

Frol IL orientering

Årsmelding 1985

Med i styre og komiteer:	Formann	Berit Reistad
	Nestformann/oppmann	Johan Skjerve
	Sekretær	Anne Vatn
	Kasserer	Hans Moltzau

(Komiteformennene sitter også i avdelingsstyret)

Instruksjonskomite:	Vidar Venås (formann) Eirik Ulseth Marit Hæreid
Treningskomite:	Olav Martin Indgaard (formann) Torbjørn Sirum Fritjof Sandstad
Kartkomite:	Oddbjørn Selbo (formann) Torbjørn Sirum Eva Hernes

MØTER I STYRET

Det har vært 8 styremøter.

REPRESENTASJON

Kretstinget ble i år arrangert av Egge IL på Egge. For Frol møtte Vidar Venås, Fritjof Sandstad og Berit Reistad. Olav M Indgaard ble valgt som formann, og Hans Moltzau som kasserer i kretsen.

AVSLUTNINGSKVELD FOR SESONGEN

For sesongen-84 hadde vi som vanlig en avslutningskveld på Breidablikk ungdomshus i Okkenhaug. Det ble en trivelig kveld med premieutdeling for klubbmesterskap, O-Trampen og O-Sjuer. Det ble også tid for litt underholdning. En kveld mange tydeligvis setter stor pris på.

KURS

Lars Erik Ulseth, Marit Hæreid og Berit Reistad har gått på løypeleggerkurs. Vi har også arrangert synfarerkurs med Oddbjørn Selbo og Torbjørn Sirum som kursledere. Arne Grevskott, Per Ola Ulseth, Randi Haugskott, Johan Reistad, Gunnar Vatn, Hilde Monika Røstad, Per Anders Røstad, Marit Hæreid og Vidar Skjerve deltok.

LEIRE

10 frolinger deltok på O-Troll – leiren som IOK arrangerte ved Skogn-Grønningen. Disse var Arnulv, Marit og Ingeborg Vestrum, Torunn og Ingerid Vatn, Heidi og Anne Reistad, Keth Nervik og Kari Ulseth.

INNSATSPOKALER

Lars Erik Ulseth ble tildelt innsatspokalen fra hovedlaget for sin innsats som en allsidig og aktiv idrettsutøver, på hovedlagets årsmøte i desember.

O-TRAMPEN

O-Trampen ble i år arrangert for 15.gang. Håkon Sørheim, Einar og Bergljot Venås har tatt samtlige poster alle disse årene. Altså godt over kravet til gullmerket. For dette får de gullplaketten. Vi gratulerer!

Opplegget var det samme som vi har hatt de siste åra. I år ble det solgt 193 kort/konvolutter, mot 197 året før. Trampen hadde åpningsdag i Børsåsen. Vi spanderte kaffe og kaker på de som møtte opp, og oppmøtet var bra. Kaffeposten hadde vi i år lagt til Kammarsadelen. I konkurranse med sterk sol og sjøliv serverte vi kaffe til 50 O-Trampere. Etter de mange positive reaksjonene vi har fått på vårt opplegg, ser vi fram til å møte dere neste år. Og ta med dere noen nye! Opplegget og terrenget for neste år blir stort sett det samme som i år, kanskje med noen overraskelser.

O-TEKNISK / NYBEGYNNER INSTRUKSJON

Vi har i år hatt færre treningsløp enn i fjor. I stedet ble det lagt opp til o-teknisk trening på noen O-Sjuere. Instruksjonskomiteen avholdt eget instr.kurs i begynnelsen av sesongen. Ellers gikk dette også inn i O-Sjuern. Synfaringskurset var også ment som litt o-teknisk trening.

BYGDAKAMPEN

I år kjørte vi Bygdakampen med en ny vri. Det ble arrangert 6 løp, 3 på vårsesongen og resten på høstsesongen. Dette gjorde Bygdakampen litt mer spennende, selv om vi til slutt endte på sisteplass. Hvis vi møter mer mannsterke opp til neste år, vil nok resultatet bedre seg...

