



Sandefjord OK

Sandefjord Orienteringsklubbs styre innkaller til

ÅRSMØTE 2016

FREDAG 10. FEBRUAR 2017 kl.18:30
på Øvre Myra

SAKSLISTE:

1. Godkjenning av innkallingen
2. Godkjenning av saksliste
3. Valg av møtefunksjonærer:
1 dirigent, 1 sekretær og 2 desisorer
4. Årsberetning
5. Regnskap
6. Spesifisert regnskap og budsjett
7. Innkomne forslag
8. Fastsettelse av kontingent
9. Valg

Innkomne forslag måtte være styret i hende senest 27. januar 2017.

For å ha stemmerett må et medlem ha fylt 15 år, vært tilsluttet laget i minst 1 måned, og ha sitt forhold til laget i orden.

Med vennlig hilsen

Arne Håkon Jørgensen,
Leder Sandefjord Orienteringsklubb

Sak nr 4 – Årberetning

Styrets beretning

Styret har bestått av:

Leder:	Arne Håkon Jørgensen
Sport:	Jo Børre Eikås
Rekruttering:	Roger Hagen
Arrangement:	Roar Nilsen

Representasjon:

- Trond Gjelstad er nestleder og terminlisteansvarlig i Vestfold OK
- Per Erik Larsen er medlem av kartkomiteen i Vestfold OK

Styret fikk etter forrige årsmøte ekstra oppgaver da valgkomiteen ikke fant medlemmer til mediautvalget, økonomiutvalget eller kartkomiteen samt at styret ble redusert med en medlem. Stor takk til Kjetil Kløvstad som meldte seg frivillig til kartkomiteen etter årsmøtet og fikk med seg Tiri Rebård og Thor Erland Stange i komiteen. De øvrige oppgavene har styret håndtert etter beste evne.

Møtevirksomhet

Det er avholdt 7 styremøter i 2016 i tillegg til ett i 2017. Det har i 2016 vært avholdt 2 medlemsmøter: Et vårmøte som kick-off for sesongen samt den tradisjonelle grøttesten/ sesongavslutningen.

Videre har de ulike utvalg avholdt en rekke særmøter - noe som gjenspeiler seg i de ulike utvalgsrapportene som følger under.

Styrets rolle er i stor grad å koordinere de ulike utvalgene og avdelingene samt følge opp regionale og nasjonale forpliktelser. Nedenfor er en kort oppsummering av klubbens aktiviteter i 2016.

Rekruttering

Sandefjord OK ønsker at flere barn/ungdommer starter med orientering. I den forbindelse ble det i 2014 nedsatt et eget prosjekt for å prøve ut alternative tiltak for å øke rekrutteringen. Rekrutteringsarbeidet fortsetter med full styrke.

Aktiviteter

Klubben har i 2016 opprettholdt det høye aktivitetsnivået fra tidligere år. Styret er av den oppfatning at klubbens tilbud til medlemmene er av høy kvalitet. Utvalgene gjør en meget god og viktig jobb for klubbens medlemmer. Styret ønsker å takke for all dugnadsinnsats fra klubbens medlemmer i 2016. Vi henviser til utvalgenes årsrapporter for mer informasjon om klubbens aktiviteter.

Medlemsoversikt

	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2006
Totalt	142	174	164	191	201	217	192	248	247	260	250
D -17	15	20	18	23	23	29	31	42	36	40	34
H -17	19	26	24	24	23	30	25	24	27	33	31
D17-	46	48	46	56	62	64	53	72	73	74	74
H17-	62	80	76	88	93	94	83	110	111	113	111

Det ble i 2014 og 2016 foretatt en opprydding i medlemsregisteret, og tidligere registrerte medlemmer som verken var aktive eller hadde betalt kontingent er slettet. Styret jobber videre med å øke medlemstallet.

