



## ÅRSBERETNING FOR AURSKOG HØLAND FRIIDRETTSLAG 2013



*AHF-trimmen stimulerer mange til å ta en tur i skog og mark. Lignende kasser er plassert ut på 9 forskjellige knutepunkter rundt i kommunen og understreker det gode samarbeidet mellom klubb og hovedsponsor, Høland og Setskog sparebank.*

## **Innhold**

Oppsummering 2013 .....	3
Styrets beretning .....	3
Utmerkelser .....	4
Årsmelding økonomiutvalget.....	4
Hovedsponsor 2013.....	4
Skiltreklame 2012 .....	4
Offentlige tilskudd til drift 2013 .....	4
Medlemskontingent.....	5
Tillitsvalgte AHF 2013.....	5
Årsmelding barneutvalget.....	5
Årsmelding idrettslig utvalg.....	6
Nye klubbrekorder 2013 .....	7
Utestatistikk 2013 .....	7
Jenter .....	7
Gutter .....	8
Årsmelding fra baneutvalget.....	8
Årsmelding arrangement.....	9
AHF trimmen 2013 .....	9
Regnskap 2013 .....	10
Driftregnskap .....	10
Balanseregnskap.....	11
Budsjett 2014 .....	13

## Oppsummering 2013

AHF innkalte i år til stordugnad på anlegget vårt. Det ble veldig bra respons og vi fikk bytte alt trevirke på hele tribunen, storstilt rydde og- vaskearbeid i klubbhuset samt forberedelser til sesongen på anlegget.

Med bytte av klubb og skader på utøvere som tidligere har vist seg godt frem for AHF har konkurranseaktiviteten på banen vært noe lavere i år. Vi hadde stor deltakelse og flotte prestasjoner på Bruvollstafetten og i første lagseriestevne hvor vi var arrangør.

I år som tidligere år har vi hatt flere arrangement for rekruttering, deriblant Skolekampen, Tinstafetten, lagseriestevne. Barneutvalget hadde stor oppslutning om sine arrangement både på de klassiske terrengløpene og på banen. De hadde også tilbud til de minste på Eksismoaløpet. Annika Tollefsen hadde en flott treningscamp for utøvere mellom 12-16 år.

I år arrangerte AHF Eksismoaløpet (terrengløp) for første gang. Det var start og mål på Eidsverket sin flotte eiendom. Løpet fikk god mottakelse og vil være et av våre arrangement i fremtiden

Høland og Setskog Sparebank har i år som tidligere år vært klubbens hovedsponsor, vi setter stor pris på dette samarbeidet. Sammen med andre sponsorer har det gitt gode penger til klubbkassen og vi har stabil økonomi. Med dagens aktivitetsnivå har vi inntekter til å drifte klubben.

Vedlikehold av anlegg har vært en større utgiftspost i år og en rehabilitering av banen må vurderes nærmere.

Takker alle som har brukt tid på at vi kan ha et aktivt friidrettsmiljø i Aurskog-Høland.

Ronny Nordli  
Leder

Leder: Ronny Nordli  
Nestleder: Sigbjørn Høgne  
Sekretær: Mona Delingsby  
Styremedlem: Annika Tollefsen  
Styremedlem: Kristin Tørnby  
Styremedlem/  
kasserer: Vidar Myrvold

Det er avholdt 6 styremøter, og de viktigste sakene har vært:

- Rutiner for å fange opp aktive som skal betale treningsavgift
- Rekruttering av nye medlemmer/støttemedlemmer
- Informasjon om arrangementer
- Informasjon om handlingsplaner fra utvalgene
- Vedlikehold av anlegg, tribuner og klubbhus
- Rutiner, kriterier og tildeling av stipender
- Elevprosjekt vedr. sponsorer til AHF
- Sponsoravtaler- og priser, nye konsepter (fremtidige)
- Etablering av ny hjemmeside
- Facebook som informasjonskanal og potensial for sponsorinntekter
- Registrering av medlemmer i Mamut kontra KlubbAdmin
- Bruk av SportsAdmin og KlubbAdmin
- Drøfting av arbeid i idrettsfaglig utvalg og barneutvalg
- God rekruttering til Barnekarusell og Banestevner – hvordan følge opp videre for å få barna/familiene inn som aktive utøvere/medlemmer.
- God deltakelse på egne lagseriestevner – men hvordan styrke deltakelse på eksterne stevner – avhengig av foreldre som stiller opp ifm. stevner
- Trenerlønn og godtgjørelser
- Langsiktig planlegging og opprettelse av utvalg for opprusting av AHF-banen

---

## Styrets beretning

Styret har hatt følgende sammensetning:

Styrets arbeid har vært preget av nytenkning mht. informasjonskanaler og medlemsregistrering. Proaktivt arbeid og dugnader er gjennomført med formål om å

øke medlemsmassen ytterligere. Etablering av rutiner og retningslinjer generelt samt fornyelse av kontraktsmaler og sponsorkonsepter, bl.a. som følge av elevprosjekt. Fokus på de aktives behov ifm. trening og konkurranser og fremtidig behov for tillitsvalgte, trenere og støtteapparat.

