

# GANDDAL IL

## ORIENTERING

### ÅRSRAPPORT 2018



Pallen i NM langdistanse D17-18E – bronse til Janne Tjørhom Aasheim

# STYRETS ÅRSRAPPORT 2018

Styret i O-gruppa har bestått av:

Leder: Vibeke Lamark  
Kasserer: Ann-Cathrin Nybak Urdal  
Sekretær: Per Martin Stokland  
Styremedlem: Fredrik Sandal Leder sportslig utvalg  
Styremedlem: Kjell Svihus Leder teknisk utvalg

Styret har avholdt 7 styremøter i løpet av året.

Medlemstallet endte på 146 (141 i 2017) medlemmer gjennom 2018.

GIL har hatt følgende arrangementer i 2018:

Arrangementets navn	Arr.dato
Vinterkarusell Kalbergskogen	06.01.2018
Nattløp Øksnevadskogen	07.02.2018
Damenes dag	17.03.2018
Vinterkarusell Vagleskogen	17.03.2018
Klubbkarusell løp 1 - Neseskogen	16.04.2018
Nybegynnerkurs	23.-26.04.2018
Nærløpskarusellen Ungdomsstafett og Lagkonkurranse - Vigreskogen	08.05.2018
Nærløpskarusellen Vigreskogen - individuelle klasser	08.05.2018
ROOTS-leir Hellvik	12.05.2018
WOD arrangement Bogafjell skole	23.05.2018
Bedriftsløp - Bogafjell/Lyngholen	23.05.2018
Klubbkarusell løp 2 - Kalbergskogen	28.05.2018
Bedriftsløp - Kalbergskogen	06.06.2018
Vagleskogstafetten	13.06.2018
Vagleskogstafetten - individuelle klasser	13.06.2018
Klubbkarusell løp 3 - Lyngholen	18.06.2018
ROOTS treningsamling 24-28 juni	24.06.2018
2-mannsstafett Vagleskogen	27.06.2018
2-mannsstafett Øksnevadskogen Nord	25.07.2018
Klubbkarusell løp 4 - Grudaskogen	20.08.2018
KM Mellom	01.09.2018
Ganddalsløpet	02.09.2018
Klubbkamp/Ungdomscup finale - Bogafjell	11.09.2018
Klubbkarusell løp 5 - Sandved	17.09.2018
Klubbmesterskap Ganddal IL - Øksnevadskogen	01.10.2018
Nattløp Øksnevadskogen	05.12.2018

Klubbmesterskapet ble arrangert i 1. oktober i Øksnevadskogen. Her deltok 68 (81 i 2017) av klubbens løpere, samt 4 gjesteløper og kvelden ble avrundet med pizza og sosialt samvær på klubbhuset.

Klubben har i 2018 sesongen hatt ca 150 aktive løpere og pr 31.12.2018 var det 146 registrerte medlemmer.

Vi har i 2018 hatt 8 løpere med på kretslaget, samt 7-14 som har deltatt på ROOTS-leirene.

I NM var 10 løpere fra Ganddal IL med under sprint-NM i Stavanger og 2 løpere var med under NM-uka i Vegårshei. Beste resultat oppnådde Janne Tjørhom Aasheim med en kjempesterk bronse på langdistanse og 7. plass i sprint i klassen D17-18E. Resultatene i NC i høst gjorde at Janne ble uttatt til å representere Norge under junior-europacup i Sveits.

I løpet av sommeren deltok flere av klubbens løpere på ferieløp i inn- og utland. Blant annet var 21 løpere med på O-ringen i Sverige. I dette arrangementet som er verdens største orienteringsarrangement klarte Aud Hognestad Taksdal å bli nummer 3 sammenlagt i D45.

O-festivalen ble i år arrangert på Fornebu og i Vestmarka. Beste resultat her oppnådde Aud Hognestad Taksdal med seier alle tre dagene i D45, Arild Aasheim med førsteplass på langdistansen i H55 og Janne Tjørhom Aasheim ble nr 4 i D17-18E.

Klubben deltok igjen på verdens største o-stafett. Vi hadde to lag på Venla (damer) og et lag på Jukola (herrer). Damelagene ble nr 250 og 433 av 1200 fullførte lag. Herrelaget ble nr 378.

