



ÅRSMØTE I LARVIK O-KLUBB 2018
TID OG STED: MANDAG 4. FEBRUAR 2019 KL 18.00
KLUBBHUSET PÅ TANUM

Saksliste:

1. Åpning
2. Godkjenning av stemmeberettigede
3. Godkjenning av innkallingen, saksliste og forretningsorden
4. Valg av dirigent, to sekretærer samt to til å signere protokollen
5. Behandle klubbens årsberetning
6. Behandle klubbens regnskap i revidert stand
7. Behandle innkomne forslag og saker
8. Fastsette medlemskontingenten
9. Vedta klubbens budsjett for 2019
10. Behandle organisasjonsplan
11. Valg av styre og komiteer for 2019
12. Avslutning

I etterkant av årsmøtet vil det bli et kort medlemsmøte med utdeling av premier fra klubbmesterskapet lang, informasjon om O-festivalen 2019 og presentasjon av klubbturet og opplegg for 2019. Bevertning med kake, brus og kaffe.

Dokumenter:

Årsberetning, rapporter, regnskap og budsjettforslag vil være tilgjengelig i møtelokalet fra kl. 17.00 på årsmøtedagen.

Dokumentene legges også ut på LOKs hjemmesider, mens regnskap og budsjettforslag kan fås på epost ved å kontakte kasserer (arne.dirdal@gmail.com).

5. Årsberetning for Larvik Orienteringsklubb 2018

Styret i LOK 2018

Leder	Tom Kristensen
Nestleder	Jørn Sundby
Kasserer	Arne Dirdal
Sekretær	Celine Vik Olsen
Styremedlem	Ole Petter Aasrum
	Elisabeth Hesselberg
Varamedlem	Per Olav Gulbrandsen
	Martine Topstad

Tur-o-komit 

Leder	Arne Dirdal
Medlem	Randi Nærum
	Ørnulf Pettersen
	Kåre Thorbjørnsen

Klubbuskomit 

Leder	Jørgen Fr�yd
Medlem	Torstein Lye
	Arne T. Olsen

Treningskomit 

Leder	Per Olav Gulbrandsen
Medlem	Asgeir Fremstad

MOT.TV-kontakt Ingrid Undstad

Kartkomit 

Leder	Ole Petter Aasrum
Medlem	Kåre Thorbjørnsen
	Rolf Gjølberg

Materialforvalter Per Olav Gulbrandsen

Drakt-/t yforvalter Anne Gro Styrvold

VDG-kontakt Rolf Gj lberg

Revisor Stig Lomme
Per Henrik Zagar

Valgkomité Ole Edvard Hjortland
Elin Bjerva
Annette Hesselberg

Årsberetning styret i Larvik OK 2018

Styret har hatt 7 styremøter etter forrige årsmøte og har behandlet 83 saker/ oppfølgingsaker. I tillegg har det vært løpende dialog mellom styremedlemmer mellom styremøtene.

Medlemstall

Årstall	2013	2014	2015	2016	2017	2018
Damer under 17 år	15	17	21	25	18	17
Damer over 17 år	35	41	50	62	61	52
Herrer under 17 år	20	23	17	23	14	13
Herrer over 17 år	59	63	74	83	75	65
Totalt	129	144	162	193	168	147

Arrangerte løp i 2018

Arrangementsmessig et «mellomår» etter Sørlandsgaloppen- foran O-festivalen 2019. Løpsleder og løypeleggeroppgavene er fortsatt fordelt på ganske få nøkkelpersoner. Det er en målsetning for 2019 å involvere flere av klubbens medlemmer i disse oppgavene.

Vårt løp i Vestfold 2-dagers ble flyttet fra Dolvi til Rakke på grunn av snøforholdene. Løpet ble også flyttet fra sin opprinnelige dato, 25.mars, til 8.april, der Kåre Thorbjørnsen gjorde en stor innsats med å legge nye løyper på kort varsel.

Nytt av 2018 var sprintcupen på høsten, arrangert mellom tidsrommet for Vestfold høstcup og Vinter-Jukola. Løpene ble godt mottatt, med deltagere fra hele Vestfold og Telemark. Arrangeres greit av én person.