Det har vært en positiv holdning til styrearbeidet, der alle har bidratt med konstruktive innspill og gode drøftinger innad i gruppen. Et godt samarbeid og god deltakelse på styremøtene.

Mona Delingsby  
Sekretær

---

### Utmerkelser

Markus Høgne tildeles AHF sin Rekruttpokal i 2013.

Markus har vist god treningsinnsats og allsidighet igjennom flere år. Det har gitt 6 klubbrekorder de siste 3 årene. (4 løp og 2 kast).

I 2013 satte Markus klubbrekord på 2000 meter for 15-åringer med tiden 6.16.96. I UM 2013 ble han nr. 7 med tiden 2.04.73. Markus setter også preg på treningene med sitt gode humør og miljøskapende holdninger.

Ronny Nordli,  
Leder

---

### Årsmelding økonomiutvalget

Økonomien har vært god i 2013. Dette takket være kommunalt tilskudd, skiltreklame, og ikke minst betydelige sponsormidler fra Høland og Setskog Sparebank. Laget har fortsatt også i 2013 hatt leieinntekter på baneanlegget.

### Hovedsponsor 2013

Høland Sparebank, samarbeidsavtale	80.000
Sum	<b>80.000</b>

### Skiltreklame 2012

Aurskog Sparebank	1.500
Bjørkelangen Sport	4.000
Shell 7-Eleven Bjørkelangen	1.500
Indre Akershus Blad	1.500
07 Aurskog AS	1.500
Cipax AS	1.500
Rema 1000 Bjørkelangen	1.500
Skjermo	1.500
Stangeskovene AS	1.500
Aarstad & Sønner A/S	1.500
Maxbo Skansen Bjørkelangen	1.500
Trento Aurskog	1.500
WE PE regnskap	2.500
Høland Setskog El.verk	1.500
Sum	<b>24.500</b>

### Offentlige tilskudd til drift 2013

A-H kommune	36.850
Norges Friidrettsforbund	8.325
Sum	<b>45.175</b>

Noen poster med større avvik enn budsjettet:

- Utgiften til startkontingent er lavere enn forventet, og siden forrige år, da barnegruppa har deltatt i færre stevner.
- Kostnader til idrettsmateriell kjøpte er betydelig redusert siden i fjor.
- Godtgjørelse til trenere er også betydelig lavere enn budsjett.
- Posten Egne stevner må sees i sammenheng med de spesifikke

arrangementene, Elgheia opp, Mangenskogløpet og Eksismøløpet. For å få det rette økonomiske bilde av disse arrangementene må man også se det opp mot kostnader til premier, annonser etc.

### Medlemskontingent

Styret forsøker nå å snu trenden med nedgang i medlemstallet. Man setter inn medlemsverving mot tidligere medlemmer, tidligere aktive, de som trener i laget og andre som har et forhold til friidrett og AHF. Vi håper disse tiltakene vil gi resultater allerede i 2014.

Samarbeidsavtalen med Bjørkelangen Sport om 20 % til medlemmene for alt relevant treningsutstyr videreføres. Rentesats på innestående har blitt satt opp til 3%. Dette har gitt en økning for 2013 og en økning av renteinntekten er budsjettet for 2014.

Det er viktig at laget jobber mot overskudd i årene framover, da man trenger midler til påkostning av anlegget på Bjørkelangen. Derfor har også styret lagt inn et forslag om overskudd på kr. 24.000 i budsjettet for 2014.

Setskog, 20. nov. 2013.

Vidar Myrvold  
Kasserer

### **Tillitsvalgte AHF 2013**

#### **Styret**

Leder	Ronny Nordli
Nestleder	Sigbjørn Høgne
Sekretær	Mona Delingsby
Styremedlem/ Ungdomsrepr.	Annika Tollefsen
Styremedlem	Kristin Tørnby
Styremedlem/ kasserer	Vidar Myrvold
<b>Idrettslig utvalg</b>	
Idrettskoordinator/ Leder	Sigbjørn Høgne
Medlem	Annika Tollefsen
Medlem	Knut Dæhlen
Medlem	Kristin Tørnby

Leder veteranutvalg	Finn Løkeberg
Medlemmer veteranutvalget	Asbjørn Oppegård Marit Moen Carl Fredrik Havnås

<b>Barneutvalget</b>	
Leder barneutvalg	Runo Førreisdahl
Medlemmer barneutvalget	John Anders Hoel Kai Vidar Olufsen Ronny Thuen Jon S. Utgaardsløkken

<b>Banekomite</b>	
Leder banekomite	Finn Løkeberg
Medlemmer banekomiteen	Anne-Gro Skjeggenes Knut Aarnes Roy Veiby Øyvind Olsen

<b>Arrangement</b>	
Leder arrangementsutvalg	Stein Lier
Medlemmer arrangementutvalget	Øyvind Olsen Øyvind Fagersand Finn Løkeberg Erlend Råheim Eigil Soot Tage Ullerud

