammer i forbindelse med Birken er et viktig sosialt arrangement for oss. I tillegg til turen til Sveits. De litt roligere øktene er fine arenaer for oss å bli bedre kjent med.

Oppsummering av året

Generelt

OSI Langrenn har hatt et år som har vært preget av idrettsglede og treninger, men dessverre også av et lavere aktivitetsnivå og deltakelse enn vi håpet på. Vi hadde 13 betalende medlemmer da året var omme. Det er likt som i 2024. Vi har fått inn 3-4 nye medlemmer som er ivrig på å skape engasjement i og rundt gruppa. Dette er lovende for de neste årene. Vi har fått gjennomført gode fellestreninger med kontinuitet på tross av at vi reduserte treningstilbudet på slutten av høsten.

Vi har deltatt på foreningsdagene ved OsloMet og UiO. Vi får en del spørsmål og oppmerksomhet fra internasjonale studenter, men ikke så mange som har et forhold til/tidligere erfaring med langrenn. Deltagelsen på trening daler utenom sesong, dette er dumt, da vi ser at vi er en veldig imøtekommende og inkluderende gruppe med trivelige folk fra ulike studieretninger. I sesong er vi flere, det gir også mening ettersom de fleste som er medlem i OSI Lagnrenn ønsker å gå på ski, og har kanskje andre treningstilbud utenom sesong. Vi vil fortsette å arbeide for å få flere deltakende medlemmer som kan ta gruppa videre i fremtiden.

Idrettslig

OSI Langrenn er en idrettsklubb for studenter for alle nivåer, og oppfordret også de på lavere nivåer til å delta og engasjere seg! Vi ønsker å ha en sunn balanse mellom studenter som kun ønsker å gå rolige sosiale skiturer og studenter som ønsker å delta i renn og trene oppimot flere høyintensitetsøkter i uka.

Sosialt

Ettersom vi har vært færre på trening i år har det sosiale miljøet blitt litt mindre. Vi som er i «kjernen» er gode venner og trives godt sammen, men vi skulle gjerne fått flere medlemmer. Turen til Birken var som sagt en suksess og de som var med var veldig fornøyd. Vi skulle gjerne sett at flere av de som deltok der fortsatte å bli med på treninger utover våren og høsten. I 2026 vil vi prioritere sosiale arrangement i større grad enn i 2025 og håper det kan øke interessen for gruppa.

Administrativt

Styret har hatt et godt samarbeid gjennom året og gjennomført arbeidsoppgavene de ulike vervene innebærer. Vi har stor takhøyde for diskusjoner og hvordan vi skal løse utfordringer. Det er bra.

Målsettinger for 2025

Generelt

Hovedmålet vårt vil være å rekruttere nye medlemmer til OSI Langrenn og fortsette å arrangere fellesturer til konkurranser, som for eksempel Birken. Vi ønsker å arrangere flere sosiale aktiviteter og optimalisere treningstilbudet vårt i enda større grad for å gjøre det mer attraktivt og engasjerende for medlemmene våre.

Idrettslig

Vi ønsker å fortsette med den gode kontinuiteten vi har med fellestreningene våre og øke treningene tilbake til to i uka. Spesielt i sesong. Vi ønsker å fortsette å arrangere klubbmesterskap og tilby et variert treningstilbud for medlemmene våre gjennom hele året.

Sosialt

Arrangere flere sosiale arrangementer for medlemmene våre. Det kan være for eksempel på turer, sosiale turer i Marka, eller andre ting. Dette er høyt prioritert for 2026 og noe vi allerede planlegger i nærmeste fremtid.

Administrativt

Vi ønsker å fortsette å være et inkluderende og engasjert styre som er motiverte for å gjøre OSI Langrenn til en attraktiv og sosial gruppe å være medlem av i studietida. Et stort mål for oss vil være å rekruttere nye medlemmer for 2026. Dette vil sikre gruppens videre drift i fremtiden.

OSI ORIENTERING

Styret i 2025

<i>Leder:</i>	<i>Mikael Olausson</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Marie Helene Hansen</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Øivind Due Trier</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Det har ikke blitt avholdt noen fysiske styremøter i 2025. Styrearbeidet har bestått av besvarelse av e-post fra personer som kontakter oss, økonomiarbeid, finne arrangører til våre Rankingløp (regelmessige orienteringsløp vi arrangerer til inntekt for klubben). Det som har måttet avklares i styret, har skjedd via e-post.

Ekstern Representasjon

Lenny Enström deltok på Norges orienteringsforbunds kartkonferanse 15.-16. november 2025 på Sørmarka konferansesenter.

Økonomi

Med inntekter på kr. 60 387 og utgifter på kr. 58 479 ble det et lite overskudd på kr. 1 908.

Inntekter:

Salg tøy (gammelt design)	kr. 100
Medlemskontingenter	kr. 2 061
Egenandeler startkontingenter	kr. 8 140
Startkontingenter rankingløp	kr. 49 810
Valutagevinst	kr. 6
Sum inntekter	kr. 60 387

Utgifter:

Utstyr til rankingløp	kr. 3 508
Kontingent kretsen	kr. 2 100
Startkontingenter o-løp	kr. 27 005
Løpsavgift NOF	kr. 840
Leie av kart til rankingløp	kr. 16 125
Matstasjon Kjempesprekken	kr. 820
NOFs kartkonferanse	kr. 4 145
Mat sosiale tilstelninger	kr. 3 936
Sum utgifter	kr. 58 479
Overskudd	kr. 1 908

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Trening: Øivind Due Trier har vært trener både i vår- og høstsemesteret. Vårsemesteret ble det arrangert 13 fellestreninger, mens det i høstsemesteret ble arrangert 15 treninger. Treningene har blitt holdt fra Sognsvann, bortsett

fra de siste høsttreningene som ble arrangert fra Blindern. Det var egne Facebook-arrangementer for hver trening. Vi hadde mange nye studenter som deltok på disse treningene.

Rankingløp: I 2025 har vi arrangert totalt 24 løp sammen med samarbeidsklubben IL GeoForm, men i år også noen få av Heming og Vestre Akers Skiklubb. OSI Orientering arrangerte 10 stk (ett færre enn i 2024). Som de forrige årene har det vært en ekstra stor dugnadsinnsats fra Øivind Due Trier, som har vært hovedarrangør av over halvparten av alle løpene til OSI. Rankingløpene er treningsløp vi arrangerer for at vi skal få et lavterskel konkurransetreningstilbud, og de er også vår viktigste inntektskilde. Det er som regel 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 80 til 150 deltakere på disse løpene. Det ligger mye arbeid bak disse treningsløpene, og de 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 i Oslo.

Et av disse Rankingløpene er Kjempesprekken som ble arrangert 27. september fra Studenterhytta. Dette er et omfattende arrangement med ekstra lange løypelengder, arrangert langt inne i skogen. Dette er et tradisjonsrikt løp som har vært arrangert i mange år.

Treningsleire/samlinger

20. - 22. juni ble det arrangert hyttetur til Geilo i forbindelse med det internasjonale arrangementet O-festivalen (det største orienteringsarrangementet i Norge). Det var 6 stk fra klubben som deltok på O-festivalen.

Konkurransedeltagelse

Vi har hatt en del konkurransedeltakelser i år, 203 (194 i 2024 og 152 i 2023) i Norge viser arrangementssystemet Eventor (men dette viser ikke alle mindre løp, så tallet er ennå høyere).

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Felles hyttetur til Geilo i forbindelse med det store arrangementet O-festivalen. I tillegg hadde vi sesongavslutning med pizza etter den siste treninga i desember.

Integrasjon

O-gruppa ønsker å være en lavterskelklubb som har plass til både nybegynnere og erfarne løpere. Treningene har hatt differensiert nivå og har vært tilrettelagt for både nybegynnere og erfarne. De første treningene i hvert semester har også hatt grunnleggende opplæring for nybegynnere.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Aktiviteten har vært stabil fra i fjor, omtrent like mange treninger, konkurransedeltakelse og våre ukentlige treningsløp.

Som i fjor har vi i år hatt få studenter som er med på terminfestede konkurranser, men vi har derimot hatt god deltakelse på treningene våre. Vi merker fortsatt 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, og for dem med erfaring. For at klubben skal fortsette som tidligere, arrangere o-tekniske treninger og 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 treningsløp og gjøre styrearbeid. Dette jobber vi for at kan tas over av studenter.

Idrettslig

Vi har hatt litt flere deltakelser på o-løp i år enn i fjor, og flere unike deltakere.

Sosialt

- Hyttetur til Geilo i juni
- Sesongavslutning med pizza i desember

Administrativt

Arbeidet som er lagt ned er hovedsakelig av typen arbeid som må gjøres. Det gjelder økonomiarbeid, finne arrangører til Rankingløpene og svare på e-post som vi mottar fra studenter og andre.

MÅLSETTINGER FOR 2026***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

Idrettslig

Vi ønsker å fortsette med ukentlige treninger og treningsløp, og ikke minst fortsette å arrangere det legendariske løpet Kjempesprekken.

Vi vil fortsette å engasjere medlemmer til å bli aktive orienteringsløpere, og helst få med flere medlemmer på konkurranser og større løp.

Sosialt

Vi ønsker å arrangere en hyggelig sosial ramme rundt vårt høstløp, "Kjempesprekken". Vi ønsker også å få til en sosial fellestur til et stort orienteringsløp.

Administrativt

Ingen endring i forhold til året 2025.

OSI PADEL

Styret i 2025

Leder:	Andrey Jensen
Nestleder:	Åsmund Johannes Lie
Økonom:	Frøy Hoftun Hedemark
Sekretær:	Andrey Jensen
Styremedlem:	Brage Plukkerud Hassel

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

- Årsmøte
- Representantskapsmøte
- Infomøte

Økonomi

- Hadde i utgangspunktet god og positiv økonomi, men fikk nettopp beskjed om at klubben har gjort en feil i føringen av treningsavgifter for høst 2025, og at vi da sitter med 39.080kr mindre enn det som var synlig i Power Office. Skaden kan reduseres ved godkjenning av arealpott-søknaden vår. Ellers må treningsavgiftene økes til høsten 2026 , samt. at tilbudet må reduseres betraktelig

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

- Vi hadde i utgangspunktet minst 2 treninger i uken. Mandager 18:00-19:30 på Nordic Padel Rødtvet og fredager 15:00-17:00 på Nordic Padel Økern
- Ekstra økter utenom de vanlige treningene ble arrangert etter ønske og med mye frivillig innsats fra andre medlemmer for andre medlemmer
- Eksempler er uteøkter på Ullern & Sagene når været tillot det

Treningsleirer/samlinger

- Påmelding til treningsleirer skjedde på eget initiativ blant klubbens medlemmer

Konkurransedeltagelse

- Medlemmer meldte seg på turneringer og konkurranser på eget initiativ og representerte klubben i OSI tøy
- Vi har hatt medlemmer som har deltatt på studentlekene i Bergen og padel-turnering i Kristiansand

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

- Opprettet en sosialkomité ledet av Aleksandra Wergeland (var ikke en del av styret i 2025)
- Komiteen har hatt ansvar for planlegging og gjennomføring av sosiale sammenkomster
- Det har blitt arrangert sosiale aktiviteter omtrent én gang i måneden
- Arrangementene er åpne for alle
- Oppmøtet har generelt vært godt, med noe lavere deltakelse på quiz-kvelder og høy deltakelse på de større arrangementene.
- Eksempler på arrangementer i 2025
 - o Quiz-natt
 - o Sommeravslutning
 - o Oktoberfest
 - o Julebord/vinteravslutning

Integrasjon

- Har hatt stort fokus på lav terskel og inkluderende miljø
- Mange medlemmer melder seg på/møter opp alene og finner raskt både spillepartnere og et sosialt nettverk i klubben
- Nye medlemmer blir godt tatt imot, spesielt utvekslingsstudenter
- Treninger og spill organiseres i hovedsak etter nivå
- Nivåinndelingen fungerer stort sett godt, selv om det av og til kan være noe store sprang i midten
- Miljøet oppleves totalt sett som sosialt og inkluderende, men til tider noe oppdelt

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

- 2025 har vært et svært godt år for OSI Padel
- Klubben har hatt 60 medlemmer vår- & høst-semesteret
- Aktiviteten og engasjementet i klubben har vært høyt

Idrettslig

- Det idrettslige tilbudet har blitt bedre enn året før
- Det har vært jevn og god deltakelse på treninger

Sosialt

- Det sosiale tilbudet har blitt mye bedre enn tidligere år
- Sosiale arrangementer har bidratt til økt trivsel og samhold i klubben
- Det generelle miljøet i gruppen oppleves som godt

Administrativt

- Styret har fungert bra gjennom året
- Det har blitt jobbet med å forbedre struktur og rutiner i driften
- Den administrative driften har vært ryddig og velfungerende

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

- Jobbe for å rekruttere flere medlemmer til høsten, dersom økonomien tillater det
- Øke aktivitetsnivået i klubben
- Skape mer aktivitet også utenfor banen

Idrettslig

- Arrangere 1–2 flere konkurranser
- Bedre deltagelse på flere eksterne konkurranser og turneringer
- Videreutvikle det sportslige tilbudet i klubben

Sosialt

- Arrangere flere sosiale sammenkomster
- Jobbe for bedre oppmøte på arrangementer
- Fortsette å ha stort fokus på inkludering og lav terskel
- Hyttetur
- Padel-tur til Spania

Administrativt

- Videreutvikle struktur og rutiner i klubben
- Jobbe for en enda mer effektiv og oversiktlig drift
- Gjøre det enklere å rekruttere folk til verv og roller

OSI PARDANS

Leder:	Ragnvald Håland Svendsen
Nestleder:	Juozas Zabarauskas
Økonom:	Greta Kaupaite
Sekretær:	Kirsten Rebekka Aasbø
Medlemsansvarlig:	Christina Gisela Schmitz
Webmaster:	Christina Gisela Schmitz
Markedsføringsansvarlig:	Christina Gisela Schmitz, Madelen Velasques Howard
Instruktøransvarlig:	Juozas Zabarauskas
Kursansvarlig:	Heidi-Christin Bernhoff-Jacobsen

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret jobber med planlegging av alle aktivitetene og jobber for et godt miljø i klubben.