Jule-o-kalender ble arrangert etter samme lest som tidligere år, med 1432 registreringer i app'en. Vi så at en del gjengangere fra stolpejakten også ble med på julepostjakt i år.

Arrangement	Dato	Delt	Kart	Løpsleder/løypelegger
Vinter-Jukola	10.01.18	56	Stavern	Tom Kristensen/Tobias Kristensen
Vinter-Jukola	31.01.18	52	Rakke	Per Olav Gulbrandsen
Vinter-Jukola	14.03.18	36	Rakke/Nalum	Anne Gro Styrvold/Lars Fremstad
Vestfold 2-dagers, Dag 2 (flyttet fra 25.03)	08.04.18	487	Rakke	Per Olav Gulbrandsen/Kåre Thorbjørnsen
Sport 8 sprintstafett	12.05.18	238	Veldre	Per Olav Gulbrandsen
Vestfold Vårcup	29.05.18	182	Gon	Jørn Sundby
Vestfold Høstcup	04.09.18	189	Langestrand	Ole Petter Aasrum
LOK sprintcup 1	26.09.18	30	Stavern	Per Olav Gulbrandsen
LOK sprintcup 2	10.10.18	54	Tollerodden	Tom Kristensen
LOK sprintcup 3	17.10.18	58	Larvik	Jørn Sundby
LOK sprintcup 4	24.10.18	58	Rekkevik - Gon	Ole Petter Aasrum
Vinter-Jukola (Halloween-o)	31.10.18	64	Vestmarka Nord	Per Olav Gulbrandsen
Tøffen	26.12.18	80	Ulfsbakk	Arne Dirdal/Ida Vår Kierulf Dirdal
Totalt		1584		

Klubbens veteraner har et svært aktivt miljø i samarbeid med naboklubber og arrangerer treff, turer og treninger / løp rundt i distriktet.

Klubben har følgende æresmedlemmer:

Gerd Langseth
 Per Olav Gulbrandsen
 Helge Halvorsen
 Per Øystein Andersen

Årsberetning huskomitéen 2018

Komiteén har i perioden februar 2018 til og med primo februar 2019 bestått av:

- Jørgen Frøyd (leder)
- Torstein Lye
- Arne T. Olsen

Huskomitéen har ansvar for generell drift, vedlikehold med mere, og utleie av klubbhuset på Tanum. Det er gjennomført ett møte i komiteen. Som vanlig har det vært jevn bruk av huset til treninger, møter og andre aktiviteter av

klubbens medlemmer. Det har vært mange eksterne henvendelser om å leie lokalene, men vi har ikke gjennomført noe utleie det siste året.

Tøffen 2018 ble arrangert fra klubbhuset den 26. desember med nesten 80 deltakere.

Nye taklys i hovedsalen

Vi har over lang tid jobbet med et prosjekt for å bedre lysforholdene i hovedsalen. Montering av nye taklamper og kabler (fra Elektro TT AS) ble til slutt utført på dugnad den 24. februar.

Kildesortering

Vi har i 2018 etablert et opplegg for kildesortering av avfall i klubbhuset.

Dugnader

På våren hadde vi som vanlig en vårdugnad på klubbhuset som ble gjennomført 3. mai. Det var bra oppmøte av noen av de mest aktive medlemmene, og vi fikk utført det som var planlagt. Vi hadde også en dugnad på høsten, nærmere bestemt den 6. november. På begge dugnadene ble det blant annet vasket og ryddet inne. Vi fikk også tatt et tak ute, med både grasklipping og rydding/raking.

Økonomi

Når det gjelder generelle utgifter for klubbhuset, så har det vært driftsutgifter på til sammen 22 703 kroner for strøm, nettleie og kommunale avgifter i perioden 1.1.2018 til og med 31.12.2018. Andre kostnader er på nesten 40 000 kroner totalt, og gjelder i det alt vesentlige utgifter til investering/anskaffelse av nye taklys i hovedsalen. For øvrig vises det til tabellen nedenfor for regnskapsåret 2018.

Konto	Betegnelse	Regnskap 2018
3600	Inntekter klubbhus (*)	1 396
6340	Driftsutgifter klubbhus	-22 703
6390	Andre kostnader klubbhus	-39 192
7500	Forsikringspremie (**)	-18 556

*Inntektene er fra dusjkassa både i 2017 og 2018.

