



Årsmelding Frol Ski- og skiskyting 2022

Styret

på valg

Leder	Marianne Langøygard	2023
Nestleder	Ståle Sivertsen	2024
Økonomileder	Trine Munkeby	2024
Kasserer	Astrid Svendgård	2024
Leder Langrennsutvalg	Hermann Leithe	2024
Leder Skiskytterutvalg	Svenn-Erik Guddingsmo	2023
Leder Anleggsutvalg	Sverre Matberg	2023

Møter og representasjon

Det er avholdt 8 styremøter hvor det er behandlet i alt 69 saker.

Marianne har deltatt på styremøter i Hovedlaget, samt møter i regi av kretsen.

Svenn-Erik Guddingsmo sitter i styret for skiskytterkretsen

Nord Trøndelag skiskytterkretsting; her deltok Arne Grevskott og Svenn-Erik Guddingsmo.

Høstmøtet skiskyting; Svenn-Erik Guddingsmo, Odd Anders Alstad og Arne Grevskott

Høstmøtet Langrenn: Hermann Leithe og Marianne Langøygard

Informasjon

Det legges mest ut informasjon på Facebook og på Frol il sin hjemmeside

Vi har en åpen gruppe for alle interesserte, en gruppe for Tillitsvalgte, trenere og komitemedlemmer (17 medlemmer) samt grupper for trenerapparatet i hhv skiskytter- og langrennsgruppen.

Ukas plan legges ut på Facebook hver søndag, inkl treninger, karusellrenn og helgas skirenn

Det er tatt i bruk Spond som gjør det mulig å få oversikt over hvor mange som tenker å delta på de ulike treningene, men som har den utfordringen at ikke alle nye får det med seg slik som på Facebook, slik at det har fungert å ha treningsinvitasjoner i begge kanalene.

Treninger har også vært annonsert på Allidrettens Facebookside.

E-post har i liten grad vært benyttet i år da vi opplever at det har vært stor utskifting siste årene og vi tror vi når flere via Facebook og hjemmesiden.

Flere har deltatt i hjemmesideopplæring og Nestleder Ståle Sivertsen har hatt hovedansvaret for å legge ut informasjon på hjemmesiden etter kretsrenn, karusellrenn og samlinger.

Idrettshytta

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

Det er gjort vanlig vedlikeholdsarbeid i anlegget gjennom året i all hovedsak av Sverre Matberg.

I 2023 betales siste 100000 av lånet på Idrettshytta til Ole Hustad.

I løpet av 2022 ble det investert i ny industrioppvaskmaskin, komfyr og 60 nye stoler slik at det skal være mulig å ha større arrangementer og utleie i hytta.

Idrettshytta har årlige utgifter på om lag 120-140 000, det er opprettet dialog med Hovedlaget om fordeling av faste utgifter.

Langrenn

Sportslig utvalg langrenn

Sportslig utvalg langrenn

Leder Hermann Leithe

Oppmann Stian Sivertsen

Medlem Kine Sofie Sandstad Skjeset

Medlem Eivind Ness-Jenssen var med en kort periode før han ble avsett til leder for karusellnemda.

“Arrangement”: Robert har vært rennleder på Frolsprinten og Skallrennet.

Trenerteam 2021/2022: Hermann Leithe med organisatorisk ansvar og ansvar for skileik. Stian Sivertsen med ansvar for mellomgruppa. Og Ståle Sivertsen med ansvar for eldste gruppa.

Utvalget har i perioden hatt to møter og for øvrig har kommunikasjonen i tillegg foregått via telefon og e-post.

Arrangement

Frolsprinten 2022: Frolsprinten ble gjennomført på en god måte i Frolfjellet Skisenter med 95 påmeldte og 85 som fullførte.

Skallrennet 2022: Skallrennet ble gjennomført på en god måte i Frolfjellet Skisenter med 163 påmeldte og 140 som fullførte.

Aktiviteter

Skisesongen 21/22 har vært gjennomført med generelt bra aktivitet.