Vi jobber for å øke medlemsmassen med promotering og hyggelige aktiviteter, som sosialdans og fester for å oppnå økt fellesskap, trivsel og lojalitet. I tillegg til kjerne-virksomheten som er å opprettholde en god og variert kursplan med gode instruktører på kursrekkene.

Ekstern Representasjon

Vi har deltatt på Foreningsdagene ved UiO og Kristiania både i vår og høst-semesteret, men fikk ikke plass på OsloMet. Vi håper at vi kommer til å bli prioritert i 2026.

Våre medlemmer har deltatt på konkurranser (Østlandsserie, Norgesserie) i regi av Norges Danseforbund.

Vi har deltatt på Oslo Operaball med en stor gruppe av medlemmer.

Styret har deltatt på et representantskapsmøte i regi av hovedstyret i OSI.

Våre dansere har også deltatt på European Tournament for Dancing Students (ETDS) i Zürich på våren og Düsseldorf på høsten.

Økonomi

Vi har jobbet godt med prising av kurs og lønnskostnader til instruktørene. Betydelig økt medlemsmasse førte til større inntekter. I tillegg fulgte styret opp i større grad medlemmer som ikke betalte medlemsavgift. Vi har oppnådd et stabilt resultat og sunn økonomi. Mer ressurser ble brukt på markedsføring på Facebook og gjennom tradisjonelle plakater og flyers.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Vi avholdt varierte kursrekker i pardans, forskjellige dansestiler og ferdighetsnivåer. To nye stiler ble reintrodusert. Det er West Coast Swing og Argentinsk tango. Disse kursene har hatt god oppslutning.

Vi arbeider med å opprettholde høyt nivå på instruktører og kurs.

Treningsleire/samlinger

Utover våre vanlige dansekurs, har vi avholdt følgende:

Det har og blitt arrangert workshop i Latin teknikk på våren og minikurs på høsten med Emma Eriksen som er tidligere Norgesmester i Latin.

Vi arrangerte workshop i europeisk (ballroom) tango med Lillian Aasebø fra Skal vi danse.

Konkurransedeltagelse

Våre dansere i Standard og Latin har deltatt på diverse konkurranser, Østlandsserier og Norgesserier underlagt Norges Danseforbund. Det har vært mange deltagere/dansepar. Våre konkurransedeltagere har oppnådd flotte resultater med flere 1, 2. og 3. plasser.

Våre dansere har også deltatt på European Tournament for Dancing Students (ETDS) i Zürich på våren og Düsseldorf på høsten også med gode resultater.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Vi har avholdt flere dansefester med introduksjonskurs i en av klubbens dansestiler. Dansefestene ble avholdt på varierte lokasjoner. Blant annet Chateau Neuf på Majorstuen og Escape på Institutt for Informatikk, samt SoBar74 i Oslo sentrum.

Vi avholder ukentlige practice-sessions for standard og latin, da dette er en stil med 10 forskjellige danser, og det gir danserne ekstra tid til å praktisere og øke ferdigheter i de forskjellige dansene.

Vi har også avholdt sosialdanser for flere av våre dansestiler.

Oslo Operaball, som ble avholdt 8. februar i Gamle Logen, er også en sosial arena for dans, musikk, kultur og hyggelig fellesskap hvor mange av våre medlemmer deltar.

Styret har holdt god dialog med dansemiljøet i Oslo.

Inkludering av utenlandske studenter

Mye av vår informasjon utgår på engelsk og kurs undervises på engelsk ved behov - dette for å ivareta utenlandske studenter. Vi har en del utvekslingsstudenter på våre aktiviteter.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Styret har jobbet godt og hardt for å øke medlemsmassen og opprettholde flotte aktiviteter.

Vi vil fortsette med oppfølging av medlemmer når det gjelder betalingsfrister for medlemskontingent.

Idrettslig

Flotte kurs med god stemning.

Fin fremdrift i ferdigheter blant kursdeltagerne.

Konkurransedeltagelse som medlemmene synes er veldig givende.

Flere av våre instruktører tar trenerutdanning gjennom Norges Danseforbund, noe som øker kvaliteten på undervisningen.

Flere dansere forbedret sine ferdigheter gjennom året.

Administrativt

- Styret har jevnlig møter og bruker varierte kanaler for å koordinere innsats og fordele oppgaver
- Styret har stått på for å levere flotte aktiviteter til medlemmene og fremme et godt miljø i klubben
- Arbeidet hardt for å sette opp mange flotte kursrekker
- Vi har hatt god kompetanseoverføring mellom nye og gamle styremedlemmer
- Vi har jobbet hardt med promotering på sosiale medier, hengt opp plakater og delt ut flyers
- Organisert Faste kursrekker, Minikurs, Practice-sessions, Sosialdans og Fester
- Deltatt på foreningsdager
- Benyttet excel og andre digitale verktøy for å følge opp medlemsstatus og betalinger.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

- Avholde varierte kursrekker i pardans – flere dansestiler og ferdighetsnivåer
- Avholde Workshops
- Avholde Minikurs
- Avholde Enkelt-klasser med diverse temaer og fokus.
- Arrangere dansefester og sosiale sammenkomster
- Delta på Norgesserie og Østlandsserie
- Deltakelse på European Tournament for Dancing Students (ETDS)
- Deltakelse på Operaball
- Jobbe for å øke medlemsmassen med promotering og hyggelige aktiviteter for økt fellesskap og trivsel
- Delta på Foreningsdager
- Rekruttere flere styre-/komitémedlemmer

Idrettslig

- Sørge for gode kursrekker, workshops, minikurs og practice-sessions der medlemmene føler mestring og fremdrift
- Delta på konkurranser

Sosialt

- Samarbeid med Blindern Jazzklubb for en dansefest med live-musikk
- Delta på Oslo Operaball
- Avholde fester
- Avholde sosialdanser
- Delta på European Tournament for Dancing Students (ETDS) i pinsen og/eller høsten (det har tidligere vært store grupper fra OSI som har deltatt på dette siden 2013). Arrangementet flytter lokasjon fra semester til semester, og arrangeres av studentklubbene.
- Filmkveld
- Just Dance spillkveld

Administrativt

- Arbeidet hardt for å sette opp mange flotte kursrekker
- Organisere Workshops og minikurs
- Oppdatering av websider slik at de til enhver tid har korrekt informasjon
- Styret vil stå på for å fremme et godt miljø i klubben
- Holde god dialog med dansemiljøet i Oslo
- Vi vil fortsette å jobbe med promotering på sosiale medier, hengt opp plakater og delt ut flyers
- Delta på foreningsdager ved UiO og OsloMet, samt Høyskolen Kristiania
- Utvide styret eller komite-medlemmer til markedsføringsarbeid og eventer

OSI Quadball

Leder:	<i>Roland Magnus Mork</i>
Nestleder:	<i>Toph Happl</i>
Økonomi:	<i>Taswaib Hussein</i>
Styremedlem:	<i>Jørgen Abell Vik</i>

Administrasjon

STYREARBEID

Vi har holdt et godt samarbeid hele år. Det er hektisk på starten av hvert semester pga. rekruttering, men med inkluderingen av et nytt generelt styremedlem har arbeidsmengden til alle blitt mye mer håndterbar. Vi har fortsatt å ha små ukentlige styremøter, noe som har fungert bra.

Kommunikasjonen med OSI hovedstyret har vært veldig krevende i år. Vi hadde ikke en egen kontaktperson til hovedstyret på våren, men det ble rettet opp i løpet av høsten så vi kan satse på at kommunikasjonen der forbedres.

Styret har økt tilstedeværelsen på sosiale medier på våren, men det falt i løpet av høsten. Flere styremedlemmer har også blitt til klubbens trenere, noe som skapte ekstra arbeid.

Vi hadde flere dugnader i løpet av våren enn vanlig, noe som tjente oss litt ekstra penger. Dette kom godt med når vi ikke fikk penger fra OSI spesifikt til baneleie. Vi fikk også satt bedre rutiner rundt dugnadene med faste opplegg og kostnader. Vi har også klart å involvere mange av våre medlemmer i oppgavene som omhandler å flytte på utstyret vårt, enten det er fra og til banen eller dugnader.

ØKONOMI

Vår

Økonomien blei litt av en ubehagelig overraskelse i år, fordi kasserer hadde misforstått hvordan PowerOffice fungerte, og hva slags tall som vises. Han trodde dette var ei live oppdatering etter hvert som pengene blei brukt og kom, men det viste seg at det bare blir oppdatert på slutten av semesteret. Vi hadde dermed mindre penger enn antatt og måtte ta grep. Vi blei redda av at vi kunne øke prisen for dugnadene våre, og at vi til tross for det holdt tre dugnader med samla inntekt på 6100, pluss to til i juni. Disse tjener oss tilsammen 9100.

Videre har vi møtt litt veggen med OSI sitt hovedstyre, da de mener at det ikke er forsvarlig å gi oss et større beløp for baneleie, når vi har så få medlemmer. Sjøl om vi skjønner godt argumentet er vi litt kritiske til påstanden, særlig siden vi gir mange utvekslingsstudenter noe sosialt, men per nå så ser vi alternative inntektskilder og prøver også å føre en samtale med hovedstyret, hvor vi argumenterer for oss.

Høst

I høsten 2025 har vi fått minimalt med penger, grunna at OSI sjøl har fått mye mindre. Derfor har vi vært mer villige til å akseptere dugnader som en alternativ inntektskilde. Vi har vært innom to og også leid ut utstyret vårt. Håpet er å fortsette med dette og å ha et godt forhold til de som leier tjenestene våre, ideelt

sett så flere av dem kan være bærekraftige. Vi må også lære oss å bruke minst mulig penger, vi har blitt vant med å alltid gå for den letteste og ikke alltid den billigste måten. Jeg tar som økonomiansvarlig sjølkritikk her, jeg burde satt ned foten lenge før. Heldigvis har vi alltid vært ressursfulle når det kommer til å arrangere sosiale eventer billig. Nå er håpet at vi har nok til å betale tilbake alt vi skylder.

Rekruttering

Vår

Rekrutteringa fortsetter å være noe utfordrende. Vi stilte opp på stands på UiO og Oslo Met og markedsførte introtreningene våre, men fikk kun tak i én ny spiller på den måten. Vi fikk også tak i én ny spiller gjennom kjente som allerede er aktive i rumpeldunkmiljøet.

