



# Frol il Ski og skiskyting

## Årsmelding 2018

### Styret

### på valg

Leder	Bente Sundsvik	2019
Nestleder	Jo Severin Matberg	2019
Økonomileder	Berit Ressem	2019
Kasserer	Olav Sørheim	2020
Leder langrennsutvalg	Robert Ressem	2020
Leder skiskytterutvalg	Svenn-Erik Guddingsmo	2020
Leder anleggsutvalg	Sverre Matberg	2019

## Møter og representasjon

Det er avholdt totalt 7 styresmøter hvor det er behandlet i alt 74 saker. Bente og Jo Severin (på ett møte) har deltatt på styresmøter i hovedlaget.

Robert Ressem deltok på skikretsens ERFA møte langrenn 3.mai og Bente H Sundsvik høstmøtet for langrenn 28.oktober.

Robert Ressem her deltatt på møte med Levanger ski, og vært på møte i Levanger karusellen med Øyvind Skei.

Arne Grevskott sitter i styret for skiskytterkretsen

Nord Trøndelag skiskytterkrets ting; her deltok Jo Severin Matberg, Svenn Erik Guddingsmo og Trude Matberg. I tillegg møtte Arne Grevskott som styremedlem.

Innherred skiskytings årsmøte; her deltok Mette Kilskar. Hun sitter også i styret i Innherred skiskyting  
Høstmøtet; her deltok Jo Severin Matberg. I tillegg møtte Arne Grevskott som styremedlem.

## Organisasjonsplan

Planen ble behandlet på første styresmøte 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, skiskytterskole)

## Økonomi

Det er som tidligere gjennomført et bra inntektsbringende adventslotteri.

Ingen større dugnad i år, men noen mindre dugnader ( veksling St.Olavsløppet , TdTomtvatnet rittet, GAID, kakelotteri, Byttehelga, fjernet glider av ski for Bua .

Regnskapet viser et overskudd på ca 68 000,-

## Idrettshytta

Hadde byggestart i mai 2014, og ble ferdig høsten 2016.

Har 352 000,- kr i lån ved utgangen av 2018.

## Langrenn

**Sportslig utvalg langrenn 2018:**

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 ett møte i regi av Levanger Ski.

### Arrangement

29. desember Skallrennet, 196 deltakere (163 i 2017).  
Frolkarusell, onsdager fra jul til påske.

### Aktiviteter

17. mai Rulleskiopptog i borgertoget  
10.-11. november Skallstuggusamling, ca. 60 deltakere

God deltakelse på Skallstuggusamlingen, få aktive utøvere over 13 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 en deltaker på seniorkretslag til 2019 sesongen, Espen Sundsvik.

### Treninger

Tirsdagstreninger startet opp i januar, skileik og trening.  
Rulleskitrening startet 10. september for de minste.  
Innetrening, «Mandagstrening» på Frol startet etter høstferien mandag 8. oktober.

Etter treninger/skileik i Skianlegget har vi servert havregrøt som et miljøtiltak hver tirsdag.

**Trenere** Hermann Leithe og Bård Haugnes (11-16 år)  
Ole P Vestheim, Jo Langøygard og Runar Jenssen (6-10 år)

### Resultater

NM senior, Gåsbu	Espen Sundsvik	61.plass, 15km fri teknikk 78.plass skiathlon
	Line Sundsvik	37.plass, 10 km fri teknikk 36.plass skiathlon
	Frol il	34.plass, stafett (Oddmund, Magnus og Espen)
NM senior, Alta	Espen Sundsvik	15.plass, 50km fri teknikk 184. plass, 10km klassisk
	Oddmund Haugnes	246.plass, 10km klassisk
	Line Sundsvik	90.plass, 5 km klassisk 31.plass, 30km fr teknikk
	Magnus Norøy	255.plass, 10km klassisk
NM junior, Steinkjer	Magnus Norøy,	37.plass, 20 km klassisk 11.plass, 10 km fri teknikk
	Oddmund Haugnes	100. plass, 10 km klassisk

Poengplass NC	Marius Ressem	16.plass, 10 km klassisk, Holmenkollen
	Oddmund Haugnes	16.plass, sprint fri teknikk, Holmenkollen
		8.plass, sprint, Beitostølen
		14.plass. 10km fri teknikk, Beitostølen
	Magnus Norøy	22.plass, 10 km fri teknikk, Holmenkollen
Kretsrenn	Kun 3 deltakere deltok på 6 eller flere kretsrenn. Eivind Haugnes, Oddmund Haugnes og Marius Ressem.	

