

Styrets årsberetning 2016 for Bingsfoss Sykkelklubb



Det har i årsmøteperioden (februar 2016 – februar 2017) blitt avholdt 8 styremøter.

Styret har bestått av:

Leder: Thomas Sundal (frem til september 2016)

Nestleder (sportslig ansvarlig): Gunnar T. Abrahamsrud

Kasserer: Jan Myhrvold

Sekretær: Jane Thøgersen

Styremedlem, ansvar lavterskel: Erland Rønningen (fra januar 2017)

Styremedlem, ansvar tur og mosjon: Helge Eliassen

Styremedlem, ansvar barn og ungdom: Christine Abbott

Styremedlem, ansvar junior og senior aktive (herunder Team Blaker Sparebank): Bjørn Holmen

Varamedlem: Trond Løfsgård

Varamedlem: Basem Msallam

Generelt

Bingsfoss Sykkelklubb har i 2016 hatt en god vekst i aktivitet og medlemmer. Fokus har vært på å etablere et anlegg i Texasdalen, videreutvikle aktivitetstilbudene for barn og ungdom, å videreutvikle en satsingsgruppe, i tillegg til å fortsette å ha et godt tilbud til voksne utøvere. Klubbens medlemmer har deltatt i de faste rittene, i tillegg til mange nye ritt. En del har også gjort det godt plasseringsmessig. Det har generelt vært godt oppmøte på klubbens

fellestreninger, selv om trenden blant de eldste har vært økt oppmøte i periodene foran de største satsningsrittene som Styrkeprøven og Birken (se pkt Sportslig aktivitet under). Generelt er økonomien god, og driften har gitt et lite underskudd (se pkt. Økonomi under).

Sportslig aktivitet

Barn og Ungdom

Bingsfoss barnegruppe besto sesongen 2016 av syklister i alderen 6 til 13 år. Til sammen var det cirka 80 registrerte medlemmer i gruppa i løpet av sesongen. Normalt møtte det rundt 40 syklister på treningene. Vi opplevde en betydelig tilvekst av utøvere denne sesongen, primært blant de yngre årsklassene. Veksten i år kan forklares med blant annet mer målrettet markedsføring i skoler og barnehager, samt



at gruppas aktiviteter har blitt mer kjent gjennom utøvernes og klubbmedlemmenes nettverk. I mai måtte gruppa stanse inntak av nye medlemmer i gruppa for å kunne ivareta et godt treningstilbud med variasjon og progresjon i gruppene. Gruppa var delt i 3 etter alder og ble trent og ledet av til sammen 13 trenere som alle er foreldre i gruppa. Disse er Carsten Harfallet, Leif Nordbø, Kjetil Marki-Madsen, Truls Hay Iversen, Christine Abbott, Erland Rønningen, Leif Hugo Vårum, Geir Apeland, Kjell Ove Engerdal, Arild Hartmann, Jøran K. Hansen, Marius Nakkeid og Hans Petter Lade.

Ungdomsgruppa besto av 6 utøvere i alderen 15 – 18 år og ble trent av Nils Børre Nygård. Enkelte treninger har gruppa trent uten trener, andre ganger har deler av gruppa trent for seg selv på grunn av ulikt nivå i gruppa. Gruppa hadde også noe samarbeid med Team Blaker Sparebank, blant annet med besøk av enkeltutøvere som har ønsket å sykle mer terreng.

Ungdomsgruppa og de eldste i barnegruppa trente spinning på Trento gjennom hele vintersesongen frem til påske. For begge gruppene startet utetreningen etter påske. Onsdager har vært fast treningsdag barnegruppa. De eldste barna har i tillegg trent på mandager. Ungdomsgruppa har trent på tirsdager og torsdager samt frivillig trening på søndager, med mulighet for samkjøring med Team Blaker Sparebank. Utetreningen pågikk frem til høstferien. Etter høstferien ble spinningen på Trento startet opp igjen.

Gruppene samlet hadde god rittdeltakelse på Elgrittet, Krepserrittet og Stomperudrittet. I tillegg deltok noen av ungdommene i Grenserittet og Birkebeinerrittet. I tillegg var det utøvere med på til sammen tre Kalascup-ritt, hvorav vi i Nittedal stilte med hele 11 deltakere. Mange av rytterne oppnådde gode resultater i de lokale rittene. I synlighet og deltakelse sto vi heller ikke tilbake for klubber med et betydelig større nedslagsfelt for å rekruttere medlemmer.

Av egne arrangementer har barnegruppa gjennom sesongen arrangert to samlinger. I juni arrangerte vi en familiesamling på Hvaltjern, hvor trenerteamet og foreldre i samarbeid gjennomførte trening, sosiale aktiviteter, grilling og avsluttet med et ritt. I september ble

det organisert en fellestur til Trysil hvor hver enkelt familie selv ordnet med overnatting og forpleining og trenerne inviterte til treningsturer og sosiale aktiviteter. Trenere, foreldre og utøvere bidro også betydelig til gjennomføringen av og deltakelse i Tour de Bingsfoss på Sørumsanddagene.