Høst

I høst stilte vi opp på stands på foreningsdagene på UiO, Oslo Met og Chateau Neuf for å markedsføre introtreningene våre, i tillegg til at vi la dem til i SiO sin eventkalender, og blei med på Studentslippet. Vi har ikke kartlagt akkurat hvem vi rekrutterte hvor, men vi hadde litt mer hell med rekrutteringa dette semesteret enn i tidligere semestre, og svært bra oppmøte blant “rekruttene” våre. Alle av dem var imidlertid utvekslingsstudenter, som viser vårt potensiale i å bringe utvekslingsstudenter i aktivitet, men som ikke er bærekraftig over lengre tid. Dessuten var det bare éi som dukka opp på den introtreninga som var del av Studentslippet, og hun fortsatte ikke etterpå.

Sosialt

Vår

I vårsemesteret organiserte vi fire sosiale arrangement for heile laget, tre av dem i rekrutteringsperioden. Vi hadde to brettspillkvelder på Spilloteket i stedet for våre torsdags-introtreninger, da stedet vi vanligvis bruker til trening var stengt, og i tillegg hadde vi en brettspillkveld på Chateau Neuf. Da flere av styremedlemma blei stadig mer opptatt utover februar og mars, og det var flere sportslige arrangement i den perioden, organiserte vi ingen socials da. Vi organiserte en brettspillkveld til i april. På dagen etter generalforsamlinga skal vi i tillegg ha en sommerfest.

Dessuten var våre medlem som dro til seriekampene i Trondheim og til EQC med på sosiale arrangement med andre lag i denne sammenhengen.

Høst

I høstsemesteret organiserte vi fem sosiale arrangement. Vi hadde en brettspillkveld på Chateau Neuf i rekrutteringsperioden, en ‘watch party’ av den internasjonale rumpeldunkturneringa Nations Cup i tidlig oktober, en brettspillkveld på Halloween med kostymer, en *Ringenes Herre*-maraton som en delvis erstatning av våre tidligere hytteturer, og i tillegg vårt tradisjonelt julebord. I tillegg deltok noen av medlemma våre på sosiale arrangement i ramme av seriekampene i Bergen, og NM. Arrangementene var bra besøkt av både langvarige og nye medlem, og det var enklere å organisere arrangementa fordi ett av styremedlemma flytta til en godt utstyrt leilighet med god plass og greie samboere.

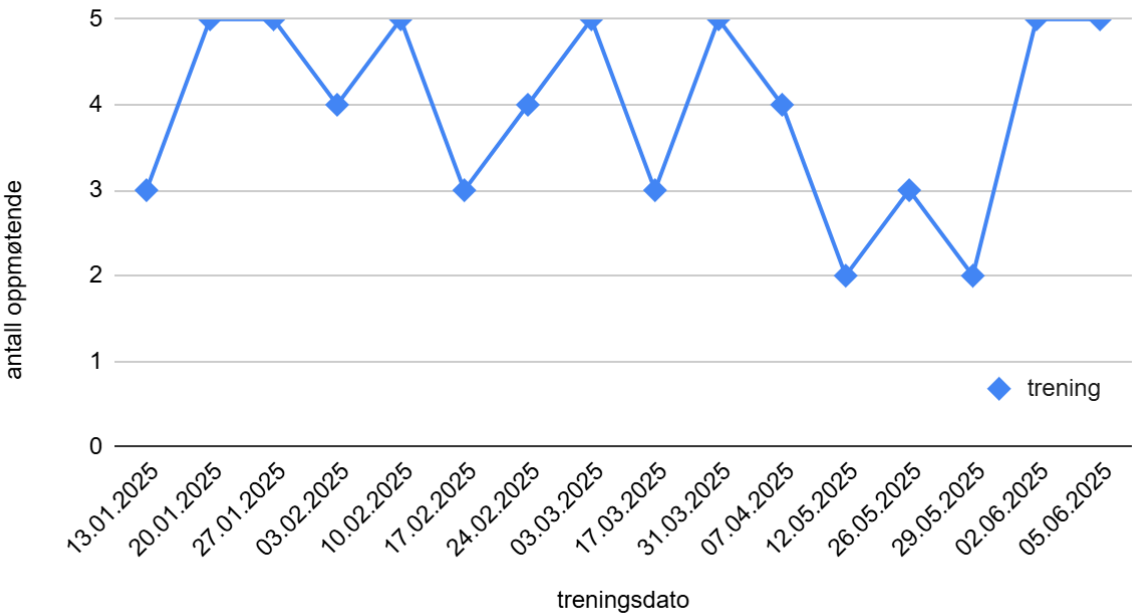
Sportslig

TRENING

Vår

I vårsemesteret har vi hatt til sammen 16 treninger. Dette er omtrent halvparten av antall treninger vi pleier å i løpet av et semester, og grunnen ligger som nevnt i at Skur 13 var stengt, samt vårt ennå fallende medlemsantall og at flere av medlemma var opptatt med studium og arbeid, særlig seint i semesteret. Dessuten hadde vår mangeårig trener ikke mulighet å møte opp dette semesteret, og de facto-treneren (nestlederen), med hjelp fra lederen, tok over til en større grad, som har fungert bedre enn forventa, i hvert fall mot semesterets slutt, da hun ikke har vært like opptatt med studia sine. Oppmøtet fortsetter sammen med medlemstallet å synke, men var for det meste på et stabilt, om enn lavt nivå. Vi har få faste medlem, men de er engasjerte.

Oppmøte vår 2025



Sted	antall treninger	gjennomsnittlig oppmøte	min	max
NIH	10	4,2	3	5
Blindern	6	3,5	2	5
Totalt	16	~3,94	2	5

Med tanke på kjønnsbalansen har vi per nå effektivt dobbelt så mange faste mannlige som kvinnelige medlem (4 mot 2), men grunna det lave smala antallet utøvere spørs det litt hvorvidt det gir mening å

analysere oppmøtet på kjønnsbasis. Likevel må det en innsats til for å gjenskape en mer forsvarlig kjønnsbalanse.

kjønnsgruppe		antall individ	gjennomsnittlig oppmøte (uten/med ikke-medlem)	gjennomsnittlig antall per trening
mannlig		5	8,75	~2,19
	derav ikke-medlem	1	7,2	2,25
kvinnelig		4	~8,67	~1,63
	derav ikke-medlem	1	6,75	~1,69
totalt		9	~8,71	~3,94
	derav ikke-medlem	2	7	~3,81

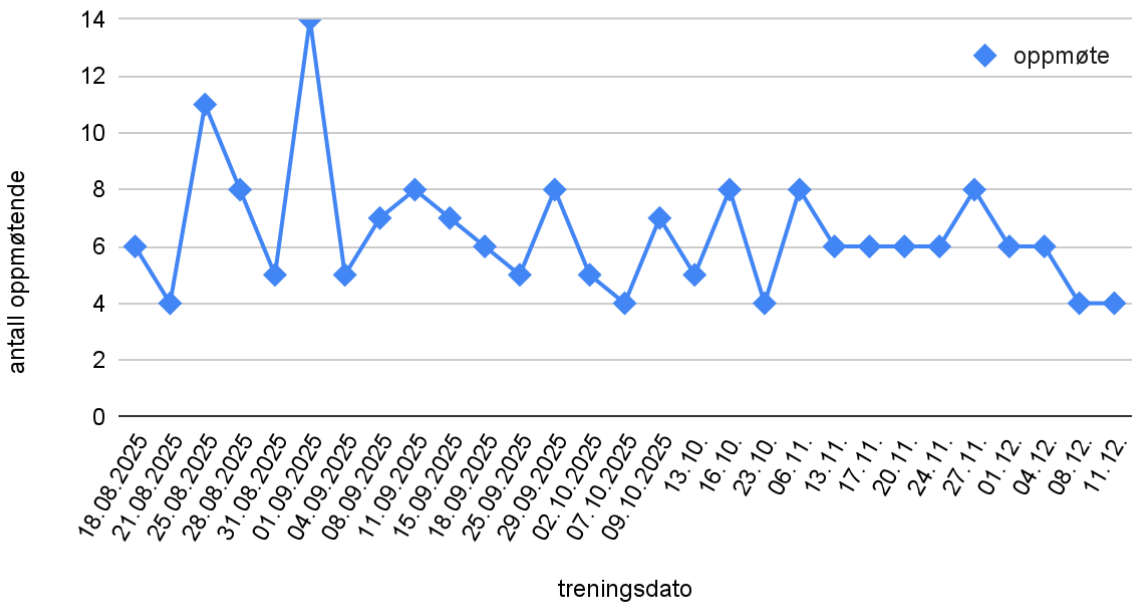
Sommer

Mellom generalforsamlinga i tidlig juni og oppstarten av rekrutteringstreningene holdt vi éi trening, rett før rekrutteringstreningene i august, som er inkludert i statistikken under. Ellers organiserte vi ingen sportslig aktivitet i sommer ettersom for få av medlemma våre, og særlig de med tilgang til utstyret, ikke var i Oslo.

Høst

I høst holdt vi til sammen 29 treninger, derav 5 introtreninger, hvorav éi var på Voldsløkka, og del av Studentslippet. Fram til NM (18./19. oktober) trente vi på Blindern, deretter inne på Skur13. Grunna utmatting og til tider lavt oppmøte kansellerte vi treningene rett etter NM og seriekampene, i tillegg til et par treninger i semesterets andre halvdel, men takket være våre nye medlems store engasjement holdt vi likevel nesten alle av våre planlagte treninger. Dessuten fikk vi også hjelp fra Sagene IF Rumpeldunk sin leder, som kom på omtrent halvparten av treningene våre. Oppmøtet var alt i alt forholdsvis høyt, særlig sammenlikna med vårsemesteret og fjorårets høstsemester. Fra treneren si side var dette også hennes første semester som ordentlig trener etter at vår tidligere mangeårig trener slutta, som blei mindre stress i sammenlikning med vårsemesteret da hun begynte å planlegge treninger i forkant, og publisere treningsprogramm.

Oppmøte høst 2025



Sted	antall treninger	gjennomsnittlig oppmøte	min	max
Blindern	17	~6,94	4	14
Skur13	11	~5,82	4	
Voldsløkka	1	5		
Totalt	29	~6,45	4	14

Kjønnsmessig hadde vi et veldig likt antall mannlige og kvinnelige utøvere. Oppmøtet i de to kategoriene derimot var svært ulikt, og våre fem kvinnelige medlem hadde et høyere gjennomsnittlig oppmøte enn det høyeste individuelle oppmøtet blant mennene (oppmøte på 21,6 treninger, mot 21).

kjønnsgruppe		antall individ	gjennomsnittlig oppmøte (uten/med ikke-medlem)	gjennomsnittlig antall per trening
mannlig		9	~10,33	~2,14
	derav ikke-medlem	3	~7,33	~2,28
kvinnelig		16	21,6	~3,72
	derav ikke-medlem	11	7,5	~4,17

totalt	25	~15,45	~5,86
derav ikke-medlem	14	7,44	~6,45

BANETID

Vår

Vi starta semesteret med treninger på NIH si kunstgressbane, som har brukt før, da den er av høy kvalitet, opplyst og oppvarma og kan brukes året rundt, om enn den ikke ligger sentralt. Da vi ikke har økonomi til baneleia lenger kommer vi imidlertid ikke til å fortsette med dette opplegget.

Vi pleide å trene på Skur 13 over vinterhalvåret, tross ulempene med stedet, men det holdt stengt til våren, og vi hadde bare éi trening i uka.

Sia april har vi igjen trent på gressplen mellom Idrettsbygningen og Sophus Bugges hus på Blindern.

Høst

Grunna dårlig økonomi og tidligere dårlige erfaringer har vi ikke prøvd å leie baner, og har i stedet trent kun på gresset på Blindern, mellom Idrettsbygningen og Sophus Bugges hus, fram til NM i oktober, og på Skur13 etter det.

TURNERINGER

Vår

OSI Quadball deltok våren 2025 i kamper i Norgesserien i rumpeldunk, i European Quadball Cup (EQC), og i Oslo Rumpeldunkcup. I alle tre tilfeller kunne vi ikke stille med et eget lag grunna lavt oppmøte, og samarbeida med BSI si rumpeldunkgruppe om å sende et samla lag. I seriekampene i Trondheim tok det litt tid for oss å bli vant til hverandre og spille sammen ordentlig, og sjøl om vi ikke vant en eneste kamp klarte vi å ha flere suksessfulle forsvar, skåre i de fleste kamper, også mot veteranlaget Sagene, og ha det gøy. På EQC i Salou, Katalonia, Spania, møtte vi Danube Direwolves fra Østerrike, Hacettepe Pegasus fra Tyrkia, Phoenix QC fra Storbritannia, Bombarda Brixia fra Italia, Berner Boggarts fra Sveits, og Manchester Universities fra Storbritannia. Vi vant ingen av kampene, men klarte igjen å skåre og forsvare vel mot alle laga, og hadde to svært jevne kamper mot Berner Boggarts og Manchester Universities. På Oslo Rumpeldunkcup spilte vi igjen mot NTNUI og Sagene, og gjorde en god innsats, om enn vi fikk andreplass kun fordi NTNUI måtte forfeite én av kampene mot oss.

