



# Frol il Ski og skiskyting

## Årsmelding 2017

### Styret

### på valg

Leder	Bente Sundsvik	2019
Nestleder	Jo Severin Matberg	2018
Økonomileder	Berit Ressem	2019
Kasserer	Olav Sørheim	2018
Leder langrennsutvalg	Robert Ressem	2018
Leder skiskytterutvalg	Svenn-Erik Guddingsmo	2018
Leder anleggsutvalg	Sverre Matberg	2019

## Møter og representasjon

Det er avholdt totalt 8 styresmøter hvor det er behandlet i alt 74 saker. Bente og Jo Severin (på ett møte) har deltatt på styresmøter i hovedlaget.

Bente H. Sundsvik deltok på skikretsens ERFA møte 3.mai og høstmøtet 28.oktober.

Robert Ressem her deltatt på møte med Levanger ski, og vært på møte i Levanger karusellen med Sylvi Haugnes.

Arne Grevskott sitter i styret for NT skiskytterkrets.

Tinget i NT skiskytterkrets, her deltok Svenn Erik Guddingsmo, Ståle Matberg og Jo S Matberg i tillegg til Arne Grevskott som kretsstyremedlem.

Svenn Erik er vara revisor i kretsen

Ståle er leder av valgkomiteen

Årsmøte i Innherred skiskyting. Her var Mette Kilskar, Svann Erik Guddingsmo og Jo Severin Matberg til stede. Mette gikk inn i styret for Innherred Skiskyting som Frol il's representant.

Høstmøte, her deltok Arne Grevskott som vår representant. Pga at adm. leder for skiskytterne var forhindret fra å delta ble det oversendt en del relevant info til kretsleder i forkant.

## Organisasjonsplan

Planen ble behandlet på første styremøte etter valgt styre. Målet er at ansvaret for hvert utvalg skal være klart definert og at en er sikret at alle arbeidsoppgaver blir ivaretatt av noen.

## Informasjon

Frol il 's hjemmeside ( [www.frolil.no](http://www.frolil.no) ) , i tillegg til e-post og Facebook.

Samt at det er delt ut lapper i forbindelse med rekrutteringsopplegg(rulleskileik, skileik og froلكarusell, skiskytter-skole)

## Økonomi

Det er som tidligere gjennomført et bra inntektsbringende adventslotteri.

Fikk en større dugnadsjobb med maling av levegger på Sagbrukstomta ( nesten 300 timer)

I tillegg til noen få smådugnader ( veksling St.Olavsløppet, TdTomtvatnet rittet, GAID, kakelotteri, Byttehelga, glidet ski for Bua Levanger.

## Idrettshytta

Fra byggestart i mai 2014 og det første året var det hektisk byggevirksomhet i den nye idrettshytta, og byggetrinn 1 (garasje for løypemaskin i kjeller +ferdig 1.etg) ble ferdig i desember 2014.

Byggetrinn 2 ( resten av kjelleren med garderober/dusjer og toaletter) Toalettene ble ferdige høsten 2015 , mens resten av kjelleren (dusjer+lager) ble ferdig nå høsten 2016. Regnskap levert desember 2016.

Fikk våren 2017 igjen spillemidler og momskompensasjon på Frolytta. Fikk kvittet oss med gjelda til kommunen, og sitter igjen med ca 370 000,- i gjeld på anlegget.

Under avslutningskvelden for Frokarusellen( 5. april) , fikk de som hadde bidratt mest under ferdigstillingen av kjelleren, en liten blomsterhilsen.

Anders Fossen, Trond Fossen, Ole A Hustad, Olav Aspli, Bjørn Halsan og Sverre Matberg

## Langrenn

### **Sportslig utvalg langrenn**

Leder	Robert Ressem
Oppmann	Øystein Olsen
Medlem	Hermann Leithe

Utvalget har gjennomført 2 møter, ellers har det vært en del telefon og mail- aktivitet i utvalget.

Leder har i tillegg deltatt i 2 møter i regi av Levanger Ski.

