



ÅRSRAPPORT 2023 HEDRUM O-LAG





Innholdsfortegnelse

1	Innledning	4
1.1	Årsrapporten 2023	4
1.2	Årsmøtet 2024	4
2	Sportslige resultater i 2023	5
2.1	Hovedløpet og MOT.TV cup	5
2.2	Norgescupen og NM	5
2.3	Veteranmesterskap	5
2.4	Kretsmesterskap Vestfold og Telemark	7
2.5	Klubbmesterskap 2023	8
2.6	Gaver, premier og utmerkelser	10
3	Arrangerte aktiviteter i 2023 og rapporter	11
3.1	Orienteringsløp arrangert av Hedrum O-lag	11
3.2	Rapport fra turorienteringsleder	13
3.3	Rapport fra høstruslær	14
3.4	Rapport fra sportsligleder	14
3.5	Rapport fra rekrutteringsleder	18
4	Kartarbeider	20
4.1	Kartrapport 2023	20
4.2	Kartplan 2024	22
5	Statistikk	24
5.1	Nøkkeltall	24
5.2	Løperstatistikk	24
5.3	Løpstatistikk	26
5.4	Medlemstall	29
5.5	Møtevirksomhet	29
6	Økonomi	30
6.1	Regnskap og budsjett	30
6.2	Beholdninger	31
6.3	Mottatte midler	31
6.4	Medlemskontingent 2024	31
7	Referater fra løp, samlinger og møter i 2023	32

7.1	WMOC 2023 i Kosice, Slovakia	32
7.2	Gresk 5-dagers 2023, for første gang arrangert	34
7.3	Julemarkedet	36
8	Strategi	38
8.1	Arbeidsprogram 2024	38
8.2	Planlagte løp og arrangement i 2024	38
9	Organisasjonen	39
9.1	Æresmedlemmer	39
9.2	Tillitsverv 2023	40
9.3	Organisasjonsplan	41



2. plass på etappe i sørlandsgalopp



1 Innledning

1.1 Årsrapporten 2023

Denne årsrapporten oppsummerer sportslige resultater og aktiviteter i 2023 i Hedrum Orienteringslag (HOL) samt kartarbeider, statistikk og økonomi for 2023. Forslag til arbeidsprogram 2024 og beskrivelse av organisasjonen er inkludert til slutt. Årsrapporten presenteres på årsmøtet og revideres ved behov til en endelig versjon.

Ansvarlig redaktør for årsrapporten har vært sekretær Eelco van Raaij

1.2 Årsmøtet 2024

Årsmøtet avholdes 05. mars 2024 kl 18.00 på Åshall. Saklisten til årsmøtet følger Norges Idrettsforbunds (NIF) forslag til sakliste for idrettslag som følger NIFs regnskap- og revisjonsbestemmelser. Saklisten for årsmøtet er:

1. Godkjenne de stemmeberettigede medlemmene.
2. Velge dirigent(er).
3. Velge protokollfører(e).
4. Velge to medlemmer til å underskrive protokollen.
5. Godkjenne forretningsorden.
6. Godkjenne innkallingen.
7. Godkjenne saklisten.
8. Behandle idrettslagets årsberetning.
9. Behandle:
 - 9.1 Idrettslagets regnskap.
 - 9.2 Kontrollutvalgets beretning.
10. Behandle saker som fremgår av godkjent sakliste:
 - 10.1 Godkjenning av arbeidsprogram 2024, se avsnitt 8.1.
11. Fastsette medlemskontingent; Medlemskontingent forblir uendret i 2024.
12. Vedta idrettslagets budsjett.
13. Behandle idrettslagets organisasjonsplan.
14. Velge:
 - 14.1 Styre med leder, nestleder, tre styremedlemmer og ett varamedlem.
 - 14.2 Kontrollutvalg med leder og ett medlem.
 - 14.3 Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene.
 - 14.4 Valgkomité med leder, ett medlem og ett varamedlem.
 - 14.5 Øvrige valg i henhold til idrettslagets organisasjonsplan.
15. Utdeling av gaver, premier og utmerkelser.



2 Sportslige resultater i 2023

2.1 Hovedløpet og MOT.TV cup

Ingen ungdom fra HOL var med i MOT.TV cup og hovedløpet i 2023.

2.2 Norgescupen og NM

Norgescup og NM

Henrik:

- 28.04 NM Natt, diskvalifisert

Sindre:

- 15.04 Solrenningen Mellomdistanse NC/WRE, nr. 8 av 76
- 16.04 Solrenningen Langdistanse NC/WRE, nr 21 av 46
- 28.04 NM Natt, nr. 18 av 64

2023 O-sport Norgescup senior, sammendrag:

- Sindre R. Holt (H 21): startet i 4 av 14 delarrangement, sammenlagt nr. 54 av 175.

2.3 Veteranmesterskap

Resultater fra veteranmesterskapet 1. til 3. september 2023 organisert av Modum O-lag:

Plassering sprint:

- 6. plass Magnar Reppesgård H 85- (12)
- 6. plass Kristina Isaksen DIR AL (9)
- 7. plass Tone Isaksen DIR B (8)
- 9. plass Roger Lysnes H 55- (32)
- 12. plass Tone Sølve Lysnes D 50- (17)
- 13. plass Kari Reppesgård Lie D 50- (17)
- 13. plass Espen Johnsen H 50- (21)
- 14. plass Elin Bordøy D 50- (17)
- 14. plass Anne Marie Ceeberg D 75- (21)
- 17. plass Magne Ceeberg H 50- (21)
- 20. plass May Nordkvelde D 60- (23)
- 23. plass Per Dag Nordkvelde H 70- (36)
- 29. plass Per Einar Strøm H 55- (32)
- 31. plass Bjørn Helge Ceeberg H 75- (38)

Plassering lang:

- 1. plass Kristina Isaksen D 21- (1)
- 2. plass Tone Sølve Lysnes B-Åpen 17- (9)
- 2. plass Tone Isaksen DIR B (5)



- 2. plass Magnar Reppesgård H 85- (12)
- 8. plass Per Einar Strøm DIR AK (15)
- 18. plass Anne Marie Ceeberg D 75- (21)
- 19. plass Elin Bordøy D 50- (21)
- 20. plass Kari Reppesgård Lie D 50- (21)
- 25. plass Espen Johnsen H 50- (29)
- 29. plass Magne Ceeberg H 50- (29)
- 29. plass Roger Lysnes H 55- (43)
- 34. plass Per Dag Nordkvelde H 70- (39)
- 38. plass Bjørn Helge Ceeberg H 75- (44)

Plassering mellom:

- 1. plass Kristina Isaksen D 21- (1)
- 5. plass Magnar Reppesgård H 85- (14)
- 7. plass Tone Isaksen B-Åpen 17- (15)
- 17. plass Elin Bordøy D 50- (22)
- 19. plass Anne Marie Ceeberg D 75- (21)
- 19. plass Kari Reppesgård Lie D 50- (22)
- 21. plass Tone Sølie Lysnes D 50- (22)
- 25. plass Espen Johnsen H 50- (33)
- 31. plass Magne Ceeberg H 50- (33)
- 31. plass Per Dag Nordkvelde H 70- (40)
- 31. plass Roger Lysnes H 55- (37)
- 36. plass Per Einar Strøm H 55- (37)
- 53. plass Bjørn Helge Ceeberg H 75- (53)



Stolt vinner i D21 Veteranmesterskapet på Modum

2.4 Kretsmesterskap Vestfold og Telemark

KM sprintstafett ble organisert av Larvik OK den 21. mai. I H11 H17 ble det en 1. plass for Sindre Reppesgård Holt og Henrik Reppesgård Holt. I D140 ble det også 1. plass for Anne Marit Nauf og Anne Marie Ceeberg. I H50 ble 3. plass for Espen Johnsen og Roger Lysnes.

