



ÅRSMØTE I LARVIK O-KLUBB 2021
TID OG STED: TIRSDAG 15. MARS 2022 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 2022
10. Behandle organisasjonsplan
11. Valg av styre og komitéer for 2022
12. Avslutning

I etterkant av årsmøtet vil det bli et kort medlemsmøte med presentasjon av klubbturet og opplegg for 2022. Det vil bli mulighet til å kjøpe klubbtey. 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 2021

Styret i LOK 2021

Leder	Tom Kristensen
Nestleder	Jørn Sundby
Kasserer	Arne Dirdal
Sekretær	Celine Vik Olsen
Styremedlem	Ole Petter Aasrum
	Elisabeth Undstad
Varamedlem	Per Olav Gulbrandsen
	Elin Bjerva

Treningskomité

Leder	Per Olav Gulbrandsen
Medlem	Asgeir Fremstad
	Ingrid Undstad

MOT.TV-kontakt	Ingrid Undstad
-----------------------	----------------

Kartkomité

Leder	Ole Petter Aasrum
Medlem	Kåre Thorbjørnsen
	Rolf Gjølberg
	Bjørn Paulsen

Tur-orientering- og stolpejakkomité

Leder	Arne Dirdal
Medlem	Randi Nærum
	Lars Fremstad
	Anne Gro Styrvold

Klubbhuskomité

Leder	Jørgen Frøyd
Medlem	Ole Edvard Hjortland
	Rolf Gjølberg
	Trond Strandberg

Materialforvalter	Per Olav Gulbrandsen
--------------------------	----------------------



Drakt-/tøyforvalter	Anne Gro Styrvold
VDG-kontakt	Rolf Gjølberg
Kontrollkomité	Per Øystein Andersen Per Henrik L. Zagar Kristin Hjortland (vara)
Valgkomité	Ole Edvard Hjortland Asgeir Fremstad

Årsberetning styret i Larvik OK 2021

Styret har hatt 5 styremøter etter forrige årsmøte og har behandlet 38 saker/ oppfølgingsaker. I tillegg har det vært løpende dialog mellom styremedlemmer mellom styremøtene.

Medlemstall

Årstall	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Damer under 17 år	21	25	18	17	13	13	13
Damer over 17 år	50	62	61	52	47	47	48
Herrer under 17 år	17	23	14	13	10	8	7
Herrer over 17 år	74	83	75	65	63	60	62
Totalt	162	193	168	147	133	128	130

Arrangerte løp i 2021

Arrangement	Dato	Deltagere	Kart	Løpsleder/løypelegger
Tjølling langtrav og nærtrav	01.05	138	Vittersø	Per Olav Gulbrandsen / Jørn Sundby
Vestfold Høstcup	14.09	139	Ulfsbakk øst	Per Olav Gulbrandsen / Jørn Sundby
KM sprintstafett	02.10	182	Stavern sprint	Asgeir Fremstad / Per Olav Gulbrandsen
Vinter-Jukola 1	03.11	82	Neset	Jørn Sundby
Tøffen	26.-27.12	69	Bratthagen	Ida Vår Kierulf Meyer / Bjørn Arnfinn Paulsen

2021 ble preget av en rekke avlyste løp som følge av restriksjoner knyttet til coronavirus-pandemien. For andre år på rad ble vårt løp i Vestfold 2-dager avlyst. Flere løp i Vinter-Jukola ble arrangert som ukas løype, åpen for alle.



Til tross for strenge restriksjoner, arrangerte klubben løp på Vittersø 1. mai. Arrangementet var kun åpent for løpere under 20 år, samt deltagere fra Larvik kommune. Mange deltagere satte stor pris på dette, særlig ungdommen som hadde mistet mange konkurranser på våren.

Sørlandsgaloppen, som klubben skulle arrangert i 2021, ble utsatt til 2022. Dette som følge av at Agder sitt arrangement i 2020 ble flyttet til 2021.

På sommeren og høsten gjorde færre restriksjoner det mulig å arrangere o-løp igjen. Tett opp til jul kom det igjen nye restriksjoner gjorde at Vinter-Jukola måtte avlyses. Tøffen ble arrangert, på samme måte som i 2020, med fri start over to dager og «selvtidtaking» fra klubbhuset. Ida Vår Meyer og Bjørn Paulsen gjorde en flott jobb med løypene. Mye snø rett før løpet gjorde det til en kraftprøve for deltagerne.

