



Årsmelding

Frol IL ski og skiskyting 2024

Styret

på valg

Leder	Eivind Ness-Jensen	2025
Nestleder	Ståle Sivertsen	2026
Kasserer	Julie Marie Sivertsen	2026
Leder økonomiutvalget	Åshild Gravdal	2025
Leder langrennsutvalget	Hermann Leithe	2026
Leder skiskytterutvalget		
Leder anleggsutvalget	Jan Jacobsen	2025
Leder karusellnemnda	Mads Kristian Strand	2025

Møter og representasjon

Styremøter: Det er avholdt fire styremøter hvor det er behandlet i alt 40 saker i 2024. I tillegg foregår det mye kommunikasjon i en gruppechat for styret på Messenger.

Hovedlaget: Leder Eivind Ness-Jensen har deltatt på styremøter i hovedlaget til Frol IL.

Nord-Trøndelag skikrets: Håvard Graffer Bye er medlem i Langrennskomiteen.

Nord-Trøndelag skiskytterkrets: Svenn-Erik Guddingsmo er varamedlem i kretsen.

Kretsting: Ikke gjennomfør kretsting i Nord-Trøndelag skikrets i 2024.

Høstmøtet langrenn: Hermann Leithe, Ståle Sivertsen og Stian Sivertsen stilte for Frol IL på høstmøtet.

Informasjon

I sesongen legges det ukentlig ut informasjon om aktiviteten på skigruppa sin offentlige Facebook-side [FROL IL Ski/skiskyting](#). Facebook-gruppa har over 500 medlemmer. I tillegg legges det ut informasjon på Frol IL sin hjemmeside [Frol IL Ski/skiskyting](#). Spond brukes for å annonsere skigruppas treninger internt blant aktive medlemmer. Ulike Messenger-grupper brukes for kommunikasjon i styret og i de ulike utvalgene og nemndene.

Ukas treningsplan legges ut av hovedtrener på Facebook hver søndag. Det legges ut informasjon om og lenke til påmelding på renn av oppmann på Facebook hver søndag.

Spond brukes for å få oversikt over hvor mange som tenker å delta på de ulike treningene og som en registrering av aktive medlemmer.

Messenger benyttes for informasjon i styret og i de ulike utvalgene og nemndene, og for å kunne avklare mindre saker som ikke krever et fysisk møte.

Leder legger ut generell informasjon om aktiviteten i skigruppa på hjemmesiden. Nestleder legger ut informasjon på hjemmesiden om sportslige aktiviteter, inkludert karusellrenn, kretsrenn og samlinger.

Frolfjellet skisenter og Frolhytta

Det er gjort vanlig vedlikeholdsarbeid i anlegget gjennom året. Gjerde ble satt opp for å holde sau unna hytta, parkeringen og leikeområdet.

Det er fortsatt forbudt å drikke vannet i Frolhytta på grunn av arsenivået. Gjennom året er det tatt prøver av vannet for å finne eventuelle variasjoner. Ut ifra disse prøvene ble det hentet inn tilbud på renseanlegg. Vi hentet også inn tilbud om tilkobling til Vulusjøen vasslag. De hadde også fått det samme forbudet på grunn av arsen, og var i gang med planlegging av renseanlegg. Ekstraordinært årsmøte i hovedlaget bestemte at vi kobler oss til Vulusjøen vasslag. De er i gang med montering av renseanlegg i den første brønnen i Jamtkneppet. Når vannkvaliteten er ok fortsetter de med neste brønn.

Vaskedugnad ble utført etter endt sesong og før utleie til konfirmasjoner. Noe utleie gjennom året til samlinger, konfirmasjoner og møter.

Løypenemnda

Preparert trasé når det har vært lite snø og ikke mulig å benytte løypemaskin.

Bistått med scootertransport ved skirenn.

Utført reparasjoner på scooter og kjelker.

Utført årsvedlikehold på snøscooter.

Langrenn

Sportslig utvalg langrenn 2024

Leder: Hermann Leithe

Oppmann: Stian Sivertsen

Medlem: Kine Sofie Sandstad Skjeset

Medlem: Håvard Graffer

Arrangement: Robert Ressem var rennleder, med Eivind Ness-Jensen som medhjelper og til opplæring på Frolsprinten 2024 og på Skallrennet 2024.

