

Aurskog-Høland Friidrettslag



Årsberetning 1992

FRA LEDEREN

Vi kan igjen gjøre opp status etter en friidretts sesong, den 25. i lagets historie.

På arrangementssiden var NM for veteraner 7 - 9. august den store begivenheten. Det største arrangementet i lagets historie vil bli husket som et på alle måter vellykket stevne. Vi kan konkludere med at AHF besto eksamen, og at vi som arrangør er moden for ennå større oppgaver.

Idrettslig var innsatsen i NM for ungdom høydepunktet. 6 utøvere i tilsammen 8 starter ga 5 medaljer. Vi gratulerer Trine Syversen, Mette Haneborg, Irja Norheim, Heidi Berger, Andre Glåmen og Ole Johan Aarnes med kjempefin innsats og PR for klubben. Vi gir også Jon Sigurd Utgårdsløkken honnør for vel gjennomført sesong med bla. 2 landskamper. Vi vet at Jon Sigurd selv ikke er fornøyd med sesongen. Etter fjorårets voldsomme framgang er det naturlig med litt stagnasjon, og vi synes ikke han har noen grunn til å være misfornøyd.

Etter 4 år som leder i klubben, er det på tide at nye krefter overtar. Da jeg overtok som leder, var klubben inne i en medgangsperiode. Banen var ny, og vi hadde tatt mål av oss til å bli en god seniorklubb, særlig på mellomdistansene. Slik gikk det ikke. Av forskjellige grunner som utdanning, flytting, skader og sviktende motivasjon, greide vi ikke å bevare det gode mellomdistansemiljøet. I stedet fikk vi økt tilslutning til veteranidretten. Dette har betydd mye også på organisasjonsplanet. Vi har en større bredde blant ledere og dommere nå enn for 4 år siden. Vi har innført budsjett og langtidsbudsjett og arbeider etter en vedtatt handlingsplan for laget. Jeg mener at vi nå har en solid organisasjon med god kontroll over økonomien.

Det idrettslige svinger, og jeg tror vi er inne i en ny oppgangsperiode. Vi er blitt mer profesjonelle på trenersida i forhold til ungdomsgruppa. I aldersgruppa 15-20 år er vi blant kretsens beste lag. Med ledere som er villige til å ta ansvar for rekrutteringa også blant de yngre, tror jeg vi kan se framtida lyst i møte. Vi har både økonomi og trenere til å satse sterkere på de som er under 14. Vi trenger etter min mening bare en organisasjon til å ta seg av dette.

Med disse ord vil jeg takke alle for godt samarbeid i de 4 åra jeg har vært leder i AHF. Jeg vil håpe at vi alle kan bidra til at jubileumsåret betyr et nytt oppsving for klubben!

ROAR LUNDER

TILLITSVALGTE 1992

STYRET:	Leder:	Roar Lunder
	Nestleder:	Øyvind Olsen
	Sekretær:	Finn Welde
	Kasserer:	Dag-Finn Førreisdahl
	Styremedlemmer:	Sjur Bakken
		Ann Helen Utgårdsløkken
		Knut Glåmen
REVISORER:	Jon Svanstrøm	Egil Lier
TRENINGUTVALG:	Øyvind Olsen	Per B. Jacobsen
	Kari Nilsen	Finn Løkeberg
	Anne M. Heggedal	Inger Kyhen
	Carl Fr. Havnås	Øyvind Asmyhr
	Lars Woxen	
OPPMANN:	Knut Glåmen	
HJELPEOPPMENN:	Sten Kongtorp, Harry Utgårdsløkken	
STAFETTUTVALG:		
MENN:	Carl Fr. Havnås	Finn Lie
KVINNER:	Turid Dahlum Nilsen	Svein Berger
VETERANER:	Bjørn Delingsby	Øyvind Asmyhr
GUTTER/JENTER:	Sten Kongtorp	Arve Høgne
BARNEUTVALG:	Finn Grimsrud	Unni Rønås
	Trond Ringstad	
BANEKOMITE:	Kåre Thoresen	Aksel Lunner
	Knut Aarnes	
STATISTIKK OG SERIEUTVALG:	Bjørn Lier	Roar Lunder
	Terje Aaserud	
IDRETTSMERKEUTV.:	Egil Lier	Aksel Lunner
	Kåre Thoresen	
MEDIAUTVALG:	Richard Peel	Gunnar Moe
UTVALG FOR KIOSK/SALG:	Ann Helen Utgårdsløkken	Anne Lise Glåmen
	Lisbeth Clausen	Ragnhild Karlisen
ARRANGEMENTS- UTVALG:	Stein Lier	Terje Aaserud
VALGKOMITE:	Stein Lier	Per B. Jacobsen
	Kjell Nilsen	

ARBEIDET I STYRET

Styret har i 1992 hatt 8 møter og behandlet 21 saker.

Styret har vært en del av hovedkomiteen for NM-veteran. Dette har preget arbeidet i styret i en periode.

Det har ellers vært arbeidet med løpende saker og oppfølging og forbedring av opplegg og rutiner.

TILLITSVERV/REPRESENTASJON

Stein Lier	Medlem av dommerutvalget i Akershus Friidrettskrets
Bjørn Lier	Styremedlem i Aurskog-Høland IKU
Stein Lier Finn Welde Roar Lunder	Høstmøte i Akershus Friidrettskrets 16.11.91
Øyvind Olsen Roar Lunder	Lederkonferanse i Akershus Friidrettskrets 7.4.92
Roar Lunder	Årsmøte i Aurskog-Høland IKU 20.2.92
Roar Lunder	90-års jubileum i Høland IL 7.11.92

PÅSKJØNNELSER

Innsatspokalen

Innsatspokalen tildeles Knut Clausen for stor innsatsvilje og dyktig arbeid i forbindelse med NM-veteran og andre arrangementer.

GAVER OG BIDRAG

AHF har i 1992 mottatt kr. 12 193 i driftstøtte fra Aurskog-Høland kommune. Dette er 3000 kr. mindre enn i 1991.

Vi har også fått kr. 36 900 til nyanlegg. Dette er siste rest av det kommunale bidrag på kr. 200 000 til klubbhuset.

Fra Bjørkelangen vannverks fond er klubben tildelt kr. 5000 til innkjøp av hekker i forbindelse med arrangementet av NM for veteraner.

Vi har i 1992 mottatt støtte fra Akershus friidrettskrets til treningsprosjekter i sprint/ lengde og høyde med tilsammen kr. 20 500.

AHF har sponsoravtaler med Aurskog Sparebank (draktreklame, startnummer- reklame m.m) og med Høland Sparebank (AHF-karusellen m.m.). Høland Sparebank var hovedsponsor for NM for veteraner.

Følgende bedrifter har nå reklameskilt på friidrettsbanen:

Aurskog Sparebank
Høland Sparebank
Bjørkelangen Sport
Indre Akershus Blad
Calles konditori
Alf Gangnæs
Aurskog-Høland og Sørums Gjensidige Brannkasse
Akershus Romerikes Blad
Postverket, Lillestrøm Postkontor
Dyno- Cipax A/S
Aurskog Matsenter A/S
Solheim Gartneri og Hagesenter
Nordsjø Fabrikker
Mobilstasjonen, Bjørkelangen
Setskog Sparebank
Norges Statsbaner
Rimi
Bjørkelangen Trafikksenter
Aurskog Høland Samvirkelag
Skansen Farge og Jern
Stangeskovene A/S

Vi takker for alle gaver og bidrag. Den støtten vi får er en viktig del av driftsgrunnlaget for bane og lag.

Vi oppfordrer våre medlemmer til å bruke de forretninger og bedrifter som støtter oss!

