

Frol IL orientering

Årsmelding 1989

Med i styre og råd:	Leder	Olav Martin Indgaard
	Nestleder/oppmann	Hans Lund
	Sekretær	Liv Eriksen
	Kasserer	Hans Moltzau

(Lederne i rådene sitter også i avdelingsstyret)

Instruksjonskomite:	Anne M. Kvam (leder) Berit Reistad Åse Johansen
---------------------	---

Treningskomite:	Vidar Skjerve (leder) Magnhild Forseth Gunnar Vatn
-----------------	--

Kartkomite:	Torbjørn Sirum (leder) Oddbjørn Selbo Eirik Ulseth
-------------	--

O-Trampkomite:	Vidar Venås (leder) Hans lund Hans Moltzau
----------------	--

STYRETS ARBEIDE

Det er i løpet av året avholdt 7 styremøter og blitt behandlet 61 saker. For det meste har det vært saker knyttet til den daglige drift av o-avdelingen. Av mere spesielle saker kan nevnes arbeidet med ny løpsdrakt, som til slutt ble bestilt fra Trimtex. Mange av avdelingens medlemmer har dette året vært på dugnad på Skallstuggu. O-avd. har hatt ansvaret med å kalle ut dugnadsfolk flere lørdager i løpet av året. For å styrke økonomien har vi i år igjen gjennomført et medlemslotteri, med trekning blir det først på avslutningskvelden i november. I tillegg har vi solgt lodd for kretsen.

REPRESENTASJON

Hans Lund, Vidar Skjerve og Olav Martin Indgaard møtte på kretstinget på Steinkjer. Ingen frolinger i kretsstyret i år, men 3 av 4 av kretsstyrets medlemmer har tidligere representert Frol IL i o-løypa.

Anne M. Kvam og Olav Martin Indgaard møtte på kretsens vårkonferanse på Hegle grendehus. Hans Lund og Olav Martin Indgaard møtte på fellesmøte med OK Skøyen og Verdal OK.

KURS

Torunn Vatn og Marit Hæreid deltok på NTIKs idrettsskole-kurs.

LEIRE

Øystein Folkvord og Andres Røstad deltok på NTOKs ungdomsleir på Namsos i april. O-Troll-leir: Inger Lise Sundby og Ingrid Elden har deltatt.

UTMERKELSER

Ingerid Vatn fikk Hovedlagets innsatspokal for 1988. Hun vant også o-kretsens rankingpokal i klasse D 15-16.

KRETSLAGET

Gunnar Vatn, Per Anders Røstad og Kari Ulseth ble i år tatt ut til å delta på kretslaget.

EGNE ARRANGEMENT

Nasjonale løp:

30.juli. Olsokløp på vårt nye kart over Storåsen. Johan Skjerve var løpsleder og Magnhild Forseth løypelegger. Vi arrangerte søndagens jaktstart, mens OK Skøynar hadde lørdagens løp.

Kretsløp:

20.mai hadde vi Blåveisløpet på Banmyra. Vidar Skjerve var løpsleder, og Per Anders Røstad løypelegger. Forenklet klassetilbud (løypeklasser), men likevel hele 172 deltagere.

Bygdakampen:

Det har også i år vært arrangert Bygdakamp mellom Verdal OK, OK Skøynar og Frol IL. Frol hadde i år hovedansvaret for gjennomføringa. Rankingføring, premieinnkjøp, og arrangering av avslutningsløpet. Dårlig deltagelse av frolingen selv om vi forsøkte å øke interessen ved å legge 3 O-Sjuere sammen med Bygdakamper. Vi ble igjen det suverent dårligste laget. OK Skøynar vant.

O-Sjuern:

Det er også i år arrangert 10 løp hvorav 7 teller i sammendraget. Noe varierende oppmøte, men totalt har det deltatt 80 frolinger på ett eller flere løp. 24 stykker klarte kravet til ivrigpokalen, og sammenlagt ble Vidar Skjerve vinner med 140 poeng, foran Hans Moltzau med 126 poeng.

