



Sandefjord Orienteringsklubbs (SOK) styre innkaller til

ÅRSMØTE

**ONSDAG 12. FEBRUAR 2025 kl.19:00
på idrettens hus i Sandefjord**

SAKSLISTE:

1. Godkjenning av de oppmøtte stemmeberettigete medlemmer
2. Godkjenning av innkalling og saksliste
3. Valg av ordstyrer, referent samt to medlemmer til å underskrive protokollen
4. Styrets og utvalgenes årsberetning
5. Revidert regnskap 2024 og revisors beretning
6. Budsjett 2025
7. Fastsettelse av kontingent
8. Fastsettelse av organisasjonsplan for 2025
9. Valg – forslag fastsatt før årsmøtet
10. Godkjenning kartplan
11. Leie av nyoppført klubbhus (Skistua)

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

Knut Gjone

Leder Sandefjord Orienteringsklubb

Alle medlemmer inviteres til årsmøte-middag kl. 18:00. Ingen egenandel. Påmelding innen 9. februar 2025.

***** VELKOMMEN *****

STYRETS BERETNING

Styret har bestått av:

Posisjon	Navn	
Leder	Knut Gjone	Finans
Nestleder	Anne Lise Andreassen	Tur-O & Stolpejakten
Medlem	Kine Gulliksen	Sportslig utvalg
Medlem	Sturle Furland	Arrangement
Medlem	Jon Ringdal	Kart, VDG og materiell

Spesielle oppgaver og verv

- Yngve Mobråten, sportslig leder i Vestfold og Telemark Orienteringskrets
- Jon Ringdal, kartansvarlig i teknisk råd i Vestfold og Telemark Orienteringskrets
- Oskar Kaaløy medlem i para-utvalget til Norges Orienteringsforbund.

Møter

Det er avholdt 4 styremøter i 2024, i tillegg ett i 2025. Det har blitt avholdt to medlemsmøter, årsmøte og ved «grøtfesten». Det ble arrangert Kickoff i mars på Breidablikk ungdomsskole.

Aktiviteter

Sandefjord Orienteringsklubb har som mål å gi sine medlemmer et tilbud om fysisk aktivitet på sitt nivå og sine forutsetninger. Alle skal utøve idretten på det nivå de ønsker. Vi har også som mål at våre aktiviteter skal være til glede for Sandefjord befolkning og for orienteringsløpere generelt.

En nyhet dette året var at klubben i samarbeid med Stokke IL arrangert verdens O-uke 22. mai på Biblioteket i Sandefjord. Vi inviterte 4. og 5. klasse på Gokstad barneskole. 85 elever fordelt på 4 grupper fikk et litt annerledes bibliotekbesøk denne dagen. På kvelden var det rekrutter fra



Stokke IL og Sandefjord OK sin tur, og 25 barn fikk prøvd seg. Vi opplevde dette som en positiv måte å markere Verdens orienteringsuke på. Vi fikk profilert orientering og klubben på en fin måte. På baksiden av kartet var det trykket opp litt info om treningstilbudet til klubben.

Vi henviser til utvalgenes årsrapporter for mer informasjon om klubbens aktiviteter.

Miljø

Slik styret ser det, har klubben et godt miljø der barn, ungdom og voksne driver fysisk aktivitet og trives i hverandres selskap. Danmarksturen var for mange årets høydepunkt. På grunn av dårlige fergetider prøver vi en annen variant i 2025 med klubbturn til Sverige. Vi oppfordrer flest mulig til å melde seg på!

Økonomi

Resultatet ble litt svakere enn budsjettert. Hovedårsaken er færre solgt tur-orienteringskonvolutter. Klubben har fortsatt god økonomi, som gjør at alle får et godt tilbud. Styret foreslår at årets underskudd på kr 146 954 dekkes av annen egenkapital. Klubben har gode økonomirutiner. Alle utbetalinger godkjennes av to personer og har lovpålagt underslagsforsikring.

Medlemstall

	2024	2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014
Totalt	165	147	143	147	140	151	140	139	142	174	164
D -17	19	15	15	15	15	19	14	16	15	20	18
H -17	21	17	16	22	16	22	23	20	19	26	24
D17-	56	51	49	47	46	44	42	44	46	48	46
H17-	69	64	63	63	63	66	61	59	62	80	76

Kjønnsfordeling i medlemsmassen er: Damer: 45%, Herrer 55%.

ÅRSRAPPORTER FRA UTVALGENE

1. FINANSUTVALGET

Finansutvalget består av Knut Gjone, men jeg har fått god hjelp fra Anne Lise Andreassen, Jon Ringdal og Hilde Kløvstad. Har i 2024 søkt og mottatt tilskudd fra:

- Tilskudd til Stolpejakten fra Sandefjord kommune kr 10 000
- Lokale aktivitetsmidler via Sandefjord kommune kr 36 524
- Aktivitetsmidler fra NOF 5 800
- Torbjørn Hansen kr 50 000 til nye arrangementstelt, utlånsbrikker og pc.
- MVA kompensasjon
- DNB kr 100 000 kart Andersbonn.

Har i tillegg fått avslag på noen søknader.

Dette er en viktig oppgave, er det noen som har lyst til å hjelpe?

2. REKRUTTUTVALGET

Odd Martin Nordhagen (Leder)

Ann Kristin Bjerke (trener, ansvarlig spond)

Sammendrag av året 2024

Dette året har vi hatt det mye gøy, det hele startet med en fin samling til Danmark, hvor en håndfull rekrutter ble med. Det var god stemning til og fra kaia i Larvik. Vi hadde treninger hver torsdag og mange var med på vår cup og høst cup. Noen av oss var også med på stafett løp i Halden, noe som var veldig gøy.