** Forsikringspremien inneholder også forsikring for utstyr.

Jørgen Frøyd

Årsberetning tur-o komitéen 2018

Tur-O-komiteen i LOK har bestått av:

- Arne Dirdal (leder)
- Randi Nærum,
- Kåre Thorbjørnsen
- Ørnulf Pettersen

I år ble konvoluttene klare og lagt ut i butikkene i midten av april. Vi brukte områdene Rakke (22 poster), Vittersø, Tjølling (17 poster) og Eikedalsmarka (28 poster) Totalt 67 poster.

År	Solgte pakker	Lastet ned fra nett	Løse kart	Sum
2018	116	8	44	26800 kr.
2017	150	6	61	31000 kr.
2016	196	21	236	45000 kr.
2015	209	8		
2014	259			

Oversikt over salg fra «våre butikker»

Butikk	2018	2017	2016	2015
Intersport Nordbyen	22	24	47	49
Sport1 Albert Bøe	18	31	31	46
Sport1 Stavern Sport	22	17	32	29
Villmark og Fritid	15	16	10	23
Meny Søndersrød	19	19	23	25
Turistforeningen	7	13	7	15

Skagerak Energi 5 (12 i 2017)

Sendt i posten: 8

Økonomisk oversikt:

Tekst	Sum
Forsendelse av tur-o konvolutter	-203
Trykk av kart, omslag	-7071
Avgift NOF	-3990

Salg tur o	23600
Salg på nett	3400
Salg o-merker	263
Sum	15999

Statistikk over de som har registrert sine klipp på nett.

År	Antall klipp
2018	80
2017	88
2016	144
2015	122

Fra statistikken kan vi lese at aldersgruppen 33-62 år har 36 deltagere, og de over 63 år har 46 deltagere. Gruppen 0-32 år er det 9 som har registrert klipp. Totalt er det registrert 3734 klipp i 2018. Det har vært registrert 4 blogg innlegg og 17 anmeldelser av turer.

For sesongen 2019 blir det tur-orientering på Aske nord-vest, Rømminga Nord, Bratthagen og Brunlaskogen og vi planlegger å ha konvoluttene klare til salgs i begynnelsen av april.

Arne Dirdal

Årsberetning stolpejakten 2018

For 2018 ble Stolpejakten utvidet med 50 stolper i Stavern, i tillegg til 50 i Larvik. Opplegget har blitt meget godt mottatt i Stavern.

Det ble trykket 8.000 kart over Larvik og Stavern, 5.000 av disse ble delt ut i postkasser innenfor kartområdene. Kart har dessuten blitt delt ut gratis til skoler i områdene, samt andre institusjoner i byen. Kart på papir har også vært gratis tilgjengelig på mange steder i hele kommunen. Kart har også vært tilgjengelig på stolpejakten.no gratis til egen utskrift.

I 2018 har 2.950 personer registrert seg som deltager på Stolpejakten i Larvik, mer enn én dobling fra 1322 i 2017. 2.932 har registrert seg på nettet, mens 18 har levert manuelt på papir.

De 2.950 personene har totalt i Larvik stått for 72.836 stolpebesøk i løpet av året. Tar vi utgangspunktet i en snittavstand på 300 meter mellom stolpene så har stolpejegerne i Larvik beveget seg over 21.800 km!

Larvik OK har i 2018 hatt et meget godt samarbeid med Friskliv og mestring i Larvik kommune. Det økonomiske bidraget og samarbeidet med Larvik kommune er avgjørende for at vi kan tilby Stolpejakt i Larvik. De 100 stolpene som ble satt ut ble produsert hos AOK (Arbeid og kvalifisering).

Hovedvekten av arbeidet med Stolpejakten i 2018 har vært utført av Per Olav Gulbrandsen, Tom Kristensen og Jørn Sundby. For 2019 anbefales det å oppnevne en egen komité som driver stolpejakten videre.

Jørn Sundby.