RESULTATREGNSKAP FOR 1992

UTGIFTER:

U20 ADMINISTRASJONSUTGIFTER		
U202 Rekvisista, trykksaker, kontorutstyr	3.704,40	
U204 Porto, telefon	13.037,00	
U206 Årsberetning	4.752,00	
U209 Div.	646,52	22.139,92
U21 STYRE- OG KOMITEUTGIFTER		
U219 Div. møteutgifter	3.161,00	
U23 UTDANNING		
U239 Div. utdanning		
U24 TRENING, INSTRUKSJON, IDRETTSMATERIELL		
U245 Materiell	26.936,80	
U246 Reise oppholdsutgifter	16.361,00	
U248 Treningsutgifter	38.076,00	
U249 Div.	378,00	
247 Halleie	32.720,00	114.471,80
U25 DELTAGELSE I ANDRES STEVNER		
U258 Startkontigent	32.148,00	
U259 Andre utgifter stevnedeltagelse	17.390,00	49.538,00
U26 KONTINGENTER - GEBYRER		
U262 Kontingent - krets	8765,00	8.765,00
U27 UTMERKELSER - GAVER		
U270 Utmerkelser - gaver	1006,40	1.006,40
U28 RENTEUTGIFTER		
U281 Renteutgifter	46.163,00	46.163,00
U29 DIVERSE		
U299 Div. utgifter	58.883,88	58.883,88
U30 DIREKTE STEVNEUTGIFTER		
U302 Startavgift	23.155,00	
U308 Annonser	9.033,60	32.188,60
U309 Div. stevneutgifter		
U32 PREMIER		
U320 Premier	33.843,66	33.843,66
U43 UTGIFTER TIL SALG OG ANDRE TILTAK		
U432 Lotteriutgifter	14.400,00	
U435 Dugnadsutgifter		
U437 Drakter		
U438 Salgsutgifter	18.457,91	
U439 Div. (AHF - karusellen bl.a.)	9.536,20	42.394,11

U50 DRIFTSUTGIFTER - ANLEGG

U502 Rekvisista	2.297,70	
U504 Strøm	7.121,30	
U505 Forsikringer	2.518,00	
U509 Div. driftutg.	8.140,76	20.077,76

U51 VEDLIKEHOLD - REPRASJONER

U519 Div. vedlikehold

U60 UTGIFTER TIL MEDLEMSBLAD

U609 Div. utgifter til medlemsblad

SUM UTGIFTER ==432.633,13

INNTEKTER:

I38 STEVNEINNTEKTER

I382 Startkontigent	119.830,00	
I389 Diverse stevneinntekter	47.783,80	167.613,80

I48 INNTEKT VED SALG OG ANDRE TILTAK

I482 Lotteriinntekter	36.600,00	
I485 Dugnadsinntekter		
I487 Salgsinntekter - drakter	1.350,00	
I488 Salgsinntekter	41.553,71	
I489 Div. (AHF- karusellen bl.a)	44.545,70	124.049,40

I58 DRIFTSINNTEKTER - ANLEGG

I580 Leieinntekter	29.300,00	
I581 Reklameinntekter	75.750,00	105.050,00

I79 TILSKUDD FRA OFFENTLIGE ORGANER

I792 Kommunalt tilskudd	12.193,00	
	36.900,00	49.093,00

I80 BIDRAG

I800 Bidrag	13.999,52	13.999,52
-------------	-----------	-----------

I810 KONTINGENTER

Medlemskontingent	25.800,00	25.800,00
-------------------	-----------	-----------

I88 RENTEINTEKTER

I880 Bankrenter	3.626,96	3.626,96
-----------------	----------	----------

SUM INNTEKTER ==489.232,69

RESULTAT - SAMMENDRAG:

Utgifter ordinært regnskap 1992	432.633,13	
Inntekter ordinært regnskap 1992		489.232,69
Overskudd ordinært regnskap	56.599,56	

	489.232,69	489.232,69
	=====	

Aurskog-Høland Friidrettslag har pr.31.10.92 en gjeld
til HØLAND SPAREBANK på kr 284.360,- + renter.

BALANSE PR 31.10.92.

AKTIVA

Bankkonto	1280.60.35775	688,10
	1280.60.34728	105.008,98
	1271.11.07396	82,10
Postgiro	3.26.02.62	12.972,19

PASSIVA

Kapital pr 12.11.91	62.151,81
Overskudd 1992	56.599,56

Kapital pr 31.10.92	118.751,37
---------------------	------------

-----	118.751,37	118.751,37	118.751,37
-------	------------	------------	------------

=====

Bjørkelangen 19.november 1992

Dag-Einar Tønnehaug

 Kasserer

 revisor

 revisor

SAMMENSTILLING BUDSJETT/REGNSKAP

(avrundet til hele kroner)

	REGNSKAP 89	REGNSKAP 90	REGNSKAP 91	BUDSJETT 92	REGNSKAP 92
UTGIFTER					
U20 Administrasjon	31 433	25 843	29 520	30 000	22 139
U21 Styre- og komiteer	180	350	535	2 000	3 161
U23 Utdanning	0	825	496	3 000	0
U24 Trening, idrettsmat.	34 781	59 355	75 162	122 000	114 472
U25 Stevnedeltakelse	36 853	42 371	36 582	50 000	49 538
U26 Kontingenter-gebyrer	1 800	2 000	2 350	3 000	8 765
U27 Utmerkelser-gaver	1 835	2 977	900	1 000	1 006
U28 Renteutgifter	0	0	0	40 000	46 163
U29 Diverse	21 400	4 256	7 000	3 000	58 884
U30 Direkte stevneutg.	12 693	14 279	5 159	9 000	32 189
U32 Premier	26 111	19 931	24 007	20 000	33 845
U43 Utg. til salg m.m.	71 962	66 891	82 465	61 000	42 394
U50 Driftsutg. anlegg	17 861	28 956	39 715	19 000	20 077
U51 Vedlikehold	0	3 240	907	0	0
U60 Medlemsblad	1 754	828	206	1 000	0
SUM DRIFTSUTGIFTER	258 663	272 102	305 004	364 000	432 633
INNTEKTER					
I38 Stevneinntekter	63 255	59 985	67 381	112 000	167 614
I48 Innt. ved salg m.m.	129 175	106 623	120 585	92 000	124 049
I58 Driftsinnt. anlegg	43 290	59 100	70 850	77 000	105 050
I79 Tilskudd, offentlig	24 900	24 000	15 758	15 000	49 093
I80 Bidrag	49 250	64 400	29 000	43 000	14 000
I81 Kontingenter	16 020	23 250	20 500	25 000	25 800
I88 Renteinntekter	331	2 467	7 070	0	3 627
SUM DRIFTSINNTEKTER	326 221	339 825	331 144	364 000	489 233
DRIFTSRESULTAT	67 558	67 723	26 140	0	56 599



Aurskog-Høland Friidrettslag

Stiftet 23. februar 1968

OPPFØLGING AV
HANDLINGSPLAN 1992

MÅL/PRINSIPPER

- FORUTSETTES Å LIGGE FAST OVER LENGRE TID -

FRIIDRETT I GODT MILJØ FOR ALLE TYPER UTØVERE

HOVEDMÅL

1. GODT IDRETTLIG TILBUD TIL ALLE TYPER UTØVERE
2. GODT SOSIALT MILJØ
3. LANGSIKTIG OG ANSVARLIG ARBEID MED ORGANISASJON, PLANLEGGING OG ØKONOMI
4. LØPENDE UTVIKLING OG FORNYELSE

DELMÅL

- 1.1 Aldersgruppen opp til og med 10 år skal bli kjent med friidrett som en av flere idretter
- 1.2 Aldersgruppen 11-14år skal få allsidig opplæring og trening i friidrett
- 1.3 Mosjonister på alle nivåer skal få trenings-, konkurranse og miljøtilbud
- 1.4 Konkurransetøvere til og med norsk toppnivå skal få et kvalifisert trenings- og konkurransetilbud og et godt sosialt miljø
- 2.1 Vekt på sosialt miljø i alle aktiviteter
- 2.2 Fellesskap mellom alle typer utøvere og aldersgrupper
- 2.3 Motiverende trenings- og konkurransemiljø
- 2.4 Være positivt innslag i lokalmiljø
- 3.1 Bredt engasjement i driften av laget
- 3.2 Delegering av ansvar
- 3.3 God intern informasjon
- 3.4 Målrettet arbeidsform
- 3.5 Ansvarlig økonomisk drift
- 3.6 Profilering som dyktig arrangør
- 4.1 Løpende kompetanseoppbygning
- 4.2 Tiltak som gir mange muligheten til å bli kjent med oss
- 4.3 Løpende rekruttering av medlemmer, utøvere, ledere, trenere og funksjonærer
- 4.4 Åpen debatt
- 4.5 Åpenhet for samarbeid for å nå mål
- 4.6 Markedsføring/profilering av laget

SATSNINGSOMRÅDER 1992-1994

IDRETTSAKTIVITETER

- 1A. DET SATSES PÅ Å VIDEREFØRE OG VIDEREUTVIKLE ET STORT OG GODT UNGDOMSMILJØ SOM OGSÅ KAN GI GRUNNLAG FOR SENERE SATSING PÅ JUNIOR- OG SENIORNIVÅ
- 1B. DET SATSES PÅ VESENTLIG BEDRING AV TILBUDET TIL ALDERSGRUPPEN 11-14 ÅR - "IDRETTSSKOLE".
- 1C. DET SATSES PÅ Å BEHOLDE TOPPUTØVERE I KLUBBEN. DETTE BØR VÆRE SELVFINANSIERENDE OG BØR BRUKES AKTIVT FOR Å ØKE INTERESSE OG REKRUTTERING
- 1D. 100 IDRETTSMERKER I 1994