<b>AHF-trimmen</b>	
Leder AHF-trimmen	Nils Erik Lillesæter

<b>Statistikk</b>	
Årsbeste	Anne Gro Skjeggenes
Klubbrekorder	Anne Gro Skjeggenes

#### **Merkantile funksjoner**

Kasserer/ regnskapsfører	Vidar Myrvold
Leder økonomiutvalget	Ronny Nordli
Medlemmer økonomiutvalget	Mona Delingsby Vidar Myrvold

<b>Revisorer</b>	
	Sverre M. Grepperud Øyvind Asmyhr

<b>Valgkomite</b>	
Leder valgkomite	Carl Fredrik Havnaas
Medlemmer valgkomite	Kristine Tollefsen Haakon Cederkvist

### **Årsmelding barneutvalget**

Barneutvalget har bestått av John Anders Dalbak Hoel, Ronny Thuen, Jon Utgårdsløkken Kai Vidar Olufsen. Runo Førreisdahl har vært leder.

Vi har hatt et veldig godt samarbeid, og har alle bidratt til å løfte årets arrangementer enda et par hakk fra i fjor.

Vi helt avhengig av annonsering for å nå ut. Flyers er et must! Det å jobbe aktivt inn mot Indre for å få publisitet utover egen annonsering i Indre er også viktig. Det ga oss fantastisk oppslutning.

Med gode kontakter til alle våre lokale skoler fikk vi hjelp til å finne nye og bedre terrengløyper å løpe i. Vi har i år som i fjor valgt å dele ut bananer isteden for is under terrengløpene, ved siden av saft. Det er tatt godt i mot av deltakerne. Vi har valgt å dele ut frukt for å ha en mer sunn kost profil På banen har vi holdt oss til is. Til sommer og sol hører isen med.

Terrengkarusellen ble arrangert 6., 14., 22. og 30. mai. Nytt fra i fjor var løpet på Momoen, som hadde en flotte ramme rundt seg ved stadion. Setskog er karusellens perle og er gir en fantastisk ramme til det siste terrengløpet. For mange av disse var det årets første terrengløp. Totalt sett var det 99 barn med på Terrengkarusellen ett resultat vi er veldig fornøyd med!

Barnestevnene ble i år arrangert 9. juni, 25. august og 8. september. Barnestevnene er godt besøkt mange synes det er ekstra moro og være på AHF-banen. Med godt vær kommer ekstra mange for å oppleve friidrettens gleder og utfordringer. Friidrettens dag arrangerte vi 25. august. Da fikk vi hjelp fra ungdomsgruppa til AHF. Ungdom og barn er en uslåelig kombinasjon!

Nytt av året var Eksismoaløpet 14. juni 2013. Her var barneutvalget med å kjøre terrengløp for barna. Dette blir ett nytt løp som vi gjerne vil ha fast inn på vårt program. Får vi dette inn på flyere for 2014 vil vi få enda flere deltagere.

Runo Førriisdahl  
Leder barneutvalget

---

## Årsmelding idrettslig utvalg

I 2014 har AHF hatt noen aktive

ungdommer i aksjon. Annika Tollefsen meldte overgang til Tjalve etter mange trofaste år i AHF og utallige antall starter. Takk for innsatsen! Annika konkurrerte både for AHF og Tjalve i overgangssesongen. I AHF-drakta deltok hun blant annet i Veidekkelekene hvor hun tok bronse i lengde. Marianne Skjeggenes la ned et solid treningsarbeid gjennom vinteren, men ble dessverre tidlig skadet Hun rakk å plassere seg som nummer 5 i Norge i slegge (40,61) og nummer 8 i diskos (33,18) før sesongen ble spolert. Marianne satser videre og er i gang med forberedelser for en ny sesong.



*Guttelag Bruvollstafetten*

Markus Høgne senket sin personlige rekord på 800m ned til 2.04.71 og ble nummer 7 i UM. Markus satte også klubbrekord på 2000m for Gutter 15 med 6.18.18. Markus har oppnådd resultater som ligger mellom 950 og 985 poeng på Tyrvingtabellen på 400m, 800m og 2000m.



*Jentelag Bruvollstafetten*

Ny i den eldste gruppa i år er Henrik Foss. Han løp inn til 4. plass i Birkebeinerløpet og kvalifiserte seg for UM på 3000m i sitt første løp på bane. Henrik liker å løpe

langt og ble blant annet norgesmester i sin debut på maraton på Jessheim i tillegg til flere fine plasseringer i lokale løp.

Mads Waaler kvalifiserte seg også for UM på 3000m, men måtte avstå pga. sykdom.

Blant de yngre løperne har det vært fin fremgang for flere og AHF dominerte lagseriestevnet fullstendig på hjemmebane. AHF kvalifiserte seg til lagseriefinalen, men vi mangler utøvere i aldersgruppen 11-14 som ønsker å konkurrere på bortebane. Vi hadde en fin, liten gjeng på Veidekkelekene og 5 utøvere som reiste til lagseriestevnet på Nittedal.

