



SILPOST

1 - 2017

KNØTT I GANG



3'er fotball på DnB-cup. Fv. Torjus Nythun, Vette Gigstad og Brage Lyseng Døvre (med ballen).

Meir knøtt på side 6-7

GOD SOMMAR!



Lederen

HAR ORDET



Vinteren er historie, og det er også skiløyper og vinteraktivitet. Vi kan se tilbake på et bredt aktivitetstilbud som fanger mange. Det er sterke og gode tradisjoner å ta vare på, og det er artig å oppleve at mange foreldre tør å ta utfordringen og blir med som skitrener og aktiviteter for egne og andres barn. Det gir et bredt aktivitetstilbud med god kontinuitet.

Løypenettet har hatt høy kvalitet, og Leirin skiløyper tok godt vare på snøen denne vinteren. Vi var av de få skidestinasjonene som kunne tilby relativt stabile vinterforhold fra november til etter påske. På de beste helgedagene var parkeringsplassen i skisenteret i minste laget. Det er artig at løypenettet brukes av hele Valdres, unge og gamle. Vi oppfordrer alle som bruker løypenettet om å støtte Leirin skiløyper når giroen kommer i postkassa. Vi har et suverent løypeselskap som i svært stor grad driftes på bakgrunn av denne støtten, og med tilstrekkelig ressurstilgang kan de fortsette å kjøre førsteklases løyper.

Årsmøtet gav ikke mange overraskelser, men det er alltid gledelig å høre årsmeldinger med rapporter om god breddeaktivitet og imponerende resultater. Det er også gle-

delig å registrere at vi har noen svært stabile frivillige som tar gjenvalg år etter år, og gjør en fantastisk innsats for laget og for bygda. Det er ei glede å være leder i et lag med en slik sterk tradisjon og kultur. Hjertelig takk til alle som bidrar!

Nå er knøtte-laget godt i gang, og turnering er gjennomført. Vi ønsker dette sjarmerende og innsatsfylte laget lykke til, og håper dere får gode opplevelser på fotballbanen. Jeg oppfordrer også alle til å delta på sommer-trimmen som trim-gruppa arrangerer. Det er flotte turmål, noen kjente og noen nye. Gå inn på skrautval.no og finn turbeskrivelser og skjema.

God tur og god sommer!

Martin



SpareBank
HALLINGDAL VALDRES

Vår hovedsponsor

Disse leder laget

	Navn	På valg	Status
Hovedgruppa	Martin Sæbu (leder)	2019	
	Ivar Svensson	2019	
	Fritz Østby	2018	
	Inger Helene Nybråten	2019	
	Trine Nythun	2018	
	Atle Rosendal	2019	Varamedlem
Skigruppa	Lars Christensen	2019	Kontaktperson langrenn
	Haakon Bergene	2019	
	Bente Stokkebryn Rustøe	2018	
	Vebjørn Johansen	2018	
Skiskyting	Ivar Svensson	2018	Kontaktperson skiskyting
	Svein Tvenge	2018	
Trim	Marianne Bakkene Myhre	2018	Kontaktperson trim
	Aud Irene Lyseng	2019	
Fotball	Sissel Døvre	2019	Kontaktperson fotball
	Halgeir Skrautvol	2018	
Håndball	Inger Marie Gigstad	2018	Kontaktperson håndball
Allidrett	Britt Helen Thon	2018	Kontaktperson allidrett
Revisor	Gro Dale Lyseng	2019	
	Olav Tronrud	2018	
Valgkomiteen	Gunhild Rogstad Storsæter	2019	
	Sissel Bergsbakken	2019	
	Kjersti Bakken Hansen	2018	

Trim/friidrett

Skardåstrimmen 2016/17

Sesongen for Skardåstrimmen vart god og lang i år. Dei første skreiv seg i boka 11. november, og vi har fått rapportar om turar til toppen gjennomført på ski langt ut i mai. Pr. 10. mars var det rundt 3900 namnetrekk i den første boka. Det er 300 fleire enn heile sist vinter. Den andre boka er pr. dags dato ikkje teke ned, men eg reknar med at vi kan legge til minst 1000 namnetrekk til dette året. Trekninga av premiane vart gjort på skiavslutninga i Skrautvål 4.5.17 blant deltakarane som hadde levert inn utfylte turskjema. Kravet for å vera med i trekninga er at vaksne har gjennomført fem turar på Skardåsen i løpet av sesongen medan barn (t.o.m. 10. klasse/16 år) må ha tre turar. 31 vaksne og 8 barn leverte inn skjemaet sitt. Hovudpremien for både vaksne og barn er eit gavekort på kr. 1000,- frå G-sport. I tillegg trekker vi fire trøstepremiar.