ARRANGEMENT

Tradisjonen tro arrangerte vi Trøndelags første terminfestede løp i vår, Blåveisløpet. Oddbjørn Selbo var løpsleder. Det var 210 deltagere. Løpet var utsatt fra 29/4 til 11/5 pga snøforholda. I forbindelse med NOFs 40-års-jubileum arrangerte vi i samarbeid med OK Skøyenar og Verdal OK et tredagers internasjonalt løp. Olav M Indgaard var løpsleder for dette flotte gjennomførte løpet med ca 600 deltagere. Berit Reistad og Marit Hæreid var løyeleggere, og arena var Munkebyvollen.

I september arrangerte vi natt-o-løp med heller dårlig deltagelse. Hans Lund var løpsleder. Ca 25 stk deltok.

AVSLUTNINGSHELG

Ble utsatt til siste helg i oktober pga elgjakt. Denne gang ble den lagt til skihytta. Lørdag startet vi med lang-klubbmesterskap, og søndag O-Stafetten. Lørdag kveld var det sosialt samvær på skihytta, med forholdsvis bra oppmøte til tross for det stygge været.

DELTAING I KONKURRANSELØP

Vi har satt ny rekord med 705 starter i år. (I 1984 var det 660, i 1983 660). I antall starter er medregnet alle terminfestede løp, klubbmesterskap, bygdakamper og O-Stafetten.

Flest starter har Arne Grevskott med 35, Torbjørn Sirum med 34, Gunnar Vatn 32, Per Ola Ulseth 29, Per A Røstad 27, Johan Skjerve 26, Johan Reistad og Vidar Skjerve 23. Når det gjelder førsteplasser i åpne løp har Eva Hernes henta heim 8, Gunnar og Ingerid Vatn 7, Olav Sem Austmo 5, Randi Haugskott, Hilde Monika Røstad, Per Ola Ulseth og Arne Grevskott 4. Etter at vi har ført statistikk over antall starter de 5 siste årene har Arne Grevskott 165, Torbjørn Sirum 157, Per Ola Ulseth 155, Randi Haugskott 127, Johan Skjerve 118, Per A Røstad 117 og Lars Erik Ulseth 103.

VI TAR MED LITT OM ENKELTE STØRRE LØP

Hovedløpet for yngre.

Til Hovedløpet var det tatt ut to frolinger; Kari Ulseth og Gunnar Vatn. Løpet gikk på Snåsaheia med Grong IL som arrangør. Begge to klarte fine plasseringer, og endte på 27 plass (Kari) og 25.plass (Gunnar).

I **NM junior** hadde vi tre deltagere i individuelt: Hilde M Røstad, Randi Haugskott og Per Ola Ulseth, og ett herrelag i stafetten. Løpene gikk ved Lillehammer. Lørdag var det individuelt. Hilde Monika endte på 52.plass, Per Ola på 61.plass, og Randi klarte en hederlig 15.plass som er Frols beste plassering i et junior-NM. I stafetten på søndag havnet vårt lag med Lars Erik Ulseth, Terje Ressem og Per Ola Ulseth på 49.plass av 70 lag.

NM-SENIOR STAFETT

I NM-senior stafett stilte vi med ett herrelag: Torbjørn Sirum, Vidar Skjerve, Arne Grevskott og Per Ola Ulseth. Stafetten gikk i Korgen, og laget greide en 45.plass av 80 lag, etter å ha ligget opp på 32.plass etter 2 etapper.

I **NM natt** som Gjerdrum o-lag arrangerte, stilte Per Ola Ulseth opp for å forsvare Frols ære, og kom på 43.plass.

KM langdistanse og KM stafett junior.

Namdalseid IL stod som arrangør, med følgende resultat for Frol:

H 21 Bronse Arne Grevskott

H 17-20 Sølv til laget Lars Erik Ulseth, Terje Ressem og Per Ola Ulseth.