KM sprint ble organisert av Notodden OL den 3. juni. I D70 ble det en 1. plass for Anne Marit Nauf. I H85 ble det en 2. plass for Magnar Reppesgård. I H21 ble det en 3. plass for Sindre Reppesgård Holt. I H55 ble det også en 3. plass for Per Einar Strøm.

KM mellom ble organisert av Høydalsmo IL den 11. juni. I D70 ble det en 1. plass for Anne Marit Nauf. I H85 ble det også en 1. plass for Magnar Reppesgård.

KM lang ble organisert av OL Tønsberg den 26. august. I D70 ble det en 1. plass for Anne Marit Nauf. I AK-åpen ble det en 2. plass for Pernille Nauf Borgersen.

Vi gratulerer alle med kretsmesterskapstittel og gullmedalje!



Klubbkveld 17. oktober 2023

2.5 Klubbmesterskap 2023

Klubbmesterskap sprint 2023 ble gjennomført den 24.08.23 i Verningen sammen med klubbmesterskap for Larvik OK. Det var 30 startende fra HOL.

Klubbmestere sprint 2023

H85	Magnar Reppesgård	D85	-
H80	-	D80	Astrid Reppesgård Lie
H75	Helge Fossheim	D75	Anne Marie Ceeberg
H70	Martin Nauf	D70	Anne Marit Nauf
H60	Jan Ivar Sæthre Gundersen	D60	May Nordkvelde
H50	Anders Kristian Holt	D50	Tone Sølve Lysnes
H40	-	D40	Pernille Nauf Borgersen
H21	Ludvig Johnsen	D21	Kristina Isaksen
H17-20	-	D17-20	Annika van Raaij
H15-16	-	D15-16	-
H13-14	-	D13-14	-
H11-12	Fredrik Nauf Borgersen	D11-12	Elise Nauf Borgersen

Klubbmesterskap mellomdistanse 2023 ble gjennomført den 08.06.23 på Fjære sammen med klubbmesterskap for Larvik OK. Det var 32 startende fra HOL.



Klubbmestere mellomdistanse 2023

H85	Magnar Reppesgård	D85	-
H80	-	D80	-
H75	Helge Fossheim	D75	Anne Marie Ceeberg
H70		D70	Anne Marit Nauf
H65	Per Dag Nordkvelde	D65	-
H60	Jan Ivar Sæthre Gundersen	D60	May-Britt Reppesgård
H50	Tom Aasrum	D50	Katrine van Raaij
H40	Jørgen Fjære	D40	Pernille Nauf Borgersen
H21	Sindre Reppesgård Holt	D21	Kristina Isaksen
H17-20	-	D17-20	-
H15-16	-	D15-16	-
H13-14	-	D13-14	-
H11-12	Fredrik Nauf Borgersen	D11-12	Elise Nauf Borgersen



Klubbmesterskap på Fjære



2.6 Gaver, premier og utmerkelser

Følgende gaver, premier og utmerkelser ble utdelt på årsmøtet 14.02.2023 for 2022:

- Bestemannspremie 2022; Tildeles ikke i år.
- Innsatspokalen 2022; Asle Johnsen; *Han får den ikke for å trene altfor mye, men er på en trening i året som Nisse! Han får prisen for mange års dugnadsinnsats. Han ble første klubbmester i sprint i 2015 i klasse H50. Han har vært løpsleder, startansvarlig, markedsansvarlig, parkeringsansvarlig, teltsjef, stor innsats på rigging av samlingsplasser under de store løpene som O-festival og Sørlandsgalopper.*
- Oppmunteringspremie; Ludvig Johnsen; *Han startet med orientering i 2010. Tatt steger fra N-klassen og opp i A-klassen. I 2022 hadde han 65 løp. Ivrig på trening og vinter Jukola. Fikk KM medaljer individuelt og stafett.*
- Oppmunteringspremie; Kristina Isaksen; *Hun startet med høstcup og nattløp (vinter Jukola). 36 startende. Alltid blid!*
- Klubbmesterskapspremier 2022 ble delt ut.



3 Arrangerte aktiviteter i 2023 og rapporter

3.1 Orienteringsløp arrangert av Hedrum O-lag

Vi har arrangerte 9 løp i 2023. Av de 9 løpene var 3 stk. vinterjokulaløp (nattløp), et vårcup løp, og et høstcup løp. Hedrumløpet ble arrangert i mai og Høstgampen løpet ble arrangert i september. Klubbmesterskapløpene i sprint og mellom ble arrangert av Hedrum. Larvik var med på de løpene.

Dato	08.02.2023
Løp	Vinter Jukola nattløp
Kart	Byskogen barnehage
Løpsleder	Tom Aasrum
Løypelegger	Ludvig Johnsen
Antall startende	69 stk.

Dato	22.03.2023
Løp	Vinter Jukola nattløp
Kart	Ringdalskogen
Løpsleder	Anders Kristian Holt
Løypelegger	Sindre Holt
Antall startende	47 stk.

Dato	13.05.2023
Løp	Hedrumløpet mellom
Kart	Andersbonn
Løpsleder	Tom Aasrum
Løypelegger	Anders Kristian Holt
Antall startende	102 stk.

Dato	23.05.2023
Løp	Vestfold vårcup sprint
Kart	Kvelde
Løpsleder	Per Dag Nordkvelde
Løyper	Roger Lysnes og Ludvig Johnsen
Antall startende	152 stk.

Dato	08.06.2023
Løp	Klubbmesterskap mellom
Kart	Fjære
Løpsleder	Roger Lysnes
Løyper	Anders Kristian Holt
Antall startende (HOL)	58 stk., HOL 32 stk.



Dato 24.08.2023
Løp Klubbmesterskap sprint
Kart Vervingen
Løpsleder Anders Kristian Holt
Løyper Tom Aasrum
Antall startende (HOL) 57 stk., HOL 30 stk.

Dato 05.09.2023
Løp Vestfold høstcup sprint
Kart Vervingen
Løpsleder Roger Lysnes
Løypelegger Ludvig Johsen
Antall startende 171 stk.

Dato 24.09.2023
Løp Høstgampen mellom
Kart Holt
Løpsleder Anders Kristian Holt
Løypelegger Sindre Holt
Antall startende 136 stk.

Dato 22.11.2023
Løp Vinter Jukola mellom
Kart Holt
Løpsleder Anders Kristian Holt
Løypelegger Anders Kristian Holt
Antall startende 78 stk.

*Bakkekveld for julemarkedet*

3.2 Rapport fra tutorieringsleder

Rapport fra tutorieringsleder Atle Strøm:

Jeg kom litt sent inn som ansvarlig for tutorieringen i år, og fikk kun lagt ut et kart. Jeg ser at det er ikke gunstig å være alene om dette, og i tillegg ikke bo i Larvik, men fikk hjelp av Roger til å legge kartene tilgjengelig online. Fikk også god hjelp av Victoria til å legge ut postene. Kartene lå tilgjengelig fra juni til oktober. Det ble en tur på kartet «Seierstad» med 21 poster. Pris pr kart Nok 75,-

#	Tur	Poster	Deltakere	Nettsalg	Inntekt til oss
1	Rød tur Seierstad	21	21	18	1147,-



Håper på å få tilrettelagt flere kart for 2024.

3.3 Rapport fra høstruslær

Vi har organisert 2 stk. høstruslær i samarbeid med Larvik og Omegns Turistforening i november.

Rusletur 26.november fra Nauf til Asbjørnrød (rapport fra Martin Nauf):

Vi skulle arrangert høstrusletur søndag 5.nov, men pga MYE regn og vann i terrenget ble denne avlyst. Den satt opp igjen søndag 26.nov. Denne søndagen var været fint, men deltagelsen noe laber. Kun 16 personer deltok. Takk til Anders Kristian for gode spørsmål og Per Einar for bålet til grilling.

