



NORD-TRØNDELAG ORIENTERINGSKRETS



39. ordinære kretsting



Årsberetning og Sakspapirer - 2025

Innhold

Styrets kommentar til årsberetningen	3
Årsberetning for kretsstyret	4
<i>NORD-TRØNDELAG ORIENTERINGSKRETS TILLITSVALGTE 2025.....</i>	<i>4</i>
<i>Kretsstyrets virksomhet</i>	<i>5</i>
Møter	5
Arbeidsoppgaver	5
Økonomi.....	6
Informasjon.....	7
Årsberetning teknisk råd.....	7
Årsberetning sportslig råd.....	8
GJENNOMFØRTE AKTIVITETER	8
Resultater 2025.....	10
Sak 9: Behandle regnskap for NTOK, styrets økonomiske beretning og revisors beretning	13
Sak 10: Behandle innkomne saker	13
Sak 11 Fastsette lagskontingent for 2026.....	14
Sak 12: Behandle budsjett for NTOK 2026	15
Legges fram på tinget.....	15
Sak 13: Valg.....	15

Styrets kommentar til årsberetningen

2025 har vært et bra år for o-sporten i Nord-Trøndelag med stor aktivitet både på klubb og krets nivå. Vi i kretsen har etter beste evne forsøkt å styre virksomheten med å sørge for å legge tilrette for et variert og godt tilbud for våre unge utøvere. I noe større grad enn de siste årene har det vært satt litt mer fokus også på juniorene som er få i hver klubb. Vi har ei brukbart stor ungdomsgruppe som har møttes jevnlig, vært på samlinger og bitt godt fra seg sportslig. Nok en gang var det en bra tropp til Hovedløp og o-landsleir, 12 deltakere på konkurransene og 11 på leiren. Artig med en stabil og god gjeng som vi må jobbe for å lage attraktive tilbud for i årene fremover også. Det er stor aktivitet i flere klubber. Her jobbes det godt med orienteringsaktiviteter for alle.

Det er for tiden likevel relativt få aktive klubber i kretsen. Det er en utfordring og vi skulle gjerne sett en positiv utvikling i flere klubber. Det har samlet sett vært en fyldig terminliste i Trøndelag og brukbar deltagelse på mange kretsløp.

Det har vært mange gode sportslige resultater av kretsens løpere også i år. Gode prestasjoner og resultater både i Hovedløp ski-O og ordinært Hovedløp, Norgescup og NM. Det vises til resultatoversikt.

Forøvrig vises det til styrets og det enkelte råds rapporter.

Årsberetning for kretsstyret

NORD-TRØNDELAG ORIENTERINGSKRETS TILLITSVALGTE 2025

Nord-Trøndelag Orienteringskrets har i tingperioden 2025 hatt følgende sammensetning av styre, råd og utvalg:

Kretsstyret		
Leder	Jakob Haugen	Stjørdals-Blink Orientering
Nestleder	Håvard Kjesbu	Stjørdals-Blink Orientering
Styremedlem	Tove H. Ingulfsvann	Tunnsjø IL
Leder Teknisk råd	Morten Hvesser	Verdal OK
Leder Sportslig råd	Kine Sofie Sandstad	Frol IL
Vara for styret	Kurt Ove Melby	Verdal OK
Teknisk Råd		
Leder	Morten Hvesser	Verdal OK
	Rolf Alstad	Frol IL
Sportslig råd		
Leder	Kine Sofie Sandstad	Frol IL
Medlemmer	Astrid Svendgård	Frol IL
	Terje Rian	Stjørdals-Blink Orientering
	Hallvar Hallan	OK Skøyenar
	Jon Marius Vaag Iversen	Verdal OK
Revisorer	Magnus Berger Skjørstad	Stjørdals-Blink Orientering
	Arve Lægran	Steinkjer OK
Vararevisor	Monica Hægstad	Stjørdals-Blink Orientering

Ansatte

NTOK har ikke hatt fast ansatte i år.

