



SILPOST

2 - 2016

HURRA



Glade premiemottakere - flere bilder side 23-27.

GOD SOMMER!



Lederen

HAR ORDET



Vi har igjen avsluttet en vinter med stor aktivitet. Fellestreninger og klubbrenn samler 70-90 deltakere, og det er solid. I tillegg er det et stort apparat med trenere og foreldre som er i sving for å skape gode rammer rundt dette, og vi viser år etter år at her er det aktivitetsstilbud med stabilitet. Vi er svært stolte av denne aktiviteten, og ser at dette er et aktivum for bygda. I tråd med den store skiaktiviteten i laget har vi nå overtatt aksjemajoritet i Leirin Skiløyper AS. Dette gjør vi for å samle vårt engasjement rundt skiaktiviteten i Skrautvål, og sikre at det kan gis et helhetlig tilbud også framtida. Navn og løypenett vil være som før, og vi ønsker å være en aktiv eier som kan være med å videreutvikle dette fantastiske produktet

I etterkant av sesongen har vi drøftet antallet arrangement som vi engasjerer oss i. Denne vinteren hadde vi KM på ski, Mellerunden og Skrautvålsprinten i skiskyting. Totalt fem dager, fordelt på tre helger, med palmelørdag som den mest utfordrende. Vi opplevde nok at det til tider var litt vanskelig å rekruttere nok menneskap til disse arrangementene, og vil vurdere å gå ned til to helger neste år. Vi ønsker å beholde en-

gasjerte foreldre som stiller opp, og da må vi vurdere antall arrangements-helger i tillegg til skitrening, skiskyttertrening og klubbrenn gjennom vinteren. Dette betyr at ett av de tradisjonelle arrangementene våre kanskje utgår kommende sesong.

Ser vi tilbake på vinteren er det gledelig at håndball igjen er en aktivitet vi bedriver i idrettslaget. Inger Marie har samla en flott gjeng som trener og spiller kamper med jevne mellomrom, og dette minner oss om håndball som en stor aktivitet i idrettslaget for 20-30 år siden. Nå er det en pause i sommer, men nye muligheter for å spille mer håndball til høsten. Det er flott at vi kan gi et slikt allsidig aktivitetsstilbud.

Vi ønsker knøttelaget vårt lykke til i kampene i sommer – både på Skørveåsen og andre baner rundt omkring i Valdres-regionen. Jeg oppfordrer dere også til å benytte dere av det fantastiske sti-nettet i Skrautvål Heimås, og besøke turmåla i Sommertrimmen som er bekrevet et annet sted her i SIL-posten.

Du finner også info på www.skrautval.no

God sommer!

Vennlig hilsen Martin

SpareBank
HALLINGDAL VALDRES



Vår hovedsponsor

Årets «Jens»



Jens ble i år tildelt Lars Christensen, og lagets leder Martin Sæbu stod for utdelingen.

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 Lars Christensen. Lars er leder for skigruppa og ordner opp i det meste. Han er trener, leder, informasjonssjef og webredaktør. Lars er god på alt som trengs, og tar ansvar på en slik måte at alle vi andre vet at alle oppgaver blir løst på beste måte. Vi gratulerer Lars Christensen, og håper prisen inspirerer til fortsatt høyt aktivitetsnivå!

Årets «Rapp»



Rapp-pokalen i langrenn ble vunnet av Inger Brenna.

Rapp-langrenn er en pokal for den løperen fra Skrautvål i alder fra og med 13 år og ut juniorklassen som har flest poeng etter endt sesong på grunnlag av et poengsystem. For sjuende gang var det Inger Brenna som sanket flest poeng, og dermed kunne ta med seg pokalen hjem, der det allerede står to Rapp-pokaler som hun har vunnet til odel og eie.

Inger tok poeng i 6 renn, og vant med totalt 21 poeng. Gratulerer!

Trim/friidrett

Skardåstrimmen 2016-16

Skardåsen var òg denne vinteren godt besøkt. Det var omtrent 3600 namnetrekk i bøkene dette året. Trekninga av premiane vart gjort på ski- og handballavslutning 28.4.16 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. 22 vaksne og 2 barn leverte inn skjemaet sitt. Hovudpremien for både vaksne og barn er eit gavekort på kr. 1000,- frå G-sport. I tillegg trekte vi fire trøstepremiar.

