

Tiltaksplan 2025 - Sogn og Fjordane Orienteringskrins



Krins:	Sogn og Fjordane
Kontaktinformasjon:	Knut Even Hole
E-postadresse:	knuteh@hotmail .
Mobil:	90201994

Tiltak	Mål	#	Tiltak	Korleis?	Tidspunkt	Ansvarleg	Ønska resultat	Rapport
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon 2) Nye utøvarar frå krinsen som deltar 3) Læring og utvikling	1	Samling 1 - 13-16 og 17-25 år	Samling ifbm vårhelg på Værlendet. Askvoll IL arr. av løpa. Invitere ungdomar frå Hordaland	25-27 april	Førde	Leikbasert trening og sosialt	24 deltakarar, 8 av desse frå Hordaland krins
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon 2) Nye utøvarar frå krinsen som deltar 3) Læring og utvikling	2	Samling 2 - 13-16 og 17-25 år	Samling på Utvikjellet/Byrkjelo ifbm Rote koppen??	23-25 mai	SFOK/ Breimsbygda?	Treningsfaglig utvikling og bedre sosialt miljø.	Ikkje utført. Blei for tett mellom helgane. 6 deltok på samling Emblem i september
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon 2) Nye utøvarar frå krinsen som deltar 3) Læring og utvikling	3	Samling 3 - 13-16 og 17-25 år	Samling i Nordfjord. Invitere ungdomar frå Møre og Romsdal	31 mai - 1 juni	Markane/ Veten	Treningsfaglig utvikling og bedre sosialt miljø.	15 deltakarar, 6 av desse frå Møre og Romsdal krins
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon 2) Nye utøvarar frå krinsen som deltar 3) Læring og utvikling	4	Samling 4 - 13-16 og 17-25 år	Pinseløpa Kongsberg	7-9 juni	Jako/ SFOK	Leikbasert trening og sosialt	2 deltakarar. Kun løp, ingen tilrettelagte opplegg
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon 2) Nye utøvarar frå krinsen som deltar 3) Læring og utvikling	5	Samling 5 - 13-16 og 17-25 år	O-Festivalen	20-22 juni	Knut Even/ SFOK	Leikbasert trening og sosialt	7 deltakarar, Kun løp, ingen tilrettelagte opplegg
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon 2) Nye utøvarar frå krinsen som deltar 3) Læring og utvikling	6	Samling 6 - 13-16 og 17-25 år	Samling i Sogn. Invitere ungdomar frå Hordaland	23-24 august	Sogndal	Treningsfaglig utvikling og bedre sosialt miljø.	16 deltakarar. Ikkje deltakarar frå andre krinsar.
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon 2) Nye utøvarar frå krinsen som deltar 3) Læring og utvikling	7	Samling 6 - 13-16 og 17-25 år	Samling Førde. Innendørs Cup, på Alti, Førdehuset og Førde VGS. (om karta er ferdige)	Okt-Nov	Førde	Samhold i krinsen, motiverande for ungdomen, kortar opphold i sesongen	Ikkje utført. Kart nr. to ferdig i november, eit 3. kart starta på vinter 2026
Ungdoms- og junioraktivitet	1) Sosialt miljø og motivasjon. 2) Læring og utvikling 3) Rekruttering	8	Hovudløpet og O-landsleiren (HL/OLL)	Sandefjord. Felles tur til OLL og HL for 14, 15 og 16 år gamle ungdommar.	1-6 aug	SFOK	9 deltakere	9 deltakarar
Rekruttering	1) Sosialt miljø og motivasjon. 2) Nye utøvarar/rekruttering. 3) Læring og utvikling	9	O-trolleir 1	O-trolleir ifbm vårhelg.	25-27 april	Førde	Sosialt og økt deltakelse/rekruttering. 15 deltakere	17 deltakarar