Vi arrangerte bowling med Stokke IL som var en stor hitt. Mot sommeren kom Knattholmen samlinga som var for hele kretsen. Mye positiv tilbakemelding fra de som var med, selv om været ikke var med oss. Etter en god sommerferie, startet sesongen opp igjen med høst-cuper og en samling for de eldste rekruttene, som Porsgrunn arrangerte for kretsen.

Helga vi arrangerte Marum løpet, samlet vi oss på en speider hytte i Andebu for overnatting. Denne gangen ble det kun de minste som var med.

Så avsluttet vi det hele med Grøt fest og moro.

Når løpssesongen var ferdig for rekruttene, startet vi rett opp med inne trening frem mot jul

Trener teamet 2024

Rekrutt team og trenere i år skulle bestå av:

Ann Kristin Bjerke, Per Erik Larsen, Kristine Waggestad Havnes og Odd Martin Nordhagen. Det ble raskt klart at det bare ble Ann Kristin og Odd Martin, da de andre frafalt av diverse grunner. Vi fikk hjelp av andre som Kine, Martin og Morten på noen treninger, til å følge ungen rundt i løypene. Utenom det har vi måtte belage oss på ivrige foreldre, til å følge barna. Vi gjorde så godt vi kunne, men lærings kvaliteten på torsdags treningene ble nok noe lav da foreldrene var like ferske i idretten som barna.

Tirsdagsløp (vår cup og høst cup)

Vi har oppfordret alle rekruttene til å være med på så mange tirsdagsløp som de får til, dette har foreldre og rekrutter blitt påmint nesten hver eneste torsdagstrening, og mange har vert med. Oppmøtet har nok i snitt hvert mellom 6 til 10 stk fra SOK.

Etter hvert som vi fikk nye rekrutter, har vi forsøkt å få dem med på disse løpene, med terskelen har virket litt høy. Vi fikk noen med mot høsten, og vi håper flere av de skal bli med i året 2025. Det har vært fritt oppmøte innenfor arrangørens tids frister, vi har ikke hatt felles oppmøte eller noe annet felles på disse trenings løpene.

Torsdagstreningene.

Vi har hatt et greit oppmøte dette året, vi startet på kickoffen med å friste med belønning til hyppig oppmøte for å kunne oppnå premier til grøtfesten. Dette ble ganske populært, og hørte ved flere anledninger at dette var et viktig moment til at flere av de nye måtte møte opp på trening. Dette hjalp oss også å ha ganske og god kontroll på oppmøte. (se vedlegg 1) Inne treningene har også vært gode, men ikke med like mange med, mellom 7 og 13 stk har vi pleid å være. (se vedlegg 2)

På treningene har vi hatt som mål å få til en felles oppvarming med noe lek, som stiv heks eller annen felles lek. Dette for at ikke treningene bare skal være å hente kart å forsvinne ensom inn i skogen. Deretter har vi prøvd å få til noe O-spesifikt på treningen, spesielt for de helt ferske. Der med noen kort med bilder av karttegn osv. Det har blitt litt lite av dette da vi har vært alt for få trenere.



Helgeløp og Stafetter

Geografisk nærliggende løp og stafetter har vært plukket ut og invitert rekruttene med felles oppmøtetid og gjennomgang av kart. I snitt har det vært med 9 løpere på disse helgeløpene. Rekruttene har stilt et-to lag i stafettene arrangert i egen krets.

Vi plukket ut en morsom stafett i Halden som noen av oss ble med på. Dette var veldig gøy selv om vi ble litt få. Håper å få med flere til neste år.

Nybegynnerkurs

Det ble ikke avholdt noen nybegynnerkurs. Lite markedsføring (kun i konvolutt) og kursholder skulle på sykehuset når datoene for kursa skulle avholdes.

Klubb Samling på Knattholmen

Vi planla en samling for hele kretsen denne helga, i forbindelse med



midtsommer løpene i Stokke. Vi ble ca 55 stk med foreldre. Nesten alle var med på løpene og det ble kino med pizza, brus og popcorn fra en popcorn maskin som vi fikk låne av Martin. Vi hadde noen små navneleker rundt bordet mens vi ventet på maten, og alt i alt ble det en fin kveld til tross for storm ute.

Kretssamling for de eldste rekruttene i regi av Porsgrunn

Dette var en veldig fin samling i september for de eldste rekruttene, altså 10-12 åringene. Vi var 4 deltagere fra klubben (+ en lagleder). Totalt CA 30 barn + voksne på samlingen. Lørdag var det sprintløp fra klubbhuset til Porsgrunn OL deretter lek, aktiviteter, middag og felles løpetur med lykt på kvelden. Dagen etter var det o-teknisk trening og et lite foredrag om kurveorientering. En bra samling der vi ble godt kjent på tvers av klubbene i Vestfold og Telemark.

Speider hytte samling

Som en avslutning på grunnet høy alder på samlingen i Porsgrunn, arrangerte vi en liten samling på en speiderhytte i Andebus skoger, det ble bare de minste med foreldre, men ble god stemning selv om, samlingen ble holdt i forbindelse med at vi arrangerte Marum mila.

Sesongplan 2025

Målet for dette året må være å få hjelp av flere foreldre som kan støtte opp om å være trenere. Klare å få treningene litt mer orienterings rettet, så vi øker de o-tekniske ferdighetene. Vi kommer til å oppmuntre alle rekrutter til å bli med på turer som klubben har arrangert overnattinger i forbindelse med o-løp, selv om kanskje ikke trenerne blir med. På tirsdags løpene skal vi trenere prøve å sende tidspunktene som vi er tilgjengelige til å bistå med hjelp før og etter start, inn i spond så foreldre kan planlegge når de ønsker å være der.