SOSIALT MILJØ

- 2A. FASTE SOSIALE ARRANGEMENTER INNARBEIDES

ARBEID MED ORGANISASJON, PLANLEGGING OG ØKONOMI

- 3A. LAGET SKAL VÆRE GJELDFRITT SENEST I 1994
- 3B. NM VETERAN I 1992 OG ANNET STORT ARRANGEMENT I 1993
- 3C. ANLEGGET FULLFØRES UTSTYRSMESSIG SENEST I 1993 OG HOLDES I GOD STAND

UTVIKLING OG FORNYELSE

- 4A. VI SKAL I 1994 HA 400 BETALENDE MEDLEMMER
(FAMILIEMEDLEMSSKAP = 4 ENKELTMEDLEMSSKAP)
- 4B. 5 NYE TILLITSVALGTE OG 5 NYE FUNKSJONÆRER PR. ÅR

FORHOLD TIL SATSNINGSOMRÅDER 1991-1993

MÅLSTYRING OG ET FAST SAMARBEID MED SKOLENE ANSES NÅ FOR Å VÆRE INNARBEIDET SLIK AT DISSE OMRÅDENE SKAL VIDEREFØRES PÅ VANLIG MÅTE. VI ANSER OSS OGSÅ FORBEREDT TIL NM-ARRANGEMENTER.

NÅR DET GJELDER GJELDFRIHET OG ANTALL IDRETTSMERKEPRØVER, ER VI PÅ RETT VEI, MEN FINNER DET RIKTIG Å SKYVE NOE PÅ TIDSFRISTENE.

NÅR DET GJELDER ANTALL MEDLEMMER, HAR VI IKKE BEVEGET OSS I RIKTIG RETNING. HER KREVES DET INNSATS OGSÅ FOR Å NÅ DET NYE MINDRE AMBISIØSE MÅLET.

PÅ NOEN ANDRE OMRÅDER HAR VI GJORT OMFORMULERINGER.

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992

IDRETT

Ansvarlig i styret: Knut

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	MÅLOPPNÅELSE
- Større deltakelse i KM for junior og 15-18 år	Ikke oppnådd
- 3 utøvere med i Jr-NM	Ja, 2 + stafettlag
- 5 utøvere med i NM for ungdom (2 medaljer).	Ja! 6 (5 medaljer)!
- Deltakere med i Donald Duck-lekene	Ja, 2 deltakere
- Markere oss i alle KM inkludert stafetter.	Ja
- Markere oss i større nasjonale stevner opp til og med junior	Ja
- Vinne lagseriekvalifisering Romerike. Blant de 3 beste lagene i finalen.	Nr.2 på Romerike, nr.4 i finale
- Arrangere 2 fellesturer til stevner	1 tur (Lillehammer)
- Flere veteraner med i banestevner	Til dels
- Idrettsansvarlig planlegger og koordinerer stafettdeltakelse sammen med stafettoppmenn	Ja

TRENING

Ansvarlig i styret: Øyvind

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	MÅLOPPNÅELSE
- 2 fellestreninger pr. uke med 6 treningsgrupper	Ja
- 3 fellestreninger pr. uke i deler av sesongen	Ja
- Stabilisere antall deltakere på de største gruppene	Ja
- Øke antall deltakere på de minste gruppene	Ja
- Få til tilfredstillende treningsforhold for innendørstrening	Ja
- Gjennomføre treningsprosjekter i høyde og lengde/sprint	Ja
- Bedre tilbudet til gruppa 11-14 år - "idrettsskole".	Nei, ikke oppnådd
- Søke om midler til prosjekter 93 for ungdomsgruppa	Ja
- Innarbeide trening til idrettsmerket og merkeprøver i treningsopplegget	Ja
- Øke antall som tar idrettsmerket til 90	Nei, ca.80
- Flere yngre aktive bør ta idrettsmerket	Nei

ARRANGEMENTER 1992

Ansvarlig i styret: Roar

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	MÅLOPPNÅELSE
- Profesjonell gjennomføring av arrangementer	Ja
- Arrangere veteran-NM på en slik måte at vi av NFIF kan bli tildelt større oppgaver	Ja
- God fordeling av arbeidsoppgaver på medlemmene og videre utvikling av rutiner rundt stevneforberedelser og avvikling	Ja
- Skolerings- og motivasjonsarbeid for arrangementsstaben. Avholde dommerkurs våren 92.	Ja
- Arrangere AHF-karusellen med mosjonister i distriktet som viktigste målgruppe: * Bare en klasse * Premie for 3 av 4 løp * Lokal markedsføring som helsefremmende tiltak	Ja
- Utarbeide korrekt statistikk	Ja
- Kontinuerlig ajourføring av klubb- og banerekorder	Ja
- Oppslag over klubbrekorder og banerekorder ved klubbhuset	Nei, ikke oppnådd

Følgende arrangementer er gjennomført:

4.4	AHF-karusellen, 4 km veiløp	108 starter
28.4	AHF-karusellen, 1500 m bane	113 starter
14.5	Skolestafett	35 lag 210 starter
19.5	Nasjonalt stevne, sen, jun, veteraner	57 starter
23.5	Nasjonalt ungdomsstevne	161 starter
11.6	Skolestevne, ungdomsskolene i Aurskog-Høland	
11.6	AHF-karusellen, 10 km skogsløp	96 starter
7.8	NM veteraner	1061 starter
8.8		
9.8		
26.8	Lagseriestevne	270 starter
3.9	AHF-karusellen, 3000 m/ 5000 m	51 starter
19.9	KM lange løp og kretsstevne	18 starter

Årets store begivenhet på arrangementssiden var NM for veteraner. Mesterskapet ble avviklet på en prikkfri måte, og klubben fikk mye ros for både det stevnetekniske og rammen omkring. Bjørkelangen Sportshall ble leid til stevnekontor og kafeteria. Dette viste seg å være svært positivt. NM-banketten ble arrangert i aulaen på Bjørkelangen videregående skole med 150 gjester. Kjelle videregående skole ble benyttet som innkvarteringssenter. AHF vil rette en hjertelig takk til ledelse og personale ved skolen for at innkvartering og forpleining ble svært vellykket.

I forbindelse med NM ble det gjennomført dommerkurs. Dommer- og funksjonærsituasjonen er i klubben er nå meget god.

De øvrige stevner i år kom i skyggen av NM og hadde forholdsvis liten deltakelse.

AHF-karusellen ble i år lagt om ved at antall klasser ble redusert til 3. Selv om karusellen nå har fått mer mosjonspreg, er deltakerantallet fortsatt synkende. Deltakerne på klubbens treningsgrupper bør i større grad føle seg forpliktet til å delta.

SOSIALT MILJØ

Ansvarlig i styret: Ann Helen

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	MÅLOPPNÅELSE
- God sosial ramme rundt følgende tiltak:	Ja
* Fellesturer til konkurranser	
* Årlig fest	
* Ungdomsgruppa	
- God og trivelig ramme rundt arrangementer	Ja
- Utvikling av klubbhus som sted å være for medlemmene	Nei, ikke oppnådd

REKRUTTERING

Ansvarlig i styret: Finn

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	ANSVARLIG FOR GJENNOMFØRING
- Arrangere terrengløpskarusell etter tilsvarende opplegg som før. Stabilisere antall deltakere.	Ja, økning
- Arrangere treningsstevner. Bedre instruksjon -"idrettsskole" Øke antall deltakere.	Ja
- Arrangere skolestafetter/skolekamp for ungdomsskolene	Ja
- Videreføring av Moro-stafetten	Ja
- Trimboktilbud som tidligere	Ja
- Krav om medlemsskap til alle som bruker lagets tilbud	Nei, ikke oppnådd
- Forbedring av rutiner for innkreving	Ja
- 350 betalende medlemsskap (300 i dag; familiemedl. = 4)	Ja, 389
- Arrangere interne kurs for: * Trenere for jenter/gutter * Sekretariat ved stevner * Dommere	Bare for dommere
- Arbeid med tillitsvalgtliste. 5 nye personer i verv.	Ja
- Bevisst bruk av arbeidet med å beholde topputøvere til å øke interesse og rekruttering	Nei, ikke oppnådd

Deltakelsen i terrengløpskarusellen har vært meget god.
122 fikk premie; det vil si at de deltok i 3 eller 4 løp.

35 deltok i 2 eller fler av tilsammen 10 treningsstevner for de yngste i løpet av sommeren. Instruksjon har vært bedre enn i tidligere år.

