

AURSKOG-HØLAND FRIIDRETTSLAG



ÅRSBERETNING
1987

AHF - Årsmøte 1987

SAKSLISTE

1. Åpning
2. Godkjenning av dagsorden
3. Årsrapport
4. Regnskap
5. Drakter
6. Medlemskontingent
7. Valg

FORSLAG TIL TILLITSVALGTE 1988

Styret

Formann: Georg Øvrehus	Nestformann: Roar Lunder
Sekretær: Finn Welde	Kasserer: John Svanstrøm
Styremedlemmer:	Ann Helen Utgårdsløkken
	Øivind Olsen
	Laila Berger

+ 25.
150 år. Fan
17. 100 år. Vok
.50 år. Barn

Revisorer Thorstein Kolstad Arne Øversveen.

Banekomite Arve Høgne Kjell Nilsen.
Egil Lier Axel Lunner.
Sigurd Dalby

Instruksjons- og trenings- utvalg Øivind Olsen Finn Lie
Turid Sundsrød Bjørn T. Norheim.
Carl Fredrik Havnaas Harry Utgårdsløkken.
Terje Aarnes Bjørn Lier.

Oppmenn Roar Lunder + 1 repr. fra hvert av stafett.
utvalgene under

Stafetter Finn Lie Jan Erik Jørgensen.
menn_sen/jun.

Stafetter_kvinner Willy Linnerud Georg Øvrehus.

Stafetter_jenter Bjørn Delingsby Laila Berger
Bjørn T. Norheim

Stafetter_gutter Harry Utgårdsløkken Terje Aarnes.

Stafetter_veteran Widar Hellerud Kåre Lien

Barn
Rekrutterings-
Barnet
utvalg Bjørn Lier Sigrun Nilsen
Aud Olsen Per Torgersen
Sofrid Bådal Jan Tore Anthonissen
Willy Linnerud

Statistikk_ og serieutvalg Carl Fredrik Havnaas Tor Olsen
Mona Øversveen Ronnie Nordli

Veteranutvalg Håvard Lund

Idrettsmerke- utvalg Egil Lier Håvard Lund
Axel Lunner Kåre Thoresen

Mediautvalg Richard Peel Roar Lunder
Mona Øversveen Maren Aamodt Vilberg
Laila Berger

Byggekommitte, tribuner, bygg Finn Welde John Svanstrøm
Finn Lie Birger Svanstrøm
Thorstein Kolstad

Utvalg for
kiosk/salg Ann Helen Utgårdsløkken May Ness
Ellen Lunner Åge Mærli
Karin Norheim Svein Berger
Karin Nordli

Utvalg
AHE-karusellen Sten Kongtorp John Svanstrøm
Widar Hellerud ~~Kåre Lien~~
Øivind Fagersand

Utvalg jrNM
stafetter Roar Lunder Georg Øvrehus
Laila Berger Ann Helen Utgårdsløkken
Terje Aaserud Syversen

FRA FORMANNEN

1987 var et spennende år for AHF særlig med tanke på at friidrettsbanen skulle åpnes med åpningsstevne 30. august. Kostnadsrammen skulle heller ikke overskrides. Parallelt med dette skulle klubben fungere like godt med arrangementer, stevnedeltakelse, trening, økonomi m.m. Når jeg ved årets slutt kan registrere at dette har lykkes, er det med takknemlighet til så mange som har ofret så mye av sin fritid, og på bekostning av andre interesser. En ting er sikkert; dette har vi klart i fellesskap på grunnlag av et godt sosialt idrettsmiljø der den enkelte føler ansvar for sin klubb.

1988 vil også bli et krevende år for AHF ved at vi skal bygge sekretariatsbygg, utstyrssbygg og tribune parallelt med krevende arrangementer som junior NM i stafetter.

Idrettslig sett har sesongen vært noe variert. Det som virkelig gleder er den store rekrutteringen vi har i AHF med topp talenter som vil kunne nå langt med fornuftig satsning fra foreldre og klubb. AHF vil legge vekt på å kunne tilby disse utøverne et klubbapparat som kan føre dem fram til topputøvere. Ellers vil AHF alltid være en klubb som gir plass til alle med trivsel, glede og vennskap som fundament. Dette tror jeg topputøverne også er avhengig av i større grad enn det som det er lagt opp til rundt omkring.

Når jeg ser totalt på sesongen 1987, det vil si resultatmessig idrettslig, stevnearrangements, rekruttering, administrativt og ikke minst sosial trivsel, mener jeg det er grunnlag for å si at vi har hatt en bra sesong. På enkelte områder må vi forbedre oss og det må vi ta som en utfordring.

Økonomisk har vi klart oss bra i 1987. Det er imidlertid flere områder som vil bli sterke økonomisk belastet i kommende sesonger. Spesielt gjelder dette treningsstilbud og utstyr. Vi må altså jobbe mer på økonomisiden med sponsing, reklameavtaler, utstyrsavtaler, dugnadsarbeide, lotteri m.m.

Jeg vil til slutt takke alle AHF-ere som har bidratt til å gjøre det mulig å gjennomføre alt som årsrapporten forteller om. Belønningen blir idrettsglede og vennskap som vi sammen gir hverandre.



TILLITSVALGTE 1987

Styret

Formann: Georg Øvrehus Nestformann: Roar Lunder
Sekretær: Finn Welde Kasserer: Jon Swanstrøm
Styremedlemmer: Ann Helen Utgårdsløkken
 Anne-Lise Røisheim
 Øivind Olsen

Revisorer

Banekommittet: Arve Høgne Håvard Lund
Høland: Odd Tore Bjerkheim Julian Jonassen

Instruksjons-
og trenings-
utvalg: Øivind Olsen Finn Lie
 Svein Berger Bjørn T. Norheim
 Carl Fredrik Havnaas Harry Utgårdsløkken
 Arve Høgne Richard Peel

Oppmenn: Roar Lunder Florence Lunder

Stafetter-
menn_sen/jun.: Finn Lie Jan Erik Jørgensen

Stafetter_kvinner: Kåre Thoresen Willy Linnerud

Stafetter_jenter: Bjørn Delingsby Laila Berger
 Bjørn T. Norheim

Stafetter_gutter: Harry Utgårdsløkken Kai Høntorp

Stafetter_veteran: Per B. Jacobsen Arve Høgne

Rekrutterings-
utvalg: Stein Lier Terje Aarnes
 Theodor Hauger Harald Braathen
 Solfrid Bådal Sigrun Nilsen
 Willy Linnerud

Statistikk- og
serieutvalg: Tor Olsen Carl Fredrik Havnaas
 Mona Øversveen Ronnie Nordli

Veteranutvalg: Håvard Lund

Idrettsmerke-
utvalg: Egil Lier Håvard Lund
 Odd Tore Bjerkheim Kåre Thoresen
 Ingrid Olsen Axel Lunner

Mediautvalg: Richard Peel Roar Lunder
 Mona Øversveen

Byggekommittee,
friidrettsbanen
(ikke på valg): Finn Welde Per B. Jacobsen
 Egil Lier Johan Ottershagen
 Kåre Thoresen Per Røisheim
 Jan Aas

ARBEIDET I STYRET

Styret har i 1987 hatt 9 møter og behandlet 22 saker.

De viktigste sakene gjelder:

- Eriidrettbanen

Styret har løpende fulgt arbeidet med banen. Det vises til rapport fra byggekomiteen.

- Døfting av rekrutteringsarbeidet

Styret har hatt en gjennomdøfting av dette viktige området med formannen i rekrutteringsutvalget. Konklusjonen var at vi mener arbeidet er inne i et riktig spor, men at vi stadig må arbeide med målsetninger og praktisk opplegg.

Noen momenter:

- Vi tar sikte på å nå aldersgruppen 7-11 år, men yngre kan også være med.
- En del av målsetningen er rekruttering til klubben på sikt.
- Vi bør ikke legge vekt på å konkurrere med andre idretter, men heller være med på å gi et bredt tilbud og se det positive i allsidighet spesielt for denne aldersgruppen.
- Vi tar ikke treningsavgift og krever ikke betaling av medlemskontingent før etter stabilt forhold til klubben i noen år.

- Arrangementer

Åpningsstevnet krevde betydelige forberedelser og var en ny arrangementsmessig utfordring. Vi har også foretatt en oppsummering av erfaringene vi gjorde med tanke på arrangementer framover.

Vi har søkt om og fått NM jr. i banestafetter 1988. Arrangementet vil komme i begynnelsen av juni.

Med tanke på arrangementer framover er det også arrangert dommerkurs i klubbens/kretsens regi med god deltagelse.

- Utvalg for å vurdere overtrekksdrakter

Styret har nedsatt et utvalg for å se på overtrekksdrakter i utgangspunktet i "gamle" farger, men i nytt snitt/nye stoffer. Saken tas opp på årsmøtet.

- AHF-karusell

Styret går inn for å sette i gang en løpskarusell med 5 løp (2 av løpene på bane, distanser fra 1 500 m til 1/2-maraton) i 1988. Forutsetningen er at det kan organiseres slik at det ikke går ut over annen virksomhet i klubben.

MEDLEMMER

Medlemstallet har i 1987 økt markert. Dette skyldes trolig økt generell interesse blant annet på grunn av friidrettsbanen, men mest vellykkede rekrutteringstiltak blant de yngste.

AHF har i 1987 hatt 270 registrerte/betalende medlemmer.

150 av disse er under 17 år.

ARRANGEMENTER

Stevner på terminliste REIK

Innendørs treningsstevne	BVS	24. februar
Hølandsstafetten	Løken	8. april
Kastkarusell	Høland st.	19. august
Åpningsstevne (Nasjonalt)	AHF-banen	30. august
KM g/j 11-18	AHF-banen	12. sept.
KM g/j 11-18 stafetter	AHF-banen	19. sept.
AHF-løpet/KM terrengløp	Setskog	

Andre arrangementer

AHF har arrangert et løp i vinterkarusellen (Løken).

Det vises ellers til rapporter fra utvalgene.

ØKONOMI

Fra kommunen har AHF i år fått kr. 10.805,-.

Fra Aurskog Sparebank kr. 8.500,-.

Fra Høland Sparebank kr. 5.000,-.

Vi hadde en fortjeneste på NFIF's loddsgård på ca.
kr. 5.500,-.

En dugnadsjobb innbragte kr. 12.600,-.

Som det framgår av regnskapet hadde vi et underskudd
på ca. kr. 17.000,-. Det kommer i hovedsak av et
innkjøp av materiell og at vi hadde lønnet trener.
Vi betegner den økonomiske situasjonen i laget som god.

RESULTATREGNSKAP FOR 1987

UTGIFTER

Administrasjon	37.045,42
Reiser	22.825,-
Premier	19.811,30
Materiell	16.611,70
Startkontigent	21.722,70
Trening, div.	35.611,05
Andre tiltak	14.275,10

INNTEKTER

Tilskudd	88.230,-
Medlemskontigent	7.800,-
Startkontigent	13.888,50
Renter	2.845,-
Salg og andre tiltak	38.149,04
 ✓ Underskudd 1987	 167.902,27
	150.912,54
	16.989,73
	 167.902,27
	167.902,27

BALANSE PR. 16.11.87

AKTIVA

Kasse	0,-
Postgiro	1.676,50
Bank	41.569,04

PASSIVA

Kapital pr. 27.11.86	60.235,26
- underskudd 1987	16.989,73
	 43.245,53
	43.245,53

Aurskog, 16. november 1987

John Sandvøm
kasserer

revisor

revisor

TILLITSVERV

Norges Friidrettsforbund:

Håvard Lund Formann i veteranutvalget

Romerike Friidrettskrets:

Håvard Lund Formann i veteranutvalget

PASKJØNNELSER

Rekruttpokal

Tildeltes:

Trine Syvertsen Ole Johan Aarnes
Thomas Peel Malin Delingsby
Rita Nilsen

Innsatspokalen

Tildeltes: Finn Welde

ARBEIDET I UTVALGENE

TRENINGSUTVALGET

9.