ÅRSRAPPORTER FRA UTVALGENE

Treningsutvalget

Treningsutvalget har i 2016 bestått av Annette Cecilie Arentz (junior), Marius Marthinsen, Jo Børre Eikås (ozon) og Per Erik Larsen (leder). Rekruttutvalget har og vært jevnlig representert ved Sturle Furland. I tillegg er Stein Martinsen og Mai Britt Bjørk viktige ressurspersoner for treningsutvalget.

Primærfunksjonen til treningsutvalget er å tilrettelegge for en god sportslig utvikling for klubbens ungdoms- og juniorløpere. For å sikre rekruttering til disse klassene, er også arbeidet i rekruttgruppa svært viktig. Inndeling i klasser (rekrutt, ozon og junior) er blitt delvis utvisket som følge av store individuelle forskjeller i løpernes utvikling. Dette stiller nye krav når det gjelder utholdenhets- og teknikktraining. Klubben vil videreføre hoveddrammen for dagens trening, men vil forsøke å øke differensiering og variasjonen i intervalltreningen.

Resultatmessig har 2016 vært et godt år for SOK. Juniorløperne som nå er blitt en gruppe på 4, Hallvard, Ella, Signe og Maria, har alle holdt et stabilt bra nivå i år. Tidvis har jentene vært inne på topp 10. Ella toppet det hele med seier i Norgescup-løp i juni på mellomdistanse. Hovedløpet ble i år arrangert av Konnerud i Drammen. På sprinten fikk Cornelius en sterk 6. plass og Jonas spurtet inn til 28. plass. På langdistansen gikk det noe tyngre for begge.

De yngste løperne i klubben har og markert seg i nasjonale løp. Brage Eikås var inne blant topp 10 både på O-festivalen og Blodslitet, hvor han i sistnevnte for øvrig ble slått av Anders H. Klavenes på 5. plass. Cornelius avsluttet her sesongen med en svært sterk 3. plass. I kretsløp og KM har klubben hentet hjem mange medaljer gjennom året.

Planene for 2017 er allerede godt i gang. Ungdomsgruppa som nå er i vekst, vil få mye fokus. I tillegg til ren sportslig utvikling, er det viktig å skape en gruppetilhørighet for de nye løperne som nå trer inn i MOT-TV-samarbeidet. All erfaring viser at en velfungerende treningsgruppe er svært viktig også for individuell utvikling. Vi håper at vi allerede i april vil kunne reise til Gøteborg og 10-mila med mange våre ungdommer.

Følgende stipend ble delt ut i 2016:

- **Beste prestasjon:** Ella Arentz Hagen for seier i Norgescup-løp.
- **Største fremgang:** Cornelius Bjørk for sterk fremgang både i løpsstyrke og o-
teknikk. Dette har gitt mange gode plasseringer i nasjonale løp og seier i MOT-
TV-cupen.
- **Største treningsiver** ble i år ikke delt ut fordi treningsiveren har vært svært
god hos mange løpere. Å plukke ut en spesiell kandidat har derfor vært
vanskelig.

Pokalene for beste kilometertid under klubbmesterskapet ble i år utdelt til Ella Arentz Hagen og Hallvard Arntzen Foss.

Sandefjord 7. januar 2017

Jo Børre Eikås

Rekruttutvalget

Rekruttutvalget har i 2016 bestått av Roger Hagen, Sturle furland og Knut Gjone

Rekruttutvalget 2016 har hatt hovedfokus på trening og rekruttering av nye løper til klubben. Vi har fokus på å bygge et trygt og godt miljø for alle deltagere.

Det har vært et hektisk og godt år for rekruttering hvor vi ser at ekstra fokus på de minste og høy grad av oppfølging er nødvendig for at SOK skal kunne være stabil og vokse.