Vinnar hovudpremie vaksne: Kjersti Gladheim

Trøstepremiar: Anne Kjørli og Anita Lyhus

Vinnar hovudpremie barn: Vilde Marie og Christian Thon Christensen

Trøstepremiar: Vilde Marie Thon Christensen og Christian Thon Christensen

VIGRATULERER!



Sommartrimmen 2015

Det blir sommartrim i år òg, men på grunn av mykje snø i åsen og på fjellet, er vi litt forsinka i arbeidet med å få ut bøkene. Vi prøver å fornye oss litt i år, og halvparten av turmåla vil slik vera endra frå i fjor. Det vil i år vera operative kasser på:

- Bilihus (parkering Valdres skisenter)
- Leirin (parkering bommen ved stølsvegen ovanfor Valdres skisenter)
- Skardåsen (parkering Grøslia)
- Valegro (parkering Vingaråsen)
- Svarthamarknatten (parkering Svart-hamar)
- 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.

Vi satsar på å legge ut bøkene og turskjema så fort det er mogeleg etter 1. juni. For meir informasjon, følg oss på Facebook eller sjå nettsida til Skrautvål IL, www.skrautval.no

GOD TUR OG GOD SOMMAR!

Trimgruppa ved Aud Irene Lyseng

Vinnarane av både hovudpremiane og trøstepremiane i Skardåstrimmen for barn, vart Vilde Marie og Christian Thon Christensen. Aud Irene Lyseng stod for utdelinga.

SOMMERTRIMMEN 2016

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 vaksne 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 14.oktober 2016.

GOD TUR!

Turmål	Dato
Leirin	
Bilihus	
Skardåsen	
Valegro	
Svarthamarknatten	
Reinehamaren	

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

Navn: _____

Alder: _____

E-postadr.: _____

Tlf.: _____

Fotball

Årets fotballsesong startet for mange tidlig i år. I forbindelse med åpning av hallen på Leira, hadde vi to treninger der allerede i januar og februar.

Nytt i år var at DNB cupen var i Valdres Storhall. Her deltok knøttelaget, og vi håper alle hadde en hyggelig stund med artig fotball.

Nå har sesongen flytta seg ut og noen kamper er allerede unnagjort. Håper alle vil få noen fine fotballopplevelser videre i sommer.

Fotballgruppa ønsker med dette alle en god sommer!



Jentene på trening, f.v. Ingeborg, Eline, Justine og Christine.



Guttene som har pause, Leo og Eirik.



Stafett, Patrick i front med ballen.



Lagbilde Dnb-cup, første rekke f.v. Eirik, Eline, Øyan, Benita, Sander og Ingeborg. Andre rekke f.v. Leo, Malin, Christine, Patrick, Andreas og Sander.

Håndball

Skrautvål J/G 8 år.Vi trener i gymsalen i Skrautvål mandager kl 18-19 og har kamper annenhver onsdag i Valdreshallen. Håndball er gøy!

De som har vært med denne sesongen er: Eline Gigstad Bergene, Sandra Espeseth, Camilla Sørmoen, Annette Voldhaug, Malin Q Thon, Patrick Svanheld Østgård, Andreas Bakkene Myhre og Sander Q Thon.



Skiskyttergruppa



Bildet er i fra KM på Snauhaug 21. februar. På bilde ser vi: 1. rekke fra venstre Eline Gigstad Bergene, Selma Gigstad Bergene, Maria Nilsen Svensson, Tobias Gigstad Bergene og Vilde Marie Thon Christensen. 2. rekke fra venstre: Even Nilsen Svensson, Christian Thon Christensen, Maria Brenna og Vidar Brenna.

Da er sesongen 2015/2016 over, snøen har smeltet i Valdres skisenter. Vi har nok en gang levert gode plasseringer i renn gjennom sesongen. Gruppen av utøvere ligger stabilt på 14 stk.

Sesongens store høydepunkter var nok Harald Øygard sine prestasjoner i VM og Marit Øygard sine resultat under ungdoms OL på Lillehammer. Dette gir de yngre i klubben gode forbilder og økt treningslyst!