Eivind Ness-Jensen og Arild Selseth har deltatt på TD- og arrangementskurs i regi av kretsen.

Trenerteam: Hermann med organisatorisk ansvar for treninger i 2024. Ståle Sivertsen hadde med hjelp av Stian Sivertsen trenerrollen for den eldste gruppen, Hermann for mellomgruppen og Jan Isak Wassdahl (med hjelp av Kine Sofie, Håvard og Lars Aarvik Kjønstad) for skileikgruppen. Håvard har kommet inn som nytt medlem i langrennskomiteen og som trener i skileikgruppa. Håvard, med sin kompetanse som trener ved Langrennslinja ved Meråker videregående skole, er også tiltenkt en rolle som teknikktrener for løpere i treningsgruppene (primært 13 år og eldre).

Utvalget har i perioden hatt to møter og for øvrig har kommunikasjonen foregått via telefon og Messenger. Facebook-gruppen er benyttet som informasjonskanal til medlemmene.

Arrangement

Frolsprinten 2024 ble på grunn av snømangel i Frolfjellet skisenter flyttet til Lundsustaden. Rennet ble gjennomført 16. mars og samlet 87 deltakere, av disse var 16 fra Frol. Et vellykket arrangement i artige løyper på Lundsustaden

Skallrennet 2024 ble på grunn av snømangel i Frolfjellet skisenter flyttet til Grova skisenter i Meråker. Med god hjelp fra IL Varden ble dette en fin dag for både deltakere og publikum i Meråker. Totalt deltok 159 utøvere på rennet, 20 av disse var frolinger. Skallrennet var KM klassisk.

Aktiviteter

Skisesongen 2024 og oppkjøringen til 2024/2025-sesongen har vært gjennomført med generelt bra aktivitet.

Skallstuggusamling vinteren 2024 ble arrangert 19.-21. januar. Fredag til lørdag ble gjennomført som en ungdomssamling der vi inviterte løpere fra de andre klubbene i Levanger. Vi var 40 ungdommer fra 11 år og opp med besøk av 16 utøvere fra andre klubber. Lørdag til søndag hadde vi familiesamling. Vi var ca. 50-60 stk på overnatting begge netter, og samlingen ble som tidligere svært vellykket.

Det ble gjennomført dagsamling i Frolfjellet skisenter 26. oktober.

Snøsamling i Vådådalen 2024 ble avlyst grunnet dårlige snøforhold.

Treninger

Vintersesong 2024: Frolfjellet mandager for 4. klasse og eldre og for alle på torsdager. Grøt inne på skihytta etter torsdagstreningen er et populært sosialt tiltak.

Høstsesongen 2024: Treningene startet opp i uke 34 med rulleskitrening og styrketrening i gymsalen på Frol barneskole på mandager. Etter hvert ble rulleski byttet ut med barmark før styrketreningen. Tirsdager var det intervalltrening med o-gruppa og torsdager elghufsintervall opp til Burtjønna og i Torsbustaden. Jan Isak, Lars og Håvard har tatt på seg hovedansvaret for skileiken, og hadde i høstsesongen 2024 godt oppmøte på mandagstreningen med utelek. De har fortsatt med skileik på Frol barneskole på mandager også etter at snøen kom.

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

Resultater/deltakelse

Det er stabil deltakelse på Levangerkarusellen, noe nedgang i antall deltakere på kretsrenn.

I kalenderåret 2024 hadde vi totalt 145 starter på kretsrenn, fordelt på 35 ulike utøvere. De rennene med flest deltakere fra Frol var Skallrennet og Steinkjer Skifestival/Midt-Norsk Mesterskap med 19 deltakere. I løpet av kalenderåret 2023 stilte 18 løpere til start på fem eller flere kretsrenn. Fortsatt er Frol en av klubbene i kretsen med flest deltakere på renn, men med en liten nedgang fra året før.