Sportslig har 2018 sesongen gitt oss:

- 33 KM-medaljer: 11 gull, 13 sølv og 9 bronse

For komplett sportslig oversikt vises til egen rapport m/vedlegg

Nybegynnerkurset ble arrangert 2 kvelder i april med god deltagelse av både barn, ungdommer og voksne.

Klubben har i år fått et nytt kart og 3 kart er revidert/oppdatert. Se ellers rapport fra Teknisk utvalg.

Klubben har hatt mange dugnadsoppdrag gjennom løpsarrangementer gjennom hele året. Dugnadsoppgavene ble fordelt tidlig på året og det gjorde at oppgavene ble gjennomført på en meget bra måte.

Regnskapet viser et overskudd på kr 95 423 på drift, og et underskudd på kr 144 609 på kart. Det vises til detaljert regnskap fra kasserer.

Klubben har også i år arrangert tur-orientering på 5 ulike kart rundt i distriktet. I tillegg har klubben hatt 4 grønne turer som fine turtilbud i lokalområdet. Se egen rapport.

- Representanter til Kretsting 2018 i Rogaland O-krets:
  - Kjell Svihus
  - Ann-Cathrin Nybak Urdal

- Vibeke Lamark
- Styrevern i Rogaland O-krets for år 2018:
  - Kretsleder: Trond Lamark
  - Leder kartutvalg: Jakob Karlsen
  - Medlem av Sport B Vibeke Lamark
  - Medlemmer av Sport V
    - Morten Sundli
    - Alf Johan Lima
- Trenere kretsaget: Oddvar Taksdal, Morten Sundli og Alf Johan Lima
- Representant til GIL's hovedstyre: Vibeke Lamark

Styret vil takke alle som har hjulpet til med klubbens drift og arrangementer på en eller annen måte i 2018.

Ganddal, 24. januar 2019

For styret

Vibeke Lamark

# RAPPORT FRA TEKNISK UTVALG 2018

## UTVALGET

Kjell Svihus	Leder
Tor Brekken	Tur – orientering
Jakob Karlsen	Kartutvalg
Ove Oaland	Materiell
Mariann Sveinsvoll	Dugnadskoordinator

## TUR-ORIENTERING 2018

### Kart

Kartene Bogafjell, Neseskogen, Vagleskogen, Stutafjell og Øksnevadskogen nord er brukt i 2018. Sesongen startet 15. mars og ble avsluttet 1. november.

Støtteannonse på baksiden av kartene er en god inntektskilde. Det er solgt 14 annonser til en samlet verdi av kr. 6 000.

I tillegg fire grønne turer på Bogafjell, Lunde, Stokkeland og Lundehaugen. Dette er et lavterskeltilbud tilrettelagt for barnevogn, sykkel og rullestol. Turene kan lastes ned gratis på nett eller på app Turorientering. Det er lastet ned 304 grønne turer i 2018, noe som er en dobling fra 2017.

### Anmeldelser

Vi har mottatt 63 anmeldelser og det er mange positive tilbakemeldinger på fine løyper og terreng. Turorientering er for mange første møte med orienteringssporten.

Vi har fått noen negative tilbakemeldinger på at det har vært beitedyr på Stutafjell.

### Salg

Det er utlevert 226 turpakker til våre 9 utsalgsteder. Totalt er 145 turpakker solgt à kr 250. Det er bestilt 25 turpakker og 23 turer på nett til kr 5 410. Prisen ved kjøp på nett er kr 175 for turpakke og kr 45 per tur. Bruker laster selv ned og skriver ut karte.

Sportsforretningene har hatt en nedgang i salget. Det fine været i sommer kan ha ført til mindre besøk i sportsbutikkene og forklare noe av nedgangen. Økt nettsalg har ikke kompensert helt for det reduserte salget i sportsbutikkene. Et annet flott tilbud er «10 på topp» i Sandnes. Det kan være at flere velger dette alternativet.

Totalt ble inntektene med annonser kr 48 020. I tillegg kom tilskudd fra NOF for grønne turer.