Vi håper å øke motivasjonen og lysten til å konkurrere til neste år. Guro Tollefsen og Louise Jansson har trent gruppen fra 10-13 år jevnt og trutt gjennom hele året med et oppmøte på mellom 10 og 20 deltagere. Bjørnar Tollefsen har hatt fast trening for mellomdistanse for de eldre, mens Sigbjørn Høgne har hatt hurtighetstrening i sommerperioden. Bjørnars treninger er populære og besøkes også av distriktets beste langrennsløpere.

Det ble ikke avholdt treningsleir i år, men Annika Tollefsen arrangerte en helgesamling på hjemmebane med overnatting og sosiale aktiviteter.

I KM terrengløp lang løype på Eidsvoll tok AHF gull og sølv gjennom Pauline Tørnby og Signe Nordli i J14, Markus Høgne tok gull i G15. (Anne Nordli tok gull i K35-49). På Bruvollstafetten stilte AHF med 7 lag og var dermed største klubb. 2. og 5. plass til guttelagene. 4. og 6. plass til jentelagene. Stor fremgang fra i fjor! I tillegg tok kvinner veteran og menn senior nye napp i hver sin vandrepokal. Neste år tar vi pokalene hjem. Menn veteran var selvsagt også i en klasse for seg - bokstavelig talt :-)

Sigbjørn Høgne  
Leder idrettslig utvalg

---

## Nye klubbrekorder 2013

Markus Høgne satte klubbrekord på 2000m to ganger i løpet av sesongen. Først løp han på 6.18.18 i Sverige, så forbedret han denne rekorden til 6.16.96 18/8 på Bislett.

Anne Gro Skjeggnes  
Ansvarlig klubbrekorder

---

## Utestatistikk 2013

35 utøvere har konkurrert for AHF denne sesongen. Av disse var 21 gutter og 14 jenter. Her er besteresultatene til disse.

### Jenter

- KS: Annika Tollefsen: 200m: 27,27, 400m: 1.04.86 og lengde: 5.18
- J18-19: Marianne Skjeggnes: 60m: 8,32, 100m: 13,73, 200m: 28,23, lengde: 4,75, Diskos: 33.18, Slegge: 40,61, Spyd: 32,85
- J14: Signe Nordli: 200m: 30,45, 600m: 1,56,21, Høyde: 1.10, kule 3kg: 4,66
- J13: Sigrid Cederkvist: 60m: 9,35, 100m: 15,63, kule 2kg: 6.07, Høyde: 1.25
- J 13: Julie Holtet Dæhlen: 600m: 2,14,6, kule 2kg: 5.88
- J 13: Karoline Løkeberg: 600m: 2.05.5
- J13: Marie Holtet Dæhlen: 600m: 2.03.8, Høyde: 1.10, Kule 2kg: 5.82
- J13: Turid Havnås: 60m: 10,85
- Nora Herlofsen: høyde: 0.90, kule 2kg: 6,23
- J12: Louise Mikkelerud: 60m: 10,4, 600m: 2,41,1, Høyde: 0.90, Lengde: 2,67, kule 2kg: 4,88, Liten ball 150gr: 19.27
- J12: Solveig Holmedal: 60m: 10,51, 600m: 2.29.9, kule 2kg: 5.85
- J 11: Ingrid Høgne: 60m: 10,45, 600m: 2.19,4, Høyde: 1.15, Lengde: 3.99, kule 2kg: 6.98, Liten ball 150gr: 28,34, spyd 400gr: 22.32

- J 11: Carina Tørnby: 600m: 2.13.2, kule 2kg: 5,22
- J10: Emilie Høgne: 60m: 10,9, 600m: 2.25.1, Høyde: 1.00, Lengde: 3.15, kule 2kg: 5.85, Liten ball 150gr: 25.35

### Gutter

- G 16: Henrik Foss: 800m: 2.17,29, 3000m: 9,45,11
- G 15: Markus Høgne: 200m: 26,24, 400m: 55.57, 600m: 1.32.36, 800m: 2.04.71, 2000m: 6.16.96, engde: 5,29
- G 14: John Henry Hartmann: 60m: 7.9, kule 4kg: 8,26, Spyd 600gr: 25.12
- G 13: Eirik Kongtorp: 600m: 2,22,9, Lengde: 3.19, Liten ball 150gr: 26.98
- G 13: Alex Phil: 600m: 2.04.4, Lengde: 3.27, Liten ball 150gr: 35.85
- G 13: Aleksander Martinsen: 600m: 2.03.7, Lengde: 3,74, Liten ball 150gr: 33.88
- G 13: Martin Frogner: 600m: 2.02.9, Lengde: 3.81, Liten ball 150gr: 32.44
- G 13: Marius Kolstad: 600m: 1,57,1, Lengde: 3.82, Liten ball 150gr: 45.57
- G 13: Magnus Slorafoss: 600m: 1.55.2, Lengde: 3.17, Liten ball 150gr: 27.19
- G 13: Benjamin Kwame Reiersen: 600m: 1.53.2, Lengde: 3.92, Liten ball 150gr: 43.60
- G 12: Johannes Haugstad: 60m: 9,0, Lengde: 3.31, Kule 3kg: 6.19, Spyd 400gr: 16.47
- G 12: Aleksander Staff: Lengde: 3.35, Liten ball 150gr: 40.35
- G 12: Håkon Dahlheim Sand: 600m: 2.08.7, Lengde: 3.74, Liten ball 150gr: 37.75
- G 12: Johannes Haugstad: 600m: 2.10.4, Liten ball 150gr: 28.51
- G 12: Fredrik Havnås: 600m: 1.51.9, Lengde: 3.95, Liten ball 150gr: 35.71
- G 12: Ola Ness: 600m 2.08.4, Lengde: 3.54, Liten ball 150gr: 31.75
- G 11: Apinon Tongnoy: 600m: 2.11.1, Lengde: 3.49, Liten ball 150gr: 34.73