Barnegruppa og ungdomsgruppa ser tilbake på en god sesong. Det er bygget en solid base for rekruttering og vi ser frem mot å videreutvikle treningstilbudet både for eksisterende og nye utøvere kommende sesong.

Team Blaker Sparebank (Junior-Senior aktive)

TBS har i 2016 bestått av 12 ryttere hovedsakelig i gruppen ungdom og junior.

I tillegg er det ryttere som har vært med bare deler av sesongen, grunnet skader og militærtjeneste.

Støtteapparatet har bestått av:
Bjørn Holmen, Teamansvarlig
Odd Jørgen Ottesen, Sportsansvarlig
Martin Reuter, Trener
Morten Christiansen, Trener
Basem Msallam, Fysikktrener
Frode Pedersen, Rittansvarlig aldersklasser
Raymond Myhre, Hjelpetrener/mekaniker



Mange foreldre stiller opp ved behov, og noen ryttere fra Bingsfoss har vært med som trenere ved behov.

Treninger

I vinterhalvåret hadde vi styrke og spinningtrening hos vår sponsor Spenst, hvor vi under Basems kyndige ledelse la et godt grunnlag i mørketiden.

Fellestreningene ute har vært mandag, torsdag og søndag, med tilpasninger i forhold til rittkalenderen. Treningsfremmøtet har vært litt ujevnt, og teamledelsen ønsker at dette bedres i fremtiden.

Vi har i 2016 hatt en rytter som har begynt på NTG Kongsvinger som dermed ikke har hatt anledning til å delta på TBS fellestreninger.

Treningene ble i hovedsak ledet av Morten Christiansen og Odd Jørgen, med god hjelp fra Martin og Raymond. Morten har særlig bidratt med teknisk og taktiske innspill fra sin solide erfaring som topprytter.

Samlinger

Flere av juniorene og senioren var på samling på Mallorca i våres sammen med fysikktrener Basem som ledet opplegget. Her ble det kjørt mye mengdetrening som gir ett godt grunnlag for sesongen.

På våren 2016 ble det også gjennomført en «forflyttingssamling». Denne startet på Sørumsand fredag ettermiddag med retur søndag. Rytterne syklet da til forskjellige overnattingsteder for fredag og lørdag. Dette var en veldig verdifull aktivitet som skapte et godt gruppemiljø og også ga godt sportslig grunnlag i starten av sesongen.



Ritt

Rytterne fra TBS har vært representert på over 50 ritt i løpet av sesongen. På våren var vi blant annet med på UCK karusellen som ga oss verdifull ritt trening uten å måtte reise langt.

Vi har hatt med ryttere i Norgescup (høyeste nivå i Norge) både for seniorer og juniorer. Vi var også representert under NM i Bodø med en juniorrytter og med 3 ryttere til Ungdomsmesterskapet i Levanger.

Ellers har vi forsøkt å få med de største landeveisrittene for ungdom/junior på Østlandet, og resultatene har visst at det har vært fremgang i gruppen, dog i varierende grad. Høydepunkter var: Bronse i Regionsmesterskapet, tempo klasse M16, 5. plass tempo M 15-16 i Roserittet (Norges største ritt) og seier i Krepserittet Landevei M senior.

På terreng har det vært med deltakere fra TBS på noen av de mest kjente maratonrittene med gode resultater og pallen for noen.

Økonomi

Det har vært relativt god kontroll på kostnader, og alle i støtteapparatet gjør dette uten godtgjørelse utover kostnadsdekning. Inntektene har kommet gjennom sponsorer, klubben og foreldre.

Tur og mosjon (landevei og Terreng)

Landeveisgruppen

I 2016 var det en landeveisgruppe i tur- og mosjonsgruppen. Som ved tidligere år var Øyvind Hagen vår kaptein i satsningsrittet Lillehammer - Oslo.

Gruppen har fortsatt med å ha fellestreninger (fra etter påske frem til slutten av juni) på tirsdager, torsdager og søndager. Treningsoppmøtet var noe variabelt, men bedret seg når de nærmet seg Lillehammer - Oslo. Landeveisgruppen hadde også i 2016 dette rittet som hovedmål. Målsetningen til gruppen var å kjøre jevnt og å holde sammen slik at flest mulig av de startende kunne komme samlet i mål, og da forhåpentligvis på ca 5 timer 30 minutter. Gruppen som stilte til start i Lillehammer - Oslo besto av ca 15 ryttere. Med bakgrunn i rytternes ønsker valgte vi også i 2016 å reise med felles transport fra Sørumsand til Mesnali for overnatting der natten før rittet som starter tidlig lørdag morgen.

Selve rittet ble en blandet suksess, der Elisabeth Myrstad syklet inn til en



førsteplass i sin klasse, og for første gang på en tid under 6 timer (5.59.52). Herrelaget derimot slet med svært mange punkteringer og uhell og endte med å sykle 40 minutter svakere enn målsetningen, 6. timer 7 minutter. Etter rittet ble det invitert til en hyggelig grillkveld hjemme hos Helge Eliassen. Gruppen syklet som tidligere år Enebakk rundt 1. mai. De 80 km ble gjennomført på tiden 2.39. Nytt i 2016 var at vi også valgte å stille et lite lag i Ceresrittet / Romerike rundt.