Representasjon

Ledermøte i Trøndelag Idrettskrets april 2025:

Jakob Haugen

Kretsledermøte Norsk Orientering nov 2025:

Jakob Haugen

Kretsstyrets virksomhet

Møter

Styret har i perioden avholdt 5 styremøter. Styremøtene er gjennomført pr. Teams. Ellers har kontakten i styret vært pr telefon, e-post, Messenger og ikke minst på o-løp i løpet av sesongen. De ulike rådene har fungert godt med god oppfølging av sine arbeidsområder.

Det er også arrangert et klubbmøte i forbindelse med tverridrettslig samling på Steinkjer i oktober 2025.

Arbeidsoppgaver

Styret har sammen med rådene lagt planer for å drifte kretsen etter beste evne og i henhold til handlingsplanen for kretsen. Det har vært fokus på en god og attraktiv terminliste og et godt sportslig tilbud for de yngste.

De viktigste og mest prioriterte oppgaver for 2025 har vært:

- Gjennomføre samlinger og treningsøkter for ungdommer på tvers av klubbene.
- Jobbet mot god deltagelse i HL/OLL
- Organisert fellesturer til NC/NM i samarbeid med klubbene
- Arrangere TA-cup
- Jevnlig informasjon om aktivitet på kretsens hjemmeside og facebook.
- Fremføring av kretsens meninger på kretsledermøte og idrettskretsting
- Deltatt på noen møter i regi av idrettskretsen
- Forvaltning og styring av kretsens økonomi

Økonomi

Regnskapet har et underskudd på - 561 kr. Det var budsjettet med et underskudd på - 76 000. At underskuddet er betydelig mindre enn budsjett skyldes litt lavere kostnadsbruk i administrasjon, lavere kostandsbruk i sportslig avdeling både av inkluderingsmidlene og ordinære kostnader. TA cupen fikk økte sponsorinntektene som også bidro positivt.

Av inkluderingsmidlene er det bare brukt penger til å kjøpe flyreise til leder NTOK på den kommende åpne juniorsamlingen i Spania i 2026.

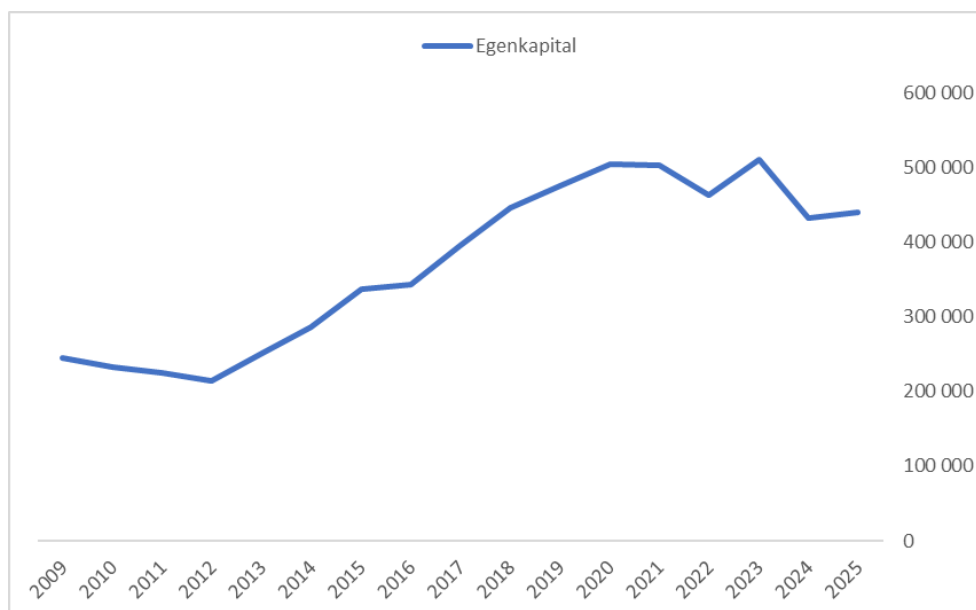
Dette har vi støttet en felles ungdomsleir med 6 000 kr. Kretslagsamlinger i Bjugn, Grønningshytta og Tverridrettslig ungdomssamling Steinkjer har kretsen tatt alle kostander slik at disse samlingene har vært gratis å delta på.

