



SILPOST

1 – 2014

BRUKTMARKED

Skrautvål idrettslag legg opp til eit bruktmarked søndag 12. oktober med omsetning av brukte overtrekksdresser, konkurransedresser og skitustyr med meir.

Meir info kjem seinare – så følg med på nettsida og facebooksida til idrettslaget

Blide ski-jenter



*Blide jenter serverer saft etter skitrening
Fv. Vilde Marie Thon Christensen, Andrine Hagali og Emma Thon.*

GOD SOMMER!



Lederen

HAR ORDET

Var du på årsmøtet i idrettslaget? Neppe. Det var ikke så mange der. Vi har drøyt 300 betalende medlemmer i laget, men vi var en 12-13 personer. De fleste oppfatter årsmøter som relativt kjedelige og forutsigbare, og dermed blir det lav oppslutning. I tillegg er kanskje noen bekymra for å bli valgt inn i ette eller annet som en ikke har tid til? Det skal du ikke være bekymra for. Alle som velges inn på årsmøtet er forespurt på forhånd. Men nok om gode grunner til å møte på årsmøtet.

La oss heller ta kortversjonene av det som skjedde der; Årsmøtet innledes stort sett med et tilbakeblikk på aktiviteten i året som gikk. Den viser at vi holder bra trøkk i langrenn og skiskyting med 15-20 på skiskyttertreningene og 70-80 på skitrening. Her tror jeg vi har fått til noe bra, der de yngste møter opp for å lære å gå på ski. De eldste kommer på trening for å bli gode skiløpere. Kombinasjonen er bra, og dermed har vi trolig Valdres mest robuste langrennsmiljø. I fotball er aktiviteten god blant de yngste, dvs knøttelaget. Det er naturlig at vi opprettholder aktivitet der, men de eldre vil spille i større miljø, og får anledning til det på Fagernes. Friidrett kutter vi ut som egen aktivitet i laget nå. Vi var prisgitt samarbeidet med Fagernes, og dermed er det like greit at de som vil trene aktivt i friidrett blir med der. Det blir på samme måte som de som går på ski hos oss fra andre bygder. Visste du forresten

at vi er i gang igjen med håndball? Inger Marie Gigstad har startet opp ei gruppe for de yngste. Ta kontakt med henne dersom junior er interessert. Trimgjengen holder i gang turpostene, og de har bra besøk sommer og vinter. Sjekk nettsida vår www.skrautval.no så finner du fine turmål for sommeren – trolig blir det ett eller to nye turmål dette året. På nettsida kan du også se at vi har allidrett for de yngste med Britt Helen Thon som gir et bredt tilbud på torsdager i vinterhalvåret med oppstart etter høstferien.

Deretter er det regnskap, og det viser at inntekter og utgifter balanserer med snaut kr. 700.000 i året. Utgiftssida blir litt større neste år fordi vi ønsker å rehabilitere skiskytteranlegget vårt litt, og i tillegg lage lysløype i den 1,3 km lange runden bortom Børseknækker'n. Mye penger – men med god dugnadsånd så går det bra. I tillegg er det viktig å holde øyne og ører åpen for mulige tilskuddsordninger som en kan søke på.

Årsmøtet avsluttes med valg – og til tider har valgkomiteen litt hektisk aktivitet, men det er jo bare en gang i året. For å prøve å forenkle arbeidet i gruppene nå så slår vi sammen all økonomistyring og kassererfunksjoner i laget. Da blir det litt mindre å passe på i gruppene, og mer tid til å drive aktivitet. I tillegg vil gruppene samarbeide for å skape mer robuste enheter – blant annet så vil langrenn/skiskyting fungere som ei gruppe nå fremover.

Det var kortversjonen av årsmøtet. Oversikt over de som leder laget kan du finne et annet sted her i SIL-posten. Bli med på neste årsmøte, eller bli med som

tillitsvalgt i laget når valgkomiteen ringer deg. Husk turpostene .

God sommer!