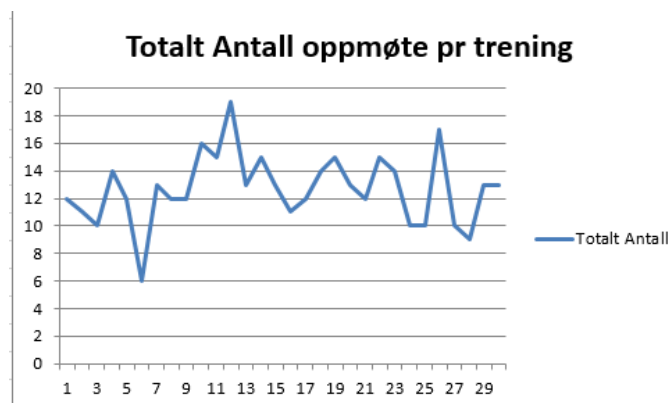
I 2016 ble det hentet inn 2 ekstra trenere (Sturle og Knut) og en plan er allerede laget for å få en god og oversiktlig ramme å jobbe med.

Treninger 2016:

31 treninger

29 Barn har vært på innom på treing

13 deltager i snitt på trening



Rekruttkampen 2016

11 løp oppført som rekruttkampløp

17 Barn har deltatt

Vinner av rekruttkampen 2016 var Sindre Furland

Ferdighetsmerket 2016

10 Barn har tatt ferdighetsmerket i 2015

2 Gull, 4 sølv og 4 Bronse

Nye medlemmer i 2016

De er meldt inn 10 nye rekrutt medlemmer pr 23.10.2016

Se egen liste for total medlemsoversikt.

Noen av de sosiale aktivitetene i 2016

→ Bowling og Pizza kveld med Stokke

→ Sommeravslutning Granholmen

→ O-troll leir

→ Tur til Blefjell

→ Grøtfesten

Rekrutteringsaktiviteter vi har deltatt på i 2016

→ Annonse i Sandefjords Blad.

→ Barnas Turlag.

→ Runar Barneidretten.

→ STIF Barneidretten.

Sandefjord, 04. Januar 2016

Roger Hagen

Kartutvalget

Kartutvalget har i 2016 bestått av Tiri Rebård, Thor Erland Stange og Kjetil Kløvstad (leder) og har hatt 6 møter inneværende år.

Kartplan

Revidert kartplan for perioden 2016-2018 ble godkjent på styremøte i juni. Utvikling av nye kart og revidering av allerede kartlagte områder er helt nødvendig i o-klubben. Kart er vårt idrettsanlegg, og gode kart er nødvendig til både treninger og konkurranser. Kartgruppas strategi og målsetning er at vi skal ha en kvalitet på kartene våre som står i forhold til bruken av kartene. Det betyr hyppig revidering av de sentrale og mest brukte kartene og noe sjeldnere for de mer perifere og minst brukte kartene også basert på økonomiske vurderinger av hvert kart.

Basert på innspill fra utvalgene skal følgende kart prioriteres for å dekke fremtidig Arrangement og Tur-O;

	Kart	Utgitt	Størrelse	Begrunnelse	Konstruksjon
1	Gallis	1999	6 km ²	Norges Cup	Georefering
2	Stiåsen	1984	4,5 km ²	Tur-O, trening og arrangement	
3	Hjertås	2009	4,5 km ²	Nærmiljø, bynært, arrangement og Tur-O	
4	Svartåa	2005	3 km ²	Rekruttering gjennom Turistforeningen, trening og Tur-O	
5	Ula	2004	-	Tur-O	Lav-kost budsjett basert på dagens konstruksjon
6	Frebergåsen	2008	-	Tur-O	

Når det gjelder Rekrutt og Trening så har klubben i dag gode oppdaterte georefererte kart som dekker deres behov i perioden. Georefererte kart er digitale kart som er koordinatbestemt.