Skallstuggusamling vinter 2022: Ble med ble arrangert 4.-6. mars sammen med orientering. Vi hadde ungdomssamling fra fredag til lørdag der egne løpere (både ski og orientering) samt inviterte ungdommer fra andre orienteringsklubber. Lørdag til søndag hadde vi familiesamling.

På ungdomssamlingen hadde vi 25 påmeldte ungdommer som var med på kveldstrening fredag i Frolfjellet skisenter og pizza på hytta etterpå. Veldig god stemning og sosialt samvær. Lørdag kom resten av Frol-familiene og vi hadde skiorientering på første økt og klassisk fellesøkt etter lunsj. Søndag arrangerte vi Frolmesterskap Skicross.

Totalt deltok ca. 85 stykker på denne samlingen og vi var ca. 55 frolinger som overnattet lørdag til søndag.

Skallstuggusamling høst 2022: Ble avlyst grunnet noe dårlig påmelding.

Snøsamling Vådådalen 2022: En gammel tradisjon med snøsamling i Sverige i Vålådalen ble vekket til live og vi var 73 Frolinger som tok turen over og fikk med oss fem økter på ski 18.-20. November.

Treninger

Treninger startet opp i uke 38 med rulleskitreningen torsdager for alle på Frol barneskole med inndeling i grupper etter nivå. Etter rulleskisesongen fortsatte torsdagstreningen med barmarkstreningen med elghuffsintervall.

Fra uke 41 hadde vi barmarkstrening med styrke inne på mandager. Vi har hatt samarbeid med o-gruppa med tilbud om intervalltrening i Børsåsen tirsdager.

Vårsesong 2022 har vi kjørt skitrening på Frolfjellet mandager for 4. klasse og

eldre og for alle på torsdager. Grøt inne på skihytta etter torsdagstreningen er et populært og sosialt tiltak. Vinter 2022 hadde vi samarbeid med allidretten fire torsdager der de var med på vår skileik. Dette vil vi også fortsette med i neste sesong.

Det jobbes fortsatt bra med treninger/skileik for alle gruppene. På skitreningene ligger vi nå jamt med 20-30 løpere fra 3. klasse og eldre fordelt på to grupper og på skileiken bruker vi være 10-20 barn. I samarbeid med allidretten var vi oppe i 40 barn på skileik.

Facebook-gruppen er benyttet som informasjonskanal. Det er en stabil deltakelse på både Levangerkarusell og sone-/kretsrenn.

Resultater/Deltakelse

Kretsrenn året 2022: Vi hadde totalt 168 starter på kretsrenn dette året, flest Frolinger var det på våre egne renn Frol sprinten med 35 og Skallrennet med 25 deltakere, på KM stafetten i Leksvika stilte vi med totalt 35 Frolinger, det er meget bra. Det har vært et bra år med god deltakelse på kretsrenn igjen, og mange gode resultater.

Kretsmesterskap har det også vært noen av i 2022.

Grong arrangerte det første der stilte vi med 4 Frolinger, men det var kun Marius Viken som var gammel nok til å stille i de klassene som er tellende som KM. Han gikk inn til en fin 2.plass.

TA Skisprint (KM fra 13år og oppover) ble gjennomført på Henningvola, der stilte vi med 5 frolinger. Hvor Marius Viken stakk av med en 1. plass

Skallrennet (KM fra 13år og oppover) der stilte vi som sagt med 25 frolinger og mange bra plasseringer, Ludvig Langøygard 2. plass G15, Marius Viken 2. plass G14, Even Sivertsen 2. plass G13 og Mari Kilskar Grevskott 3. plass Kvinner Senior.

Levangerkarusell året 2022: Det ble gjennomført 4 renn og vi hadde totalt 126 starter i løpet av disse rennene. Levangermesterskapet hadde vi 45 frolinger til start og vi stilte med 14 lag til stafetten. Vi hadde mange sterke resultater her også.

Frolkarusellen 2022:

I løpet av de 4 rennene som ble gjennomført så hadde vi totalt 258 starter.

Skiskyting

Skiskytterutvalgets sammensetning:

Leder: Svenn-Erik Guddingsmo

Sportslig leder: Svenn-Erik Guddingsmo

Materialforvalter: Odd Anders Alstad

Årsmeldingen går fra 1. januar 2022 til 31. desember 2022. Den følger ikke sesongen da årsmøtet behandler samme tidsrom og ikke sesong.