Ottar og Irene Øygard stiller alltid opp, sammen med Svein Tvenge er det disse som har vært trenere i år. En stor takk til trenere og foreldre som gjør dette mulig.

Som mål for neste sesong ønsker vi at flere blir med på skiskyting. Vi ønsker å starte opp en skiskytter skole til høsten, så følg med på vår nettside for mere informasjon.

Skiskyttergruppa

Smørekurs i Valdres Skisenter 20.01.16

Morten Tomter fra Rustad jobbar med å teste og smøre ski på høgt nivå. Han kan utruleg mykje om dette og delte sin kunnskap med

oss denne kvelden. Morten held eit interresant og lærerikt kurs for ein veldig engasjert gjeng!



Interresert og engasjert forsamling!



Morten Tomter delte sine erfaringer med oss.



Skismøring og sjokoladecake, ein god miks! Takk for kaka, Elisabeth Brenna!

Maria Brenna vant Bjørnshagens POKAL



F.v. Ola Bjørnshagen, Maria Brenna og Ivar Bjørnshagen.

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 Brenna som i denne sesongen har deltatt i jenter 15 år. Maria viser svært god treningsiver, og deltar både

i langrenn og skiskyting. Hun konkurrerer mer enn de fleste, gjerne et par renn hver helg. Maria er topp motivert 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!

Klubbrenn før feiring av Harald 4. februar



Christine Lyseng Døvre klar til start.



Spente jenter



Fride Nythun Helle



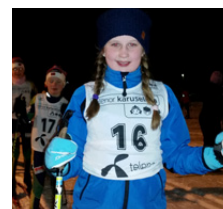
Jørgen Meisdalen Rognås



Tobias Gigstad Bergene



Marius Lyseng



Elida Stokkebryn
Stensrud



Marte Berger



Eline Gigstad Bergene



Marna Svensson



Sunniva Bakkene
Myhre



Linn Lyseng Østby



Nora Rotevatn Dahlen



Vilde Marie Thon
Christensen

Feiring av Harald Øygard

Skrautvål idrettslag inviterte til medaljefeiring av Harald Øygard i klubbhuset torsdag kveld den 4. februar, etter klubbrennet.

Harald tok gull på normaldistansen i Jr.VM i Romania, bronse på jaktstarten og gull på stafetten. Ein fantastisk prestasjon!

Det var fullt klubbhus, taler, utdeling av blomster og treningsstipend, gode kaker og god stemning. Ein fin kveld og ei verdig feiring av Harald.

Vi ynskjer lykke til med neste sesong!



Ordfører Kjell Berge Melbybråten held tale og delte ut treningsstipend frå Øystre Slidre kommune.



Leder i Rogne il, Jon Rabben Lundby (f.v) og leder i Skrautvål il, Martin Sæbu (f.h) held og taler, og delte ut treningsstipend frå desse to laga.



Fullt klubbhus!

i Valdres Skisenter 4. februar



Harald med foreldre og besteforeldre. F.v bestefar Svein, far Ottar, Harald, mor Irene og bestemor Marit.



Harald forsyner seg av marsipankaka Steinar Lyseng f.h. hadde med frå sponsoren vykk.



Populær verdensmester som skriv autografar



Kakekø.



Marius Lyseng likte marsipankaka.

MELLERUNDEN

28. februar 2016

Mellerunden 2016 ble et flott arrangement med nydelig vær og bra føre. Det var omtrent 170 på startstreken i år, og det er litt færre enn foregående år. I tillegg fullførte nærmere 100 trimmere 15, 30 eller 44 km.

Blant disse var Ola Lyseng, Ivar Bjørnsha-

gen og Svein Harald Hegge som har deltatt i samtlige renn siden starten i 1971.

Det var knyttet en viss spenning til om stakerne kom til å dominere resultatlista, og om løyperekorden var i fare. Det skulle vise seg at det er effektivt å stake Mellerun-

den. Håvard Hansen fra Strindheim staket på blanke ski og satte en suveren ny løyperekord på 2.01.23. Dette er nærmere 10 min raskere enn den gamle rekorden til Arne Sand.

I kvinneklassen gikk alle med feste-

smurning, og Maren Wangensteen vant på 2.30.51.