Kretsmesterskap 2024

Det ble i løpet av kalenderåret 2024 arrangert tre kretsmesterskap individuelt:

- Leksdalsrennet, KM klassisk, 13.01.2024, flyttet til Blommen.

KM-sølv til Solveig Skoglund Leithe J14

- Inderøyrennet, KM skøyting, 27.01.2024:

KM-bronse Eirik Gravdal Zetterström G15

KM-bronse Even Sivertsen G14

- Skallrennet, KM klassisk, 29.12.2024, flyttet til Grova Skisenter.

KM-gull til Solveig Skoglund Leithe J15

KM-bronse til Eirik Gravdal Zetterström G16

KM-bronse til Jonas Alstad G17

Leksvik arrangerte KM stafett 28.01.2024, rennet ble flyttet til Petter Northug skistadion på grunn av snømangel i Leksvik. Frol IL stilte med tre lag.

Midt-Norsk Mesterskap 2024

Helga 10. og 11. februar ble Midt-Norsk Mesterskap arrangert på Steinkjer Skistadion. Lørdag 10. februar var det distanserenn i friteknikk som sto på programmet. Frol stilte med 9 utøvere til start som alle gikk inn til gode plasseringer i sine klasser.

Dagen etter, den 11. februar var det sprint i klassisk teknikk. Fra Frol deltok 7 utøvere som alle gikk gode renn.

Hovedlandsrennet 2024

Hovedlandsrennet ble arrangert på Gålå, helga 29.02.-03.03.24. Frol stilte med en utøver i G15, Eirik Gravdal Zetterström, og tre utøvere i G16, Sondre Skoglund Leithe, Jonas Alstad og Ludvig Langøygard. Øvelsene var hhv. 5 og 7,5 km fristil individuell start fredag, klassisk sprint og skicross lørdag og stafett søndag. Beste plassering fikk Eirik i sprint med 49. plass.

Levangerkarusellen 2024

Mange frolinger deltok på Levangerkarusellen 2024, og er den klubben som stiller med flest utøvere i karusellen. Det ble arrangert to renn i Møssingdalen, ett i Markabygda (teamsprint) og vi arrangerte det siste rennet i karusellen i Frolfjellet skisenter 14. februar.

Levangermesterskapet 2024 ble arrangert på Lunds bustaden 10. mars, både individuelt renn og stafett. God deltakelse fra Frol og flere klasseseiere både på individuelt renn og stafett.

Skiskyting

Skiskytterutvalgets sammensetning:

Leder: (vakant)

Sportslig leder: (vakant)

Materialforvalter: Odd Anders Alstad

Treningsgruppa:

Det ble ikke gjennomført skiskytter skole i 2024 i regi av Frol, men vi var invitert til å delta på Vinne Skilag sin skiskytter skole. Høsten 2024 har det ikke vært arrangert fellestreninger på Frolfjellet da det ikke har vært aktive utøvere under Henrik Furunes (M18), som høsten 2023 begynte ved Meråker videregående skole.

Oppsummering sesongen 2024:

Henrik Furunes satser og går på videregående i Meråker. Han konkurrerer i M18 i år.

Hovedprioriteringene er Norgescup og NM, men han går også de kretsrennene som passer med dette. Per 26.01.2025 har Henrik deltatt i tre felles kretsrenn med Sør-Trøndelag skiskytterkrets med to 1. plasser og en 2. plass som resultat. Henrik har så langt deltatt på en Norgescup-helg denne sesongen med 13. plass og 10. plass som resultat.

Resultater:

Henrik Furunes:

Norgescup 2024: 16 sammenlagt

Lygna: 14. og 19. plass

Oppdal: 16. og 16. plass

Fossum: 8. og 7. plass

Tromsø: 23. og 26. plass

Geilo: 15. plass (finale)

LM Normal Blommen: 4. plass

KM Sprint Steinkjer: 2. plass

Frol Telenorkarusellen

Karusellnemnda sesongen 2023/2024 har bestått av: Mads Kristian Strand (leder), Marte Skoglund, Lene Marit Ness-Jensen og Kristoffer Heirsaunet (tidtaker). Fra sesongslutt våren 2024 trådte Marte Skoglund ut av nemnda, og ble erstattet av Ann Kristin Granamo Alstad.