Martin



Disse leder laget

	Navn	På valg	Funksjon
Hovedgruppa	Martin Sæbu	2015	Leder
	Ivar Svensson	2015	Styremedlem
	Erland Hovrud	2016	Marked og økonomi
	Henning Gladheim	2016	Sekretær
	Inger Helene Nybråten	2015	Styremedlem-SILpost
	Haldor Berger	2016	Styremedlem-anlegg
	Knut Skattebo	2015	Vara
Skigruppa	Lars Christensen	2015	Kontaktperson langrenn
	Arne Olav Brenna	2015	
	Aud Aamodt	2016	
	Per Arne Magnussen	2016	
Skiskyting	Steinar Lyseng	2015	Kontaktperson skiskyting
	Ivar Svensson	2016	
	Svein Tvenge	2016	
Trim	Marianne Bakkene Myhre	2015	Kontaktperson trim
	Irene Strand	2015	
Fotball	Marianne Hellen	2015	Kontaktperson fotball
	Halgeir Skrautvol	2016	
Håndball	Inger Marie Gigstad	2016	Kontaktperson håndball
Allidrett	Britt Helen Thon	2016	Kontaktperson allidrett
Revisor	Ann Kristin Bakkene	2015	
	Olav Tronrud	2016	
Valgkomiteen	Morten Lyseng	2015	Vara
	Kjersti Bakken Hansen	2016	
	Sissel Bergsbakken	2015	
NM fond	Øyvind Langseth	2015	

MELLERUNDA



Her er årets Mellerunde i gang.



Gunhild Rogstad Storsæter i fint driv mot mål, med vesle Selma i pulken.



Sivert Strand



Irene Strand



*Martin Myrland
Skrautvol og Bjørn
Myrheim*



Ragnhild Gilen og Grete Jorun Engen

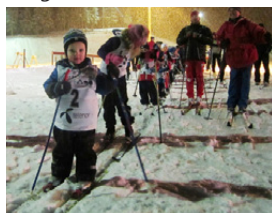


KLUBBRENN



Marius Lyseng har gitt alt på klubbrenn.

Brage er klar til start.



Klar - ferdig - GÅ!



Klare for vaffel og saft.



Skisesongen 2013–2014

Det er vår i bygda og snøen har tatt seg noen måneders pause, men allerede nå begynner vi så smått og legge planer for kommende sesong. Likevel koster vi på oss et kort tilbakeblikk på sesongen som er gått.

På skitrening har det vært jevnt over 50-70 deltakere hele sesongen igjennom. Vi startet med barmarkstrening første tirsdag etter høstferien, og med bare en avlysning pga. kulde har det blitt mange fine kvelder med skitrening. Det gode samarbeidet med Rogne resulterer i at vi har 6-7 trenere fordelt på 4-5 grupper. Takk til trenere Kjell Melbyråten, Atle Rosendal, Irene Øygard, Martin Sebu, Håvard Nyhagen, Stian Rosendal, Inger Helene Nybråten og Ola Kjørli. Dette er et unikt treningsmiljø som vi håper vi kan ta vare på fremover. På siste skitrening gikk vi opp til Olabu ved Engenstølen. Der var det skileik og formel åpning av den koselige varmebua. Det var pølser og saft til alle, sponset av Rema 1000. I overkant av 80 barn og voksne tok turen mot skardåsen denne fine ettermiddagen. Vi starter opp igjen til høsten, da sender vi ut info om høstens aktivitet. Da åpner vi for 2007 årgangen og eldre. Informasjon legges også ut på www.skrautval.no og www.facebook.com/skrautval

Rundt 80 store og små skiløpere deltok på klubbrenn igjennom vinteren, både fra Skrautvål og Rogne. Det ble arrangert 6

klubbrenn denne sesongen, både i klassisk og fristil. Det gikk med mange liter med vaffelrøre og mange krus med saft. Siste klubbrennet kjørte vi Telenorkarusell ski-cross med premie til alle. Takk til alle foreldre som stiller opp i kiosk og i rennet generelt. Info om klubbrennene neste sesong legger vi ut på nettsida når vi kommer så langt.