Treningsmål

- Vi holder rekrutt treninger på torsdager fremdeles, sammen med de andre på treningsløpene.
- Vi har et mål om å prøve å få til rolige løpetreninger på søndager de søndagene det ikke er lokale løp i nærheten som vi anbefaler rekruttene å være med på.

Sosiale mål.

- Vi håper å få til kretssamling i år, men det blir ikke på knatt holmen da den var booket.
- Vi vil også ha en mindre samling, kun for våre rekrutter, på Heisetra sent på høsten dette samme helgen som Østerøya rundt Søndag 28.9 eller blåbærløpet 7.9.
- Bowling med Stokke IL er noe vi ønsker å få til i år også.
- Vi ønsker å få alle med på turen til Sverige i år.
- Vi ønsker å videreføre oppmøte belønning på Torsdagstreningene.

Vedlegg. 2stk

Oppmøte treningsløp 2024		Sum vår	Sum høst	Total
Navn	Antall			
Leah	10		8	18
Luna	10		7	17
Patrik	7		8	15
Karen Amalie	6		7	13
Theodor	6		7	13
Jenny	6		7	13
Nelly	7		5	12
Mattis	6		5	11
Brage	6		5	11
Amina	6		4	10
Synne	5		5	10
Andrea	5		5	10
Jacob	6		3	9
Elise	5		3	8
Fredrik	5		3	8
Petrine	5		1	6
Anders	3		2	5
maja	2		2	4
Karl Henrik	3		0	3
Edgar	3		0	3
Jeppe	2		1	3
Lauritz			3	3
Mathias	2		0	2
Marte	2		0	2
Kasper	2		0	2
Marie			2	2
Julia	1		0	1
Trym	1		0	1
Lars	1		0	1
Kaline			1	1
Katarina			1	1
Sverre			1	1
Mari			1	1
Aksel			1	1
	121		98	219

Navn	INVITERTE TOTALT	DELTATT TOTALT	DELTATT %	GYLDIG FRAVÆR %	SENT OPPMØTE %
Karen Amalie Følsvik-Lile	10	10	100,0%	0,0%	0,0%
Luna Malene Nordhagen	10	10	100,0%	0,0%	0,0%
Leah Alice Nordhagen	10	9	90,0%	0,0%	0,0%
Patrik Finstad	10	8	80,0%	0,0%	0,0%
Nelly Bjerke Evensen	10	8	80,0%	0,0%	0,0%
Andrea Parmann Sletsjøe	10	7	70,0%	0,0%	0,0%
Synne Parmann Sletsjøe	10	7	70,0%	0,0%	0,0%
Amina Thorsø Andresen	10	7	70,0%	0,0%	0,0%
Brage Olstad Gulliksen	10	6	60,0%	0,0%	0,0%
Marie Horntvedt	10	2	20,0%	0,0%	0,0%
Maya Lykke Michalowski	10	1	10,0%	0,0%	0,0%
Aksel Omdal-Ellingsen	10	1	10,0%	0,0%	0,0%
Theodor Waggestad Havn	4	1	25,0%	0,0%	0,0%
Jacob Brunberg	10	1	10,0%	0,0%	0,0%
Jeppe Michalowski	10	1	10,0%	0,0%	0,0%
Knut Gjone	0	0	-	-	-
Mattis Gulliksen Brunberg	10	0	0,0%	0,0%	0,0%
Ann Kristin Bjerke Evensen	0	0	-	-	-
Per Erik Larsen	10	0	0,0%	0,0%	0,0%
Tuva Hammer Blix	10	0	0,0%	0,0%	0,0%
Ellen Strøm Juliussen	7	0	0,0%	0,0%	0,0%
Fredrik Nauf Borgersen	4	0	0,0%	0,0%	0,0%
Elise Nauf Borgersen	4	0	0,0%	0,0%	0,0%
Lauritz Aamodt Strand	10	0	0,0%	0,0%	0,0%
Marte Eliassen	10	0	0,0%	0,0%	0,0%
Sigrun Gjone	10	0	0,0%	0,0%	0,0%
Jenny Lauve Wike	10	0	0,0%	0,0%	0,0%

vedlegg 2 Inne trening

3. ÅRSRAPPORT SPORTSLIG UTVALG

Sportslig utvalg har i år 2024 bestått av:

- *Mariann Arvesen, Daniella Gjone, Odd Martin Nordhagen, Martin Hasle og Kine Gulliksen (leder)*

Vi ser tilbake på en flott sesong 2024 med mange deltagere på både løp og treninger. Flere gode prestasjoner og god utvikling hos mange av våre aktive.

Hovedfokuset til sportslig utvalg har vært å tilby og følge opp trening og sportslige aktiviteter for klubbens medlemmer med spesielt fokus på rekrutter (8-12 år), O-Zongruppa (13-16 år) og juniorer (17-20 år) i klubben. Vi ønsker å gi et tilbud for alle på ulike nivåer slik at flere opplever mestring og utvikler seg. I tillegg til treningene har utvalget hatt ansvar for uttak til stafetter klubben har deltatt på. Utvalget har hatt flere møter gjennom sesongen.



I vinterhalvåret har treningen bestått av intervaller på mandager samt langtur og styrke inne på Breidablikk på torsdager. I sommerhalvåret har klubben gjennomført ukentlige o-tekniske treninger og i tillegg flere samlinger for hhv rekrutt og ungdommer.