Det å kombinere Bygdakamp og O-Sjuer svarte ikke til forventningene. Frolinger flest har problemer med å dra ut av Frol for å løpe et kveldsløp.

DELTAGELSE I KONKURRANSER

I år har vi hatt en gledelig økning i antall starter fra 225 i -88 til 385 i -89. Fordelt på ca. 40 løpere. Dette er starter i internasjonale-, nasjonale-, krets- og o-cup-løp. Starter i O-Sjuern og Bygdakampen kommer i tillegg.

Flest starter har Gunnar Vatn, Per Anders Røstad og Kari Ulseth med 29. Av de yngste har Øystein Folkvord vært ivrigst med 20 starter. Øystein har også tatt heim flest førsteplasser denne sesongen med 7, tett fulgt av Ingerid Vatn med 6. På grunn av manglende resultatlister er løpsstatistikken noe mangelfull.

Hovedløpet for yngre:

Ingerid Vatn var også i år eneste froling som klarte å kvalifisere seg til deltagelse i Hovedløpet. Hun fikk en 28.plass av de 65 startende i D 15. I stafetten deltok hun på krets lag som ble nummer 18.

NM junior:

Dette gikk i år i Fredrikstad. Kari Ulseth fikk en 20.plass i D 17-18. Gunnar Vatn fikk en 29.plass i H 17-18. Per Anders Røstad fikk en 69.plass i H 19-20. Gunnar Vatn, Per A. Røstad og Lars Strøm deltok også i stafetten der de besatte 31.plassen.

Kretsmesterskap:

Gull	Ingerid Vatn	D 15-16 natt
Sølv	Kari Ulseth	D 17-18 individuelt
	Lars Strøm, Gunnar Vatn, Per A. Røstad	H 17-20 stafett
Bronse	Gunnar Vatn	H 17-18 individuelt
	Per A. Røstad	H 19-20 individuelt
	Kari Ulseth, Randi Haugskott	
	Magnhild Forseth	D 17- stafett

Midt-Norsk Mesterskap:

Arrangert av Verdal OK. Av resultatene nevnes:

Kari Ulseth	nr. 3 i D 17-18
Ingerid Vatn	nr. 6 i D 15-16
Gunnar Vatn	nr. 7 i H 17-18
Vidar Skjerve	nr. 12 i H 21A

Klubbmesterskap:

Klubbmestre i 1989:

D 13-16	Ingerid Vatn
D 17-	Torunn Vatn
D 40-	Anne M. Kvam
D 45-	Bergljot Venås
H 17-	Vidar Skjerve
H 40-	Morten Kvitvang
H 55-	Jardar Sandstad

N-klasser

H-12N	Tor Erik Reinås
H 13-N	Øystein Folkvord
D 13-N	Anne M. Røyert

Lag-o-cupen.

For første gang på mange, mange år var vi igjen med i cupen. Men cupeventyret ble meget kortvarig. Vi ble slått ut alt i første runde av OK Skøyen og OK Nidarøst. Vi samla med oss alt som kunne krype og gå av o-løpere i Frol og kjørte buss til Trondheim 8.mai. Målsettinga var klar før start. Vi skulle slå OK Nidarøst for å klare å gå videre til 2. runde. Dessverre sviktet det hos enkelte sikre kort, og vi ble slått med noen få poeng av Trondheimslaget.

Internasjonale løp.

O-Ringen 5-dagers. Sesongens høydepunkt for en del av frolingene ble i år verdens største o-løp. Løpene gikk i år i Østersund. 8 av i alt 20.000 deltagere var frolinger. For Gunnar Vatn ble uka meget opplevelsesrik. Han var ikke snauere enn at han gikk helt til topps i klassen H 17-18 AL 1. Etter meget jevn og god løping de 4 første dagene, la han ut først i den avsluttende jaktstarten. Han ble jaget av de 200 andre i klassen. Men Gunnar holdt hodet kaldt og økte avstanden til de argeste konkurrentene. BRA GUNNAR!!

Av de øvrige som deltok, løp Olav Martin Indgaard jevnt og endte på 15.plass i H 21 B. Fra en meget svak start, løp Vidar Skjerve seg opp til en 28.plass i H 21 AK. Han avsluttet med en 2.plass på den siste etappen. Kari Ulseth endte på 23.plass i D 18 AL etter å ha blitt nummer 10 siste dag.