Resultater AHF-trimmen:

Momoen	240 totalt	Grete S. Kristoffersen	98
Aurskog	191 totalt	J.Henriksen/T.Grunnan	31
Finstadbru	491 totalt	Bjørn Ødegård	39
Fosser	402 totalt	Terje Dunvoll	114
Hemnes	601 totalt	Sverre O. Sveen Skjeggenes	39
Løken	470 totalt	Oddvar Kinnestad	52
Bjørkelangen V	751 totalt	Bjørn Hustad	39

Terje Dunvoll har flest trimbok-besøk.

Antall betalende medlemmer er 389. Familiemedlemsskap er da regnet som 4 personer. 166 av medlemmene er under 16år.

ANLEGG

Ansvarlig i styret: Finn

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	ANSVARLIG FOR GJENNOMFØRING
- Avtrekk fra dusjer og kjøkken	Nei, ikke oppnådd
- Skikkelig hinder for trening på indre bane	Nei, ikke oppnådd
- Mer beplantning rundt banen	Nei, ikke oppnådd
- Grundig støvsuging minimum 2 ganger i sesongen	Ja
- Vedlikehold av banedekke (mindre forebyggende reparasjoner)	Nei, ikke oppnådd
- Oppfølging av grassmatte	Ja
- Oppfølging av rutiner for utleie til fotball	Ja
- Prøve å engasjere person på arbeidsmarkedstiltak	Ja

MATERIALFORVALTNING/SALG

Ansvarlig i styret: Ann Helen

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	ANSVARLIG FOR GJENNOMFØRING
- Salg på alle våre arrangementer	Ja
- Innkjøp direkte fra grossist	Ja
- Forvaltning av:	Ja
* Premier	
* Idrettsmateriell	
* Drakter	
* Startnumre	

MARKED/MEDIA/ØKONOMI

Ansvarlig i styret: Sjur

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	ANSVARLIG FOR GJENNOMFØRING
- AHF-posten; 3-4 utgaver	2 utgaver
- Fornyelse av skiltkontrakter	Ja
- 3 nye skilt	Ja
- 6 inntektsgivende reklamesider i program	Ja
- Løpende arbeid med markedsføring/ profilering	Ja

ADMINISTRASJON

Ansvarlig i styret: Roar

ARBEIDSMÅL/TILTAK 1992	MÅLOPPNÅELSE
- Profesjonell gjennomføring av disse oppgavene:	Ja
* Kassererfunksjon	
* Budsjettoppfølging	
* Handlingsplan	
* Sekretæroppgaver	
* Langtidsbudsjett	
* Avtaler	



Aurskog-Høland Friidrettslag

Stiftet 23. februar 1968

MESTERSKAP/
STØRRE STEVNER/
LAGSERIER

11-14 ÅR UNGDOM/SENIOR

DONALD DUCK LEKENE

Fra AHF var følgende tatt ut:

Hege Bakken	60m	800m
Lars Østlid	stav	800m

NORSK MESTERSKAP FOR UNGDOM INNENDØRS

Sølv	17-18 år	Heidi Berger	1500m	5.11.0
Sølv	17-18 år	Irja Norheim	høyde	1.60
4.plass	19-20 år	Jon S. Utgårdsløkken	høyde	2.00

NORSK MESTERSKAP FOR UNGDOM 15 - 18 ÅR

5 utøvere var kvalifisert i tilsammen 7 øvelser. I tillegg deltok vi med stafettlag på 1000 m jenter 17-18 år. Våre utøvere fikk disse plasseringer:

Sølv	17-18 år	Trine Syversen	400m	59.92
5.plass	17-18 år	Mette Hanneborg	400m	62.13
4.plass	17-18 år	Irja Norheim	høyde	1.63
Sølv	16 år	Andre Glåmen	lengde	6.17
Bronse	16 år	Andre Glåmen	høyde	1.83
Bronse	16 år	Ole Johan Aarnes	stav	3.80
8.plass	16 år	Ole Johan Aarnes	høyde	1.75
Sølv	17-18 år	Irja Norheim	1000m stafett	2.23.11
		Heidi Berger		
		Mette Hanneborg		
		Trine Syversen		

NM JUNIOR

9-plass KJ	Trine Syversen	400m	58.55
9.plass KJ	Irja Norheim	høyde	1.60
9.plass KJ	Rita Nilsen	1000m st.	2.23.65
	Heidi Berger		
	Trine Syversen		
	Mette Haneborg		

LAGSERIEN GUTTER OG JENTER 11-14 ÅR

Rekkefølgen etter de 3 innledende stevner i lagserien var:

1. Minerva
2. AHF
3. Raumnes & Årnes

I finalen var det i år 2 utøvere fra hvert lag pr. øvelse. AHF greide også i år en 4. plass. I finalen ble det seire til Marit Kongtorp, liten ball - 12 år og Cecilie Kaspersen, 800 m -14 år.

Finaleresultater:

1. Minerva	837
2. Tyrving	765.5
3. Nesodden	742.5
4. AHF	509
5. R & Å	441
6. Fossum	397.5
7. Ski	263.5

KM- MEDALJER 11-14 ÅR

Gull	12år	Marit Kongtorp	4-kamp
Gull	12år	Marit Kongtorp	Liten ball
Gull	12år	Marit Kongtorp	Diskos
Sølv	12år	Marit Kongtorp	Kule
Sølv	13år	Terje Karlsen	terrengløp
Sølv	13år	Hege Bakken	800m
Sølv	13år	Lars Østli	800m
Bronse	13år	Terje Karlsen	800m
Bronse	13år	Hege Bakken	60m
Bronse	13år	Lars Østli	Lengde
Bronse	13år	Marit Kongtorp	Lengde

KM MEDALJER UNGDOM/SENIOR

VALØR	UTØVER	ØVELSE	KLASSE
Gull	Jon Sigurd Utgårdsløkken	Høyde	M 19
Gull	Randy Jensen	Lengde	G 17
Gull	Andre Glåmen	Høyde	G 16
Gull	Andre Glåmen	Lengde	G 16
Gull	Trine Syversen	200 m	J 17
Gull	Trine Syversen	400 m	J 17
Gull	Trine Syversen	Lengde	J 17
Sølv	Ole Johan Aarnes	Stav	M J
Sølv	Jon Sigurd Utgårdsløkken	Lengde	M J
Sølv	Runo Førreisdal	Høyde	G 17
Sølv	Ole Johan Aarnes	Spyd	G 16
Sølv	Andre Glåmen	100 m	G 16
Sølv	Andreas Lunder	800 m	G 15
Sølv	Runar Lie	3000 m	G 15
Sølv	Heidi Berger	400 m	J 18
Sølv	Trine Syversen	100 m	J 17
Sølv	Mette Hanneborg	400 m	J 17
Sølv	Rita Nilsen	Kule	J 17
Sølv	Line Aarnes	300 m h.	J 16
Bronse	Andreas Lunder	3000 m	G 15
Bronse	Heidi Berger	800 m	J 18
Bronse	Mette Hanneborg	800 m	J 17

KM MEDALJER STAFETT

Gull	Andre Glåmen, Andreas Lunder, Ole J. Aarnes, Sigbj. Høgne.	4 x 100 m	G 15/16
Gull	Andreas Lunder, Runar Lie, Sigbjørn Høgne.	3 x 800 m	G 15/16
Gull	Mette Hanneborg, Line Aarnes, Heidi Berger, Rita Nilsen	4 x 400 m	K J

Mesterskapsplasseringer VETERAN

NM innendørs, Askimhallen
60 m

MV 35 -39
Øyvind Olsen bronse 7.71

MV 40-44
Terje Aaserud nr.5 8,24

MV 45 -49
Haldor Kjørsvik nr.4 8,24

NM bane, Bjørkelangen 7.-9. august

Jan Tore Anthonisen (MV 40 - 44)
Lengde: gull 6,21 m
Høyde: gull 1,80 m

Øyvind Fagersand (MV 45-49)
400 m: nr.5 57,15
800 m: nr.11 2,13,86
3000 m.h. bronse 11,02,36
Spyd: nr.4 41,80 m

Øyvind Olsen (MV 35 -39)
100 m: sølv 11,94
200 m: bronse 24,26
400 m: nr.4 54,86

Haldor Kjørsvik (MV 45 -49)
100 m: upl. 12,88
200 m: nr.4 25,84
400 m: nr.8 57,98

Erik Holt (MV 40-44)
400 m: nr.12 58,15
800 m: nr.6 2,11,52
400 m.h. nr.4 66,14

Finn Løkeberg (MV 45 -49)
400 m: nr.15 60,25
400 m.h.: nr.5 68,81
3000 m.h.: nr.4 11,37,96