Skrautvål il har deltakere på alle nivå av skirenn. Ca 20 løpere har deltatt utenom Skrautvål i sesongen, og 10-11 av disse går relativt jevnlig. Mange gode resultater og mye moro rundt rennene har det vært. Artig å se flere nye skiløpere i de yngste klassene på Skrautvålsrennet, som ble arrangert i strålende vær 8. mars. Vi ønsker oss flere deltagere fra skrautvål il på de lokale skirennene som blir arrangert rundt omkring i Valdres. Dette er artig og sosialt, ikke bare konkurranse-jag.

Vi gratulerer alle som deltok på renn eller trening, stort eller lite, og ønsker dere velkommen tilbake til høsten. Vårt mål er at alle som har lyst skal ha et treningstilbud i Skrautvål, og kunne lære å gå på ski og kunne utvikle seg som skiløper med utgangspunkt i egne mål og ambisjoner.

Da er det bare å glede seg til neste sesong! God sommer.

**For skigruppa
Lars Christensen**





Skiskyttersesongen

Skiskyttersesongen 2013-2014 er over, og vi kan se tilbake på nok en god sesong for Skrautvål IL.

Vi har i år gjennomført treninger på mandag og onsdag. Ottar Øygard har vært trener for skiskytterne denne sesongen. På enkelte treninger har vi vært oppe i 22 deltakere fra 8-17 år. Vi håper vi kan opprettholde dette gode miljøet i mange år framover.

Vi har også gjennomført to klubbrenn sammen med Øystre Slidre skiskytterlag. Dette er god trening og er noe vi vil fortsette med neste sesong.

Det er mange av våre skiskyttere som deltar på renn. Vi nevner spesielt Marit

Øygard som vant Hovedlandsrennet, og broren Harald som ble Norgesmester. I slutten av mars ble kretsmeesterskapet i fellesstart gjennomført i Valdres skisenter. Der vant Vegar Sebu sin klasse. På Liatoppen stilte vi med elleve løpere. Det var en flott helg med mange gode prestasjoner. Vi håper at enda flere vil prøve seg i løp neste sesong.

Takk til Ottar for gode treningsøkter.

Vi takker for en fin sesong og ønsker alle en god sommer!

Skiskyttergruppa.

Dei yngste med premiane sine, nesten alle er med på bildet...



Ski- og skiskytteravslutning

Rundt 70 av 90 deltagere på sesongens klubbrenn og ca. 20 skiskyttere møtte opp for å få sin velfortjente premie torsdag 8. mai. Om lag 150 mennesker var til stede på denne mai-kvelden i Skrautvål grendehus. Tusen takk til alle som bidro til å gjøre dette til en trivelig kveld. Takk også til butikker og bedrifter i lokalmiljøet som stiller velvillig opp med gevinster til utlodning. Kaffe, kaker, saft og åresalg er velkjente ingredienser i tradisjonell skiavslutning i Skrautvål.

Ski/skiskyttergruppa

Ola Steinsli fekk Jens!



Sander B. Rosendal fekk Bjørnshagens Pokal, Inger Brenna fekk Rapp-pokalen langrenn og Harald Øygard fekk Rapp-pokalen skiskyting.



Marit Øygard, Vegard Sæbu og Harald Øygard fekk blomster for gode resultater i skiskyting i vinter!



Fellesbilde av skiskyttarane med sine premier.



Dei eldste med sine premiar.

Utdeling av pokaler fra Valdresmesterskapet i stafett



*Oscar Moberg og
Christian Thon
Christensen*



*Vilde Thon Christensen,
Sunniva Bakkene Myhre
og Maria Brenna.*



*Karoline Myrvold,
Maria Rosendal og
Maria Brenna.*



*Vegard Sæbu, Vidar
Brenna og Eirik Sundheim
Magnussen.*



Forøyde stafettdeltakere fra Skrautvål. Sander Rosendal er ikke med på bildet.

VM-Stafett- skigruppa

Det ble storeslem til Skrautvål il under Valdresmesterskapet i langrenns-stafett på Åsemyra lørdag 29. mars 2014. En fantastisk gjeng tok med seg 4 gull og 2 sølv til Skrautvål il.