3.4 Rapport fra sportsligleder

Vedlagt oppsummering status sportslig fra styremøter i v/ sportslig leder Anders Kristian Holt:

Styremøtet 16.01.2023:

- Tirsdag og torsdag treningene går sin gang. Bra oppmøte tirsdager, mer variabelt oppmøte torsdager.
- Arrangerte vinter Jukolaløp fra Roppestad ons 16/11-22. Løpsledere- løypeleggere Anders Kr Holt og Henrik Holt. 64 stk. deltok. Det ble et bra løp med fornøyde løpere. Men kartet manglet endel farger.
- Vinter Jukola løpene går hver onsdag. HOL løpere er bra med på de løpene.
- Røsskleivaløpet, HOL hadde 11 løpere med i dette løpet. Det var bra. Sindre vant løpet.
- Tøffen. 6 stk fra Hedrum var med. Espen ble nr 1 i Tøffn. Henrik ble nr. 2 i Tøffen. Elin ble nr 2 Tøfflus. Gratulerer alle tre.
- Romjulsdrømmen Skien. 3 stk. fra Hedrum tok turen dit. Ludvig tok 2 plass i Lang løype. Espen tok 1 plass i Mellom løype. Gratulerer med bra løp.

- MOT TV hadde avslutning på Croftholmen i forbindelse med Røsskleivaløpet. Annika var med på det.
- InTeam hadde også avslutning og oppstartsamling i forbindelse med Røsskleivaløpet. Henrik var med og Annika har gått fra MOT TV over til InTeam laget. Ønsker begge to mange fine samlinger i 2023.

Styremøtet 27.02.2023:

- Tirsdag og torsdags treningene går sin vante gang. Vi får kjørt oss når Monica er på besøk på styrketreningene på tirsdager.
- Vinter Jukola løpene går hver onsdag med en bra gjeng HOL løpere med.
- Hedrum arrangerte Jukola løp 8 februar. 69 stk. var med. Løpet hadde vi fra Byskogen barnehage. Løpsleder Tom Aasrum, og løyper sto Tom og Ludvig for.
- Noen Hedrum o lag pensjonister har vært på tur til Portugal. Magnar Reppesgård og Bjørn Helge Ceeberg er to av dem. Magnar ble nr. 2 i et av løpene. Veldig bra.



Portugal O-meeting

Styremøtet 17.04.2023:

- Treningene på Hedrum u skole og Bøkeskogen ble avsluttet til påske. Oppmøte på HUS har ligget på pluss-minus 10 stk. Monica har hatt bra styrkekøter når hun har vært der.
- I Bøkeskogen har det vært mellom 2-6 stk.
- Vinter Jukola er også avsluttet. Hedrum har hatt med mange ivrige nattløpere denne vinteren også.



- Hedrum arrangerte vinter Jukola løp 22 mars. Ringdalskogen. Løyper Sindre Holt. 47 stk. deltok på det løpet.
- Nordjysk 2 dagers var i år i Blokhus. Det var 16 stk. fra Hedrum som tok turen ned for å starte o sesongen. I stedet for å komme ned å starte i snøfritt terreng, ble vi møtt av ca 15 cm snø.
- Magnar vant H85A på lørdag. Sindre tok 3 plass i H21E. Ellers mange bra løp av Hedrums løpere.
- Vestfold 2 dagers. Lørdag startet 19 HOL løpere. 2 stk. første plasser. Pernille i D40 og Sindre i H21. Ellers flere andre og tredje plasser også.
- Søndag startet 21 stk. Hedrum løpere. Sindre vant H21. Det ble idag også flere andre og tredje plasser.
- Alle andre gjennomført veldig bra løp.
- Solrenningen i Østfold. Lørdag deltok 6 stk. fra HOL, og på søndag 5 stk Hedrum løpere.
- InTeam har vært på påskesamling i Skåne. Henrik og Sindre var med fra Hedrum.

Styremøtet 05.06.2023:

- Vestfold vårcup er igang. Det er bra med deltagere fra Hedrum med på disse løpene.
- Hjalmarløpet Skien. 13 stk Hedrumløpere tok turen til Skien.
- Skien City race. Hol hadde 5 stk løpere til start.
- NM natt. Halden. Hedrum stilte 2 løpere i H21. Henrik og Sindre. Henrik fikk det ikke til. Sindre ble nr 18, og fikk premie. Bra løp.
- Lørdagskjappen. Varna Crosscart bane, Moss. 11 stk. Hedrum løpere stilte til start
- Smaaleneløpet. Varna Crosscart bane, Moss. 8 HOL løpere var med denne dagen. Det var World cup disse dagene, så det var mange kjente løpere fra utlandet med denne helgen.
- Hedrumløpet. Hedrum arrangerte løp ved Andersbonn. Løpsleder Tom Aasrum, løyper Anders Kr Holt. Det delto 102 stk på det løpet. Hedrum hadde 9 løpere til start. Sindre fikk 1 plass i H17.
- Kjoseløpet. Hele 17 løpere fra HOL tok turen. Anne Marit Nauf fikk 1 plass i D70.
- Drangedalsløpet. 4 stk. Hedrumløpere tok turen til Drangedal.
- KM sprintstafett. Hedrum stilte med 9 lag på stafetten. Det ble 2 første plasser. Anne Marit og Anne Marie i D140, og Henrik og Sindre i H17. De tok også KM gull. Gratulerer til begge lag. H50 laget med Espen og Roger kom på pallen med 3 plass. HOL hadde også et H11-12 lag, med Fredrik og Elise Nauf Borgersen. Veldig bra. Lenge siden vi hadde det.
- Hedrum arrangerte Vestfold vår cup løp i Kvelde. Løpsleder Per Dag Nordkvelde. Løyper Ludvig Johnsen. Det deltok 152 stk. Hedrum stilte med 24 stk løpere på løpet.
- Pinseløpene i Kongsberg.
 - Lørdag stilte HOL med 22 løpere. Magnar tok 1 plass i H85. Flott. Mellomdistanse
 - På søndag tok også 22 stk HOLere seg en tur i skogen. Langdistanse.
 - Mandag var også mellomdistanse. Da var det 20 Hedrum løpere med. Ny 1 plass til Magnar i H85. Sindre tok en fin 3 plass i H21. Elise og Fredrik deltok i stafett den dagen. De stilte i H11-12 klassen. Fredrik vekselt som nr 3 etter 1 etappe. Elise fullførte sin etappe på en flott måte.
- Telemarks 2 dagers med KM sprint i Notodden. Hedrum hadde 7 løpere til start. Anne Marit vant D70. Det ble 2 medaljer i H21. Sølvmedalje til Sindre og bronsemedalje til



Henrik. Gratulerer. På søndag var det mellomdistanse i Bø. Da hadde Hedrum med 5 løpere.

- InTeam har hatt en dagsamling i Kongsberg. Henrik var med fra HOL.