Robert, 28.januar 2019

## Skiskyting

### Skiskytterutvalgets sammensetning:

Leder: Jo Severin Matberg

Sportslig leder: Svenn-Erik Guddingsmo

Oppmann: Trude Matberg

Materialforvalter: Ståle Matberg

Årsmeldingen går fra 1. januar 2018 til 31. desember 2018. Den følger ikke lenger sesongen da årsmøtet behandler samme tidsrom og ikke sesong.

### Treningsgruppa:

Høsten 2017/2018 sesongen ble det arrangert nybegynnerkurs med mange deltakere. Det viste seg dessverre at det var mange som falt i fra når snøen kom. Når vi kom til januar 2018 hadde vi 2 treningsgrupper. Den yngste gruppa var det Jens Petter Furunes og Hans Martin Holden som trente. Dette var en fin gruppe med ganske mange utøvere. Positivt er at vi fremdeles samler utøvere fra andre skigrupper som ønsker å være med på skiskyting. Vi hadde også denne sesongen flere utøvere fra Ekne IL og en utøver fra Nessegutten IL. Den eldste gruppa har bestått av 3 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 bistod også på en del treninger vinteren 2018.

Høsten 2018 var det 1 deltaker på nybegynnerkurset. Det var Jens Petter Furunes om hadde ansvaret for denne deltakeren. Anders Guddingsmo har i tillegg bidratt på en del treninger høsten 2018. Et positivt tilskudd med en ung tidligere utøver. En del utøvere sluttet før høsttreningene startet opp, og det er nå en forholdsvis liten treningsgruppe, men med positive og ivrige utøvere.

### Oppsummering sesongen 2018:

Årets sesong går som sagt fra januar 2018 og ut året. I 2018 har vi hatt et samarbeid med DFS-klubben Levanger og Frol skytterlag hvor vi har fått bruke den innendørs skytterhallen deres på mandager. Dette var et tilbud for alle som var eldre enn nybegynnere. Vi har også hatt faste fellestreninger i Frolfjellet Skisenter for alle på torsdager. Det var i tillegg et tilbud på tirsdager samtidig som skileiken til skiavdelingen. De minste ble oppfordret til å være med

på skitreninger også. Det var også tilbud om felles styrketrening på Frol Oppvekstsenter mandager, men dette kolliderte med innendørs skyting. I tillegg trente Mathea Guddingsmo sammen med Steinkjer Skiklubb – Skiskyting en kveld i uka på Steinkjer Skistadion.

Før sesongen 2018/2019 ble det i september kjørt en dagsamling i Frolfjellet Skisenter. I tillegg var flere skiskyttere med på den felles Skallstuggusamlinga i høst. Fra etter høstferien har vi kjørt fellestreninger torsdager i Frolfjellet Skisenter. Mandager har det vært felles styrketrening ved Frol Oppvekstsenter. Tirsdager har det vært skileik. Først på rulleski, før treningene ble flyttet til Frolfjellet Skisenter når det kom snø.

Av de eldre skiskytterne våre har Ole Rødvik Kilskar (senior) tilhold i Lillehammer. Mari Kilskar Grevskott (junior) er elev ved Steinkjer Videregående skole toppidrett skiskyting, og er med i Team Innherred Skiskyting. Mathea Guddingsmo (junior) er elev ved Meråker Videregående skole toppidrett skiskyting.

Det har vært arrangert mange renn i regionen i sesongen. Totalt er det arrangert 16 renn.