Årsberetning kartkomitéen 2018

Kartkomiteen består av medlemmene:

- Ole Petter Aasrum (leder)
- Rolf Gjølberg
- Kåre Thorbjørnsen

De digitaliserte kartene som klubben i dag rår over er:

Aske, Dolvi, Guslandmarka, Jordet-Rødberg, Kleiver, Larvik, Nanset skole, Oterøya-Hølen, Rakke, Rekkevik-Gon, Stavern, Tjodalyng, Ulfsbakk, Valby, Vestmarka, Vindfjelltraktene, Vittersø, Bratthagen, Tvetene, Rømminga. Mange av disse kartene har fortløpende blitt revidert i forbindelse med de arrangementene som vi har hatt i 2018.

Kort resyme av LOK`s kartår 2018:

O-festivalen 2019 krever store ressurser når det gjelder kartarbeid. Dette kartområdet har hatt hovedfokus i 2018. Det er to kart som skal produseres til O-festivalen. Ett sprintkart og ett skogskart. Sprintkartet er ett samarbeidsprosjekt mellom Hedrum O-lag og Larvik O-klubb. Etter O-festivalen vil hver av klubbene ha hvert sitt vedlikeholdsansvar for sine kart.

Skogskartet Vestmarka Syd blir ett skogskart som vil dekke ca. 5-7 km². Fra Utsikten i syd og opp til Rømminga. Dette er ett krevende terrengområde å kartlegge. Klubben har i den sammenhengen engasjert synfarer Helge Gisholt til å utføre disse kartjobbene. Ved utgangen av 2018 er ca 90% av Sprintkartet klart, og ca 80% av Skogskartet ferdig synfart. Vinteren 2019 blir benyttet til digitalisering av dette arbeidet. Kartet vil få stor betydning for klubben, og etterbruken av dette vil kunne bli betydelig.

Rakke ble revidert i forbindelse med løpet vårt til Vestfold 2-dagers. Ulfsbakk Øst ble ferdigstilt øst for Tanumveien, helt ned til klubbhuset i forbindelse med Tøffen 2018.

Rømminga/Ono ble utvidet og de vestre deler (vest for Ono) har blitt flittig brukt til treninger og Vinter-Jukola.

Farris Naturskole er ett kart vi på forespørsel fra Larvik kommune har påbegynt. Dette kartet kan være ett godt rekruteringskart som kan nå mange skolebarn. Synfaringen er ferdig, og regntegning/digitalisering ferdigstilles vinteren 2019.

Kartplan for 2019:

- Vestmarka. (Ferdigstillelse til O-festivalen)
- Øvre Nanset/Hagalia (Ferdigstillelse til O-festivalen)
- Rømminga/Ono. (Utvidelse etter ønske/behov)
- Farris Naturskole: Instruksjonskart. (Digitaliseres vinteren 2019)
- Berg/Helgeroa: Skolekart sprintnormen. (Arbeidet starter 2019)
- Ulfsbakk: Utvidelse vestover. (Arbeidet starter etter behov)

Øvrige kart vil bli renoverert i forbindelse med arrangementer vi skal gjennomføre.

Kartplan og visjon 5 årsplan:

- Rakke (Resynfaring)
- Aske (Resynfaring)
- Larvik sprint, (Utvidelse og implementering av Hagaliakartet.)
- Stavern sprint (Resynfaring)
- Ulfsbakk vest (Resynfaring digitalisering)
- Rekkevik Gon Halsen. Utvidelse Nord (Halsen)
- Berg skole/Helgeroa
- Større skogsområdet utover de områdene vi pr nå har til disposisjon (Vindfjell/Viddaseter/Kiste/Diplene etc.)

Kartarbeid krever etter hvert mer kunnskap om programvaren OCAD. Det er ønskelig at flere lærer seg og behersker dette verktøyet. Klubben er godt skodd når det gjelder kunnskap, men trenger hele tiden flere som lærer seg og behersker dette. Ta kontakt med kartkomiteen dersom dere ønsker å lære mer om kartarbeid.

Ole Petter Aasrum

Årsberetning trenings- og rekrutteringskomité 2018

Treningskomitèen har i år bestått av Per Olav Gulbrandsen og Asgeir Fremstad. Ingrid Undstad har videre vært MOT.TV-kontakt. I mangel på egen rekruttkomité, har treningskomitèen også hatt denne oppgaven i 2018.