Så skal vi igjen oppsummere en treningssesong. Det er mange ting å vurdere: oppslutning, kvalitet, tilbud o.s.v. Er det bedre enn året før? Er det bra i forhold til andre lag? Må vi korrigere på noen områder?

Hvis vi først ser på oppslutningen, så har den vært større enn noen gang. Spesielt skolegruppa har hatt meget stort og jevnt oppmøte. Denne gruppa har også drevet meget allsidig trening, noe som har resultert i større spredning i øvelsesvalget i konkurranser. Dette har vi jobbet bevisst med en stund og nå begynner det å gi resultater.

Mellomdistanse og sprint har kjørt med faste trenere, noe som fungerte meget bra på vinter/vårtrenings, men som ikke var like bra på banen (Høland stadion). Mye av dette må tilskrives baneforholdene på Løken som i år var preget av mye vann. Med den nye banen har vi eliminert dette problemet. Den er like god å trenere på selv om det regner aldri så mye. Oppslutningen om treningene har da også vært god i høst selv om været har vært dårlig.

Ellers har vi avholdt 2 treningsleire i år. En ungdomsleir i Danmark i påsken, og en all round-leir i Kil, Sverige i sommerferien. Begge treningsleirene hadde meget stor oppslutning, og ga stort utbytte for de aktive.

Som før har vi hatt 2 fellestreninger i uka gjennom hele sesongen, pluss tilbud om kretstrenering i Skedsmohallen og styrketrenings på HG-sentret for de som satser seriøst.

Vi har hatt med 2 utøvere på forbundsgrupper. Det er Jan Åke og Martin som har deltatt på samlinger i regi av disse gruppene.

Det treningsmessige tilbuddet fra AHF tror jeg ligger på et noenlunde riktig nivå, nemlig i forkant av oppslutning og nivå hos våre utøvere. Framover vil nok tilbuddet måtte høynes. Det betyr at flere må ta på seg oppgaver, samt at vi må satse sterkere på utdanningssiden.

Øyvind Olsen

REKRUTTERINGUTVALGET

"Rekrutteringsutvalget" har i 1987 bestått av Sigrunn Nilsen, Solfrid Bådal, Willy Linnerud, Terje Arnes, Theodor Hauger og Stein Lier. Arbeidsoppgavene både mht. trening og arrangementer har blitt fordelt blandt medlemmene i utvalget, men i pressete situasjoner har vi sett oss nødt til å kalle inn hjelp utenfra.

I TRENINGSTILBUD

I løpet av vinteren ga utvalget 2 perioder med treningstilbud for gruppen 7 - 11 år. Det samme tilbuddet ble gitt i sommer på Høland stadion. Tilsammen ca. 60 gutter og jenter var innom en eller flere ganger. Vi forsøkte i tråd med signalene fra NIF å la aktivitetene være varierte og lekbetonte. Hovedvekten lå på koordinerende og bevegelighetsutviklende øvelser.

II ARRANGEMENT

Som i fjor arrangerte vi 4 terrengløp og 2 barnestevner:

- 5/5 - Bråte - 122 deltagere
- 11/5 - Aursmoen - 124 "
- 14/5 - Molloen - 129 "
- 20/5 - Setskog - 163 "
- 3/6 - Høland stadion - 77 "
- 27/8 - AHF banen - 75 "

På terrengløpene deltok 200 forskjellige utøvere. Vi har fortsatt følelsen av at skoleklassekampen trekker mange, da enkelte skoleklasser har deltagerprosent på over 50.

Når det gjelder banestevnene i framtiden ligger det i og med det nye anlegget utfordringer til å bruke fantasiens til å finne fram til nye lekbetonte aktivitetsformer som kan appellere.

Lierfoss 4/11 - 87.

Stein Lier(s)

OPPMANNSUTVALGET

Det er ikke spesielt mye å rapportere om fra oppmennsutvalget i år. Det har vært et godt år med mange løp og god deltagelse. Stevneaktiviteten har i 87-sesongen ligget på samme nivå som i fjor. Vi har hatt deltakere i ca. 70 stevner med vel 500 starter. Antall forfall har ligget på 10% av antall starter. Utenom dette kommer deltakelse i stafetter, lagserie for gutter og jenter, treningsstevner, karuseller og mosjonsløp.

Vi har i år deltatt i bla. K-lekene i Rømedal, Østlandslekene i Lillehammer, Frank Shorter Games, Stovnerlekene og Totenlekene på Raufoss.

Kristin Lunner deltok på det norske landslaget som gjorde en fin innsats i Europacupen i mangekamp.

Jan Ake Jørgensen og Heidi Berger løp begge invitasjonsløp under Bislet Games 4.juli; Jan Ake også under Grønn Balla i august.

Blant årets prestasjoner bør nevnes:

- Fin innsats i Slottsstafetten. Guttelaget vant 2.pulje og ble nr. 13 totalt. Jentelaget ble nr. 22.
- Jan Ake Jørgensens seier på 800m i Vesta Hygea-lekene.
- Kristin Lunners sølvmedalje i NM i 7-kamp.
- Fin Donald Duck innsats med plasseringer blant de 6 beste av Heidi Berger, Jon Sigurd Utgårdsløkken og Irja Norheim.
- Seier til Jan Ake Jørgensen og 3.plass til Heidi Berger i Ungdomsmesterskapet i terrengløp. (Milk Run).

TRIMUTVALGET

I år er det registrert 3350 turer til trimbøkene som er lagt ut forskjellige steder i kommunen. Dette er en tilbakegang på 380 besøk fra i fjor. Den våte sommerens skyld? Boka på Burholsetra har ikke vært lagt ut i år på grunn av dårlig besøk i flere år. I år har det vært størst aktivitet på Finstadbru med en økning på 254 besøk fra i fjor.

Årets trim-mester kommer fra Momoen. Grete Kristoffersen har 116 besøk ved boka av 121 "mulige".

Her følger resultatene for alle 8 bøkene:

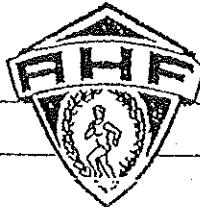
STED	TOTAL	VINNER	UTTRUKKET
Aurskog	386	Torbjørn Grunnan	53
Bjerkelangen	370	Ole Andresen	26
Finstadbru	714	Arne Olsen	89
Fosser	336	Ivar Tangen	89
Hemnes	482	Harald Hansen	50
Løken	378	Odd T. Bjerkheim	61
Momoen	155	Grete Kristoffersen	116
Setskog	530	Julie Ørjasæter	91

BYGGEKOMITE - FRIIDRETTSBANEN

Vi har så godt som fullført arbeidet med banen med godt resultat og det ser også ut til at vi skal komme bra ut økonomisk. Når det gjelder økonomien, må vi imidlertid vente på resultatet av behandlingen av søknader om STUi-midler i 1988 før vi har et endelig resultat.

Vi legger ved de viktigste sidene fra søknaden om STUi-midler i 1988 som gir en oppsummering av hele prosjektet så langt.

AURSKOG-HØLAND FRIIDRETTSLAG



**SØKNAD OM STØNAD TIL IDRETTSANLEGG
FRIIDRETTSBANE MED FAST DEKKE INKLUDERT FOTBALLBANE**

INNLEDNING/BAKGRUNN

Det vises til tidligere søknader innsendt i 1985 og 1986. Søknadene medførte støtte av tippemidlene på kr. 500 000 i 1986 og kr. 500 000 i 1987.

I søknadene om tippemidlær innsendt i 1985 og 1986 inngår opparbeiding av indre område til fullverdig fotballbane. Dette inngår i kostnadsoverslagene, men har ikke kommet tydelig nok fram i tekstdelen. Vi har også fått forståelsen av at det bør foreligge egen teknisk godkjennelse av indre område som fullverdig fotballbane for at det skal kunne tildeles mer enn 1 mill. kr. i støtte av tippemidlene til en friidrettsbane med fast dekke der det, altså også inngår fullstendig opparbeiding av indre område. Slik teknisk godkjennning foreligger nå og vedlegges (vedlegg 1). STUUs forutsetninger er oppfylt i arbeidet som er gjort. Vi viser forøvrig til korrespondanse med STUUs vedrørende utbetaling av siste kr. 100 000 av tippemidlene i år der det åpnes for støtte av tippemidlene ut over 1 mill kr. (vedlegg A).

Byggingen av banen ble i det alt vesentlige avsluttet i august 1987 som planlagt og med godt resultat. Bare mindre arbeider med indre område/fotballbane og porter i gjerdet gjenstår til 1988.

I og med at det alt vesentlige av arbeidet er gjennomført, vil vi sette opp søknaden om tippemidlær på følgende bakgrunn:

1. Dokumenterte kostnader, både direkte kostnader og dugnadsarbeid.
2. Overslag over resterende arbeid
3. Byggelånsrenter fram til utbetaling av tippemidlær 1988.

Hele prosjektet med planlegging, prosjektadministrasjon og anleggsledelse er drevet på dugnadsbasis. Det viser seg at denne delen av dugnadsarbeidet er klart undervurdert i tidligere søknader. Vi har med unntak av dette samlet sett klart å holde oss innenfor det meget lave kostnadsoverslaget i forrige søknad. Dette gjelder både dugnad og direkte kostnader.

KULTUR- OG VITENSKAPSDEPARTEMENTET
Ungdoms- og idrettsavdelingen (STUI)
Postboks 8172, Dep., 0034 Oslo 1
Telefon: 21 90 90
Telefax: 21 60 15

TM 19

STUINR.:

Må oppgis ved for-
nyelse av søknad

Søknad om stønad til idrettsanlegg

AURSKOG-HØLAND FRIDRETTSLAG 1963 FOSSEN I HØLAND
(søkerens navn) (Postnr. og postadresse)

AURSKOG-HØLAND AKERSHUS
(Kommunenr. og navn) (fylke)

søker om stønad stor kr 325 000.... (Årets søknadssum)
til FRIDRETTSBANE MED FAST DEKKE INKLUDERT FOTBALLBANE
(Anleggstype) (Anleggets navn)

Anleggskostnader* kr 3 985 000....
* Detaljert overslag vedlegges - jf. vedlegg 2.

FINANSIERING:

Egenkapital*	kr	116 000
Kommunalt tilskudd	»	1 000 000
Fylkeskommunalt tilskudd	»	
Private tilskudd gaver*	»	252 000
Dugnad*	»	1 163 000
Lån*	»	129 000
.....	»	
Årets søknadssum	»	325 000
Tidligere bevilgede tippemidler	»	1 000 000
Samlet finansiering	kr	3 985 000

* Disse poster må det redegjøres for i eget skriv, vedlegg av lånetilsagnet e.l. - jf. vedlegg 3.