Det er veldig gledelig at så mange utøvere har stilt til start i så mange kretsrenn i året som har gått. Følgende har stilt til start på kretsrenn i 2018. Navn og antall:

Leo Dalen – 14, Henrik Furunes – 12, Mathea Guddingsmo – 11, Mari K. Grevskott – 7, Martin Blomsø – 7, Ragne Matberg – 5, Aksel F. Holden – 5, Johannes Furunes – 5, Magnus Matberg – 3, Dani Småli – 3, Iver Skreden - 2, Oliver Nyberg – 1, Hågen Røkke – 1.

I tillegg har Ole Rødvik Kilskar, Mari Kilskar Grevskott og Mathea Guddingsmo deltatt i flere nasjonale renn.

#### **Aktiviteter:**

- Felles overnatting i Knyken under LM i Orkdal
- Felles overnatting i Snåsa under KM i Snåsa
- Dagsamling i Storlidalen i september.
- Familiesamling på Skallstuggu i november.
- Fellestreninger med langrenn på tirsdager vinter 2018, mandager og tirsdager høsten 2018.

#### **Arrangement:**

- Felles KM stafett Nord- og Sør-Trøndelag 10.03.18. Det var ca 60 lag som stilte. Dette var noe færre lag enn året før. De aller fleste av lagene kom fra Nord-Trøndelag.

Vi har hatt problemer med å skaffe nok frivillige til å stille opp på arrangementene de siste gangene vi har arrangert skiskytterrenn. Vi ble i forkant av terminlisteoppsettet for sesongen 2018/2019 forespurt av kretsen om vi kunne ta på oss Landsdelsmeterskapet i skiskyting, men kom frem til at vi ikke klarte å stille nok frivillige til at vi turte å ta på oss dette. Vi forsøker igjen i 2019 å arrangere KM stafett som er et mye mindre renn.

#### **Representasjon:**

- Arne Grevskott sitter i styret for skiskytterkretsen
- Nord Trøndelag skiskytterkrets ting; her deltok Jo Severin Matberg, Svenn Erik Guddingsmo og Trude Matberg. I tillegg møtte Arne Grevskott som styremedlem.

- Innherred skiskytings årsmøte; her deltok Mette Kilskar. Hun sitter også i styret i Innherred skiskyting
- Høstmøtet; her deltok Jo Severin Matberg. I tillegg møtte Arne Grevskott som styremedlem.

**Kurs:**

- Trude Matberg deltok på trener 2 kurs, skytedelen, som ble arrangert på Steinkjer i høst.

**Administrativt:**

- Leder i utvalget hadde ansvaret for våre arrangement (KM stafett) og skiskyttereskolen (som nevnt annet sted ikke fikk så stor oppslutning) Han har også brukt litt tid på å rydde i våpenkortet til laget. En del gamle våpen er kassert og disse er nå slettet fra kortet.
- Leder har også fungert som styrets sekretær i perioden.
- Forholdsvis få utøvere har nok kanskje også ført til mindre arbeid for utvalgets leder. Rekrutteringen er for tiden på et historisk lavmål uten at vi har noen forklaring på det. Mulig dette skyldes naturlige svingninger og at den dårlige trenden snur igjen. Uansett er det bare å stå på videre framover. Heldigvis er de som deltar veldig aktive.

**Resultater:**

Vi fikk i år en norgesmester i skiskyting!

NM Junior:

- Mari Kilskar Grevskott, Norgesmester Fellesstart, 6. Plass normal og 7. plass sprint

KM Sprint Steinkjer:

- Mari Kilskar Grevskott, kretsmester Sprint K17

KM Fellesstart Snåsa:

- Henrik Furunes, sølv G11
- Aksel F. Holden, sølv G14
- Mari K. Grevskott, kretsmester K17
- Martin Blomsø, 2. Plass G10 Nybegynnere

LM Orkdal:

- Mari Kilskar Grevskott, bronse Normal K17
- Henrik Furunes, sølv Normal G11
- Leo Dalen, sølv G11-12 Nybegynnere