Hovedløpet i Sandefjord dekket kretsen påmeldingsavgift til 2 ledere og utøverne på Olandsleiren fikk dekket 1000 kr pr deltaker.

Kretsen har organisert reiser til 5 norgescupløp for junior og senior løpere. Vi har dekket kostnadene til lederen av de ulike løpene og forskuttert reisekostnader for utøvere som ble fakturert klubbene i etterkant.

TA cupen økte sponsorinntektene både fra Trønderavisa og fikk inn Værdalsbruket AS som ny sponsor. Det ble dermed et overskudd mot et budsjettet underskudd.

Som nevnt i tidligere årsrapporter er det ønskelig å ha en egenkapital på om lag 200.000 kroner for å unngå likviditetsproblemer i perioder. Egenkapitalen er uendret, og vi kan øke aktivitet i noen år framover ved å bruke av midlene vi har oppspart.



Informasjon

Informasjon fra NOF, NTOK og NTIK er videresendt pr. e-post til klubber eller aktuelle personer med e-postadresse, og det er fortløpende lagt ut informasjon på kretsens hjemmeside og på Facebook – Nord-Trøndelag orienteringskrets. Det er finnes en del-videre side på Instagram med navn nt_orienteringskrets.

Årsberetning teknisk råd

Teknisk råd har siste år bestått av:
Morten Hvesser, Verdal OK (leder)
Rolf Alstad, Frol IL

Rådet har samhandlet gjennom sesongen via telefon og epost. Året har gått med på å planlegge og følge opp gjennomføring av Ungdomscupen (9 løp). I løpet av 2025 gikk vi tilbake til navnet TA-cup. T-A har vært med som sponsor i år også og støttet med 15000 kr til cupen. I tillegg har Værdalsbruket AS vært sponsor og sponset med kr. 10000,-. Gjennom 2025 har det vært vurdert ulike endringer på oppsettet for TA-cup etter erfaringer og tilbakemeldinger fra klubbene i 2025. Dette ble diskutert på møte i kretsen i slutten av oktober, hvor det ble en god dialog på tvers av klubbene og rammene for TA-cup 2026 ble besluttet i samarbeid med klubbene i kretsen. I tillegg har det blitt gjennomført koordineringer over epost med Sør-Trøndelag for å samkjøre terminlisten for 2026.

Løpskontroll:

søn. 11.5	Blåveisløpet	Frol IL	Øystein Haug
søn. 18.5	Vårløpet/KM Mellom	Stj-Blink	Arne Grevskott
lør. 24.5	Verdal 2 dagers. Dag 1	Verdal OK	Håvard Vassenden
søn. 25.5	Verdal 2 dagers. Dag 2	Verdal OK	Lars Sandstad Skjeset
lør. 30.8	KM lang	Frol IL	Arne Okkenhaug
søn 31.8	KM stafett NTOK/STOK	OK Skøynar	Anton Bjartnes
fre 3.10	KM Natt	Steinkjer OK	Jon Marius Iversen

Det ble oppnevnt TD-er til alle planlagte kretsløp i 2025.

Årsberetning sportslig råd

Sportslig råd har i år bestått av:

Kine Sofie Sandstad Skjeset, Frol IL (leder)

Terje Rian, SBO

Hallvar Hallan, Skøyenar OK

Astrid Svendgård, Frol IL

Jon Marius Vaag Iversen, Verdal OK

GJENNOMFØRTE AKTIVITETER

Sportslig råd har avholdt to møter det siste året. Det har i tillegg vært løpende kontakt mellom medlemmene i Sportslig råd både per telefon, e-post og på Messenger.