Jan Alfarrustad (MV 50 -54)
Spyd: bronse 44,00 m

Ivar Tangen (MV 60 -64)
3000 m: nr.5 13,12,65
5000 m: bronse 22,25,98

Roy Holmedal (MV 35 -39)
5000 m nr.5 18,33,85

1000 m stafettMV 40 -49

AHF sølv 2,16,25
 (Jan T. Anthonisen, Haldor Kjørsvik, Erik Holt, Øyvind Fagersand)

MV 35 - 39

AHF bronse 2,15,90
 (Halvor Kilde, Bjørn Lier, Sverre Sandbakken, Øyvind Olsen)

KV 35 -39

AHF nr. 6 2,48,27
 (Ann-M. Heggedal, Erna Hansen, Kari Nilsen, Bente Syversen)

NM-stafetter, Brummundal4x100 mMV 35-39: gull

(Øyvind Olsen, Sverre Sandbakken, Morten Hasle, Bjørn Lier)

MV 40-49: sølv

(Terje Aaserud, Finn Løkeberg, Erik Holt, Haldor Kjørsvik)

KV 35-39: bronse

(Ann -M. Heggedal, Mona Berget, Erna Hansen, Bente Syversen)

4x400 mMV 35 -39: gull

(Øyvind Olsen, Finn Løkeberg, Sverre Sandbakken, Morten Hasle)

MV 40-49: bronse

(Erik Holt, Terje Aaserud, Haldor Kjørsvik,, Øyvind Fagersand)

KV 35 -39: bronse

(Ann -M. Heggedal, Mona Berget, Erna Hansen, Bente Syversen)

KM-medaljerØyvind Olsen (MV 35-39)

100 m	sølv	12,36
200 m	gull	25,05
400 m	gull	56,34

Øyvind Fagersand (MV 45-49)

800 m:	sølv	2,11,97
400 m:	gull	58,68

Terje Aaserud (MV 40-44):

100 m	bronse	13,40
200 m	gull	26,74
400 m	gull	61,16

Haldor Kjørsvik (MV 45-49):

100 m	sølv	13,39
200 m	gull	26,36
400 m	sølv	59,24

Richard Peel (Mv 45-49):

10000 m	gull	35.06.7
---------	------	---------

Dag-Finn Førreisdal (MV 40-44):

Stav	gull	2,60 m
------	------	--------

Finn Welde (MV 45-49):

Spyd	gull	34,56 m
Diskos	gull	26,50 m



NORGES FRI-IDRETTSFORBUNDS LÅGSERIER FOR MENN

Rapport pr. 10/10

Fra: Aurskog Høland FIL V/ Bjørn Lier

Adr.: 1930 Aurskog

1. div.

2. div.

3. div.

4. div.

(Stryk det som ikke på)

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	Olsen, Øyvind	11,94	593	Bjørkelangen	9/8
200 m	Glåmen, Andre	24,0	644	"	19/9
400 m	Olsen, Øyvind	54,63	615	Jessheim	28/5
800 m	Høgne, Sigbjørn	2,07,89	623	Sofiemyr	26/9
1500 m	Fagersand, Øivind	4,33,5	566	Jessheim	6/7
5000 m					
10.000 m	Peel, Richard	35,06,7	647	Bjørkelangen	19/9
110 m hekk					
400 m hekk	Holt, Erik	66,14	553	Bjørkelangen	9/8
3000 m hinder	Fagersand, Øivind	11,02,26	575	Bjørkelangen	8/8
Høyde	Utgårdsløkken, Jon Sigurd	2,10	942	Athen	11/7
Lengde	Utgårdsløkken, Jon Sigurd	6,79	776	Stovner	9/9
Tresteg					
Stav	Aarnes, Ole Johan	3,80	754	Haugesund	31/7
Kule					
Diskos					
Spyd	Alfarustad, Jan	44,00	550	Bjørkelangen	9/8
Slegge					
		Sum	7838		

VALGFRIE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
1. Høyde	Glåmen, Andre	1,83	707	Haugesund	31/7
2. "	Anthonisen, Jan Tore	1,80	680	Bjørkelangen	8/8
3. Lengde	Anthonisen, Jan Tore	6,21	651	"	7/8
4. "	Glåmen, Andre	6,19	646	Sofiemyr	10/7
5. Høyde	Aarnes, Ole Johan	1,76	643	Sofiemyr	10/7
6. 200 m	Olsen, Øyvind	24,26	635	Bjørkelangen	8/8
7. "	Høgne, Sigbjørn	24,2	626	"	19/9
8. Høyde	Førrisdal, Runo	1,70	588	Bjørkelangen	23/5
9.					
10.					
11.					
12.					
		Sum	5176		

Total sum poeng 13014



NORGES FRIDRETTSFORBUNDS LAGSERIER FOR KVINNER

Rapport pr. 10/10

Fra: Aurskog Høland FIL v/ Bjørn Lier
1930 Aurskog
Adr.:

1. div.

2. div.

3. div.

(Stryk det som ikke passe

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
4div: " " " "

BLIGATORISKE ØVELSER:

[illegible]

VALGFRIE ØVELSER:

	Navn	Resultat	Poeng	Sted	Dato
1. 400 m	Haneborg, Mette	60,48	767	Lillehammer	25/6
2. 800 m	" "	2,26,28	741	Sofiemyr	13/6
3. 400 m	Berger, Heidi	62,07	720	Jessheim	28/5
4. 1500 m	Nilsen, Turid S.	5,15,6	594	Bjørkelangen	28/4
5. "	Saursaunet, Torunn	5,22,8	554	"	"
6. 100 m	Nilsen, Rita	13,9	520	"	23/5
7. Spyd	Syversen, Trine	26,66	414	"	"
8.					
9.					
10.					
11.					
12.					

Sum 4310

Total sum poeng	9862
-----------------	------



Norges Fri-idrettsforbunds lagserier for veteraner ~~kvinner~~/menn

1. divisjon

~~2. divisjon~~~~3. divisjon~~~~4. divisjon~~

(Stryk det som ikke passer)

Fra

Arendal - Holand Friidrettslag

Adr.

1940 Bjørkelangen

Ar

1992

Menn:

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

	Deltakere	Fødsels- år	Bane	Dato	Øvelse	Resultat	Omregnet resultat	Poeng
LØP I	Oyvind Fagersand	46	Bjørkelangen	7/8	400 m	57.15	50.51	783
	Oyvind Fagersand	46	Bjørkelangen	8/8	800 m	2.11.97	1.59.4	758
	Haldor Kjørsvik	44	Bjørkelangen	7/8	400 m	57.98	57.25	751
	Oyvind Olsen	54	Jessheim	28/5	400 m	54.63	57.95	721
							Sum	3013
LØP II	Richard Peel	44	Bjørkelangen	19/9	10000 m	35.06.7	32.02.4	813
	Oyvind Fagersand	46	Bjørkelangen	8/8	3000 m.H	11.02.26	7.47.0	777
	Oyvind Fagersand	46	Jessheim	6/7	1500 m	4.33.5	4.06.9	760
	Odd-Tor Bjørkheim	38	Jessheim	21/8	3000 m.H	10.29.6	9.12.5	714
							Sum	3064
HOPP	Jan T. Anthonsen	49	Bjørkelangen	19/9	Høyde	1.85	2.06	909
	Jan T. Anthonsen	49	Bjørkelangen	7/8	Lengde	6.21	7.03	826
	Kjell Nilsen	46	Bjørkelangen	juni	Lengde 4/t	2.44	2.69	408
	Torbjørn Hagen	54	Bjørkelangen	aug:	—	2.60	2.69	408
							Sum	2551
KAST	Jan Hfarustad	43	Bjørkelangen	7/8	Spyd	44.00	55.88	710
	Oyvind Fagersand	46	Bjørkelangen	9/8	Spyd	41.80	53.08	674
	Finn Welde	45	Bjørkelangen	19/9	Kule	9.34	10.45	493
	Finn Welde	45	Frognar St.	juni	Spyd	34.56	43.88	548
							Sum	2425
VALGFRI	Oyvind Olsen	54	Bjørkelangen	8/8	200 m	24.26	23.23	717
	Emile Holt	50	Bjørkelangen	8/8	800 m	2.11.52	2.01.8	717
	Haldor Kjørsvik	44	Bjørkelangen	8/8	200 m	25.84	23.32	707
	Odd-Tor Bjørkheim	38	Bjørkelangen	3/9	5000 m	18.13.0	16.02.3	711
							Sum	2852
Antall deltakere		Antall noteringer		Samlet poengsum		13905		

Resultatene er oppnådd på approberte stevner. Redskapene som er brukt er i samsvar med konkurransereglene. 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. Resultater i lengde skal være oppnådd med sats fra planke. Statutter for veteranseriene står i NFIFs Oppslagsbok. Internasjonal veteranstabell skal brukes - se Friidrett nr. 6/91 side 32. Serierapporten skal sendes direkte til oppmannen for veteranseriene - poststempelt senest 21.10.