Høst

Høsten 2025 deltok vi i kamper i Norgesserien og i NM. I seriekampene spilte vi mot de andre studentlaga, NTNUI og BSI, og tapte alle kampene, ikke minst da det tok litt tid før vi lærte å ordentlig spille sammen. På NM spilte vi mot to lag fra både Sagene og NTNUI, BSI og Rumpeldilla. Vi tapte alle kamper, da alle de andre laga rett og slett hadde mer erfarne spillere og flere av dem, bortsett fra den siste mot NTNUI sitt andrelag. Utviklinga, i det minste for våre nye spillere, var merkbar og svært positiv utover NM.

Oppsummering

GJENNOMGANG AV MÅL SATT FOR 2025

- Kommunikasjonen innad i styret har vært noe kaotisk men stort sett grei; den må jobbes med videre
- Vi har rekruttert én fast bosatt, og noen av være “eldre” medlem har blitt mindre aktive
- Vi har begynt arbeidet med å inkludere flere medlemmer i administrative oppgaver, som har fungert bra på høstsemesteret
- Vi har hatt seks dugnader, og har hatt flere ikke-styremedlem med på dem
- Vi har noe manglende oversikt over økonomien vår
- Vi har klart å ha en social nesten hver måned der nye medlemmer har vært svært engasjerte
- Vi har deltatt på Oslo rumpeldunkcup, der vi slutta med 2. plass, på NM, der vi blei 6., begge to i Oslo, og var på andredisjon av European Quadball Cup in Spania; vi klarte imidlertid ikke å stille to lag på noen av dem

FORSLAG TIL MÅL FOR 2026

ADMINISTRATIVT:

1. Opprettholde god kommunikasjon og klar rollefordeling innad i styret
2. Opprettholdt rekruttering, spesielt av faste bosatte
3. Inkludere flere medlemmer i administrative oppgaver
4. Få flere medlemmer med på dugnader

ØKONOMI:

1. Ha og følge budsjettet så langt det lar seg gjøre
2. Føre regnskap månedlig
3. Kartlegge inntekter, og finne tall for hvor mye vi faktisk kan forvente fra år til år. Dvs forstå hvordan Hyperion, Oslostøtta, Arealpotten og OSI fordeler midlene sine, og på hvilke kriterier de gjør dette
4. Lage et oversiktlig skjema over inntekter og utgifter. Sann som vi har nå, men med tall som stemmer og som er lettere å legge inn

SPORTSLIG:

1. Stille lag til alle norske turneringer
2. Utvide den faste kjernen med spillere som blir over flere sesonger

SOSIALT:

1. Ha minst én social hver måned utenom sommerferien
2. Inkludere nye medlemmer i det sosiale fellesskapet

OSI Gruppenavn -> OSI Roing

Styret i 2025

Leder:	Adrian Lund
Nestleder:	Sanna Dybdahl
Økonom:	Oscar Ovid
Sportslig Ansvarlig:	Truls Oskar Hansen
Sportslig Ansvarlig 2:	Vilde Bostad
Sosialansvarlig:	Ingvild Bossum(V)/Hans Andersen(H)
Sosiale medier:	Nora Romsøe
Sponsoransvarlig:	Stine Osmundsen(V)/Anja Litlere(H)
Materialansvarlig:	Theodor Marøy-Huus

Administrasjon

Styrearbeid

Vi har jobbet med å få til uttak for lagene våre i alle regattaer. Fått plass på dugnader, slik at vi kan tjene inn penger til klubben.

Ekstern Representasjon

Vi har stått på stand på foreningsdagene for både vår- og høstsemesteret, noe som har bidratt til det store medlemstallet vårt.

Økonomi

Vi mistet litt kontroll på økonomien i høst, fordi det ble budsjettet en mye høyere inntekt enn vi klarte å følge opp. Heldigvis så vil vi fortsatt ha et positivt driftsresultat

Idrett/Aktivitet

Vi har tilbudt 3 økter i uka i rosesongen, og 4 i innesesongen. I tillegg har det vært aktivitet hver dag under oppkjøringen til SNM. Vi har også vært invitert på morgenøktene til Oslo Medisinske Roklubb (OMR) på vinterhalvåret.

Trening / instruksjon

Vi har hatt to sett med åpen trening etterfulgt av nybegynnerkurs.

Treningsleire/samlinger

Vi lånte ut båter til bruk for samling ved uttak til Student-OL.

Konkurransedeltagelse

Vi har deltatt på innendørs NM, innendørs SNM, SNM, 2 roere i Student-OL, NM, Student-EM, kretsmesterskap med OMR, Krakow-regatta.

Sosialt samkvem

Sosiale arrangementer

Vi har klart å ha minst et sosialt arrangement i måneden utenom sommerferien og desember. Dette har vært banketter etter hver konkurranse, damenes og herrenes aften, dåp og julebord. Vi har vært heldige som har kunnet bruke gymsalen på Ormsund Roklub som festlokal helt gratis. I tillegg var vi ute på båtplassen på 17. mai med grilling og leker.

Integrasjon

Vi har hatt «dåp» for nye medlemmer på starten av høstsemesteret, samt at vi har prøvd å sette opp aktiviteter med fokus på de nye slik at de blir bedre kjent med alle sammen.

Oppsummering av året

Generelt

Medlemstallet har økt noe, og nå har vi bikket 80 medlemmer. Dette har også heldigvis økt antallet på trening og det sosiale.

Idrettslig

I innendørs NM ble det gull til herrene og bronse til damene. Innendørs SNM ble det gull til herrene. I SNM ble det sølv til både herrene og damene. Dette var tredje året på rad med medalje på herresiden og andre året på damesiden. I tillegg deltok klubben for første gang i Student-EM, dette med en herrebåt. Sesongen ble avsluttet med den første, og veldig etterlengtede, seieren i Krakow, som ble gjort av herrene. I tillegg fikk damene bronse.

Sosialt

Det har vært stor deltagelse på alt av det sosiale, som har vært utrolig gøy for alle medlemmene. Vi har i tillegg klart å ha litt arrangementer med OMR i år, som har bidratt sosialt og sportslig

Administrativt

Over sommerferien har vi hatt to utskiftninger i styret. Dette har da vært Hans som tok over for Ingvild som sosialansvarlig, og Anja som tok over for Stine som sponsoransvarlig. I tillegg har det dessverre vært hærverk på Frydenlund (Hudson 8+) to dager før avreise til SNM. Dette ble gjort ved at det ble drillert fem hull i båten ved stroke-setet. Heldigvis kunne materialansvarlig i Ormsund Roklub hjelpe oss med en quick-fix slik at båten ikke tok inn vann. Den samme båten ble brukt av damene til å ta sølv. Dette var også første gangen i norsk rohistorie, at en båt har blitt utsatt for hærverk. Vi vet fremdeles ikke hvem det er som har gjort dette. Under oppkjøringen til NM, ble også fotbrettet i Schous Lite (Stämpfli 4-) brukket, og vi jobber fortsatt med å få det reparert.

Målsettinger for 2026

Generelt

Opprettholde medlemstallet slik at det blir større deltagelse på trening og det sosiale.

Idrettslig

Medalje innendørs NM for damene. Gull SNM for herrene og medalje for damene. I tillegg vil vi at det generelle nivået i OSIR øker, slik at våre andrebåter kan kjempe om finaleplass i SNM.

Sosialt

Prøve å få tid til enda flere sosiale arrangementer innad i OSIR, og sammen med OMR.

Administrativt

Sette opp en fast komité for det sosiale i starten av året, sånn at arrangementer blir lettere å gjennomføre.

OSI SQUASH

Styret i 2025

<i>Leder:</i>	<i>Aslak Hellevik</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Sofie Hellevik</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Maja Eiriksdatter Skjervold</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Abdul Hanan</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Gjennomført flere styremøter i både vår og i høst. Her ble det gjort beslutninger og planlegging av innkjøp av utstyr, sosiale arrangementer, introduksjonsmiddager, foreningsdager, rekruttering og åpne treninger. Det ble også gjennomført noen mindre møter for planlegging, blant annet før og etter hyttetur.

Gjennom hele året har kommunikasjon skjedd over Messenger, der vi har diskutert mindre saker og koordinert når vi har møttes for styremøter. Samarbeidet har fungert fint i år, og vi har fått til god aktivitet i klubben.

Økonomi

Vi har med vilje gått med underskudd i dette året på grunn av egenkapital som har vært alt for høy for en gruppe på vår størrelse. Vi har brukt av vår egenkapital til å kjøpe inn nytt utstyr, øke antallet sosiale sammenkomster med mat og arrangere hyttetur. Nå har vi fint nytt utstyr som vil vare i mange år, og vi forventer derfor mindre underskudd neste år. Med økt aktivitet og pengebruk i klubben håper vi på å få innvilget mer økonomisk støtte fremover.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Våre treninger har fungert som normalt. Alle dager utenom tirsdag har vi hatt åpne treninger der alle medlemmer har mulighet til å delta. På tirsdager har vi tidvis holdt treninger med en instruktør. Disse har først og fremst vært rettet mot medlemmer som er nye til squash.

Konkurransedeltagelse

Vi har dessverre ikke hatt noe konkurransedeltakelse i år i regi av klubben.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Vår: Velkomstmiddag, hyttetur, avslutningsmiddag

Høst: Velkomstmiddag, brettspillkveld, sosial pizzakveld.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi har generelt hatt god aktivitet i år. Vi får mange nye medlemmer på starten av semesteret, spesielt på høstsemesteret. Aktiviteten er høy på starten av semesteret, men faller etter hvert. Vi skulle ønske vi fikk til å beholde mer aktivitet i

løpet av semesteret. Det har vært veldig fint å kunne bruke nytt utstyr, som gir treningene våre et løft. Vi føler vi har fått til å skape et godt sosialt miljø, som vi håper vil gjøre at medlemmer blir værende i OSI Squash lengre.

Sosialt

På våren arrangerte vi velkomstmiddag, hyttetur og avslutningsmiddag. Hytteturen var en stor suksess, og ble en fin tur for mange av medlemmene våre. Det ble dannet gode sosiale bånd mellom medlemmene våre, som vi vet også førte til sosial aktivitet utenfor squashbanen.

På høsten arrangerte vi velkomstmiddag, brettspillkveld og pizzakveld. Vi hadde også planlagt en hyttetur, men måtte avlyse etter lav interesse. Vi føler det var litt mindre sosial sammenknytning i gruppen på høsten, som kanskje kommer av litt mindre og mer sporadisk deltakelse.

Administrativt

Vi har ikke vært et veldig stort styre i år, og styret er generelt ganske opptatt med jobb, studier mm. Styret har fått til å møtes ganske mange ganger i løpet av året, og hatt godt samarbeid rundt rekruttering, velkomstmiddager, og noe sosialt hvert semester. Vi føler derfor at vi har fått til å gjøre alt det som «må» gjøres, og også fått til å holde sosiale arrangementer, som vi er fornøyd med. Vi har også sikret en videreføring av styremedlemmer til neste semester, og dermed sikret videre aktivitet i klubben. For å få til et høyere aktivitetsnivå i klubben ville det vært gunstig med flere aktive styremedlemmer.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Vi har som mål å holde lenger på medlemmene våre, og klare å danne en «kjernegruppe» av medlemmer som blir værende i klubben over lengre tid.

Idrettslig

Vi ønsker å kunne tilby trening med instruktør for nye medlemmer slik at det er lettere å komme i gang med squash. Det er også ønskelig at medlemmene våre deltar på eksterne turneringer, og at vi potensielt også arrangerer interne turneringer.

Sosialt

Ønsker å få til mellom to og tre større sosiale arrangementer i semesteret. I tillegg vil vi prøve å arrangere noen mindre lavterskel arrangementer for å øke tilhørigheten for medlemmene våre i klubben.