Jukola.

Også i år stilte vi i Jukolastafetten i Finland. Selv om løpet gikk helt på russergrensa i sørøstre hjørne av Finland, klarte vi å stille med 2 lag. I tillegg hadde vi med oss ca. 60 andre løpere fra Trøndelag slik at vi kjørte med 2 busser. Begge våre lag fullførte stafetten i fin stil etter noe varierende løping. Men p.g.a. at sisteetappeløperne måtte starte i fellesstart (sammen med 600 av de 1000 startende lagene) ble vi uplassert i den offisielle resultatlista.

(Arrangørene har i ettertid fått fram ei komplett resultatliste: Frols førstelag med Olav M. Indgaard, Fritjof Sandstad, Hans Lund, Ole A. Hustad, Ivar Reinås, Kjetil Vatn og Bjørn Åge Reinås ble nummer 448. Andrelaget med Gunnar Vatn, Torbjørn Sirum, Per A. Røstad, Vidar Skjerve, Johan Skjerve, Vidar Venås og Lars Strøm ble nr. 702. 1067 lag fullførte)

SAMMENDRAG

Vi arbeider fortsatt i motbakke. Vi er for få aktive som deltar regelmessig, og gjennomsnittsalderen på våre løpere går opp for hvert år. Selv om nivået blant våre beste er høyere i år, ser det ut til at vi vil få problemer med å fylle opp plassene etter våre juniorer etter hvert. Etter som vi ble tildelt NM junior i 1992, får vi håpe at dette arrangementet vil få fram den gamle lagånden i o-avdelinga. Noe som igjen vil gi seg utslag i større aktivitet på alle felt innen avdelinga.

Olav Martin Indgaard
Leder

ÅRSMELDING FRA INSTRUKSJONSKOMITEEN

Komiteen har dette året bestått av Anne M. Kvam (leder), Berit Reistad og Åse Johansen. Vi har i løpet av året hatt 3 møter og en del telefonkontakt.

Ansvarsområder:

- Vintertrening for o-rekruttene
- Nybegynnerkurs for deltagere i idrettsskolen
- Oppfølging av både nybegynnere og rekrutter i o-sesongen

Vintertrening for o-rekruttene:

Vi fulgte samme modell som i fjor, med o-teknisk trening pluss innegym, deretter løpetur, for så å avslutte med råball. Oppmøtet var noe variabelt, fra 2 til 6 rekrutter. Medlemmene i instruksjonskomiteen fordelte ansvaret for treningskveldene seg imellom.

Nybegynnerkurs:

Dette året sendte vi ut et ferdigsnekret tilbud til idrettsskolen. Den tok imot tilbudet. Vi hadde kurs for 3 grupper i alderen 7-9 år og 2 grupper i alderen 10-12 år. De yngste hadde 3 kurstimer, mens de eldste hadde 2. Men de fikk tilbud om videre oppfølging på O-Sjuer-løpene. Så og si hele o-avdelingen ble utkommandert som instruktører, og samtlige stilte opp. Instruksjonskomiteen vil herved si takk for kjempefin innsats.

Noe resultat i form av eksplosiv økning av o-rekrutter fikk vi ikke. Men en del nye har vi fått. På en del O-Sjuere, spesielt på våren, var det imidlertid forholdsvis mange nye. Det som er spesielt hyggelig med de nye vi har fått med, er at de har blitt med på løp utenom Frol og stilt i D/H -12 N.

Oppfølging av nybegynnere og rekrutter i sesongen:

Oppmøtet av nybegynnere på O-Sjuern har variert fra 10-12 til 2. Opplegget med å følge de rundt har fungert bra. De av nybegynnerne som ble med på løp utenom Frol har fått følge rundt på disse løpene. Instr.komiteen vil herved takke de Frol-løperne som har vært «følge», og som på denne måten forhåpentligvis har frelst noen for o-sporten.