Treningsgruppa:

Vinteren 2022 ble det gjennomført nybegynnerkurs hvor det var med 3 deltakere. Det var Svenn-Erik Guddingsmo som hadde ansvaret for kurset. Deltakerne ble med i treningsgruppa relativt kjapt etter kurset. Det var en positiv gjeng som hadde godt oppmøte på treningene. Det som var gøy var at en av deltakerne var voksen. Han representerte Mexico på ski, og ønsket å lære mere om skiskyting. Vi har fremdeles med oss 2 utøvere fra Ekne i treningsgruppa. Det er Johannes Furunes (tidligere utøver) og Jens Petter Furunes som er trenere. Veldig gøy at Johannes som tidligere utøver har tatt på seg treneroppdraget.

Det ble ikke kjørt skiskytter-skole høsten 2022 da sportslig ikke har hatt kapasitet.

Oppsummering sesongen 2022:

Årets sesong i årsmeldinga går som sagt fra januar 2022 og ut året. I 2022 har vi hatt faste fellestreninger i Frolfjellet Skisenter på torsdager. Skigruppa har også hatt treninger torsdager, og vi har fått grøtserveringen etter treningene. Utøverne ble oppfordret til å være med på skitreninger som ble arrangert andre dager også og felles styrketrening på Frol Oppvekstsenter mandager.

De eldre skiskytterne våre, som nå konkurrerer i K20-22, har studert ved universitet og har i tillegg til Frol IL vært med i team. Mari Kilskar Grevskott er med i Trondheim Biathlon Team. Mathea Guddingsmo er med i Team Meråker Elite.

Totalt er det arrangert 14 kretsrenn i 2022.

Følgende har stilt til start på kretsrenn i 2022. Navn og antall:

Henrik Furunes – 9, Martin Furunes – 8, Daniel Alstad – 4, Mari K. Grevskott – 3, Aksel Sandstad

Skjeset – 2, Mathea Guddingsmo – 2, Solveig Skoglund Leithe – 1, Tuva Ness-Jensen - 1

I tillegg har Mari Kilskar Grevskott og Mathea Guddingsmo deltatt i flere nasjonale renn

Aktiviteter:

Fellestreninger med langrenn.

Arrangement:

- Vi skulle arrangere Trøndercup normal 27.03.22, men på grunn av vind måtte vi avlyse arrangementet.

Representasjon:

- Svenn-Erik Guddingsmo sitter i styret for skiskytterkretsen.
- Nord-Trøndelag skiskytterkrets ting; her deltok Svenn-Erik Guddingsmo og Arne Grevskott.
- Høstmøtet; her deltok Svenn-Erik Guddingsmo, Odd Anders Alstad og Arne Grevskott.

Kurs:

- Ingen kurs arrangert i 2022

Administrativt:

- Leder har også fungert som sportslig leder i perioden.

Resultater:

Asko Sommercup 2022

- 1 stk 2. plass Mari Andrea Kilskar Grevskott

Norgescup 2022:

- 1 stk 1. Plass, 1 stk 2. Plass og 1 stk (3 i sesong) 3. plasser Mari Andrea Kilskar Grevskott

NM 2022:

Benedicte Stien Schreiner

LM Sprint Stiklestad:

- 2. Plass Mari Andrea Kilskar Grevskott

- 3. Plass Mathea Guddingsmo

- 3. Plass Daniel Alstad

LM Normal Stiklestad:

- 1. Plass Daniel Alstad

KM Stafett Steinkjer:

- Kretsmester Mari Andrea Kilskar Grevskott og Mathea Guddingsmo

KM Normal Vinne:

- 2. Plass Martin Furunes

Trøndercup:

- Skyttertrøye Henrik Furunes

Frol/Telenorkarusellen

Frolkarusellnemnda sesongen 2021/2022 har bestått av: Gunnar Alstad, Marte Skoglund, Bjørn Åge Reinås, Tom Rune Iversen og Ståle Sivertsen.