KM individuelt gikk i år av stabelen med Stj.Blink som arrangør. Medaljer ble det der også, nemlig:

H 13-14	Gull	Gunnar Vatn
H 19-20	Gull	Per Ola Ulseth
	Bronse	Marit Hæreid

KM stafett ble arrangert av Selbu OK den 25.august. Frolingen gjorde det riktig godt og rettet opp fjorårets heller beskjedne innsats.

D 17-	Bronse	Hilde Monika Røstad, Randi Haugskott og Berit Reistad
H 13-16	Sølv	Per Anders Røstad, Gunnar Vatn og Johan Reistad
H 17-	Gull	Torbjørn Sirum, Per Ola Ulseth, Arne Grevskott og Olav Sem Austmo.
H 17-	Bronse	Johan Skjerve, Olav Martin Indgaard, Vidar Skjerve og Terje Kanstad.
H 45-	Bronse	Ingvar Reistad, Sverre Matberg og Hans Moltzau.

KM natt. Verdal OK arrangerte KM natt den 4.oktober, og medaljer ble det på:

H 19-20	Sølv	Per Ola Ulseth
H 21-	Gull	Arne Grevskott
	Sølv	Torbjørn Sirum
	Bronse	Olav Martin Indgaard

KLUBBMESTERSKAP

Klubbmesterskapet den 22.juni på Skallstuggu, med Modulf Green som løypelegger, ga følgende klubbmestre

D 10-12 Ny	Anne Reistad	H 10-12 Ny	Anders Lyngstad
D 13-16 Ny	Torunn Vatn	H 13-16 Ny	Nils E Haugskott
D 17 Ny	Eva Hernes		
D 17-	Hilde Monica Røstad	H 13-14	Gunnar Vatn
		H 15-16	Per Anders Røstad
		H 17-	Arne Grevskott
		H 40-	Sverre Matberg

Lang-klubbmesterskapet gikk den 22.oktober fra Skihytta i Jamtkneppet med Terje Kanstad som løypelegger, og følgende ble klubbmestre:

D 13-16	Kari Ulseth
D 17-	Hilse Monika Røstad
H 13-16	Per Anders Røstad
H 17-	Vidar Skjerve
H 35-	Knut Reistad
H 65-	Jardar Sandstad

JUKOLA-STAFETTEN

Til Jukola-stafetten i Finland den 9.juni reiste Frol for første gang med et herrelag. Laget besto av Torbjørn Sirum, Arne Grevskott, Per Ola Ulseth, Lars Erik Ulseth, Vidar Skjerve og

Johan Skjerve. Der klarte de en ca. 285.plass blant over 900 lag. Planene for deltagelse neste år arbeide det med allerede.

O-SJUERN

O-Sjuern i år ble arrangert i noe utvidet utgave, da det var 10 løp med maks 7 tellende. 99 frolinger stilte til start i ett eller flere løp. 51 stk klarte kravet til Ivrigpokalen. Ingerid Vatn ble sammenlagtvinner med 142 poeng, foran Torbjørn Sirum med 131 poeng og Johan Skjerve med 128 poeng.

O-NYTT

O-Nytt har i år kommet ut med 5 nummer.

SØKNADER OM LØP

Vi fortsetter med det årlige Blåveisløpet i Børsåsen. Videre vil vi i samarbeid med VOK arrangere Olsokløpene som har internasjonal status, i slutten av juli. Bygdakampen ser ut til å bli et årvisst arrangement. Reglene for denne skal revideres i vinter, da vi denne sesongen fulgte et noe løst opplegg. O-Sjuern og trenerer fortsetter som tidligere år.

ØKONOMI

Økonomien er som ventet etter en økt satsing på kartfronten. Vi retter en stor takk til Bøndenes Bank AS som med et solid tilskudd muliggjorde en ny revidering av «Hårskallen». Videre er vår sponsoravtale med em en kjærkommen inntektskilde. Vi har også i år arrangert PR-dag på torget med rimelig utkomme. Det største bidraget til å opprettholde vår økonomi i kommende sesong ble nedlagt i arbeidet med Jubil-O. Det vil bli overført en anelig sum til laget når regnskapet er oppgjort. Det er nedlagt et betydelig arbeid av lagets medlemmer for at Jubil-O skulle gå ut med økonomisk gevinst, og det har virkelig gitt resultater. Til sammen skulle disse tilskuddene gi rom for at kartkomiteen og treningskomiteen kan fortsette sitt arbeid.