Kartarbeid

Basert på tidligere igangsatte prosjekter og godkjent kartplan er følgende kart under planlegging og igangsatt i 2016;

Kart	Søknader	Planlagt slutført
Arbeidet med i 2016		
4 skolegårdskart	2014 (innvilget kr. 33.000)	2016
Goksjø-Fevang	2016	2017
Kariåsen	2016	2017
Frebergåsen	-	2017
Gallis	2016	2018

Kart	Søknader	Planlagt slutført
Stiåsen	2016	2017
Fremtidig igangsetting		
Ula	-	2017
Hjertås	2017	2018
Svartåa	2017	2018

Det er søkt om spillemidler til idrettsanlegg i 2016 for totalt kr. 294.690 (1/3 av total kostnadsramme). I tillegg er det søkt og innvilget i 2016 midler på totalt kr. 106.125 fra Gjensidige stiftelsen og Sparebank 1 Gavefond. Det er mottatt innvilgede spillemidler på kr. 203.000 i 2016 relatert til slutførte kart i 2015 for kartene Folehavna, Klavenes, Marum og Østerøya.

Tiri Rebård

Thor Erland Stange

Kjetil Kløvstad

Tur-orientering

Tur-orientering har i 2016 solgt 610 konvolutter som er en økning på 40 stk eller 7 % i forhold til 2015. Det er veldig bra å endelig runde 600-tallet. Det har generert inntekter på over kr. 172 000 til klubben.

Utvikling skjer på nettet og vi har mange brukere som nettregistrerer sine besøkte poster. Vi vil følge opp løsninger som går på nettbasert kjøp av tur-o kart som kan komme i 2017. Det er også mulig å registrere sine poster ved en Tur-o app.

Tur-orientering har fast kjerne deltakere, og det er en fantastisk aktivitet. Vi har fått mye markedsføring i lokalavisa og salget av gavekort som julepresang er stabilt. Vi samarbeider også med Sandefjord Turmasjklubb og Sandefjords avdeling av LHL. Vi har også vært tilstede på Barnas Turlag hvor aktiviteten var orientering. I anledning sammenslåingen av kommunene Andebu/Stokke/Sandefjord har vi i 2016 hatt med kart fra klubbene i Andebu og Stokke. Antall poster har derfor vært 100 og det har vært mottatt positivt. Det kan også ha vært med å øke vårt salg.

Det er avholdt flere møter i utvalget internt og vi samarbeider tett med kartutvalget og VDG. Årets største dugnad er å pakke 600 stk tur-o konvolutter, men det er bare moro med tanke på de positive tilbakemeldinger vi får fra brukerne. Vi har i år hatt fokus på økt kvalitet på poster og kart.

Det ble benyttet 6 terreng i 2016, Håkavika, Rødsåsen, Grubesand, Klavenes, Marum Nord og Goksjø/Fevang. I tillegg Sundåsen og Skør så antall poster var 100 stk.

For 2017 er det planlagt å fortsette samarbeidet med Andebu og Stokke + 6 egne kart og til sammen 100 poster. Vi fikk midler fra SAS til dette samarbeidet i 2016 og det søkes for 2017 også.

Vi hadde bra oppslutning på avslutningskvelden for sesongen. Det er snart for liten plass på Furustad Grendehus. Kosmos pokalen deles ut etter loddtrekning til en familie som har klart gullmerket. I år ble det familien Høyseth som skal ha pokalen i ett år.

Tur orienterings utvalget 2016

Elsa Lystad Petter Lystad Ole Bratbakk Agnes Skarholt Knut Waage
Anne Lise Andreassen

Arrangementsutvalget

Arrangementsutvalget har i 2016 bestått Roar Nilsen (leder) og Kari Christiansen. Utvalgets oppgaver er blant annet å finne løpsledere og løypeleggere til klubbens arrangement. Arrangementene er vårt viktigste dugnadsarbeid, og vi er helt avhengig av velvilje fra klubbens medlemmer for å klare og gjennomføre løpene med god kvalitet.