Komiteen har hatt hovedansvaret med å arrangere fellestreninger hele året, vintertreninger, treningsløp, gjennomføring av klubbmesterskap, sosiale opplegg, klubbture, reiseopplegg til NM og Norgescup, tilrettelegging for deltakelse og opplegg for MOT-TV.

Faste økter

Vi har videreført tilbudet med faste o-tekniske økter stort sett gjennom hele året, med unntak av jaktseasonen på høsten. Rent praktisk blir øktene alltid annonsert i en egen nyhet på LOK-webben. Kart med løypene ligger i storsalen på bordet like ved inngangen.

Klubbture og reiseopplegg til løp

Vi arrangerte klubbture til Nord-Jysk 2-dages i Danmark. 27 klubbmedlemmer ble med på turen. Overnatting i hytter på Skallerup i et anlegg med mange aktiviteter inkludert et digert badeland. Dette var populært for klubbens yngste. Lørdag kveld spiste vi igjen felles middag på den mongolske restauranten i Hjørring. Dette er et populært tiltak for alle aldre.

Pinseløp på Kongsberg var neste klubbture med 28 deltakere. Her booket vi oss inn på 2 store leiligheter i Funkelia, like ved arena. Dette ble en strålende løsning med felles middager for alle begge kveldene. Ellers gjennomførte vi to 10-kampøvelser.

Sommerturen i år gikk til Sørlandsgaloppen i Arendal hvor vi booket et eget digert leirskolehus på Hove Leir. I dette huset fikk vi plass til alle 34 deltakerne fra klubben. De to første løpene gikk fra Hove, og vi bodde dermed på arena. Det eneste negative var at det var for varmt og tørt til at det var forsvarlig å grille, slik planen vår var. Det ble også to 10-kampøvelser på denne klubbturen.

Årets siste klubbture gikk til Blodslitet med overnatting på «Badelandhotellet» i Sarpsborg, samt hjemture med Color Line fra Strömstad lørdag ettermiddag. Her spiste vi felles buffét og koste oss masse etter Blodslitet. 33 klubbmedlemmer var med på turen som frister til gjentakelse.

Komitéen har også organisert overnatting i forbindelse med Norwegian Spring.

Sosiale tiltak

Også i år har vi gjennomført 10-kamp for klubbens yngre løpere. Dette har vært populære tiltak som i stor grad er knyttet opp til sosiale samlinger, treningsløp og klubbturen der flest mulig av de unge deltar. Årets sosiale avslutning foregikk på klubbhuset lille julaften.

Treningsopplegg

Intervaller

I vintersesongen har vi arrangert intervalltreninger fra Bøkeskogen på tirsdager. Dette ble også fulgt opp i sommerferien, samt etter at tirsdagscupen var over på høsten.

Vinter-Jukola

I vinterhalvåret foregår «Vinter-Jukola» på onsdager i nært samarbeid med våre naboklubber (Skien-Porsgrunn-Skeidi-Hedrum-Sandefjord). Disse løpene er populære. Larvik OK har 5-15 deltakere hver eneste gang. Vi har også ofte felles avreise fra Larvik, om løpene er litt unna.

Treningsløp

Klubben har i år arrangert 17 treningsløp på onsdager i løpet av sommerhalvåret, inkl. klubbmesterskap sprint og langdistanse. Totalt har 100 løpere deltatt og gjennomført 517 starter på årets treningsløp. Det har også i år stort sett vært klassiske treningsløp med EKT på alle økter. Noen treningsløp har hatt et ekstra sosialt fokus, som våre klubbmesterskap, O-triathlon på Lillejordet og avslutningen på klubbhuset.

År	Antall treningsløp	Gjennomsnitt antall deltakere	Totalt antall starter	Ulike personer	Under 20 år	%-andel under 20 år
2012	15	28,9	433	83	35	42
2013	16	23,6	377	70	30	43
2014	15	28,9	433	97	43	44
2015	16	38,4	614	114	46	40
2016	18	44,2	796	132	67	51
2017	15	31,9	478	115	45	39
2018	17	30,4	517	100	36	36

LOK-sprintcup

Årets nyvinning var LOK-sprintcup på onsdager etter treningsløpssesongen. Dette ble oppgradert fra treningsløp til nærløp, og åpnet for påmelding i Eventor. Det første løpet hadde 30 deltakere, men deltakelsen tok seg godt opp til rundt 58 deltakere fra 10 ulike klubber på de to siste løpene. Så dette var tydeligvis et populært tilbud på tampen av sesongen.