Dato:

20/10-92

Formann/toppmann



Aurskog-Høland Friidrettslag

Stiftet 23. februar 1968

STAFETTRESULTATER

STAFETTRESULTATER GUTTER OG JENTER

KLØFTASTAFETTEN:

3. Plass

BØLERSTAFETTEN:

ANDREAS LUNDER, ANDRE GLÅMEN, LARS ØSTLI,
OLE JOHAN AARNES, GREGER ENGH, TERJE KARLSEN

4. Plass

BRUVOLLEN-STAFETTEN:

JENTER

4. Plass

GUTTER

4. Plass

STAFETTRESULTATER JUNIOR/SENIOR

FJELLHAMMERSTAFETTEN:

KVINNER JUNIOR

2. Plass

BØLERSTAFETTEN:

KVINNER JUNIOR: METTE HANEBORG, LINE AARNES,
HEIDI BERGER, TRINE SYVERSEN,
TORUNN SAURSAUNET, RITA NILSEN

2. Plass

BRUVOLLENSTAFETTEN:

KVINNER

1. Plass

HOLMENKOLLSTAFETTEN

MENN SENIOR (KL.2)

111. Plass
(58.07)

KVINNER SENIOR (KL.9): HEIDI BERGER, KRISTIN
GLØTTA, METTE HANEBORG, TURID DAHLUM NILSEN,
MERETE ØDEGÅRD, MARTHE SUNDBY, MARIANN STENBY,
LINE AARNES, MONA ØVERSVEEN, TORUNN SAURSAUNET,
RITA NILSEN, KRISTINE Ø. TOLLEFSEN,
HANNE KOLSTAD, ELISABETH ROM, TRINE SYVERSEN

17. Plass
(64.54)

KVINNER SENIOR (KL.14): E.HANSEN, V.BORSTAD,
M.GJEMBLE, K.BØE, K.EID, K.NILSEN, M.SLORAFOSS,
R.LILLEENG, B.SYVERSEN, A.K.BAKKEN, I.AARNES,
M.BERGET, L.BRÅTHEN, K.PEDERSEN, E.KARSET

51. Plass
(77.48)

Stafettresultater veteraner 1992

Holmenkollstafetten søndag 10.mai

Superveteraner nr. 10 , tid: 57,36

Øyvind Fagersand, Julian Jonassen, Haldor Kjørsvik, Svend Olberg, Odd Tore Bjerkheim, Kjell Nilsen, Per Torgersen, Bjørn Delingsby, Finn Løkeberg, Terje Dunvold, Roar Lunder, Arve Høgne, Ingolf Østmo, Per B. Jacobsen, Finn Welde.

Veteranlaget nr. 41, tid: 57.54

Stein Lier, Øyvind Asmyhr, Bjørn Lier, Sverre Sandbakken, Roy Holmedal, Ole Andresen, Johan Hveem, Finn Grimsrud, Widar Hellerud, Trond Aune, Jan T. Anthonisen, Kåre Lien, Torbjørn Hagen, Erik Holt, Øyvind Olsen.

Fjellhamar-stafetten torsdag 25. april

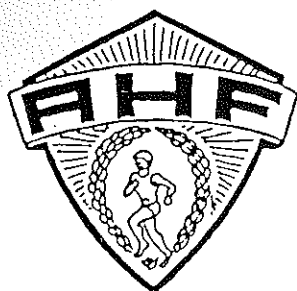
AHF nr. 8 (?)

Øyvind Fagersand, Terje Aaserud, Widar Hellerud, Roy Holmedal, Johan Hveem, Haldor Kjørsvik, Erik Holt, Øyvind Olsen.

Manpower-stafetten

AHF Nr. 15

Richard Peel, Johan Hveem, Sjur Bakken, Øyvind Asmyhr, Julian Jonassen.



Aurskog-Høland Friidrettslag

Stiftet 23. februar 1968

ÅRSBESTESTATISTIKK

ÅRSBESTESTATISTIKK 11-14 ÅR

Ragnhild Nilsen 1981

60m	10.2	Bjørkelangen 23.5
Lengde	3.17	Lillestrøm 25.5
Høyde	0.90	Jessheim 1.6
Kule	6.53	Bjørkelangen 23.5
Liten ball	14.40	Jessheim 1.6
Diskos	10.44	Lillestrøm 25.5

Anne Berit Aas 1981

Lengde	3.35	Nadderud 19.9
Høyde	1.00	Jessheim 1.6
Liten ball	29.40	Nadderud 19.9

Marianne Sundby 1981

60 m	9.8	Bjørkelangen 26.8
Lengde	3.16	Bjørkelangen 26.8
Kule	4.91	Bjørkelangen 26.8

Marit Kongtorp 1980

60m	9.43	Lillehammer 27.6
800m	2.54.58	Lillehammer 28.6
60m hekk	11.9	Nadderud 19.9
Lengde	4.02	Bjørkelangen 26.8
Høyde	1.25	Jessheim 1.6
Kule	9.32	Jessheim 12.9
Liten ball	41.05	Nadderud 19.9
Diskos	21.16	Jessheim 12.9

Kristine Eriksen 1980

60m	9.4	Nadderud 19.9
Lengde	3.84	Nadderud 19.9
Kule	7.10	Bjørkelangen 26.8
Diskos	14.40	Lillestrøm 25.5

Kine Holtet 1980

60 m	10.0	Bjørkelangen 26.8
Lengde	3.69	Bjørkelangen 26.8
Kule	6.14	Bjørkelangen 26.8
Diskos	13.44	Lillestrøm 25.5

Hege Bakken 1979

60m	9.00	Jessheim 12.9
200m	31.2	Bjørkelangen 23.5
800m	2.38.15	Lillehammer 28.6
1500m	5.30.22	Lillehammer 25.6
Lengde	4.04	Bjørkelangen 23.5
Kule	6.74	Bjørkelangen 23.5
Spyd	23.10	Jessheim 1.6
Diskos	14.98	Lillestrøm 25.5

Jeanette Ødegård 1979

Lengde	2.09	Lillestrøm 25.5
Spyd	11.30	Jessheim 1.6

Yvonne Ødegård 1979

Lengde	3.25	Lillestrøm 25.5
Spyd	9.70	Jessheim 1.6
Diskos	15.08	Lillestrøm 25.5

Linda Lier 1979

60 m	10.0	Bjørkelangen 26.8
800 m	3.08.4	Nadderud 19.9
Kule	4.78	Bjørkelangen 26.8

Marthe Hanneborg 1979

60 m	10.7	Bjørkelangen 26.8
Høyde	1.05	Bjørkelangen 26.8
Kule	5.73	Nadderud 19.9

Merethe Torgersen 1979

Høyde	1.05	Bjørkelangen 26.8
Kule	4.54	Bjørkelangen 26.8

Hilde Ydersbond 1979

Høyde	1.05	Bjørkelangen 26.8
Kule	4.22	Bjørkelangen 26.8

Hege Ødegård 1979

60m	9.6	Nadderud 19.9
Kule	7.16	Nadderud 19.9

Kristin Oehme 1978

60m	8.87	Jessheim 12.9
Lengde	3.85	Lillehammer 27.6
Høyde	1.20	Lillehammer 25.6
Kule	7.61	Nadderud 19.9
Spyd	14.10	Jessheim 1.6
Diskos	18.16	Jessheim 12.9

Cecilie Kaspersen 1978

800m	2.39.6	Nadderud 19.9
Kule	6.87	Nadderud 19.9

Christina Asmyhr 1978

60m	9.5	Nadderud 19.9
Høyde	1.20	Nadderud 19.9

Merethe Torgersen 1978

Høyde	1.15	Nadderud 19.9
-------	------	---------------

Amund Lier 1981

60m	10.6	Bjørkelangen 26.8
Lengde	3.20	Bjørkelangen 26.8
Kule	5.49	Bjørkelangen 26.8

Håkon Asmyhr 1981

60 m	10.,7	Bjørkelangen 26.8
60 m hekk	14.5	Nadderud 19.9
Lengde	3.39	Nadderud 19.9
Liten ball	39.00	Nadderud 19.9
Kule	8.04	Bjørkelangen 26.8

Lasse Fagersand 1981

60 m	10.0	Bjørkelangen 26.8
800m	2.50.1	Årnes 1.7
Lengde	3.35	Lillestrøm 25.5
Høyde	0.95	Jessheim 1.6
Liten ball	39.74	Jessheim 1.6
Kule	5.36	Bjørkelangen 26.8