Vinnar hovudpremie vaksne:

Marie Asheim.

Trøstepremiar: Gunhild Rogstad Storsæter og Oddbjørn Thon.

Vinnar hovudpremie barn:

Birk Tvenge.
Trøstepremiar: Linn Therese Helgesen og Eirik Asheim Remmen.

GRATULERER!



Marianne Bakkene delar ut premien til vinnaren av Skardåstrimmen for barn, Birk Tvenge. Aud Irene Lyseng til venstre.



Utsikt frå Reinehamaren.

Sommartrimmen 2017

Vi organiserer sommartrim i år òg, og satsar på at bøkene på dei seks turmåla er på plass i løpet av første veka i juni. Det vil i år vera operative kasser på:

- Bilehus (parkering Valdres skisenter)
- Hoksetberget (parkering bommen ved stølsvegen ovanfor Valdres skisenter)
- Skardåsen (parkering Grøslia)
- Valegro (parkering Vingaråsen)
- Fullsennknatten (parkering Raneistølen)
- Reinehamaren (parkering Susstølen)

Bøker og turskjema vil ligge i alle kassene. For å vera med i trekninga av premiar, er reglane dei same som for Skardåstrimmen. Du må levere inn utfylt turskjema, og vaksne må ha gjennomført fem turmål og barn tre.

For meir informasjon om turmåla og når dei er klare for besøk, følg oss på Facebook eller sjå nettsida til Skrautvål IL, www.skrautval.no

GOD TUR OG GOD SOMMAR!

Trimgruppa ved Aud Irene Lyseng

SOMMERTRIMMEN 2017

SKRAUTVÅL IDRETTSLAG



Skriv dato og navn i boka på turmålet og på ditt eget turskjema.

For å være med i trekningen om gavekort fra Inger Helene G-sport må voksne ha besøkt fem turmål, og barn (t.o.m. ungdomsskole) må ha vært på tre valgfrie turmål.

Når du har gjennomført dine turer kan turskjemaet leveres til trimgruppa v/Marianne Bakkene eller Aud Irene Lyseng. Det er også mulig å sende det på e-post til marianne_bakkene@hotmail.com. Skjema finner du i postkassene på turmålene og på vår hjemmeside.

Frist for innlevering er 13.oktober 2017.

GOD TUR!

Turmål	Dato
Hoksetberget	
Bilehus	
Skardåsen	
Valegro	
Fullsennknatten	
Reinehamaren	

Se vår hjemmeside www.skrautval.no for mer info og beskrivelse av turmåla.

Navn: _____

Alder: _____

E-postadr.: _____

Tlf.: _____



Mikkel
Hamre-
Hagen

Fotball

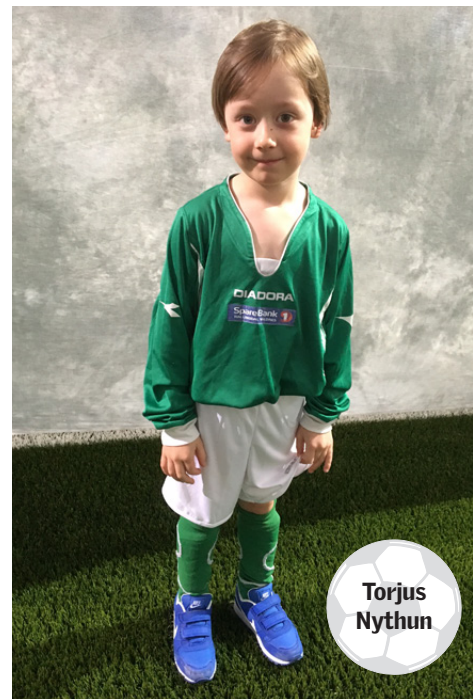


Sesongen starta så smått med to samlinger i gymsalen i forkant av DnB-cup.

Nytt av året på cupen, var at de minste spilte 3'er fotball med vant. Dette var virkelig morsomme og underholdende fotballkamper!

Nå har vi flytta oss utendørs for å fortsette sesongen. Det er treninger på idrettsplassen for barn født 2009, 2010 eller 2011.