Planene for anlegget er laglig godkjent i skriv av 26.09.85 og 23.03.87-ref.
fra Kultur- og vitenskapsdepartementet/ kommune.
Anlegget ble/vil bli påbegynt ... 19.86... og planlegges fullfort ... 19.88....

Anlegget vil bli forsvarlig vedlikeholdt og stå åpent for allmen idrettlig virksomhet. Plan for driften av anlegget følger vedlagt. Anlegget vil ikke bli avhendet, beskjært eller pantsatt uten samtykke fra Kultur- og vitenskapsdepartementet. Mislighold av vilkårene gir rett til å kreve tilskuddet tilbake betalt.

..... den 19.

.....
(underskrift)

Undervedlegg 2.1 OVERSIKT OVER PROSJEKTET

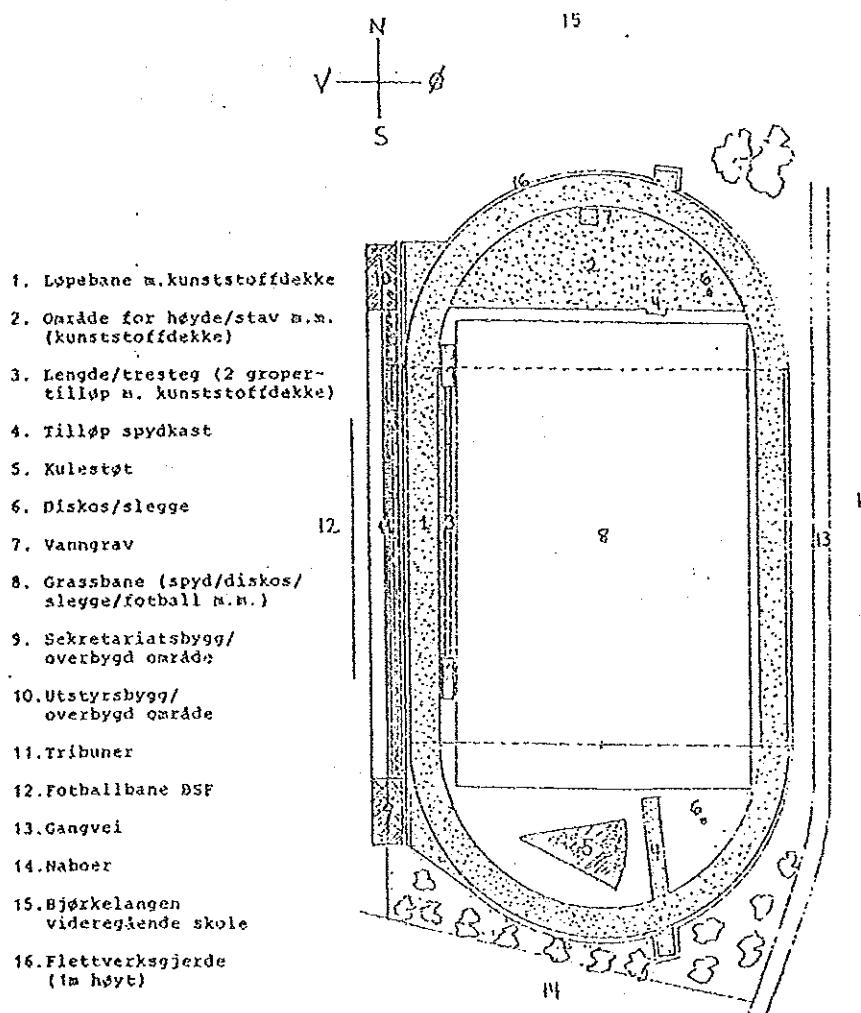
INNLEDNING

Anlegget omfatter friidrettsbane med fast dekke inkludert fullverdig fotballbane. Banen ligger sentralt på Bjørkelangen ved siden av Bjørkelangen videregående skole og idrettsanlegg som eies av Bjørkelangen Sportsforening.

Under ses en oversikt over området. Prosjektet som gelder søknad om tippemidler dekker punktene 1-8 og 16 på figuren. Punktene 9-11 på figuren planlegges gjennomført i 1988 for at banen og investeringene i den skal kunne utnyttes fullt ut. Dette blir et helt nyt prosjekt som finansieres ved dugnad og gaver.

Banen eies og drives av Aurskog-Høland friidrettslag (AHF).

OVERSIKT OVER FRIIDRETTSBANEN



OVERSIKT OVER ARBEID SOM ER GJORT

For oversiktens skyld brukes samme nummerering av aktiviteter som i tidligere søknader.

Beskrivelse av aktiviteter

Dokumentasjon

1. Hogging/rydding

Dugnadstimer
Undervedlegg 2.6

Hogging/rydding av
ca. 3 000m² blandet skog,
135 dugnadstimer manuelt.
53 dugnadstimer mann m. traktor

2/3. Stubberensk/opplasting/transport

Dugnadstimer
Undervedlegg 2.6

Stubberensk av ca. 3 000m².
Kjøredistanse 6 km.
122 dugnadstimer mann m. traktor

4/7. Planering, massebalanse og utlegging av tilkjørte masser

Regninger
Undervedlegg 2.4

Utdrauing av løpebane, område
for høyde/stav, lengde, kule
og spyd.
7 500m² x 0,6m = 4 500m³.

Flytting av jordvoll 2 000m³.

Planering av 13 000m² med
skille mellom matjord og
andre masser.

5/6. Drenering

Regninger
Undervedlegg 2.4

Jordbruksdrenering av
indre område 2850m.

Dugnadstimer
Undervedlegg 2.6

Samleledninger kfr.
dreneringsplan i vedlegg 1
inkludert overvannsledninger
2590m. 15 overvannssluk.

Private bidrag
Undervedlegg 3.12

Avløpsledninger og kummer
9 kummer, 350m rør.

442 dugnadstimer manuelt.
229 dugnadstimer mann m. traktor

8. Filterduk

Posten ble sløyfet

9.	Grus til avretting av traubunn Tilkjørt 615m ³ ; transport 6km. Utlegging 7 500m ² .	Regninger Undervedlegg 2.4 Private tilskudd Undervedlegg 3.13
10.	Isolasjon 7 200m ² ekstrudert polystyren; tykkelse 5cm.	Regninger Undervedlegg 2.4
11.	Utlegging av isolasjon m.m. Finavretting av traubunn og valsing av 7 200m ² . Utlegging av isolasjon 7 200m ² . Trekkummer og trekkør måtte legges samtidig og inngår i dugnadstimerne her. 12 kummer; 1100m rør. Kummer for eventuell senere montering av lysmaster. 14 kummer; 500m rør. 1440 dugnadstimer manuelt. 12 dugnadstimer mann m.traktor.	Dugnadstimer Undervedlegg 2.6
12/13	Fordelingslag/bærelag 3400m ³ ; transport 6km.	Regninger Undervedlegg 2.4 Dugnad Undervedlegg 2.6
14.	Utlegging av bærelag og fordelingslag 3400m ³ utlagt i en arbeidsoperasjon 360 dugnadstimer manuelt. 20 dugnadstimer mann m.traktor 105 timer med dozer	Regninger Undervedlegg 2.4 Dugnad Undervedlegg 2.6 Private tilskudd Undervedlegg 3.17
15/17	Finavretting/vibrasjonsvals Finavretting av 7 200m ² til 15mm fra teoretisk profil. 346 dugnadstimer manuelt. 30 dugnadstimer mann m.traktor	Dugnadstimer Undervedlegg 2.6 Maskiner utlånt fra forskjellige instanser og firmaer er ikke dokumentert og tatt med her.

16. Asfaltarbeider	Regninger Undervedlegg 2.4
5370m ² med 2-lags åpen asfalt; DA8S/DA11S totalt 150kg/m ² .	
18. Kunststoffdekke	Regning Undervedlegg 2.4
5080m ² med forsterkede områder inkludert. Oppmerking.	
19. Diverse tillegg, tekniske øvelser	Regningen Undervedlegg 2.4
3 kastringer, 2 stavkasser, vanngrav, 2 lengdegroper, kulesektor, grunnrør til sleggebur	Dugnadstimer Undervedlegg 2.6
264 dugnadstimer manuelt. 63 dugnadstimer mann m.traktor.	
20. Bearbeiding og tilsåing av indre område	Regninger Undervedlegg 2.4
8 000m ² ; finplanering med veihøvel, fresing og slådding med traktor, arbeid med krafse og rive, tilsåing, gjødsling og kalking.	Dugnadstimer Undervedlegg 2.6
158 dugnadstimer manuelt. 129 dugnadstimer mann m.traktor	
21. Flettverksgjerde og kantstein	Regninger Undervedlegg 2.4
480m kantstein m. høyde 10cm spikret på asfalt.	Dugnadstimer Undervedlegg 2.6
480m flettverksgjerde med galvaniserte stolper og overligger.	
695 dugnadstimer manuelt.	
22. Planlegging og oppfølging	Dugnad Undervedlegg 2.5
Planlegging/prosjektering, prosjektadministrasjon, anleggsledelse og kontroll er gjennomført som dugnad.	
23. Diverse	Regninger Undervedlegg 2.4
Dette gjelder diverse grunnlags-kostnader bl.a. byggestrøm	

PROSJEKTFRAMDRIFT

Undervedlegg 2.2 KOSTNADSOVERSLAG

Alle beløp avrundes og angis i hele 1000 kr. Alle direkte kostnader er inklusive 20% MVA.

POST	DIREKTE KOSTNADER	DUGNAD	PRIVATE TILSKUDD	TOTAL KOSTNAD
1. Høgging/rydding		27		27
2/3. Stubberensk/ opplasting/transport		24		24
4/7. Planering,masse- balanse og utlegging av tilkjørte masser	107			107
5/6. Drenering	70	99	112	281
8. Filterduk				0
9. Avrettning av traubunn	15		30	45
10. Isolasjon	352			352
11. Utlegg. isolasjon m.m.		175		175
12/13. Fordelingslag/bærelag	339	9		348
14. Utlegging av fordelingslag/bærelag	4	73		77
15/17. Finavrettning/vibr.vals		48		48
16. Asfaltarbeider	547			547
18. Kunststoffdekke	962			962
19. Tekniske øvelser	106	44		150
20. Bearbeiding og til- stilling av indre område	39	45		84
21. Flettverksgjerde og kantstein	83	80		163
22. Planlegging og oppfølging		491		491
23. Diverse	12			12
Sum utført arbeid	2 636	1 115	142	3 893
Gjenstående arbeid		48		48
Byggelånsrenter	44			44
SUM	2 680	1 163	142	3 985
	=====	=====	=====	=====

RESULTATER 1987

AHFERE I MESTERSKAP

Donald Duck lekene:

Irja Nordheim	høyde	3pl.	1.53 m
Jon S Utgårdsløkken	høyde	4pl.	1.65 m
Heidi Berger	800m	4pl	2.23.05 min

Vesta Hygea lekene

Jan Åke Jørgensen	800m	1pl.	1.59.7 min
-------------------	------	------	------------

Norges mesterskap

Kristin Lunner	100m hekk	upl.	15.00 sek
Kristin Lunner	høyde	11 pl.	1.60 m
Kristin Lunner	7 kamp	2 pl.	5024 p.