Lars Grimsrud 1981

60 m	9.8	Bjørkelangen 26.8
800m	3.02.17	Jessheim 12.9
Lengde	3.69	Bjørkelangen 26.8
Høyde	1.05	Jessheim 1.6
Kule	7.69	Bjørkelangen 26.8
Liten ball	36.84	Jessheim 1.6

Greger Engh 1980

60 m	9.33	Jessheim 12.9
800 m	2.47.66	Lillehammer 28.6
60 m hekk	13.2	Nadderud 19.9
Lengde	4.30	Jessheim 12.9
Høyde	1.15	Jessheim 1.6
Kule	8.27	Nittedal 16.6
Liten ball	47.32	Jessheim 12.9
Diskos	21.98	Lillestrøm 25.5

Hans A. Holmedahl 1980

60 m	9.2
60 m hekk	13.1
Lengde	3.88
Kule	8.68
Diskos	18.04

Nadderud	19.9
Nadderud	19.9
Bjørkelangen	23.5
Bjørkelangen	23.5
Lillestrøm	25.5

Bjørn Oehme 1980

60 m	10.4
Lengde	3.12
Kule	6.63
Liten ball	30.48

Bjørkelangen	26.8
Bjørkelangen	26.8
Bjørkelangen	26.8
Jessheim	1.6

Morten Fjeld 1980

Høyde	1.05
Liten ball	32.34

Jessheim	1.6
Jessheim	1.6

Lars Østlid 1979

60 m	8.55
100 m	13.78
200 m	29.9
800 m	2.26.0
80 m hekk	14.2
Lengde	4.55
Høyde	1.40
Stav	2.00
Kule	10.20
Spyd	23.70
Diskos	18.66

Jessheim	12.9
Nadderud	20.6
Bjørkelangen	23.5
Nadderud	19.9
Nadderud	19.9
Jessheim	12.9
Bjørkelangen	26.8
Jessheim	1.6
Bjørkelangen	26.8
Jessheim	1.6
Lillestrøm	25.5

Terje Karlsen 1979

60 m	9.37
200 m	31.8
800 m	2.30.06
1500 m	5.23.96
80 m hekk	17.1
Lengde	4.32
Høyde	1.35
Kule	6.08
Spyd	14.50

Jessheim	12.9
Bjørkelangen	23.5
Nadderud	20.6
Lillehammer	25.6
Nadderud	19.9
Bjørkelangen	23.5
Sofiemyhr	10.7
Bjørkelangen	26.8
Jessheim	1.6

Andre Brevik 1979

60 m	9.3
Lengde	3.71
Høyde	1.35
Diskos	12.44

Nadderud	19.9
Lillestrøm	25.5
Raufoss	22.8
Lillestrøm	25.5

Stig Andre Frøshaug 1979

Lengde	3.76
--------	------

Lillestrøm	25.5
------------	------

Jan Henning Nyhus 1979

60 m	8.9	Nadderud 19.9
Kule	7.90	Nadderud 19.9

David Lier 1978

60 m	8.3	Bjørkelangen 26.8
Lengde	4.10	Lillestrøm 25.5
Kule	7.20	Bjørkelangen 26.8
Spyd	18.90	Jessheim 1.6
Diskos	16.90	Lillestrøm 25.5

Jarle Brenna 1978

60 m	8.6	Nadderud 19.9
Kule	7.87	Nadderud 19.9

Jan Granli 1978

800 m	2.41.5	Nadderud 19.9
Høyde	1.20	Nadderud 19.9

Bernt Willy Aas 1978

Høyde	1.45	Nadderud 19.9
Kule	11.06	Nadderud 19.9

Svein Inge Pedersen 1978

60 m	8.9	Bjørkelangen 26.8
Lengde	3.87	Lillestrøm 25.5
Kule	7.54	Bjørkelangen 26.8

ARSBESTE JENTER 1992

<u>NAVN</u>	<u>FØDT</u>	<u>ØVELSE</u>	<u>RESULTAT</u>	<u>DATO</u>	<u>STED</u>
Berger, Heidi	1974	400 m	62,07	28.05	Jessheim
Berger, Heidi	1974	800 m	2,22,18	13.06	Sofiemyr
Berger, Heidi	1974	1500 m	4,59,71	25.06	Lillehammer
Berger, Heidi	1974	800 m i	2,25,8	22.02	Skedsmo
Berger, Heidi	1974	1500 m i	5,11,0	16.02	Askim
Nordheim, Irja	1974	Høyde	1,63	25.06	Lillehammer
Nordheim, Irja	1974	Høyde i	1,65	11.01	Skedsmo
Haneborg, Mette	1975	400 m	60,48	25.06	Lillehammer
Haneborg, Mette	1975	800 m	2,26,28	13.06	Sofiemyr
Nilsen, Rita	1975	100 m	13,9	23.05	AHF
Nilsen, Rita	1975	Kule	9,08	19.05	AHF
Nilsen, Rita	1975	60 m i	8,7	11.01	Skedsmo
Syversen, Trine	1975	100 m	13,01	20.06	Nadderud
Syversen, Trine	1975	200 m	26,80	01.06	Bislett
Syversen, Trine	1975	400 m	58,55	24.07	Kongsvinger
Syversen, Trine	1975	Spyd	26,66	23.05	AHF
Syversen, Trine	1975	Lengde	5,14	13.06	Sofiemyr
Syversen, Trine	1975	60 m i	8,19	15.02	Askim
Aarnes, Line	1976	300 m	48,8	23.05	AHF
Aarnes, Line	1976	100 m	15,31	13.06	Sofiemyr
Aarnes, Line	1976	300 m h	55,84	13.06	Sofiemyr
Aarnes, Line	1976	400 m	69,82	25.06	Lillehammer
Østegården, Anja	1976	100 m	15,17	19.05	AHF
Østegården, Anja	1976	300 m	49,0	23.05	AHF
Østegården, Anja	1976	800 m	2,56,86	19.05	AHF

ARSBESTE GUTTER 1992

NAVN	FØDT	ØVELSE	RESULTAT	DATO	STED
Utgårdsløkken, Jon S.	1973	Høyde	2,10	11.07	Athen
Utgårdsløkken, Jon S.	1973	Lengde	6,79	09.09	Stovner
Utgårdsløkken, Jon S.	1973	60 m i	7,1	22.02	Skedsmo
Utgårdsløkken, Jon S.	1973	Høyde i	2,00	15.02	Askim
Woxen, Lars	1973	60 m i	7,1	22.02	Skedsmo
Aarnes, Karl Kr.	1975	100 m	12,32	22.08	Raufoss
Clausen, Morten	1975	100 m	13,0	23.05	AHF
Førrisdal, Runo	1975	400 m	56,8	23.05	AHF
Førrisdal, Runo	1975	Høyde	1,70	23.05	AHF
Førrisdal, Runo	1975	Høyde i	1,75	22.02	Skedsmo
Jensen, Randy	1975	100 m	12,9	23.05	AHF
Jensen, Randy	1975	200 m	26,41	13.06	Sofiemyr
Jensen, Randy	1975	Lengde	5,07	13.06	Sofiemyr
Lillerødberget, Robert	1975	100 m	13,02	19.05	AHF
Aarnes, Ole Johan	1976	100 m	13,24	25.06	Lillehammer
Aarnes, Ole Johan	1976	Høyde	1,76	10.07	Sofiemyr
Aarnes, Ole Johan	1976	Stav	3,80	31.07	Haugesund
Aarnes, Ole Johan	1976	Spyd 600g	40,02	19.09	AHF
Aarnes, Ole Johan	1976	Lengde	5,49	22.08	Raufoss
Aarnes, Ole Johan	1976	Kule	11,56	26.09	Sofiemyr
Aarnes, Ole Johan	1976	Lengde i	5,80	22.02	Skedsmo
Aarnes, Ole Johan	1976	Stav i	3,10	15.02	Askim
Aarnes, Ole Johan	1976	60 m i	8,2	11.01	Skedsmo
Glåmen, Andre	1976	100 m	12,14	22.08	Raufoss
Glåmen, Andre	1976	200 m	24,0	19.09	AHF
Glåmen, Andre	1976	Høyde	1,83	31.07	Haugesund
Glåmen, Andre	1976	Lengde	6,19	10.07	Sofiemyr
Glåmen, Andre	1976	Høyde i	1,80	22.02	Skedsmo
Glåmen, Andre	1976	Lengde i	5,84	21.03	Stange
Glåmen, Andre	1976	60 m i	7,3	22.02	Skedsmo
Høgne, Sigbjørn	1976	100 m	12,27	22.08	Raufoss
Høgne, Sigbjørn	1976	200 m	24,2	19.09	AHF
Høgne, Sigbjørn	1976	300 m	38,67	int.kr	Lillehammer
Høgne, Sigbjørn	1976	400 m	55,93	25.06	Lillehammer
Høgne, Sigbjørn	1976	800 m	2,07,89	26.09	Sofiemyr
Høgne, Sigbjørn	1976	800 m i	2,10,01	16.02	Askim
Høgne, Sigbjørn	1976	60 m i	7,5	11.01	Skedsmo
Førrisdal, Cato	1977	60 m i	8,1	22.02	Skedsmo
Førrisdal, Cato	1977	Stav i	2,40	22.02	Skedsmo
Lie, Runar	1977	300 m	45,0	23.05	AHF
Lie, Runar	1977	400 m	63,50	25.06	Lillehammer
Lie, Runar	1977	800 m	2,19,37	25.06	Lillehammer
Lie, Runar	1977	1500 m	4,56,81	25.06	Lillehammer
Lie, Runar	1977	3000 m	10,44,94	14.06	Sofiemyr
Lie, Runar	1977	800 m i	2,28,0	22.02	Skedsmo
Lie, Runar	1977	Lengde i	4,47	22.02	Skedsmo
Lunder, Andreas	1977	100 m	13,03	12.09	Nadderud
Lunder, Andreas	1977	400 m	58,96	12.09	Nadderud
Lunder, Andreas	1977	800 m	2,19,43	13.06	Sofiemyr
Lunder, Andreas	1977	3000 m	10,45,69	14.06	Sofiemyr
Lunder, Andreas	1977	60 m i	8,1	22.02	Skedsmo
Lunder, Andreas	1977	800 m i	2,24,2	22.02	Skedsmo
Olsen, Bjørn	1977	Stav	2,60	24.08	Jessheim
Olsen, Bjørn	1977	60 m i	8,2	22.02	Skedsmo
Olsen, Bjørn	1977	Stav i	2,40	22.02	Skedsmo