*Fotballgruppa ønsker
alle en god sommer!*



Torjus
Nythun



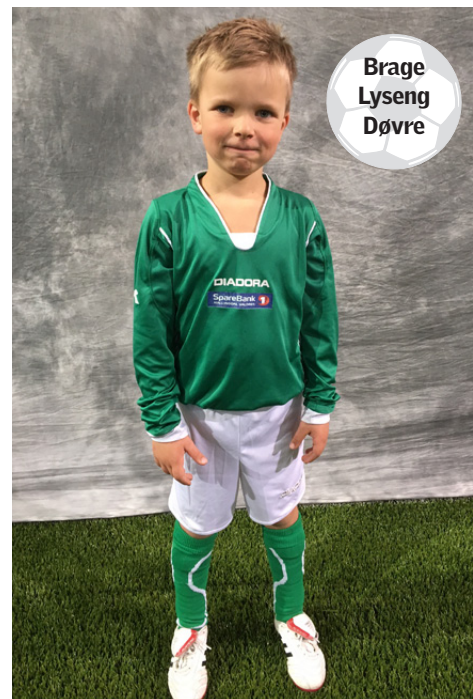
Emil
Fystro
Dokken



Vetle
Gigstad



Benita
Thon
Skrindsrud



Brage
Lyseng
Døvre



Mathias
Bjordal
Thon

MELLERUNDEN

26. februar 2017



Ola Kjørli har gjennomført nok ei Mellerunde.



Ivar Bjørnshagen mot mål. Han har gått alle Mellerundene, som har vore arrangert!



Ola Lyseng har og gått Mellerunden alle gongene!



Starten på Mellerunden

Mellerunden 2017 ble et flott arrangement med bra vær og godt føre. Det var 123 på startstreken i år, og det er litt færre enn tidligere år. De store turrennene viser også en betydelig nedgang i antall deltakere, så dette er ikke så overraskende. I tillegg fullførte nærmere 100 trimmere 15, 30 eller 44 km. Blant disse var Ola Lyseng, Ivar Bjørnshagen og

Svein Harald Hegge som har deltatt i samtlige renn siden starten i 1971. I år som i fjor var det stakerne som dominerte herreklassen, men løyperekorden fra fjoråret på 2:01:23 var aldri truet. Nærmest kom Jonas Nermoen fra Etnedal Skilag på tida 2:07:09. Raskeste kvinne ble Marit Vala fra Rustad il på tida 2:37:52.



Vegard Sæbu mot mål.



Knut Arne Fjelltun og Ståle Engen mot mål.



Stian Ulberg med «Fan-klubb»



Ingrid Rogstad vel i mål.



Sigve Ulberg og Birk Tvenge i mål, spreke gutar!



Inger Brenna, Synne Marie Tvenge og Hege Snortheimsmoen gjekk Mellerunden i lag.

Skisesongen 2016-17

På skitrening har det vært jevnt over 40-60 deltakere gjennom hele sesongen. Vi startet med barmarkstrening første tirsdag etter høstferien. Takk til trenere Atle Rosendal, Stian Ulberg, Reidar Lyseng, Håvard Nyhagen, Frode Helle, Inger Helene Nybråten, Inger Marie Gigstad Bergene, Ola Kjørli, Vebjørn Johansen. Dette er et unikt treningsmiljø som vi håper å ta vare på fremover. Velkommen tilbake til høsten. Vi åpner da for 2010 årgangen og eldre. Informasjon legges også ut på www.skrautval.no og www.facebook.com/skrautval

Rundt 90 store og små skiløpere deltok på klubbrenn igjennom vinteren! Det ble arrangert 7 klubbrenn denne sesongen, både i klassisk, fristil enkelstart og ski-cross. Siste klubbrennet kjørte vi Labb og Line renn med premie til alle, fra vår hovedsponsor Sparebank1. 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.

Skrautvålrennet ble arrangert 18. februar med rundt 70 deltakere. Flotte forhold i skisenteret og bra deltagelse til tross for at vi i år ikke ble tildelt Opplands cup i langrenn. Viktig renn for rekrutering!

Vi klarte å stille 7 lag til Valdresmesterskapet i stafett på Leirskogen i år! Fantastisk fint vær og masse godt humør gjorde dette til en super dag for både liten og stor. Vi gleder oss til stafetten neste sesong!

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.

God sommer.

Skigruppa.

Valdresmesterskapet i stafett på Leirskogen 11.03.2017



*Skrautvål sitt jentelag (max 13 år) vann sin stafett!
F.v. Anna Rosendal, Eline Gigstad Bergene og Maria Svensson*



Valdres Ski



Skrautvål har i sesongen 2016/2017 hatt med følgende løpere på Valdres Ski:

Christian Thon Christensen, Maria Brenna, Martin Skrautvål, Even Svensson, Maria Rosendal.

