

Årsberetning til årsmøte

Harstad Orienteringslag

2025



Innhold

Styrets sammensetning.....	1
Styrets arbeid.....	1
Øvrige verv	1
Idrettslig aktivitet	2
O-karusell 2025.....	2
Mor-O-løp 16.september.....	3
Bymesterskapet 25.september	3
Løp i Nord-Norge.....	4
Midnattsolgaloppen 25.-29.juni	4
NNM 29.-31.august.....	5
Deltakelse på løp utenfor landsdelen.....	6
Internasjonal deltakelse v/Peter!	6
Vinteraktivitet.....	7
Vintercup	7
Vintertrening for voksne	8
Barnegruppa	9
Nybegynner-kurs.....	9
World Orienteering Week	10
Turorientering	11
Kartarbeid	13
Medlemmer.....	14
Medlemskontingent	14
Økonomi	15

Styrets sammensetning

Leder	Madelene Losvik Berntsen
Nestleder	Bjørn Harald Berg
Sekretær	Torstein Eidnes Mellem
Kasserer	Trine Alsos
Styremedlem	Ole Thomas Gjærum
Styremedlem	Ingvild Osdal
Varamedlem	Hege Nornes
Varamedlem	Helga Elisabeth Instanes

Styrets arbeid

I løpet av året er det avholdt fire styremøter

- 07.04.25
- 07.05.25
- 27.10.25
- 18.01.26

I tillegg har Trine og Ingvild deltatt på årsmøte i Harstad Idrettsråd 10.04.25.

I løpet av året har klubben fått ny nettside (www.harstadol.no) , og Spond er blitt tatt i bruk som kommunikasjonsverktøy. O-Total (o-total.no) er blitt testet på treningsløp, og dette virker som en veldig praktisk og rimelig løsning for å hente ut resultater under (live) eller etter løp.