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 2021

Komiteén har i perioden 7. juni 2021 til 15. mars 2022 bestått av:

- Jørgen Frøyd (leder)
- Trond Strandberg
- Ole Edvard Hjortland
- Rolf Gjølberg

Husstyret har ansvar for generell drift, vedlikehold med mere, og utleie av klubbhuset på Tanum. Det er gjennomført to møter i komiteen. Corona-pandemi også i 2021 har medført mindre bruk av

huset/eiendommen i forbindelse med treninger, møter og andre aktiviteter av klubbens medlemmer enn tidligere. Ellers ble klassikeren Tøffen, som i 2020, arrangert fra klubbhuset i romjula med fleksibel start over to dager. Det har vært lite utleie av klubbhuset det siste året, men vi har behandlet en del henvendelser.



Dugnader

Det ble ikke gjennomført vanlige dugnader (vår og høst) i 2021, blant annet på grunn av corona-situasjonen.

Prosjekter

Planer om tilbygg på sørsiden av klubbhuset med hensyn på lager med mer
Huskomiteen jobber med å lage planer for å få etablert et tilbygg på klubbhuset.

Flytting av avløpsledning på jorden nedenfor klubbhuset

Bonden som driver dyrkamarka nærmest klubbhuset sier at han kommer borti kloakkledningen. Huskomiteen jobber for at kloakkledningen må flyttes / graves dypere. Arbeidene må helst være utført innen 10. april 2022.

Økonomi

Når det gjelder generelle utgifter for klubbhuset, så har det vært *driftsutgifter* på drøyt 25 000 kroner for strøm, nettleie og kommunale avgifter i perioden 1.1.2021 til og med 31.12.2021. Det er en økning på nesten 30 prosent i forhold til 2020. Ellers vises det til tabellen nedenfor for regnskapsåret 2021.

Konto	Betegnelse	Regnskap 2021
3600	Inntekter klubbhus	982,50
6340	Driftsutgifter klubbhus	-25 119,34
6390	Andre kostnader klubbhus	0,00
7500	Forsikringspremie *	-20 658,00

* Forsikringspremien inneholder også forsikring for utstyr.

For Huskomitéen
Jørgen Frøyd

Årsberetning tur-orientering- og stolpejaktkomitéen 2021

Tur-O / Stolpejakt-komiteen i LOK har bestått av:

- Arne Dirdal (leder)
- Randi Nærum
- Lars Fremstad
- Anne Gro Styrvold

Årsrapport tur-o 2021

I år ble konvoluttene klare og lagt ut i butikkene i midten av april.

Vi brukte områdene Vestmarka øst (fra undergangen gamle E18) (20 poster), Nedre Ono (20 poster), Aske syd (24 poster) og Tanum/Ulfsbakk (18 poster).

Totalt 82 poster.

År	Solgte pakker	Lastet ned fra nett	Løse kart	Sum
2021	142	48	84	42200 kr.
2020	159	22	81	41347 kr.
2019	117	10	22	26500 kr.
2018	116	8	44	26800 kr.
2017	150	6	61	31000 kr.
2016	196	21	236	45000 kr.

Oversikt over salg fra «våre butikker»

Butikk	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015
Intersport Nordbyen			24	22	24	47	49
Sport1 Albert Bøe	48	85	17	18	31	31	46
Sport1 Stavern Sport	21	30	23	22	17	32	29
Villmark og Fritid	30	14	13	15	16	10	23
Meny Søndersrød			11	19	19	23	25
Turistforeningen	4		10	7	13	7	15

Skagerak Energi 12
Sendt i posten: 27

Økonomisk oversikt:

Utgifter	
Forsendelse av tur-o konvolutter	-72
Trykk av kart, omslag	-9470
Avgift NOF	-6330
Kjøp nye tur-o flagg	-1154
Inntekter	
Salg tur-o	28400
Salg på nett	13800
Salg o-merker	84
Sum	25258

Statistikk over de som har registrert sine klipp på nett.

År	Antall deltakere
2021	196
2020	151
2019	82
2018	80
2017	88
2016	144
2015	122

Fra statistikken kan vi lese at aldersgruppen 33-62 år har 94 deltagere, og de over 63 år har 69 deltagere. I gruppen 0-32 år er det 32 som har registrert klipp. Totalt er det registrert 9669 klipp i 2021.

Områdene for tur-o 2022 er foreløpig satt opp: Rakke øst, Sky-Ulfsbakk, Bjørndalen syd + et område til.