Mandat:

- Arrangere Telenor/Frolkarusell (FK) og Frolmesterskap samt et renn i Levangerkarusellen
- Arrangere avslutningskveld
- Organisering av grøtkoking/sosial del av skitreningene

Gjennomføring:

Nemnda hadde oppstartsmøte 24. november med fordeling av oppgaver, oppsett av terminliste mm.

Vi la planer for en normal sesong, selv om situasjonen med korona og tiltak i forhold til pandemien også denne sesongen var noe usikker. Videre planlegging har for det meste gått via e-post og Messenger. Før jul økte smitten noe, og vi ble underlagt noe strengere tiltak enn det hadde vært tidligere på høsten. Antallsbegrensning og avstand blant annet.

Utendørs arrangementer kunne ha maks 100 deltakere, og derfor fikk vi arrangert første frofkarusell den 11. januar. Ingen kiosk og ingen mulighet til å oppholde seg i skihytta. Rennet skulle vært avviklet 12. januar, men ble pga været flyttet frem en dag. Ganske så bra deltakelse med 77 løpere og fine forhold i løypene. Flyttet fra 12 til 11 januar pga været. (mildt og regn)

Utover vinteren ble det lettelse i koronatiltakene, og vi kunne etter hvert arrangere renn og treninger som normalt, med åpen skihytte, kiosk og grøtservering etter torsdagstreningene.

2. karusell ble avviklet som planlagt onsdag 26. januar, denne gang i friteknikk og vi hadde fine forhold og godt vintervær i skisenteret denne kvelden. 64 deltakere, og åpen kiosk og skihytte.

Den 3. karusellen onsdag 16. februar skulle vi arrangere sprint, nytt for oss i nemnda. Alle gikk en prolog og et heat hver. Prologtiden ble brukt til å sette opp jevne heat. Delte inn i 3 puljer 8-10 år, 11-13 år og 14- senior. Hadde tre forskjellige løyper, og vi fikk også tatt i bruk sprintløypa. Alt fra tidtaking til oppsett av heat funket bra, og det ble et godt gjennomført renn. Bør gjentas også senere, da det virket som at de aller fleste syntes det var gøy med sprint.

Den siste frofkarusellen ble arrangert 9. mars i klassisk stil. Fint vær og gode forhold i løypene den kvelden, men dårlig deltakelse med kun 46 løpere til start.

Vi arrangerte også frolmesterskap, det var opprinnelig satt opp 27. mars, men ble flyttet til 6. mars da opprinnelig dato kolliderte med Frolnormalen. Også i år ble frolmesterskapet arrangert som skicross. 61 løpere stilte til start.

Gode forhold i skisenteret denne vinteren gjorde at vi fikk avviklet alle karusellrennene. Kun et renn ble flyttet fra planlagt dato (det først rennet ble flyttet en dag frem pga mildvær og regn.) Utover vinteren ble også koronarestriksjonene opphevet, så de fleste renn ble gjennomført som normalt.

86 løpere har gjennomført minst ett eller flere renn i karusellen, og deltakerantallet på enkeltrenn har variert fra 46 til 77 deltakere. I gjennomsnitt noe mindre deltagelse enn forrige sesong, og synkende deltagelse utover sesongen.

Medlemmene i nemnda har gjennom vinteren hatt sine tildelte oppgaver og ansvarsområder, og stilt opp på rennene. I tillegg har vi fått hjelp av foreldre og andre frivillige som stiller som stiller som mannskap, dette bidrar til at det blir enkelt å arrangere renn.

I tillegg til frolokaruseller og frolmesterskap har også nemnda ansvar for å arrangere et renn ilevangerkarusellen. Det rennet ble arrangert 2. mars, sprint klassisk stil. Noe skuffende deltagelse, da kun 49 løpere stilte til start.

Pga ulike årsaker ble det heller ikke etter denne sesongen arrangert avslutningskveld.

Økonomiutvalget

Økonomiutvalget har i 2022 bestått av:

Trine Munkeby (leder)
Lene Marit Ness-Jensen
Mats Kristian Strand

Det er i år avholdt 2 møter i økonomiutvalget, i tillegg til kommunikasjon på messenger og telefon.