KONKLUSJON

85-sesongen har vært en av de beste sesonger hittil for Frol IL både resultatmessig og deltagermessig. I alt har 103 frolinger deltatt i ett eller annet o-arrangement. Totalt er over 80 førsteplasser hentet heim til Frol, pluss en rekke andre gode plasseringer. Som nevnt rager Randi Haugskott sin 15.plass i junior-NM høyt, men også Kari Ulseth og Gunnar Vatns plasseringer i Hovedløpet er gode. Nevnes også at Ingerid Vatn, Anders Lyngstad, Eva Hernes og Jo Severin Matbergs overgang fra nybegynnerklasse til vanlig klasse ser ut til å ha gått smertefritt. Ellers verd å merke seg at Tor J Strandholmens comeback i o-løypa voldte de etablerte seniorenene i Frol en del problemer. I eldre seniorklasse med Hans Moltzau, Ivar Reinås, Ingvar Reistad, Knut Reistad, Sverre Matberg, Morten Kvitvang og Monrad Røstad i spissen, ser det heller ikke ut som om det spares på kreftene. Kort sagt har det vært en artig sesong med godt miljø på løpene, så det ser lyst ut for neste sesong.

Berit Reistad
Formann

ÅRSMELDING FOR INSTRUKSJONSKOMITEEN

Komiteen har bestått av Vidar Venås, Marit Hæreid og Eirik Ulseth.

Vi har i løpet av året hatt 2 komitemøter og en del telefonmøter. En av målsettingene vi hadde da vi starta i vinter, var å få med de nybegynnerne vi hadde fra i fjor. Vi prøvde å få dem med på innetreningene på Mule. En del møtte opp der, og en del møtte når vi starta ute med nybegynnerkurs og O-Sjuern. Vi fikk med oss de fleste, og mange av dem kan vise til gode resultater i ordinære løp.

Nybegynnerkursa ble starta opp etter et annet opplegg enn tidligere. Vi drev en god del informasjonsarbeide før kursene starta. Vi planla å holde en informasjonstime for 5. og 6.-klassinger på alle skolene. Men på grunn av mannskapsmangel ble bare Hegle (Marit Hæreid) og Okkenhaug og Halsan (Vidar Venås) besøkt. Vi viste lysbilder og prata om orientering.

Første kveld på kurset var lagt til den enkelte skolekrets og i Staupshaugen. De to neste kveldene var i Staupshaugen for alle deltagerne. Deretter la vi instruksjonsarbeidet inn i O-Sjuern. Konklusjon for årets nybegynnerkurs: For mye arbeid med skoletimene og første kveld på kurset på skolene. Det viser seg at nybegynnerne som fortsetter som oftest (les: alltid) kommer fra:

1. O-familier
2. Naboer eller kamerater av disse
3. O-Trampere

Fjorårets opplegg med god informasjon og felles oppstart gir nok samme resultat, men med betydelig mindre arbeid.

Det er gledelig at så mange av foreldrene til de håpefulle har gitt seg i kast med kart og kompass. Fremdeles kan nok flere av «sjåførene» driste seg ut i terrenget. Neste år må flere bli med på kurs og O-Sjuern.

På «Fart med kart»-dagen deltok 10 i opplegget for nybegynnere. På O-Troll-leiren på Grønningen deltok 10 i alderen 10-13 år fra Frol.