I år har vi hatt en løper som har tatt steget over fra nybegynnerklassen til vanlig klasse. Han burde muligens fått bedre oppfølging. I ettertid har en kommet i tanker om at en fadderordning kan være måten å gjøre det på. Både for den litt viderekomne og for nybegynneren. Den nye instr.komiteen får vurdere dette.

ÅRSMELDING FRA TRENINGSKOMITEEN

Komiteen har i år bestått av Vidar Skjerve (leder), Gunnar Vatn og Magnhild Forseth.

Komiteen har hatt 3 møter pluss en del småmøter pr telefon og under enkelte løpeturer. Komiteen har behandlet 13 saker. Komiteen har arrangert 2 klubbkvelder, hvor det på den første kvelden ble vist video fra 5-dagers i 1988 (Hans Lund ansvarlig). På den andre kvelden

var det reiseopplegget og opplegget for øvrig vedrørende Jukola som ble tatt opp. (Ole A Hustad orienterte). Oppmøtet på første klubbkvelden var bra, 23 stk. Mens det på den andre var hovedsakelig Jukola-løpere som møtte.

Komiteen prøvde også i år å legge opp en struktur for høst/vintertreninga. Dette med henblikk på å få flere til å delta på fellestreningene. Vi startet i november med fellestrening på Halsan-skolen og styrketrening på Okkenhaug fysikalske institutt. Mule-treninga ble flyttet til Halsan etter ønske fra flere i o-avdelingen. I ettertid har det vist seg at oppmøtet ikke har svart til forventningene. Til og med styrketreningene på Okkenhaug fys. inst. har det vært til dels elendig oppmøte på. Det må dog sies at de yngre som Anne M. Kvam har vært ansvarlig for har møtt flittig opp på treningene. Ettersom de eldre løperne i stadig større grad ikke møter opp på treningene, er komiteen av den oppfatning at fellestreningene i større grad må tilpasses og konsentreres om aldersgruppen opp til 16 år.

Treningskomiteen arrangerte sammen med instruksjonskomiteen flere treningsløp/o-teknisk trening i april. Oppmøtet var bra blant de yngre, mens de eldre o-løperne også her har glimret med sitt fravær.

Komiteen satte seg som mål å delta med flest mulige lag i lokale o-stafetter i Nord- og Sør-Trøndelag. Dette for å samle frolingene og pleie det sosiale miljøet i avdelingen. Dette har ikke lyktes helt, men vi har klart å stille lag i alle stafetter vi satte oss mål om å stille i. (Unntatt senior-NM hvor vi hadde mulighet til å stille p.g.a. at Snåsa trakk seg). Størst suksess sportslig sett hadde vi i Trollelg-stafetten der førstelaget med Gunnar Vatn, Hans Moltzau, Øystein Folkvord og Vidar Skjerve vant med 12 min. Andrelaget leverte også i år en fantastisk innsats og ble trukket ut til premie.

Til Jukola-stafetten sendte Frol 2 herrelag som fullførte, men havnet langt ned på resultatlista (se lenger oppe).

Komiteens to «maskuline» medlemmer stod i jula ansvarlige for det meget vellykkede Gaukrennet, avviklet i lysløypa ved skihytta i Jamtkneppet. Rennet ble en ubetinget suksess med hele 270 påmeldte. 257 av disse har i skrivende stund ikke passert mål.

Sportslig sett har sesongen i sin helhet vært laber, men med enkelte lyspunkter av juniorene. Junior-cup-poeng til Kari Ulseth og Gunnar Vatn. Frol sendte 3 løpere til junior-NM i individuelt, og ett herrelag til NM junior stafett. I Hovedløpet for yngre deltok Ingerid Vatn og kom på 28.plass. På kretslaget var i år Kari Ulseth, Per Anders Røstad og Gunnar Vatn. Den største prestasjonen gjennom tidene i o-avdelingens historie var det Gunnar Vatn som sto for da han vant sin klasse i 5-dagers i orientering som gikk av stabelen i Østersund.