### **Arrangement**

1.april	Tour de Tomtvatnet ski (sammen med Nessegutten og Skallstuggu), 99 deltakere
29.desember	Skallrennet, 163 deltakere

### **Aktiviteter**

	Rulleskitrening for voksne, 24.april, 8. og 15. mai
17. mai	rulleskiopptog i borgertoget
25.-27 august	Vålådalen-samling. Oddmund, Marius, Eivind og Sigurd deltok (pluss foresatte)
3.september	Rulleski- og skyte instruksjon for nye og gamle ifbm Fjellets dag
4.-5. november	Skallstuggusamling, Ca. 50 deltakere

Forholdsvis lav deltakelse på samlinger, få aktive utøvere over 12 år. Et godt tilbud til de minste har ført til en økning av deltakere, og det er gjort en solid jobb med treninger/skileik for disse. Faste treningskvelder på ski, og rulleskitilbud på høsten har vært et godt bidrag i rekrutteringsarbeidet.

Klubben har hatt to deltakere på seniorkretslag, Espen Sundsvik og Line Sundsvik.

### **Treninger**

Tirsdagstreninger startet opp i januar, skileik og trening.

Rulleskitrening startet 19.september for de minste, 2.-5. klasse – ut oktober  
Innetrening «Mandagstrening» på Frol startet 16.oktober, stor deltakelse.  
Skileik for de minste startet 21.november.  
Etter treninger/skileik i Skianlegget har vi servert havregrøt som et miljøtiltak.

**Trenere** Hermann Leithe  
Thor Arne Røkke  
Bård Haugnes  
Øystein Olsen

Det har fungert bra, men når det gjelder trenerressurser, er det viktig at vi tenker tilbud om kompetanse og informasjon om rollen. Dette utfra at vi er avhengig av foreldre, og når disse følger «sine», så må det fylles på kontinuerlig.

### **Resultater**

HL, Tolga, poengplass Oddmund Haugnes , Marius Ressem og Mari Andrea Kilskar Grevskott deltok. Oddmund ble nr. 4 og Marius nr.24 på sprint, klassisk  
HKM Haralds ungdomsstafett i Holmenkollen, her var Oddmund Haugnes og Marius Ressem uttatt på NT`s lag.

NC Junior, poengplass8.plass til Magnus Norøy, M19/20, 10 km fri på Voss

Junior NM, poeng Magnus Norøy, 24.plass, 20km fri  
Senior NM Line Sundsvik og Espen Sundsvik deltok på alle distanser.

Kretsrenn Kun 3 deltakere deltok på 6 eller flere kretsrenn. Eivind Haugnes, Oddmund Haugnes og Marius Ressem.

## **Skiskyting**

### **Skiskytterutvalgets sammensetning:**

Leder: Jo Severin Matberg  
Sportslig leder: Svenn-Erik Guddingsmo  
Oppmann: Trude Matberg  
Materialforvalter: Ståle Matberg/Hans Martin Holden

### **Treningsgruppa:**

Den mellomste gruppa var det Hans Martin Holden og Jens Petter Furunes som trente. Dette er en fin gruppe med mange utøvere. Positivt er at vi fremdeles samler utøvere fra andre skigrupper til å være med på skiskyting. Vi har nå utøvere fra Ekne IL og fra Nessegutten IL.

Den eldste gruppa har bestått av fire jenter, hvorav den ene utøveren er fra Vinne IL som vi samarbeider med. Her er det Svenn-Erik Guddingsmo som har vært trener. Anders Guddingsmo begynte som trener etter nybegynnerskolen høsten 2017, og har hatt treninger med de 2 eldste gruppene. Et positivt tilskudd med en ung tidligere utøver. Skiskytter skolen ble arrangert av Jens Petter Furunes i oktober 2017 og videre fremover mot jul med femten deltagere. Etter skiskytter skolen delte Jens Petter og Svenn-Erik Guddingsmo trenerjobben med nybegynnerne. Enkelte falt i fra etter hvert, men vi har fremdeles en ivrig gjeng med nybegynnere.