Administrativt

Hovedmålet er å få rekruttert nye medlemmer til styret for å sikre kontinuitet ettersom flere styremedlemmer vil forsvinne i løpet av året som kommer.

OSI SVØMMING

Styret i 2025

Leder: Eirin Værnes Fiske (før sommer), Emil Sørensen (etter sommer)

Nestleder: Emil Sørensen (før sommer)

Økonom: Sondre Bader Wang

Styremedlem: Embla Benedicte Gudbrandsen (før sommer)

Styremedlem: Antonella Wahl (før sommer)

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret i OSI Svømming har administrert den daglige aktiviteten, både sportslig og sosialt, i gruppen.

Mye av den daglige driften har blitt tatt i møter med hele styret før sommeren, men etter sommeren ble det tatt telefonsamtaler mellom leder og økonom for den daglige driften. Etter sommeren ble beslutninger tatt på chat eller telefonsamtaler.

I år som i fjor har vi opplevd mange som ønsket å bli medlem av svømmegruppen. Både utvekslingsstudenter og Oslo-studenter. Til høstsemesteret i år kunne vi dessverre ikke ta inn alle de engasjerte studenter som deltok på prøvetreningene og viste høyt nok sportslig nivå, selv etter en rydding i medlemslistene.

Ekstern Representasjon

Deltatt på stands under foreningsdagene ved starten av høst- og vårsemesteret på UiO og Oslo Met.

Økonomi

Vi har hatt god økonomi med overskudd. Det ble brukt mindre penger enn beregnet grunnet avlysning av studentlekene i Trondheim og mindre kapasitet til sosiale aktiviteter med det styret vi hadde igjen.

Det var også mindre salg av badehetter enn forventet så en ny bestilling uteble.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Gjennomført fire treninger i uken på Domus Athletica gjennom hele skoleåret. Hatt dyktige trenere som lager opplegget for treningene.

Treningsleirer/samlinger

- Det ble ingen i år grunnet avlysing av studentlekene.

OSI Årsberetning 2024 2

Konkurransedeltagelse

Siden studentlekene ikke ble avholdt har vi ikke deltatt. Derimot har vi hatt 3 medlemmer med på masters nm, Ett medlem på Studen NM samt to medlemmer på approberte stevner.

Vårsemesteret har det også vært arrangert klubbmesterskap internt hvor vi selv ordnet til et uapprobert stevne.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Vi har det siste året arrangert en rekke sosiale arrangementer for våre medlemmer. Vi har hatt to hytteturer til KSI hytta, arrangert julebord med fin middag, badstue og jevnlig hatt quiz onsdager hvor vi har deltatt på ulike quizer rundt om i Oslo by.

Integrasjon

Det har vært arrangert lavterskel arrangementer tidlig i semesteret etter at vi har tatt inn nye medlemmer for å skape bedre klubbtilhørighet. Dette har hatt middels suksess og vi ønsker å ha litt mer hyppige arrangementer i starten av neste sesong for å få medlemmene godt inn i klubben.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Gjennomføringen av treningene har gått som planlagt.

Kapasitetsproblemer knyttet til begrenset opptak av nye medlemmer.

Idrettslig

Det har vært gode tider utført på alle stevner som medlemmer deltok på

Sosialt

Mye aktivitet gjennom hele semesteret, både lavterskel og større arrangementer.

Administrativt

Godt samarbeid i styret gjennom året, folk har vært ivrige og lærevillige og vi har økt kunnskapen til medlemmene på styredrift.

MÅLSETTINGER FOR 2026

Generelt

Fortsette et godt samarbeid med OSI triatlon for å skaffe mest mulig bassengtid til våre medlemmer.

Idrettslig

Flere har vist interesse for deltagelse på World Inter Universitas Championships (WIUC) i 2026. Vi ønsker å høre med hovedstyret om bistand til å melde oss på dette, da det ikke er spesifikke grupper som melder på med klubben som helhet. Så målet er å delta på dette i november

Økt deltakelse på SL i Tromsø og Bergen.

Sosialt

Ønsker i år å innføre et større sosialt arrangement også på vårparten slik som vi hadde julebordet i vinter. Men også skape en kultur for at medlemmene selv kan ta initiativ for mindre sammenkomster etter treningene.

Administrativt

Bedre informasjonsoverføring til nye engasjerte frivillige, samt lage div informasjonsskriv for ulike typer rutiner som må på plass hvert år. F.eks: til nye trenere og styremedlemmer

OSI SYKKEL

Styret i 2025

<i>Leder:</i>	<i>Jonathan Huhtala-Aspevik</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Yrjar Vederhus</i>
<i>Sekretær:</i>	<i>Daniel Bjørn Norum</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Eskil Linge Glomnes</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Luca Gottmann</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

I 2025 har vi hatt tre styremøter, i april, august og oktober. Disse styremøtene ble brukt på både statusrapport og delegering av arbeidsoppgaver til de ulike arrangementene. Administrasjon av klubben gjennom året (mail, økonomi, medlemskap) har hovedsakelig blitt håndtert av økonomiansvarlig, med hjelp fra styremedlem Daniel

Året har båret preg av at vi var et svært lite styre, bestående av kun 5 personer (4 etter sommeren). Likevel har vi i stor grad klart å holde hodet over vannet, og vi har rekruttert nok medlemmer til å opprettholde medlemstallet til tross for at mange ble ferdige med å studere.

Ekstern Representasjon

Økonomiansvarlig representerte OSI Sykkel på OSI sin generalforsamling og ledersamling. Leder og økonomiansvarlig representerte oss på representantskapsmøtet i høst.

Vi har i tillegg deltatt på to dugnader, en for IF Frøy på Norgescup i Cyclocross, hvor leder, økonomiansvarlig, styremedlem Eskil, og et medlem som ikke er i styret, bidro med vakthold, og en på Oslo maraton, der vi stilte med to frivillige.

Økonomi

Vi har hatt et tøft år økonomisk, av to grunner: For det første fikk vi betydelig lavere gruppetildeling enn opprinnelig budsjettet, siden vi ikke var klare over tildelingsreglementets §4 punkt 1. I tillegg har vi slitt med å få nok egen inntekt, siden vi krever inn lave treningsavgifter. Det vi tidligere år har hatt som hovedinntektskilde er egenandeler, og det er takket være en kombinasjon av dugnadsarbeid og egenandeler at vi i år har 53% egne inntekter.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Totalt har vi hatt 72 arrangementer i 2025, inkludert sosiale arrangementer. De viktigste aktivitetene i klubben er intervalltreningene på torsdager, og i utesesongen lengre søndagsturer med kafestopp.

Vi startet tidlig med første innendørs spinning den 9. januar, og begynte utendørs i starten av april med intervaller den 3. april og første langtur ute den 6. april.

Vi holdt uteintervallene gående helt til 9. oktober, og den påfølgende uken flyttet vi oss inn på Domus Athletica. Langturene fortsatte en uke lengre, til 19. oktober.

Treningsøktene våre har hatt fokus på å være en kombinasjon av sosialt og trening. Det betyr at selv på intervalløktene har vi minst 30 min i starten hvor vi varmer opp og man kan prate sammen. Målet er at vi skal være en klubb for syklistene, men at man kan være med uavhengig av nivå. Å tilpasse til nivå er relativt enkelt for intervalløkter, men for søndagsturene er det en avveining mellom å sykle langt nok for de medlemmene som trener mest, men ikke for langt til at det er avskrekkende for andre. Vi har prøvd å imøtekomme dette ved at de første langturene er kortere og at distansen øker utover semesteret, i tillegg til å lage ruter hvor man kan velge en lengre eller kortere vei hjem fra kaféstoppet.

Det er ikke nytt at oppmøte på treningene våre er lavere i innesesongen enn i utesesongen. I vårsemesteret var vi stort sett over 5, mens vi stort sett har vært mellom 5 og 10 under høstsemesteret. I utesesongen har vi vært rundt 10 for begge semesterene. På søndagene har vi typisk variert mellom 4 og 10 stykker, selv om vi har noen turer med flere som dukker opp. Fra midten av mai og til vi tar sommerferie et sted i juni er det ofte litt lavere oppmøte, med en del som har eksamen og lignende. Det er verdt å merke seg at det er litt ulike medlemmer som dukker opp på søndagsturene våre i forhold til torsdagstreningene.

Treningsleire/samlinger

Som følge av at vi har hatt et unormalt lite styre, ble det ikke noen stor utenlandstur i år. Likevel ønsket vi å ha en lignende aktivitet for medlemmene, og vi arrangerte derfor en hjemme-treningsleir siste helgen i september. Den besto av flere turer, etterfulgt av sosiale aktiviteter som grilling og restaurant-spising. Totalt deltok 11 medlemmer på de ulike arrangementene.

Konkurransedeltagelse

Grunnet en dårligere økonomisk situasjon i år enn tidligere år, samt lite kapasitet i styret, har vi ikke dekket startkontingenten for noen ritt. Likevel har flere medlemmer deltatt på både landeveisritt og andre ritt: Vi hadde blant annet to deltakere i Styrkeprøven (en på Eidsvoll-Oslo, og en på Trondheim-Oslo), og en deltaker på Norgescup Cyclocross.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

I likhet med i fjor, har vi hatt et uoffisielt mål om å ha noen arrangementer utenom de vanlige treningene. Et eksempel på dette var hjemme-treningsleiren som nevnt over. I tillegg har vi hatt en sosial samling i Sofienbergparken, og et julebord i desember.

Integrasjon

OSI Sykkel er fortsatt i en tøff overgangsperiode. De mest aktive medlemmene fra 2023-2024 er ferdige med å studere, og vi har derfor vært veldig opptatte av å rekruttere nye fremtidige styremedlemmer inn i klubben. Det har vi forsåvidt klart, ettersom det er flere medlemmer som har deltatt på mange arrangementer og virker interesserte i å tre inn i styret.

For å rekruttere har vi både brukt sosiale medier (Instagram) mer aktivt enn tidligere, og vi har også deltatt på foreningsdagene høsten 2025. Dette fikk vi gode resultater av.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi er for øyeblikket 41 registrerte medlemmer, hvorav 30 er studenter og 11 ikke er det. Totalt har 57 forskjellige personer deltatt på våre arrangementer, og vi har 253 medlemmer i Spond-gruppen vår. I løpet av året har vi hatt 19 innmeldinger i IdrettenOnline, noe som tyder på at vi har hatt stor suksess i å rekruttere nye medlemmer. Dette betyr altså at nesten halyparten av alle medlemmene våre ble med i løpet av 2025, noe som vi er veldig fornøyd med.

Idrettslig

Vi har opprettholdt aktiviteten gjennom hele året, med intervalltreninger på torsdager og langturer på søndager. I tillegg har medlemmene våre deltatt på flere ritt.

Sosialt

Vi har hatt noen arrangementer utenom den vanlige klubbaktiviteten, som hjemme-treningsleir og sosialt samvær i Sofienbergparken. Vi har sånn sett oppnådd målet vi satte for 2025, som var å ha aktiviteter hvor hovedfokus er det sosiale. Likevel var vi betydelig bedre på dette i høstsemesteret enn vårsemesteret, og vi ønsker derfor å ta med oss momentumet fra det avsluttede semesteret inn i 2026.

Administrativt

Vi har sendt ut (og fått inn) de aller fleste treningsavgiftene, og vi har klart å gjenvinne kontrollen over både leder@sykkel.osi.no-innboksen og IdrettenOnline-gruppeadministrasjonen. I tillegg har vi vært mye mer aktive på Instagram, og sett gode resultater av det - akkurat som vi håpet ved utgangen av 2024.

MÅLSETTINGER FOR 2026***Generelt***

Vi ønsker generelt å øke antallet initiativer fra medlemmer som går gjennom klubben, og samtidig rekruttere mange nye medlemmer - som på sikt kan bidra inn mot styret og kanskje også sitte i 2027-styret. Vi ønsker også å styrke samarbeidet med OSI Triatlon, samt de andre utholdenhets-undergruppene.

Vi ønsker også å bli en mer synlig klubb i sykkelporten i Norge, gjennom dugnad og representasjon på blant annet NCF sitt regionsting.

Idrettslig

Vi ønsker å gjenoppta sponsingen av ritt, med hovedfokus på lavterskel-ritt i Oslo-området. I tillegg ønsker vi naturligvis å videreføre de faste torsdagstreningene og søndagsturene.

Sosialt

Målet er å få gjennomført flere, og mer jevnlige, sosiale sammenkomster for medlemmene.