Lagoppstilling Skrautvål il Valdresstafetten 2014:

Karoline Myrvold 2002 - Maria Rosendal 2003 - Maria Brenna 2001

Kl 37 år Jenter –samlet 36 år Gull/pokal
Vilde Marie Thon Christensen 2005 -
Sunniva Bakkene Myhre 2005 - Maria
Brenna 2001

Kl 31 år Jenter samlet 31 år Gull/pokal
Christian Thon Christensen 2002 - Oskar

Moberg 2003 - Tinius Sundby Jacobsen
2001

Kl 37 år Gutter – samlet 36 år Gull/pokal
Eirik Sundheim Magnussen 1999 - Vegard
Sebu 1999 - Vidar Brenna 1999

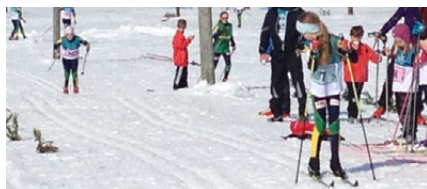
Kl 45 år Gutter – samlet 45 år Gull/pokal
Theodor Kvisgaard Skjel 2004 - Martin
Skrautvol 2002 - Tobias Gigstad Bergene
2005

Kl 31 år Gutter – samlet 31 år Sølv
Sander Rosendal 2000 - Vemund Sund-
heim Magnussen 2001 - Thomas Ringen
2001

Kl 45 år Gutter – samlet 40år Sølv



Theodor sender ut Martin på andre etappe i gutter maks 31 år.



Sunniva står og venter på Vilde Marie som er på full fart inn til veksling i jenter maks 31 år.



Sølvgutta fv. Tobias Gigstad Bergene, Theodor Kvisgaard Skjel og Martin M. Skrautvol.



Gullgutta bak fv. Eirik Sundheim Magnussen, Vidar Brenna og Vegard Sæbu. Sølvgutta foran fv. Thomas Ringen, Vemund Sundheim Magnussen og Sander Rosendal.



Gulljentene fv. Vilde Marie Thon Christensen, Sunniva Bakkene Myhre og Maria Brenna.



Gulljentene fv. Maria Brenna, Maria Rosendal og Karoline Myrvold.



Gullgutta fv. Tinius Sundby Jacobsen, Oskar Moberg og Christian Thon Christensen.

Valdres Ski

Skrautvål har bidratt med 9 løpere i Valdres Ski-gjengen i sesongen som gikk. Løperne var: Maria Brenna, Vidar Brenna, Vegard Sæbu, Vemund Magnussen, Eirik Magnussen, Tomas Ringen, Sander Rosendal, Tinius Sundby Jacobsen og Malin Tvenge. Denne gjengen i regi av Ola Kjørli og Håvard Nyhagen har hatt 2 fellestreninger i uka og helgesamlinger en gang i måneden, sammen med VS-gruppa.

Det har vært mange gode resultater fra denne gjengen i løpet av sesongen.

I skrivende stund er det kun få dager igjen til årets avslutning/KICK-OFF på Beitostølen/Valdresflya, der gjengen skal på ski første økta og barmark 2 økt.

Det blir også et besøk på Peppes i denne anledningen. Det vil sikkert melde seg på noen flere første års utøvere fra Skrautvål, da 2002-modellene har mulighet for å være med på Valdres Ski dette året.

Hopp i det!! Det er gøy å trene på ski!!

Valdres Ski-kontakt
Per Arne Magnussen

Sander B. Rosendal vant Bjørnshagens pokal

Bjørnshagens pokal er en innsatspokal for yngre løpere, og pokalen er innstiftet av to av lagets æresmedlemmer; Ivar og Ola Bjørnshagen. I år gikk pokalen til Sander Rosendal som denne sesongen har deltatt i gutter 14 år. Sander viser god treningsiver, og han har fin fremgang i sporet. Av årets resultater kan vi nevne 4. plass under KM sprint, 25. plass i Ungdommens Holmenkollrenn (med over 300 i klassen), nr. 18 i

Ungdomsbirken og 6. plass i Toten-bank cup. I tillegg spiller Sander mye fotball for Fagernes G14, og han har spilt på storsone-lag. Det blir spennende å se når han kommende sesong skal konkurrere i gutter 15 år, og de skal gå 5 km distanse. Vi gratulerer Sander og ønsker ham lykke til i sesongen 2014-2015

Skigruppa.

