



Årsmelding 2018 for Langrennsgruppa





Innholdsfortegnelse

1	Innledning	3
2	Administrasjon	4
2.1	Styrets sammensetning	4
2.2	Øvrige funksjoner og verv	4
2.3	Styremøter	4
2.4	Andre møter	4
2.5	Klubbkvelder og andre sosiale arrangement	4
2.6	Kurs	4
2.7	Gruppe 7–8 år	5
2.8	Gruppe 9–10 år	5
2.9	Gruppe 11	5
2.10	Gruppe 12–14 år	5
2.11	Gruppe 15–16 år (HL)	5
2.12	Junior	5
2.13	Turrenngruppa	5
2.14	Barmarksamlinger	6
2.15	Familiesamling på Gålå	6
3	Arrangement	7
3.1	Triaden Skiskole	7
3.2	Triaden Skikarusell	7
3.3	Madshussprinten	7
3.4	Klubbmesterskap	7
3.5	Løpskarusell	7
4	Organisering	8
4.1	Arrangementer utenom treningene	8
5	Økonomi	9
5.1	Generelt om økonomien	9
5.2	Inntektsbringende tiltak	9



1 Innledning

Per 31. desember 2018 var det ca 140 aktive utøvere i Langrennsgruppa, en oppgang på cirka 20 fra året før.

Også dette året har vært preget av stor aktivitet i alle aldersgrupper. Vi har vært representert i Hovedlandsrenn med hele 10 utøvere, og det har for øvrig vært jevnt over god deltakelse i mange renn av utøvere i alle aldersgrupper.

Snø- og løypemessig var sesongen 2017–2018 den beste på mange år, og vi fikk gjennomført alle våre planlagte arrangementer.

Med bekymringsverdig utvikling i antall utøvere i de yngste årskullene ble det sent på høsten 2017 satt i gang en rekrutteringskampanje. Med solid jobbing av de ansvarlige, etterfulgt av den gode snøvinteren, var tilstrømmingen av nye, unge løpere god, og denne utviklingen har fortsatt gjennom hele sesongen og inn i neste. Ved inngangen til snøsesongen 2018–2019 ble derfor HL- og juniorløpere tilbudt å bistå som hjelpetrener for gruppene 7–8 og 9–10, og dette har bidratt til å sikre kapasitet til å kunne fortsette å ta inn nye løpere.

«Team Nedre Romerike» (TNR) ble opprettet med virkning fra 1. mai, som et trenings samarbeid mellom Lørenskog Skiklubb og Strømmen og Lillestrøm Skiklubb for 15–16 og Junior. En ekstern hovedtrener ble engasjert, og samarbeidet har vist seg positivt for begge klubber ved at både den sportslige satsningen og det sosiale er blitt mer robust.

Vi er Lørenskog kommune en stor takk skyldig for deres flotte støtte til våre aktiviteter gjennom entusiastisk og profesjonelt vedlikehold av lysløypa og velvillig preparering av løyper og lekeområder etter våre behov.

Langrennsgruppa ønsker å ha mange utøvere med på skirenn, og betaler derfor deltakeravgiften ved påmelding til ordinære renn. Vi har deltakelse, positive opplevelser og erfaringsbygging i fokus, mer enn resultatene, særlig i de yngre årsklassene. Felles gode opplevelser binder oss sammen og barnas glede ved å delta inspirerer dem til videre deltakelse i trening og renn.

Langrennsgruppa har som mål å være åpen for alle barn og unge som ønsker å utvikle seg på ski og vi tar mål av oss å gi et godt, sunt, lærerikt og trivelig tilbud til alle utøverne, enten de ønsker å bli verdensmestere eller de «nøyer seg» med å ha det gøy på ski. Vi må, i all beskjedenhet, si at vi synes det ser ut som om vi lykkes med det!

Rasta, 17. mars 2019
Mattis Thørud (styrets leder)



2 Administrasjon

2.1 Styrets sammensetning

Leder: Mattis Thørud

Nestleder: Anne Marte Solberg

Kasserer: Linda Brunborg

Styremedlem/markedsansvarlig: Jon Christopher Knudsen

Styremedlem: Hans Olav Hygen

Sportslig ansvarlig for 7–12: Vibeke Hetle

2.2 Øvrige funksjoner og verv

Rennleder Madshussprinten 2018: Anne Marte Solberg

Ansvarlig skiskole: Vibeke Hetle, Hege Øwre-Johnsen, Anne Marte Solberg

Tidtakingssystem: Roger Ugedal, Terje Otterlei, Morten Gjellerud, Tore Mundal

Deltaker i arbeidsgruppe for kunstsnoanlegg: Mattis Thørud

Hovedoppmann: Anne Marte Solberg

Valgkomitè:

- Leder: Lena Aune
- Medlem: Espen Aune

2.3 Styremøter

Det er avholdt 4 styremøter i perioden, og hyppig styrebehandling av enkeltsaker per e-post.