ARSBESTE MENN VETERANER 1992 (alfabetisk)

Aarnes, Knut	1938	1500 m	5,34,1	28/4	Bj.l.
Aaserud, Terje	1948	5000 m	20,43,00	3/9	Bj.l.
Aaserud, Terje	1948	1500 m	5,04,2	28/4	Bj.l.
Aaserud, Terje	1948	60 m	8,24	8/3	Askim i.h.
Aaserud, Terje	1948	100 m	13,4	15/6	Bislett
Aaserud, Terje	1948	200 m	26,74	2/8	Bislett
Aaserud, Terje	1948	400 m	59,31	28/5	Jessheim
Alfarustad, Jan	1945	spyd (800 g)	44,00 m	9/8	Bj.l.
Andresen, Ole	1950	5000 m	18,40,7	3/9	Bj.l.
Andresen, Ole	1950	1500 m	5,03,7	28/4	Bj.l.
Anthonisen, Jan T.	1949	høyde	1,85 m	19/9	Bj.langen
Anthonisen, Jan T.	1949	lengde	6,21 m	7/8	Bj.langen
Asmyhr, Øyvind	1952	1500 m	5,02,1	28/4	Bj.l.
Bakken, Sjur	1952	1500 m	5,05,7	28/4	Bj.l.
Bjerkrheim, Odd T.	1938	3000 m	10,29,6	21/8	Jessheim
Bjerkrheim, Odd T.	1938	5000 m	18,13,0	3/9	Bj.l.
Bjerkrheim, Odd T.	1938	1500 m	4,57,0	28/4	Bjørkelang
Clausen, Knut	1952	5000 m	19,31,3	3/9	Bj.l.
Clausen, Knut	1952	1500 m	5,13,6	28/4	Bj.l.
Delingsby, Bjorn	1946	5000 m	20,25,3	3/9	Bj.l.
Dunvoll, Terje	1943	1500 m	5,21,4	28/4	Bj.l.
Fagersand, Øyvind	1946	3000 m h.	11,02,26	8/8	Bj.l.
Fagersand, Øyvind	1946	5000 m	18,02,0	3/9	Bj.l.
Fagersand, Øyvind	1946	800 m	2,11,97	8/8	Bj.l.
Fagersand, Øyvind	1946	1500 m	4,33,5	6/7	Jessheim
Fagersand, Øyvind	1946	spyd	41,80 m	9/8	Bj.l.
Fagersand, Øyvind	1946	400 m	57,15	7/8	Bj.l.
Forrisdahl, Dagf.	1948	stav	2,60 m	7/8	Bj.l.
Holmedal, Roy	1952	5000 m	17,39,49	16/6	Bislett
Holmedal, Roy	1952	1500 m	4,48,1	6/7	Jessheim
Holt, Erik	1950	800 m	2,11,52	8/8	Bj.l.
Holt, Erik	1949	400 m	58,15	7/8	Bj.l.
Holt, Erik	1949	400 m hekk	66,14	9/8	Bj.l.
Holter, Rune	1949	1500 M	5,23,0	28/4	Bj.l.
Hveem, Johan	1952	1500 m	4,58,7	28/4	Bj.l.
Høgne, Arve	1943	5000 m	19,05,0	3/9	Bj.l.
Høgne, Arve	1943	1500 m	5,08,7	28/4	Bj.l.
Jonassen, Julian	1944	5000 m	18,37,0	3/9	Bj.l.
Jonassen, Julian	1944	1500 m	5,01,4	28/4	Bj.l.
Kjørsvik, Haldor	1944	1500 m	5,08,5	28/4	Bj.l.
Kjørsvik, Haldor	1944	60 m	8,24	8/3	Askim i.h.
Kjørsvik, Haldor	1944	100 m	12,88	9/8	Bj.l.
Kjørsvik, Haldor	1944	200 m	25,84	8/8	Bj.l.
Kjørsvik, Haldor	1944	400 m	57,98	7/8	Bj.l.
Lier, Bjørn	1957	400 m	59,28	28/5	Jessheim
Lier, Stein	1952	5000 m	20,20,0	3/9	Bj.l.
Lier, Stein	1952	1500 m	4,43,0	28/4	Bj.l.
Løkeberg, Finn	1947	3000 m h.	11,25,2	19/8	Jessheim
Løkeberg, Finn	1947	5000 m	18,08,0	3/9	Bj.l.
Løkeberg, Finn	1947	1500 m	4,50,1	16/6	Jessheim
Løkeberg, Finn	1947	400 m	60,25	7/8	Bj.l.
Løkeberg, Finn	1947	400 m.h.	68,81	9/8	Bj.l.

ARSBESTE MENN VETERANER 1992 (alfabetisk)

Mangen, Ole Chr.	1952	1500 m	5,27,6	28/4	Bj.1.
Mangen, Ole Chr.	1952	5000 m	20,43,0	3/9	Bj.1.
Nilsen, Kjell	1946	1500 m	4,46,7	28/4	Bj.1.
Olsen, Øyvind	1954	60 m	7,71	8/3	Askim i.h.
Olsen, Øyvind	1954	100 m	11,94	9/8	Bj.1.
Olsen, Øyvind	1954	200 m	24,26	8/8	Bj.1.
Olsen, Øyvind	1954	400 m	54,63	28/5	Jessheim
Peel, Richard	1944	10000 m	35,06,7	19/9	Bj.1.
Sandbakken, Sverre	1952	5000 m	20,19,0	3/9	Bj.1.
Sandbakken, Sverre	1952	1500 m	5,03,2	28/4	Bj.1.
Soot, Egil	1940	1500 m	4,53,0	1/7	Årnes
Tangen, Ivar	1930	3000 m	13,12,65	7/8	Bj.1.
Tangen, Ivar	1930	5000 m	22,25,98	9/8	Bj.1.
Welde, Finn	1945	diskos 2 kg	26,50 m	3/6	Frogner
Welde, Finn	1945	spyd	34,56 m	3/6	Frogner
Welde, Finn	1945	kule 7.25 kg	9,34 m	19/9	Bj.1.
Østmo, Ingolf	1935	5000 m	19,45,9	3/9	Bj.1.
Østmo, Ingolf	1935	1500 m	5,16,6	28/4	Bj.1.

ARSBESTE KVINNER VETERANER 1992

Borstad, Vigdis	1948	3000 m	13,56,6	3/9	Bj.1.
Borstad, Vigdis	1948	1500 m	6,36,0	28/4	Bj.1.
Hansen, Erna	1954	3000 m	13,59,8	3/9	Bj.1.
Hansen, Erna	1954	1500 m	6,19,7	28/4	Bj.1.
Nilsen, Kari	1950	1500 m	6,09,4	28/4	Bj.1.