Årsrapport Stolpejakten Larvik 2021

Larvik OK har hatt stolper på 5 forskjellige kart (Stavern, Østre Halsen-Rekkevik, Brannvernstolper i Bøkeskogen, I Thor Heyerdahls fotefar (Torstrand-Sentrum) og et betalbart ekspedisjonskart fra Skjærsjø til Bøkeskogen.

Vi har samarbeidet tett med Lardal o-lag, som har hatt 4 kart. Til sammen 9 stolpekart i Larvik kommune.



Noen nøkkeltall:

Antall stolpejegere: 10 324, hvorav 60 % fra egen kommune og 40% tilreisende fra andre kommuner. Ca 18% i aldersgruppen 10-20 år.

Antall stolpebesøk (registreringer): 364 749

Antall solgte kart (ekspedisjonen): 374

Mest registrerte stolpe: inngangen fra Corntin til Leiren med 6 141 registreringer

Samarbeidspartnere: Vi har hatt flere samarbeidspartnere på laget også i år, noen nye og noen gjengangere: PASSER, EverZinc, Stavern sport, Meny Stavern, Meny Blinken, Agnes Utvikling, Larvikbanken, Sparebank1, Larvik kommune, Vestfold Telemark fylkeskommune.

Vi håper på støtte fra de samme også neste år og ønsker oss samtidig nye samarbeidspartnere. Økonomisk overskudd på stolpejakten: ca. 120 000,-

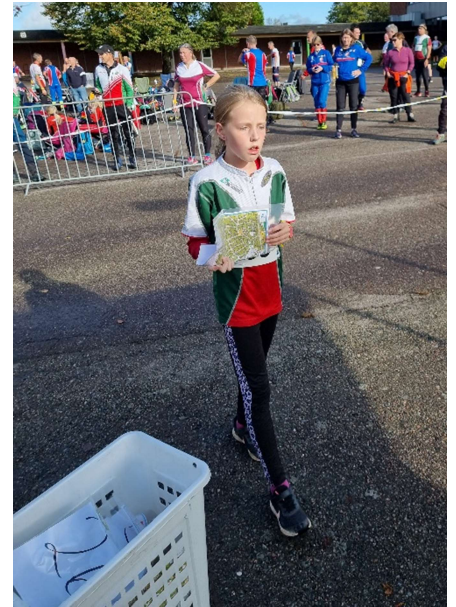
For tur-o stolpe-komitéen
Arne Dirdal

Årsberetning kartkomitéen 2021

Kartkomiteen har bestått av medlemmene:

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

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, Tjodalving, Ulfsbakk, Valby, Vestmarka, Vindfjelltraktene, Vittersø, Bratthagen, Tvetene, Vestmarka nord, Vestmarka syd og Berg-Svartskog-Mølen.



Mange av disse kartene har fortløpende blitt revidert i forbindelse med arrangementene vi har hatt i 2021. Arbeidet som flere av medlemmene gjør i forbindelse med revidering er stor, og på så å si alle kartene vi har, har det blitt gjort revideringer. Det har vært stor aktivitet med produksjon av mange treninger i Corona året 2021 og kartene har blitt kontinuerlig oppdatert i forbindelse med produksjon av disse treningsøktene.

Kort resyme av LOK`s kartår 2021:

Året 2021 som i likhet med 2020 går over i historien som et spesielt år for o-idretten.

Neset:

Utvidelsen av kartet i Helgeroa har resultert i et kart som nå strekker seg sørover fra Helgeroa og dekker arealet Mølen og Svartskog. Kartet ble med stor suksess brukt til Vinter-Jukola høsten 2021.

Aske

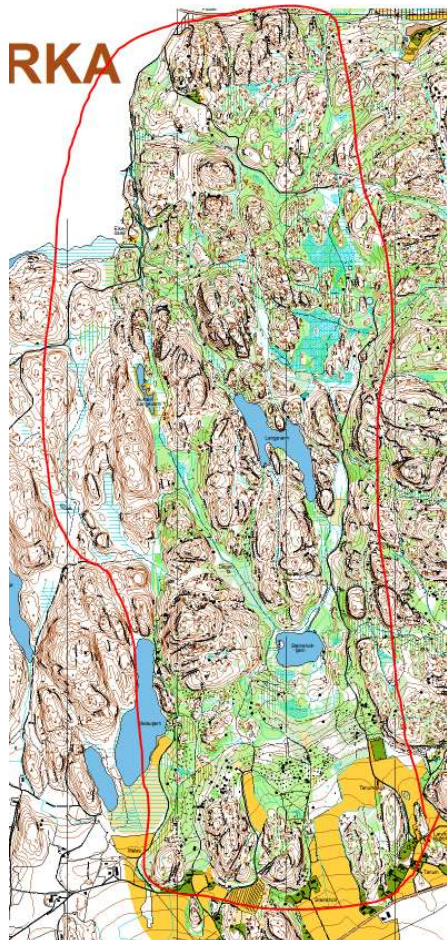
Askekartet har lenge trengt en oppgradering. I forbindelse med vårløpet vårt 2022 har Helge Gisholt vært engasjert i forbindelse med revidering og omlegging av kartet til nyeste kartnorm. Arbeidet ser foreløpig ut til å være bra. Planen videre er å fortsette dette arbeidet videre slik at hele Askekartet blir oppgradert.