Dermed overlevde Hilde Lauvhaug sin løyperekord fra 2012 på 2.30.17. Det var ellers mange lokale som gikk både med og uten tidtaking, og det er gledelig!



Her er Mellerunden 2016 i gang.



Alle fire spor er i bruk!



Ola Lyseng og Ivar Bjørnshagen har deltatt i samtlige renn siden starten i 1971!



Gunhild Rogstad Storsæter og far Rolf Rogstad.



Systrene Ragnhild Gilen og Grete Jorun Engen fornøygde med været og turen.



Eivind Hauglid og Oddvar Haugli på veg mot mål.



Hanne Alstergren og Erlend Sæbu vel i mål.



Stian Ulberg.



Nr.84 Anita Lyhus, nr. 86 Marte Døvre Holdal, nr. 85 Oddleiv Døvre Holdal og nr. 88 Olga Nyhus.



Eline og pappa Håkon Bergene speidar etter Tobias.



Valdres Ski-løperane f.v.Vegard Thon, Eivor Melbybråten og Lars Bertelrud.



Vegard Sæbu.



Kari Myrland Skrautvol og Guro Engen fornøygde etter dagens Mellerunde.



Vidar Brenna og Sivert Strand i mål.



Fredrik Nyhus og Tobias Gigstad Bergene gjekk runda på 3 mil.



Sander Lyseng og Martin Myrland Skrautvol.



Sunniva og Andreas Bakkene Myhre spurtar mot mål.



Andreas og Sunniva Bakkene Myhre etter innspurten.



Nr. 97 Martin Myrland Skrautvol ut på ny runde, nr. 117 Maria Brenna ut frå start.



Sigurd Øygard i fint driv.



Even Nilsen Svensson ut på ny runde.



Harald Øygard ut frå skyting.



Nr. 366 Inger Brenna.



Startfeltet for dei eldste jentene.



Rolf og Ingrid Rogstad gjer klar premiane.



F.v. funksjonærene Håkon Bergene og Ivar Svensson har full kontroll.



Grilling av hamburger var populært hjå både løperar og funksjonærar. Grillsjef er Inger Marie Gigstad Bergene.

Fra Skrautvålsprinten

19.03.2016



Nr. 263 Christian Thon Christensen og nr. 269 Vegard Thon i gang med sin jaktstart.



Tobias Gigstad Bergene, Even Nilsen Svensson og Vidar Brenna er like blide etter ein lang dag i Valdres Skisenter.



Christian Thon Christensen og Martin Myrland Skrautvol i mål etter jaktstarten.



Vilde Marie Thon Christensen nr. 218 varmar opp til jaktstarten.



Tobias Gigstad Bergene ut frå skyting under jaktstarten.



Christian Thon Christensen ut frå skyting.



Standplass



Even, i mål som vinnar av sin klasse etter jaktstarten. Geir Norling frå Oppland Arbeiderblad til venstre.



Premieutdeling for dei yngste jentene, nr. to f.v. Maria Svensson og nr. fem f.v. Eline Gigstad Bergene.



Bra deltagelse i Skrautvålsprinten og det vart delt ut mange premiar.



Bra stemning på premieutdelingen.

Siste klubbrennet for sesongen i Valdres Skisenter



Skisesongen 2015-16

På skitrening har det vært jevnt over 40-60 deltakere hele sesongen igjennom. Vi startet med barmarkstrening første tirsdag etter høstferien. Takk til trenere Atle Rosendal, Stian Ulberg, Reidar Lyseng, Håvard Nyhagen, Anne Ma Rotevatn Dahlen, Inger Helene Nybråten, Ola Kjørli, Vebjørn Johansen. Dette er et unikt treningsmiljø som vi, i samarbeid med Rogne IL, håper å ta vare på fremover. Velkommen tilbake til høsten. Vi åpner da for 2009 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, både fra Skrautvål og Rogne. Tross utfordrende vær og snøforhold, ble det arrangert 4 klubbrenn denne sesongen, både i klassisk og fristil. 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.

I samarbeid med Rogne il, arrangerte vi KM langrenn distanse denne sesongen. Rennet ble flyttet fra Valdres skisenter til Beitostølen grunnet temperaturprognoser og snaut med snø. Rennet inngikk i Gålåcup i år, og med god lokal deltagelse var det rundt 300 barn og unge som fant veien til Beitostølen skistadion.

