



BUSKERUD ORIENTERINGSKRETS

OPPSUMMERING FRA LAGMØTE 16.3.2026

Dato/sted: 16. mars 2026, kl. 19.00-21.00., Eiker OL's klubblokale på Ormåsen

Til stede: 21 stykker som representerte 10 klubber:

Håvard Hågård	Kretsleder, Konnerud IL
Sølvi Helene Føssøy	Kretsstyret, Eiker OL
Maren Wiger	Kretsstyret, Modum OL
Erik Borg	Kretskoordinator
Erik Borg	Kretskoordinator
Geir Falkevik	Eiker OL
Kristine Gabrielsen	Eiker OL
Christian Gedde-Dahl	Eiker OL
Sine Kaiser	Sturla IF
Hanne-Kristine Bjerknes Kvarme	Sturla IF
Carl Godager Kaas	Bækkelaget
Morten Dåsnes	Ringerike OL
Leiv Inge Kjemperud	Fossekallen IL
Karen Backe Langum	Ringerike OL
Anne Marte Peveri	Eiker OL
Knut Sveinung Holth Rekaa	Røyken OL
Line Drange Ruud	Røyken OL
Gotfred Rygh	Modum OL
Torben Skovlyst	Kongsberg OL
M. Teigen	Sturla IF
Henning Bratland Carlsen	NOF

1	Velkommen v/Håvard Hågård Informasjon fra kretsstyret. Søknadsfrist for å søke midler for prosjekt Aktiv Buserud er 15. april.
----------	---

2	Klubb utvikling og rekruttering v/ Hanne - Kristin Kvarme, Viken idrettskrets. Idrettsglede/aktivitetsglede/frivillighetsglede: For å oppnå frivillighetsglede er det viktig å oppleve trivsel, mening og fellesskap. Å bli sett, verdsatt og inkludert og få være med å bidra med noe som er større enn seg selv er viktige årsaker til at folk fortsetter med frivillig arbeid. 40% av ikke-frivillige i befolkningen sier at de kunne tenke seg å bidra hvis noen hadde spurt. Å spørre personlig og å sette folk på rett plass, fungerer bedre enn å sende ut felles mailer/meldinger. Alle klubber kan få hjelp av Viken idrettskrets til å utvikle klubben til å bli enda bedre. Hanne-Kristin kan kontaktes, de har også et ungdomsteam som reiser rundt .
3	Hvordan Bækkelaget SK har lyktes med rekrutterarbeid v/ Carl Godager Kaas. • Minitrening: 5 og 6 åringer. Lek og morsomme øvelser i skogen. • Råttastrening: 8-12 år. • Alle skal føle seg sett og oppleve mestring på trening. • Involvere foreldre. Rekruttere en ny trener hvert år. • Godt forberedte treninger med fast struktur, men stor variasjon i leker og øvelser. Eks stemplingsrunde til slutt ved hver trening. • Velge ut utvalgte løp og jobbe aktivt med å få med barna på løp. • Stor variasjon i treningssteder, men felles tidspunkt og oppmøtested for alle til 12 år. • Samle hele klubben flere ganger i året i forbindelse med mini og råttasttreninger, og bruke klubbens løpere som forbilder. • Ta bilder underveis og vise på en felles klubbkveld ved sesongens slutt kan bidra til at flere vil bli med på arrangementer.

5	Terminliste 2026 v/Sølvi Fossøy Sølvi Fossøy ledet gjennomgang av terminlisten 2026 og rulleringsplan for KM. Oppdatert liste og rulleringsplan vil bli sendt ut etter innspill på møtet. Flere klubber har ennå ikke lagt inn alle sine løp i Eventor, men oppfordres til å gjøre det så raskt som mulig. Kretsstyret peker ut kvalifiseringsløp til Unionsmatchen og PWT-cup.
---	--

Oppsummering ved Ingrid Kvistad

buskerud@orientering.no bankkonto: 2310.07.47537