Hovedlandsrenn Veldre Sag:

- Mathea Guddingsmo, 8. plass sprint og 15. plass normal

Youngstarfinale Holmenkollen:

- Mathea Guddingsmo, 24. plass J16

Trøndercup:

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

Sammenlagt plasseringer:

- Mari Kilskar Grevskott, gultrøye og sammenlagtvinner av K17
- Mathea Guddingsmo, gultrøye og sammenlagtvinner av J16
- Ragne Matberg, 8. plass sammenlagt J16
- Aksel Framstad Holden, 18. plass sammenlagt G14

## Frol/Telenorkarusellen

### Frolkarusellnemda 2018

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

**Ansvarsområder:** Arrangere Frolkaruseller FK, arrangere Levanger karusell LK, arrangere Frol mesterskap FM, arrangere avslutnings kveld. Det ble videreført fra året før at nemda tok ansvar for å sette opp arbeidsliste for grøtkoking treningskveldene (tirsdager). Nemda hadde ikke ansvar for andre oppgaver opp mot rekruttering da det ble vurdert å være for lang avstand til det sportslige for at dette skulle kunne fungere.

**Dette ble gjennomført:**

Det var planlagt FK hver onsdag fom 3. jan og frem til påske. Det ble arrangert hele 10 FKer og 1 LK. Vinteren var helt utenom det vanlige, med stabilt vintervær og gode skiforhold. Totalt 123 deltagere, 85 stk m/tidtakning, 38 stk u/tidtakning .

FM ble arrangert, skicross, stor deltagelse, og særlig gledelig var det at andelen voksne var betydelig økende fra tidligere år. Full premiering. Det ble kjøpt inn to skjold, en for damer og en for herrer. Navn og år graveres inn på årets vinner, og oppbevares i skihytta.

Avslutningskvelden ble arrangert 18. mars (onsdag før påske) i kantina på Levanger videregående skole i samarbeid med styret. Full premiering som var gitt av Telenor samt at det ble kjøpt inn egen skipokaler til alle.

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. Ståle Matberg stilte med melk de fleste kveldene og Bente og Berit hadde plukke inn blåbær som ble servert til. (Stor takk til Ståle, Berit og Bente!)

**Evaluering:** Denne vinteren var det gjennomgående gode forhold og nemda har gjennomført oppdraget sitt med 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 har for enkelte vært litt stor da de har vært oppsatt til å delta på alle FK/LKene, men tilbakemeldingene er at det har gått greit. Deltagelsen på FKene har vært svakt økende fra året før.

Generelt takker vi for en fin sesong, med mange ski-glade barn og voksne!

## Økonomiutvalget

Økonomiavdelinga har i sesongen 2018 bestått av:

Astrid Svendgård

Andreas Småli

Berit Ressem (leder)

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

Det er i år avholdt ett møte i økonomiutvalget.

Kommunikasjon har ellers foregått pr mail og telefon.

### **Dugnader:**

**Tour deTomtvatnet** sykkel 2018 Rigging av løype i Kirkegata og på Moan fredag kveld og ferdigrigging i Kirkegata lørdag morgen. 12 pers x 2 timer fredag og 5 pers x 2 timer på lørdag. kr 5100,-

### **Dugnad St. Olavsloppet:**

(Ståle Matberg dugnadsansvarlig) Inntekt kr: 6500.-

**Dugnad Gaid Røstad:** 28 stk x 500= kr 14000,-

### **Kakelotteri:**

Kakelotteri Mega 16.juni ca kr 5200,-

Kakelotteri Magneten 6. oktober ca kr 8500,-

Kakelotteri Magneten 27.oktober ca kr 7800,-

### **Smøredugnad for Bua:**

8 stk i ca 3 timer. Kr 7000,-

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

Inntekt til Frol ca 10.000,-

### **Julekalendere 2018:**

Bestilt 1000 kalendere. Utsalgspris kr 50,-

Innkjøpspris kr 13395.-

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

Solgt for ca kr 47 500.- pr dato 23.1



## Søknader:

2017: Sendt søknad om kr 10.000 til Sparebank1. Fikk 4000,- Støtte til innkjøp av rulleski for rekruttering. Sparebank1 betaler ikke ut pengene før vi sender inn

Søkt om støtte fra Frol Sanitetsforening til servering av kveldsmat. Fikk kr 5000,-

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

Søkt hovedlaget om støtte til utvikling av haugen bak skihytta. (hinderløype) Fikk kr 7500,- av Allidrettsmidlene.