Mandat:

- Arrangere Telenorkaruseller og Frolmesterskap, samt ett renn i Levangerkarusellen
- Utarbeide mannskapslister for alle karusellrennene, Frolmesterskapet og Frols kretsrenn, Skallrennet og Frolsprinten.
- Arrangere avslutningskveld
- Organisering av grøtkoking etter skitreningene i Frolhytta i Frolfjellet skisenter på torsdager

Gjennomføring:

Nemnda hadde oppstartsmøte høsten 2023 med gjennomgang av nemndas oppgaver og fordeling av disse. Terminlista og mannskapslista ble publisert på Frols hjemmeside og skigruppas Facebookside og revidert fortløpende etter behov. Nemnda har i tillegg hatt mye kommunikasjon på Messenger.

Vi la planer for å gjennomføre Frolkaruseller mellom 1. januar og 31. mars, i tillegg til en Levangerkarusell og Frolmesterskapet. Utfordrende vær- og snøforhold gjorde at det kun ble arrangert to Frolkaruseller, samt en Levangerkarusell og Frolmesterskap. Frolmesterskapet ble avholdt samtidig med O-gruppas samling på Skallstuggu.

Første Frolkarusell ble gjennomført 24. januar i klassisk stil med totalt 25 løpere som fullførte. Andre Frolkarusell ble gjennomført 28. februar i fristil med totalt 47 løpere som fullførte. Frols Levangerkarusell ble gjennomført 14. februar, sprint, med totalt 63 løpere som fullførte, inkludert 33 fra Frol.

Frolmesterskapet ble gjennomført 7. april, i regnvær overfor Skallstuggu. Skicross fristil med totalt 34 løpere som fullførte.

Avslutningen med premieutdeling for Telenorkarusellen 2022 og 2023 ble utsatt grunnet manglende arrangement på slutten av sesongen. Frolmesterskapet 2024 ble premiert på Skallstuggu etter Frolmesterskapet 7. april.

Sponsor- og dugnadsutvalget

Økonomiutvalget har i 2024 bestått av: Åshild Gravdal (leder). Det andre medlemmet ble dessverre ikke besatt.

Pga. kun ett medlem i utvalget har det ikke vært behov for møter. Ved behov for å diskutere med andre har dette skjedd direkte med styret.

Dugnader:

Det har vært lite dugnader i år, men tradisjon tro stilte skigruppa opp på St. Olavsloppet der de hadde ansvar for vekslinga øverst i Østnesbakken. Dette tjente vi kr 8000,- på. Dette er en dugnad som foregår på dagtid og som krever en del mannskap. Det har vært diskutert i styret om vi skal fortsette å stille opp på denne dugnaden da det er vanskelig å stille med nok mannskap siden det foregår på dagtid. Dette må det tas stilling til i 2025. Det er stort potensial i å engasjere pensjonister i tilknytning til Frol.

Vi har fått en forespørsel fra skikretsen om vi ønsket å være med som arrangør av Trøndercup i Randonee, men dette valgte vi bort da det var mye aktivitet i forbindelse med lokale skirenn og Skallstuggusamling for skigruppa i samme periode.

Lotteri:

Medlemmer har solgt lodd for skilotteriet gjennom Nord-Trøndelag skikrets høsten 2024. Vårt overskudd ble kr 2480,-

Søknader:

Det ble sendt søknad til Norges Skiforbund om aktivitetsutstyr til Frolfjellet skisenter fra Sparebankstiftelsen DNB, men søknaden ble ikke innvilget.

Styret sendte henvendelse til Vulusjøen løypekjøring AS om å få dekket halve strømregninga til Frolhytta og at Løypeselskapet står for vedlikehold og eventuelle utskiftninger i tilknytning til garasjen, som kun benyttes av Vulusjøen løypekjøring AS. Grunnet løypeselskapets akkumulerte underskudd kunne ikke selskapet bidra med økonomisk tilskudd til strøm i Frolhytta-/garasjen for løypemaskinen, men styret i løypeselskapet vil bidra til utbedring av plassen foran garasjen våren 2025.