Ellers er det vel fortsatt riktig å si at det sportslige nivået i avdelingen som helhet ikke er særlig høyt. Det er fortsatt for få som møter opp på treningene, og komiteen mener derfor at det har liten verdi å øke aktiviteten i treningskomiteen før vi har folk som er villige til å delta på treningene.

ÅRSMELDING FRA KARTKOMITEEN

Komiteen har bestått av Torbjørn Sirum (leder), Oddbjørn Selbo og Eirik Ulseth. Komiteen har hatt 1 møte, pluss en del kontakt ellers.

Synfaringsarbeidet og utgivelse av kart:

Staupshaugen ble gitt ut på nytt i år.

Storåsen ble gått over i vår, og nye hogstfelt ble tegnet inn. Kartet ble utgitt til Olsokløpene.

STUI-midler:

STUI-midler kr 20.000 ble mottatt for Banmyra-kartet. Av allidrettsmidler ble vi tildelt kr. 1.773 for Mule skolegårdskart. Kr. 1.000 fra Storåsen grunneierlag i tilskudd for Storåsen-kartet.

ÅRSMELDING FRA O-TRAMPKOMITEEN

Komiteen har bestått av Vidar Venås (leder), Hans Lund og Hans Moltzau.

Avslutning O-Trampen -88: 144 leverte inn klippekort. 116 hadde poeng nok til gullmerket, 21 til sølvmerket og 6 til bronsemerket. 4 fikk bronseplakett (5 år), 2 fikk sølvplakett (10 år), og gullplakett fikk Møyfrid Kvitvang, Gudbjørg Matberg og Henrik Sandstad. Vi gratulerer! Mange av disse merke- og plakett-takerne møtte opp på o-avdelingens avslutningskveld på Breidablikk.

Tall og fakta om O-trampsesong nr. 19:

- Salg (fjorårets tall i parentes) 169 (169) konvolutter
 158 (136) ekstra kort
 Totalt 327 (305)
- O-Tramp-poster/områder 15 poster Børsåsen 6/5 – 8/10
 20 poster Hårskallen 13/5 – 8/10
 10 poster Reinsjøen 4/6 – 8/10
 5. junipost Banmyra, 5.julipost Hårskallen,
 5.augustpost Storlivola, 5.septemberpost Hårskallen.
 Totalt 65 poster
- PR-brosjyre: Vi lagde en enklere PR-brosjyre i år (gratis). Vi kopierte opp ca. 2000 stk som vi delte ut i de fleste husstander i de største boligfeltene i Levanger.
- Informasjonsskriv til de fleste bedrifter og skoler i kommunen.
- Start: Vi hadde også i år stands på Magneten første uke i mai, med ei o-løype inne på senteret. Vi hadde også en informasjonstavle stående inne på Rådhuset og Skallstuggu hele sesongen.

- Åpningsdag i Børsåsen 6.mai. Ca. 60 O-Trampere besøkte oss. Kaffe og boller til de besøkende.
- Kaffepost 26.juni. Post 44 (Revollen) var i år møtested for O-Trampere. Meget godt besøk også i år, ca. 70 personer drakk kaffe med boller i lag med oss.
- Fjellkartet Hårskallen. Siden siste årsmøte har kartet skiftet navn fra «Frolfjellet» til «Hårskallen». Grunnen til det er at vi har utvidet kartet fra 225 km² til 450 km². Med det har vi fått med alle Levangers utfartsområder. Samtidig er det blitt gitt adgang til å søke om tippemidler på turkart. Vi holder nå på å synfare kartet, prøvetrykk skal være ferdig til 1.mai 1990. Ferdig kart med tekst på baksida skal vi ha klart våren -91. Prøvetrykk skal brukes til O-Trampen -90.
- Konklusjon: Oppslutningen bare øker, og da bør vi være fornøyde. Signaler vi får tilbake om postplasseringen og områdene vi legger postene i er også positive. Vi får med mange nye hvert år. Både enkeltpersoner og familier. Men dessverre blir det med ett år for mange. Det må vi gjøre noe med, for målet er: «En gang O-Tramper, alltid O-Tramper».

Med dette vil Hans, Vidar og Hans takke for årets sesong, og ønske vel møtt til jubileumssesongen 1990 (20 år).