B Norges mesterskap

Ole Martin Røsholm	høyde	2 pl.	1.95 m
Ronny Nordli	1500m	9 pl.	3.58.53 min

Nordisk Veteran mesterskap

Håvard Lund	100m hekk	4 pl.	20.28 sek
Håvard Lund	spyd	4 pl.	41.66 m
Håvard Lund	høyde	5 pl.	1.40 m
Håvard Lund	diskos	11 pl.	36.04 m

Norsk Veteran mesterskap

Håvard Lund	5-kamp	3 pl.	
Håvard Lund	10-kamp	3 pl.	
Håvard Lund	spyd	2 pl.	
Håvard Lund	høyde	2 pl.	
Håvard Lund	100m hekk	3 pl.	
Håvard Lund	400m hekk	4 pl.	
Håvard Lund	stav	4 pl.	
Håvard Lund	slegge	5 pl.	
Håvard Lund	kule	6 pl.	
Håvard Lund	diskos	7 pl.	
Håvard Lund	lengde u/t	7 pl.	
Håvard Lund	høyde u/t	4 pl.	

KM MEDALJER FOR AURSKOG HØLAND FRIIDRETTSLAG 1987

Gull	Sen.	Jan Tore Anthonisen	Lengde	6.08 m
Gull	Sen	Jan Tore Anthonisen	Høyde	1.95 m
Gull	Sen	Jan Tore Anthonisen	Høyde u/t	1.56 m
Gull	Sen	Jan Tore Anthonisen	Lengde u/t	3.07 m
Gull	Sen	Turid Sundsrød	3000 m	10.57.0 min
Gull	Sen	Turid Sundsrød	Tr.1sp	
Gull	Jr	Jan Ake Jørgensen	800 m	1.59.1 min
Gull	18 år	Karl Johan Haarberg	100 m	12.1 sek
Gull	17 år	Martin Gray	Tr.1sp	
Gull	17 år	Martin Gray	3000 m	9.27.7 min
Gull	16 år	Jan Ake Jørgensen	Tr.1sp	
Gull	16 år	Jan Ake Jørgensen	800 m	1.58.2 min
Gull	16 år	Jan Ake Jørgensen	1500 m	4.18.4 min
Gull	16 år	Jan Ake Jørgensen	Spyd	38.80 m
Gull	16 år	Eirik Roelse	Høyde	1.75 m
Gull	16 år	Camilla Lunder	200 m	28.4 sek
Gull	15 år	Vegard Lunder	100 m	13.0 sek
Gull	15 år	Vegard Lunder	200 m	26.4 sek
Gull	15 år	Mona Delingsby	Høyde	1.40 m
Gull	15 år	Jørn Kjærsvik	1500 m	4.44.0 min
Gull	14 år	Jon S. Utgårdsløkken	Høyde	1.60 m
Gull	14 år	Jon S. Utgårdsløkken	60 m	8.2 sek
Gull	14 år	Jon S. Utgårdsløkken	Lengde	5.34 m
Gull	13 år	Heidi Berger	800 m	2.26.2 min
Gull	13 år	Heidi Berger	Tr.1sp	
Gull	13 år	Irja Nordheim	Høyde	1.40 m
Gull	13 år	Irja Nordheim	4 kamp	3312 p.
Gull	12 år	Trine Syversen	100 m	13.8 sek
Gull	12 år	Trine Syversen	60 m	8.6 sek
Gull	12 år	Trine Syversen	Lengde	4.60 m
Gull	12 år	Trine Syversen	4 kamp	3452 p.
Gull	12 år	Erik Larsen	Liten ball	39.20 m
Gull	11 år	Ole Johan Aarnes	60 m hekk	12.1 sek
Gull	11 år	Ole Johan Aarnes	Kule	8.18 m
Gull	11 år	Ole Johan Aarnes	Høyde	1.35 m
Gull	11 år	Ole Johan Aarnes	Slengball	22.32 m
Gull	11 år	Ole Johan Aarnes	Lengde	4.35 m
Gull	11 år	Ole Johan Aarnes	4 kamp	3222 p.
Gull	11 år	Line M. Aarnes	Høyde	1.08 m
Gull	11 år	Line M. Aarnes	Slengball	14.94 m
Gull	11 år	Vegard Ulland	Liten ball	44.80 m
Sølv	Sen	Ronny Nordli	800 m	1.54.9 min
Sølv	Jr	Mona Øyrsveen	1500 m	5.04.6 min
Sølv	17 år	Martin Gray	800 m	2.04.4 min
Sølv	17 år	Nils Håvard Mørli	Tr.1sp	
Sølv	16 år	Jan Ake Jørgensen	Lengde	5.68 m
Sølv	16 år	Jan Ake Jørgensen	200 m	24.2 sek
Sølv	16 år	Jan Ake Jørgensen	100 m	12.1 sek
Sølv	16 år	Jan Ake Jørgensen	Høyde	1.75 m
Sølv	16 år	Camilla Lunder	100 m	13.7 sek

Selv	15 år	Mona Delingsby	800 m	2.33.9 min
Selv	15 år	Mona Delingsby	Lengde	4.00 m
Selv	15 år	Mona Delingsby	1500 m	5.28.3 min
Selv	15 år	Mona Delingsby	Tr.1sp	
Selv	15 år	Mona Delingsby	4 kamp	2574 p.
Selv	15 år	Håkon Kongtorp	1500 m	4.44.5 min
Selv	15 år	Trine Hellbostad	100 m	14.0 sek
Selv	14 år	Jon S. Utgårdsløkken	100 m	13.1 sek
Selv	14 år	Jon S. Utgårdsløkken	Tresteg	11.48 m
Selv	13 år	Heidi Berger	Høyde	1.24 m
Selv	13 år	Heidi Berger	4 kamp	3070 p.
Selv	13 år	Irja Nordheim	60 m hekk	11.7 sek
Selv	13 år	Irja Nordheim	100 m	13.8 sek
Selv	13 år	Anne M. Mørli	800 m	2.37.8 min
Selv	12 år	Rita Nilsen	Kule	9.24 m
Selv	12 år	Rita Nilsen	60 m	8.7 sek
Selv	12 år	Rita Nilsen	4 kamp	3148 p.
Selv	12 år	Dag Ringsbu	60 m	9.3 sek
Selv	12 år	Trine Syversen	Liten ball	39.72 m
Selv	12 år	Thomas Peel	Lengde	4.06 m
Selv	11 år	Ole Johan Aarnes	100 m	14.7 sek
Selv	11 år	Ole Johan Aarnes	60 m	9.2 sek
Selv	11 år	Vegard Ulland	Lengde	4.00 m
Selv	11 år	Stig H. Basnes	Liten ball	39.78 m
Selv	11 år	Line M Aarnes	Kule	5.46 m
Selv	11 år	Line M Aarnes	Lengde	3.80 m
Selv	11 år	Line M Aarnes	4 kamp	2543 p.
Selv	11 år	Trine Heggedal	Liten ball	26.42 m
Bronse	Sen	Carl Fredrik Havnås	1500 m	3.59.9 min
Bronse	Jr	Nils Håvard Mørli	1500 m	4.40.2 min
Bronse	Jr	Mona Delingsby	3000 m	11.58.5 min
Bronse	Jr	Camilla Lunder	100 m	14.0 sek
Bronse	Jr	Camilla Lunder	200 m	28.6 sek
Bronse	17 år	Nils Håvard Mørli	800 m	2.06.3 min
Bronse	17 år	Nils Håvard Mørli	400 m	57.3 sek
Bronse	15 år	Trine Hellbostad	200 m	29.6 sek
Bronse	13 år	Heidi Berger	60 m	8.8 sek
Bronse	13 år	Heidi Berger	Lengde	4.10 m
Bronse	12 år	Rita Nilsen	100 m	14.3 sek
Bronse	12 år	Rita Nilsen	Lengde	4.02 m
Bronse	12 år	Malin Delingsby	Tr.1sp	
Bronse	12 år	Thomas Peel	Tr.1sp	
Bronse	12 år	Thomas Peel	Liten ball	35.82 m
Bronse	12 år	Erik Larsen	60 m	9.4 sek
Bronse	12 år	Erik Larsen	Lengde	3.87 m
Bronse	11 år	Line M Aarnes	800 m	3.32.2 min
Bronse	11 år	Line M Aarnes	100 m	16.3 sek
Bronse	11 år	Line M Aarnes	60 m	9.3 sek
Bronse	11 år	André Glåmen	60 m	9.3 sek
Bronse	11 år	André Glåmen	Lengde	3.92 m

V E T E R A N E R

Gull	60-64	Håvard Lund	Lengde	4.09 m
Gull	60-64	Håvard Lund	Kule 4 kg	11.78 m
Gull	60-64	Håvard Lund	400 m hekk	85.8 sek
Gull	60-64	Håvard Lund	Stav	1.80 m
Gull	60-64	Håvard Lund	Lengde u/t	2.36 m
Gull	60-64	Håvard Lund	Høyde u/t	1.16 m
Gull	35-39	Jan Tore Anthonisen	100 m	11.8 sek
Gull	35-39	Jan Tore Anthonisen	Lengde	6.47 m
Gull	35-39	Jan Tore Anthonisen	Kule 7.25 kg	10.56 m
Gull	35-39	Jan Tore Anthonisen	Lengde u/t	3.07 m
Gull	35-39	Jan Tore Anthonisen	Høyde u/t	1.56 m
Selv	60-64	Håvard Lund	100 m	15.2 sek
Selv	45-49	Jarle Elvemo	Lengde	4.40 m
Selv	40-44	Finn Velde	Lengde u/t	2.74 m
Bronse	45-49	Jarle Elvemo	800 m	2.43.0 min
Bronse	45-49	Odd T. Bjerkheim	5000 m	17.33.9 min



26.

NORGES FRIMØDREFTSFORBUNDS LAGSERIER FOR MENN

Rapport pr.

Fra: Aurskog-Høland FIL ✓ Carl Fredrik Havnås

Adr.: 1940 Bjørkelangen

1. div.

2. div.

3. div.

4. div.

(Stryk det som ikke passer)

1.div.: 18 obligatoriske + 12 valgfrie (min. 4 i tekn. øvelser). Maks 5 res. pr. aktiv.

2.div.: 15 obligatoriske + 10 valgfrie (min. 3 i tekn. øvelser). Maks 5 res. pr. aktiv

3.div.: 12 obligatoriske + 8 valgfrie (min. 2 i tekn. øvelser). Maks 5 res. pr. aktiv

4div: " " " " " "

OBLIGATORISKE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
100 m	Karl Johan Haarberg	11.8	622	Stovner	4/7
200 m	Jan Åke Jørgensen	24.0	644	Stovner	1/6
400 m	Jan Åke Jørgensen	51.7	732	Bislett	9/7
800 m	Carl Fredrik Havnås	1.54.7	844	Nadderud	3/7
1500 m	Ronny Nordli	3.55.7	853	Bislett	11/8
5000 m	Odd T. Bjerkerheim	17.33.9	550	Sørrum	25/6
10.000 m	Odd T. Bjerkerheim	37.06.5	554	Jessheim	30/9
110 m hekk					
400 m hekk	Martin Gray	63.8	604	Bislett	30/9
3000 m hinder	Vidar Myrvold	10.46.0	614	Jessheim	20/8
Høyde	Jan Tore Anthonisen	1.95	813	Bjørkelangen	30/8
Lengde	Jan Tore Anthonisen	6.58	732	Årnes	1/7
Tresteg					
Stav					
Kule	Jan Tore Anthonisen	10.56	501	Sørrum	25/6
Diskos					
Spyd					
Slegge					
		Sum			

VALGFRIE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
1. 800 m.	Ronny Nordli	1.54.9	840	Jessheim	31/7
2. 1500 m.	Carl Fredrik Havnås	3.57.7	837	Bislett	11/8
3. 800 m.	Jan Åke Jørgensen	1.55.4	831	Bjørkelangen	30/8
4. Høyde	Ole Martin Røsholm	1.95	813	Moss	19/7
5. 1500 m.	Jan Åke Jørgensen	4.00.5	812	Vesterås	22/6
6. 1500 m.	Odd Bjarkum	4.05.2	774	Søgne	19/6
7. 800 m.	Odd Bjarkum	1.59.2	762	Stovner	13/8
8. Høyde	Jan Åke Jørgensen	1.75	634	Bjørkelangen	30/8
9.					
10.					
11.					
12.					
		Sum			

Total sum poeng

NORGES FRIDRETTSFORBUNDS LAGSERIER FOR KVINNER

Rapport pr.



