

Aurskog - Høland Friidrettslag



Årsberetning
1997

Fra lederen

Takk for sesongen til alle som har deltatt og bidratt på forskjellige måter.

Idrettsaktiviteten er det grunnleggende for oss. Vi har samlet en stor og bred aktivitet, selv om vi sliter litt med å ha like god oppslutning i alle aktiviteter som for noen år siden. Det er gjort en stor innsats for å bedre grunnlaget for videre arbeid på ungdomssiden. Dette er et litt langsiktig viktig arbeid som vi håper på resultater og ringvirkninger av. Det er flere meget gode idrettsprestasjoner selv om deltakelsen i konkurranser er litt tynn.

Vi har hatt vellykkede arrangementer på banen med vesentlig bedre deltagelse enn i fjor. Når det gjelder mosjonsløp som AHF-karusellen er deltakelsen imidlertid stadig synkende.

Økonomien er god.

Selve organisasjonen er en enorm ressurs. Takk for din innsats, og for at du er med å satse friskt videre.

Finn

ARBEIDET I STYRET

Styret har avholdt 7 styremøter i 1997. Utvalgslederne har vært innkalt til 2 av møtene. I alt er det behandlet 32 saker, inkl. referater/informasjon.

Det viktigste sakene har vært:

- Oppfølging av utvalgenes handlingsplaner
- Trener spørsmål o.l. i idrettslig utvalg
- Leiekontrakt med Setskog/Høland
- Økonomiske disponeringer
- Mulighetene for å påta oss Donald-Duck-lekene (ble likevel ikke aktuelt)

TILLITSVERV

Finn Welde har fungert som sekretær i Idrettens kontaktutvalg i kommunen (IKU) også i år.

UTMERKELSER

Rekruttpokalen for 1997 tildeles Maren Lier og Andreas Lier.

Tillitsvalgte 1997

Styre

Leder	Finn Welde
Nestleder	Øyvind Olsen
Kasserer	Sverre Ingjer
Sekretær	Terje Aaserud
Styremedlem	Anne Lise Glåmen
Styremedlem	Stein Lier

Økonomi-/sponsorutvalg Øyvind Fagersand
Ole Christian Mangen

Idrettslig utvalg

Stein Lier
Øyvind Asmyhr
Kjell Nilsen
Rune Johnsen
Turid Dahlum Nilsen
Roar Lunder
Leder barneutvalg
Leder veteranutvalg

underutvalg i idrettslig utvalg:

Barneutvalg Robert Magnes
Sverre Martin Grepperud
Finn Welde

Veteranutvalg Sjur Bakken
Per B. Jacobsen

Arrangementsutvalg

Bjørn Lier
Gro S. Hauger
Terje Aaserud
Georg Øvrehus

Kiosk/salg Anne Lise Glåmen
Lisbeth Clausen
Ingjerd Aarnes

Idrettsmerkeutvalg

Egil Lier
Kåre Thoresen
Sigurd Dalby
Liv Simonsen

Banekomite Øyvind Olsen
Knut Aarnes
Kåre Thoresen
Sigurd Dalby
Roar Lunder

Spesialoppgaver

Knut Clausen (medlemsregister/treningsavgift m.m.)
Tor Olsen (alle tiders statistikk)
Knut Clausen (klubbrekorder)