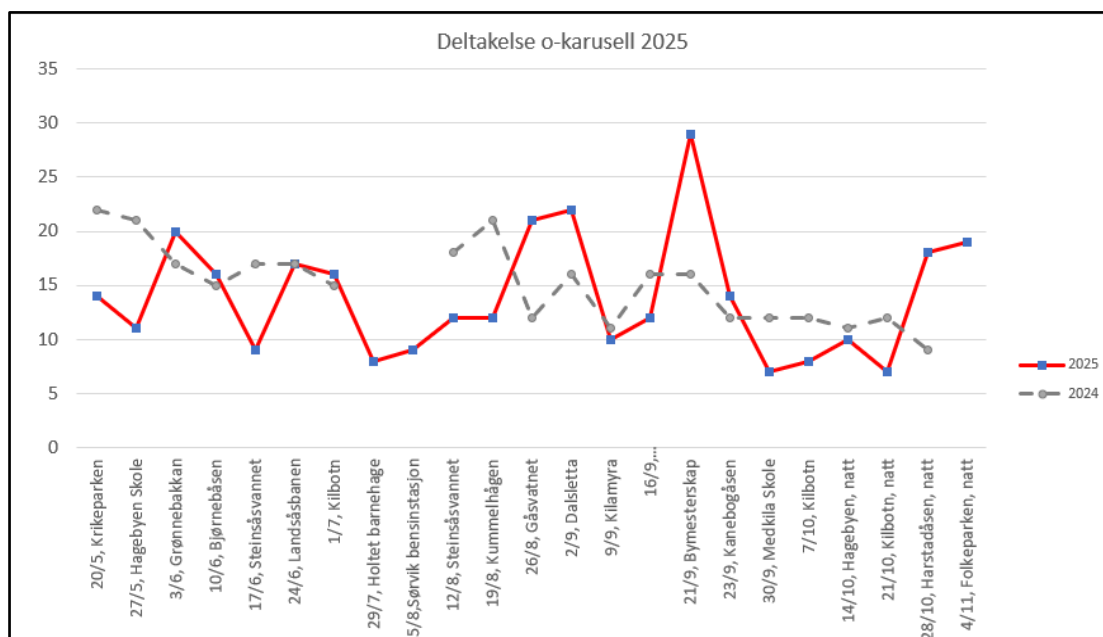
Øvrige verv

Medlemsansvarlig	Trine Alsos
Kartkontakt	Trine Alsos
Politiattestansvarlig	Ingvild Osdal
Materialforvalter	Ingvild Osdal
Barne- og ungdomskontakt	Ingvild Osdal
Tur-O-ansvarlig	Hege Nornes og Helga Elisabeth Instanes
Web-ansvarlig	Torstein Eidnes Mellem
Kontrollutvalg (leder)	Kristin Svendsen
Kontrollutvalg (medlem)	Bjørn Akselsen
Valgkomite	Silje Ellingsen Bergland Hans Eidnes
Mediekontakt	Styret

Idrettslig aktivitet

O-karusell 2025

Det var satt opp 17 løp på terminlista for o-karusellen i 2025 fra 20.mai til 1.juli og 12.august til 7. oktober. I tillegg arrangerte Lasse to sommerløp i juli-august og de fine forholdene utover høsten gjorde at det ble 4 natt-o-løp i oktober og november med god deltakelse. Deltakelsen har ligget på ca 10-20 per løp (gjennomsnitt 14), omtrent det samme som de to foregående årene.



Det var totalt 321 starter på o-karusell i 2025. 97 ulike personer har deltatt på ett eller flere løp (2024: 94, 2023: 69). Vi har 36 som har deltatt på mer enn to løp i år. Løpene har vært åpne for både medlemmer og ikke-medlemmer. I og med at de også ligger inne på eventor.orientering.no har det dukket opp deltakere fra ferierende på noen av løpene, mest langreist var et par fra Latvia. Barnegruppa og nybegynnerkurset for voksne har også lagt noen av sine treninger på o-karusellen.

Antall løp	2025	2024	2023
16 →	2	2	2
11-15	8	5	9
6-10	10	12	7
3-5	16	12	23
2	10	14	8
1	51	49	20

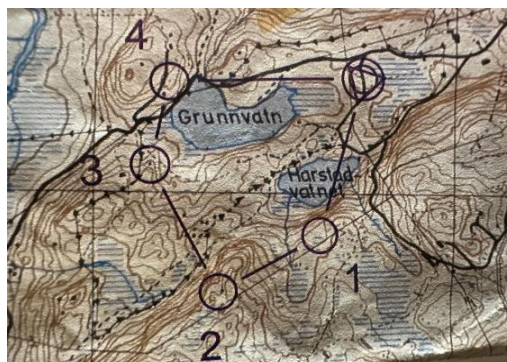
Alle barn under 16 som deltar i minst 5 løp får premie (eller minst 3 hvis de er på årsmøtet), og i tillegg er det trekkepremier blant alle barn/voksne som er med i minst 10 løp.

På arrangementssiden er det 16 av medlemmene som har arrangert o-karusell, noen for første gang i år og det gikk kjempefint. Flere har arrangert 2 eller 3 løp så det er supert med enda flere arrangører. Takk til alle som har arrangert!



Mor-O-løp 16.september

Hans og Solfrid disket opp med ulike årganger av kart over Folkeparken. På den lengste løypa fikk 3 runder med 3 ulike kart; det eldste fra 1969 med langt færre detaljer enn vi er vant til.



Bymesterskapet 25.september

Bymesterskapet ble arrangert midt på en søndag fra Utsikten barnehage med Siri, Torstein, Alvilde, Eskild og Erlend som arrangør. I invitasjonen var det god reklame: "Vi kan love motbakker, stier og myr til alle :)" Det ble også annonsert premie til alle nybegynnerne, til vinnerne og noen trekkepremier. Det var ekstra stas at to av trekkepremiene (Harstad Kino-kort) gikk til barn. 20 av de 30 startende i mesterskapet tok N-løypa.

Løp i Nord-Norge

Midnattsolgaloppen 25.-29.juni

Løp 1 og 2 i Tromsø og løp 3 og 4 i Sørreisa. Madelene, Trine, Hans, Peter, Hege og Ingvild deltok på 2-4 løp. Ingen gikk helt til topps, men alle fikk bryne seg i variert og spennende terreng på Ramfjordmoen og Sørfosbog Gård. Sosialt med telting, grilling og samling på løpene.