Fra: Aurskog-Høland FIL V/ Carl Fredrik Haynås

1. div.

2. div.

3. div.

(Stryk det som ikke passer)

Adr.: 1940....Bjørkelangen.....

1. div.: 13 (av 14) obligatoriske øvelser + 12 valgfrie(min. 3 i tekn. øvelser) Maks 5 res. pr. aktiv

2. div.: 10 obligatoriske + 10 valgfrie (min. 2 i tekn. øvelser). Maks 5 res. pr. aktiv

3. div.: 8 obligatoriske + 7 valgfrie (min. 1 i tekn. øvelser) Max 5 res. pr. aktiv

4. div.: " " " "

OBLIGATORISKE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
100 m					
200 m	Stine Røisheim	27.8	626	Bislett	5/6
400 m					
800 m	Heidi Berger	2.23.00	753	Lillehammer	28/6
1500 m	Mona Øversveen	5.04.6	660	Jessheim	1/8
3000 m					
5000 m					
100 m hekk	Kristin Lunner	15.00	748	Nesbyen	14/8
400 m hekk					
Høyde	Kristin Lunner	1.70	935		
Lengde	Kristin Lunner	5.31	750	Nadderud	7/9
Kule	Kristin Lunner	11.59	693	Stovner	25/5
Diskos					
Spyd	Kristin Lunner	40.04	767	Lamberseter	23/7

Sum

5932

VALGFRIE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
1. Høyde	Irja Nordheim	1.53	759	Kongsberg	6/9
2. 800 m.	Mona Øversveen	2.23.1	752	Bjørkelangen	30/8
3. 800 m.	Mona Delingsby	2.29.0	683	Raufoss	22/8
4. Høyde	Mona Delingsby	1.45	670	Bjørkelangen	30/8
5. 3000 m.	Turid Sundsrød	10.57.0	646	Jessheim	15/7
6. 400 m.	Mona Delingsby	66.1	605	Romedal	13/9
7. 100 m.	Camilla Lunder	13.5	585	Bjørkelangen	30/8
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					

Sum

4700

Total sum poeng

10632

28.



Norges Fri-idrettsforbunds lagserier for veteraner kvinner/menn

HOVEDSERIEN, MENN

1987.: (år)

Fra ... Aurskog-Høland Friidrettslag

Adr. ... Postboks 56, 1960 Løken i Høland Tlf. 06 851233

Menn:

1. divisjon	20 res.	4 løp I	4 løp II	4 hopp	4 kast	4 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse
2. divisjon	15 res.	3 løp I	3 løp II	3 hopp	3 kast	3 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse
Øvrige	10 res.	2 løp I	2 løp II	2 hopp	2 kast	2 valgfri	Max 2 resultater pr. øvelse

Kvinner:

1. divisjon	15 res.	3 løp I	3 løp II	3 hopp	3 kast	3 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse
Øvrige	10 res.	2 løp I	2 løp II	2 hopp	2 kast	2 valgfri	Max 2 resultater pr. øvelse

Kun ett resultat pr. øvelse av samme utøver.

1. divisjon
 2. divisjon
 3. divisjon
 4. divisjon
 5. divisjon
- (Stryk det som ikke passer)

DIV.	Deltakere	Klasse	F.År	Sted/Bane	Dato	Øvelse	Resultat
LØP I	Håvard Lund	60	24	Jessheim	23/9	110M hekk	19,2
LØP I	Håvard Lund	60	24	Jessheim	23/9	200M hekk	38,1
LØP I	Per B. Jacobsen	40	45	Bjørkelangen	30/8	800M	2.10,2
LØP I	Arve Høgne	40	43	Bjørkelangen	30/8	800M	2.10,6
LØP II	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Sørum	25/6	5000M	17.33,1
LØP II	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Jessheim	30/9	10000M	37.07,1
LØP II	Sven Olberg	45	42	Jessheim	10/6	1500M	4.43,0
LØP II	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Jessheim	19/8	3000M H	11.12,5
HØYDE	Jan Tore Anthonisen	35	49	Jessheim	31/7	Høyde	1,95
HØYDE	Håvard Lund	60	24	Bislett	5/9	Høyde	1,43
HØYDE	Håvard Lund	60	24	Bjørkelangen	24/2	Lengdeu/t	2,49
HØYDE	Håvard Lund	60	24	Tjølling	28/2	Høyde u/t	1,18
KAST	Håvard Lund	60	24	Sandvika	20/6	Spyd 600	42,56
KAST	Håvard Lund	60	24	Sandvika	9/5	Kule 4kg	12,56
KAST	Håvard Lund	60	24	Sandvika	19/9	Diskos 1kg	38,72
KAST	Håvard Lund	60	24	Fetsund	18/6	Slegge 6kg	26,96
VALGFR.	Jan Tore Anthonisen	35	49	Årnes	27/2	Høyde u/t	1,56
VALGFR.	Jan Tore Anthonisen	35	49	Årnes	1/7	Lengde	6,58
VALGFR.	Arve Høgne	40	43	Jessheim	10/6	1500 M	4.32,6
VALGFR.	Odd Tore Bjerkheim	45	38	Jessheim	10/6	1500 M	4.45,9

Antall deltagere	6	Antall noteringer	20	Samlet poengsum	18719
------------------	---	-------------------	----	-----------------	-------

Resultatene er oppnådd på approberte stevner. Redskapene som er brukt er i samsvar med konkuransereglene. Husk å oppgi vekt på kastredskap og hekkhøyder. Resultater som er oppnådd i øvelser som ikke kan godkjennes på grunn av medvind er ikke medtatt. Samtlige deltagere på vårt lag er startberettigede medlemmer. Nyinnmeldte medlemmer fra andre lag som er oppført har fått starttiltakelse fra forbundet. Skjema må fylles ut i samsvar med statuttene (se Oppslagsboken).

Dato ... 16.. oktober..1987.

Kryss av: Kopi sendt friidrettskretsen.

Formann/oppmann



Norges Fri-idrettsforbunds lagserier for veteraner kvinner/menn

Østland Nord 2. divisjon,..... 1987 (år)

Fra Aurskog-Høland Friidrettslag

Adr. Postboks 56, 1960 LØKEN I HØLAND

Tlf. 06 851233

Menn:

1. divisjon	20 res.	4 løp I	4 løp II	4 hopp	4 kast	4 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse
2. divisjon	15 res.	3 løp I	3 løp II	3 hopp	3 kast	3 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse
Øvrige	10 res.	2 løp I	2 løp II	2 hopp	2 kast	2 valgfri	Max 2 resultater pr. øvelse

Kvinner:

1. divisjon	15 res.	3 løp I	3 løp II	3 hopp	3 kast	3 valgfri	Max 3 resultater pr. øvelse
Øvrige	10 res.	2 løp I	2 løp II	2 hopp	2 kast	2 valgfri	Max 2 resultater pr. øvelse

Kun ett resultat pr. øvelse av samme utøver.

- 1. divisjon
- 2. divisjon
- 3. divisjon
- 4. divisjon
- 5. divisjon
- (Stryk det som ikke passer)

Div.	Deltakere	Klasse	F.år	Sted/Bane	Dato	Øvelse	Resultat	Poeng
LØP I	Richard Peel	40	44	Bjørkelangen	30/8	800M	2.11,8	824
	Jan A. Ydersbond	35	48	— " —	30/8	800M	2.06,5	810

LØP II	Egil Soot	45	39	Jessheim	10/6	1500M	4.57,5	164
	Finn Lie	40	47	Jessheim	10/6	1500M	4.43,3	773

HOPP	Finn Velde	40	45	Årnes	27/2	Høyde ut	1,36	776
	Jarle Elvemo	45	39	Årnes	26/8	Tresteg	10,10	715

KAST	Jarle Elvemo	45	39	Sørum	25/6	Kule	7,66	466
	Jarle Elvemo	45	39	Årnes	26/8	Diskos	20,96	333

VALGFR	Finn Velde	40	45	Årnes	27/2	Lengde ut	2,76	688
	Vidar Myrvold	35	49	Jessheim	10/6	3000M H	10.46,2	735

Antall deltakere	7	Antall noteringer	10	Samlet poengsum	6884
------------------	---	-------------------	----	-----------------	------

Resultatene er oppnådd på approberte stevner. Redskapene som er brukt er i samsvar med konkurransereglene. Husk å oppgi vekt på kastredskap og hekkhøyder. Resultater som er oppnådd i øvelser som ikke kan godkjennes på grunn av medvind er ikke medtatt. Samtlige deltakere på vårt lag er startberettigede medlemmer. Nyinnmeldte medlemmer fra andre lag som er oppført har fått starttillatelse fra forbundet. Skjema må fylles ut i samsvar med statuttene (se Oppslagsboken).

Dato: 16. oktober 1987.

Karard. Sund

Formann/oppmann

Kryss av: Koni sendt friidrettskretsmeddelen

STAFETTRESULTATER 1987 - GUTTER

KLØFTASTAFETTEN 5.april (blandet jenter og gutter)

Nr. 1 - tid 8,24 (Ny rekord)

Jon Sigurd Utgårdsløkken - Jørn Kjørsvik - Andre Glåmen
Ole Johan Aarnes. (Pluss 4 jenter, se
stafettresultater jenter)

Nr. 7 - tid 8,49.

Dag Ringsbu - Håkon Kongtorp - Karl Olaf Høntorp -
Thomas Peel. (Pluss 4 jenter.)

Nr. 15 - tid 9,36.

Terje Lie - Thomas Engen - Morten Clausen.
(Pluss 5 jenter.)

Nr. 18 - tid 9,43.

Marius Nilsen - Andreas Lunder - Bjørn Olsen - Kai
Vidar Olufsen. (Pluss 4 jenter.)

HØLANDSSTAFETTEN 8. april.

Nr. 5 - tid 10,26.

Thomas Peel - Dag Ringsbu - Jon S. Utgårdsløkken -
Marius Nilsen - Karl Olaf Høntorp - Ole J. Aarnes.

Nr. 8 - tid 11,38.

Terje Lie - Andre Glåmen - Thomas Engen - Kai Vidar
Olufsen - Geir Pedersen - Morten Clausen.

STRØMMENSTAFETTEN 26.april.

Nr. 4 - tid 4.28,1

Martin Grey - Hogne Røysheim - Jørn Kjørsvik - Jon S.
Utgårdsløkken - Vegard Lunder - Karl Johan Haarberg -
Dag Ringsbu.