Sponsoravtaler med salg av reklameplater og –skilt:

Ole Hustad har tatt over dette. Økonomiutvalget har ingen info om dette i år. (Ole informerte årsmøtet om at salg av reklameplakater ga inntekt på kr 39000,-)

Okkenhaug 24.januar

For Økonomiutvalget i Frol ski/skiskyting

*Berit M. Ressem*

## Anlegg

Leder Sverre Matberg - vedlikehold

Skuteransvarlig Kjetil Røe

Kjøkkenansvarlig Trine Munkeby

### Utført arbeid;

-Oppsett og nedtatt sauegjerde,

-nedtatt og oppsett av nettinggjerde i langstrupen.

- Rydda opp kratt i løypestraseen på Storlivollen.

- Rydda skog og kratt i dagløypa, slik at vi får til en 2.5 km lang sløyfe utan å gå om Storlivollen.

Laga aktivitetshaug oppi I furuhaugen. Det ble det oppsett ei disse, hengt opp en liggende stige, for armgang, stativer for over under aktivitet, klatrevegg. Under klatreveggen ble det laga til en gapahuk.

Det er ønske om å kjøpe inn noen madrasser til bruk ved overnatting (samlinger)

Betre markedsføring av utleiemulighetene og tilbudet i idrettshytta.

## Utøverprisen

Utøverprisen 2018 gikk til Johannes Furunes.

## Innsatspokalen ,Frol-vimpelen,elitefond

Innsatspokalene , Frolvimpelen og elitefondet deles ut av hovedlaget.

Våren 2018 (for prestasjoner i 2017) delte hovedlaget ut innsatspokalene til Marius Ressem for sine gode prestasjoner i langrennsløypa, deriblandt 24. plass i Hovedlandsrennet, og mange seire på kretsrenn.

Frol-vimpel ble det på Birgit Skarstein for sølv og bronse under ski VM , og

Mari Andrea Kilskar Grevskott for sin bronse medalje i Hovedlandsrennet.

Magnus Norøy fikk tildelt kr 10 000,- frå elitefondet.

## Spesielt gode prestasjoner

### Langrennspigging

Birgit Skarstein vant verdenscupen i langrennspigging, deriblandt en seier.

Deltok også i **Paralympics** PyeongChang 2018, der ble det 7.plass på 5 km, og 8. plasser på sprint og stafett.

### Junior NM i Skiskyting

Mari Andrea Kilskar Grevskott tok gull medalje på fellesstarten på Simostranda.

## Andre arrangement

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

Felles KM stafett Nord- og Sør-Trøndelag 10.03.18. Det var ca 60 lag som stilte. Dette var noe færre lag enn året før. De aller fleste av lagene kom fra Nord-Trøndelag.

### Skallrennet 2017- 5. juledag

Pga lite snø og mye vann, ble vi nødt til å flytte nok et arrangement, denne gang til Inderøy Skipark.

Der ble vi tatt godt i mot, og under flotte kunstsne- og værforhold kunne vi ønske ca 200 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 rullekule også sist høst med ca 20-25 barn.

Skiskytterskolen ble arrangert sist i oktober , med kun en deltager.

Skallstuggusamling ble arrangert 10.-11. november. ( ca 60 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. Pga mye snø i bygda, ble noen av skileikene flyttet til området ovenfor Frol barneskole., og da dukket nye barn opp.

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 04.02.19

For styret

Bente Hovdal Sundsvik