Madelene ut fra startpost dag 1



Hans på sistepost dag 4



Harstad O-lag på Sørfosbog Gård

Foto: Lina Strand, tidligere verdensmester og nåværende svensk landslagstrener!

NNM 29.-31.august

Fire ivrige deltakere dro til Bodø for å være med på Nordnorsk mesterskap. Hans fikk et fint sølv på langdistansen i H60. På NNM-stafetten slo Harstad OL seg sammen med Stokmarknes OL og stilte 2 lag. I H 15 løp Erik Ole Hessen, Lars Skalle og Hans Eidnes inn til 3.plass av 7 lag. Jens Olav Hessen, Peter Krarup og Lasse Skalle sikret laget en ganske sikker bronse i H 150.



Deltakelse på løp utenfor landsdelen

«Sørlandsgaloppen» (1 løp)

Lasse oppsummerer: «2/7 fikk jeg en link fra vårt tidligere medlem Andreas Bratland. Det var påmelding til Sørlandsgaloppen. Etter en kjapp opptelling kjørte Jørgen, Øyvind, Andreas og Lasse avgårde fra Fredrikstad til Kristiansand litt vel tidlig, men vi fikk et nydelig løp i et supert arrangement. Etterpå var det masse juling og diskusjon fra dagens løp med Andreas, akkurat som før. Hyggelig og godt at noe er uforandret».

«Morokulien» 6.juli

2-dagers ferieløp på Eidsskog med stort utvalg av åpne løyper. Mari Alsos Höglin, Trine Alsos og Magnus Höglin var med.

«Blodslitet» 18.oktober

Familien Skalle er som vanlig representert; denne gangen med Jørgen, Lars og Lasse.

Internasjonal deltakelse v/Peter!

«Vintercup afd.3» 4. januar

Sted: Bøndernes Hegn, Bagsværd, Danmark. Arrangør: OK Øst Birkerød

«Divisionsmatch» 13. april

Sted: Tokkekøb Hegn, Blovstrød, Danmark. Arrangør: Allerød OK

«O-ringen» 1. + 2. etappe 20.+21. juli

Sted: Jönköping, Sverige

«Odsherred Orienteering Open» 2. etappe 3. august

Sted: Annebjerg Skov, Nykøbing Sj., Danmark. Arrangør: Holbæk Orienteringsklub

«Vintercupen #3, Skåne» 26. desember

Sted: Äspet, Åhus, Sverige. Arrangør: OK Pan-Kristianstad

Vinteraktivitet

Vintercup

Vintercupen åpnet med nyttårsløp (gate-o) i Breivika 1. Januar. Deretter var det 4 gate-o-løp og 1 ski-o-løp fordelt på Stangnes, Folkeparken, Trondenes og avslutning på nytt sprintkart i Jektholtet. De 4 beste løpene av 6 talte i sammendraget, der poeng ble regnet fra tid bak vinneren. For barn var det antall løp som ga poeng.

I A-herrer ble det en spennende innsprint, der “noen” ble litt forvirret blant alle gater og kassehus i Jektholtet. Til slutt gikk familien Osdal av med dobbeltseier sammenlagt. Ingvild vant A-damer, Gjermund vant A-herrer, begge knepent foran de spreke lærerne på Heggen. I C-klassen var det Silje og Kristian som samlet mest poeng. I N-klassen var det Fredrik, Filip og Odin som samlet mest poeng ved å delta på tre løp.

Noen av løpene (løp 2 og 6) ble lagt til onsdager slik at barnegruppa kunne kombinere det med sin trening, noe som var suksess. Totalt var det 43 personer som var med på vintercupen. Oversikt over antall deltakere per klasse og løp i tabellen under.