- G 11: Vegard Ransberg: 600m: 2.22.1, Lengde: 2.96, Liten ball: 25.99
- G 11: Oliver Nordli: Lengde: 2.64, Liten ball 150gr: 22.00
- G 10: Samson Norheim: 600m: 2.12.1, Liten ball 150gr: 23.54

Anne Gro Skjeggenes  
Statistikkansvarlig

---

### Årsmelding fra baneutvalget

Vi begynte tidlig i vår med maskinvask og boning av golvene i klubbhuset. Banen ble feid i år også. Her må vi finne en annen måte å gjøre dette på. Det er andre året at banen ble revet i stykker.

Vi har hatt kjempedugnad med rydding og storvask i klubbhuset. Det er foretatt vask, pussing av alt i hyller og skap og foretatt innkjøp av nye gardiner. Det er innkjøpt nye trykkimpregnerte materialer til ny tribune på Fjeldsaga på Løken. Disse ble kjørt til Killingmo og Tønsberg hvor vi hadde dugnad med å kappe lengdene og bore alle hullene. Dette ble gjort 2 dager før den store dugnaden 25. april. Da skrudde vi ned den gamle tribunen og satte opp den nye. Dette var en stor jobb og resultatet ble veldig bra. Vil rett en stor takk til alle som var med. Det var meget god oppslutning. Etter en så stor aksjon ble det 6 turer med tilhenger til Spillhaug med søppel.

17 juni skiftet vi balkongdør. Den gamle var rotten og gikk ikke å låse. Nye lister er kjøpt men ikke montert ennå. Det blir gjort snart. Har videre vasket balkongene for grønske og sopp. Her må noe repareres og det trengs maling

Det er gjort en stor jobb syd for søndre sving med rydningssag og gressklipper. Det står igjen en del kjerr, men der er det bringebær som noen har fredet. Søndre sving ble raket feid. Kulegropa ble rakt før stevnet 25.9 og diskosnettet ryddet.

Søpla er kjørt til Spillhaug før vinteren



setter inn.

Finn Løkeberg  
Leder banekomiteen

---

## Årsmelding arrangement

Barneutvalget har som vanlig hatt sine egne stevner. Dette er de stevnene arrangementutvalget har stått ansvarlig for i 2013:

- 5.1: Vinterkarusellen. 107 deltakere. 5 færre enn i 2012.
- 7.05: Lagseriestevne. 165 starter + 10 stafettlag. 38 flere starter enn i 2012.
- 14.05: Tinstafetten. 32 lag med 265 deltakere. Ca. 40 % nedgang fra 2012
- 14.6. Eksismoaløpet. Nyskapning 2012. 69 aktive voksne + 18 i mosjonsklasse.
- 19.6. Motbakkeløp Elgheia opp. 24 deltakere. Økning på 5 fra 2012.
- 7.9: Mangenfjelløpet. 47 deltakere. 13 færre enn i 2012.
- 6.9: Sparebanklekene 2013. Gjennomført på vanlig god måte av idrettslinja på BVS.

Kommentar til stevnene: Alle arrangement ble etter utvalgets oppfatning gjennomført på en grei måte uten feilsituasjoner. Vi ønsker å kommentere litt ekstra det nye stevnekonseptet, Eksismoaløpet siden dette ble arrangert for første gang i 2013.

Navnet på løpet er hentet fra området terrengløpet hovedsakelig foregikk i, nemlig på Eksismoa rett øst for Bjørkelangen. Start og innkomst fant sted på Eidsverket. Arrangementet ble lagt til Bjørkemarte'n. Det var klasser for både barn og voksne. Barneløpet hadde som medarrangør representanter fra barneutvalget. Det var nedsatt en egen arrangementskomite som besto av Kristine Tollefsen, Tage Ullerud og Knut Dæhlen.

Det ble høstet nyttige erfaringer som man vil bygge videre på med tanke på nytt

arrangement i 2014. Da planlegges det å slå dette stevnet sammen med Mangenskogløpet.