Styremøtet 04.09.2023:

- Vårcupen er avsluttet. Bra deltagelse fra HOL denne våren.
- Høst cup har startet opp. Mange HOLere er med på denne cupen.
- Klubbmesterskap for HOL og LOK på Fjære. 32 HOL løpere var med. Servering av lapskaus etter løpet. Fint vær og sosialt etter løpet. Løyper Anders Kristian Holt.
- Vest Telemark 2dg. Dyre Vaa lørdag og Høydalsmo søndag. 4 stk Hedrum løpere med. 2stk 1 plasser på søndag. Magnar i H80 og Anne Marit i D70.
- Midtsommersprinten i Stokke. 12 stk. med fra Hedrum. Pernille nr 1 i D40.
- Midtsommerløpet i Stokke. 19 stk. fra HOL med. Pernille nr 1 i D40.
- Jokula. Finland. Sindre og Henrik løp på lag med LOK. Sindre hadde 1 etp og Henrik hadde 3 etp. Ble tilslutt nr 250 av ca 1500 lag.
- O Festivalen Oppsal. 13 stk fra Hedrum var med. Fredag sprint. Sindre nr 15 i H21 elite og Henrik nr 43. Bra gjennomførte løp av alle de andre HOL løperne. Lørdag mellom, Sindre nr 29 i H21 elite1, Henrik nr 39 i elite 2. Søndag lang jaktstart, Sindre nr 24 i H21 elite1, og Henrik nr 16 i H21 elite 2. Fredrik og Elise var med i lagkonkurransen Råtassen. Var sammen med løpere fra Sandefjord. Gjorde en veldig bra innsats.
- Sørlandsgaloppen i Kristiansand. 7 Hedrum løpere deltok der.
- Stavernsprinten. 10 HOL løpere var med. Sindre vant den.
- VM for veteraner i Slovakia. Anne Marit og Martin deltok for Hedrum. Fin tur med mange opplevelser.
- Klubbmesterskapet sprint for HOL og LOK. På Verningen på nytt sprintkart. 30 Hedrum løpere deltok. Løyper Tom Aasrum.
- KM lang. Arr OTO på Skrim. 7 stk Hedrum løpere var med. 1 plass til Anne Marit i D70.
- KM stafett. Arr POL i Porsgrunn. HOL stilte 1 lag denne gangen. H150 lag. Laget var Tom Aasrum- Roger Lysnes og Espen Johnsen.
- NM veteraner på Modum. 13 Hedrum løpere tok turen denne gangen. God innsats av alle deltagere.

Styremøtet 27.11.2023:

- Martin og Anne Marit var O-tur i Hellas.
- Treningene på Hedrum u skole og i Bøkeskogen har startet opp etter høstferien. Oppmøte på HUS er fra 6 stk. og oppover, og i Bøkeskogen er det fra 1 og oppover.
- Høst cupen er avsluttet med ca. 35 Hedrum løpere med i løpet av høsten.
- HOL arrangerte høst cup 5 sept på Verningen. 171 stk. var med. Bra deltagelse. Løpsleder Roger Lysnes. Løyper Ludvig Johnsen.
- HOL arrangerte Høstgampen 24 sept på Holt. 136 stk. deltok. Elise og Fredrik Nauf Borgersen vant henholdsvis D11-12 og H11-12. Løpsleder Anders Kristian Holt, Løyper Sindre Holt.
- Porsgrunn City Race. 9 stk deltagere fra Hedrum var med.
- Marum mila. Hedrum deltok med 12 stk. Fredrik Nauf Borgersen vant herrer 2,5km. Sindre Holt vant herrer 10km. Gratulerer begge to.
- Blodslitet. Fredrikstad. Sindre var eneste deltager fra HOL med i år. Ble nr 2 i A åpen.
- Larviksløpet m/ halloween-o. Hedrum hadde 16 startende med i dette løpet.

- Vinter Jukola har startet opp fra 1 november. HOL stiller med flere løpere i disse løpene.
- Hedrum arrangerte Jukola løp 22 november på Holt. 9 Hedrumløpere var med der. Totalt var det med 78 stk. Veldig bra. Løpsleder Anders Kristian Holt. Løyper Anders Kristian Holt.

Styremøtet 29.01.2024:

- Tirsdagstreningene går med mellom 5-10 stk pr gang.
- Torsdagstreningene går med bare få med pr gang
- Vinterjukola går hver onsdag. HOL løpere er med der.
- Røsskleivaløpet. 7 stk Hol løpere tok turen dit. Sindre ble nr 2 i H17.
- InTeam hadde samling fra lørdag 2 des til søndag 3 des. Annika er med i InTeam fra Hedrum i år.

**3.5 Rapport fra rekrutteringsleder**

Det har vært liten rekrutteringsaktivitet i år, men to aktiviteter må nevnes. Vi hadde egen stand på Nansetdagen i år også. Dette er en aktivitetsdag hvor klubber og foreninger kan vise seg fram for lokalmiljøet tilknyttet Fagerlibanen. I tillegg arrangerte vi som vanlig HUS-Challenge,

en aktivitetsdag for 10. klassetrinn på Hedrum Ungdomsskole med orientering som hovedaktivitet. Begge aktiviteter må vi si oss fornøyd med, selv om vi ikke fikk fulgt opp med informasjon til deltakerne etter aktivitetene.



Klare til å ta imot potensielle nye medlemmer 😊



4 Kartarbeider

Kapittelet er skrevet av kartleder Tom Aasrum.

4.1 Kartrapport 2023

Kart/anleggsnr.	Utgave, årstall /filversjon	Planl. nytt R= rentegnes S= synfares	Kvalitet D = digitalisert M = meget bra G = god IG = ikke god		Bruk	Merknad
Verningen 4097	2014		D	G	Løp på deler.	Hogst og steinbrudd - Næringsfelt ved Bommestad må tegnes inn
Vardås 5218	96,12		D	G	Tur O	Hogst sør og øst for Allumbanen
Heum 3890	81,07,13,18	R utvidelse	D -	G	Tur O og løp	Deler er bra.
Brattås 3990	04,13		D	IG	Trening	Må legge inn ny hogst. Skal bli boligfelt her i syd.
Steinsvoll 332	98, 05, 10,13,17	S og R	D	M	Løp	Ny i 2017.
Blåbæråsen 3912	89, 10,15,16		D	M	Løp, deler	Bra ved Holt. Noe hogst ved Blåbæråsen
Åshildrød 3215	01, 09, 14		D	IG	Trening	Mye vegetasjonsen dring og hogst. Ny vei inn til Åshildrød, Inngjerdet område med høyt gjerde på søndre del.
Andersbonn	2016-2019		D	M	Løp	Er brukt på løp. Bra terreng og kart
Knapreip 3889	91,11,14		D	G	Tur O	



Gjønnes 3992	04,07		D	IG	Trening	Mye hogst
Rødbøl skole 3995	95		D	IG-	-	
Hedrum barne skole 5241	2021		D	M	Skole	Nytegnet
Kvelde 6598	2014		D	M	Sprintløp	Sprint, ny hogst i vestre del.
Hvarnes skole 3946	2021	N	D	M	Skole	Utvides til sprintkart
Tagtvedt 7287	07		D	M	Sprintløp	Byskogen barnehage må legges inn. Tagtvedtbane n og Norby må synfares. Orøya er synfart i 2022
Rødbøl-Lindhjem 3583	2014,16	R	D	G	Løp	Her vil det bygges boliger på store deler av området.
Fjære 3868	87-2020	S og R	D	M	Løp	Bra, men med noe hogst.
Holt (utvidet Hvarnes-Aasestad 7143	92, 2014,16	R og S	D	M	Løp	
Surte (utvidet) 7141	90, 2014,16	R og S	D	M	Løp	Mye nye hogstfelt og det hugges i vinter
Hagalia 7139	2019	R og S	D	M	Sprintløp	Ble ferdig til ofestivalen
Roppestad 7140	2022	R og S	D	M	Løp	Bjørn P. har synfart helt nytt kart i 2022
Verningen sprint	2023		D	M	Sprintløp	Bjørn P. har synfart helt nytt kart i 2023

Litt fra året som har gått:



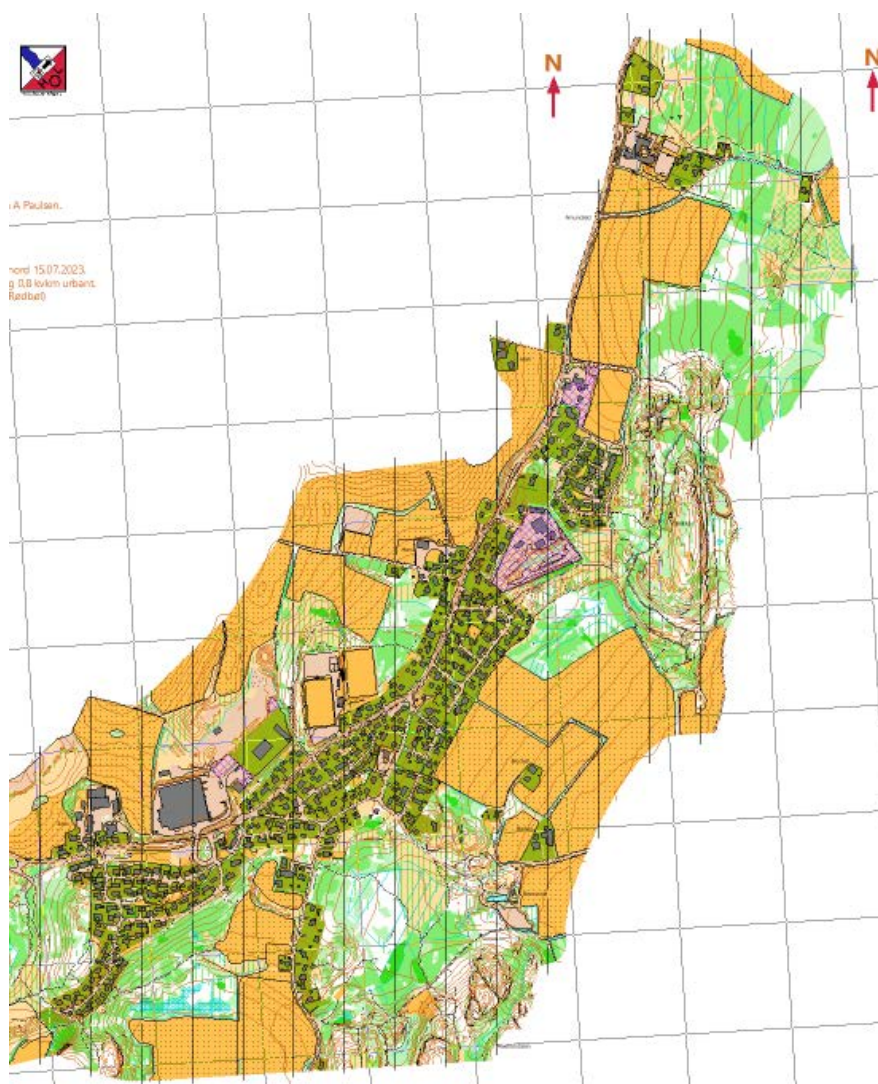
- 1. Verningen sprint:** Vi har fått et helt nytt sprintkart på Verningen som også ble benyttet på to løp i året som gikk. Det ble utvidet helt på slutten av året opp til Rødbøl skole. Bjørn Paulsen har tegnet hele kartet. Vi fikk også kommunal støtte på dette kartet. Se regnskapet.
- 2. Tagtvedt:** Noen justeringer. Hovlandbanen er også lagt inn i grunnlaget.
- 3. Andre kart:** Det har blitt lagt inn noen justeringer på flere kart. Disse er stort sett tatt fra flyfoto og på justeringer i forbindelse med treninger og turer.

Vi har nå to nettbaserte o-cadversjoner. Ocad 2020 – Versjon 20.6.3 dato 19.12.2022. Disse må fornyes i 2024. Vi har alle digitale kart på Konkylie data sin arkivside på internett. Der kan synfarere/løypeleggere laste opp og ned kart for bruk av siste versjon til enhver tid. Internettsiden er: www.kartarkiv.no Ida har gjort store forbedringer på arkivet. Og det kommer flere.

Vi har gjort avtale med Sandefjord O-klubb på Andersbonnkartet. De vil bruke det til Hovedløpet i 2025. Det blir derfor sperret for all bruk nå. Vi får i gjengjeld bruke deres Heia-Svartåa kart. Vi får også lov å utvide vårt Holt kart østover (På Anders Kristians skog blant annet).

4.2 Kartplan 2024

1. Sprintkart Kvelde gå over hele kartet: kr. 50 000,-
2. Ringdalskogen. Revidering kr. 50 000,-
3. O-cad lisenser kr. 20 000,-
4. Oppdatering av Andersbonnkartet med Sandefjord O-klubb for Hovedløpet i 2025 kr. 150 000,- (egen avtale med Sandefjord O-klubb)



Verningen sprint kart

5 Statistikk

Kapittelet er skrevet av påmelder Kristina Isaksen.

5.1 Nøkkeltall

Antall løp med deltagelse fra HOL har økt etter pandemien, men nedgang i 2023 sammenlignet med 2022. Antall starter følger samme trend.

	2021	2022	2023
Antall løp med deltagelse fra HOL	78	118	98
Antall starter i løp	513	1103	1040
Antall 1. premier + premier N-åpen*	65	86	96
Antall 1. premier	50	76	82
Premier N-åpen**	15	10	14

* Inkl. klubbmesterskap og vår- og høstcup sammenlagt, ekskl. vår-/høstcup enkeltløp

**Inkl. alt som ikke er cup + premier for oppnådd minimum ant. løp i vår- og høstcup for løpere opp til 12 år

Antall startende medlemmer	2021	2022	2023
D 0-16	3	3	2
D 17-	14	23	20
H 0-16	1	3	1
H 17-	29	31	33
SUM	47	60	56

5.2 Løperstatistikk

Fornavn	Etternavn	Antall starter 2021	Antall starter 2022	Antall starter i 2023	1. premier ekskludert vår-/høstcup	1. premier vår-/høstcup sammenl.	Premier N-åpen ekskl. cup
Tom	Aasrum	9	7	8			
Morten	Andresen	1	1	1			
Lene Zhi	Bergene Holm			4			
Sten Øivind	Bjerke	4	10	13			
Tor	Bjørsvik	2					
Elin	Bordøy	30	62	57			
Atle	Borgersen	7	19	9			
Anders	Bø		5	17			
Ingrid	Bø			7	1		
Anne Marie	Ceeberg	6	34	40	2		
Bjørn Helge	Ceeberg	21	42	43			



Magne	Ceeberg		2	14			
Lill	Dürbeck	6	8	4			
Eivind	Erichsen	3	6	2			
Jørgen	Fjære	7	20	8	1		
Karoline	Fjære		1	0			
Kristoffer	Fjære	12	22	2			
Torill Hynne	Fjære	8	12	12			
Tormod	Fjære	6	12	3		2	
Helge	Fossheim	22	29	13	1		
Rikke Kristin	Gåsholt		7	0			
Katrine	Gjestrup	8	5	0			
Hermine	Grønneberg	0	3	11	3	2	
Jan Ivar Sæthre	Gundersen	3	13	21	1		
Viktoria Maria	Gundersen		1	0			
Jørn	Handeland	2	22	10	3		
Benjamin Bergene	Holm			1			
Anders Kristian	Holt	11	33	36			
Henrik R	Holt	18	51	30			
Sindre R	Holt	31	53	42	13	6	
Kristina	Isaksen	13	36	41	4	1	
Tone	Isaksen		3	29	1		
Asle	Johnsen			2	1	1	
Espen	Johnsen	36	71	68			
Ingvild	Johnsen	7		0			
Ludvig	Johnsen	31	63	47	3		
Kristian	Juel Johannessen		8				
Astrid Reppesgård	Lie	5	11	1	1	4	
Kari Reppesgård	Lie	3	1	10			
Anton Andreas	Lomme	2		0			
Roger	Lysnes	11	24	29			
Stian	Lysnes		0	0			
Tone Sølie	Lysnes	13	37	40	1		
June Helen	Myklebust		3	0			
Anne Marit	Nauf	7	39	39	4	1	
Martin	Nauf	24	57	60			
Elise	Nauf Borgersen	11	29	31	4	3	
Fredrik	Nauf Borgersen	10	31	31	6	1	
Pernille	Nauf Borgersen	9	25	31	5	4	
Martin Lindbo	Nordkvelde		4	0			
May	Nordkvelde	2	9	8	1	2	
Per Dag	Nordkvelde	2	12	8			
Tobias Lindbo	Nordkvelde		4	0			
Annika van	Raaij	19	18	3	1		
Eelco van	Raaij	9	14	14			