2.4 Andre møter

Internt er det holdt møter både i forbindelse med Madshussprinten og øvrige arrangementer i klubbens regi, og trenermøter for de ulike treningsgruppene for koordinering/utvikling av det sportslige opplegget.

Våre representanter i de ulike styrer og utvalg i regi av hovedstyret har deltatt i møtene som har vært avholdt der.

2.5 Klubbkvelder og andre sosiale arrangement

Alle gruppene har hatt sosiale arrangement i forbindelse med avslutninger etc. Årets familiesamling var som vanlig et sosialt høydepunkt.

Det ble arrangert felles premieutdeling etter løpskarusell, skikarusell og klubbmesterskap. På forsommeren ble det avholdt et felles kickoff for hele klubben i klatreparken i Tryvann, etterfulgt av grilling og premieutdeling for de rangerte klassene i klubbmesterskapet.

2.6 Kurs

Det ble i perioden ikke gjennomført trenerkurs.



Langrennsgruppa har likevel som mål å arrangere Trener 1-kursene jevnlig. Trenerkursene bidrar til godt motiverte og faglig dyktige trenere/hjelpetrenere som, dersom barna fortsetter på ski, kan utvikles videre og ta større ansvar på sikt.

Langrennsgruppa dekker med glede kostnadene som er forbundet med dette. Trening

2.7 Gruppe 7–8 år

Hege Øwre-Johnsen har hatt hovedansvaret for denne gruppen siden sesongstart våren 2018. Gruppen har hatt treninger en gang i uken.

2.8 Gruppe 9–10 år

Vibeke Hetle har hatt hovedansvaret for denne gruppen siden sesongstart våren 2018. Gruppen har hatt treninger en gang i uken.

2.9 Gruppe 11

Lena Aune og Vegard Hofoseter har hatt hovedansvaret for denne gruppen siden sesongstart våren 2018. Gruppa har hatt treninger en gang i uken mellom 1. mai og høstferien, og fra etter høstferien to ganger per uke.

2.10 Gruppe 12–14 år

Jannik Stanger og Anders Øwre-Johnsen har hatt hovedansvaret for gruppen. Gruppen har hatt treninger to ganger i vårsesongen og tre ganger i uken i høstsesongen (mandag, tirsdag, torsdag). Et par utøvere fra Strømmen og Lillestrøm Skiklubb har trent fast med gruppen, da SOGL ikke har hatt noe tilbud til disse i perioden. Gruppa har vært på snøsamling på Skeikampen og hatt helgetur til Røyrvannskoia.

2.11 Gruppe 15–16 år (HL)

Med virkning fra sesongstart 1. mai ble «Team Nedre Romerike» (TNR) opprettet, et treningssamarbeid mellom Lørenskog Skiklubb og Strømmen og Lillestrøm Skiklubb for HL og Junior. TNR har engasjert Lydia Benedicte Weydahl Winter-Hjelm som hovedtrener, og samarbeidet har vist seg positivt for begge klubber ved at både den sportslige satsningen og det sosiale er blitt mer robust. Flere foreldre har bistått som hjelpetrenere i TNR. TNR har hatt to fellestreninger i uka, og en rekke samlinger.

2.12 Junior

Etter at vi i Lørenskog ikke har hatt noe tilbud til satsende juniorer de siste par årene ble Team Nedre Romerike en meget god løsning som har gitt våre 3-4 satsende juniorer et fullverdig tilbud. TNR har hatt to fellestreninger i uka, og en rekke samlinger.

2.13 Turrenngruppa

Turrenngruppa har i sitt andre år blitt bedre etablert, med gradvis flere deltakere. Erik Næss har vært ansvarlig, og lagt opp til to fellestreninger i uka. Gjennom barmarksesongen har det også vært tilbud om en «åpen» felles langtur hver lørdag kl. 1000, enten rulleski eller løping. Turrenngruppa er blitt et godt tilbud til både voksne og ikke minst utøvere i HL-/junior-alder som ikke satser for fullt, men som ønsker et treningsfellesskap og et godt sportslig opplegg.