Administrativt

Videreføre arbeidet som har blitt gjort for å holde oversikten over medlemmer og mailer. I tillegg ønsker vi å intensivere promoteringen i sosiale medier, for å få inn flere sykkelinteresserte studenter.

OSI TENNIS

Styret i 2025

Leder: Marlene Hallerud Lofsberg
Nestleder: Fredrik Jørgensen Olsen
Økonom: Malin Barth Karlsen
Sekretær: Kristian Wiger-Nordheim
Styremedlem: Silje Pedersen (PR)
Styremedlem: Kasper Hellstrøm Nordahl (Utstyr)
Styremedlem: Kristoffer Bartnes (Rekruttering)
Styremedlem: Liv Johanna Kavli (Sosial)
Styremedlem: Hriday Gurnani (Turnering/laget)

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

- Det ble avholdt styremøter ca. en hver mnd.
- Vi har endret nivåsystemet til et internasjonalt system hvor medlemmene selv kan finne nivå ved hjelp av detaljerte videoer på nett.
- Gjennomført tryouts for laget og arrangert SNM i tennis.
- Holdt kurs for styremedlemmer, trenere og lagmedlemmer i antidoping.
- Sjekket medlemmer om de faktisk er studenter ved studentmedlemskap.

Ekstern Representasjon

- Ingen

Økonomi

- Vi går mildt i minus. Pengene strekker likevel kortere til ved banebooking. Hovedproblemet er likevel kapasitet fremfor penger.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

- Vi har hatt ukentlige timer med coaching av våre 8 trenere som har trenerkurs fra NTF.
- Opprettholdt et stigesystem som lar medlemmer konkurrere internt i klubben utenom tidene vi kan tilby.

Treningsleire/samlinger

- Arrangert turnering over en helg.

Konkurransedeltagelse

- Laget har deltatt i seriespill og lag NM.
- Mange spillere deltok på Student NM i tennis som vi hostet selv i år.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

- Kick-off to ganger
- Sommerfest
- Arrangement med tenniskamp
- Julebord

Integrasjon

- Ingen ting å melde.

OPPSUMMERING AV ÅRET**Generelt**

- Vi får stadig dårligere med banetid, dette er også fordi etterspørselen har blitt desto høyere (Ruud-effekten).
- Mange søkere vært semester hvor vi må avslå en del medlemskap.
- Fremdeles stor trenerstab. Godt tilbud for nye til sporten.

Idrettslig

- Mye aktivitet på de banene vi har hatt tilgjengelig.

Sosialt

- Har stadig problemer med å få like mye engasjement for det sosiale med tanke på hvor mange medlemmer vi har totalt, men de som møter opp har det gøy.

Administrativt

- Prioriterer unge student-medlemmer. Dette for å sikre aktive medlemmer, og skape et sosialt nettverk til dem som trenger det mest.

MÅLSETTINGER FOR 2026**Generelt**

- Forsøke å skape flere arenaer for tennis. Vi har dårlig med banetid, og de vi har er sene. Et mål er å forsøke å tenke kreativt for å få økt aktivitet.

Idrettslig

- Arrangere flere interne turneringer.

Sosialt

- Få enda flere til å møte opp på det sosiale vi har.

Administrativt

- Fortsette å holde en god drift av klubben.

OSI TRIATLON

Styret i 2025

<i>Leder:</i>	<i>Emil Tofte Röhne</i>
<i>Nestleder:</i>	<i>Ingvild Sandli Ekeland</i>
<i>Økonom:</i>	<i>Anders Birkeland</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Magnus Myrmo Osberg</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Jesper Lindahl</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Stine Hegland</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Maren Sofie Christensen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Marius Steph Lambert</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Kasper Tollefsen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Mathea Hansesætre</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Rebecca Richardsen</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Ida Moldeskred</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Johanne Yri Stokke</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Sonja Emilie Moen (fram til 23.09.)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Tobias Håland (fram til 23.08.)</i>
<i>Styremedlem:</i>	<i>Frida Frøkjær (fram til 30.03.)</i>

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Det har vært avholdt sju styremøter i 2025, som regel i forbindelse med overgangssøktene på onsdager. Utover det drives det fortløpende styrearbeid i chat og på google drive. Vi har samarbeidet med OSI friidrett, OSI svømming og OSI sykkel, samt innledet et uformelt samarbeid med OSI langrenn.

Ekstern Representasjon

OSI triatlon var representert med fem utøvere på Studentmesterskapet i triatlon. I tillegg deltok vi på Holmenkollstafetten og Oslo triatlon. OSI triatlon var også til stede under Triatlontinget i Bergen med tre delegater.

Økonomi

Vi har i 2025 gått med kr 60.558 i underskudd. Dette er en betydelig reduksjon av resultatet sammenlignet med fjoråret. I 2024 gikk vi med kr 20.273 i overskudd og med en egenkapital på 144.703 kr ved årsskiftet.

Underskuddet forklares hovedsakelig med at vi ikke fikk tildelt noen gruppebevilgning for 2025. Styret i OSI begrunnet dette med at vi hadde alt for stor egenkapital. Vi har derfor styrt året mot å gå med et lite underskudd for å kunne opprettholde og gi et godt tilbud til medlemmene uten å spise opp for mye av egenkapitalen. I tillegg dukket det opp en uplanlagt kostnad i forbindelse med deltagelse på Triatlontinget på slutten av året som førte til et noe større underskudd enn planlagt.

Våre hovedinntekter har vært dugnad, medlemskontingent og salg av utstyr. Inntektene på kr 61.853 i 2025 har økt sammenlignet med 2024 hovedsakelig grunnet større deltagelse på dugnader i 2025.

Kostnadene i 2025 endte på kr 122.411. En betydelig økning sammenlignet med 2024 da kostnadene var på kr 27.972. De økte kostnadene i 2025 skyldes hovedsakelig leie av svømmebasseng, kjøp av utstyr som ble solgt videre til medlemmer uten tap eller fortjeneste, deltagelse på Triatlontinget i Bergen samt diverse utgifter til sosiale og sportslige arrangementer for medlemmene.

Vi avslutter året med en egenkapital på kr 84.145. Vi budsjetterer 2026 for å opprettholde aktiviteten i klubben, men ønsker å redusere underskuddet til rundt kr 20.000 for å sikre at vi har egenkapital til å holde på i mange år fremover.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Vi har hatt faste overgangssøker på onsdager, hvor vi har vekslet mellom å være på NIH-banen/Maridalen og innendørs på Domus i vinterhalvåret. En gang i måneden har vi arrangert trippeløkter på Domus, hvor vi svømmer, sykler og løper etter hverandre. Første halvdel av 2025 hadde vi svømmetreninger tre ganger i uka; onsdager på Manglerud, fredager på Domus sammen med OSI svømming og søndager på Furuset. Vi har hatt egne svømmetrenerne på alle øktene. I høstsemesteret mistet vi dessverre søndagsøkta fordi bassenget på Furuset var stengt på ubestemt tid grunnet en teknisk feil. Det har vært veldig synd for klubben siden søndagsøkta har vært en viktig økt for de mindre erfarne svømmerne blant våre medlemmer.

Treningsleire/samlinger

I januar reiste ti stykker til Fuerteventura på treningsleir, i samarbeid med SK Vidar. Vi hadde egne økter på sykkel og svøm, som enkelt ble tilpasset nivå, og hadde flere løpeøkter med SK Vidar. I tillegg til mye god trening var også det sosiale utbyttet på treningsleiren stort. I juni gjennomførte vi en lokal nærsamling i Oslo. I tillegg har vi arrangert det vi har kalt OSI-cup- en intern konkurranse gjennom hele året bestående av minikonkurranser på sykkel, svøm og løp. Her inkluderte vi blant annet "Klatrekongen"- en sykkelkonkurranse fra Gressbanen til Tryvann, der også OSI sykkel var godt representert.

Konkurransedeltagelse

Oslo triatlon er årets høydepunkt for oss, i 2025 deltok mange individuelle utøvere fra OSI triatlon. For våre studentmedlemmer er Studentmesterskapet i triatlon et naturlig mål, og fem utøvere tok turen til Trondheim. Utover det har vi hatt mange utøvere med i ekstremtriathlon-konkurranser i år, spesielt med ca. fem utøvere på Swedeman i Åre i juli, og tilsvarende på Norseman i Eidfjord i august. I september arrangerte vi klubbmesterskap på Bogstad, med sju deltakere. Forøvrig har utøvere fra OSI triatlon deltatt både på nasjonale og internasjonale triatlonkonkurranser i 2025, det være seg alt fra ekstremtriathlon via Ironman og Challenge til verdenscup i paratriatlon.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Vi startet året med et nyttårsbord, hvor klubben dekket en hovedrett per person. I mars leide vi badstubåt før vi gikk ut og spiste italiensk i juni. Vi gjentok badstubåt i oktober og avsluttet året med Social Run i november. Det har vært godt oppmøte på alle våre sosiale arrangementer i 2025, med unntak av hytteturen i september, som ble avlyst grunnet for få påmeldte.

Integrasjon

Styret er meget fornøyd med å ha økt studentandelen ytterligere fra i fjor. I 2023 var den under 50%, og ved utgangen av 2025 var den på 70%! Vi har deltatt på foreningsdager både vår og høst, og arrangert en åpen trening i tilknytning til foreningsdagene. Klubben skal ha et tilbud for alle – både de som ønsker å teste triatlon for første gang og for dem som er i norgestoppen. Våre medlemmer er en god blanding av studenter fra alle studiestedene i Oslo, inkludert utvekslingsstudenter, og unge voksne som ønsker være en del av et yngre triatlonmiljø. Det tar gjerne noen år å «komme inn» i triatlon som idrett, så det er derfor naturlig at gruppa også består av noen ikke-studenter. Disse unge voksne bidrar med verdifull erfaring til de ferskeste studentene. I tillegg har vi en veldig fin kjønnsfordeling i gruppa, med 55%/45% menn/kvinner.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Studentandelen fortsetter å øke, fra 66% i 2024 til 70% i 2025. Vi har hatt svømmetrener på alle øktene og opplevde veldig god deltakelse på fellesøkter i vårsemesteret. På høsten har dog oppmøtet falt betraktelig.

Idrettslig

Vi har arrangert treningsleir til Fuerteventura, nærsamling og OSI-cupen bestående av svømmestevne, Klatrekongen, baneløp, open water svømming, temporitt og klubbmesterskap samt to Strava-segmenter. Det er også veldig gledelig at hele fem utøvere deltok i Studentmesterskapet.

Sosialt

Vi har arrangert sosiale sammenkomster med jevnt over godt oppmøte, dog ble hytteturen avlyst grunnet for få påmeldte.

Administrativt

Vi har løst de administrative oppgavene fortløpende. Styrearbeidet har vært bedre organisert og fordelt i 2025 sammenliknet med 2024.

MÅLSETTINGER FOR 2026***Generelt***

Nærme oss en studentandel på 80%. Gjennomsnittlig deltakelse på overgangssøker og fredagsøker på minimum 10 personer. Opprettholde en fredagsøkt per måned.

Idrettslig

Vi ønsker å få til mer samkjørt deltakelse på konkurranser. Dette innebærer koordinering av transport, og losji hvis nødvendig/mulig. Vi ønsker økt deltakelse i studentkonkurranser, spesielt student-NM i Trondheim i april. De siste årene har vi kun stilt med 1-2 deltakere her.

Sosialt

Vi ønsker å opprettholde den jevne deltakelsen på de sosiale arrangementene.

Administrativt

Vi ønsker å fortsette organiseringen av styrearbeidet, og sørge for god kontinuitet samtidig som nytilførsel. Vi vil samarbeide videre med OSI svømming, sykkel og friidrett, samt langrenn der det er naturlig.

Årsberetning 2025

OSI TAEKWONDO

Styret 2026

Leder:	Stian Mo Hagen
Nestleder:	Heran Jabessa
Økonom:	Øyvind Kveine Haugen
Sosiale medier:	Sofie Balstad
Promotering:	Åste Dorgli
Promotering	Winnie Zhao
Styremedlem:	Mats Barøy
Styremedlem:	Espen Lønes

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Styret har hatt fin dialog og administrasjon av ukentlig drift. Teoritime og teoriprøve som en del av graderingen videreføres og er et positivt bidrag. Informasjonsflyten har foregått på trening og i sosiale medier, og fungert fint. Det har vært god dialog med trenere om tema og ønsker for timene.