Klasse	2. Jan Breivika gate-o	29. Jan Stangnes gate-o	18. Feb Folkeparken ski-o	11. Mar Trondenes gate-o	8. Apr Heggen gate-o	23. Apr Jektholtet gate-o	Totalt deltakere i minst ett løp
A herrer	3	3	4	2	3	3	8
A damer	1	3	3	2	5	5	8
C herrer/ damer	4	3	4	2	3	3	15
Nybegynner	1	8	4	1	1	11	12
Totalt	9	17	15	7	12	22	43



Vintertrening for voksne

Etter o-karusell-avslutning i høst var det invitert til spisende treff på Egon 11.november; hele 12 stykker fant veien. Det var det interesse for å sette i gang med vintertrening for voksne. Det ble satt opp 5 treninger i november og desember. Onsdager kl.18:00-20:00 på Stangnes ungdomsskole, en time ute og en time inne. Påmelding har skjedd via Spond.

Den første treningen ble avlyst pga. lav påmelding (minsteantall satt til 4). Oppmøte 2-5 på de neste fire treningene. Disse har inneholdt hyggelige joggeturer (i varierende vær), styrketrening, samt o-tekniske øvelser. Flere har bidratt med opplegg.



Barnegruppa

Barnegruppa har vært en stabil gruppe med god aktivitet gjennom hele året. Totalt er det nå ca 18 aktive barn med i gruppa i alderen 6-12 år, ca. 50/50 gutter og jenter. Antall på hver trening ligger på mellom 8 og 15. Hyggelig er det også at barna har aktive foreldre som gjerne er med på trening, noe som er både trivelig og nyttig når en er ute i marka.

I barmarksesongen har vi hovedsakelig hatt trening i Folkeparken, men også benyttet oss av skolegårder eller brukt løyper fra noen av løpene i o-karusellen. I vintersesongen er det trening inne på Stangnes Ungdomsskole. Fast treningsdag er på onsdager både sommer og vinter. Treningene har fokus på lek og moro, der en del av treninga er o-teknikk/kartforståelse. Silje, Kristian og Trine veksler på å ha ansvar for treningene, med Silje som sjef. Gjennom året har vi også hatt sosiale aktiviteter som kveldsmat på Harstad Montessoriskole etter trening, barne-moro-løp, sommeravslutning med pølsegrilling og jammen dukket ikke nissen opp på siste trening før jul.



Nybegynner-kurs

Trine arrangerte med hjelp av Ingvild nybegynnerkurs for ungdom/voksne i juni. Denne gangen var det et arrangement i Friluftslivets år som ble annonsert på deres nettsider.

Formatet var et 2-timers kveldskurs ute i Folkeparken der vi gikk gjennom noe teori og deretter praksis ute i skogen. Uken etter var det tilbud om en oppfølgingstur som ble lagt til ukens o-karusell på Harstadåsen. Det var 8 deltakere på kurset, men bare to på oppfølgingsturen. Noen av foreldrene i barnegruppa benyttet også sjansen til å få litt opplæring. Vi fikk tildelt 8000,- fra forbundet for å holde dette kurset.

World Orienteering Week

World Orienteering Week er et initiativ for gjøre orienteringssporten synlig med arrangement over hele verden i løpet av en uke 17.-25. Mai. Aktivitetene annonseres på <https://worldorienteeringweek.com>, og toalt var det i verden 1181 arrangement i 72 land/regioner med til sammen 147 860 deltakere den uka. Her i Harstad deltok vi med følgende aktiviteter:

- Åpen barnetrening 21/5: Vår ukentlige barnetrening ble annonsert åpen for alle som ville komme og prøve. Vi arrangerte dette ved Seljestad skole
- Åpent o-løp fra Harstad Kirke 20/5: Vi annonserte o-karusellen som åpent løp med løyper for alle nivåer. I tillegg hadde vi en turbo-løype ved mål for små og store.
- Tur-orientering Harstad sentrum
- Tur-orientering Gressholman

Generelt var det ikke særlig økt deltakelse på disse arrangementene i forhold til vanlig, men vi brukte heller ikke mye ekstra ressurser på å være en del av dette verdens-arrangementet.



Turorientering

TurO-sesongen starta 11. April, med x-postar som påskeaktivitetar. Dei fysiske postane og resten av x-postane vart opna 1. Juni, og vart avslutta 31. oktober.