Stein Lier  
Leder arrangementsutvalget

---

## AHF trimmen 2013

AHF sine 10 trimbøker har hatt godt besøk også i 2013. Her er en oversikt over antall besøkende og trimmerene med flest besøk på de enkelte bøkene denne sesongen, som varer mellom 1. mai og 1. oktober:

Sted	Besøk totalt	Vinner	Antall besøk vinner
Fosser	970	Ivar Magne Tangen	107
Setskog	400	Torbjørn Karlsen	50
Hemnes	687	Grethe Olsen	45
Moe	265	Eva Pettersen	64
Løken	953	Ingar Solvang	148
Lierfoss	729	Lars Jørgen Skaret	52
Bjørkelangen øst		Sigrun Kragtorp Nilsen	Antall besøk mangler
Bjørkelangen vest	404	Malin Søbye	54
Finstadbru	125	Helge Olsen	43
Aurskog/Tævsjøen		Mangler resultat	

Nils Erik Lillesæter  
Leder AHF-trimmen

---

## Regnskap 2013

### Driftregnskap

Aurskog-Høland Friidrettslag

### Resultat

Dato: 28.11.2013

Side: 1

Periode: 1 - 12  
Regnskapsår: 2012

Konto	Tekst	Reelt i periode	Budsjett i periode	Avvik i perioden
<b>Driftsresultat</b>				
<b>Driftsinntekter</b>				
<b>Salgsinntekter</b>				
3010	Medlemskontingent	-16 200,00	-17 000,00	800,00
3020	Treningsavgift	-7 900,00	-10 000,00	2 100,00
3220	Kommunale tilskudd	-36 850,00	-30 000,00	-6 850,00
3230	Tilskudd NIF	-8 325,00	-8 500,00	175,00
3240	Grasrotandelen/Norsk Tipping	-3 775,85	-3 000,00	-775,85
3250	Flaskepant/Coop	-698,00	-200,00	-498,00
3255	Momskompensasjon	-7 204,00	-8 000,00	796,00
3320	Egne Stevner/arrangementer	-5 075,00	-10 000,00	4 925,00
3330	Mangenskogløpet	-1 062,21	0,00	-1 062,21
3340	Elgheia opp	-3 235,00	0,00	-3 235,00
3350	Ekslsmoaløpet	-10 933,00	0,00	-10 933,00
3370	Barneutvalget	0,00	-7 000,00	7 000,00
3420	Leieinntekter bane/anlegg	-20 000,00	-25 000,00	5 000,00
3540	Salgsinntekter kiosk	-2 175,00	-2 500,00	325,00
	<b>SUM Salgsinntekter</b>	<b>-123 433,06</b>	<b>-121 200,00</b>	<b>-2 233,06</b>
<b>Andre inntekter</b>				
3710	Reklame og sponsorinntekter	-104 500,00	-110 000,00	5 500,00
	<b>SUM Andre inntekter</b>	<b>-104 500,00</b>	<b>-110 000,00</b>	<b>5 500,00</b>
	<b>SUM Driftsinntekter</b>	<b>-227 933,06</b>	<b>-231 200,00</b>	<b>3 266,94</b>
<b>Driftskostnader</b>				
<b>Varekostnad</b>				
4010	Startkontingent	15 396,12	30 000,00	-14 603,88
4210	Godtgjørelse trenere	9 150,00	15 000,00	-5 850,00
4220	Samlinger og stevner	8 478,50	15 000,00	-6 521,50
4221	Treningsleir DK	0,00	15 000,00	-15 000,00
4310	Trenerutdanning	0,00	5 000,00	-5 000,00
4500	Barneutvalget	0,00	5 000,00	-5 000,00
	<b>SUM Varekostnad</b>	<b>33 024,62</b>	<b>85 000,00</b>	<b>-51 975,38</b>
<b>Lønnskostnad</b>				
5000	Treningsstøtte	10 000,00	10 000,00	0,00
5110	Møteutgifter	860,60	4 000,00	-3 139,40
5120	Registerføring og regnskap	6 327,75	6 000,00	327,75
5200	Rekvisita og trykksaker	4 960,00	3 000,00	1 960,00
5210	Porto/tlf og web	1 152,00	2 500,00	-1 348,00
5350	Gave/blomster	1 770,00	1 000,00	770,00
5400	Annonser/markedsføring	6 360,50	8 000,00	-1 639,50
	<b>SUM Lønnskostnad</b>	<b>31 430,85</b>	<b>34 500,00</b>	<b>-3 069,15</b>
<b>Andre driftskostnader</b>				
6200	Hall-leie	5 445,00	8 000,00	-2 555,00
6310	Idrettsmateriel	2 200,00	10 000,00	-7 800,00
6470	Premier	9 049,00	5 000,00	4 049,00
6510	Vedl.hold anlegg	24 881,15	10 000,00	14 881,15