Det er motiverende å se at klubbens medlemmer ønsker å utvikle seg og deltar på treninger, løp og samlinger. Rekruttutvalget v/Odd Martin Nordhagen har hatt ansvaret for rekrutt-treningene, mens Sturle, Knut Ivar og Martin har hatt ansvar for O-Zon gruppa og Juniorene. Det er flott at det også har vært flere voksne på plass på hver trening og flere som kan bidra med å ta oppvarming og skygge løpere på ulike nivåer. Vi har et ønske om at alle klubbens medlemmer samles på et sted på treningsløp for å skape en tilhørighet og et felles samlingspunkt, og derfor vil iblant o-tekniske utbytte påvirkes av dette for noen. Ansvarlige for treningsløpet er blitt fordelt på flere personer i klubben i forkant av o-sesongen, noe vi vil fortsette med videre. Takk til alle som bidrar med å lage løyper, henge ut og ta inn poster –

Det er en kjempeviktig innsats for klubbens medlemmer. I tillegg til faste treninger er det også blitt arrangert flere ekstra treninger med ulike o-tekniske fokuspunkter.

Vi har i større grad benyttet oss av Spond for å dele informasjon om treninger og aktiviteter, noe som har fungert godt. I tillegg har vi hatt en overordnet plan tilgjengelig på hjemmeside og/eller evt facebook. Fremover ønsker vi at alle som skal delta på treninger følger med og melder seg på via Spond. Dette for å gjøre det enklere å blant annet beregne antall kart som må printes til hver trening.

Sportslig utvalg ønsker også å trekke frem flere fine prestasjoner i året som har gått. Vi ønsker spesielt å trekke frem prestasjonen av ungdomslaget på TioMila 2024.



Vi stilte to ungdomslag, hvorav førstelaget gjorde tidenes beste resultat i ungdomsklassen for Sandefjord OK. Alle løp stabilt gode etapper og laget ble nest best av de norske, kun slått av Porsgrunn. Med en 15. plass var dette solid levert. Stafetter er en fin måte å heie hverandre frem på sammen så derfor syntes vi det er flott at vi har

stilt lag også i flere stafetter i året.

Det har også vært flere gode enkeltprestasjoner av ungdommene gjennom året. På hovedløpet presterte Anna S. Juliussen nok en gang solide løp og det ble seier på både langdistanse og i sprint.

Stipend for 2024 ble tildelt følgende personer:

Beste prestasjon: TioMila Ungdomslaget 2024 (Ingrid, Theo, Emil, Balder, Eirik, Anna)

Beste treningsinnsats: *Theo Fredheim*



Stipend for gode resultater ble også delt ut til *Anna S. Juliussen* (2x 1. plass Hovedløpet).

Klubbens pokal for beste kilometertid på klubbmesterskapet ble i år delt ut til:

Mattis G. Brunberg og Ingrid S. Juliussen

Stipend og utmerkelser ble delt ut på grøtfesten på slutten av sesongen. Dette vil vi fortsette med også neste år.



NM Kongsberg



Sprint NM Bodø

Planer for 2025:

Gjennom vinteren vil vi fortsette med samme treningsstruktur som vi har hatt tidligere. Vi fortsetter å tilby ukentlige økter med intervalltrening på mandager (13+) og utetrening/ styrke (13+) samt trening for rekrutter inne på torsdager. I slutten av Mars vil det bli

Kick-off for sesongen med informasjon om hva som skjer kommende sesong av felles aktiviteter. I April starter vi opp med o-tekniske treninger ute med fokus på ulike momenter.

Vi ser frem til ny sesong!



Treningsløp Sandefjord Orienteringsklubb 2024

Dato	Kart	Sted	O-tekn.variant	Løypelegger og Arrangør
4. april (uke 14)	Preståsen Paviljongen	Preståsen	Kompass/retning	Knut Ivar Johansen
11. april (uke 15)	Knattholmen	Knattholmen leirsted	Stafett-trening	Kine og Gullik
18. April (uke 16)	Framnes	Skagerak	Sprintintervaller	Per Erik Larsen
25. April (uke 17)	Marum	Golfbanen	Kompass/Retning	Fam Strøm Juliussen
2. mai (uke 18)	Gallis	Kodal Skole	Kurve-orientering	Yngve Moberåthen
16. Mai (uke 20)	Ula-Kjerringvik	Svinevika	Kompass/Retning	Live Jørgensen
23. Mai (uke 21)	Heisetra	Snappen	Kurve-orientering	Stein og Marius
30. Mai (uke 22)	Asnes/Korsvika	Korsvika	Klubbmesterskap sprint felles med Stokke og Andebu	Sandefjord/Martin Hasle
6. juni (uke 23)	Østerøya	Skjellvika	O-intervaller	Morten Eliassen
13. juni (uke 24)	Felles trening med andebu og Stokke	kommer	kommer	Andebu il

SOMMERFERIE

Dato	Kart	Sted	O-tekn.variant	Løypelegger og Arrangør
15. aug (uke 33)	Hjertås	Sandtaket	kurveorientering	Daniella og Veronica
22. aug (uke 34)	Østerøya	Flautangen	Postplukk - retning	Per Erik Larsen
29. aug (uke 35)	Helgerød	Helgerød Skole	o-løype + moment	Sindre og Diderik
5. sept (uke 36)	Breidablikk	Breidablikk ungdomsskole	Sprinttrening	Knut Ivar Johansen
12. sept (uke 37)	Kommer senere	Kommer senere	Klubbmesterskap Mellom	Stokke il
19. sept (uke 38)	Yxney	Trubervika Parkering	Kompass/retning	Trond Gjelstad
26. September (uke 39)	Eklund open?	Eklund open?	Fellesstart sprint	Stokke Il
3. Oktober (uke 40)	Mokollen/Mosserød	Mosserød Skole	Sprint-intervaller	Kine og Gullik

Alle treningsløp starter Torsdager kl. 18:00, dersom ikke annet er oppgitt. Oppmøte litt før 18.00. Det vil være A, B/C-løyper samt nybegynnerløyper på treningene. Vi vil også fremover ha mer fokus på ulike momenter på treningene slik at man kan få trent på viktige o-tekniske ferdigheter.