Utsnitt: ny utgave av Askekartet.



Ulfsbakk:

Planen om å utvide Ulfsbakk-kartet vestover for å ha et bedre utgangspunkt for arrangementer fra klubbhuset, har blitt noe utsatt på grunn av stor hogstaktivitet i dette området. Hogsten er nå gjennomført og i 2022 blir området synfart. Bjørn Paulsen er engasjert for å utføre denne synfarings- og digitaliseringsjobben. Vi gleder oss veldig til at Ulfsbakk-kartet blir et helhetlig kart som dekker det store området vi har behov for.



Tanum:

Tanumskogen har blitt utvidet og revidert i 2021. Dette ble brukt til Tøffen i 2021 og planen videre er å bruke også dette området sammen med Ulfsbakk-kartet.

Kartarbeidet 2021 kan kort oppsummeres slik:

- Helgeroa-Mølen: Eksisterende kart utvidet til å dekke området Svartskog og Mølen. Kartet utvides videre.
- Vestmarka syd: Kartet er utvide mot øst for Rømminga, for å ha et større og nytt område til Sørlandsgaloppen 2022.
- Vestmarka nord/Skrekkebekk: Området vest for Ono er synfart videre vestover mot Farris. Digitalisering gjenstår.
- Rekkevik: Kartet er utvidet mot nord opp til Skreppestad og ble brukt til Stolpejakten 2021. Kartet må videreutvikles for å kunne brukes til sprintarrangementer.
- Diverse småkorreksjoner på de øvrige kartene som er blitt benyttet til treninger og arrangementer i 2021.

Året 2021 var på samme måte som 2020 et spesielt år. Mange O-løp ble avlyst/utsatt. Likevel har klubben hatt bra aktivitet, og noen arrangementer har blitt avholdt. I forbindelse med disse arrangementene har kart blitt revidert i forhold til hvor disse har blitt holdt.

Kartplan for 2022:

- Ulfsbakk: Start av synfaring/resynfaring vest for Tanumveien, fra klubbhuset og mot Eikedalen. Budsjett: 125.000.-
- Vestmarka: Videre synfaring og digitalisering nordover på østsiden av Vestmarkaveien
- Helgeroa - Berg: Utvidelse for å tilrettelegge for flere nærområder, samt Stolpejakt. Budsjett: 75.000.-
- Halsen - Gon.
- Aske: Ferdiggjøres sør for fylkesvei 2974. Budsjett: 50.000.-

Totalt kartbudsjett 2022: kr. 300.000.-

Kartplanen for 2022 betyr store kostnader. Men sett i lys av at kartutgiftene for 2021 ble mindre enn forutsatt, så vil utgiftene fordelt over de spesielle årene vi har lagt bak oss, være forsvarlige.

Kartplan og visjon 5 årsplan:

- Aske (resynfaring): Antatt kostnad 250.000.-
- Rakke (resynfaring): Antatt kostnad: 150.000.-
- Larvik sprint (utvidelse): Antatt kostnad 50.000.-
- Stavern sprint (resynfaring): Antatt kostnad 50.000.-
- Vittersø (resynfaring): Antatt kostnad 100.000.-
- Større skogsområdet utover de områdene vi pr nå har til disposisjon. Dette avhenger av hvilket arrangement vi se videre på. (Vindfjell/Viddaseter/Kiste/Diplene etc.): Antatt kostnad 500.000.- (Beløp må ses på i sammenheng med inntekter på arrangementet).

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 kartkomitéen dersom dere ønsker å lære mer om kartarbeid.

For kartkomitéen
Ole Petter Aasrum

Årsberetning trenings- og rekrutteringskomité 2021

Treningskomitéen har i år bestått av:

- Per Olav Gulbrandsen
- Asgeir Fremstad
- Ingrid Undstad

Ingrid har vært klubbens MOT-TV-kontakt.