Skrautvål il har deltakere på alle nivå av skirenn. Ca 20 løpere har deltatt utenom Skrautvål i sesongen.

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

Valdres ski



Skrautvål har i sesongen 2015/2016 hatt med følgende løpere på Valdres Ski:

Christian Thon Christensen, Maria Brenna, Sander Rosendal, Even Svensson, Maria Rosendal, Fredrik Nyhus.

Dei har hatt skitrening, saman med rundt 15 andre skiløparar frå klubbar rundt omkring i Valdres, kvar tysdag og torsdag i Valdres skisenter og i Leirins fantastiske løype nett. Takk til trenarane Ola og Håvard som har halde kontinuitet på treningane heile

vinteren gjennom. Laurdag 15. mai var det ski-samling i fantastisk vær på Valdres flya. Etter to økter samla alle seg rundt bordet på Peppes pizza. Valdres ski kjører treningar tysdag (Rulleski fra Leira) og torsdag (vekslar mellom myr-intervall og spenst/hurtigheit i Skrautvål) fram til sommarferien, og startar opp att med treningar veka før skulestart.

**Hilsen
Ski/Skiskyttergruppa**

Skiskytteravslutning i kjent stil



Alle som har vært med denne sesongen: Tobias, Vilde Marie, Maria og Eline. Bak: Marit, Sigurd, Mats, Even, Vidar, Maria, Martin og Christian..



KM vinnere i gjennom sesongen – Christian, Inger, Vidar og Even.



Marit Øygard vinner av årets Rapp skiskyting.

Premieutdeling 2016 langrenn



Full jubel på premieutdeling!



Trenerne: Ivar Svensson, Lars Christensen, Ola Kjørli, Inger Marie Gigstad Bergene, Anne Margrethe Rotevatn Dahlen, Vebjørn Johansen, Atle Rosendal, Reidar Lyseng, Ottar Øygard, Irene Øygard og Svein Tvenge.



2001 og eldre: Lars Christensen, Vebjørn Johansen, Atle Rosendal, Håkon Bergene, Vidar Brenna, Maria Brenna



2005: Sunniva Bakkene Myhre, Linda Voldhaug, Marius Lyseng, Tobias Gigstad Bergene, Stine Bergum, Linn Terese Helgesen, Vilde Marie Thon Christenesen



2004: Nora Rotevatn Dahlen, Siri Bakken Hansen, Celine Lyseng Døvre



2003: Mats Bakke Thon, Marte Berger, Even Svensson



2007: Anette Voldhaug, Andreas Bakkene Myhre, Viktor Rotevatn Dahlen



2002: Martin Skrautvol, Christian Thon Christensen



2006: Adrian Pedersen Gran, Anne Sofie Sveen, Anna Rosendal, Hedda Qvale, Magnus Berger, Maria Svensson, Linn Lyseng Østby, Elida Ruste Stensrud, Kristian Bakken Hansen



2008: Tuva Qvale, William Stordegård, Bertheus Rosenlund Johansen, Sander Pedersen Gran, Mikkel Haugen, Jøger Rognås Meisdalen, Christine Lyseng Døvre, Eline Gigstad Bergene



2010: Ørjan Engen, Ottar Rosenlund Johansen, Ingeborg Aabol, Leah Rotevatn Dahlen, Benita Thon Skrindsrud, Øyan Rognås Meisdalen, Heine Stokke



2011: Vette Gigstad, Selma Gigstad Bergene, Brage Lyseng Døvre, Mathias Bjordal Thon, Kristian Thon Fossen, Emil Fystro Dokken, Synne Ulberg, Adrian Storødegård



2009: Iris Næss Salvesen, Emma Christin Kvien Bragerhaug, Tinde Nythun Helle, BirkTvenge, Hallgrim Stokke



2012: Linea Døvre, Fride Nythun Helle, Martin Rognås Meisdalen



2013: Amalie Kjerstad, Ruth Charlotte Nymoen Lyseng, Selma Storsæter, Sebastian Bjordal Thon, Ambjør Aabol

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