Med utgangspunkt i klubbenes tilbakemeldinger for 2024-sesongen, under klubbmøte på Steinkjer i oktober 2024, ble en skisse til årsplan presentert klubbene på nyåret 2025. Klubbene fordelte i samarbeid ansvar for reise til juniorenes norgescuphelger. Dette ble også grunnlaget for søknad til NOF om aktivitetsmidler. Som tidligere år har 13-16 åringene vært hovedprioritet, men vi har samtidig rettet fokuset mer over mot juniorene. Det er få juniorer i hver klubb og vi ser at samarbeid gjennom kretsen er viktig også for denne aldersgruppen. Nettverksbygging og sosialt miljø på tvers av klubbene har ligget til grunn for planene.

Gjennomføring av aktivitetene er også i år utført ved hjelp av klubbene – tusen takk!

Sportslig råd har i år søkt og mottatt aktivitetsmidler fra NOF på linje med tidligere år. Sportslig råd søkte på NOFs midler til barne- & ungdomsaktiviteter for de tiltak som var planlagt for sesongen. Kretsen har fått utbetalt kr. 25 750,- i aktivitetsmidler for 2025.

Det ble i 2023 søkt midler fra Lotteri- og stiftelsestilsynet gjennom ordningen «mangfolds- og inkluderingsmidler». Det gjenstår fortsatt midler som kan benyttes i 2026.

Felles reiseaktivitet til Norgescup/NM

Det ble koordinert med reiseledere fra klubbene for felles reiser til:

- € NM natt og NC sprint Kristiansand (11 deltakere)
- € NC junior JWOC uttak Gandal (6 deltakere)
- € NM-uka på Lygna (14 deltakere)
- € NC junior/O-idol/NM jr. Stafett på ÅS (16 deltakere)
- € NM sprint Nittedal (10 deltakere)

Ungdomssamling Bjugn NTOK/STOK 26. – 27. april

Åpen samling for alle i Nord- og Sør- Trøndelag i alderen 13-16 år. Vi deltok på Vårsleppet (Bjugn IL) Sprint og Mellomdistanselørdag 26. april. Overnatting på Botngård Samfunnshus. Fellesmiddag og sosialt lørdag. O-trening søndag formiddag (27. april).

9 ungdommer og 3 voksne fra NTOK deltok på samlingen. Totalt 44 påmeldte (NTOK og STOK). Veldig positivt at ungdommene møtes på tvers av kretsene. Nye vennskap knyttes og gamle pleies videre.

Byåsen IL gjorde det meste av den praktiske planleggingen og Wing sto for treningen søndag. SBO bidro med organisering rundt måltider, nattevakt og rydding.

Utholdenhetstester (O2-test) ved Idrettens testsenter

Det er, som tidligere år, gjennomført testing av VO2-max for ungdommene i kretsen ved Idrettens testsenter på Steinkjer. I år ble det gitt tilbud til dem som var 14 år og eldre. Dette gir ungdommene forslag til intensitetssoner for styring av treningen, og muligheten til å måle fremgang i oksygenopptak over tid. Det vil bli muligheter for re-testing (og for nye utøvere) i 2026.

Råtassleir

Verdal OK arrangerte råtassleir for hele kretsen 14.-15. Juni. Det var 25 påmeldte og leiren ble arrangert i nydelig sommervær på Volhaugen.

Hovedløpsforberedelser juli

Lars Skjeset arrangerte sprintøkt i forkant av HL/OLL.