Komiteen har hatt hovedansvaret for 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

Med strenge smittevernregler det meste av året, var det naturlig å følge opp med våre faste økter. Disse øktene er stadig rullert med nye og totalt har vi hatt 16 ulike økter i løpet av 2021. Dette har vært et kjærkomment tilbud til våre medlemmer og til løpere fra andre klubber. Vi har hatt et bra tilbud med faste økter helt fram til elgjakten startet i oktober. Rent praktisk blir øktene alltid annonsert i en egen nyhet på LOK-nettsiden. Kart med løypene ligger i

storsalen på bordet like ved inngangen. I tillegg har vi i år også sendt over PDF-filer med øktene, slik at man kan skrive ut økten hjemme.

Klubbture og reiseopplegg til løp

Vi planla tidlig for en klubbture til Sørlandsgaloppen i Mandal og Kristiansand med overnatting i hytter og leiligheter på Åros Feriesenter i Søgne. Her kunne familiene bo samlet, med lav risiko for avlysning. 29 av klubbens medlemmer deltok på klubbturen, og ytterligere 8 deltakere var med på Sørlandsgaloppen.



Sosiale tiltak

Sosiale tiltak har også vært vanskelig å få til i år, grunnet restriksjoner knyttet til smittevern. Vi har likevel fått til noen tiltak med klubbens ungdommer som målgruppe:

Mandag 28. juni tok vi med oss klubbens aktive tenåringer på Høyt & Lavt for en hyggelig klatredag. Her la vi også inn en 10-kamp i hinderløypen. 11 ungdommer deltok på aktivitetdagen.



Fredag 12. november fikk vi endelig til bowling og pizza med klubbens unge på Mestern på Skreppestad. 15 barn og ungdom deltok på denne hyggelige kvelden.

Vi måtte dessverre droppe vårt tilbud på klubbhuset lille julaften p.g.a. strenge smittevernregler.

Treningsopplegg

Intervaller

Vi gjennomførte intervaller en periode på vinteren der det var tillatt med trening for voksne utendørs. Intervalltrening ble tatt opp igjen i sommer, da reglene igjen ble lettet på. Samt at vi dro i gang igjen på nytt i november.



Vinter-Jukola

I vinterhalvåret foregår «Vinter-Jukola» på onsdager i nært samarbeid med våre naboklubber (Skien-Porsgrunn-Skeidi-Hedrum-Sandefjord). Forrige vinter ble alle løpene avlyst, og kun delvis gjennomført som ukas løype.

Da Vinter-Jukola startet opp igjen i november, var det flere løp med over 80 deltakere. Men det ble en ny nedstengning med strenge smittevernregler litt ut i desember.

Treningsløp

Klubben har i år arrangert 16 treningsløp på onsdager i løpet av sommerhalvåret, inkl. klubbmesterskap både i sprint og langdistanse. Strenge smittevernregler har medført at flere av disse treningsløpene hang ute i en lengre periode, slik at man har kunnet løpe økten alene når det passet. I starten av treningsløpssesongen var det kun de unge som kunne møtes i mindre grupper.