2.14 Barmarksamlinger

Det ble arrangert barmarksamling for hele klubben i september i Lillomarka Arena, hvor alle grupper trente to økter.

2.15 Familiesamling på Gålå

Familiesamling ble lagt til Wadahl Høgfjellshotell helgen 16.–18. november. For første gang var dette en samling for hele klubben, og mer enn 250 personer deltok. Dessverre var det ikke snø på Gålå (eller noen andre steder på Østlandet), men det ble gjennomført gode barmarksøkter for alle grener og grupper.



3 Arrangement

3.1 Triaden Skiskole

Triaden Skiskolen ble arrangert 13.–14. januar på Hvaltjern skistadion med ca 50 deltakere. Det ble gjennomført to økter per dag, med lunchpause i kafeen mellom øktene. Skiskolen ble som vanlig gjennomført på en fin måte. Barna lærte grunnleggende skiferdigheter, og skiskolen ble avsluttet med grilling av pølser og utdeling premier.

3.2 Triaden Skikarusell

Karusellrennene ble som vanlig gjennomført fra Ekerud med god deltakelse. Det ble gjennomført premieutdeling i målområdet i etterkant av målgang for de ulike klassene.

3.3 Madshussprinten

Madshussprinten ble som vanlig arrangert på Hvaltjern Skistadion i Fet, med svært gode forhold. Rennleder Anne Marte Solberg og hennes store team med entusiastiske frivillige sørget for nok en suksess. Vi takker også Fet skiklubb for stor velvilje og dugnadsånd for å hjelpe oss i land med arrangementet. Ca 300 lag deltok.

3.4 Klubbmesterskap

Klubbmesterskapet ble gjennomført 6. mars i fristil på Ekerud. Det ble gjennomført premieutdeling i målområdet i etterkant av målgang for de yngste klassene, de rangerte klassene (11 år og eldre) mottok sine premier under klubbens felles kickoff i Tryvann senere på våren. Vandrepokaler for raskeste utøver i hvert kjønn på 5 km gikk til Live Thørud og Eigil Thørud.

3.5 Løpskarusell

Løpskarusellen ble arrangert fra Ekerud fire onsdager i september/oktober. Distansene var 1, 2, 3 og 5 km, og det var opp mot 100 deltakere.

3.6 Rulleskirenn

I samarbeid med Strømmen og Lillestrøm Skiklubb arrangerte vi to åpne rulleskirenn i normaldistanse fristil. Begge rennene gikk i Tæruddalen, med ett renn i juni og ett i september. Rennene trakk ca 75 deltakere hver av gangene.



4 Organisering

4.1 Arrangementer utenom treningene

Langrennsgruppa har mange arrangementer med stor deltakelse: Løpskarusell, Triaden Skiskole, Triaden Skikarusell, Madshussprinten og Klubbmesterskap for å nevne noen. Det er en stor jobb å bemanne de ulike arrangementene, og basert på de siste års gode erfaringer med ny organisering av arrangementene ble dette gjennomført også i år. Dette innebærer at ansvaret for de ulike arrangementene – med unntak av Madshussprinten – ble flyttet fra styret til de ulike aldersgruppene, etter følgende mal:

- Gruppe 7–8: Kaffe og kaker til ymse arrangement
- Gruppe 9–10: Mannskap under løps- og skikaruseller, samt klubbmesterskap
- Gruppe 11–12: Ansvar for skikarusell og klubbmesterskap
- Gruppe 13–14: Ansvar for løpskarusellen
- Gruppe 15–16: Administrasjon av skiskolen, samt at utøverne stiller som instruktører i skiskolen. Foreldre fra gruppene 7–14 stiller også som instruktører i skiskolen.
- Junior: Utøverne stiller som instruktører i skiskolen



5 Økonomi

5.1 Generelt om økonomien

Vi fikk gjennomført alle planlagte arrangementer, noe som har vært svært viktig for å sikre våre inntekter.

Triaden Skiskole, Triaden Skikarusell og Madshussprinten er hoveddelen av våre inntektskilder, ut over treningsavgiften. Langrennsgruppa forsøker å unngå rene ”pengedugnader”, men vil heller bruke den helt nødvendige dugnadsinnsatsen til å lage gode aktiviteter for små og store skiløpere.

Årets økonomiske resultat er derfor igjen bra.

5.2 Inntektsbringende tiltak

- Treningsavgift
- Løpskarusell
- Madshussprinten
- Triaden Skiskole
- Triaden Skikarusell
- Sponsorbidrag
- Kafèdrift ved arrangement