Totalt hadde me 85 fysiske postar og 66 x-postar i 2025-sesongen. Totalt var dette fordelt på 15 turar:

- Haganvatnet (blå)
- Stangnes ungdomsskole grøn)
- Landsåsbanen (raud)
- Medkila skole (grøn)
- Folkeparken (grøn)
- Harstad sentrum (grøn)
- Kilbotn (svart)
- Kummelhaugen (svart)
- Harstadåsen (TurO High Five)
- X-postar Finnslettheia (svart)
- X-postar Gressholman
- X-postar Kilhusåsen
- X-postar Harstad sentrum
- X-postar på ski: Appelsinbakkan
- X-postar på ski: Koven



30 av dei grøne turane vart i år satt opp på runde stolpar, som eit alternativ til stolpejakten som fortsatt er på pause. Alle postane hadde QR-kode, kodebokstavar og postnummer.

Nytt av året var at me lanserte X-postar på ski, i tillegg hadde me familie-venlege x-post-turar i områder fri for snø. På denne tida av året er det det ikkje så mange tilsvarende aktivitetar som vert tilbydd, så dette var eit populært tiltak. X-postar har ikkje postflagg, men er virtuelle postar på TurO-appen. Enkelt å organisere og me treng ikkje vera i områder med o-kart.

I samband med Friluftslivets år 2025 vart gratiskonseptet TurO High Five introdusert over heile landet. Dette er turorientering med postar som er plassert på fem ulike høgdepunkt. Me plasserte postar på fem utsiktspunkt på Harstadåsen, og hadde lagt inn informasjon lokal krigshistorie ved kulturminne. For å arrangere dette, fekk Harstad O-lag 5000 kr i tilskot frå Norges Orienteringsforbund.

Me arrangerte grøne turar på Medkila skole og Stangnes ungdomsskole, egna for bruk i skuletida. Dette fekk me 2 x 2000 kr i tilskot for. I tillegg fekk me 3000 kr i tilskot for å lage 3 grøne turar, der alle skulle vera tilgjengeleg for rullestolbrukarar/barnevogn.

2025 vart eit like godt Tur-O år som 2024, med 135 deltakere registrert på nett.

Tilskot:

Grøne turar og skuleprosjekta 7000 kr

TurO High Five på 5000 kr

Inntekter:

Sal av tur-O pakkar og turar 12 460 kr

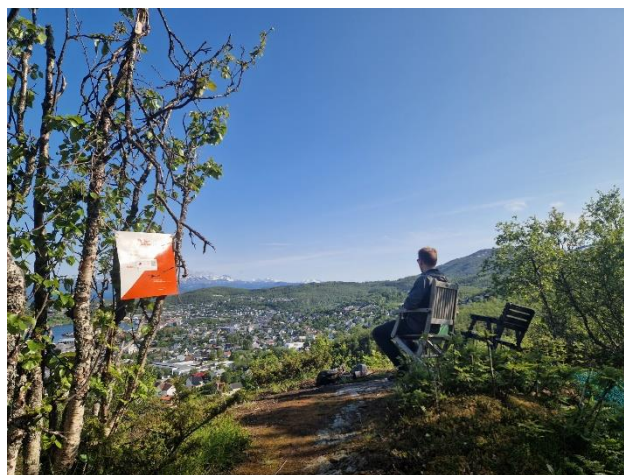
Av dette er 4500 kr i frå fjoråret (sein betaling).

Utgifter:

Trekkepremiar mellom dei som har samla over 350 poeng, $3 \times 500 = 1500$ kr

Andre utgifter, utstyr: 1144 kr.

Hege Nornes og Helga Elisabet Instanes har vore ansvarlige for tur-orienteringa i 2025, (med god støtte frå Trine Alsos). Klubbens medlemmer har vore svært hjelpsomme med ut- og innhenting av stolpar og postar ved sesongstart og -slutt.



Kartarbeid

Det har vært gjort noen oppdateringer på våre skogskart i løpet av året, med prioritet i områder der vi har arrangert løp. Det er nok behov for oppdateringer på flere kart/områder, men det er en tidkrevende oppgave med begrenset kapasitet i klubben. For å kunne arrangere større løp i årene fremover og gi nye utfordringer til egne medlemmer vil det være ønskelig å jobbe med nye kartprosjekter i tiden fremover. Dessverre kom dette ikke i gang i 2025.