SOK har hatt følgende løp i 2016:

Arrangement	Dato	Løpsleder	Løypelegger	Kart	Antall deltagere
Vestfold 2- dagers	09.04	Anne Lise Andreassen og Jo Børre Eikås	Per Erik Larsen	Marum	425
Vestfold vårcup	03.05	Stine Arntzen	Oskar Kaaløy og Kari Christiansen	Framnes	164
Vestfold vårcup	14.06	Hans Gøran Bjørk	Trond Gjelstad	Goksjø-Fevang	155
Vestfold høstcup	20.09	Lill Ann Torp	Trond Gjelstad	Mokollen	167
Østerøya rundt	25.09	Tom Olav Guren	Roar Fjeldbo	Østerøya	117
Marummila	16.10	Sturle Furland	Øistein Høksnes	Marum	143
Sandefjord City Christmas Race	14.12	Per Erik Larsen	Per Erik Larsen	Sprintkart Sandefjord	123

En stor takk til alle som har bidratt ved arrangementene i 2016.

I 2017 skal Sandefjord OK ha følgende arrangement:

Arrangement	Dato	Løpsleder	Løypelegger	Kart
Vestfold 2- dagers	26.3	Kjetil Kløvstad	Knut Ivar Johansen	Grubesand
Vestfold vårcup	18.4	Trond Foss	Tone Stokland	Ormestad
KM stafett	27.8	Hans Gjørn Bjørk og Roar Nilsen	Trond Gjelstad	Heia
Vestfold høstcup	19.09	Lill Ann Torp	Hans Rønne og Brit	Asnes

			Sundby	
Marummila	08.10	Sturle Furland	Øistein Høksnes	Marum
Sandefjord City Christmas Race	13.12		Per Erik Larsen	

Den største utfordringen vår er å finne personer som er villige til å påta seg løypeleggerjobben. Vi oppfordrer unge og eldre til å forsøke seg på dette. Det er lærerikt og moro, og for at ikke de samme må gjøre denne jobben hver gang, er det helt nødvendig med flere å spille på.

Kari Christiansen og Roar Nilsen

VDG

I 2016 har VDG utvalgets arbeid bestått i:

Utsendelse av informasjon om treningsløp til aktuelle grunneierlag og større berørte grunneiere. Kommunikasjon med grunneiere som har hatt spørsmål og ønsker vedrørende opplegget for treningsløp i 2016.

Utsendelse av informasjon om turorientering til grunneierlag og større berørte grunneiere. Kommunikasjon med grunneiere som har hatt spørsmål og ønsker vedrørende opplegget for turorientering i 2016.

VDG understreker viktigheten av at vi fortsetter å informere berørte grunneiere og grunneierlag om klubbens planlagte aktiviteter og samtidig lytter til og tar hensyn til de tilbakemeldinger vi får. Mange grunneiere er bevisst i forhold til vern av vilt, særlig i bestemte deler av året.

Samarbeidet med grunneierne i 2016 har, etter VSG's oppfatning, fungert bra. VDG har, i samarbeid med klubbens aktuelle utvalg, lyttet til og tatt hensyn til deres signaliserte ønsker. Vår erfaring er at de fleste grunneiere er positive til vår idrett så lenge de får informasjon, kan påvirke viktige forhold og så lenge vi rydder opp etter oss.

Sandefjord, 2. januar 2017

Tiri Rebård, VDG-kontakt

Mediautvalget

Utvalgets ansvar har ligget under Roger Hagen, men utført av klubbens medlemmer.

Mediautvalgets hovedoppgave har vært å oppdatere SOKs hjemmeside på internett.

Hjemmesiden har vært bra oppdatert i 2016 og en en god platform for informasjon til klubbens medlemmer.

Total 101 innlegg i løpet av 2016 som gir ca 2 innlegg pr uke i snitt

Miljøutvalget

Utvalget har bestått av Åge Bøen, Bente Blix og Stine Arntzen. Det er avholdt ett utvalgsmøte i perioden, og ellers har det vært kontakt via telefon.

Utvalget har i hovedsak jobbet med å arrangere klubbturen til utvalgte o-løp. Turene er ment å gi et tilbud til alle og for å samle klubbens medlemmer på tvers av løpsklasser. I tillegg har miljøutvalget arrangert kick-off-kveld, årsmøtefest, tur til VM i Strømstad og båttur hjem fra Blodslitet, bidratt på grøtften, ordnet mat ved klubbmesterskap og sørget for innkjøp av frukt til torsdagstreningene på Breidablikk.