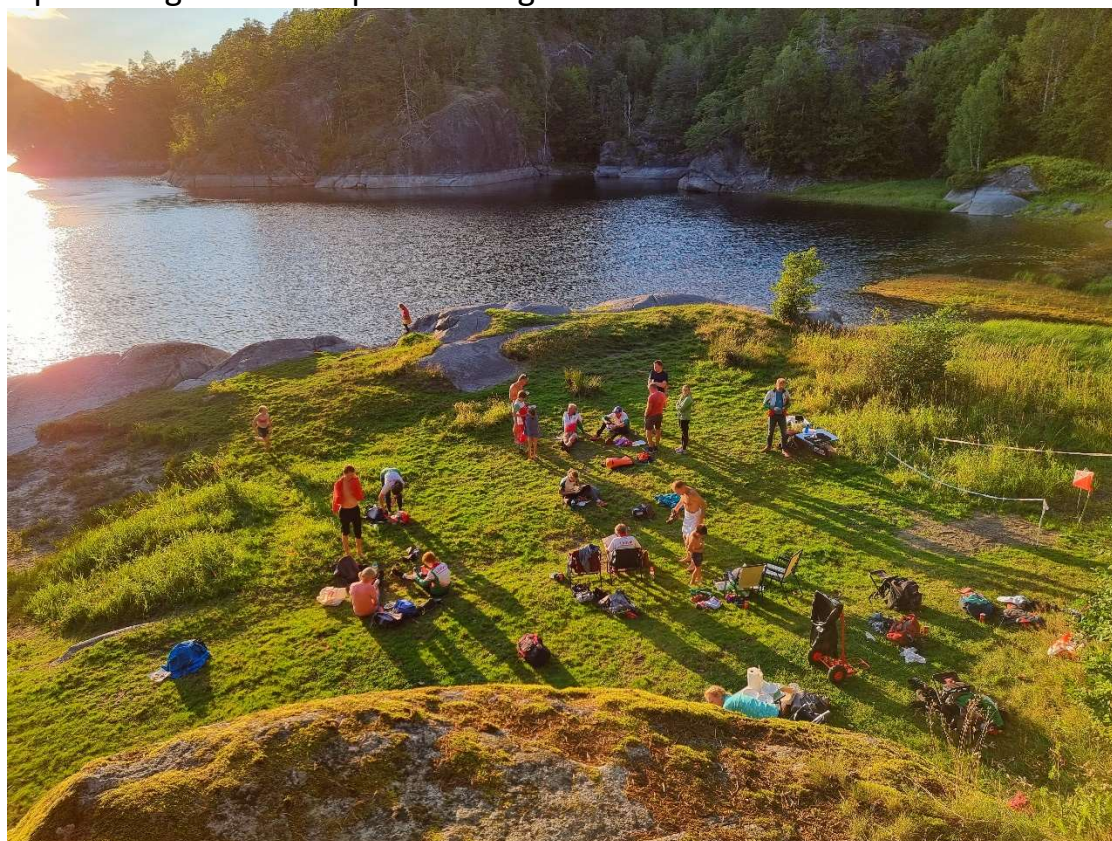
Vi fikk også Kjose til å arrangere et treningsløp i år 9. juni. Dette arrangementet samlet 58 deltakere, inkludert de som løp senere i uka.

Totalt har 134 løpere deltatt og gjennomført 575 starter på årets treningsløp.

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
2019	16	29,7	475	136	47	35
2020	12	38,6	463	132	51	39
2021	16	35,9	575	134	55	41

Klubbmesterskap

25. august hadde vi vårt langdistanseklubbmesterskap fra stranda ved Farris på Ono i et nydelig vær. Her deltok 31 medlemmer. Det ble en hyggelig kveld for alle med gode løyper signert Ole Petter Aasrum. Etter løpet var det servering av lapskaus og en 10-kamp for de unge med dart.



1. september fikk vi også gjennomført klubbmesterskap sprint fra Ra u-skole med Jørn som løypelegger. Her deltok 24 løpere i fine løyper. Vi gjorde ikke noe ekstra ut av dette arrangementet, siden det var uka etter Ono.

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 har tatt seg av påmeldinger til samlinger og informasjon om MOT-TV-arrangement til klubbens ungdommer og deres foresatte. Årets MOT-TV-sesong har vært preget av korona, og tilbudet har igjen blitt kraftig redusert. Likevel har det blitt arrangert 2 samlinger med overnatting sist høst. Dette var både en HL-samling i Sandnes for HL 2022, samt den tradisjonelle oppstartsamlingen på Croftholmen med Røsskleivaløpet.

Det er også gjennomført 6 løp i MOT-TV-cupen i løpet av sesongen. Larvik arrangerte det første løpet på Tjølling travbane 1.mai. I tillegg organiserte også MOT-TV kretsens opplegg i forbindelse med Hovedløpet og O-landsleir i Levanger.

Det var flott at klubben hadde hele 5 deltakere på årets utgave av Hovedløpet og O-landsleir. Dette var en spesielt viktig motivasjonsfaktor for våre ungdommer i koronaåret 2021. Per Olav deltok som sportslig ansvarlig for MOT-TV-ungdommene under HL.



Junior

Også i 2021 har det vært et felles juniorkrets lag for Vestfold og Telemark (INTEAM) med Kjell Westin og Per Olav som hovedtrenere. Også krets laget har blitt sterkt påvirket av korona og smitteverntiltak, bl.a. måtte påskesamlingen i Tsjekkia nok en gang avlyses. Krets laget har likevel fått gjennomført 3 samlinger med overnatting fordelt på 11 samlingsdager + 6 dagssamlinger i 2021. Årets hovedsamling har vært sommersamlingen med NOF i Østerdalen.

Iver Ringheim, Henrik K. Lye og Ida Sofie Hjortland har vært faste deltakere på krets laget i år.