Katrine van	Raaij	10	23	18	1		
Viljan van	Raaij	8		1			
Heidi	Ranheim		4	7		1	
Magnar	Reppesgård	26	37	37	8		
May-Britt	Reppesgård		3	4	1	1	
Tor	Ringstad	10	10	2			
Madelen	Røland			2			
Madelen	Røland			2			
Stig	Skogekker	6	2	0			
Tom	Solum		3	6			
Atle	Strøm	2	9	5			
Per Einar	Strøm	20	47	39			
Susanne	Strøm		1	1			
Victoria Myklebust	Strøm		3	0			
SUM		513	1121	1040	67	29	

5.3 Løpstatistikk

Konkurranse	Dato	Startet
Vinter-Jukola - løp 9	04.01.2023	5
Vinter-Jukola løp 10	11.01.2023	10
VinterJukola - løp 11	18.01.2023	9
VinterJukola løp 12	25.01.2023	14
Vinter-Jukola - løp 13	01.02.2023	16
Vinter-Jukola nr 14	08.02.2023	15
Morgenfrisk i Follo 2023 #1	13.02.2023	1
Vinter-Jukola løp 15	15.02.2023	6
Vinter-Jukola – løp 16	01.03.2023	12
Vinter-Jukola løp 17	08.03.2023	16
Nordjysk todages Svinkløv, langdistanse	11.03.2023	16
Nordjysk todages Svinkløv, mellomdistanse	12.03.2023	15
Vinter-Jukola løp 18	15.03.2023	3
Østfold Vintercup løp 6	17.03.2023	2
Vinterjokula 19	22.03.2023	12
Vestfold 2-dagers, dag 1	25.03.2023	18
Vestfold 2-dagers, dag 2	26.03.2023	21
VinterJukola - løp 20	29.03.2023	2
Påskeløp 2023 1 etappe	06.04.2023	2
Påskeløp 2023 2 etappe	07.04.2023	2
Påskeløp 2023 3 etappe	08.04.2023	2
Solrenningen Sprint	14.04.2023	4
Solrenningen Mellomdistanse	15.04.2023	5



Solrenningen Mellomdistanse NC/WRE	15.04.2023	1
Solrenningen Langdistanse	16.04.2023	4
Solrenningen Langdistanse NC/WRE	16.04.2023	1
Vestfold Vårcup 1	18.04.2023	32
Hjalmarløpet 2023	22.04.2023	13
Sørløpene Mellomdistanse	22.04.2023	1
Skien city race 2023	23.04.2023	5
Sørløpene Langdistanse	23.04.2023	1
Vestfold Vårcup 2	25.04.2023	24
Grenlandskarusellen løp 3	27.04.2023	1
NM Natt	28.04.2023	2
World Cup i Norge – publikumsløp 2: Lørdagskjappen m/ norgescup junior	29.04.2023	11
World Cup i Norge – publikumsløp 3: Smaalenenløpet m/ norgescup junior	30.04.2023	8
Vestfold Vårcup 3	09.05.2023	13
Hedrumløpet	13.05.2023	9
Kjoseløpet 2023	14.05.2023	17
Drangedalsløpet	20.05.2023	4
Vestfold Vårcup 4	23.05.2023	24
Grenlandskarusellen løp 6	25.05.2023	3
Pinseløpet dag 1	27.05.2023	22
Pinseløpet dag 2	28.05.2023	22
Pinseløpet dag 3	29.05.2023	20
KM-sprint - Telemark 2-dagers	03.06.2023	7
Telemark 2-dagers	04.06.2023	5
Vestfold Vårcup 5	06.06.2023	28
Klubbmesterskap mellomdistanse Larvik og Hedrum	08.06.2023	32
Vest - Telemark 2 dagars	10.06.2023	4
Vest Telemark to dagars KM mellom Ve/Te	11.06.2023	4
Vestfold Vårcup 6	13.06.2023	20
Åpent Klubbmesterskap Sprint, Sandefjord OK, Stokke il og Andebu il	15.06.2023	2
Midtsommersprinten	17.06.2023	12
Midtsommerløpet	18.06.2023	19
O-festivalen sprint øvrige klasser	23.06.2023	12
O-festivalen sprint elite og DH13-16	23.06.2023	2
O-festivalen mellom øvrige klasser	24.06.2023	11
O-festivalen seniorelite og jaktstart DH15-20	24.06.2023 - 25.06.2023	2
O-festivalen lang øvrige klasser	25.06.2023	9
Sørlandsgaloppen 2023	29.06.2023 - 02.07.2023	41
Skawdysten 2023	11.07.2023-15.07.2023	15
Stavernsprinten	18.07.2023	10



HL-trening Sprint	02.08.2023	13
Vestfold Høstcup 1	15.08.2023	9
WMOC Slovakia	12.08.2023-18.08.2023	9
Vestfold Høstcup 2	22.08.2023	25
Klubbmesterskap sprint HOL og LOK	24.08.2023	30
KM-langdistanse	26.08.2023	7
KM stafett Vestfold og Telemark - Direkteløyper	27.08.2023	2
Vestfold Høstcup 3	29.08.2023	20
Veteranmesterskap - Sprint	01.09.2023	14
Veteranmesterskapet og Modum 2-dagers - Lang	02.09.2023	13
Veteranmesterskapet og Modum 2-dagers - Mellom	03.09.2023	13
Vestfold Høstcup 4	05.09.2023	25
Grenlandskarusellen løp 13	07.09.2023	2
Vestfold Høstcup 5	12.09.2023	19
Vestfold Høstcup 6	19.09.2023	15
Klubbmesterskap mellomdistanse Sandefjord OK, Stokke IL og Andebu IL	21.09.2023	1
Høstgampen	24.09.2023	6
Vestfold Høstcup 7	26.09.2023	17
Eklund Open	28.09.2023	6
Porsgrunn City Race 2023	30.09.2023	9
Marum-mila og MOT.TV cup finale	01.10.2023	12
5 dagers Hellas	02.10.2023-06.10.2023	10
Blodslitet	21.10.2023	1
Larviksløpet m/halloween-o	25.10.2023	16
Nordjysk dag	29.10.2023	3
VinterJukola - løp 1	01.11.2023	8
Vinter-Jukola - løp 2	08.11.2023	14
Vinter-Jukola løp 3	15.11.2023	2
Vinter-Jukola - løp 4	22.11.2023	9
Vinter-Jukola - løp 5	29.11.2023	5
Røsskleivaløpet	02.12.2023	7
Vinter-Jukola løp 6	06.12.2023	10
VinterJukola - løp 7	13.12.2023	7
SUM		1040



5.4 Medlemstall

	Kvinner					Menn					Total
	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26+ år	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26+ år	
2021	0	1	8	7	45	0	4	3	10	60	138
2022	0	1	7	8	46	0	4	0	13	59	138
2023	3	1	4	11	50	2	3	1	12	63	150

5.5 Møtevirksomhet

Antall årsmøte og medlemsmøter: 1 stk.
Antall styremøter: 5 stk.
Antall klubbkvelder: 2 stk.





6 Økonomi

Kapittelet er skrevet av kasserer Espen Johnsen.