### **Oppsummering sesongen 2017:**

Årets sesong går fra januar 2017 og ut året på grunn av endring av årsmøtetidspunkt fra sesongslutt til årsslutt. Fra januar arrangerte vi fast fellestrening for alle på torsdager. For 13+ var det i tillegg et tilbud på tirsdager samtidig som skileiken til skiavdelingen hvor de under 13 år ble oppfordret til å delta. Det var også tilbud om felles styrketrening på Frol Oppvekstsenter mandager. Før sesongen 2017/2018 ble det kjørt 2 dagsamlinger i Storlidalen. Den ene i juni og den andre i september samtidig med Fjellets dag. Fra september har vi kjørt fellestreninger for 11+ torsdag i Storlidalen og mandager i skytehallen til Levanger og Frol Skytterlag hvor utøverne meldte seg inn. Planen var skyting før styrketreningen ved Frol Oppvekstsenter, men tidligere oppstart på styrketreningen gjorde det vanskelig. Vi har oppfordret nybegynnerne og andre som ønsker det til å være med på skiavdelingens treninger på mandager og tirsdager i høst.

Mathea Guddingsmo har deltatt på regionale Young Star samlinger i Orkdal, Molde og Selbuskogen.

Det har vært arrangert mange renn i regionen i sesongen. Totalt er det arrangert 15 renn.

Følgende har stilt til start på kretsrenn totalt i 2017. Navn og antall:

Mari K. Grevskott – 13, Ragne Matberg – 9, Mathea Guddingsmo – 14, Oskar Sandstad – 3, Aksel F. Holden – 7, Johannes Furunes – 5, Edvard Bangstad – 2, Henrik Furunes – 7, Mari Brenne - 6, Leo Dalen - 5, Iver Skreden - 5, Sander Småli - 6, Solveig Dalen - 2

### **Aktiviteter:**

- Dagsamling i Storlidalen i juni.
- Dagsamling i Storlidalen i forbindelse med Fjellets dag sammen med langrenn
- Familiesamling på Skallstuggu i desember.
- Fellestreninger med langrenn på mandager og tirsdager.

### **Arrangement:**

- Felles KM stafett Nord- og Sør-Trøndelag 19.03.17
- Kretsrenn stafett 02.12.17

### **Resultater:**

KM Snåsa:

- Aksel Framstad Holden, kretsmester Normal G13
- Mari Kilskar Grevskott, kretsmester Normal J16
- Mathea Guddingsmo, kretsmester Normal J15
- Ragne Matberg, bronse Normal J15
- Edvard Bangstad, bronse Sprint G14
- Aksel Framstad Holden, sølv Sprint G13
- Mari Kilskar Grevskott, kretsmester Sprint J16
- Ragne Matberg, kretsmester Sprint J15
- Mathea Guddingsmo, sølv Sprint J15

#### LM Molde:

- Mari Kilskar Grevskott, sølv Normal J16
- Mathea Guddingsmo, bronse Normal J15
- Mathea Guddingsmo, landsdelsmester Sprint J15
- Mari Kilskar Grevskott, sølv Sprint J16

#### Hovedlandsrenn Meråker:

- Mari Kilskar Grevskott, 13. plass Normal J16
- Mathea Guddingsmo, 18. plass Normal J15
- Mari Kilskar Grevskott, bronse Sprint J16
- Mathea Guddingsmo, 16. plass Sprint J15
- Ragne Matberg, 48. plass Sprint J15

#### Youngstarfinale Holmenkollen:

- Mari Kilskar Grevskott, 6. plass J16

#### Trøndercup:

Det har vært flere gode plasseringer under Trøndercuprennene som har vært avholdt.