Samarbeidet med skolene: I fjor sendte vi brev til skolene og tilbød vår bistand med instruksjon i kart og kompass. Bare en skole svarte. I år tok vi direkte kontakt med skolene, og alle var interessert i en eller form for hjelp til instruksjon. Pr i dag har dessverre ikke o-avdelingen kapasitet til å ta seg av dette. Det er heller ikke o-avdelingens oppgave å undervise gratis om orientering i skoletida, så lenge opplæring i kart og kompass er fastsatt i mønsterplanen. Vår bistand må i første rekke bestå i å tegne skolegårdskart, være behjelpelig med annet utstyr som skjermer, og å utarbeide opplegg for o-dager osv.

IOKs distriktskonsulent er for tida engasjert med instruksjonsarbeide på Okkenhaug og Hegle skoler.

ÅRSMELDING FOR TRENINGSKOMITEEN

Komiteen har i år som i fjor bestått av Olav Martin Indgaard, Torbjørn Sirum og Fritjof Sandstad.

Komiteen har i løpet av året hatt 8 møter og 2 løpermøter. Løpermøtene har vært godt besøkt. Fellestreninga begynte i november med en kveld i uka (mandag/tirsdag) på Hegle. Fra 3.januar startet vi opp med enda en kveld, torsdager på Mule. Treninga fra Hegle foregikk som langkjøring, med variabelt oppmøte. Fellestreninga på Mule besto av distansetrening og styrketrening med innlagt o-teknisk trening. Torsdagstreninga var godt besøkt. Flinkest til å møte opp på torsdagene var Olav M Indgaard, Torbjørn Sirum, Gunnar Vatn og Kari Ulseth med 13 ganger. Marit Hæreid var trener for de aller yngste, Ivar Reinås for de nest yngste, Magnhild Forseth for damene, og resten av massen ble styrt av oss i treningskomiteen.

23. og 24. mars arrangerte vi vintersamling på Skallstuggu med heller skralt oppmøte. Ellers ei bra samling. I pinsa hadde vi o-samling i Gällö 4-5 mil øst for Östersund. Dessverre med den sene våren (ikke bare i Trøndelag) var det litt for mye snø i terrenget- Likevel ble utbyttet o-teknisk sett godt. 11 deltagere.

O-teknisk trening var lagt inn i 4 O-Sjuere, pluss at egne synfaringskvelder også var ment som o-teknisk trening. Ellers sto treningskomiteen for opplegget med Jukola-stafetten i Finland, som for debutantene Frol resultatmessig gikk veldig bra. Vi ble ca.nr 285 av ca. 1000 lag.

Treningskomiteen har også hatt ansvaret med uttak av løpere til stafettene som Frol har deltatt i.

I alt har 23 saker blitt behandlet.

ÅRSMELDING FOR KARTRÅDET

Rådet har bestått av Oddbjørn Selbo, Torbjørn Sirum og Eva Hernes.

Kartrådet har hatt ett rådsmøte, men medlemmene har hatt stadig vekk kontakt med hverandre gjennom det arbeidet det ble lagt opp til, synfaringskurs og synfaring av «Hårskall»-kartet.

På synfaringskurset, berammet til 5 kvelder, møtte 10 medlemmer opp. Ikke alle var like flittige til å møte opp. Kurslederne synes at deltagelsen var passe med tanke på å yte bistand til deltagerne.

«Hårskall»-kartet ble på nytt synfart. Vi kom noe sent i gang ettersom snøen lå svært lenge i fjellet. De fleste som fikk tildelt jobb med synfaringen fulgte opp. Beklageligvis var innsatsen fra enkelte skral, slik at kartet har fått noen skjønnhetsfeil. Vi har kjøpt konstruksjonskart for områdene Banmyra og Storåsen. Synfaringen på Banmyra er i gang. Området vil bli detaljrikt og noe «grønt».

Vi har fått kostnadsberegnet kartet Banmyra. NOF har en total kostnad på kr 47.000. Vi har søkt STUI-midler på kr 19.000. Resterende må vi dekke ved dugnad og egenkapital. Det er i den sammenheng søkt kommunen om tilskudd på ca. kr 13.600.

Det er videre arbeidet med nytt fjellkart, noe som vil bli nærmere redegjort for på årsmøtet.