6.1 Regnskap og budsjett

			Budsjett		Note	
	Inntekter	Reelt	2023	2024	R	B
3110	Tilskudd Norges Orienteringsforbund	47 658,00	60 000	50 000		
3115	Tilskudd Norges Idrettsforbund	4 860,00	-	-		
3120	Norsk Tipping	9 130,92	9 000	10 000		
3230	Kommunale tilskudd	33 800,00	10 000	10 000	1	
3310	Egenandel deltagelse andre stevner	26 882,70	17 500	30 000		
3315	Fellesturer etc	27 363,00	40 000	20 000		1
3320	Egne løp	101 161,38	92 500	91 000		
3350	Turorientering	0	10 000	10 000	2	
3510	Salg av løpstøy	350,00	2 000	1 000		
3540	Kiosksalg	8 168,51	14 000	10 000		
3620	Sosiale tilstelninger	442,12	3 000	0		
3630	Dugnadsinntekter	17 731,17	40 000	20 000	3	2
3920	Medlemskontingenter	18 328,22	20 000	20 000		
3999	Diverse inntekter	484,00	-	150 000	4	3
	Sum inntekter	296 360,02	318 000	422 000		
	Utgifter	Reelt	2023	2024		
4010	Startkontingenter	140 924,56	130 000	140 000		
4015	Fellesturer etc.	32 234,50	40 000	20 000		1
4110	Egne løpsutgifter	42 089,31	47 000	43 000		
4111	Turorientering	0	7 000	1 000		
4210	Trening og Instruksjon	50 704,00	40 000	33 000		
4211	Rekruttering	0	5 000	5 000		
5000	Klubbutgifter	40 306,10	40 000	42 000		
6105	Kart	65 525,00	100 000	270 000		3
6120	Div.utstyr	16 185,00	15 000	15 000		
7145	Reisekostnader (NM/norgescup)	2 948,40	12 000	2 000		
7510	Kjøp av løperutstyr	4 066,00	10 000	5 000		
7530	Premieutgifter	1 011,45	2 000	2 000		
7540	Kiosk utgifter	1 144,98	5 000	5 000		
7620	Sosiale tilstelninger	2 590,65	23 000	8 000	5	4
7630	Dugnadsutgifter	6 595,83	12 000	8 000		
	Sum utgifter	406 325,78	488 000	598 000		
	Sum Driftsresultat	-109 965,76	-170 000	-176 000		
8010	Renteinntekter	20 233,00	4 000	17 000		
	Årsresultat	-89 732,76	-166 000	-159 000		

Noter regnskap (R) 2023:



1. Driftstilskudd for Sprintkart Vervingen 25.000,-
2. Inntekter fra Tur-O (kr 1.147,-) ble utbetalt 08.01.24. Inntektsføres i 2024
3. Fikk ikke levere granbar, derfor ingen granbardugnad
4. Utbytte Gjensidige
5. Årsfest 2023 ble avlyst

Noter budsjett (B) 2024:

1. Redusert grunnet ingen fellestur til NJ2d
2. Planlagte dugnader: Julemesse.
3. Kartavtale på Andersbonn med SOK
4. Ingen Årsfest i 2024

6.2 Beholdninger

	Beholdninger	31.12.2022	31.12.2023
1900	Bank Driftskonto 2510.07.08933	165 734,29	149 000,09
1920	Bank Oppmann 2510.07.08941	29 450,60	65 042,24
1925	Bank Sparekonto 2510.54.03936	838 155,14	758 025,14
1930	Bank Vipps 2510.20.78988	45 876,33	17 297,13
1950	Bank 2510.07.09603	9 817,19	9 834,19
1970	Bank Kart 2510.07.09611	14 040,95	14 065,95
1980	Bank Turorientering 2510.14.45804	42 452,28	42 529,28
1985	Bank Arr. (O-festivalen 2019)	113,83	113,83
		1 145 640,61	1 055 907,85
	Overskudd	-89 732,76	
		1 055 907,85	

Beholdning løpstøy	1 000,00
--------------------	----------

6.3 Mottatte midler

Mottatte midler	
NOF/NIF	52 518,00
Norsk Tipping	9 130,92
Kommunale tilskudd	33.800,00
SUM	95.448,92

6.4 Medlemskontingent 2024

- 0-4 år: Gratis
- 5-11 år: 150,-
- 12-19 år: 200,-
- 20 år og eldre: 250,-
- Familie: 500,-
- Støttemedlem: 100,-



7 Referater fra løp, samlinger og møter i 2023

7.1 WMOC 2023 i Kosice, Slovakia

Rapport fra Anne Marit Nauf:

Veteran-wm ble i år arrangert i Slovakia i landets nest største by Kosice fra 12. - 18.august. Vi startet turen ved å fly til Krakow i Polen 8.august, hvor vi skulle være et par dager. Her besøkte vi bl.a Saltgruvene i Wieliczka. Det var selvfølgelig et par lokale løp «innbakt» i programmet. På bussturen mot Slovakia var vi innom Zakopane, hvor den kjente skihopperen Kamil Stoch bor og trener i hoppbakkene.

Vi skulle passere Vysoke Tatras fjellene og overnatte 2 netter i Strbske Pleso, som også er kjente steder fra vintersport. Her fikk vi tid til en flott tur innover i fjellheimen High Tatra. Noen valgte å ta stolheisen fra skistadion og opp til toppen av alpinanlegget på 1840m. Her var ski-vm var i 1970.

Videre mot Kosice var vi innom en stor turist attraksjon, nemlig Spiss Castle. Vi ankom Kosice utpå fredagen 11.august og fikk innstallert oss på hotellet som lå flott til rett ved gamlebyen og det vakre torget. Men allerede lørdag var det sprint kvalifisering og finale på søndag, begge i byen. Mandag var det hviledag med kun treningsmuligheter (model event). Temperaturen i distriktet hadde begynt å bli ganske høy, så det ble rolig treningstur. Tirsdag var det skog kvalifisering i byen Budimir, ca 12 km nord for Kosice. Onsdag var finale mellomdistanse ved Kokosovce, ca 40 km nord for byen vår. Om ettermiddagen var det tilbud om vingårdsbesøk. Torsdag var igjen hviledag med trening på model event. Utflukter og sightseeing på ettermiddagen. Fredag 18. var finale langdistanse i Silica før vi satte kursen hjemover, først mot Krakow og så hjem til Norge.

Resultatmessig er det kanskje ikke så mye å skrive om, derfor er det mest om turen. Men Martin var fornøyd med B-finale på mellom- og langdistansen. Det ble C-finale på sprinten. Anne Marit kom til B-finale på begge distanser.

Et flott arrangement, nok en flott tur. Vi ser fram mot Finland i 2024.



old Boys klare til sprint finale



Spiss Castle





7.2 Gresk 5-dagers 2023, for første gang arrangert

Rapport fra Anne Marit Nauf:

Det ble lokket med «spennende orientering i lettløpte skoger i Hellas»!!

Vel, vel – vi lot oss friste med en løpe-uke i Hellas i oktober. Vi skulle til byen Nea Kallikratia på Halkidiki, ca 35 km fra Thessaloniki. Hotellet lå flott til, bare 200 m fra stranda.

Vi dro fra Torp lørdag 30.sept. til Warszawa og så videre til Thessaloniki. Søndag var hviledag, så vi fikk vært på stranda og badet i et herlig varmt hav.

Mandag var det 2 løp. Etappe 1 i Nerot, ca 1400moh, mellomdistanse skog. Etter løpet var det lunch på arenaen. Etappe 2 gikk ved Lailias ski-resort, ca 1600moh, mellomdistanse skog. At det var lettløpt var noe overdrevet; det var bratt opp og ned. Skogen var helt annerledes enn vi kjenner til, den bestod av stikkende busker og småtrær. Tilogmed lynget hadde stikker. Etter 2 løp på en dag var det fridag (på stranda for de som liker det). Andre dro inn til Thessaloniki for å se litt av storbyen.

Onsdag var det igjen mellomdistanse skog i Sani. Dette var nær kysten og målgang på stranda. Det er tungt å løpe/gå i sanddyner, det vet alle som har vært i Danmark på løp.