#### Sammenlagtplasseringer:

- Mari Kilskar Grevskott, gultrøye og sammenlagtvinner av J16
- Mathea Guddingsmo, 2. plass sammenlagt J16
- Ragne Matberg, 6. plass sammenlagt J16
- Aksel Framstad Holden, 7. plass sammenlagt G13
- Oskar Sandstad, 33. plass sammenlagt G13
- Sander Småli, 28. plass sammenlagt G14
- Anders Guddingsmo, 14. plass sammenlagt M18

## Frol/Telenorkarusellen

### Frolkarusellnemda 2017

**Frolkarusellnemda** har bestått av Gunnar Alstad, Bent Ingar Fuglu, Morten Munkeby, Øyvind Skei og Sylvi Norang Haugnes (leder)

**Ansvarsområder:** Arrangere Frolkaruseller FK, arrangere Levanger karusell LK, arrangere Frol

mesterskap FM, arrangere avslutnings kveld. Som et prøve-prosjekt ble det besluttet at nemda skulle legge til rette for rekruttering i form av trivselstiltak, sette opp liste for grøtkoking treningskveldene(tirsdager) og om mulig forsøke å rekruttere løpere for deltagelse på kretsrenn.

### **Dette ble gjennomført:**

Det var planlagt FK hver onsdag fom 4. jan og frem til påske. Det ble arrangert 5 FKer og 1 LK. Det ble dessverre 3 avlysninger grunnet kulde/regn med mye overflate vatn på stadion/lite snø. Totalt 110 deltagere, 70 stk m/tidtaking, 36 stk u/tidtaking og 4 stk i trimklassen. Vinne IL deltok på to FKer da de ikke hadde snø. Dette ble opplevd veldig positivt. FM ble arrangert, skicross, stor deltagelse av barn og voksne i fint vær. Full premiering. Avslutningskvelden ble arrangert 5. april, onsdag før påske i samarbeid med styret. Full premiering. Premier var gitt av Telenor samt at det ble kjøpt inn egen premier. Det ble servert havregrynsgrøt hver tirsdag fra 3. jan og frem til påske. Dette ble veldig populært både for ungene og foreldre. Hytta var full nesten hver tirsdag og to store, fulle gryter med grøt gikk med hver kveld. Vi mottok økonomisk støtte fra Saniteten og Ståle Matberg stilte med melk de fleste kveldene (Stor takk til Ståle!)

**Evaluerig:** Det ble gjennomført skriftlig spørreundersøkelse på avslutningskvelden, evaluering av antall FKer og arbeidsmengde for foreldrene da antall FK var planlagt doblet, samt grøtkoking tirsdager som kom i tillegg. (23 familier svarte), 19 syntes det var passelig, 3 syntes det var for mange FKer og en syntes det var for få FKer. Kun en familie svarte at de syntes arbeidsbelastningen på dem ble for stor. Frolkarusell nemda besluttet derfor å fortsette med samme oppsett for sesongen 2018,- FK hver onsdag og servering av grøt på tirsdager.

Nemda har gjennomført oppdraget sitt, og fått gode tilbakemeldinger fra deltagerne. Samarbeidet i nemda har vært godt, og det har fungert godt med faste arbeidsoppgaver. Leder har også deltatt i møte med Levanger ski for samarbeid om LK. Arbeidsmengden i nemda kan bli til tider litt stor da alle deltar på alle FK/LKene, men tilbakemeldingene er at det har gått greit. Deltagelsen på FKene ser nå ut til å være nokså stabil, men noe synkende ift til tidligere år, til tross for at det ble delt ut innbydelse til alle barn på Frol og Halsan barneskole. Dette kan skyldes snøfattig vintre og mye tilbud om organisert ballidrett hele vinteren. Det har vært synkende antall voksne som har deltatt på FKene de siste årene, noe nemda synes er beklagelig. Noe usikkert hva dette skyldes. En årsak kan være at flere FKer gjør at foreldrene blir satt opp flere kvelder (2-4 kvelder hver) som hjelpemannskap. Generelt takker vi for en fin sesong, med mange ski-glade barn og voksne!

Det oppleves ikke som naturlig at nemda skal ha ansvar for rekruttering av deltagere til kretsrenn da dette er helt adskilte oppgaver. Dette videreføres derfor ikke til sesongen 2018. Nemda ber om at dette ivaretas av trenere og langrennskomiteen som har den naturlige kontakten med ungene ift det sportslige.