Derimot deltok vi også i år i skole- og rekrutteringsprosjektet og søkte om midler til å oppdatere skolekart samt å lage ett nytt. Kartene over Kila Skole, Medkila Skole og Folkeparken (sprintkartet) ble oppdatert. Den største jobben her var Folkeparken, der det er ganske store endringer i forbindelse med frisbeegolfbanen. Kurvebildet ble også oppdatert ved hjelp av nytt kartgrunnlag fra kommunen, og det ble tegnet i ny kartnorm.

Et nytt sprintkart over Jektholtet ble også laget i 2025. Dette området kan nås fra Kila Skole, og kan også benyttes til vårløp i klubben siden det er et område som blir tidlig bart.

Det er også påbegynt et kart over Grøtavær Leirskole, men det er ikke ferdigstilt. Nå er det av grunnskolene i kommunen bare nye Bergseng skole og Lundenes Skole som ikke har eget kart. Bergseng skole kan lages når området er oppdatert på kommunens egne kart.

Skole-kartene ligger til fri benyttelse på skoleorientering.no. Der har vi også lagt ut Folkeparken, Haganvatnet og et utsnitt ovenfor Landsåshallen etter forespørsel fra Hagebyen og Seljestad skoler.

Vi fikk tildelt tilskudd på kr 7500,- fra prosjektet i NOF for de nye/oppdaterte kartene (3000 for nye kart, 1500 for oppdaterte).

Medlemmer

Oversikt over medlemmer som har betalt medlemskontingent i 2024 og hvor mange av dem som er aktive, dvs. Deltar på treninger/løp/arrangementer. Medlemstallet har vært ganske stabilt de siste årene, men vi ser en liten nedgang i antall aktive medlemmer over 25 år.

Alder	2021 (aktive)	2022 (aktive)	2023 (aktive)	2024 (aktive)	2025 (aktive)
0 - 12	32 (24)	17	19 (19)	23 (21)	22 (18)
13 - 25	32 (29)	26	19 (10)	18 (9)	21 (8)
26 og over	63 (52)	57	54 (47)	61 (49)	56 (38)
Totalt	127 (105)	100	92 (76)	102 (79)	99 (64)

Medlemskontingent

Medlemskontigenten har i 2025 vært:

Voksne	kr 350,-
Barn/støttemedlemmer	kr 150,-
Familie (inntil 5 stk)	kr 500,- *

*kr 100,- tillegg for hvert familiemedlem over 5 stk.

Kontingenten har vært uendret siden 2007 (med unntak om tillegget på kr. 100,- for hvert familiemedlem over 5 stk).

Økonomi

O-laget hadde ved årsskiftet 31/12-2025 et bankinnskudd på 735.205,-. Regnskapet viser et overskudd på 67.481,- i 2025 noe som er 73.081 mer enn budsjettet.

Inntektene er omtrent som budsjettet. Medlemskontingentene er ca. 2000 lavere enn budsjettet, mens tilskudd og tur-o-inntekter er hhv ca. 4000 og 2000 høyere enn budsjettet. Renteinntektene er også 4000 høyere enn budsjett.

På utgiftssiden er det brukt vesentlig mindre enn budsjettet. Kostnader for deltakelse i andres stevner er på ca 10.000 som i 2024, mens det var budsjettet med en økning til 20.000 som et signal om ønsket økt deltakelse utenfor byen. O-laget har selv ikke arrangert større løp i 2025, og heller ikke hatt utgifter i forbindelse med utdanning/trenerkurs. NOFs kompetansehelg ble arrangert digitalt i år, så det kom ikke utgifter i forbindelse med den. Det var budsjettet med 25.000 i arrangementsutstyr, men det ble ikke behov for kjøp av nye brikker/postenheter eller tonerkassetter til o-lagets printer i 2025. Faktura på 5000,- for husleie 2. halvår for leie av lager på Turlagshuset kom inn etter 1. Januar og vil derfor komme på 2026 regnskapet.

O-laget har per i dag en god økonomi. Eventuelle nye større kartprosjekt eller overgang til nytt arrangementsutstyr (touch free) vil være relativt kostbart, så det er bra at forholdene ligger til rette for det.