Salg pr sesong:

<input type="checkbox"/>	SESONG	KONVOLUTTER SOLGT	EKSTRA KLIPPEKORT SOLGT	TURPAKKER SOLGT	TURER SOLGT	TOTAL OMSETNING	AVGIFT (15%)	FERDIG REGISTRERT	OPPRETTET
<input type="checkbox"/>	2018	145	0	25	29	NOK 41660,00	NOK 6249,00	✔	29. oktober 2018
<input type="checkbox"/>	2017	158	0	19	24	NOK 43905,00	NOK 6585,75	✔	1. november 2017
<input type="checkbox"/>	2016	213	0	15	11	NOK 56850,00	NOK 8527,50	✔	8. desember 2016
<input type="checkbox"/>	2015	206	0	11	16	NOK 54000,00	NOK 8100,00	✔	17. desember 2015
<input type="checkbox"/>	2014	220	0	0	0	NOK 44000,00	NOK 6600,00	✔	23. november 2014
<input type="checkbox"/>	2013	208	0	0	0	NOK 41600,00	NOK 6240,00	✔	11. desember 2013

### Aktivitet

For registrering av postene benyttes [www.turorientering.no](http://www.turorientering.no) samt innsendte skjema. Portalen [www.turorientering.no](http://www.turorientering.no) er aktivt brukt og innsending av manuelle skjema går ned.

59 elever og 4 voksne fra Bogafjell skole har gått turorientering i Vagleskogen.

## **Merker, diplomer og plaketter**

En god del av deltagerne ønsker å få tilsendt merker, diplomer og plaketter. Det er sendt ut 17 merker i tillegg kommer diplomer.

## **Tur-o utvalget**

Arbeidet med tilrettelegging, annonsesalg, utplassering, vedlikehold og innhenting er fordelt mellom oss i utvalget. Utvalget har i 2018 sesongen bestått av: Tor Brekken, Inge Paulsen, Bjarne Gimre, Jan Inge Lunde, Ann Karin Tjørhom og Arild Aasheim. Kart Postjaktå Morten Sundli og Jakob Karlsen. Kart grønne turer Tor Brekken.

Tor Brekken, Turorientering

## **KARTUTVALGET**

Leder i teknisk utvalg har fungert som leder i kartutvalget. Kartansvarlig har vært Jakob Karlsen. Øvrige medlemmer i utvalget har vært følgende; Trond Lamark, Oddvar Taksdal, Morten Sundli og Otte Omdal. Utvalget har hatt 2 møter.

Disse hovedtema er behandlet

- Status på klubbens karter
- Kartplan 2017 - 2019

I henhold til kart plan er disse karter iverksatt:

Nye kart

- Studafjell - del 2, Fullført november 2018

Revidert

3 karter har hatt en enkel revisjon/oppdatering i år, utført av Trond Lamark, Morten Sundli og Otte Omdal. Dette ble utført på forhånd av planlagte løp på vedkommende kart

- Ganddal (Trond Lamark)
- Lyngholen/Buggeland (Morten Sundli)
- Bogafjell (Otte Omdal)

For mer detaljert oversikt, se kartplan. Sist revidert oktober 2018.

Kart til skoler: Vi har gitt Bogafjell skole tilgang til turorienteringskartet over Vagleskogen.

Spillemidler: Det lå inne en søknad på spillemidler for Øksnevad skogen Nord, kr 96.000,-. Vi fikk avslag på denne. Det er sendt inn en fornyet søknad for dette kartet.

Det er og innsendt søknad om spillemidler til Kringleli. Det er inngått avtale med Skogsopplevelser om synfaring og rentegning nytt kart over Kringleli.

Print av kart og løyper:

Printoppdragene er utført av Morten Sundli og Jakob Karlsen. Tilsammen har de utført 44 oppdrag til vår klubb og naboklubber. Det er printet i alt 11260 karter til disse oppdrag og de fordeles på lista nedenfor.