Spørsmålet er dog om klubben skal fortsette dette tilbudet i 2019. Eller om vi skal legge inn en sesongpause med mindre opplegg i oktober.

Langturer

Det er langtur fra klubbhuset på torsdagene. Her forsøker vi å dele opp gruppen i 2 ulike grupper mht. lengde og fart. Dette er enkle treninger som krever lite forarbeid.

Klubbmesterskap.

I år har vi gjennomført klubbmesterskap både i sprint og langdistanse. 2.5 hadde vi klubbmesterskap sprint fra lavvoen til Larvik ski på Sky/Kleiver. 40 medlemmer deltok. Det var 10-kamp, grilling og premieutdeling etterpå.

29.8 hadde vi vårt langdistanseklubbmesterskap fra Skrekkebekk i Vestmarka. Her deltok også 40 medlemmer. Også dette ble en hyggelig kveld for alle med servering av lapskaus og 10-kamp. Det var for tørt i skogen til grilling.

MOT-TV

Samarbeidet MOT.TV mellom Vestfold og Telemark o-kretser om ett felles trening og samlingsopplegg for gruppen 13-16 år fungerer fortsatt godt. Ingrid Undstad har fungert som klubbens MOT.TV-kontakt, og tatt seg av påmeldinger og informasjonsflyten i klubben. Det har blitt arrangert 3 samlinger med overnatting, 3 dagssamlinger og 6 løp i MOT.TV-cupen i løpet av året. Samt at det ble arrangert felles tur til 10-mila og Hovedløpet/O-landsleiren i Kristiansand.

LOK planla den avlyste samlingen til Kristiansand 2-dagers i mars. Denne samlingen ble erstattet av med en dagssamling (17.3) hjemme i Larvik i stedet. Videre laget vi også en dagssamling med hovedløpstrening på Ingri 11.mai.

Noen av klubbens løpere i denne aldersgruppen har deltatt på disse arrangementene, men vi må få med flere av våre ungdommer på aktivitetene i MOT.TV. I 2019 har vi mange løpere i 13-14 klassene.

Junior

Også i 2018 har det vært et felles juniorkretslag for Vestfold og Telemark (INTEAM) med Kjell Westin (POL), Bjørn Tore Mathisen og Kjersti Westin som trenere. Klubben har ikke hatt løpere med i år.

Dette tilbudet fortsetter også i 2019. Da vil Iver Ringheim delta, mens Ida Sofie Hjortland vil delta på noen enkeltsamlinger.

Politiattest

Alle i treningskomiteen har godkjent attest fra politiet.

Personlig oppfølging

Ordringen med personlig trener med tettere oppfølging har vi startet opp med Henrik K. Lye. Ida Sofie Hjortland har videre fått god oppfølging av Lars Fremstad. Øvrige løpere som vil litt mer, og som ønsker tettere oppfølging, vil få tilbud om dette.

Treningsløpene blir brukt til å løpe sammen med klubbens unge, for å lære dem mer o-teknikk. Vi har også gjennomført et «kurve-o prosjekt» i sommer der våre 12-13 åringer har fått ekstra opplæring og oppfølging i kurveforståelse.

Vi har videre sett at noen av klubbens familier har fungert som faddere for nye familier med bekjente. Dette er en god løsning som vi skal være mer bevisste på, siden vi har begrenset med personell tilgjengelig på trening og rekruttering.

Oppsummering

Gode klubbture er det viktigste vi gjennomførte i sesongen 2018. Dette er med på å styrke det sosiale miljøet i klubben, og får nye løpere og familier til å trives i o-sporten. Ellers fungerer også treningsløpene på onsdagene godt til formålet om å få flest mulig medlemmer til å være aktive.

Veien videre

Neste sesong har vi også en bra plan på klubbture. Samt at vi fortsetter med treningsløpene på onsdager som klubbens hovedaktivitet. Med litt økte ressurser i treningskomiteén, ønsker vi å se på flere gode treningstiltak for våre unge løpere. Dette kommer vi tilbake til.