Årets Rapp

Inger Brenna tok nok et napp i årets Rapp-pokal. Dette var napp nr 2 i sin andre pokal.

Inger har hatt nok en flott sesong, og vi kan nevne en 9plass og 12plass i Junior Norges-Cup som beste resultater i vinter.

Inger har deltatt i samtlige NC renn i vinter, hele 10 løp.

Vi gratulerer Inger som årets Rapp.

Skigruppa.

Fotball

For tiden har vi bare et knøttelag med i serien, men alle spillerene er med og viser stor glede over å få spille. De har i år deltatt på DNB-Cupen og begynt serien, allerede seks kamper unnagjort. (Kamp annenhver torsdag, og da spiller de to kamper samme dag). De spiller også seks

kamper etter sommerferien. I tillegg er det knøttetturnering i Øystre.

Fotballgruppa ønsker alle en riktig god sommer!!

Marianne



Spente knøttespelarar i DNB-Cup: Fv. foran: Anette, Andreas, Eirik, Sander og Adrian. Fv. bak: Eline, Maria og Vilde.

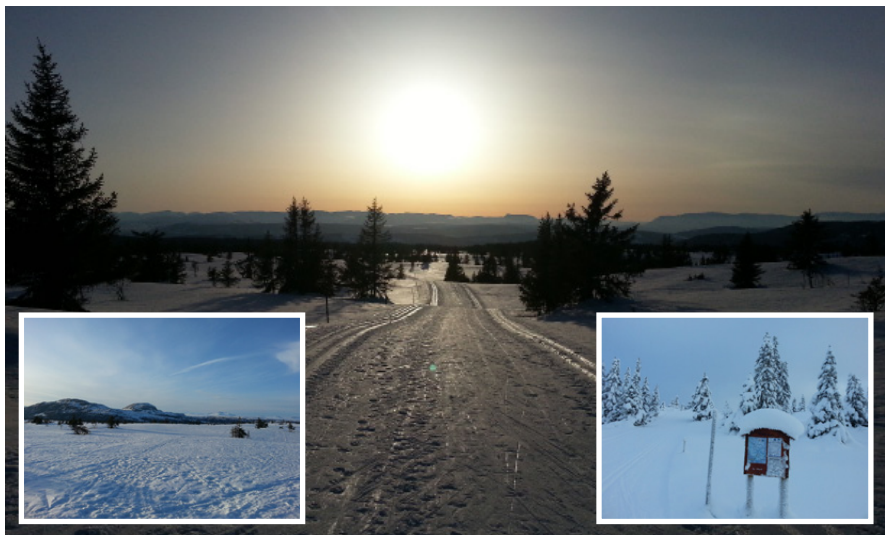


Kampen i gang.



Venter på premie.

Trim/friidrett



I år som så mange år før, har Skardåstrimmen vært ett populært turmål.

Det var ca 3800 navnetrekk i bøkene som ble lagt ut. Av disse var 142 voksne som hadde 5 turer eller mer og 19 barn (alder t.o.m. Ungdomsskolen) som hadde 3 turer eller flere.

Det var mange som hadde brukt løypene flittig. Vi såg tall på både 70 og 80 turer.

Trekning av Skardåstrimmen ble foretatt på skiavslutningen 8 mai. Vinner for barn,

Gavekort kr 1000.- fra G-Sport Guro Engen. Trøstepremier: Elias Wang og Linn Therese Helgesen. Vinner for voksne, Gavekort fra G-Sport: kr 1000.- Jostein Masdal. Trøstepremier: Henning Gladheim og Marit Hansegård.