Nr. 8 - tid 4.44,5

Nils Håvard Mærlie - Geir Pedersen - Roger Melby - Karl
Olaf Høntorp - Håkon Kongtorp - Fredrik Solberg -
Thomas Peel.

BRUVOLLENSTAFETTEN 1. mai.

Nr. 5 - tid 5,51.

Håkon Kongtorp - Ole Johan Aarnes - Vegard Lunder -
Jon S. Utgårdsløkken - Karl O. Høntorp - Thomas Peel.

Nr. 6 - tid 5,58.

Jørn Kjørsvik - Dag Ringsbu - Atle Veiby - Geir
Pedersen - Jarle Nodli - Terje Lie.

LUNNERSTAFETTEN 3. mai.

Nr. 1 - tid 11.12

Geir Pedersen - Håkon Kongtorp - Thomas Peel - Jan Ake
Jørgensen - Karl Olaf Høntorp - Ole Johan Aarnes.

SLOTTSTAFETTEN 24. mai.

Nr. 13 - tid 29.37,8

Thomas Peel - Vegard Lunder - Fredrik Solberg - Nils H.
Mærlie - Jan Ake Jørgensen - Dag Ringsbu - Lars Breiby -
Jon S. Utgårdsløkken - Martin Grey - Karl J. Haarberg -
Håkon Kongtorp - Hogne Røysheim - Karl Olaf Høntorp -
Jørn Kjørsvik - Ole Johan Aarnes.

STAFETTRESULTATER - JENTER

Vi har i år deltatt i 6 stafetter. Resultatene er meget bra med 1. plass i Hølandstafetten, Bruvollenstafetten og i Kløftastafetten som er en blandet jente-/guttestafett. Vi har ellers 2.plass i Strømmenstafetten, 3.plass i Lunnerstafetten og 22.plass i Slottsstafetten der vi manglet noen av de beste jentene våre.

Ellers er det gledelig at vi har klart å stille 2 lag i de fleste stafettene.

Hølandstafetten

1. lag ble nr.1 med tiden 10.38.
2. lag ble nr.4 med tiden 11.16

Lagene bestod av:

Kristin Pedersen, Vivi Lier, Irja Norheim, Rita Nilsen, Heidi Berger, Trine Syvertsen, Malin Delingsby, Kjersti Olberg, Anne M. Mærli, Elin Taraldrud, Tove Gløtta og Line M. Aarnes.

Strømmenstafetten

1. lag ble nr.2 med tiden 3.39,4.
2. lag ble nr.8 med tiden 3.57,4.

Lagene bestod av:

Marlen Eng, Rita Nilsen, Camilla Lunder, Irja Norheim, Henriette Høntorp, Stine Røisheim, Trine Syvertsen, Trine Helbostad, Kjersti Olberg, Vivi Lier, Anne M. Mærli, Kristin Paulsen, Mona Delingsby og Malin Delingsby.

Lunnerstafetten

1. lag ble nr.3 med tiden 12.31.
2. lag ble nr.6 med tiden 12.38.

Lagene bestod av:

Anne M. Mærli, Heidi Berger, Trine Syvertsen, Mona Delingsby, Irja Norheim, May T. Kilde, Vivi Lier, Torunn Saursaunet, Rita Nilsen, Kristin Gløtta, Tove Gløtta og Anne B. Linnerud.

Slottsstafetten

Laget ble nr.22 med tiden 33.46.

Laget bestod av:

Malin Delingsby, Trine Helbostad, Mariann Stenby, Camilla Lunder, Tove Gløtta, Rita Nilsen, Anne M. Mærli, Vivi Lier, Kristin Gløtta, Stine Røisheim, Mona Delingsby, Trine Syvertsen, Irja Norheim, Henriette Høntorp, og Line M. Aarnes.

Bruvollenstafetten

1. lag ble nr.1 med tiden 6.10.
2. lag ble nr.4 med tiden 6.30.

Lagene bestod av:

Mona Delingsby, Malin Delingsby, Henriette Høntorp, Heidi Berger,
Irja Norheim, Trine Syvertsen, Torunn Saursaunet, Tone Welde,
Trine Helbostad, Tove Gløtta, Kjersti Olberg og Rita Nilsen.

Kløftastafetten

Her er det kombinerte jente- og guttelag der det må være minst 4 jenter på laget.

1. lag ble nr.1 med tiden 8.24 (ny rekord for stafetten!).

2. lag ble nr.7 med tiden 8.49.

3. lag ble nr.15 med tiden 9.36.

4. lag ble nr.18 med tiden 9.43.

Lagene bestod av følgende jenter:

Trine Syvertsen, Line Aarnes, Heidi Berger, Irja Norheim, Anne M.Mærli, May T.Kilde, Rita Nilsen, Malin Delingsby, Kristin Pedersen, Torunn Saursaunet, Vivi Lier, Silje Årfoss, Anne B.Linnerud, Anne K.Taraldrud, Camilla Lunder, Trine Syvertsen og Kjersti Olberg.

STAFETTRESULTATER - DAMER

Hølandstafetten

Laget ble nr.2 i seniorklassen.

Laget bestod av:

Hanne Kolstad, Mona Øversveen, Turid Sundsrød, Mona Delingsby, Torunn K. Smedtorp, Kristine Ødegaard, Stine Røisheim, Camilla Lunder.

Fjellhammerstafetten

Laget ble nr.13 i seniorklassen.

Laget bestod av:

Turid Sundsrød, Kristin Lunner, Mona Øversveen, Siri Paulsen, Mariann Stenby, Mona Delingsby, Hanne Kolstad, Stine Røisheim.

Bølerstafetten

Laget ble nr.4 i juniorklassen.

Laget bestod av:

Hanne Kolstad, Stine Røisheim, Mona Øversveen, Camilla Lunder, Mariann Stenby.

Lunnerstafetten

Her stilte AHF med 2 lag.

1. lag ble nr.1 med tiden 11.17. Ny løyperekord!
2. lag ble nr.5.

1. laget bestod av:

Kristin Lunner, Mona Øversveen, Camilla Lunder, Turid Sundsrød, Hanne Kolstad, Stine Røisheim.

2. laget bestod av:

Mariann Stenby, Siri Paulsen, Kristin Paulsen, Linda Bergersen, Trine Helbostad, Marlen Eng.

Holmenkollstafetten

Laget ble nr.17 i klasse damer elite med tiden 63.02.

Laget bestod av:

Mariann Stenby, Mona Øversveen, Kristin Lunner, Linda Bergersen, Siri Paulsen, Kristine Ødegaard, Torun K. Smedtorp, Camilla Lunder, Turid Sundsrød, Hanne Kolstad, Henriette Høntorp, Kristin Gløtta, Torunn Saursaunet, Mona Delingsby, Stine Røisheim.

STAFETTRESULTATER - MENN SENIOR/JUNIOR**Hølandstafetten**

1. laget ble nr.1 i seniorklassen.

2. laget ble nr.7 i seniorklassen.

1. laget bestod av:

Carl Fr. Havnaas, Martin Gray, Ronni Nordli, Nils H.Mærli, Frode Borgersrud, Odd Bjarkum, Karl J.Haarberg, Jan Åke Jørgensen.

2. laget bestod av:

Fredrik Solberg, Julian Jonassen, Erlend Råheim, Teje Halvorsen, Håkon Kongtorp, Roger Solberg, Vegard Lunder, Kai Tore Ness.

Fjellhammerstafetten

Laget vant klasse 3. på tiden 24.38.

Laget bestod av:

Carl Fr. Havnaas, Nils H.Mærli, Ronni Nordli, Odd Bjarkum, Frode Borgersrud, Erlend Råheim, Jan Åke Jørgensen, Karl J.Haarberg.

Kleftastafetten

Laget ble nr.4 i klasse A.

Laget bestod av:

Nils H.Mærli, Vegard Lunder, Ronni Nordli, Fredrik Solberg, Ole M.Røsholm, Odd Bjarkum, Knut Ø.Alfarrustad, Carl Fr.Havnaas.

Lunnerstafetten

Laget fikk 3.plass i klasse A.

Laget bestod av:

Martin Gray, Fredrik Solberg, Karl J.Haarberg, Odd Bjarkum, Nils H.Mærli, Finn Lie, Carl Fr.Havnaas, Vegard Lunder.

Holmenkollstafetten

Laget ble nr.47 i klasse menn 2 med tiden 52.53.

Laget bestod av:

Jan Åke Jørgensen, Martin Gray, Terje Halvorsen, Odd Bjarkum, Knut Ø.Alfarrustad, Carl Fr.Havnaas, Frode Borgersrud, Håkon Kongtorp, Ronni Nordli, Nils H.Mærli, Vegard Lunder, Erlend Råheim, T.P. Solberg, Fredrik Solberg, Karl J.Haarberg.

KM_junior_1000m_banestafett

3.plass med følgende lag:

Vegard Lunder, Nils H.Mærli, Martin Gray, Jan Åke Jørgensen.

VETERANLAGET har deltatt i følgende stafetter:

I Hølandstafetten den 8/4 ble laget nr 2 på tiden 24.41.
(Widar Hellerud, Pér b. Jacobsen, Richard Peel, Kåre Lien,
Arve Høgne, Finn Lie, Kjell Nilsen, Ole Andresen)

I Bruvoll-stafetten den 1/5 ble laget nr 2 på tiden 18.55.3.
(Widar Hellerud, Per B. Jacobsen, Ole Andresen, Vidar Myhrvold,
Kåre Lien, Finn Lie, Kjell Nilsen),

I Holmenkollstafetten den 10/5 ble laget nr. 29 på tiden 55.59.
(Arve Høgne, Per B. Jacobsen, Roar Lunder, Widar Hellerud
Odd Tore Bjerkheim, Vidar Myhrvold, Finn Lie, Kåre Lien
Richard Peel, Ole Andresen, Jan T Anthonisen, Sven Olberg,
Julian Jonassen, Stein Lier, Kjell Nilsen)

A R S B E S T E S T A T I S T I K K

*

MENN/KVINNER

*

GUTTER OG JENTER

*

FOR SESONGEN 1987

" Statistikk utvalget er klar over
at feil kan forekomme, vi ber
om forståelse for dette."