Aktiviteter i 2016

29.-31. januar	Hjartdal storhytte. Familietur for rekrutter og ozonere med foreldre, samt skiglade.
5. februar	Årsmøtefest. Øvre Myra.
13.- 15. mars	Nord Jysk 2-dagers, Skagen, Danmark. God oppslutning med 45 deltakere. Ansvarlig Trond Gjelstad.
31. mars	Klubbkveld – kick off på Store Bergan skole. Spesielt fokus på presentasjon ved rekruttutvalget. Servering av kveldsmat/utlodning.
23.-24. april	Norwegian Spring. Speiderhuset Halden.
14.-15. mai	Pinseløp Kongsberg, Mormors Have.
2. juni løpere.	Klubbmesterskap sprint, Mokollen. Bispising til SOK og Hedrums
24.-26. juni	O-festivalen Sarpsborg. 21 SOK + noen eks-SOK overnattet på Varteig klubbhus.
21. august	Dagstur til VM Strømstad og deltakelse i publikumsløp.
25. august	Grilling på klubbmesterskap, Skjellvika.
09.-11. september	Veteranmesterskapet på Norefjell. Leide 2 leiligheter.
22. oktober	Felles hjemreise med båten fra Blodslitet/Strømstad
23. november	Grøtften og årsavslutning på Furustad Grendehus, med risgrøt, utlodning, o-bingo.

03.01.2017

Stine Arntzen

Finansutvalget

Klubbens gode inntekter fortsetter og holder oss i en posisjon hvor vi i stor grad kan planlegge flere år fremover. Det er god kontroll på kartarbeidet som igjen sikrer god oversikt og riktig budsjettering i årene fremover.

Store inntekter fra kilder som vi må fortsette å passe på er: Tur-O, Tilskudd/støtte O-Kart, Bingo, toalettpapir, kommune, stat og NOF. Denne deler har vi sikret god kontroll på gjennom fast registreringsoversikt over når og hvor søknader skal registreres.

Driftsresultat 2016 er: 15 510 kr

For reelle tall vises det til vedlagte regnskap og budsjett.

Roger Hagen

Oppmannsutvalget

I sesongen 2016 har antall starter økt noe i forhold til 2015 og er på tilnærmet samme nivå som i 2013 og 2014 (i 2015 var det færre lokale løp grunnet at arrangørressursene ble benyttet til flere store arrangementer). For første gang siden 2005 er det flere guttestarter enn jentestarter for de under 16 år.

Starter i individuelle terminfestede løp:

År	Antall	Damer	Herrer	Damer<17år	Herrer<17år
2016	1395	624	771	156	241
2015	1255	594	662	242	183
2014	1442	679	763	252	192
2013	1443	705	738	221	211
2012	1279	655	624	209	156
2011	1234	631	606	224	138
2010	1114	537	577	219	123
2009	1253	612	643	231	169
2008	1307	605	706	247	192
2007	1686	849	837	408	267
2006	1708	785	923	341	282
2005	1954	869	1085	311	367
2004	1755	806	949	292	341
2003	1833	835	998	337	299
2002	1531	642	889	301	316
2001	1239	455	784	140	223
2000	1109				