Dugnader:

Vi har gjennomført følgende dugnadsoppdrag:

- St. Olavsloppet, ansvar for vekslinga øverst i Østnesbakken. 8 000,-
- Åge og Sambandet i Staupshaugen. 2 700,-

- Sjørock på Ekne. 4 200,-

- (Og ikke minst!) Artic Race, sykkelritt med målgang ved Skallstuggu. Her bidro laget med løypevakter, kiosksalg ved veien og utleie av parkering rundt skihytta. Et spennende oppdrag som totalt ga 26 679,- i fortjeneste, selv om salget i kiosken ikke ble helt som forespeilet eller antatt! Veldig mange Frolinger (og gode hjelpere) var engasjert i dette.

Lotteri:

Skilotteriet gjennom Nord Trøndelag skikrets høsten 2022. Vårt overskudd: 2 410,-

Søknader:

Aker Solutions Verdal: 10 000,-

Levanger Kommune: 15 000,-

Sponsorer skiklær:

Vi har inngått nye avtaler på sponning av skiklær. Denne gangen har Elman, Aasen sparebank og Norske Skog fornyet 3-årsavtalene og FS Maskin er blitt med som ny, også på 3-årsavtale.

Total verdi for avtalene i tre år er 64 000,-

Skiltreklame skianlegg:

Ansvarlig har vært Ole Hustad, inntekter kr 22 000, ifølge regnskap. Fra og med 2023 blir økonomiutvalget å overta denne jobben. Takk til Ole for den jobben som er lagt ned i dette til nå, og for at vi får arve et godt system for oppfølging videre.

Avtale Intersport:

Sponsoravtalen med Intersport Magneten ble fornyet i høst, den gir medlemmene gode rabatter og klubben både sponning i form av varer og rabatter.

For økonomiutvalget

Trine Munkeby

Anlegg

Leder Sverre Matberg
Skuteransvarlig Kjetil Røe
Kjøkkenansvarlig Marita Jacobsen

Arbeid utført:

- Sauegjerder satt opp og tatt ned høst og vår
- Oppsatt permanent gjerde i enden an langstrupen
- Skjæringsgrøft med utfall nede i Storlivollen, grøfteoppkastet ble lagt opp som en liten voll
- Skuterbua ble ryddet og gjort om til smørebod
- Skiftet lysarmatur over selvanvisere
- Det er lagt fresa trevirke foran inngangen til løpemaskinen (prøver å unngå sand i skisporet)
- Deler av sprintløypa opp til stadion er belagt med fresa trevirke for å unngå oppskraping av skiene når det er lite snø
- Det ble oppsatt en bryter som slukker lyset i kjelleren, toalettet og kontoret oppe.

Innsatspokalen, Frolvimpel, elitefond

Elitefond

Tildeles av hovedlaget etter egne retningslinjer.

For 2022 ble Mari K Grevskott og Mathea Guddingsmo funnet berettiget basert på sine resultater og innsats.

Innsatspokalen for 2022 tildeles Even Sivertsen.

Avslutning

2022 var et år med god aktivitet i skigruppa. Vinteren var forholdsvis stabil, og det var stor deltakelse på kretsrenn, levangerkarusell og samlinger. Det var forholdsvis beskjedent oppmøte på barmarkstreningene til høsten. Det var utfordrende å finne ledig tid for trenere og løpere. Samlingen i Vålådalen hadde god oppslutning og var en fin start på sesongen.

Økonomisk gikk det greit som resultat av de dugnader og tilskudd vi søkte på. Vi registrerer at det kan være krevende å få folk til å stille på dugnad og at det kan bli aktuelt å øke treningsavgiften.

Rekruttering har vært et tema i 2022 og kommer til å være fokusområde også i 2023. I likhet med andre idrettslag er vi spente på hva mangel på skirenn, treninger og samlinger vil gjøre med rekrutteringen framover, og kommer til å ha spesielt fokus på dette neste år.

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

Levanger 12.02.23

For styret

Leder Marianne Langøygard