## **Økonomiutvalget**

Økonomiavdelinga har i sesongen 2017 bestått av:

Kyrre Skjetne

Berit Ressem (leder)

Einar Bangstad (har bistått oss med å få inn sponsorer)

(Linda Ditløy Halsan bidro med innsamling av premier til julekalenderen)

Det er i år ikke avholdt møter i økonomiutvalget.

Dette da vi bare var 2 stk i avdelinga.

Kommunikasjon har foregått pr mail og telefon.

#### **Dugnader:**

Tour deTomtvatnet sykkel 2017. Rigging av løype i Kirkegata fredag kveld og på Moan lørdag morgen. 12 pers x 2,5 timer begge dager. kr 6600,-

Dugnad St. Olavsloppet: kr 7500,-

Dugnad Gaid Røstad (35 stk i ca 4 timer) : kr 14400,-

Kakelotteri Magneten 13.mai ca kr 8000,

Kakelotteri Magneten 10.juni ca kr 6500,-

Kakelotteri Magneten 11.november ca kr 10000,-

Kakelotteri Magneten 2. desember ca kr 9000,-

Smøredugnad for Bua: (ca 35 t) kr 6000,-

#### **Maledugnad:**

Maling av støyskjerm på Stabelvollen. Ideen var å tilby malejobb til klubbens aktive ungdommer. Dessverre litt dårligere respons enn forventet, men noen få stilte flittig opp og tjente seg noen kroner. Ellers var vel styrets representanter i flertall på denne dugnaden. Mye arbeid, men gode penger. Kr 97000,-

**Byttedag** i samarbeid med Sparebank1 og Nessegutten.



Inntekt til Frol kr 7030,-

### **Julekalendere 2017:**

Bestilt 1000 kalendere. Utsalgspris kr 50.

Innkjøpspris kr 13500,-

Reklameplass for 5 stk å kr 1000,- Bilhuset Visborg, ROSTU, Nortec Levanger, Sebo boliger as og Aktiv

Solgt for ca kr 45000 . (Mange usolgte kalendere i år -95 stk)

Ikke ønskelig å bestille flere kalendere pga færre aktive å dele salget på.

### **Søknader:**

2017: Sendt søknad om kr 10.000 til Sparebank1. Fikk 4000,- Støtte til innkjøp av rulleski for rekruttering.

Søkt støtte i Sparebanken 1 til innkjøp av nytt rekruttvåpen- fått 14 700,-

Tilskudd fra Skiskytterforbundet. Søkte om tilskudd til rekruttvåpen og rulleski ca kr 9500,-

Søkt om støtte fra Frol Sanitetsforening til servering av kveldsmat. Søkt om ca 5000.

Fått støtte inntil 5000,-

Søkt Sparebanken1 om støtte til Skallstuggusamling. Avslag denne gangen.

Søkt Statskog om støtte til utvikling av haugen bak skihytta(hinderløype) Avlsag denne gangen.

Søkt hovedlaget om støtte til utvikling av haugen bak skihytta. (hinderløype) Ikke behandlet ennå.

Ski/skiskytteravd vant 35 esker Pizza Grandiosa på Rema Moan. Ble servert under Skallstuggusamlinga.

Sponsoravtaler med salg av reklameplater og –skilt:

Ole Hustad har tatt over dette. Økonomiutvalget har ingen info om dette i år,

Dette er ikke nettoinntekt, har noen utgifter på noen av disse dugnadene. Viser til regnskapet.

## Anlegg

Sverre Matberg Vedlikehold

Kjetil Røe Scooter/ Løypekjøring

Linda D. Halsan Kjøkkenansvarlig

Det ble nedsatt et utvalg som skulle se på muligheten for snøproduksjon, konklusjonen ble at det ble for kostbart. Samtidig skulle utvalget se på muligheten for tørrlegging av deler av lysløypa, styret ble enig om å sette det litt på vent. (Etter grundige undersøkelser, og ingen garanti for spillemidler)

En komite jobber med å ferdigstille en spillemiddelsøknad på ny løype ned mot parkeringsplassen. (okt -18)

Tatt kontakt med Universitetet NORD angående «aktivitetshaug» ved hytta.