4. ÅRSRAPPORT ARRANGEMENTUTVALGET

Utvalget har i 2024 bestått av Johan Brunberg og Sturle Furland (leder). Vår hovedoppgave har vært å planlegge orienteringsarrangementer, rekruttere personer til nøkkelroller og sikre gjennomføringen av løpene.

Sandefjord Orienteringsklubb har som mål å tilby aktiviteter for alle aldersgrupper og ferdighetsnivåer gjennom hele året, og orienteringsløp utgjør en sentral del av klubbens tilbud.

Arrangementer 2024

Sesongen 2024 har vært innholdsrik med 6 arrangementer:

Dato	Navn	Sted	Distanse	Løpsleder	Løypelegger
07.02	Vinter Jokula - AVLYST (*)	Østerøya			
07.04	Vestfold 2-dagers	Østerøya	Mellom	Jon Simonsen	Sturle Furland
30.05	Åpent klubbmesterskap sprint	Korsvika	Sprint	Martin Hasle	Kine Gulliksen
04.06	Vestfold Vårcup	Ranvik	Sprint	Anne-Lise Andreassen	Johan Brunberg
03.09	Vestfold Høstcup	Stiåsen	Mellom	Morten Fredheim Solberg	Theo Fredheim
13.10	Marummila	Marum	Lang	Trond Gjelstad	Øistein Høksnes
13.11	Vinter Jukola	Østerøya	Natt	Johan Brunberg	Knut Ivar Johansen

(*)Vinter-Jokula 07.02 ble avlyst pga. snøforhold, og løpene ble brukt på løpet 13.11 i stedet.

I tillegg til disse o-arrangementene sto SOK som vanlig som arrangør til Midtåsenløpet, onsdag 11.09, med 110 startende løpere + 25 barn som var med på barneløpet. Kine Gulliksen var løpsleder.

Klubben har nok en gang vist seg som en dyktig arrangør med velorganiserte løp, gode løyper og flotte arenaer. Et dedikert mannskap har bidratt til å skape vellykkede arrangementer. Utvalget retter en stor takk til alle bidragsytere!

Planlagte for 2025

Hovedarrangementene for 2025 blir utvilsomt Hovedløpene og O-landsleiren 1.-6. august. Dette omfattende arrangementet inkluderer:

- Hovedløp i langdistanse (Anderbonn)
- Hovedløp i sprint (Varden)
- Kretsstafett (Bugården)
- Moroløp-, aktivitets- og treningsdag (Østerøya og Hjertnesskogen)

Det blir en travel start på august måned, og vi oppfordrer alle til å bidra slik at ungdommene får en uforglemmelig opplevelse i Sandefjord. Tidligere arrangementer i 2008 og 2013 har vist at Hovedløpene og O-landsleiren er like givende for arrangørene som for deltakerne. Arrangementet samler unge orienteringsløpere fra hele landet og skaper minner som vil vare livet ut!

Vi vet også at arrangementene krever betydelig innsats. Selv om forberedelsene allerede er godt i gang, ligger mesteparten av arbeidet fortsatt foran oss. Våren 2025 blir en travel periode, da det meste må være på plass før vi tar sommerferie. For å ta ned totalbelastningen, har vi valgt å ikke arrangere Vestfold Vår- og Høstcup.

Vi har også blitt spurt av orienteringsgruppa i STIF om vi kan arrangere Østerøya Rundt i anledning deres 125-årsjubileum. Dette tradisjonsrike løpet vil være vårt bidrag til feiringen. For å begrense totalbelastningen, har vi valgt å arrangere Østerøya Rundt i stedet for Marummila, men vi forsikrer samtidig at Marummila vil returnere til terminlisten i 2026!

Dato	Navn	Sted	Distanse	Løpsleder	Løypelegger
05.02	Vinter Jukola		Natt	Tr.utvalget	Tr.utvalget
12.03	Vinter Jukola		Natt		
30.03	Vestfold 2-dagers	Marum		Knut Gjone	Yngve Mobraaten
02.08	Hovedløpet lang	Andersbonn	Lang	Sturle Furland	Martin Hasle
03.08	Hovedløpet sprint	Varden	Sprint	Johan Brunberg	Per Erik Larsen
06.08	Kretsstafetten	Bugården	Stafett	Johan Brunberg	Knut Ivar Johansen
01.08-06.08	O-Landsleiren	SVGS	Leir	Knut Gjone	Flere
28.09	Østerøya Rundt	Østerøya	Ultra Lang	Trond Gjelstad	Øistein Høksnes

Vi ser frem til en spennende sesong med mange flotte o-arrangementer i 2025!

For Arrangementutvalget,
Johan Brunberg og
Sturle Furland

5. TUR-ORIENTERING 2024

Tur-orientering har i 2024 solgt 631 konvolutter. Det er en nedgang fra fjoråret på 10 %, og en markert nedgang fra pandemiårene 2021 og 2020 hvor klubben omsatte 1072 og 963 konvolutter. Vi er tilbake på salgstallene før pandemiårene, men ligger litt under siste «normalår» 2019.