- "Postjaktå 2018" klubbens Tur-O opplegg ; Alle kartene, 250 sett med 5 kart.
- 8 kretsløp, 2 løp arrangert av Ganddal I.L og 6 arrangert av andre klubber.
- 14 nærløp, 7 løp arrangert av Ganddal I.L og 7 arrangert av andre klubber.
- 4 Klubbkaruseller for Ganddal I.L
- Klubbmesterskapet for Ganddal I.L

- 8 bedriftsløp, 3 løp arrangert av Ganddal I.L og 5 arrangert av andre klubber.
- 6 O-Treninger for andre, deriblant kretslaget

Vi har brukt en del mindre av vannfast papir denne sesong. Leverandøren sluttet å levere dette papir og det var ingen andre som leverte denne type her til lands. Det er brukt tid for å finne ny leverandør og tilsvarende type papir. Dette pågår ennå, og vi håper at kan få tak i papir i starten av kommende sesong.

Jakob Karlsen, Kartansvarlig

## MATERIELL

Da vi fornyet beholdningen av postenheter betydelig i forbindelse med NM arrangementen i 2016 har det bare vært nødvendig å kjøpe inn 2 ekstra start (0) enheter dette året.

Vi har tatt ut av bruk 20 enheter denne sesongen på grunn av høy alder og derav dårlige batterier, og har nå 97 tilgjengelige.

Det er anskaffet 5 løper brikker i tillegg til 1 fra sist år. Vi har solgt 4 i løpet av sesongen, og 2 stk er nå på lager. Nye bestilles ved behov.

Nye løpere under 16 år kjøper heller rekruttpakker (kompass og løpebrikke samt et lite postflagg) til nesten samme pris som brikke.

Vi har solgt 8 i år og har nå 1 på lager.

Vi har og på klubbhuset 68 gamle postenheter fra Bedriftsorientering. Disse brukes til hengeposter på trening og treningsløp etter behov.

Vi har i år skiftet batteri i en MTR4 og hatt start klokken til reparasjon hos EMIT.

I øyeblikket mangler vi plastpose sveise maskinen. Noen har glemt å legge den tilbake på klubbhuset etter bruk.

Vi håper den vil komme tilbake etter hvert.

Videre har det hendt at poster ikke har blitt tatt inn etter løp men blitt stående gjenglemte ute i skogen og funnet av tilfeldige forbi passerende.

## IKT.

- ☐1 stk. skriver (2010) – Samsung
- ☐1 stk. gammel skriver som sannsynligvis er uslitt/defekt.
- ☐1 stk. bærbar PC m/veske
- ☐1 stk laserprinter A3 Xerox 7100 (2016) hos Jacob kartutskrift.
- \* Programvare oca 8, 9 og 10.
- ☐1 stk laserprinter A4 Xerox 6600 (2016) hos Morten for kartutskrift
- ☐2 stk. koffert "Emit" med MTR 4 og skrivere EPR- 3.
- \* 1 stk. koffert med emit MTR 2 og skriver.
- ☐\* PC for avlesing. Denne benyttes på barnetreningene.

Post utstyr

### Løperbrikker.

I felleskasse: 10 stk.

På lager 2 stk.

### Rekruttpakke.

På lager 1 stk.

Ove Oaland

Materialforvalter.

## DUGNAD

Dugnadskoordinatoren har i år vært ansvarlig for å skaffe folk til:

- Kiosktjeneste og kakebaking i forbindelse med klubbens løpsarrangementer
- Felles kveldsmat etter klubløpene
- Ganddalsdagen
- Julegrøten

I tillegg til dette foregår det selvfølgelig mye annet dugnadsarbeid i klubben i form av ulike verv, treninger og løpsarrangementer. Klubben vår var også sterkt representert på dugnadssiden da Stavanger og Sandnes Orientering arrangerte Sprint NM.

Årets dugnadsoppgaver ble fordelt på alle klubbens medlemmer (via e-post) i mars.

Omtrent en uke før arrangementene ble det sendt ut en påminnelse med forslag til arbeidsfordeling. Dette ble gjort for at deltakerne i god tid kunne holde av datoen, at vi skulle fordele dugnadstimene på flest mulig og at vi skulle begrense antall utsendte mailer. Dette har fungert bra, og vi opplever at folk er veldig positive til å hjelpe til. I år satte vi opp litt flere til hvert arrangement enn i fjor, siden det ofte blir en del forfall.