I en oppsummering av 2016-sesongen fremkom det et ønske om noe bedre struktur på treningsarbeidet, tydeligere skiller mellom rolige langkjøringer og treninger der det skal trenes hardt og med fart. Det ble også bestemt at vi til neste år skal stille med lag i Trondheim – Oslo og Ceresrittet (dette på bekostning av Enebakk rundt), og også noen lengre

turritt i forkant av Trondheim – Oslo.

Grusgruppen

Grusgruppen startet opp med fellestreninger etter påske. Det var i planen lagt opp til treninger tirsdager, torsdager og lørdager. Gruppen hadde ingen fast trener, og noen av treningene gikk uten ansvarlig. Det var på våren variabelt oppmøte i gruppen. Etter sommeren tok oppmøtet seg opp og det ble etter hvert bedre frem mot Birken, der klubben hadde mange deltakere, nesten 30 ryttere. I tillegg til svært god deltagelse på Birken, var det også god deltagelse på andre ritt som Grenserittet og på de lokale rittene Elgrittet, Nybakkrunden og Krepserittet. På klubbmesterskapet/ Stomperudrittet skulle vi fortsatt ønske at noen flere ville delta.



Stinissene

Stisykkelgjengen er en gruppe i Bingsfoss sykkelklubb som vokser i antall, til tross for at de ikke har hatt noen fastsatt treningsplan. De har likevel ofte samlet seg på tirsdag, torsdag og lørdag. De bruker imidlertid facebook flittig for å invitere til spontane treninger. Det har ofte vært godt oppmøte på disse stitreningene. Stigjengen har i tillegg holdt på hele høsten og vinteren og da har det vært arrangert treninger mange lørdager, samt en del ukedager. Gjengen har også tatt initiativ til, og ansvar for å gjennomføre, klubbmesterskap på sti (ved bruk av Strava), samt en god del dugnader der det har vært laget klopper på stier i området. I tillegg har klubben vært representert med to ryttere på Offroad Finnmark-rittet, et svært langt ritt på Finnmarksvidda der Ketil Marki-Madsen fullførte på ca 30 timer. I tillegg kan nevnes at gruppens medlemmer også er godt representert ved arrangementet Utflukt i Trysil.

Terrensykkelbanen i Texasdalen på Sørumsand

Etter at leieavtale med Sørum Kommune for 20 år ble inngått i mai, startet arbeidet med parken umiddelbart. Det har vært utført 5-6 dugnader med godt oppmøte. Basis for terrensykkelstien er ferdigstilt, og det gjenstår her å lage elementer, noe som vil være en kontinuerlig utvikling over tid. Utover start/mål området er dette arbeidet gjort på dugnad. Det er lagt inn mye arbeid på å lage en god basis for BMX bane og start/mål området med tanke på drenering og stabilitet. Dette arbeidet er utført av entreprenør. Akebakken er også klippet og planert ut, slik at det ikke er nødvendig med mye snø for å kunne benyttes.

Økonomien i prosjektet har så langt vært basert på tilskudd fra Gjensidigestiftelsen, og det har i veldig liten grad påvirket klubbens økonomi.

For 2017 er det søkt tippemidler for ferdigstillelse, og det er også innstilt på tilskudd fra Sørum Kommune med kr.100.000,- i kommunal medfinansiering. I tillegg har nyttårsfesten gitt støtte på kr.12000 til lysanlegg i akebakken.

Prosjektet er i rute, og vi forventer en offisiell åpning i august 2017, med et ferdigstilt anlegg i henhold til planene.

Økonomi

Bingsfoss Sykkelklubb har i 2016 hatt en stabil medlemsmasse og stabile medlemsinntekter.

Årsregnskapet viser et overskudd på kr 56.250, en økning fra 2015. Klubben har en balansert og sunn økonomi.

Det er ikke noe mål for BSK å gå mest mulig i overskudd, klubbens midler forsøkes kanalisert til økt aktivitet i de ulike gruppene (barn/ ungdom, Team Blaker Sparebank, trim/mosjon osv), noe som gjenspeiles i budsjettet for 2017.

Klubbens regnskap føres av Sørums Økonomi AS.

Klubben har i løpet av 2016 etablert Texasdalen Terrengsykkelpark som et anlegg i drift. Finansieringen av anlegget har så langt skjedd via dugnad samt midler fra Gjensidigestiftelsen. Disse anleggene belaster derfor ikke klubbdriften som sådan, og klubben har etablert rutiner for føring av prosjektrengnskap for de ulike aktivitetsområdene.

Det inntektsskapende arbeidet i form av sponsorstøtte, offentlige tilskudd med mer er i henhold til budsjett.

Vi ønsker å rette en stor takk til alle som har bidratt økonomisk til klubben i løpet av 2016:

- Rema 1000 Sørumsand
- Maxbo Sørumsand
- Spenst Sørumsand
- Trento Sørumsand
- Maler Martin
- Blaker Sparebank
- Codewise
- Mallorcatour
- Vital Osteopati
- Sørums Kommune
- Gjensidigestiftelsen