Fra 2022 lanserte NOF nytt nettbasert salg av aktiviteten hvor man kunne kjøpe alle kart eller bare enkeltkart. Det er derfor solgt 84 enkeltkart i tillegg til konvolutter Total omsetningen på nett utgjør 9 % av omsetningen som i 2023. Vi må regne med at nettbasert salg vil øke i takt med samfunnets utvikling.

Terrengene brukt i 2024 var Rødsåsen, Kamfjordåsen/Varden, Engø/Natholmen, Preståsen, Håkavika, Hjertås og Heia/Svartåa. Preståsen var en grønn tur som er ett lavterskeltilbud gratis for alle.

Vi endret i 2023 på opplegget med avslutningskveld som vi hadde fulgt i alle år. Det ble i stedet vellykket med kaffe og kaker på annonserte poster våren og høsten. Vi opplever positive møter med ett bredt spekter av postjegere og får deres erfaringer, samt ros og ris.

Med så mange brukere, er tur orientering en stor belastning for grunneierne. Flere ønsker oppstart etter kalvingsperioden, og med avslutning før rådyrjakt. Vi retter oss etter grunneierne, da vi er avhengig av ett godt samarbeide. I kystnære terreng er det lite jakt, men derimot mange hytteeiere, og vi prøver å nå alle med informasjon om vår aktivitet i hytteområdene.

I 2025 vil Tur-o foregå i terrengene Tveitan/Folehavna, Kariåsen, Haukerød (grønn tur), Storåsen (Stokke) og Helgerød

Det er avholdt flere møter i utvalget og vi samarbeider tett med kartutvalget og VDG. Alle i utvalget har ansvar for hvert sitt kart med planlegging av poster, utsetting og oppfølging i løpet av sesongen, og innhenting ved sesongslutt. Årets største dugnad er pakking av konvoluttene.

Tur-o utvalget har i 2024 bestått av:

Ann Kristin Bjerke Evensen

Stein Trygslund

Tiri Rebård

Kari Christiansen

Anne Lise Andreassen

6. STOLPEJAKTEN 2024 – RAPPORT



Stolpejakten 2024 i Sandefjord har blitt arrangert på fire kart:

Bugården: 23 stolper

Sentrum/Hjertnesåsen: 27 stolper

Flautangen: 19 stolper

Mokollen: 21 stolper

Stolpene har vært tilgjengelig for registrering i perioden 27.april – 4.november

Statistikktall:

- 6331 registrerte stolpejegere tilsammen
- 237491 stolpere registreringer
- 901 stolpejegere registrert på samtlige 102 stolper
- 1698 stolpejegere registrert på 50 stolper eller mer
- 4425 stolpejegere registrert på 10 stolper eller mer
- 667 stolpejeger registrert på kun 1 stolpe
- Mest besøkte stolpe:
Torget sør (Hvaltorget)
3777 besøk



Kommentarer:

Det ble ikke ny deltagerrekord, med 6320 registrerte stolpejegere er det nest beste de årene Stolpejakten er blitt arrangert i Sandefjord.

Vi har kjørt etter samme «formel» i flere år, med kombinasjon av det helt urbane i byen, nærturområder som Bugården og kystnære områder som f eks Flautangen. Det kan hende vi skal teste litt flere konsepter, og kanskje ha noen flere stolper. Det har vært veldig lite problemer, kun et par stolper har blitt erstattet.



7. Matrielforvalter

Kjøpt nytt telt 6X3 m og 3 nye datamaskiner (for penger fra [Thorbjørn Hansens Stiftelse](#))

Innkjøpt 2 skap til Utstyr på "kontoret". Burde nok kjøpt 3.

Fremtiden for kontoret er noe usikker da vi ikke vet hvem som blir eier av huset.

8. VDG

Holder på med å lage liste over grunneiere på hvert kart.

Oppdatert gamle lister. Norgeskart på PC har vært en god hjelp.

Stort sett meget bra forhold til grunneiere. Har hatt møte med grunneierlaget på Helgerød .

De ønsker ikke løp på våren fram til 15/6 og helder ikke løp i helger når jakta begynner.

9. Kart

Avtale med Hedrum om kartet Andersbonn. Eierandel 50% . Nytt kart på Andersbonn er synfart av Helge Gisholt som han nå rentegner.

Sendt inn spillemiddelsøknad på nær-O-kart: Hauanåsen-Ekeberg (1km², nærmiljøkart,) og oppdatering av orienteringskartet Grubesand-Tveiten (slår sammen kartene). Disse kartene blir tegnet av Helge Gisholt (avtale inngått).

Kartet Kjerringvik holder fremdeles Bjørn Paulsen på med. Kartarkiv oppdateres fortløpende.

Mange av kartene trenger vegetasjonsoppdatering.

10. Årsrapport Miljøutvalg 2024

Miljøutvalget har bestått av Anne Elisabeth Holtedahl Simonsen, Trine Rønning og Sigrun Gjone

I løpet av året har utvalget organisert:

Årsmøte

Klubbture til Danmark, Nord Jysk 2-dages 8.-10. mars

Klubbture til Halden O-meeting 12.-14. april

Beverting på klubbmesterskap 30. mai

Klubbture til O-festivalen på Sjusjøen 21.-23. juni

Klubbture til Sørlandsgaloppen i Bø, 27.- 30. juni

Grøttest på Furustad Grendehus 14. november

I 2025 blir det klubbture til Solrenningløpene i Østfold 26.-27. april og til O-festivalen, i tillegg til klubbturen til Sverige som Johan Brunberg arrangerer.

Årsrapport fra EKT teamet 2024.