Dei har hatt skitrening , saman med rundt 15 andre skiløparar frå klubber

rundt omkring i Valdres, kvar tysdag og torsdag i Valdres Skisenter og i Leirin's fantastiske løypenett. Takk til trenarane Ola og Håvard som held kontinuitet på treningane heile vinteren igjennom. Valdres ski kjøyrer treningar tysdag og torsdag fram til sommarferien, og starter opp

att med treningar veka før skolestart. Frå mai 2017 har også 2005 årsgangen mulighet til å vera ein del av dette gode tilbudet.

Helsing
Ski/Skiskyttergruppa

Skrautvålrennet



Spente skiløperar og foreldre.



Astrid Rosendal



Sigve Ulberg



Hanna Voytovich



Even Svensson



Eline Gigstad Bergene



Premieutdeling, Sigve Ulberg og Jøger Rognås Meisdalen er fornøygde.



Martin Skrautvol



Christian Thon Christensen



Premieutdeling, f.v. Eline Gigstad Bergene og til høyre Christine Lyseng Døvre.



Premieutdeling, f.v Birk Tvenge og Hallgrim Stokke.



Tobias Gigstad Bergene



Vilde Marie Thon Christensen



Premieutdeling

Siste klubbrenn

23.03.2017



Klar, ferdig, gå!



Tinde Nythun Helle og Emma Christin Kvien Bragerhaug i skicross-løypa.



Marius Lyseng og Tobias Gigstad Bergene ferdig oppvarma.



Eline Gigstad Bergene på start.



Christine Lyseng Døvre mellom Labb og Line.



Selma Storsæter mot mål, bestemor Ingrid held nesten følge.



Andreas Bakkene Myhre.



Jøger Rognås Meisdalen.



Fride Nythun Helle liker klubbrenn!



Anne-Sophie Sveen klar på start.



Inger Brenna, Maria Svensson, Eline Gigstad Bergene og Maria Brenna sammen med Labb og Line.



Vilde Marie Thon Christensen, Hanna Voytovich og Linn Therese Helgesen.



Håkon Begene klar til start.



Lars Christensen og Joakim Voytovich i mål.

Siste skitrening 28.03.2017



F.v. Adrian, Kristian, Maria, Hanna, Liva, Linn og Elida.



Astrid og Tinde.



Ventar på veksling, stafett.



Fellesbilde av alle som var på skiavslutning.

Ski- og skiskytteravslutning i Skrautvål il torsdag 4. mai

Tradisjonene tro var det fullt hus på grendehuset i Skrautvål da rundt 70 av 90 deltagere på sesongens klubbrenn møtte opp for å få sin velfortjente premie torsdag 4. mai. Det var nok nærmere 150 mennesker innenfor dørene da premieutdelinga for de yngste skiløperne startet. Det var utvilsomt store øyeblikk da treåringene forsiktig krøp opp på scena for å motta hyllest. Deretter gikk det slag i slag.

Bjørnshagen pokal gikk denne gangen til Maria Rosendal, Rapp-pokal langrenn gikk til Vidar Brenna og Marit Øygard mottok Rapp-pokal skiskyting. 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



2010-årgangen. F.v. Ørjan Sørmoen Dajani, Ottar Rosenlund Johansen, Ørjan Engen, Viljar Rustøe Stensrud, Heine Stokke, Ingeborg Aabol og Øyan Rognås Meisdalen.



2011-årgangen. F.v. Mats K. Aasdokken, Vetle Gigstad, Emil Dokken Fystro, Kristian Thon Fossen, Synne Ulberg, Selma Gigstad Bergene, Brage Lyseng Døvre og Mathias Bjordal Thon.



2013-årgangen. F.v. Amalie Kjerstad, Linda Thon Fossen, Anette Thon Fossen, Ruth Charlotte Nymoen Lyseng, Sebastian Bjordal Thon og Ambjør Aabol.



2012-årgangen.
F.v. Linnea
Fjelltun Styve,
Madeleine
Feuerherrn
Sanne, Martin
Rognås Meisdalen
og Fride Nythun
Helle.



2014-årgangen. F.v. Nora Gigstad, Siril Ulberg, Eili Lauvhaug Brenna og Harald Øygard.



2007-årgangen.
Andreas Bakkene Myhre.



2009 årgangen. F.v. William Voytovich, Astrid Rosendal, Tinde Nythun Helle, Emma Christin Kvien Bragerhaug, Hallgrim Stokke og Birk Tvenge.