Målet er at alle som blir satt opp på dugnad også får tid til å løpe selv, om de ønsker det. På noen løp har også løpsleder bedt om hjelp til å skaffe folk til ulike oppgaver. Vi har merket at det er tyngre utover sesongen og skaffe folk til «ekstraoppgaver», siden de fleste allerede har fått tildelt oppgaver og allerede vært med og bidratt. Dermed har det ofte blitt tatt av de som er satt opp i kiosken, og derfor har Dugnadskoordinatoren selv endt opp i kiosken

Mariann Sveinsvoll

Dugnadskoordinator



# RAPPORT Sportslig utvalg 2018

Utvalget bestod av:

Leder: Fredrik Sandal

Påmelder: Ann Karin Tjørhom

Rekruttering: Alf Johan og Erik Lima

Trener: Joar Eilevstjønn og Trine Bolstad Scheie

O-teknisk trening: Oddvar Taksdal og Trond Lamark

Barnekontakt: Grete Stokke Seljeskog

## SESONGEN 2018

Denne sesongen har klubben hatt ca. 150 løpere som har stilt på løp. De har til sammen sørget for 2007 o-startere, da har vi regnet med alle terminfesta løp her i kretsen, i Norge og i utlandet. Det er en nedgang på 189 starter fra i fjor. Nedgang i antall starter skyldes mindre deltagelse på nærløp og færre nærløp. I kretsen har det blitt arrangert færre nærløp og kretsløp.

På klubbkampen har klubben stilt med ca. 40 deltagere i gjennomsnitt pr. løp. I tillegg har vi også hatt god rekruttering som igjen har gitt oss mange flere løpere i form av deltakelse.

På nærløp i sommer har vi i gjennomsnitt vært 37,9 løpere pr løp, mens det i kretsløp har vært 30,1 løpere pr løp. Dvs. en liten økning pr. løp fra i fjor med deltagelse på kretsløp, mens det har vært en større nedgang i antall deltagere på nærløp, fra 54 til 38. I nærløpene er ikke klubbkarusellen og vinter- og høstkarusell lagt inn. Det ble også i år arrangert klubbkamp. 6 løp ble arrangert og Ganddal klarte her å mobilisere bra, men i år måtte vi ta til takke med 2.plass etter Sandnes som vant.

I kretsrankingen fikk vi 4 vinnere, Anna Taksdal i D13-14, Janne Tjørhom Aasheim i D17-20, Aud H. Taksdal i D21 og Fredrik Omdal i H21. I tillegg fikk vi 9 andreplasser og 4 tredjeplasser.

Viser ellers til sammenlagtresultat i vedlegg.

Vi fikk i alt 10 KM titler i år. Fire av disse ble tatt av Aud Taksdal i D17/21, i -natt, lang, sprint og -mellom. Det ble gull også til Tobias Rødde i H15-16, i natt og mellom. Markus Andreas Breivold, H15-16 og Clemens Sundby Øxnevad, H17-20, Anna Taksdal, D13-14 og Nora Svensen D17-18 tok gull på langdistansen. Videre fikk vi 10 sølv og i alt 9 bronsemedaljer i individuelt. I stafett ble det gull til H156 og sølv i DH15-sprintstafett, DH13-16 og D17. I alt tok vi 33 KM-medaljer. Dette er 1 mindre enn i fjor.

Vi hadde ingen løpere til Vestlandsmesterskapet i år.

Vi har hatt fra 7-14 løper med på ROOTs-leirer i år.

Klubben hadde i år 8 løpere som deltok på Hovedløpet og o-landsleieren i Kristiansand. Disse var Øyvind Lamark i H14, Andreas Nybak Urdal, Thomas Barvik Mæland og Elias Eidsvåg, H15, Ingrid Lamark, D16, Markus Andreas Breivold, Tobias Rødde og Ole Kristian Taksdal, H16.

Vi har hatt 8 deltaker på kretslaget i 2018.

Klubbmesterskapet ble også i år arrangert på høsten i Øksnevadskogen. 68 løpere deltok. Kvelden ble også i år avsluttet med pizza på klubbhuset.

I år som tidligere år stilte klubben med 2 dame- og 1 herrelag til Venela/Jukolastafetten i Finland. Av over 1200 fullførte lag ble damene nr 250 med 1.laget og 433 med 2.laget. Herrene ble nr 378.