Hovedløp og o-landsleir i Sandefjord 1- 6. august

Tolv utøver fra NTOK deltok på hovedløp og 11 utøvere på o-landsleir i Sandefjord 1 – 6. august. Det var fire utøvere fra Frol, Solveig Skoglund Leithe, Daniel Alstad, Aksel Sandstad Skjeset og Erik Hemming. Fire utøvere fra VOK, Johannes Gudding, Erik Rånes, Martine Nubdahl Frøseth og William Mitchell Iversen. Og fire utøvere fra Stjørdal, Malin Rian, Gustav Standal, Einar Sævik og Petter Skulbørstad. Ca. halvparten var med på fellesreise med fly, mens de resterende reiste dit selv.

Det var skiftende vær under løpene, fra striregn under lang til strålende sol og varmt under sprinten. Resultatmessig ble det en pallplass med 2. plass til William på sprint i G16. William fikk også en 6. plass på lang. Solveig fikk en fin 6. plass på sprinten i J15 og Johannes en 9. plass på lang i G14.

På o-landsleiren var det ulike aktiviteter og konkurranser, blant annet innendørs orientering, morro løp og disco, så her var det gode muligheter for å bli kjent med utøvere fra andre kretser. På kretsstafetten siste dag stilte NTOK med tre lag hvor et lag var et samarbeidslag med STOK. NTOK utøverne satset nok mer på underholdning enn toplassering i denne stafetten.

Håvard Kjesbu, Terje Rian og Astrid Svendgård stilte som ledere på hovedløp og o-landsleiren. De var enige om at ungdommen var en enkel og fin gjeng å være sammen med på leir.

Høstsamling på Grønningen, 30.-31. August

Sportslig råd arrangerte samling for 13-20 år i forbindelse med KM lang og KM stafett. Vi hadde en overnatting på Grønningen. Spiste taco og var ute i båt lørdag ettermiddag/kveld. Fokus på å knytte relasjoner. 5 ungdommer deltok.

Tverridrettslig ungdomssamling Campus Steinkjer 13-16 år

Samlinga ble gjennomført 24. – 26. Oktober. NTOK deltok på denne samlingen med eget opplegg, og treninger lagt opp av Hallvar Hallan og ungdommer fra kretsen.

Skogsjentene i Trøndelag har tildelt pris for 2025 til:
Solveig Skoglund Leithe, Frol IL, D15-16

Skogkarenes klubb i Nord-Trøndelag har tildelt pris for 2025 til:
Helmene Grindberg, Verdal OK, D17-18
Jonas Alstad, Frol IL, H17-18

Kretsens prestasjonsstipend tildelt i 2025 til:

- Tobias Alstad, Frol IL, NM lang, bronse
- Ludvig Langøygaard, Frol IL, NM. Knockout-sprint, sølv. NM-sprint, bronse. NM lang, bronse
- Solveig Skoglund Leithe, Frol IL, HL Ski-O, sølv
- William Mitchell Iversen, Verdal OK, HL-sprint sølv

Kretsens rankingpokaler:

- D13-14: Ingrid Gudding, Verdal OK
- D15-16: Solveig Skoglund Leithe, Frol IL
- H13-14: Eirik Sæther Fossum, Stjørdals-Blink Orientering
- H15-16: Gustav Standal, Stjørdals-Blink Orientering

Resultater 2025

(kun medaljer i KM medtatt)

2025-09-12 KM sprint

D13-14

- 1, Ingeborg Dybdahl, Frol IL,
- 2, Ingrid Gudding, Verdal OK,

D15-16

- 1, Solveig Skoglund Leithe, Frol IL,
- 2, Malin Rian, Stjørdals-Blink Orientering,
- 3, Martine Nubdal Frøseth, Verdal OK,

D17

- 1, Emilie Nubdal Frøseth, Verdal OK

H13-14

- 1, Eirik Sæther Fossum, Stjørdals-Blink Orientering,
- 2, Johannes Gudding, Verdal OK,
- 3, Aksel Sandstad Skjeset, Frol IL