Aurskog-Høland Friidrettslag

## Resultat

Dato: 28.11.2013

Side: 2

Periode: 1 - 12  
Regnskapsår: 2012

Konto	Tekst	Reelt i periode	Budsjett i periode	Avvik i perioden
6520	Forsikringer	12 754,00	12 000,00	754,00
6530	Strøm, vann og renovasjon	19 031,83	25 000,00	-5 968,17
6540	Renhold klubbhus	3 000,00	3 000,00	0,00
6840	Avlser, tidsskrifter, bøker og lignende	1 895,00	2 000,00	-105,00
7210	Kontingent krets	0,00	5 000,00	-5 000,00
7510	Drakter/tr.dresser	324,00	2 000,00	-1 676,00
7540	Salgsutgifter kiosk	1 250,20	2 000,00	-749,80
	<b>SUM Andre driftskostnader</b>	<b>79 830,18</b>	<b>84 000,00</b>	<b>-4 169,82</b>
	<b>SUM Driftskostnader</b>	<b>144 285,65</b>	<b>203 500,00</b>	<b>-59 214,35</b>
	<b>SUM Driftsresultat</b>	<b>-83 647,41</b>	<b>-27 700,00</b>	<b>-55 947,41</b>

## Finansinntekt og -kostnad

	<b>Finansinntekter</b>			
	<b>Renteinntekter</b>			
8010	Renterinntekter	-7 761,01	-5 000,00	-2 761,01
	<b>SUM Renteinntekter</b>	<b>-7 761,01</b>	<b>-5 000,00</b>	<b>-2 761,01</b>
	<b>SUM Finansinntekter</b>	<b>-7 761,01</b>	<b>-5 000,00</b>	<b>-2 761,01</b>
	<b>Finanskostnader</b>			
	<b>Rentekostnader</b>			
8110	Renteutgifter og gebyrer	80,00	150,00	-70,00
	<b>SUM Rentekostnader</b>	<b>80,00</b>	<b>150,00</b>	<b>-70,00</b>
	<b>SUM Finanskostnader</b>	<b>80,00</b>	<b>150,00</b>	<b>-70,00</b>
	<b>SUM Finansinntekt og -kostnad</b>	<b>-7 681,01</b>	<b>-4 850,00</b>	<b>-2 831,01</b>
	<b>Årsresultat</b>	<b>-91 328,42</b>	<b>-32 550,00</b>	<b>-58 778,42</b>
	<b>Avsetninger</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
	<b>Årsresultat etter avsetninger</b>	<b>-91 328,42</b>	<b>-32 550,00</b>	<b>-58 778,42</b>

Balanseregnskap

Aurskog-Høland Frilidrettslag

**Balanse**

Date: 28.11.2013

Periode: 1-12  
Regnskapsår: 2012

Side: 1

Konto	Tekst	Inngående balanse	Reelt i periode	Utgående balanse
<b>Eiendeler</b>				
<b><u>Anleggsmidler</u></b>				
<b>Immaterielle eiendeler</b>				
1030	Høland Sparebank 6034728	122 334,87	97 644,04	219 978,91
1034	Høland Sparebank 12802710702	150 000,00	-14 875,08	135 124,92
	<b>SUM Immaterielle eiendeler</b>	<b>272 334,87</b>	<b>82 768,96</b>	<b>355 103,83</b>
<b>Varige driftsmidler</b>				
1210	Kundefordringer	2 465,00	-1 265,00	1 200,00
	<b>SUM Varige driftsmidler</b>	<b>2 465,00</b>	<b>-1 265,00</b>	<b>1 200,00</b>
	<b>SUM Anleggsmidler</b>	<b>274 799,87</b>	<b>81 503,96</b>	<b>356 303,83</b>
<b><u>Omløpsmidler</u></b>				
<b>Bankinnskudd, kontanter o.l.</b>				
1920	AHF-Banen	404 915,63	0,00	404 915,63
	<b>SUM Bankinnskudd, kontanter o.l.</b>	<b>404 915,63</b>	<b>0,00</b>	<b>404 915,63</b>
	<b>SUM Omløpsmidler</b>	<b>404 915,63</b>	<b>0,00</b>	<b>404 915,63</b>
	<b>SUM Eiendeler</b>	<b>679 715,50</b>	<b>81 503,96</b>	<b>761 219,46</b>
<b>Egenkapital og gjeld</b>				
<b><u>Egenkapital</u></b>				
<b>Over-/underskudd</b>				
8800	Udisponert årsresultat (overskudd)	0,00	-91 328,42	-91 328,42
	<b>SUM Over-/underskudd</b>	<b>0,00</b>	<b>-91 328,42</b>	<b>-91 328,42</b>
<b>Innskutt egenkapital</b>				
2010	Leverandører	-7 499,00	9 824,00	2 325,00
	<b>SUM Innskutt egenkapital</b>	<b>-7 499,00</b>	<b>9 824,00</b>	<b>2 325,00</b>
<b>Opptjent egenkapital</b>				
2050	Annen egenkapital	-23 208,51	0,00	-23 208,51
	<b>SUM Opptjent egenkapital</b>	<b>-23 208,51</b>	<b>0,00</b>	<b>-23 208,51</b>
	<b>SUM Egenkapital</b>	<b>-30 707,51</b>	<b>-81 504,42</b>	<b>-112 211,93</b>
<b><u>Gjeld</u></b>				
<b>Kortsiktig gjeld</b>				
2910	EK	-649 007,99	0,46	-649 007,53
	<b>SUM Kortsiktig gjeld</b>	<b>-649 007,99</b>	<b>0,46</b>	<b>-649 007,53</b>
	<b>SUM Gjeld</b>	<b>-649 007,99</b>	<b>0,46</b>	<b>-649 007,53</b>
	<b>SUM Egenkapital og gjeld</b>	<b>-679 715,50</b>	<b>-81 503,96</b>	<b>-761 219,46</b>