Per Olav Gulbrandsen

Sportslige resultater 2018

Uttak landslagssamling i Sveits 7.9-9.9

Runa Fremstad

Veteran VM (WMOC) i Danmark

Sprint finale i København 8.7

H70D	Rolf Gjølberg nr. 12
H70E	Einar Dreng nr. 26
H75B	Per Øystein Andersen nr. 5
D65A	Randi Nærum nr. 15
D65C	Kari Berg nr. 39
D70B	Gerd Langseth nr. 6

Mellomdistanse finale i Tisvilde 11.7

H70C	Rolf Gjølberg nr. 13
H70D	Einar Dreng nr. 58
H75B	Per Øystein Andersen nr. 4
D65A	Randi Nærum nr. 42
D65C	Kari Berg nr. 48

Langdistanse finale i Grib Skov 13.7

H70B	Rolf Gjølberg nr. 71
H75A	Per Øystein Andersen nr. 47
D65A	Randi Nærum nr. 61
D70C	Gerd Langseth nr. 6

Hovedløpet sprint 5. august, Kristiansand

H14	Henrik Kaupang Lye nr. 17
D16	Ida Sofie Hjortland nr. 27

Hovedløpet lang 4. august, Kristiansand

H14	Henrik Kaupang Lye nr. 4
H16	Iver Ringheim nr. 17
D16	Ida Sofie Hjortland nr. 21

NM-sprint finale 26. mai, Stavanger

D21	Runa Fremstad nr. 14
-----	----------------------

NM-junior stafett 23. september, Sandefjord

D17-20 Andrine Fremstad, Ida Sofie Hjortland og Elisabeth nr. 24

NM-langdistanse 13. september, Vegårshei

H21 Jørgen Frøyd nr. 51

NM-mellomdistanse (finale) 15. september, Vegårshei

D21 Runa Fremstad nr. 17

NM-stafett 16. september, Vegårshei

D17 Runa Fremstad, Elin Bjerva og Ingrid Undstad nr. 19

H17 Mathias Nalum Olsen, Jørgen Frøyd og Per Olav Gulbrandsen nr. 63

Norgescup sammenlagt

D21 Runa Fremstad nr. 17

Elin Bjerva nr. 71

H21 Jørgen Frøyd nr. 86

D17-18 Andrine Fremstad nr. 59

Veteranmesterskapet Ås/Ski

Fredag 7. september (sprint)

D40 Elin Bjerva nr. 1

D50 Ida Vår Dirdal nr. 11

D65 Randi Nærum nr. 5 og Kari Berg nr. 14

D70 Gerd Langseth nr. 10

H70 Rolf Gjølberg nr. 25 og Kåre Thorbjørnsen nr. 37

Lørdag 8. september (langdistanse)

D40 Elin Bjerva nr. 1

D50 Ida Vår Dirdal nr. 13

D70 Gerd Langseth nr. 6

H40 Jørn Sundby nr. 2

H70 Rolf Gjølberg nr. 37 og Einar Dreng nr. 47

Søndag 9. september (mellom)

D40 Elin Bjerva nr. 2

D50 Ida Vår Dirdal nr. 18

D65 Randi Nærum nr. 3 og Kari Berg nr. 16

D70 Gerd Langseth nr. 5

H40 Jørn Sundby nr. 4

H70 Kåre Thorbjørnsen nr. 28 og Rolf Gjølberg nr. 29

KM – sprint 10. mai, Holmestrand (Botne)

H15-16 Iver Ringheim (bronse)
D13-14 Iril Ringheim (bronse)
H13-14 Henrik K. Lye (gull)
D21 Elin Bjerva (sølv) og Martine Topstad (bronse)
H21 Jørgen Frøyd (gull)

KM-mellom 9. mai, Botne

H21 Jørn Sundby (gull) og Jørgen Frøyd (sølv)
D21 Elin Bjerva (bronse)
H15-16 Iver Ringheim (bronse)
D13-14 Iril Ringheim (bronse)
H13-14 Henrik K. Lye (gull)

KM-lang 1. september, Drangedal

D21 Elin Bjerva (gull) og Ingrid Undstad (sølv)
H21 Jørgen Frøyd (sølv)
H13-14 Henrik K. Lye (sølv)
D13-14 Iril Ringheim (sølv)