Rekruttering	1) Sosialt miljø og motivasjon. 2) Nye utøvarar/rekruttering. 3) Læring og utvikling	10	O-trolleir 2	Samling i Nordfjord	31 mai - 1 juni	Markane/ Vetem	Sosialt og økt deltakelse/rekruttering. 15 deltakere	Utført. 8 deltakere + dagsdeltakere
Rekruttering	1) Sosialt miljø og motivasjon. 2) Nye utøvarar/rekruttering. 3) Læring og utvikling	11	O-trolleir 3	Pinseløpa Kongsberg	7-9 juni	SFOK	Sosialt og økt deltakelse/rekruttering. 20 deltakere	Ingen deltakere
Rekruttering	1) Sosialt miljø og motivasjon. 2) Nye utøvarar/rekruttering. 3) Læring og utvikling	12	O-trolleir 4	O-Festivalen	20-22 juni	SFOK	Sosialt og økt deltakelse/rekruttering. 20 deltakere	Utført. 12 deltakere
Rekruttering	1) Sosialt miljø og motivasjon. 2) Nye utøvarar/rekruttering. 3) Læring og utvikling	13	O-trolleir 5	Samling i Sogn.	23-24 august	Sogndal	Sosialt og økt deltakelse/rekruttering. 15 deltakere	Utført. 22 deltakere.
Rekruttering	1) Oppleve O og FL. 2) Folkehelse. 3) Økt rekruttering.	14	Skulesprint ved hhv 24 skular i fylket	En dags skulesprint tilrettelagt for alle elever ved 24 skular, lage opplegg til skular og låne ut utstyr		Sogndal, Førde, Vetem, Markane, Askvoll, Breimsbygda og Tambarsjelvar	Opplevelse og folkehelse. 2000 og 200 barn på hhv skulesprint	25 skular og litt over 2400 born
Kompetanse	1) Ein samansveisa gjeng. 2) Nye utøvarar frå krinsen som delt. ved løp utanfor krinsen. Målgrp: Ungdom under 20 år.	15	Idrettens møteplass og høstmøte	Møte i november for å oppsummere sesongen.		Knut Even/SFOK	Klubbutvikling og kompetanse.	Idrettens møteplass er nok historie. Ikkje hatt oppsummeringsmøte i 2025 av denne grunn.
Miljø/rekruttering	Styrke det sosiale miljøet på tvers av klubbane.	16	Felles overnatting på o-løp	Pinseløpa Kongsberg	7-9 juni	Jako/SFOK	Sosialt og miljøskapende	Deltakere frå krinsen, ingen felleopplegg
Miljø/rekruttering	Styrke det sosiale miljøet på tvers av klubbane.	17	Felles overnatting på o-løp	O-Festivalen på Geilo	20-22 juni	Knut Even/SFOK	Sosialt og miljøskapende	Utført. Totalt 36 deltakere
Miljø/rekruttering	Styrke det sosiale miljøet på tvers av klubbane.	18	Felles overnatting på o-løp	O-Ringen Norkjøping	20-26 juli	Knut Even/SFOK	Sosialt og miljøskapende	Deltakere frå krinsen, ingen felleopplegg
Miljø/rekruttering	Styrke det sosiale miljøet på tvers av klubbane.	19	Felles overnatting på o-løp	DM i Odda	16-17 aug.	Jakob SFOK	Sosialt og miljøskapende	Deltakere frå krinsen, ingen felleopplegg
Kompetanse	Auke kompetansen i klubbane	20	Klubbmøte med aktuelle tema	Klubb-krets møte i mars, april og oktober/november		Knut Even ++	Bedre arbeid i klubbane	Ikkje utført. Ingen interesse i klubbane.
Kompetanse	Fleire kvalifiserte trenere og ledere	21	Støtte til kurs i NOF-regi	Økonomisk støtte og økt kompetanse. Støtte etter søknad/dialog med SFOK.		SFOK	Betre kvalitet på trening og i klubarbeid	Utført
Kompetanse	At løypeleggarar sjølv kan teikne og printe kart	22	Kurs, internt SFOK	Løypeteikning Purple pen		SFOK	15 deltakere. Økt kvalitet	Ikkje utført. Ingen interesse i klubbane.
Kompetanse	Fleire kompetente løypeleggarar på løp og trening	23	Kurs, internt SFOK	Løypelegging		SFOK	15 deltakere. Økt kvalitet	Ikkje utført. Ingen interesse i klubbane.
Kompetanse	Minst tre kompetente tidtakere i alle delane av krinsen	24	Kurs, internt SFOK	Tidtaking Brikkesys	31.05.2025 ifb o-helg Nordfjord	Jakob/SFOK	6 deltakere. Økt kvalitet	Ikkje utført. Ingen interesse i klubbane.

Kompetanse	Heve kvalitet og marknads- føring av tur-o i klubbane	25	Kurs, internt SFOK	Tur-O		SFOK	10 deltakere. Økt kvalitet	Ikkje utført. Ingen interesse i klubbane.
Kompetanse	Fleire kompetente TD-ar	26	Kurs, internt SFOK	TD		SFOK	6 deltakere. Økt kvalitet	Ikkje utført. Ingen interesse i klubbane.
Oppsummering ved sesongslutt:			Positivt:			Utfordringar:		
			Stor deltaking på o-leirar og rekord på HL/OLL. Flott gruppe med ungdomar som har det kjekt ilag.			Fortsatt vanskeleg å få klubbane til å delta/ynskje å ha kurs og opplæring på dei ulike fagfelta vi har.		