Vi har også hatt løpere som har vært i Danmark og deltatt på Nord-jysk 2 dagers i mars.

En del løpere reiste også i år på Norsk O-festival som i år ble avholdt på Fornebu og Vestmarka.

Beste resultat her oppnådde Aud H.Taksdal med en første plass både på sprint, mellom og lang i D45, Arild Aasheim fikk 1.plass på lang i H55, Anna Taksdal 2.plass i D13 på langdistansen og Janne Tjørhom Aasheim tok 4.plass på sprinten i klasse D17-18E.

I sommer har løpere fra klubben deltatt på sommerløp som Sørlandsgaloppen og svensk 5-dagers. I tillegg var flere løpere på plass i København og deltok på veteran-VM.

Stavanger var i år vertskap for sprint-NM. Her deltok 10 av klubbens medlemmer, 3 stk tok seg videre til finalen, Janne Tjørhom Aasheim, Clemens Sundby Øxnevad og Marjo Liikanen, D21. Janne ble her nr 7, Clemens og Marjo ble nr 27.

Janne Tjørhom Aasheim og Clemens Sundby Øxnevad deltok i NM-uka på Vegårshei. Her tok Janne bronsemedalje på langdistansen, Clemens ble nr 27, begge i klassen 17-18. På mellomdistanse ble Janne nr 9 og Clemens nr 42.

På NM-ultra var klubben bare representert med Janne Tjørhom Aasheim, hun ble her nr 10.

Høst-sesongens resultat i NC for Janne medførte at hun ble uttatt til å representere for Norge under JEC (europacup) i Sveits.

Viser ellers til resultater i vedlagt tabell.

O-Idol ble arrangert i Andebu. Ingrid Lamark og Tobias Rødde representerte Rogaland og oppnådde 11. og 12. plass i sine klasser.

Ann Karin Tjørhom - Påmelder

## Treninger voksne 2018

Det har vært ulike treningstilbud for voksne (og ungdommer) i løpet av 2018:

- Intervalltrening i Vagleskogen onsdager kl. 18:00 fra begynnelsen av januar frem til bedriftsløpene startet på våren, og fra bedriftsløpene sluttet på høsten og ut året.  
Gjennomsnittet er ~20 løpere med.
- Intervalltrening på lørdager fra Buggeland skole kl. 15:00 hele året.
- Langtur på søndager fra Buggeland skole kl. 10:20 hele året.
- Innetrening:
  - I gymsalen på Ganddal skole fra januar og frem til påske, fra etter høstferien (oktober) og frem til jul på mandager fra kl. 19 til 21.  
Styrketrening med Trine og fotball. Oppvarming rundt Stokkelandsvannet før økten. Godt oppmøte (i snitt 37 – rekorden er 50) og god spredning i alder på personer med.

- Fire sprintintervall-økter høsten 2018. Disse har vært i regi av kretslaget, men stort sett arrangert av personer tilknyttet GIL og har vært åpne for alle interesserte.

Joar Eilevstjønn og Trine Bolstad Scheie – Trenerne

## **RAPPORT O-TEKNISK TRENING 2018**

I 2018 ble de O-tekniske treningene ledet av Oddvar Taksdal og Trond Lamark med god hjelp fra trenergruppen. Trenerne var Ann-Cathrin Nybak Urdal, Aud Taksdal, Vibeke Lamark og Stein Arne Olsen (SO) i tillegg til lederne. Treningene ble gjennomført tirsdager kl 18-19 før påske og fra høstferien til jul. fra påske til høstferien var treningene mandager 18-19. Dette for å gi klubbens ungdommer anledning til å delta på styrketreningen på mandager.