## Budsjettforslag 2014

Konto	Kontonavn	Budsjett 2013	Regnskap 2013	Budsjett 2014
3010	Medlemskontingent	17 000,00	16 200,00	19 000,00
3020	Treningsavgift	10000	7 900,00	8 000,00
3220	Kommunale tilskudd	30 000,00	36 850,00	37 000,00
3230	Tilskudd NIF	8 500	8 325,00	8 000,00
3240	Grasrotandelen/Norsk Tipping	3 000	3 775,85	3 000,00
3250	Flaskepant/Coop	200	698,00	500,00
3255	Momskompensasjon	8 000	7 204,00	7 000,00
3330	Mangenskogløpet	0	1 062,21	0,00
3320	Egen stevner/arrangementer	10 000,00	5 075,00	5 000,00
3340	Elgheia	0,00	3 235,00	3 000,00
3350	Eksismoløpet	0,00	10 933,00	15 000,00
3370	Barneutvalget	7 000	0,00	7 000,00
3420	Leieinntekter bane/anlegg	25 000,00	20 000,00	20 000,00
3540	Salgsinntekter kiosk	2 500,00	2 175,00	2 000,00
3710	Reklame og sponsorinntekter	110 000,00	104 500,00	105 000,00
39	<i>Sum</i>	<i>231 200,00</i>	<i>227 933,06</i>	<i>239 500,00</i>
4010	Startkontingent	-30 000,00	-15 396,12	-25 000,00
4210	Godtgjørelse trenere	-15 000,00	-9 150,00	-18 000,00
4220	Samlinger og stevner	-15 000,00	-8 478,50	-15 000,00
4221	Treningsleir	-15 000,00	0,00	-15 000,00
4310	Trenerutdanning	-5 000,00	0,00	-5 000,00
4500	Barneutvalget	-5 000,00	0,00	-7 000,00
49	<i>Sum</i>	<i>-85000</i>	<i>-33 024,62</i>	<i>-85 000,00</i>
5000	Treningsstøtte	-10 000,00	-10 000,00	-15 000,00
5110	Møteutgifter	-4 000,00	-860,60	-2 000,00
5120	Registerføring og regnskap	-6 000,00	-6 327,75	-6 000,00
5200	Rekvisita og trykksaker	-3 000,00	-4 960,00	-3 000,00
5210	Porto/Tlf/Web	-2 500,00	-1 152,00	-8 000,00
5350	Gaver/blomster	-1 000,00	-1 770,00	-1 000,00
5400	Annonser/markedsføring	-8000	-6 360,50	-8 000,00
59	<i>Sum</i>	<i>-34500</i>	<i>-31 430,85</i>	<i>-43 000,00</i>
6200	Hall-leie	-8 000,00	-5 445,00	-8 000,00
6310	Idrettsmateriell	-10 000,00	-2 200,00	-10 000,00
6470	Premier	-5000	-9 049,00	-10 000,00
6510	Vedl.hold anlegg	-10 000,00	-24 881,15	-10 000,00
6520	Forsikringer	-12 000,00	-12 754,00	-13 000,00
6530	Strøm, vann & renovasjon	-25 000,00	-19 031,83	-25 000,00
6540	Renhold klubbhus	-3 000,00	-3 000,00	-3 000,00
6840	Aviser, Tidsskrifter, Bøker etc.	-2 000,00	-1 895,00	-2 000,00
69	<i>Sum</i>	<i>-75000</i>	<i>-78 255,98</i>	<i>-81 000,00</i>
7210	Kontingent krets	-5 000,00	0,00	-5 000,00
7220	Startavgift forbund/krets	0,00	0,00	-500,00
7510	Drakter/ tr.dresser	-2 000,00	-324,00	-2 000,00
7540	Salgsutgifter kiosk	-2 000,00	-1 250,20	-2 000,00
72	<i>Sum</i>	<i>-9000</i>	<i>-1 574,20</i>	<i>-9 500,00</i>

75	<b>Sum driftsutgifter</b>	<b>-203500</b>	<b>-144 285,65</b>	<b>-218 500,00</b>
76	<b>Driftsresultat</b>	<b>27 700,00</b>	<b>83 647,41</b>	<b>21 000,00</b>
8010	Renteinntekter	5 000,00	7 761,01	5 000,00
8110	Renteutgifter og gebyrer	-150	-80,00	-150,00
89	<i>Sum</i>	<i>4850</i>	<i>7 681,01</i>	<i>4 850,00</i>
90	<b>RESULTAT</b>	<b>32 550,00</b>	<b>91 328,42</b>	<b>25 850,00</b>