Torsdag var det mellomdistanse skog, på Philippon, rett ved Thessaloniki. Igjen var det bratte lier, fulle av stikkende busker og trær. Men vi o-løpere gir oss jo ikke så lett, ei heller klager over ting. Det er smil og latter og godt humør på alle, uansett bommer og terreng. Fredag var siste løp, sprint i en lite koselig kystby, Afyto. Her fikk restaurantgjestene noe å se på når en gjeng på ca 70 personer begynner å løpe rundt på kryss og tvers i gatene. Målgang var på stranda og det ble et deilig bad til slutt.

Hjemreisen gikk via Krakow og til Torp lørdag 7.okt. Herlige dager og 5 løp i Hellas var over. Vi glemmer stikker og bratte lier, vi kan gjøre turen igjen.



Det sosiale er viktig - samling på terrassen vår



Petuniahekk som beundres



D-70 "Elite" 1.,2. og 3.plass

7.3 Julemarkedet

Rapport fra Anne Marit Nauf:

Julemessa ble avholdt 11. og 12.november på Hedrum U-skole. Vi hadde bakedugnad på skolens kjøkkenavdeling mandag 6. nov. med bra frammøte av medlemmene. Astrid og Unni lager deiger på forhånd til bl.a sandkaker, kvernkaker og berlinerkranser. De baker også en del kaker hjemme som vi selger til inntekt for oss aktive. Unni lager også flesk som er veldig populært.

Det ble 10 utstillere med forskjellige produkter av håndarbeider, smykker, malerier, tupperware og alovera m.m. Begge dager var bra besøkt, folk koste seg med grøt, kaffe og sveler fra kafeterian. Alt i alt kan vi si oss fornøyde med årets julemesse.



Baking for...



...julemesse



8 Strategi

8.1 Arbeidsprogram 2024

Dette året ønsker vi å spisse satsingen på enkelte få områder da vi tror dette vil bidra til å øke aktivitetsnivået i klubben. Dette betyr selvfølgelig ikke at det er forbudt å gjøre noe på andre områder om man har lyst. Men fra klubben sin side er det disse tre områdene som er de prioriterte.

Selv om det er greit med deltakelse fra oss på løp sammenlignet med andre klubber i kretsen – så ønsker vi mer aktivitet. Vi skal allikevel ikke glemme at vi for noen år siden hadde jublet for det antall starter vi hadde i fjor. Medlemstallet holder seg også nokså stabilt.

La oss sammen støtte opp om våre tre prioriterte satsingsområder. Følger vi dette blir Hedrum O-lag preget av positivitet, entusiasme og samhold.

Arbeidsprogrammet for 2024 består derfor av følgende punkter hvor de prioriterte er uthevet:

- 1. Holde nybegynnerkurs**
2. Etablere skolekontakter
3. Drive kartarbeid
4. Rigge fadderordning
5. Unge med i arrangement og kartarbeid
6. Melde oss på mange løp
7. Orienteringslaget blir synlig på digitale medier
8. Lage sosiale samlinger
- 9. Arrangere løp og treninger for alle**
- 10. Glede oss sammen og skape entusiasme**

8.2 Planlagte løp og arrangement i 2024

Planlagte orienteringsløp arrangert av Hedrum O-lag i 2024:

Dato	17.01.2024
Løp	Vinter Jukola nattløp
Kart	Verningen
Dato	28.02.2024
Løp	Vinter Jukola nattløp
Kart	Tagtvedt
Dato	28.04.2024
Løp	Hedrumløp og KM mellomdistanse
Kart	Ringdalskogen



<i>Dato</i>	28.05.2024
<i>Løp</i>	Vestfold vårcup mellom
<i>Kart</i>	Fjære
<i>Dato</i>	Juni og august 2024 (2 dager)
<i>Løp</i>	Klubbmesterskap sprint og mellom (samarbeid HOL-LOK)
<i>Kart</i>	ikke bestemt ennå
<i>Dato</i>	27.08.2024
<i>Løp</i>	Vestfold høstcup sprint
<i>Kart</i>	Kvelde
<i>Dato</i>	Høst 2024
<i>Løp</i>	Høstgampen mellom
<i>Kart</i>	ikke bestemt ennå
<i>Dato</i>	Desember 2024
<i>Løp</i>	Vinter Jukola nattløp
<i>Kart</i>	ikke bestemt ennå

Planlagte arrangementer (ikke løp) i Hedrum O-lag i 2024:

- Årsmøte
- Klubbkveld vår og høst
- Sommerfest / grilling ifm. klubbmesterskap
- Høstruslærne i samarbeid med DNT LOT
- Julemesse 2024

9 Organisasjonen

9.1 Æresmedlemmer

Det er følgende æresmedlemmer i Hedrum O-lag (årstall viser hvilket år man ble æresmedlem):

- Bjarne Aasrum (1986)
- Tor Bjørvik (1991)
- Magnar Reppesgård (2007)
- Martin Nauf (2007)
- Astrid R. Lie (2007)
- Unni Lysnes (2016)
- Tormod Fjære (2020)

Æresmedlemmer som har gått bort (årstall viser hvilket år man ble æresmedlem):

- Sigurd Reppesgård (1991)
- Margith Reppesgård (2014)



- Kåre Aasestad (2016)

9.2 Tillitsverv 2023

Styret:

Leder		Roger Lysnes
Nestleder	Sportslig leder	Anders Kristian Holt
1. styremedlem	Sekretær	Eelco van Raaij
2. styremedlem	Kasserer	Espen Johnsen
3. styremedlem	Kartleder	Tom Aasrum
Varamedlem	Rekrutteringsleder	Atle Borgersen

Kontrollutvalg:

Leder	Anne Marit Nauf
Medlem	Nina Sæther

Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett:

O-ting	Leder, sportslig leder, sekretær
Larvik Idrettsråd	Styret har fullmakt til å utnevne

Valgkomité:

Leder	Jørgen Fjære
Medlem	Ludvig Johnsen
Varamedlem	Per Dag Nordkvelde

Andre verv:

Påmelder		Kristina Isaksen
Turorienteringsleder		Atle Strøm
Ungdomsmentor		Jarle Lysnes
Forvalter løperutstyr		Lill Dürbeck
Forvalter løpsutstyr		Martin Nauf
VDG-kontakt		Jørgen Fjære
Uttakingskomite	Sportslig leder og påmelder	
MOT.TV kontakt	Styret har fullmakt til å utnevne	Eelco van Raaij
Ansvarlig Politiattest	Styret har fullmakt til å utnevne	

Markedskomiteé (Lågendalsmarkedet):

Leder	Asle Johnsen
Antall medlemmer varierer etter behov	Konstituerer seg selv hvert år



9.3 Organisasjonsplan

Normal tid i verv settes til 2 år. Leder velges for 1 år. Hele valgkomiteen velges for 1 år. Det tilstrebes at ikke mer enn halve komiteer skiftes ut av gangen.

Styret:

		På valg
Leder		Hvert år
Nestleder	Sportslig leder	Ulike år
1. styremedlem	Sekretær	Like år
2. styremedlem	Kasserer	Ulike år
3. styremedlem	Kartleder	Like år
Varamedlem	Rekrutteringsleder	Ulike år

Kontrollutvalg:

Leder	Like år
Medlem	Ulike år

Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett:

O-ting	Leder, sportslig leder, sekretær
Larvik Idrettsråd	Styret har fullmakt til å utnevne

Valgkomité:

Leder	Hvert år
Medlem	Hvert år
Varamedlem	Hvert år

Andre verv:

Påmelder	Like år
Turorienteringsleder	Ulike år
Ungdomsmentor	Ulike år
Forvalter løperutstyr	Like år
Forvalter løpsutstyr	Ulike år
VDG-kontakt	Like år
Uttakingskomite	Sportslig leder og Påmelder
MOT.TV kontakt	Styret har fullmakt til å utnevne
Ansvarlig Politiattest	Styret har fullmakt til å utnevne

Markedskomiteé (Lågendalsmarkedet):

Leder	Like år
Antall medlemmer varierer etter behov	Konstituerer seg selv hvert år