Hensikten med treningene er å øke de O-tekniske ferdigheter og det er et tilbud til alle klubbens medlemmer. Treningene er ikke en fysisk konkurranse og har ikke fokus på å løpe fort. Deltagerne blir delt i grupper med en instruktør som bestemmer tempo og pedagogisk opplegg i forhold til gruppens O-tekniske ferdigheter. Hver trening har et moment eller tema. I 2018 ble det trent i mange typer terreng; lett, tungt, kjent, ukjent, skog og åpent og med tema som liten/stor målestokk, retningsendringer, kompass, planlegging av langstrek, spredningsmetoder, fellesstart, stafett, løpe seg bort/miste kontroll, sette ut poster etc. Etter høstferien og fram mot desember ble fokus endret til løpeteknikk og alternative treningsmomenter/aktiviteter. Det ble gjennomført testløp i terreng med tidtaking. I 2019 skal løypa løpes igjen for å sammenligne resultatet. Siste trening før sommerferien og før jul ble arrangert på Sørbo med pølser i hagen til Lamark.

Når det er mørkt blir det lagt ut postmarkeringer med refleks og postskjerm. I den lyse årstiden blir det lagt treningsopplegg uten postmarkeringer. Kart og løyper blir printet av Trond Lamark som fakturerer klubben for kostnadene. Info og program for treningene ligger på nettsiden.

Treningene har benyttet flere terreng i Sandnes, Stavanger, Klepp og Gjesdal. Det har ikke blitt observert reduksjon i oppmøte når det benyttes terreng et stykke fra Sandnes/Ganddal. Vi har også fått låne kart fra SI, Klepp IL og SO.

Løypene blir benyttet som "ukas løype" og legges som pdf-filer på nettsida. Ordningen har nå 3 sett à 15 poster som administreres av Lamark.

I løpet av 2018 er det registrert 25 ungdommer (8 jenter) i alder 10-17 år og 7 voksne som benyttet tilbudet. Det er som regel cirka 15-20 ungdommer som stiller hver trening.

Utfordringer:

Har fått flere trenere men det er utfordrende å følge opp alle så trenger flere Stor alders- og erfaringsspredning på deltagerne. Synes det er liten rekruttering fra barnetreningen.

Trond Lamark - trener

## **BARNEKONTAKT GIL ORIENTERING**

- Jobben går ut på å
  - sende mailer med info til foreldrene (om treninger, løp, arrangement mm) samt svare på mailer fra "nye foreldre" som selv tar kontakt ang spørsmål om orienteringstrening for nybegynnere
  - samle alle ungene når treninga starter og ha info og navneoppprop
  - føre frammøteliste
  - «fange opp» nye barn og foreldre. Prate med foreldrene, informere, svare på spørsmål i tillegg til å notere ned navn, fødselsdato, mobil, mailadr slik at vi får dem på listene våre.
  - ha uformell kontakt med ungene og foreldrene, og prate med dem hvis en feks treffer dem på løp
  - ha kontakt med trenerne

Barnekontakten har ingen ansvar for det sportslige på treningene men er tilstede.

Grete Stokke Seljeskog – barnekontakt

## **BARN OG REKRUTTERING 2018**

Barnetreningane var i gymsalen på Ganddal skule før påske og forskjellige stadar ute etter påske fram til haustferien. Fram til jul var igjen gymsalen på Ganddal skule nytta. Treningstida var mandagar mellom kl. 18-19. Aldersgruppa er ca. 6-12 år. Gjennomsnittleg har det vore ca. 10 stk på kvar trening. Stor variasjon, alt frå 5 (siste trening før jul) til 17 barn med. Trenarar har vore: Barbro, Jan Henrik, Fredrik, Erik og Alf Johan. Grete har vore barnekontakt.

Erik og Alf Johan Lima – rekrutteringsansvarlige

## **TORSDAGSINTERVALLER**

Fra høstferien til påske er det intervalltrening for de yngre. Fra nyttår til påske var treningene i Vagleskogen. Fra høstferien til nyttår har treningene vært rundt Stokkelandsvannet. Første del av 2018 var det ganske godt oppmøte på treningene med snitt på 5-6 deltagere. Etter høstferien har antallet gått kraftig ned og ofte er det bare 2-3 deltagere. Årsaken til nedgangen er antagelig at mange av ungdommene har gått over til onsdags-intervallene. Vi vil nå annonsere dette tilbudet også for de voksne som vil ha litt kortere intervaller enn de som tilbys på onsdagene. Tilbudet blir da noe som passer for både store og små som vil komme i bedre form.

Tore Rødde - Trener