AURSKOG HØLAND FRIIDRETTSLAG

Ragnhild Sundsrød 1941

60 m	10.5 sek	Kil	15/7
------	----------	-----	------

Vigdis Lier 1952

60 m	10.6 sek	Kil	15/7
------	----------	-----	------

Turid Sundsrød 1964

60 m	9.4 sek	Kil	15/7
200 m	31.3 sek	Kil	15/7
3000 m	10.57.0 min	Jessheim	31/7

Kristin Lunner 1965

100 m/h	15.0 sek	Nesbyen	14/8
200 m	27.72 sek	Byrkjelo	1/8
800 m	2.21.98 min	Byrkjelo	2/8
Høyde	1.70 m	Portogal	???
Lengde	5.49 m	Nadderud	7/9
Kule	11.59 m	Stovner	25/5
Spyd	40.04 m	Lambertseter	23/7
7 kamp (15.07, 1.64, 11.22, 27.72, 5.49, 38.54, 2.21.98)		Byrkjelo	2/8
	5024 p		

Kjersti Larssen 1966

60 m	8.4 sek	Arnes	12/8
100 m	13.8 sek	Arnes	25/5
200 m	29.5 sek	Arnes	12/8
400 m	76.4 sek	Arnes	25/5

Mona Øversveen 1967

800 m	2.23.05 min	Bjerkelangen	30/8
1500 m	5.04.6 min	Jessheim	1/8

Mariann Stenby 1969

60 m	9.3 sek	Kil	15/7
200 m	30.9 sek	Kil	15/7

Camilla Lunder 1971

60 m	8.5 sek	Kil	15/7
100 m	13.5 sek	Bislett	5/6
200 m	28.4 sek	Jessheim	15/8
Kule	5.35 m	Kil	15/7

Stine Reisheim 1971

60 m	8.6 sek	Kil	15/7
200 m	27.8 sek	Bislett	19/5
Kule	6.24 m	Kil	15/7

ARSBESTE STATISTIKK FOR 1987

Kristin Paulsen 1971

100 m 14.4 sek Bislett 3/6

Henriette Høntorp 1971

100 m 14.3 sek Bislett 3/6

Mona Delingsby 1972

100 m	14.4 sek	Bjerkelangen	12/9
200 m	29.8 sek	Jessheim	15/8
400 m	66.1 sek	Romedal	13/9
800 m	2.29.02 min	Raufoss	22/8
1500 m	5.25.1 min	Stovner	5/7
3000 m	11.58.5 min	Jessheim	31/7
Høyde	1.45 m	Bjerkelangen	12/9
Lengde	4.00 m	Jessheim	31/7
Kule	6.20 m	Haga	8/8
4 kamp (14.8, 4.00, 6.20, 2.38.3)	2574 p	Haga	8/8

Trine Hellbostad 1972

100 m 14.3 sek Bislett 3/6

Siw Elin Nass 1972

200 m 32.2 sek Kil 15/7

Vivi Lier 1974

100 m	15.3 sek	Bjerkelangen	30/8
Kule 3 kg.	5.09 m	Haga	3/9

Nina Veiby 1974

100 m 15.4 sek Bjerkelangen 30/8

Anne K. Taralrud 1974

800 m 3.08.3 min Strømmen 13/6

Heidi Berger 1974

60 m	8.8 sek	Bjerkelangen	30/8
100 m	14.0 sek	Jessheim	15/8
200 m	29.2	Kil	15/7
800 m	2.23.02 min	Lillehammer	28/6
Lengde	4.10 m	Bjerkelangen	30/8
Høyde	1.23 m	Jessheim	15/8
Kule	5.85 m	Haga	8/8
4 kamp (9.1, 3.95, 5.65, 2.30.0)	3070 p.	Haga	8/8

AURSKOG HØLAND FRIIDRETTSLAG

Irja Nordheim 1974

60 m	8.69 sek	Raufoss	22/8
80 m	11.9 sek	Arvika	18/7
100 m	13.8 sek	Bjørkelangen	30/8
200 m	30.3 sek	Kil	15/7
800 m	2.40.6 min	Haga	8/8
60 m/h	11.7 sek	Jessheim	15/8
Lengde	4.72 m	Raufoss	22/8
Høyde	1.53 m	Kongsberg	6/9
Kule	6.78 m	Haga	8/8
4 kamp (8.7, 4.58, 6.78, 2.40.6)	3312 p.	Haga	8/8

Anne Mertete Mærlie 1974

60 m	9.4 sek	Bjørkelangen	12/9
100 m	14.9 sek	Bjørkelangen	30/8
200 m	33.3 sek	Kil	15/7
800 m	2.37.8 min	Jessheim	15/8
Lengde	3.75 m	Bjørkelangen	12/9
Høyde	1.15 m	Kil	15/7
Kule	6.95 m (innd)	Strømmen	25/1
4 kamp (9.5, 3.60, 6.22, 2.32.3)	2723 p.	Haga	8/8

Trine Syversen 1975

60 m	8.5 sek	Haga	8/8
100 m	13.6 sek	Bjørkelangen	30/8
200 m	29.4 sek	Kil	15/7
800 m	2.55.7 min	Haga	8/8
Lengde	4.61 m	Romedal	13/9
Kule	9.27 m	Kil	15/7
Liten Ball	39.72 m	Bjørkelangen	12/9
4 kamp (8.5, 4.35, 8.38, 2.55.3)	3452 p.	Haga	8/8

Rita Nilsen 1975

60 m	8.7 sek	Stovner	4/7
100 m	13.9 sek	Bjørkelangen	30/8
200 m	30.5 sek	Kil	15/7
800 m	3.08.5 min	Haga	8/8
Lengde	4.02 m	Bjørkelangen	12/9
Kule 2 kg	9.63 m	Raufoss	23/8
4 kamp (8.9, 3.81, 9.05, 3.08.5)	2927 p.	Haga	8/8

Malin Delingsby 1975

60 m	9.6 sek	Bjørkelangen	12/9
100 m	15.2 sek	Jessheim	15/8
800 m	2.47.9 min	Jessheim	15/8
Lengde	4.04 m (innd)	Strømmen	25/1
Kule 2 kg	6.71 m	Haga	3/9
4 kamp (9.6, 3.68, 6.75, 3.01.9)	2833 p.	Haga	8/8

ARSBESTE STATISTIKK FOR 1987

Kristin Pedersen 1975

60 m	9.6 sek	Bjørkelangen	12/9
1500 m	6.03.2 min	Haga	3/9
Lengde	3.71 m	Bjørkelangen	12/9
Kule	6.85 m	Haga	3/9

Trine Heggedal 1976

60 m	10.1 sek	Bjørkelangen	12/9
200 m	29.6 sek	Jessheim	15/8
Lengde	3.14 m	Bjørkelangen	12/9
Liten ball	26.42 m	Bjørkelangen	12/9

Line M. Aarnes 1976

60 m	9.3 sek	Bjørkelangen	12/9
100 m	16.3 sek	Jessheim	15/8
800 m	3.32.2 min	Jessheim	15/8
Lengde	3.90 m	Romedal	13/9
Hayde	1.08 m	Jessheim	15/8
Kule	5.61 m	Haga	3/9
4 kamp (9.9, 3.61, 5.23, 3.41.7) 2543 p.		Haga	8/8

Marit Kongtorp 1980

60 m	12.4 sek	Kil	15/7
200 m	44.0 sek	Kil	15/7

Ragnhild Nilsen 1981

60 m	11.9 sek	Kil	15/7
------	----------	-----	------

Tanja Nordengen 1981

60 m	13.1 sek	Kil	15/7
200 m	44.7 sek	Kil	15/7

Maren Lier 1984

AURSKOG HØLAND FRI IDRETTSLAG

Håvard Lund 1924

60 m	9.2 sek	Arnes	26/8
100 m	14.9 sek	Bislett	5/9
200 m	31.6 sek	Trondheim	27/6
400 m	74.8 sek	Bislett	5/9
1500 m	7.15.5 min	Bislett	6/9
100 m hekk 84	19.2 sek	Jessheim	23/9
110 m hekk 84	21.8 sek	Bislett	6/9
200 m hekk 76,2	38.1 sek	Jessheim	23/9
400 m hekk 76,2	82.72 sek	Alesund	9/8
Høyde	1.43 m	Bislett	5/9
Lengde	4.09 m	Sørums	25/6
Tresteg	8.15 m	Arnes	26/8
Stav	1.90 m	Alesund	7/8
Kule 4 kg	12.56 m	Sandvika	9/5
Kule 5 kg	10.31 m	Sandvika	9/5
Spyd 600 gr.	42.56 m	Sandvika	20/6
Spyd 800 gr.	37.40 m	Sandvika	4/7
Diskos 1 kg.	38.78 m	Sandvika	19/9
Slegge 5 kg	27.90 m	Sandvika	4/7
Slegge 6 kg	26.96 m	Fet	18/6
Høyde u/t	1.18 m	Tjølling	28/2
Lengde u/t	2.49 m	Bjerkelangen	24/2
5 kamp	2719 p.	Trondheim	28/6
(3.75, 40.52, 31.6, 34.18, 7.38.0)			
10 kamp	5615 p.	Bislett	6/9
(14.9, 3.86, 11.21, 1.43, 74.8, 21.8, 33.76, 1.80, 37.20, 7.15.5)			

Tønnes Skaug 1935

1500 m	5.17.7 min	Jessheim	10/6
3000 m	11.28.1 min	Jessheim	21/8

Sten Kongtorp 1938

1500 m	5.41.9 min	Jessheim	10/6
3000 m hinder	13.55.6 min	Jessheim	21/8

Odd Tore Bjerkheim 1938

1500 m	4.45.9 min	Jessheim	10/6
3000 m hinder	11.12.5 min	Jessheim	19/8
5000 m	17.33.1 min	Sørums	25/6
10000	37.07.7 min	Jessheim	30/9
Maraton	3.10.09 min	Oslo	12/9

Jarle Elvemo 1939

60 m	9.2 sek	Arnes	26/8
100 m	15.0 sek	Sørums	25/6
400 m	71.7 sek	Arnes	26/8
800 m	2.43.0 min	Sørums	25/6
Kule	7.66 m	Sørums	25/6
Diskos	20.96 m	Arnes	26/8
Lengde	4.40 m	Sørums	25/6
Tresteg	10.10 m	Arnes	26/8

Egil Soot 1939

1500 m	4.57.5 min	Jessheim	10/6
--------	------------	----------	------

Arve Høgne 1943

800 m	2.10.6 min	Bjørkelangen	30/8
1500 m	4.32.6	Jessheim	10/6

Sven Olberg 1942

1500 m	4.43.0 min	Jessheim	10/6
3000 m hinder	11.17.0 min	Jessheim	19/8

Richard Peel 1944

800 m	2.11.8 min	Bjørkelangen	30/8
Halvmaraton	1.15.06 timer	Skotterud	14/6

Finn Velde 1945

Lengde u/t	2.76 m	Arnes	27/2
Høyde u/t	1.36 m	Arnes	27/2

Per B. Jacobsen 1945

800 m	2.10.2 min	Bjørkelangen	30/8
-------	------------	--------------	------

Finn Lie 1947

1500 m	4.43.3 min	Jessheim	10/6
3000 m hinder	13.09.5 min	Jessheim	19/8
10000 m	42.44.5 min	Jessheim	30/9

Vidar Myrvold 1949

1500 m	4.34.3 min	Jessheim	10/6
3000 m hinder	10.46.2 min	Jessheim	19/8

Widar Hellerud 1949

800 m	2.17.0 min	Sørum
1500 m	4.44.2 min	Jessheim
3000 m	10.02.5 min	Sørum
1/2 maraton	1.18.57 timer	Saffle
1/1 maraton	2.47.22 timer	Berlin

Ole Andresen 1947

1500 m	4.51.7 min	Jessheim	10/6
--------	------------	----------	------

Jan Amund Ydersbond 1948

800 m	2.06.5 min	Bjerkelangen	30/8
-------	------------	--------------	------

Jan Tore Anthonisen 1949

100 m	11.8 sek	Sørum	25/6
Lengde	6.58 m	Arnes	1/7
Høyde	1.95 m	Jessheim	31/7
Lengde u/t	3.07 m	Arnes	27/2
Høyde u/t	1.56 m	Arnes	27/2
Kule	10.56 m	Sørum	25/6