2008-årgangen. F.v. Bertheus Rosenlund Johansen, Jøger Rognås Meisdalen, Sander Pedersen Gran, Mikkel Haugen, Sigve Ulberg, Tuva Qvale, Christine Lyseng Døvre og Eline Gigstad Bergene.



2006-årgangen. F.v. Anna Rosendal, Hanna Voytovich, Anne-Sophie Sveen, Hedda Qvale, Elida Rustøe Stensrud, Adrian Pedersen Gran, Kristian Bakken Hansen og Maria Svensson.



2005-årgangen. Marius Lyseng, Vilde Marie Thon Christensen, Linn Therese Helgesen og Tobias Gigstad Bergene.



2004-årgangen. Celine Lyseng Døvre.



2003-årgangen. F.v. Maria Rosendal og Even Svensson.



2002-årgangen. F.v. Christian Thon Christensen og Martin Skrautvol.



2001-årgangen. Maria Brenna.



1999-årgangen. Vidar Brenna.



Guttelaget fra Valdresmesterskapet i stafett! F.v. Christian Thon Christensen, Even Svensson og Tobias Gigstad Bergene.



Desse jentene vann Valdresmesterskapet i stafett! F.v. Anna Rosendal, Eline Gigstad Bergene og Maria Svensson.



Her er dei som har vore med på skiskyting i vinter.



Marit Øygard og Maria Brenna fekk blomster for å ha oppnådd medalje i KM i skiskyting i vinter.



Klasse svært eldre junior. F.v. Joakim Voytovich, Lars Christensen og Håkon Bergene.



Trenarane fekk blomster for innsatsen denne sesongen og! F.v. Irene Øygard, Atle Rosendal, Svein Tvenge, Inger Helene Nybråten, Ottar Øygard, Inger Marie Gigstad med dotter Selma, Reidar Lyseng og Vebjørn Johansen.



Nokre av lagets æresmedlemmar, f.v. Ivar Bjørnshagen, Inger Helene Nybråten, Ola Bjørnshagen og Ottar Haugen.

Svein Tvenge fikk «Jens» 2017



Bronsestatuetten som går under navnet Jens, er idrettslagets hederspris. Den deles ut årlig, og skal være en påskjønnelse for den som yter stor innsats og er et godt forbilde for andre. Statuetten ble i sin tid innstiftet av dr. Carl Isachsen på Fagernes, som fikk statuetten av en dansk soldat som bodde hos ham under 2. verdenskrig.

I år gikk hedersprisen til Svein Tvenge. Svein har hatt ulike oppgaver i skiskyttergruppa gjennom en årrekke, og tek alltid eit tak der det trengs. Han har utallige timer på standplassen som trener og leder, og utøver dette på ein trygg og god måte. Vi gratulerer Svein, og håper prisen inspirerer til fortsatt høgt aktivitetsnivå!

RAPP-pokaler



*Vidar Brenna fekk Rapp-Pokalen i langrenn og
Marit Øygard fekk Rapp-Pokalen i skiskyting.*

Maria 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 Maria Rosendal som i denne sesongen har deltatt i jenter 14 år. Maria viser svært god treningsiver, og deltar i konkurranser både i og utenfor regionen. Hun hadde denne sesongen de beste resultatene i sprint, med blant annet en fin 4. plass i finalen i KM sprinten på Gjøvik. Maria er selvstendig og takler både framgang og motgang på en fin måte. Vi håper pokalen inspirerer til ytterligere satsning, og ønsker Maria lykke til med kommende sesong!



*Ivar Bjørnshagen delte ut Bjørnshagens pokal til vinneren, Maria Rosendal.
Til høyre lagets leder Martin Sæbu.*



Maria Rosendal med diplom og pokal.

Skiskyttersesongen

2016/2017



Fra premieutdeling Hovedlandsrennet Skiskyting, stafett i Meråker. Christian Thon Christensen var med å ta stafett-sølv på Opplands 1. lag!

Enda en vellykket skiskyttersesong er over. Trenere i år også vært Irene og Ottar Øygard og Svein Tvenge. En stor takk til disse tre som har gitt alle løperne mange lærerike økter i løpet av vinteren.

Sesongen ble avsluttet med en helg på Liatoppen. Der fikk klubben mange flotte resultat.

Den 19. mai var vinterens skiskyttre, trenere og foreldre samlet hos familien Øygard for avslutning samt kick-off for neste sesong. Der ble det gjennomført konkurranser, med grilling ut over kvelden. Det ble en super kveld a` la Mesternes mester.

Skiskyttergruppa



Fra samling hos familien Øygard 19. mai.



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