EKT Teamet besto i 2024 av: Kristin Dahl, Anne Elizabeth Holvedahl Simonsen, Ellen Strøm Juliussen og leder Hilde Kløvstad. Alle 4 har bekreftet at de blir med videre i 2025. Andreas Waggestad Havnes, er positiv til å bli med i teamet vårt fremover. Vi ønsker deg velkommen og introduserer deg for EKT oppgavene ifbm V2D arrangementet i mars.

Temaet står for tidtakning ved klubbens løp og vedlikehold og oppdatering av PC'r og utstyr i samarbeid med materiell-ansvarlig Jon Ringdal. Temaet har utarbeidet rutinebeskrivelser for oppsett og gjennomføring av tidtaknings-oppgaver, disse vedlikeholdes løpende.

I 2024 har EKT teamet benyttet eTiming ifbm tidtakning på løp, sammen med Liveres for online resultatservice under løpet. Jeg tror vi kan si at alt har gått bra i året som gikk, ingen store faderer... som vi kan erindre nå i ettertid. I 2025 planlegger vi å se på 2 alternative tidtakerprogram som lanseres i samarbeid med NOF:

Time4o <https://time4o.com/>

Eies og driftes kommersielt av Marius Bjugan i Halden SK. Time4o er en komplett, 100% skybasert tidtakingsløsning for orientering beregnet på alt fra enkle klubbtreninger til elitekonkurranser med doble brikker, flerdagersløp, stafetter med parallelletapper, lagkonkurranser, enmannsstafetter, løpstester osv.

O-total <https://www.o-total.no/>

Eies og driftes kommersielt av Tore Henriksen i Hisøy OK. O-total er et nettbasert tidtakingssystem for orienteringsløp. Systemet er utviklet for å gjøre det enkelt for arrangørklubber å gjennomføre løp uten behov for omfattende teknisk kompetanse. Det er laget med fokus på brukervennlighet, slik at tidtaking og administrasjon kan håndteres av frivillige med minimal opplæring.

EKT utvalget skal ta en titt på disse systemene og vurdere om dette er noe vi ønsker å ta i bruk i klubben.

Utvalgets arbeids plan for 2025:

Terminlisten for 2025 er styrende for når vi får oppdrag å ivareta. Hvis det er ønske om tidtakning til ikke terminfestede løp er det mulig å kontakte utvalgets medlemmer å avtale gjennomføring av slike arrangement.

Under HLOLL 1-6/8-2025 vil klubben leie inn profesjonell tidtaker, sikkert lurt 😊

Foreløpig terminliste – EKT oppdrag 2025:

5/2-25 Vinter Jukola løp 12 fra paviljongen Preståsen

12/3-25 Vinter Jukola løp 16

30/3-25 V2D dag 2

VF vårcup

VF høstcup

28/9-25 Østerøya Rundt

For EKT Teamet

Sandefjord 3/2-2025

Hilde Kløvstad

ÅRSRAPPORT FRA OPPMANNSUTVALGET 2024

I 2024 har det vært aktivitet på samme nivå som i 2023 (som var bra og tilbake på samme nivå som før coronaen). Av totalt antall starter har damene fortsatt et lite forsprang, men det i år er gutta som har vært ivrigst av de opp til 16 år.

Starter i individuelle terminfestede løp:

År	Antall	Damer	Herrer	Damer<17år	Herrer<17år
2024	1704	878	826	286	411
2023	1677	908	773	364	319
2022	1469				
2021	839	405	434	148	196
2020	688	342	346	90	122
2019	1634	737	897	316	346
2018	1665	779	876	315	368
2017	1405	637	766	151	281
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
2024	37 starter	99 starter	32 starter (kun 2 løp)	168 starter
2023	64 starter	66 starter	52 starter	182 starter
2022	65 starter	95 starter	60 starter	220 starter
2021	28 starter (ungd)	99 starter	avlyst	127 starter
2020	avlyst	avlyst	avlyst	0 starter
2019	79 starter (Larvik)	89 starter (3 løp Skien)	86 starter	254 starter
2018	63 starter (Oslo)	113 starter (4 løp Agder)	82 starter	258 starter
2017	43 starter (Oppd)	122 starter (4 løp Vestf)	71 starter	236 starter
2016	75 starter	59 starter	67 starter (kun 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 løp Vestf)	72 starter (kun 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 (Vestfold)	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 (Vestfold)	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 (Vestfold)	77 starter	367 starter
2000	28 starter	169 starter		197 starter

Vestfoldkarusell (midtukeløp)	Vårcup	Høstcup/nattcup	Totalt
2024	213 starter	159 starter	372 starter
2023	187 starter	224 starter	411 starter
2022	186 starter	165 starter	351 starter
2021	avlyst	184 starter	184 starter
2020	avlyst	184 starter	184 starter
2019	279 starter	185 starter	464 starter
2018	231 starter	162 starter	393 starter
2017	187 starter	177 starter	364 starter
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 pga snø)	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

Det har vært bra deltagelse på stafetter i 2024.

År	Antall lag	Antall løpere	Damer	Herrer	Løpere <17 år
2024	27 lag	68 starter			
2023	28 lag	75 starter			
2022	27 lag	81 starter			
2021	19 lag	52 starter	25	28	12
2020	16 lag	38 starter	22	16	5
2019	21 lag	51 starter	19	32	28
2018	13 lag	31 starter	8	23	20
2017	17 lag	43 starter	20	23	12
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

I 2024 har den enkelte løper betalt startkontingent for etteranmeldingstillegg og der hvor man ikke har startet.