Styret og klubben har diskutert utstyrlager og hvilket utstyr som er nødvendig på trening. Informasjon og promotering har blitt gjort i ulike kanaler. Klubben har vært til stede på foreningsdager og informert og rekruttert nye medlemmer.

Ekstern representasjon

Martin Lilleeng Sætra og Øyvind Kveine Haugen sitter i styret i særforbundet Traditional Taekwondo Union TTU som hhv. kasserer og styremedlem.

Økonomi

Økonomien har hatt positivt resultat. Bestilling av drakter og annet har vært gjort fra Fighter. Nye medlemmer har skaffet klubben økte inntekter.

IDRETT/AKTIVITET

Trening/instruksjon

Instruktørene er dyktige, og treningene bærer preg av variasjon og god kvalitet. Treningene er allsidige og morsomme med stor bredde, og klubben fremstår som en arena for lek og læring med blide utøvere. Tid og sted for treninger har jevnt over fungert bra. Enkelte har vært opptatt med jobb og andre aktiviteter og tidvis kommet noe ut i timen uten at det har vært et problem.

Aktiviteten er jevn med flere faste som trener hver uke, det er veldig fint. Klubben har hatt graderinger og det har vært fin progresjon blant utøverne. Gradering og stadig nytt pensum er noe som motiverer og er spennende for medlemmene i klubben.

Treningsleirer/samlinger

Årets sommerleir på Evje var en god aktiv uke for klubbens deltakere. Som året før var det felles buss med andre klubber i regi av Nittedal Taekwondoklubb – veldig hyggelig. Leiren hadde stor variasjon av timer fra morgen til kveld med solide instruktører fra både Norge og Danmark. Nye og kjente fjes var å se og det foregikk både lek og konkurranser. Sommerleir er en utrolig bra måte å bli kjent med andre klubber og bygge nettverk på, hvor det skapes fellesskap. Et høydepunkt for sommeren og til stor glede.

OSI Taekwondo har også vært representert på vinterleiren i Ski med god og variert trening. Dette er igjen gøy og positivt for klubben og noe som motiverer medlemmene.

Ved regelmessige anledninger har OSI Taekwondo deltatt på høybeltetreninger i regi av Kunja Taekwondoklubb – en venneklubb. Dette har skapt samhold og samtidig vært sosialt og hyggelig, og er et samarbeid hvor vi lærer av hverandre.

Gjennom året arrangeres det Dan-seminarer rundt om i landet for den som er høyere gradert og skal opp til svart belte.

Etter trening blir mange igjen i salen og prater og er aktive, dette er et godt tegn på at det er samhold i klubben og bånd knyttes.

Konkurransedeltagelse

Av stevner arrangeres det gjennom året flere mesterskap det er mulig å delta på, med konkurranse både i kamp og mønster. Her har klubben vært representert og muligheten til å konkurrere er noe som virker både spennende og motiverende. Instruktør Øyvind har som tidligere deltatt som dommer på stevner i Norge og i Portugal Open.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Foreningsdagene har vært fine sosiale arenaer hvor klubbens øvrige medlemmer har stilt opp. Dette har vært sosialt og givende.

Sommer- og vinterleir, Dan-samling og høybeltetrening som nevnt har også vært fine sammenkomster og gode arenaer for det sosiale.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Styret, medlemmer og trenere kommuniserer fint og samholdet i klubben er bra. Året har vært godt med god stemning før og etter trening, folk har kommet godt over ens og medlemmene har syntes å trives.

Medlemmer har kommet og gått og noe gjennomtrekk har det naturlig nok vært i en gruppe med mange studenter, særlig blant utvekslingsstudenter. Noen har trent et semester eller to og for andre har deltagelse på trening variert med jobb og studier. Alt i alt har medlemsmassen vært stabil med en jevn kjerne.

Inntrykket er at medlemmene er godt tilfredse med både verdier og holdninger i klubben.

Idrettslig

Jevn aktivitet i løpet av året. Nybegynnere og viderekomne har gradert og medlemmene har hatt en positiv utvikling både sportslig og for seg selv. Medlemmer har hatt mestring og progresjon. Å vise seg frem på foreningsdager har resultert i nye medlemmer.

Sosialt

Klubben har fungert fint og vært en sosial og inkluderende arena. Treningene har vært preget av glede og læring, samhold og vennskap, og at folk har møttes ved siden av taekwondo. Noe som har vært positivt for klubben.

Administrativt

Klubbens utvikling med tanke på både plan for treninger og det sosiale har vært tema, sammen med promotering av idretten og hvordan rekruttere medlemmer.

MÅLSETTINGER FOR 2025

Generelt

Videreføre trivsel og kultur og ha en motivert klubb, og holde på glede og interesse for sporten og samholdet. Nå ut til nye medlemmer. Ta vare på hverandre.

Idrettslig

Legge til rette for at både nybegynnere og viderekomne får den treningen og utfordringen som passer. Støtte medlemmer som ønsker å delta på stevner og konkurrere. Aktive sammenkomster som tur og løping i marka. Videreføre formaliserte treninger med vekt på bruk av terminologi og disiplin i tråd med klubbens tradisjoner. Fellestrening med øvrige kampsporter. Fortsette det gode samarbeidet med Kunja Taekwondoklubb og andre klubber i nærområdet med gjestetrening fra begge parter.

Sosialt

Samlinger som bowling, shuffle, minigolf, mat og film samt hyttetur er ønskelige mål. Gjerne sammen med andre grupper i OSI. Sammenkomst av OSI sine kampsporter ses på som positivt og aktuelt for disse gruppene.

Administrativt

Jevnlige styremøter og god dialog mellom styret, trenere og medlemmer. Være til stede på foreningsdager og vise oss frem i sosiale medier. Gjøre en vurdering av hva som er ønskelig av promotering som roll-up, banner og plakater. Se over utstyr og ta stilling til nye innkjøp som vester til kamp, bretteplater og takstein til oppvisningsbruk på foreningsdag. Ha en fin drift av styret og klubb.

OSI ULTIMATE FRISBEE

Styret i 2025

Leder:	Yvain Chene (frem til august) / Markus Frislid (fra august)
Nestleder:	Kamille Canete (frem til august) / Yvain Chene (fra august)
Økonom:	Audrey Kristine Jacobsen(frem til august) / Faris Sardast (fra august)
Sekretær:	Aniken Schechtner
Styremedlem:	Sveinn Svendsen
Styremedlem:	Daniel Chavez
Styremedlem:	Tenzing Dolmans (fra august)
Styremedlem:	Tora Brunvatne(frem til oktober)

ADMINISTRASJON

Styrearbeid

Vi valgte styre ved årsmøtet i 2025.

I sommer hadde vi nytt valg av styre, da vi så behov for en omrokering av posisjoner i styret og behov for å få nye personer inn.

Styret har i høst hatt fokus på rekruttering og å sikre at klubben har godt utstyr. Vi har også hatt stor tilkomst av nye medlemmer til klubben og

Ekstern Representasjon

OSI Ultimate Frisbee er også en del av Norges Amerikanske Idretters Forbund (NAIF), da det Norske Ultimatemiljøet er er organisert her. Vi har sendt representanter på vegne av klubben til samlinger i regi av NAIF.

Et av medlemmene våre er også leder for Ultimatekomiteen i NAIF.

Økonomi

Vi budsjetterte inntekter på 27 600 kr, med en inntekt på 29 032 kr. Når det gjelder utgifter hadde vi budsjettert for 27 600 kr, altså at vi skulle gå i null. I 2025 brukte vi derimot 36 946 kr, altså over budsjett. Vi hadde et underskudd på 7 914 kr. Egenkapitalen vår ble derfor redusert fra 12 612 kr ved starten av året, til 4 698 kr ved årsslutt.

Underskuddet er forårsaket at vi har kjøpt inn en del utstyr til klubben i høst. Nye vester og drakter, slik at vi har nye sett, siden mye var slitt og vi hadde en del mangler. Klubben la ut for å kjøpe inn drakter til medlemmer som ønsket personlige drakter. Når vi krevde inn pengene for dette ble det 10 210 kr, men dette ble først overført til OSI i tidlig januar 2026, og har derfor ikke kompt med i regneskapet for 2025. Med de 10 210 kr, vil vi i realiteten ha gått i pluss for 2025.

I tillegg har vi fått en vesentlig større medlemsmasse i 2025, sammenlignet med 2024. Noe som vil gjøre det økonomiske handlingsrommet til klubben større nå i 2026.

IDRETT/AKTIVITET

Trening / instruksjon

Før sommeren hadde vi treningstider mandager 14.30-16.00 på Domus Athletica og onsdager 17.00-18.30 på Blindern Athletica.

Etter sommeren opplevde vi stor tilkomst av medlemmer sammenlignet med tidligere semester etter Korona. Vi har hatt treningstider onsdager 17.00-18.30 på Blindern Athletica og torsdager 20.30-22.00 på OsloMET.

Flere av medlemmene våre har også deltatt på felles treninger for Ultimate-miljøet i Oslo.

Høstsemesteret har vi også hatt fokus på å styrketrening for å forebygge skade, og har hatt gruppetreninger hver mandag, i regi av ene treneren på laget.

Konkurransedeltagelse

Vi deltok som klubb på 8 turneringer i 2025, 5 på vårsemesteret og 3 på høstsemesteret.

GoThrow i Gøteborg

69 discs north, 3. serierunde i Tromsø

NM i Trondheim

StackUp i Stockholm

Fast and Furuset, utendørs turnering i Oslo

Oslo Kapp, utendørs turnering i Oslo

BrainyDisc, 1. serierunde i Bergen

Desembercup, 2. serierunde i Lørenskog

Samlet sett i Ultimateserien for 2024-2025 kom vi på 3. plass og på 6. plass i NM.

SOSIALT SAMKVEM

Sosiale arrangementer

Vi har hatt flere sosiale arrangementer det siste året:

- Bål ved Sognsvann
- Svømmedag på Langøyene
- Hyttetur til småbruket
- Filmkvelder - analysing av videoer fra turneringene vi har deltatt på
- Spillkvelder
- Gresskarutskjæring med halloween
- Juleavslutning med gløgg og julekaker

Integrasjon

Vi er en forening som er åpne for alle, uansett alder, kjønn, nasjonalitet, etnisitet og seksualitet. Vi har et sterkt fokus på at alle skal føle seg velkomne, og at OSI Ultimate Frisbee er en klubb der du kan bli med uten å ha kastet en frisbee før. Vi går systematisk gjennom alle aspektene ved sporten gradvis for å sørge for at alle medlemmene våre henger med og føler mestring i sporten.

Vi, i tillegg til resten av Ultimate miljøet, har også et særlig fokus på at sporten skal være likeverdig for både menn og kvinner, siden det er en mixed sport.

Siden en stor del av medlemsmassen vår er utvekslingsstudenter forsøker vi også å inkludere "typisk norske" elementer i aktivitetene våre, som musikk, mat, spill, osv. for å gi dem et godt utvekslingsopphold her i Norge.

OPPSUMMERING AV ÅRET

Generelt

Vi har bygd en solid kjerne med folk som stadig møter opp på treninger, men som nærmer seg slutten av studietiden. Ultimate er en sport som ikke er så kjent i Norge, men er mye mer kjent utenfor Norge. Vi legger stor merke til dette i skifte mellom semestrene, at vi mister mange medlemmer, men får mange nye.

Idrettslig

Å komme på 3. Plass i Ultimateserien 2024/2025 og 6. Plass i NM er stort for klubben, da vi har virkelig lagt ned en stor innsats for å bygge opp igjen klubben etter korona. Flere av utvekslingsstudentene som har vært med oss det siste året har også funnet egne klubber der hjemme for å fortsette med Ultimate.

Sosialt

Som klubb har vi et ønske om at det skal være mer enn bare trening, og med alle de sosiale arrangementene, utfluktene og turneringene har vi bygd et solid fellesskap. Både blant gamle og nye medlemmer.

Administrativt

Administrativt har vi fokusert på å bygge gode rutiner og planlegge langsiktig for klubben. Både med innkjøp av nytt utstyr og med økt fokus på rekruttering av folk til styret.

MÅLSETTINGER FOR 2026***Generelt***

Et mål vi har for 2026 er å få studenter som skal bli i Oslo en stund fremover til å bli en del av klubben, og at de kan ta over styringen, når flere av nåværende medlemmer trekker seg ut til sommeren.

Vi ønsker fremdeles å være en åpen og inkluderende klubb, som tar i mot både norske og utvekslingsstudenter.