1999	1130
1998	1013
1997	1306
1996	1440

	O-festivalen	Sørlandsgaloppen	Pinse Kongsb.	Totalt _
2016	75 starter	59 starter	67 starter (2 løp)	201 starter
2015	58 starter	131 starter (Rauland)	97 starter	286 starter
2014	83 starter	23 starter	99 starter	205 starter
2013	97 starter	106 starter (4 i Vestf)	72 starter (2 løp)	275 starter
2012	54 starter	28 starter	104 starter	186 starter
2011	60 starter	58 starter	97 starter	215 starter
2010	31 starter	15 starter	100 starter	146 starter
2009	70 starter	189 starter (Vestf)	114 starter	373 starter
2008	75 starter	50 starter	59 starter	184 starter
2007	92 starter	226 starter	129 starter	447 starter
2006	70 starter	120 starter	136 starter	326 starter
2005	99 starter	244 starter (Vestf)	146 starter	489 starter
2004	111 starter	157 starter	156 starter	424 starter
2003	81 starter	244 starter	173 starter	508 starter
2002	41 starter	237 starter	103 starter	380 starter
2001	89 starter	201 starter (Vestf)	77 starter	367 starter
2000	28 starter	169 starter		197 starter

	Vestfoldkarusell	(midtukeløp) Vår cup	Høstcup/nattcup	Totalt
2016		207 starter	138 starter	345 starter
2015		194 starter	124 starter	318 starter
2014		262 starter	216 starter	476 starter
2013		218 starter	199 starter	417 starter
2012		249 starter	143 starter	392 starter
2011 (2 første avlyst)		141 starter	130 starter	271 starter
2010		172 starter	126 starter	298 starter
2009		171 starter	62 starter	233 starter
2008		107 starter	108 starter	215 starter
2007		219 starter	130 starter	349 starter
2006		231 starter	111 starter	342 starter
2005		288 starter	169 starter	457 starter
2004		206 starter	111 starter	317 starter

Deltakelse i stafetter

Deltakelsen i stafetter er på nivå med tidligere år (bedre enn i 2014).

År	Antall lag	Antall løpere	Damer	Herrer	Løpere <17 år
2016	20 lag	53 starter	31	22	12
2015	26 lag	64 starter	35	29	17
2014	21 lag	49 starter	25	25	14
2013	30 lag	81 starter	39	42	24
2012	24 lag	73 starter	40	33	37
2011	24 lag	82 starter	38	42	26
2010	24 lag	66 løpere	36	30	23
2009	23 lag	80 løpere	50	30	30
2008	26 lag	74 løpere	37	37	21
2007	30 lag	106 løpere	63	43	50
2006	30 lag	102 løpere	59	41	42
2005	36 lag	128 løpere	63	65	37
2004	32 lag	104 løpere	59	45	41
2003	27 lag	83 løpere	36	47	35
2002	26 lag	84 løpere			42
2001	20 lag	65 løpere			
2000	22 lag	73 løpere			
1999	31 lag	120 løpere			
1998	48 lag	189 løpere			
1997	43 lag	162 løpere			
1996	49 lag	202 løpere			

Periode for egenbetaling

Klubben har dekket startkontingenter for alle under 25 år hele året. Perioden for egenbetaling for løpere >25 år har vært ferieløp i sommerferien. Løperne har selv betalt etteranmeldingsgebyr. De har dessuten betalt startkontingent når de har vært påmeldt men ikke startet.

Ordningen med at en selv kan melde seg på løp via internett har fungert veldig bra, og de aller fleste velger dette. Vi har med jevnlig mellomrom sendt e-post med info om forestående løp mv. til de vi har registrert e-post adresse på. Er du blant de som ikke har fått dette, send en e-post til gjelstad@hlo.no så skal vi få deg inn i "mailinglista".

Trond Gjelstad

NOEN AV ÅRETS HØYDEPUNKTER 2016

Hovedløp for yngre - sprint	Plass			Plass
		H14	Cornelius Bjørk	6
		H14	Jonas Eikås	28
Hovedløp for yngre - langdistanse	Plass			Plass
		H14	Cornelius Bjørk	27
		H14	Jonas Eikås	35