**Arbeid utført i anlegget;** Den nye dagløypa ble sletta og brukt under Skallrennet. Det ble tatt ei avskjæringsgrøft mot myra, med bygd bru over.

På stadion inne i strafferunden ble det tatt 2 dreneringsgrøfter, som ble fylt med grov singel. I langstrupen ble et avløpsrør tatt opp og senka, samtidig ble det lagt ned et dreneringsrør. Grøfta ble delvis fylt med singel. En stor takk til Sørheim maskin for lån av maskin.

Ståle Matberg kjørte beitepusseren i hele lysløypa, noe som gjorde at vi kunne gå på ski med mindre snø.

Vedlikehold av bygninger: Scooterbua, WC ved parkeringsplassen og tidtakerbua fikk et nytt strøk maling.

Fryseren streika, Ole Hustad kjøpte ny, takk til Ole.

## Utøverprisen

Utøverprisen 2017 gikk til Mathea Guddingsmo.

## Innsatspokalen og Frol-vimpelen

Innsatspokalene og Frolvimpelen, deles ut av hovedlaget.

Våren 2017 (for prestasjoner i 2016) delte hovedlaget ut innsatspokalene til Oddmund Haugnes for sine gode prestasjoner i langrennsløypa, deriblandt sølvmedalje i Hovedlandsrennet.

Og den andre pokalen gikk til Mari Andrea Kilskar Grevskott, for sine gode prestasjoner, både i skiskyting, langrenn, orientering og friidrett.

Frol-vimpel ble det på Oddmund Haugnes for sin medalje i Hovedlandsrennet.

## Spesielt gode prestasjoner

### Para VM på ski

Birgit Skarstein tok sølv (langdistanse) og bronse (mellomdistanse) under Para -VM i tyske Finsterau.

### Hovedlandsrennet i Skiskyting

Mari Andrea Kilskar Grevskott tok bronse medalje på sprinten i Meråker.

## Andre arrangement

### KM stafett for NT og ST kretser ( skiskyting)

Ble arrangert 19. mars. 58 lag fullførte. Kun 8 lag fra ST sier vel noe om at det ikke ble prioritert å dra hit fra sørfylket. Et vellykket arrangement i knallvær.

### Sprint/sprintstafett(skiskyting)

Ble arrangert 1. desember. 33 startet på sprinten og 28 stafett lag. Første gang Frol arrangerer så tidlig på sesongen. Arr. ble godt mottatt og hensikten med å gi særlig de yngste juniorløperne litt tøff matching før Norgescupen starter ble absolutt oppnådd.

### Skallrennet 2017- 5. juledag

Endelig hadde vi igjen nok snø i anlegget vårt, og vi kunne arrangere årets renn på hjemmebane.

Under flotte snø- og værforhold kunne vi ønske ca 150 løpere velkommen 5. juledag. Ble også i år spurt av kretsen om å ha KM for klassene junior/senior, noe vi takket ja til. Et godt gjennomført arrangement , med flotte tilbakemeldinger frå TD.

## Avslutning

Rekruttering har vært et tema i flere år, men har nå fått ei engasjert foreldregruppe som ønsker å få til noe. Hadde rulleskileik også sist høst med ca 20-25 barn.

Skiskytterskolen ble arrangert sist i oktober med Jens Petter Furunes som ansvarlig. Rekordmange 15 deltakere gjennomførte kurset.

Skallstuggusamling ble arrangert 4.-5. november. ( ca 50 stk)

Pga tidlig snø og flotte skiforhold , begynte skileiken allerede i desember.

Tirsdagens skileik/trening avsluttes med havregrynsgrøt i Frolhytta- noe som er veldig populært.

Vi håper disse tiltakene gjør sitt til at det blir et oppsving i antall unger med på skiaktiviteter!

(både på skileik, treninger, Frol-karusell og videre på ski/skiskytterrenn.)

Styret takker herved alle aktive, trenere, tillitsvalgte og foreldre for stor innsats.

Tingstadmoan 06.02.18

For styret

Bente Hovdal Sundsvik