KM-stafett 2. september, Fjordglimt i Bamble

D11-12 Maren Sofie Fremstad og Pernille Zagar nr. 1
D17 1. lag Andrine Fremstad, Elin Bjerva og Ingrid Undstad (gull) nr. 1
D13-16 Agathe Brathagen og Ida Sofie Hjortland (sølv) nr. 4
H13-16 Iver Ringheim og Henrik K. Lye (sølv) nr. 4
H150 Arne Dirdal, Per Olav Gulbrandsen og Ole Petter Aasrum (gull)
nr. 1

KM-sprintstafett 12. mai, Ra ungdomsskole

D13-16 LOK 1 – Ida Sofie Hjortland og Iril Ringheim nr. 4 (bronse)
LOK 2 – Sigrid Bakken Hamre og Agathe Brathagen nr. 6
H17 LOK 1 – Mathias Nalum Olsen og Jørgen Frøyd nr. 6 (bronse)

Klubbmestere:

Klubbmesterskap sprint 2. mai Sky (lavvoen til Larvik ski)

H10-12 Kristian Kaupang Lye
H13-14 Henrik Kaupang Lye
H17 Jørgen Frøyd

H35-49	Tom Kristensen
H50	Lars Fremstad
H70	Per Øystein Andersen
D10-12	Pernille Zagar
D13-14	Agathe Brathagen
D15-16	Ida Sofie Hjortland
D17	Julie Hjortland
D35-49	Ingrid Undstad
D50	Anne Gro Styrvold
D60	Randi Nærum
D70	Gerd Langseth

Klubbmesterskap lang 29. august Skrekkebekk

D10-12	Thelma Brathagen
D13-14	Agathe Brathagen
D15-16	Ida Sofie Hjortland
D35-49	Karina N. Stokkenes
D60	Randi Nærum
D70	Gerd Langseth
H10-12	Kristian Kaupang Lye
H13-14	Henrik Kaupang Lye
H15-16	Iver Ringheim
H35-49	Jørn Sundby
H50	Lars Fremstad
H70	Rolf Gjølberg

Øvrige stafetter

10Mila i Nynäshamn (28-29. april)

Ungdom (felleslag med Lardal OL) Ida Sofie Hjortland nr. 123

Night Hawk 11-12. august, Konnerud

Gutter	Henrik Kaupang Lye og Iver Ringheim nr. 6
Jenter	LOK1 – Iiril Ringheim og Ida Sofie Hjortland nr. 21 LOK2 – Maren Sofie Fremstad og Sigrid Bakken Hamre nr. 37
Veteran	Tom Kristensen, Per Olav Gulbrandsen, Ole Edvard Hjortland, Asgeir Fremstad og Jørn Sundby nr. 11

6. Regnskap

Regnskap i revidert stand vil være tilgjengelig på klubbhuset fra kl. 17.00 på årsmøtedagen. Medlemmer kan få tilsendt regnskapet på epost ved forespørsel.

7. Innkomne forslag

Det er ikke mottatt forslag fra medlemmene til årsmøtet.

8. Medlemskontingent

Styret foreslår å videreføre medlemskontingenten med følgende satser:

Medlemskontingent: 250,-

Aktivitetsavgift, eldre enn 17 år: kr 350,-

Familier kr 900,-

- Familiekontingenten inneholder både medlemskontingenten og aktivitetsavgiften

9. Budsjett

Budsjettet for 2019 vil være tilgjengelig på klubbhuset fra kl. 17.00 på årsmøtedagen. Medlemmer kan få tilsendt budsjettet på epost ved forespørsel.

10. Organisasjonsplan

Styrets forslag er at organisasjonsplanen fra 2018 videreføres med de komiteer som er presentert i årsberetninga, altså treningskomite, kartkomite, tur- og komite og klubbhuskomite. I tillegg opprettes det en stolpejaktkomite fra 2019.

Prosjekter og større arrangementer har prosjektledere/-grupper eller en hovedkomite som nedsettes av styret, som for Stolpejakten Larvik og O-festivalen 2019.

11. Valg

Valgkomiteen legger fram sin innstilling på årsmøtet.