Personlig oppfølging

Ordningen med personlig trener med tettere oppfølging tilbyr vi fortsatt til løpere som vil litt ekstra. Ida Sofie Hjortland har fått god oppfølging av Lars Fremstad. Henrik K. Lye får også litt ekstra oppfølging av Per Olav. Øvrige løpere som vil litt mer, og som ønsker tettere oppfølging, kan få tilbud om dette.

Også i år har noen av klubbens familier fungert som faddere for nye familier med bekjente. Dette er en løsning som fungerer godt for vår klubb som har begrenset med personell tilgjengelig på trening og rekruttering.

Oppsummering

Også i år har nok klubbens tilbud om faste økter vært det viktigste treningstilbudet for klubbens løpere. Vi har sørget for en god rullering på våre faste økter.



Videre er også treningsløpene våre på onsdagene viktige for å få flest mulig medlemmer til å være aktive. Flere av våre treningsløp åpnes for bred påmelding også utenfor klubben, siden dette er særegne arrangementer med god appell. I 2021 har det vært o-triatlon og treningsløp i Kjøse. Vi hadde ekstra fokus på en hyggelig avslutning på klubbhuset med labyrint-o, matservering og gruppefoto til o-boka.

Vi setter også mye ressurser inn på å arrangere gode klubbture, da vi vet at dette er det viktigste vi gjør for å styrke det sosiale miljøet i klubben. Målet er jo hele tiden å få nye løpere og familier til å trives i o-sporten. Heldigvis klarte vi å gjennomføre klubbturen til Sørlandsgaloppen i Mandal og Kristiansand. Det ble en flott tur som ga en opptur etter en lang periode med strenge smittevernregler.

Veien videre

Vi har lagt en god plan for klubbture også for sesongen 2022. Den årlige klubbturen til Nordjysk er under god planlegging og ser ut til å kunne gjennomføres på vanlig måte. Det blir flott. Vi har også planer om en klubbtur til Telemark 2-dagers i Notodden/Bø i mai og O-festivalen i Kongsvinger. Planen er også å lage vårt vanlige tilbud på Blodslitet.

Når det gjelder direkte rekrutteringstiltak, ser vi at det må til en egen rekruttkomité for å håndtere dette. Ordinær drift av treningskomitéen er så mye jobb, at man ikke kan legge rekrutteringen på toppen av arbeidsbelastningen.

For Treningskomitéen
Per Olav Gulbrandsen



Resultater til årsrapport 2021

SPORTSLIGE RESULTATER

Hovedløpet sprint 4. august, Levanger

- D14 Thelma Brathagen nr. 20
D15 Pernille Zagar nr. 21 og Maren Sofie Fremstad nr. 36
D16 Iiril Ringheim nr. 47 og Sigrid Bakken Hamre nr. 48

Hovedløpet lang 5. august, Levanger

- D14 Thelma Brathagen nr. 30
D15 Pernille Zagar nr. 8, Maren Sofie Fremstad nr. 9
D16 Iiril Ringheim nr. 40
D14-16C Sigrid Bakken Hamre nr. 1

NM langdistanse 9. september, Porsgrunn

- D19-20 Ida Sofie Hjortland nr. 15
D21 Elin Bjerva nr. 16

NM mellomdistanse (finale) 11. september, Porsgrunn

- D17-18 Ida Sofie Hjortland nr. 15

NM stafett 12. september, Porsgrunn

- D17 Elin Bjerva, Ingrid Undstad og Ida Sofie Hjortland nr. 27
H17 Mathias Nalum Olsen, Arne Dirdal og Trond Strandberg nr. 50

NM sprint 3. september, Heming Oslo

- D19-20 Ida Sofie Hjortland nr. 13

NM Knockout sprint 4. september, Heming Oslo

- D19-20 Ida Sofie Hjortland nr. 6 (semifinale)

NM sprintstafett 5. september, Heming Oslo

- DHHD Andrine Fremstad, Mathias Nalum Olsen, Iver Ringheim og Ida Sofie Hjortland nr. 30

Norgescup sammenlagt

- D21 Elin Bjerva nr. 64
D19-20 Ida Sofie Hjortland nr. 18



Veteranmesterskapet Halden

Fredag 3. september (sprint, Fredriksten festning)

- D35** Anne Berg Gjølberg nr. 2
- D50** Ida Vår Kierulf Meyer nr. 4
- D70** Kari Berg nr. 13
- D75** Gerd Langseth nr. 9
- H65** Bjørn Arnfinn Paulsen nr. 16
- H75** Rolf Gjølberg nr. 12
- H80** Per Øystein Andersen nr. 5

Lørdag 4. september (langdistanse)