Sponsorer skiklær:

Vi er på år 3 av 3 for avtalene om sponning av skiklær. Det er Elman, Aasen Sparebank, Norske Skog og FS Maskin som står for sponsinga, og den totale verdien for avtalene i tre år er kr 64 000,-

Sponsoravtalen på skiklær må fornyes i 2025.

Skiltreklame skianlegg:

Det er solgt skiltreklame for kr 19 000,-

Det er inngått noen nye avtaler, og det ventes svar fra flere som har sagt de skal vurdere det for perioden 2025-2030, men her er det et potensial som kan utnyttes bedre.

Avtale Intersport:

Sponsoravtalen med Intersport Magneten gir medlemmene gode rabatter, og klubben sponses både i form av varer og rabatter.

Innsatspokalen, Frol-vimpel, elitefondet

Innsatspokal

Avdelingen kan nominere to utøvere til innsatspokalen, en gutt og ei jente.

For 2024 har avdelingen nominert:

Eirik Gravdal Zetterström, født 2009

Vi nominerer Eirik Gravdal Zetterström, født 2009, til innsatspokalen for sesongen 2024. Eirik har over flere år vist stor iver og motivasjon for trening og konkurranse. Han er en av de mest aktive skiløperne i klubben og er en av de som gjennom vinteren stiller til start på flest renn fra klubben.

I sesongen 2024 leverte Eirik en rekke sterke resultater. Han tok to KM-bronser, på Inderøyrennet og Skallrennet, og i tillegg til det gikk han inn til flere pallplasser i kretsrenn og tok 3. plass i NTE-cup sammenlagt. Han deltok på Hovedlandsrennet på Gålå og Midt-Norsk Mesterskap på Steinkjer.

På grunnlag av dette mener vi Eirik er en god kandidat til å motta innsatspokalen for 2024.

Ingen jente er nominert til innsatspokalen for 2024 fra Frol IL ski/skiskyting.

Solveig Skoglund Leithe, født 2010, fikk tildelt innsatspokalen for 2023 av hovedlaget 12.03.2024.

Frol-vimpel

Ingen aktuelle for Frolvimpel fra ski-/skiskytteravdelingen i 2024.

Elitefondet

Ingen søkere til elitefondet fra ski-/skiskytteravdelingen i 2024.

Avslutning

2024 har vært et år med stabil aktivitet i skigruppa. Med unntak av Henrik Furunes som er elev ved Meråker videregående skole og en svært aktiv skiskytter, er det ingen øvrig aktivitet i skiskyttergruppa lokalt, men vi håper at aktiviteten kan starte opp igjen på et senere tidspunkt. I mellomtiden har Vinne skilag gitt et tilbud til interesserte utøvere fra Frol.

Været var heller ikke i 2024 helt med oss i Frolfjellet skisenter, så vi måtte avlyse to av fire planlagte Frolkaruseller. Deltakelsen på renn og samlinger har generelt vært god. Det var forholdsvis beskjedent oppmøte på barmarkstreningene til høsten, så lenge sommeraktivitetene pågikk, men etter hvert økte deltakelsen. Samlingen i Vålådalen måtte dessverre avlyses grunnet manglende snø. Skallrennet 2024 ble flyttet til Grova skisenter grunnet mye overvann i skisenteret, men i samarbeid med Varden Meråker fikk vi gjennomført et flott renn med stor deltakelse, inkludert fra Sør-Trøndelag og med Emil Iversen på startstreken.

Økonomisk gikk ski-/skiskytteravdelingen godt i pluss i 2024, men dette skyldes i all hovedsak at vi ikke fikk gjennomført snøsamlingen i Vålådalen grunnet snømangel. Vi hadde også budsjettert med større utgifter til oppgraderinger i Frolfjellet skisenter, men dette er flyttet til 2025. Manglende inntekter grunnet færre gjennomførte karusellrenn og dugnader ble kompensert av økte inntekter fra tilskudd og sponsing.

Styret vil takke alle skiløpere, trenere, tillitsvalgte og foreldre for stor innsats.

Levanger 17.02.2025

For styret

Leder Eivind Ness-Jensen