H17

- 1, Tobias Alstad, Frol IL

2025-08-30 KM langdistanse

D 13-14,

- 1, Ingeborg Dybdahl, Frol IL,
- 2, Heidi Rånes, Verdal OK,

D15-16

- 1, Solveig Skoglund Leithe, Frol IL,
- 2, Malin Rian, Stjørdals-Blink Orientering,

D17-18

1, Emilie Nubdal Frøseth, Verdal OK

D21

1, Mari Kilskar Grevskott, Frol IL

H13-14

1, Eirik Sæther Fossum, Stjørdals-Blink Orientering,

2, Johannes Gudding, Verdal OK,

3, Aksel Sandstad Skjeset, Frol IL,

H15-16

1, Eirik Lie Bolstad, OK Skøyenar,

2, Daniel Alstad, Frol IL,

H17-18

1, Jonas Alstad, Frol IL,

2, Ludvig Langøygaard, Frol IL,

H21

1, Ulf Forseth Indgaard, Frol IL

2025-05-18 KM-Mellom

D13-14

1, Ingeborg Dybdahl, Frol IL,

2, Ingrid Gudding, Verdal OK,

3, Heidi Rånes, Verdal OK,

D15-16

1, Malin Rian, Stjørdals-Blink Orientering,

2, Martine Nubdal Frøseth, Verdal OK,

3, Selma Langøygaard, Frol IL,

D17

1, Gøril Rønning Sund, Frol IL

H13-14

1, Eirik Sæther Fossum, Stjørdals-Blink Orientering,

2, Johannes Gudding, Verdal OK,

3, Aksel Sandstad Skjeset, Frol IL

H15-16

1, William Mitchell Iversen, Verdal OK,

2, Gustav Standal, Stjørdals-Blink Orientering,

3, Eirik Lie Bolstad, OK Skøyenar,

H17

1, Ulf Forseth Indgaard, Frol IL,

2, Jonas Alstad, Frol IL,

3, Lars Sandstad Skjeset,

2025-08-31 KM Stafett

D13-16

1, Frol IL

D17

1, Verdal OK

H17

1, Frol IL

H13-16

1, Frol IL

2, Stjørdals-blink orientering,

3, Verdal OK,

2025-05-31 KM sprintstafett

D13-16

1, Verdal OK

D17

1, Frol IL

H17

1, Frol IL

H13-16

1, Frol IL

2, Verdal OK

2025-10-03 KM Natt

D15-16

1, Malin Rian, Stjørdals-blink orientering

D17-20

1, Helmine Laksholm Grindberg, Verdal OK

H15-16

1, Eirik Lie Bolstad, OK Skøynar

H17-20

1, Matias Skjørholm Dillan, Verdal OK,

H21

1, Georg Lande, Steinkjer OK

Sak 9: Behandle regnskap for NTOK, styrets økonomiske beretning og revisors beretning

Regnskap:

Legges fram på tinget

Balanse:

Legges fram på tinget

Revisjonsrapport:

Legges fram på tinget når regnskapet er kommet tilbake fra revisjon

Sak 10: Behandle innkomne saker

Sak 11 Fastsette lagskontingent for 2026

Styret foreslår å følge fjorårets tingvedtak etter følgende satser også i 2026:

Lagskontingenten blir delt i tre satser: kr. 3.500, kr. 500 og kr. 0

Følgende lag betaler kr 3500,-

- FroI IL
- Stjørdals-Blink Orientering
- OK Skøyen
- Verdal OK
- Steinkjer OK

Øvrige aktive lag betaler kr 500,-.

Lag uten aktivitet men som ikke har meldt seg ut av kretsen betaler ikke avgift.

Med aktive lag menes lag som har meldt om aktivitet i idrettsregistreringen i tingperioden.

Sak 12: Behandle budsjett for NTOK 2026

Legges fram på tinget

Styret søker i 2026 på Gjensidigefonds-midler i mars for å støtte aktiviteten i kretsen.

Sak 13: Valg

Valgkomiteen legger frem sin innstilling på tinget