Harry Utgårdsløkken

60 m	8.8 sek	Kil	15/7
------	---------	-----	------

Per Ringsbu

60 m	8.5 sek	Kil	15/7
------	---------	-----	------

Bjørn T. Nordheim

60 m	9.1 sek	Kil	15/7
------	---------	-----	------

Rolf E. Syversen

60 m	9.2 sek	Kil	15/7
------	---------	-----	------

Age Mærlid

60 m	9.5 sek	Kil	15/7
------	---------	-----	------

Øystein Sand

60 m	9.7 sek	Kil	15/7
------	---------	-----	------

Ole Martin Røsholm 1961

Høyde	1.95 m	Moss	19/7
-------	--------	------	------

Thor Ch. Nilsen 1963

60 m	7.7 sek	Kil	15/7
200 m	25.3 sek	Kil	15/7
Kule	8.42 m	Kil	15/7

Carl Fredrik Havnås 1965

400 m	52.4 sek	Jessheim	24/8
800 m	1.54.7 min	Nadderud	3/7
1500 m	3.57.7 min	Bislett	

Ronny Nordli 1966

400 m	52.9 sek	Jessheim	24/8
800 m	1.54.9 min	Jessheim	30/7
1500 m	3.55.7 min	Bislett	
3000 m	8.41.6 min	Nadderud	7/9

Odd Bjarkum 1968

800 m	1.59.2 min	Stovner	13/8
1500 m	4.05.25 min	Søgne	19/6

Karl Johan Haarberg 1969

60 m	7.5 sek	Kil	15/7
100 m	11.8 sek	Stovner	4/7
200 m	24.3 sek	Stovner	3/7
400 m	54.7 sek	Tørgstad	13/8

Nils Håvard Mælvi 1970

200 m	27.1 sek	Kil	15/7
400 m	57.3 sek	Tørgstad	13/8
800 m	2.06.3 min	Jessheim	15/8
1500 m	4.21.2 min	Bislett	21/5
3000 m	9.35.45 min	Kristiansand	21/6

Martin Gray 1970

100 m	12.9 sek	Raufoss	22/8
200m	25.5 sek	Arnes	24/6
200 m/h	30.5 sek	Jessheim	23/9
400 m	54.9 sek	Jessheim	31/7
400 m/h	63.8 sek	Bislett	
800 m	1.59.7 min	Bislett	10/6
1000 m	2.48.0 min	Jessheim	23/9
1500 m	4.12.54 min	Søgne	19/6
2000 m hinder	6.37.2 min	Bislett	18/9

AURSKOG HØLAND FRI IDRETTSLAG

Jan Ake Jørgensen 1971

100 m	12.2 sek	Bjørkelangen	12/9
200 m	24.0 sek	Stovner	1/6
400 m	51.7 sek	Bislett	9/6
800 m	1.55.4 m	Bjørkelangen	30/8
1500 m	4.00.53 min	Vesterås	22/6
Lengde	5.68 m	Jessheim	15/8
Høyde	1.75 m	Bjørkelangen	12/9
Spyd	38.80 m	Bjørkelangen	12/9

Eirik Roelse 1971

Høyde	1.75 m	Bjørkelangen	12/9
-------	--------	--------------	------

Jørn Kjørsvik 1972

60 m	8.0 sek	Kil	15/7
100 m	12.9 sek	Bjørkelangen	30/8
200 m	27.1 sek	Kil	15/7
1500 m	4.41.0 min	Bjørkelangen	12/9
3000 m	10.22.46 min	Moss	30/5

Håkon Kongtorp 1972

60 m	8.9 sek	Kil	15/7
200 m	29.5 sek	Kil	15/7
1500 m	4.41.5 min	Bjørkelangen	12/9
3000 m	10.35.4 min	Bislett	4/6

Vegard Lunder 1972

60 m	8.2 sek	Kil	15/7
100 m	13.0 sek	Bislett	4/7
200 m	26.4 sek	Jessheim	15/8

Jon Sigurd Utgårdsløkken 1973

60 m	8.1 sek	Kil	15/7
100 m	12.6 sek	Stovner	4/7
200 m	27.1 sek	Kil	15/7
Lengde	5.52 m	Romedal	13/9
Høyde	1.65 m	Kongsberg	6/9
Tresteg	11.48 m	Jessheim	15/8

Terje Lie 1975

60 m	10.1 sek	Kil	15/7
Kule	5.58 m	Kil	15/7
Lengde	3.39 m	Strømmen	17/6

ARSBESTE STATISTIKK FOR 1987

Eirik Larsen 1975

60 m	9.4 sek	Kil	15/7
Lengde	3.87 m	Bjørkelangen	12/9
Liten ball	39.20 m	Bjørkelangen	12/9
Kule	8.69 m	Bjørkelangen	12/9

Morten Clausen 1975

60 m	10.0 sek	Bjørkelangen	12/9
Lengde	3.34 m	Bjørkelangen	12/9
Liten ball	31.84 m	Bjørkelangen	12/9

Thomas Fæl 1975

60 m	9.0 m	Halden	8/6
100 m	15.6 sek	Bjørkelangen	30/8
800 m	2.37.5 min	Stovner	5/7
Lengde	4.06 m	Bjørkelangen	12/9
Kule	7.74 m	Halden	7/6
Liten ball	35.82 m	Bjørkelangen	12/9

Dag Ringsbu 1975

60 m	8.9 sek	Kil	15/7
100 m	14.6 sek	Bjørkelangen	30/8
200 m	31.6 sek	Kil	15/7
Lengde	3.83 m	Bjørkelangen	30/8
Høyde	1.15 m	Kil	15/7
Liten ball	31.10 m	Bjørkelangen	12/9
Kule	6.49 m	Kil	15/7

Ole Johan Aarnes 1976

60 m	8.9 sek	Stovner	4/7
60 m/h	12.1 sek	Jessheim	15/8
100 m	14.7 sek	Bjørkelangen	30/8
200 m	30.8 sek	Kil	15/7
800 m	2.42.6 min	Stovner	5/7
Lengde	4.51 m	Romedal	13/9
Høyde	1.35 m	Raufoss	22/8
Liten ball	38.36 m	Bjørkelangen	12/9
Kule	8.29 m	Haga	3/9
Slengball	22.32 m	Jessheim	15/8
4 kamp (9.1, 7.87, 4.22, 2.50.0) 3222 p.		Haga	8/8

Andre Glåmen 1976

60 m	9.3 sek	Bjørkelangen	12/9
100 m	15.6 sek	Bjørkelangen	30/8
800 m	2.59.9 min	Strømmen	17/6
Lengde	3.92 m	Bjørkelangen	12/9
Liten ball	38.70 m	Bjørkelangen	12/9

AURSKOG HØLAND FRI IDRETSLAG

Vegard Ulland 1976

60 m	9.6 sek	Bjørkelangen	12/9
100 m	13.0 sek	Romedal	13/9
Lengde	4.00 m	Bjørkelangen	30/8
Liten ball	44.80 m	Bjørkelangen	12/9

Sigbjørn Høgne 1976

60 m	10.3 sek	Bjørkelangen	12/9
100 m	16.7 sek	Romedal	13/9
200 m	34.5 sek	Kil	15/7
Lengde	3.40 m	Kil	15/7
Høyde	1.00 m	Kil	15/7
Kule	6.17 m	Kil	15/7

Stig H. Basnes 1976

60 m	9.9 sek	Bjørkelangen	12/9
Lengde	3.63 m	Bjørkelangen	12/9
Liten ball	39.78 m	Bjørkelangen	12/9

Bjørn S. Nordheim 1977

60 m	10.0 sek	Kil	15/7
Lengde	2.97 m	Arvika	18/7
Høyde	1.00 m	Kil	15/7
Kule	6.78 m	Kil	15/7

Bjørn Olsen 1977

60 m	9.8 sek	Kil	15/7
Høyde	1.10 m	Kil	15/7
200 m	34.9 m	Kil	15/7

Andreas Lunder 1977

60 m	9.8 sek	Kil	15/7
200 m	34.5 m	Kil	15/7

Svein E. Nilsen 1977

60 m	10.3 sek	Kil	15/7
Høyde	0.90 m	Kil	15/7
Kule	5.48 m	Kil	15/7

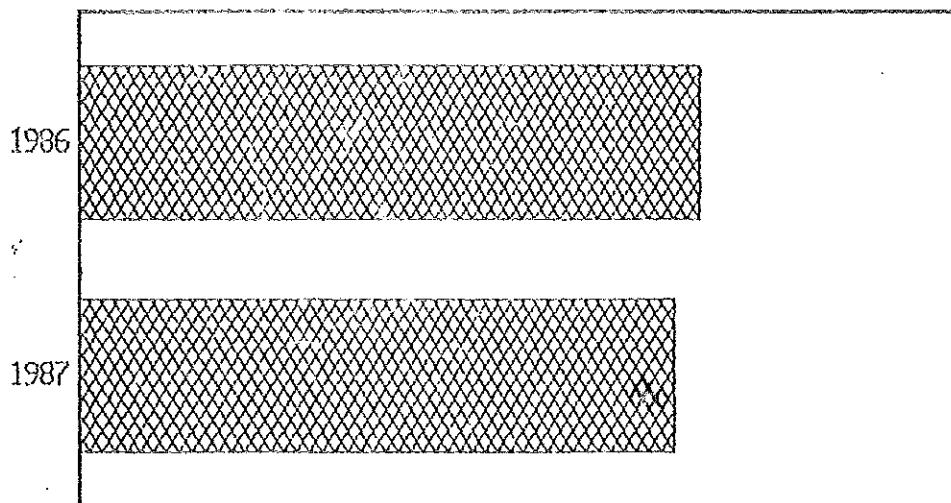
Amund Lier 1982

60 m	14.3 sek	Kil	15/7
------	----------	-----	------

GJENNOMSNITT AV DE 5 BESTE

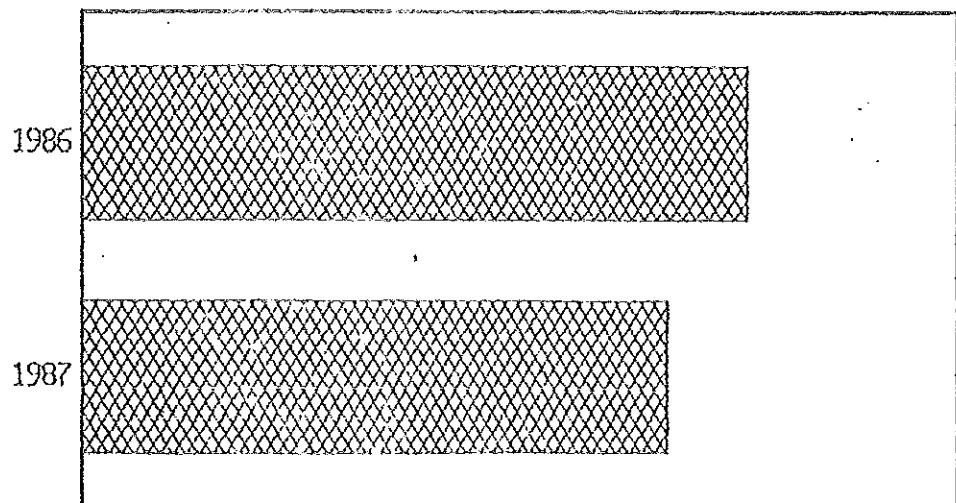
PÅ 800 M 1986*1987

800 METER FOR JENTER/KVINNER



1986: 2.27,1 *** 1987: 2.26,8

800 METER FOR GUTTER/MENN



1986: 1.57,6 ***** 1987: 1.56,7