Idrettslig

Vi er fornøyde med hvordan det idrettslige nivået hos klubben var i fjor, så vi planlegger for å gjøre mye det samme som i 2025.

Sosialt

Vi er veldig fornøyde med alt det sosiale vi fikk til i 2026, og vi ønsker å opprettholde dette, og gjøre enda mer. Slik at vi får bygd et enda bedre lagmiljø!

Administrativt

Vi ønsker å fortsette å forbedre interne rutiner og planlegging, i tillegg til å sikre god drift videre av klubben.

OSI Volleyball Årsberetning 2025

Gruppestyret:

Leder: Guro Ølnes

Nestleder: Eva Rishovd

Økonom: Camilla Hagen

Styremedlem: Martin Nicolaysen

Styremedlem: Maja Elise Sjøgreen

Styremedlem: Bea Valand

Styremedlem: Emilie Louise Krogstad Nordhelle

Styremedlem: Celina Manickam

Styremedlem: Joar Oldernes

Styremedlem: Isabell Tran

Styremedlem: Leah Nikeline Tuxen

Styremedlem: Christian Delphin

Styrearbeid

Det nye styret for 2025 består av eksisterende styremedlemmer og flere nye, som gir nye innsikter og ideer som er til fordel for klubben. I starten av året ble det holdt overføringsmøter for alle rollene, som gikk raskt og effektivt for å få det nye styret raskt i gang. Innad i styret har vi hatt fokus på å møtes flere ganger for å skape et tett samarbeid.

Vi har videreført bruken av komiteer fra tidligere år, som har funket bra. Det har blitt satt sammen komiteer til ulike arrangementer som julebord, VolleyUka og Student NM. Ved bruk av komiteer får flere av klubbens medlemmer muligheten til å bidra, og gir gode muligheter for å bli kjent med andre i klubben. Frivilligheten og dugnadsånden har gått noe opp fra i fjor, men det er ønskelig at det skal bli enda mer. Noe vi har gjort som kan ha bidratt til dugnadsånden, spesielt på hjemmekamper, er å ha gjestetreninger av 1.divisjons laget på damesiden, og elite-laget på herresiden for alle lag. I tillegg arrangerte vi en treningshelg i begynnelsen av høst sesongen med mål om at medlemmene skulle bli kjent med og trygge på hverandre på tvers av lagene, som muligens ville føre til at flere ønsker å bidra på dugnad.

Materialer

Materiellansvarlig har gjennom året prøvd å vedlikeholde og skaffe nytt utstyr der det har trengtes. Det har vært både mindre og større saker, med ødelagte stenger, vedlikehold av nett og pumping av baller.

Det har til sammen blitt kjøpt inn 86 baller dette året her. Først 36 stk i mars, og 50 stk som ble levert nå på nyåret. Ellers har året blitt brukt på generelt vedlikehold, og forsøk på å få orden på lagrene.

Sosiale medier

Some-ansvarlig har hatt ansvar for kommunikasjon og synlighet. Hovedoppgavene har vært å holde klubbens medlemmer oppdatert med viktig informasjon gjennom våre kanaler, samt løpende oppdatert OSI Volleyball sin nettside med relevant informasjon. For å skape jevnere synlighet mellom lagene har jeg jobbet med lages SOME-ansvarlige, slik at klubbens instagramkonto blir tagget som samarbeidspartner i innlegg. Det har bidratt til at flere lag har blitt synlige på hovedkontoen, i motsetning til tidligere år hvor det hovedsakelig har blitt lagt ut mest av toppdivisjonslagene. I tillegg har SoMe ansvarlig samlet inn og strukturert bildemateriale fra medlemmer som kan brukes på tvers av kanaler, og samlet og

sikret passord til Instagram-kontoene for å sikre eierskap og kontinuitet i kontoene klubben har bygd opp.

Kommunikasjon

Vi hadde et ønske om å gjøre det mulig for medlemmene å kunne komme med saker og innspill til styret litt lettere enn tidligere. For å oppnå dette har vi gjort oss mer synlige for resten av klubben, ved bl.a. å introdusere oss på uttak, treningsleir, sosiale medier og Spond. Dette har hatt en positiv effekt, men vi oppfordrer neste styret til å utvikle dette til at det legges ut når styremøtene er slik at medlemmene kan komme med eventuelle saker som skal bli tatt opp.

Kommunikasjonen mellom styret og medlemmene har vi holdt hovedsakelig til Spond, noe vi ga beskjed om tidlig i sesongen. Det har fungert bra.

Økonomi

Året har gått veldig bra og vi har fått et godt overskudd som vil hjelpe å betale ned gjelda vi har til hovedstyret. Vi har endt opp med et bedre resultat enn beregnet i budsjettet. Arbeidet som økonomiansvarlig har bestått av å betale dommere, refundere medlemmer, sette opp budsjett, følge opp resultater og søke etter sponsorer. De viktigste inntektskildene for klubben har blant annet vært gruppebevilgningen vi fikk tildelt på starten av året og de to store arrangementene vi arrangerte, Volleyuka og Student NM. Med disse inntektene har vi kunne kjøpt om lag 80 nye baller, nye drakter og annet volleyballutstyr som klubben trenger for å fungere. Vi har også fått muligheten til å dekke reisene i nasjonale serier for både hovedtrener og assistenttrener, samt lønne alle trenerne i klubben. Ellers har de største utgiftene vært knyttet til seriespill som dommerbetalinger og serieavgifter.

Sosiale arrangementer

I løpet av året har klubben arrangert flere sosiale aktiviteter med gjennomgående godt oppmøte og stort engasjement. Det har blitt gjennomført fire klubbester i tillegg til både sommeravslutning og julebord, noe som har bidratt til å styrke det sosiale miljøet i klubben.

Julebordet ble i år arrangert på Chateau Neuf. Lokalet var sentralt beliggende og hadde god kapasitet til å romme flere av klubbens medlemmer. Arrangementet fikk svært gode tilbakemeldinger fra medlemmene, både når det gjaldt gjennomføring og valg av lokale.

Videre ble det arrangert en hyttetur, som dessverre hadde noe lavere deltagelse enn ønsket. Dette gir samtidig et godt grunnlag for å vurdere justeringer eller alternative løsninger for lignende arrangementer i fremtiden.

Klubbfestene ble avholdt på Brød og Sirkus, og disse arrangementene har fått svært gode tilbakemeldinger fra medlemmene. På bakgrunn av dette er det et ønske om å fortsette samarbeidet og benytte dette utestedet også ved fremtidige arrangementer.

I forkant av klubbfestene ble det lagt til rette for felles vorspiel der spillere fra dame- og herrelagene ble blandet. Dette tiltaket har hatt som mål å styrke samholdet på tvers av lagene, og har bidratt til at medlemmene blir bedre kjent og får et sterkere fellesskap i klubben.

I tillegg ble det arrangert et sosialt tiltak uten innslag av alkohol, der klubben samlet seg til en felles tur i svømmehallen. Oppmøtet på dette arrangementet var noe lavere enn ønsket, noe som kan ha sammenheng med at det ble holdt i treningstidene for enkelte lag. Erfaringene fra dette arrangementet tas med videre, og klubben har et ønske om å tilrettelegge for flere sosiale aktiviteter uten alkohol fremover. Dette er ment som et inkluderende tilbud for medlemmer som ikke drikker alkohol, samt for å skape variasjon i aktivitetene og utforske andre former for sosiale møteplasser i klubben.

Medlemmer

For høsten 2025 har vi 256 registrerte medlemmer, derav 231 studenter, og 25 ikke-studenter. Dette er en fordeling på 90/10 prosent.

Idrett/ Aktivitet

Sportslig

For fjorårssesongen hadde vi to 1.divisionslag, hvor D1 endte på 4. plass og H1 endte på tredje plass med opprykk til Mizunoligaen. Damer 2. divisjon kom på 4. plass. Herrer i 3. divisjon kom H2 på 2. plass og H3 rykket ned. Damelaget i 3. divisjon kom på 5. plass. Damer 4. divisjon kom på 6. plass (avdeling 1) og 6. plass (avdeling 2). Herrer 5. divisjon kom på 5. plass (avdeling 3), 5. plass (avdeling 4) og 7. plass (avdeling 2). Damer 5. divisjon kom på 7. plass (avdeling 3) og 9. plass (avdeling 1).

Allerede tidlig i perioden ble det sikret trenere til samtlige lag. Alle lag har i dag to eller tre trenere, noe som har bidratt til god kontinuitet, bedre oppfølging av spillerne og økt kvalitet i treningsarbeidet.

Til tross for at klubben mistet noe halltid én dag på Domus, har den samlede halltidsfordelingen vært god. Dette har gjort det mulig å tilby flere lag ekstra treningstid, samt etablere fellestreninger på tvers av lag og nivå. Dette vurderes som et positivt tiltak for både sportslig utvikling og klubbmiljø.

Det har i løpet av året blitt gjennomført trenerkurs i regi av klubben. Kursopplegget strakte seg over fire uker, noe som gjorde rekruttering av deltakere mer krevende enn ønsket. Om lag sju trenere deltok, og tilbakemeldingene fra disse har vært gjennomgående svært positive. I tillegg har enkelte trenere gjennomført kurs på egen hånd gjennom tilbud satt opp av Norges Volleyballforbund.

Opplever kommunikasjonen mellom styret/trenere som kjempebra og med lite utfordringer. Det flyter godt.

Ellers jobbes det for at flere herrelag skal rykke opp i divisjon. På damesiden ser det lyst ut, spesielt for d3 og d1 som ligger nær toppen for opprykk. H2 ligger an til å rykke ned, og det jobbes hardt for å unngå dette slik at vi beholder laget i 3.divisjon

Treningshelg

I begynnelsen av sesongen arrangerte styret en treningshelg for hele klubben, hvor H1 holdt posisjonstreninger på tvers av lagene og det ble spilt treningskamper, i tillegg til aktiviteter som ble holdt utenfor hallen. I utgangspunktet var planen å ha en treningsleir utenfor Oslo, hvor vi leide hall med overnattingsmuligheter, men det viste seg å være vanskelig å få til mtp. budsjett og arrangering. Som et alternativ holdt vi treningshelgen på Domus, med sosiale aktiviteter på kvelden. Det viste seg å være en god løsning og vi fikk mange gode tilbakemeldinger. Ved å ha treningshelgen i Oslo var det flere som fikk muligheten til å delta, og kostnadene ble lave som gjør det rimeligere for deltagerne.

Sportslige arrangementer

Når vi startet året i 2025 hadde styret et mål å øke interessen og engasjementet for hjemmekampene til D1 og H1. Tiltak som ble gjort var for eksempel å øke publisering på sosiale medier og øke informasjonen som ble sendt ut rundt kampene. I tillegg har D1-laget holdt konkurranser på hjemmekampene sine hvor et par tilskuere har vunnet en t-skjorte. Det ble også opprettet ticketco-billetter for å prøve å profesjonalisere arrangementet. Ettersom det uansett er gratis å se kampene og at det er utfordrende å overholde flere innganger i hallen, var det lite effektivt. Det ble også stilt krav om kommentering i Mizunoligaen som til slutt kom på plass og det fungerer veldig bra.

Når det kommer til dugnad og funking er det fortsatt mye forbedringspotensial på vilje og engasjement i klubben, og til tider utfordrende å finne personer som stiller opp. Man burde kanskje stille flere, høyere og tydeligere krav til funkeansvarlige i hvert lag. En annen utfordring har vært arrangering av student-NM, hvor datoene kommer relativt spontant, noe som gjør det utfordrende å booke Domus.

Oppsummering

For 2025 satte styret en del mål, og vi har klart å oppnå en del av disse. Vi har økt engasjement på sosiale og sportslige arrangementer, dugnadsånden og antall frivillige har økt, men nådde ikke helt det vi ønsket og det er rom for forbedringer. I tillegg har vi oppgradert utstyret i hallene, ryddet og organisert lagre på både Domus og Blindern, og vi har gått til innkjøp av 86 nye baller og annet utstyr.

Kommunikasjonen og bruken av sosiale medier har blitt forbedret og mer inkluderende. Til tross for flere arrangementer og store innkjøp av utstyr har vi klart å holde oss innenfor budsjettet for året, og vi kan konkludere med et godt gjennomført år. Vi vil fortsette å jobbe for at overgangen mellom det gamle og det nye styret blir så sømløst som mulig.