Trond Gjelstad

NOEN AV ÅRETS HØYDEPUNKTER 2024

NM Sprint Bodø Plass

D17-18	Daniella Gjone	39
D1718	Veronica Holtedahl Simonsen	47
H17-18	Diderik Rønning Bøe	51

NM Knock-out sprint Bodø Plass

D17-18	Daniella Gjone	45
D1718	Veronica Holtedahl Simonsen	46
H17-18	Diderik Rønning Bøe	49

NM sprint stafett Bodø Plass

DHDH	Daniella Gjone	39
	Diderik Rønning Bøe	
	Veronica Holtedahl Simonsen	
	Jon Simonsen	

NM Langdistanse Verdal Plass

D21	Ingrid Mobråthen	29
-----	------------------	----

NM Mellomdistanse Verdal Plass

D21	Ingrid Mobråthen	44
-----	------------------	----

NM Ultralang Østmarka Plass

D21	Ingrid Mobråthen	9
-----	------------------	---

NM Stafett jr Kongsberg Plass

H17-20	Elias Kosak	21
	Sindre Furland	
	Theo Fredheim	

Hovedløp for yngre - langdistanse Plass

D15	Anna Strøm Juliussen	1
H15	Theo Solberg Fredheim	33
H14	Eirik Eliassen	34
H15	Emil Marand	35
D15	Henriette H Simonsen	48
H14-16C	Alvin Bergene Finstad	2

Hovedløp for yngre - sprint Plass

D15	Anna Strøm Juliussen	1
H16	Sindre Furland	25
H16	Theo Solberg Fredheim	32
H14	Alvin Bergene Finstad	33
H14	Eirik Eliassen	34
H15	Emil Marand	36
D15	Henriette H Simonsen	43
H14	Håkon Wike Mørk	49

Hovedløpet - kretsstafett Plass

DHDH	Vestfold og Telemark o-krets (med Anna Strøm Juliussen)	2
------	--	---

Ski-orientering Hovedløpet

D15 Anne Strøm Juliussen 1

O-idol Plass

H16 Theo Fredheim 18

H16 Sindre Furland 19

Norgescup sammenlagt

Plass

D21 Ingrid Mobråthen 36

Veteran VM Finland (WMOC)

Sprint (A-finaler) Plass

D60 Tiri Rebård 60

D55 Lill Ann Torp 60

Mellom (A-finaler)

Plass

D60 Tiri Rebård 12

Langdistanse (A-finaler)

Plass

D60 Tiri Rebård 44

EM for Døve (Riga)- Sprint

Plass

D21 Anne Kari Hammer 15

EM for Døve (Riga)- Langsprint

Plass

D21 Anne Kari Hammer 13

Veteranmesterskapet - sprint

Plass

D60 Tone Stokland 1

H55 Trond Gjellstad 3

D55 Lill Ann Torp 9

Veteranmesterskapet - mellomdistanse

Plass

D60 Kari Christiansen 2

D60 Tone Stokland 3

Tiomila ungdomsklassen

Ingrid Strøm Juliussen 15

Theo Solberg Fredheim

Emil Marand

Eirik Eliassen

Balder Solberg Fredheim

Anna Strøm Juliussen

O-ringen, Sverige (sammenlagt)

Plass

D15 Anna Strøm Juliussen 1

O-festivalen sprint Lillehammer

Plass

D15 Anna Strøm Juliussen 1

D60 Tiri Rebård 9

O-festivalen mellom Lillehammer

Plass

D15 Anna Strøm Juliussen 2

O-festivalen langdistanse Lillehammer Plass

D15	Anna Strøm Juliussen	1
D13	Ingrid Strøm Juliussen	2
H13	Balder Solberg Fredheim	4
D60	Tiri Rebård	9

Blodslitet Plass

D15-16	Anna Strøm Juliussen	2
D60	Kari Christiansen	3
D13-14	Ingrid Strøm Juliussen	5
H17-20E	Elias Kosak	5
D40	Ellen Strøm Juliussen	5

KM - Langdistanse

D13-14	Ingrid Strøm Juliussen	Gull
D15-16	Anna Strøm Juliussen	Gull
D17-18	Daniella Gjone	Sølv
H15-16	Theo Solberg Fredheim	Bronse
H17-20	Elias Kosak	Bronse

KM - Mellomdistanse

D13-14	Ingrid Strøm Juliussen	Bronse
D15-16	Anna Strøm Juliussen	Gull
D17	Kine Gulliksen	Gull
H13-14	Eirik Eliassen	Sølv
H15-16	Theo Solberg Fredheim	Sølv

KM - Sprint

D13-14	Ingrid Strøm Juliussen	Sølv
D15-16	Anna Strøm Juliussen	Gull
D15-16	Henriette Holtedahl Simonsen	Bronse
D17	Kine Gulliksen	Sølv
H15-16	Emil Marand	Gull
H15-16	Theo Solberg Fredheim	Sølv

KM - Sprintstafett

H13-16	Theo Solberg Fredheim Emil Marand Eirik Eliassen	Bronse
D17	Ellen Strøm Juliussen Kine Gulliksen	Sølv

KM Stafett

D13-16	Ingrid Strøm Juliussen Anna Strøm Juliussen	Sølv
D13-16	Mia Hasle Henriette Holtedahl Simonsen	Bronse
H13-16	Theo Solberg Fredheim Balder Solberg Fredheim	Sølv
D17	Daniella Gjone Ellen Strøm Juliussen Tone Stokland	Bronse

MOT.TV cup sammenlagt

MOT.TV cup sammenlagt		Plass
D13-14	Ingrid Strøm Juliussen	3
D15-16	Anne Strøm Juliussen	1
H13-14	Balder Solberg Fredheim	3
H15-16	Sindre Furland	2