NM Ultralang	Plass			Plass
D17-18 Signe B. Jørgensen	25	H17-18	Hallvard Foss	40
NM Langdistanse	Plass			Plass
D17-18 Signe B. Jørgensen	7	H17-18	Hallvard Foss	40
D17-18 Maria Prestbøen	15			
D17-18 Ella A. Hagen	39			
NM Mellomdistanse	Plass			Plass
D17-18 Signe B. Jørgensen	17	H17-18	Hallvard Foss	35
D17-18 Ella A. Hagen	18			
D17-18 Maria Prestbøen	30			
NM Stafett jr	Plass			Plass
D17-20 Maria Prestbøen	8			
Ella A. Hagen				
Signe B. Jørgensen				
NM Stafett senior	Plass			Plass
Ella A. Hagen	23			
Signe B. Jørgensen				
Maria Prestbøen				

NM sprintstafett senior (DHHD)		Plass		Plass
	Ella A. Hagen	24		
	Hallvard Foss			
	Signe B. Jørgensen			
	Maria Prestbøen			
NM Sprint		Plass		Plass
D17-18	Signe B. Jørgensen	14	H17-18 Hallvard Foss	27
D17-18	Maria Prestbøen	21		
D17-18	Ella A. Hagen	30		
NM Natt		Plass		Plass
D17-18	Signe B. Jørgensen	4	H17-18 Hallvard Foss	29
D17-18	Maria Prestbøen	8		
D17-18	Ella A. Hagen	19		

Veteranmesterskapet - kortdistanse		Plass		Plass
D45	Anne Berit Bredholt	2		
Veteranmesterskapet - mellomdistanse				
D50	Kari Christiansen	1		
Veteranmesterskapet - langdistanse				
D50	Kari Christiansen	2		

KM - Langdistanse						
D17-18	Signe Bredholt Jørgensen	Sølv	H13-14	Cornelius Bjørk	Gull	Bronse
D17-18	Ella Arentz Hagen	Bronse	H17-18	Hallvard Foss	e	
			H21	Trond Gjelstad	Gull	
KM - Mellomdistanse						
D17-18	Ella Arentz Hagen	Bronse	H13-14	Cornelius Bjørk	Gull	
			H21	Trond Gjelstad	Gull	
			H21	Petter Moe	Sølv	
KM - Sprint						
D17-18	Signe Bredholt Jørgensen	Gull	H13-14	Cornelius Bjørk	Gull	Bronse
D21	Kari Christiansen	Bronse	H13-14	Jonas Eikås	e	
			H17-18	Hallvard Foss	Bronse	

						e
KM - Sprintstafett						
D17	Signe Bredholt Jørgensen Maria Prestbøen	Gull	H13-16	Jonas Eikås Cornelius Bjørk		Bronse
D50	Tone Stokland Tiri Rebård	Gull	H17	Hallvard Foss Martin Hasle		Sølv
			H17	Knut I. Johansen Trond Gjelstad		Bronse
			H50	Roar Nilsen Arne H. Jørgensen		Gull
KM Stafett						
D13-16	Ella Arentz Hagen Signe B. Jørgensen		H13-16	Jonas Eikås Cornelius Bjørk		Bronse
			H17	Hallvard Foss Knut I. Johansen Trond Gjelstad		Gull

Blodslitet		Plass			Plass
D50	Kari Christiansen	3	H13-14	Cornelius Bjørk	3
			H12	Anders Klavenes	5
			H12	Brage Eikås	6

Sak nr 5. Regnskap

Resultatregnskap blir utlevert på årsmøtet.

Sak nr 6. Spesifisert regnskap og budsjett

Spesifisert resultatregnskap, balanse og budsjett blir utlevert på årsmøtet.

Sak nr 7. Inkomne forslag

Ingen inkomne forslag

Sak nr 8. Fastsettelse av kontingent

Styret foreslår å holde medlemskontingenten uforandret.

Forslag til kontingentsatser:

Medlem	Kontingent
Rekrutt 1. år	240,-
Barn og ungdom (under 25 år)	420,-
Senior (over 25 år)	600,-
Famile med barn (dekker barn under 25 år)	1.440,-
Støttemedlem	120,-

Sak nr 9. Valg

Valgkomiteens forslag legges fram av valgkomiteens leder på årsmøtet.