Til sommeren blir det også turmål som

i fjor. Bøker blir lagt ut og trimkort som må leveres når 5 turmål for voksne og 3 for barn er gjennomført.

Det vil bli bøker å finne f.o.m.15.juni. Bøkene vil ligge ute frem t.o.m. 6. oktober.

Det vil bli 6 turmål å velge mellom i år. For å være med i trekningen må voksne ha vært på 5 turer og barn 3 turer. Årets turmål er: Leirin, Trugebakk, Skardåsen, Svarthamarknatten, Fulsennknatten og Hovsjøen.

Ha ein flott tur sommar. GOD TUR

For de som ønsker å delta på friidrett er det bare å melde seg inn i Fagernes IL Friidrett. Treningstider ligger på deres nettsider.

**For trim/ friidrett
Marianne og Irene**

SOMMERTURSMEN 2014

SKRAUTVÁL DRETTSLAG



Styr nafnet ditt í boka. Númerið ved ditt nafni skrifar du í lokanna – Nr. – þú
aritst sem du þar með segir.

För á vopre med í betringun om gæfukor frá Inger Helene G-sport ná voluene
na besatt 5, og kom (Loun. ungdomsskole) ná ta voprt på 3 valgrite turnid.

Når du har glemsnatl dine turner kom arlist leveres til Inese Strand eller
sendes til Tingruppa vifrene Strand, 2917 Skarabek. Det er ugall nauig å
sende det på e-post til inestrand@skrautval.com. Skjona limer du i
postkassene på turnidene eller på vår hjeemsiste.

Frid for inntevring er 5. oktober 2014.

GOD TUR!

Turnid	Nr. i boka
Leirin	
Trugebakk	
Skarabek	
Hovsjøen	
Svarthamarlonatten	
Fullseamlonatten	

Se vår hjeemsiste www.skrautval.no for mer info og besokvelse av turnida.

Namn: _____

Alder: _____

E-postadr: _____

TT: _____

JERN-INNSAMLING

Arne Olav Brenna har ordna ein kontainer som står heime hjå han.

Det som skal leverast lyt vera fritt for olje. Hjul frå bilar kan ikkje leverast.

Ved levering av større ting, ta kontakt med Arne Olav tlf. 908 84 119.

Inntektene frå innsamlinga går til idrettslaget.

Vil du gi din støtte til Skrautvål idrettslag?

Grasrotandelen er en ordning fra Norsk Tipping, hvor du som registrert spiller kan velge ett lag eller én forening som du ønsker å støtte – din Grasrotmottaker. Vi oppfordrer det til å støtte oss i Skrautvål idrettslag!

Tenk deg at du kan spille favorittspillene dine – Lotto, Tipping og Joker for eksempel – og samtidig gi noe mer til det laget eller den foreningen du selv ønsker å støtte. Dette er nå mulig via Grasrotandelen. Ved spill hos Norsk Tipping vil 5% av innsatsen gå direkte til ditt lag eller forening (gjelder ikke Extra og Flax).

Merk at Grasrotandelen ikke på noen måte går ut over innsatsen eller premien din – du blir ikke belastet noe for å være grasrotgiver.

Du trenger Norsk Tipping Spillerkort for å knytte deg til Grasrotandelen. Spillerkort får du kjøpt hos kommisjonær, eller du kan bestille det på www.norsk-tipping.no

Vi oppfordrer deg til å knytte deg til ordningen allerede i dag, og du gjør det på en av følgende måter:

1. Hos kommisjonæren: Ta med deg strekkoden og ditt spillerkort til en av Norsk Tippings mange kommisjonærer.
2. SMS: GRASROTANDELEN 983577326 til 2020 (tjenesten er gratis).
3. Internett: grasrotandelen.no eller norsk-tipping.no
4. Norsk Tipping Mobilspill.

Mer informasjon finnes på www.grasrotandelen.no

Her vil du også kunne følge med på hvor mye Grasrotandelene genererer for de enkelte Grasrotmottakerne.



GRASROTANDELEN 

Skrautvål idrettslag Organisasjonsnummer: 983577326



32774983577326