- D50** Ida Vår Kierulf Meyer nr. 8
- D70** Elisabeth Undstad nr. 13
- D75** Gerd Langseth nr. 6
- H60** Kjell Markset nr. 15
- H65** Bjørn Arnfinn Paulsen nr. 13

Søndag 5. september (mellom)

- D50** Ida Vår Kierulf Meyer nr. 6
- D70** Elisabeth Undstad nr. 10
- D75** Gerd Langseth nr. 9
- H60** Kjell Markset nr. 18
- H65** Bjørn Arnfinn Paulsen nr. 15 og Terje Ludvigsen 23
- H80** Per Øystein Andersen nr. 7 og Thor Edvardsen nr. 18

KM mellom 14. august, Skien

- D15-16** Pernille Zagar (gull) og Iiril Ringheim (sølv)
- D21** Elin Bjerva (gull)
- H21** Jørn Sundby (bronse)

KM sprint 22. august, Skien

- D15-16** Maren Sofie Fremstad (gull)

KM lang 28. august, Tjøme

- D21** Elin Bjerva (gull)

KM- stafett 29. august, Tjøme

- D13-16** Maren Sofie Fremstad og Pernille Zagar nr. 1 (gull)
- D17** Andrine Fremstad, Karina Nordrum Stokkenes og Elin Bjerva nr. 4
- D195** Randi Nærum, Elisabeth Undstad og Gerd Langseth nr. 3 (bronse)

H17 Henrik Kaupang Lye, Arne Dirdal og Trond Strandberg nr. 2 (sølv)

KM- sprintstafett 2. oktober, Brunla ungdomsskole

D11-12 Ana Zagar Nes og Ine Stokkenes nr. 3

H17 Mathias Olsen og Trond Strandberg nr. 3 (bronse)



Klubbmestere:

Klubbmesterskap lang 25. august Ono

D15-16 Maren Sofie Fremstad

D17-34 Elin Bjerva

D35-49 Grethe B. Clausen

D50 Ingrid Undstad

D80 Lise Levy

H13-14 Kristian Kaupang Lye

H17-34 Mathias Nalum Olsen

H35-49 Per Henrik Langseth Zagar

H50 Jørgen Frøyd

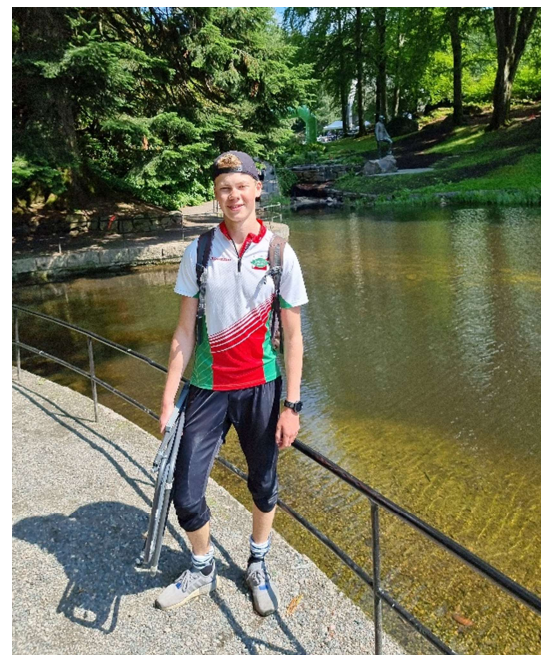
H60 Kjell Markset

H80 Per Øystein Andersen



Klubbmesterskap sprint 1. september, Ra ungdomsskole

D10-12	Ana Zagar Nes
D15-16	Maren Sofie Fremstad
D35-49	Elin Bjerva
D50	Ingrid Undstad
D60	Randi Nærum
D70	Elisabeth Undstad
H15-16	Erik Zagar
H35-49	Trond Strandberg
H50	Asgeir Fremstad
H60	Lars Fremstad



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 2022 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 vi hadde i 2021 videreføres med de komiteer som er presentert i årsberetninga, altså:

- Treningskomite
- Kartkomite
- Tur-orientering- og stolpejakkkomite
- Klubbhuskomite

Klubben burde også hatt en rekruttkomite, som styret ber om fullmakt til å sette sammen om villige folk finnes.

Prosjekter og større arrangementer har prosjektledere/-grupper eller en hovedkomite som nedsettes av styret, som hovedkomiteen for

Sørlandsgaloppen 2022 som er et samarbeid mellom Lardal OL, Hedrum OL og Larvik OK.

11. Valg

Valgkomiteen legger fram sin innstilling på årsmøtet.