Revisorer

Torkjell Høgenes
John Svanstrøm

Valgkomite Carl Fr. Havnås
Erna Hansen
Repr. fra styret

Bente Syversen

Torkjell Høgenes

Finn Welde

Regnskapssammendrag for AHF 1997

Konto	Regnskap 1996	Budsjett 1997	Regnskap 1997	Note
Resultatregnskap 1.11.96-31.10.97				
3010 Medlemskontingent	20.200,00	18.000,00	18.500,00	1
3020 Trenings- og instruksjonsinntekter	11.700,00	12.000,00	8.100,00	
3220 Kommunale tilskudd	17.303,00	17.000,00	16.871,00	
3320 Startkontingent egne stevner	5.950,00	20.000,00	33.232,00	
3360 AHF karusellen	18.500,00	20.000,00	12.400,00	
3370 Rekruttutvalget	1.941,00	5.000,00	2.905,00	
3420 Leieinntekter bane/anlegg	42.300,00	42.000,00	53.760,00	
3510 Salg drakter	1.125,00	3.000,00	0	
3540 Salgsinntekter kiosk	15.286,50	18.000,00	28.199,60	2
3610 Lotteri	25.600,00	28.000,00	24.360,00	
3620 Bonus Hydro/Texaco	0	0	1.681,00	
3630 Dugnad	0	10.000,00	36.300,00	3
3710 Reklame og sponsorinntekter	81.942,93	80.000,00	85.000,00	4
3910 Gaver og bidrag	0	1.000,00	0	
Sum inntekter	244.848,43	274.000,00	321.308,60	
4010 Startkontingent	18.969,00	20.000,00	20.205,00	
4110 Tidtagerleie	2.204,00	5.000,00	6.142,00	
4120 Startere og dommere	440,00	1.000,00	480,00	
4210 Utgiftsgodtgjørelse trenere	34.363,57	40.000,00	26.960,00	
4220 Samlinger og stevner	5.946,00	5.000,00	15.312,00	
4310 Trenerutdanning	1.200,00	1.200,00	0	
4400 AHF karusellen	8.728,30	10.000,00	5.891,80	
4500 Rekruttutvalget	663,50	5.000,00	5.391,00	
6470 Premier	21.201,82	20.000,00	15.589,78	
Sum stevne- og aktivitetsutgifter	93.716,19	107.200,00	95.971,58	
5000 Treningsstøtte	33.018,00	30.000,00	18.199,00	
5110 Møteutgifter	253,50	1.000,00	0	
5120 Registerføring og regnskap	0	0	1500,00	
5200 Rekvisita og tryksaker	1.188,50	2.000,00	4.795,43	
5210 Porto og telefon	1.328,00	3.000,00	658,20	
5320 Bladet friidrett	2.720,00	3.000,00	2.792,00	
5340 Årsberetning	1.050,00	1.000,00	1.500,00	
5350 Gaver og blomster	0	0	889,50	
5400 Annonser/markedsføring	6.901,46	6.000,00	11.104,50	
Sum Administrasjon, Møter, Markedsføring	46.459,46	46.000,00	41.438,63	
6200 Halleie	13.007,50	18.000,00	24.156,00	
6310 Idrettsmateriell	10.224,50	10.000,00	15.776,62	
6510 Vedlikehold anlegg	3.671,85	5.000,00	6.701,98	
6520 Forsikringer	2.566,00	4.000,00	2.680,00	
6530 Strøm	10.383,50	9.000,00	12.224,00	
6540 Renhold klubbhus	0	0	840,00	
6550 Banemerking/vanning	0	0	5.407,00	
Sum Anlegg, Drift, Investeringer	39.853,35	46.000,00	67.779,60	
7210 Kontingent krets	5.700,00	6.000,00	3.200,00	
7220 Startavgift forbund/krets	1.414,00	3.000,00	2.770,00	
7510 Innkjøp drakter	0	0	0	
7540 Salgsutgifter kiosk	14.540,20	12.000,00	14.474,56	
7610 Lotteri	0	14.000,00	29.000,00	5
Sum Tilskudd, Kont., Utgifter innt.tiltak	21.654,20	35.000,00	49.444,56	

Konto	Regnskap 1996	Budsjett 1997	Regnskap 1997	Note
8010 Renteinntekter	1.637,45	1.637,45	1.053,56	
8110 Renteutgifter	(53.919,90)	0	(1.494,33)	
Sum finans	(52.282,45)	1.637,45	(440,77)	
Resultat	9.117,22	41.437,45	66.233,46	
Balanse pr. 31.10.97				
1010 Kasse			27,00	
1030 Høland Sparebank, 60.34728	6.471,76		33.902,65	
1031 Høland Sparebank, 60.35775	2.483,30		0	
1032 Aurskog Sparebank	205,10		211,10	
1033 Høland Sparebank, 60.74398	16.483,10		15.874,10	
1070 Postgiro	2.167,77		2.182,64	
1550 Varelager	2.000,00		1.000,00	
1210 Fordringer	0		43.734,00	6
1920 AHF Banen	300.000,00		300.000,00	
Sum eiendeler	329.811,03		396.931,49	
2010 Leverandørgjeld	0		0	
2410 Avsatt feriepenger (1/2-del)			887,00	
2720 Høland Sparebank	0		0	
2910 Egenkapital	329.811,03		396.044,49	
Sum gjeld og egenkapital	329.811,03		396.931,49	

Note 1) Antall betalte i medlemmer i 1997 er 188.

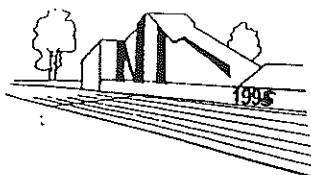
Note 2)	Kioskregnskap	Inntekter	28.199,60
		Utgifter	14.474,56
		Overskudd	13.725,04

Note 3)	Dugnad	Siemens A/S	32.300,00
		Møller US	4.000,00
		Sum	36.300,00

Note 4)	Reklame/sponsorinnt.	Høland Sp.bank	50.000,00
		Gjensidige	2.000,00
		Div. skiltreklame	33.000,00
		Sum	85.000,00

Note 5)	Lotteri	Betalt for både 1996 og 1997,	
		2 x 14.500	29.000,00

Note 6)	Fordringer	Setskog-Høland FK	5.807,00
		Aurskog-Finstadbru SK	5.927,00
		Siemens A/S	9.500,00
		Div. sponsorer/skilt	22.500,00
		Sum	43.734,00



AHF

Økonomi/Sponsorutvalg

ÅRSRAPPORT 1997

Aktiviteter

Året har vært ganske likt de foregående, vi har sendt ut våre tradisjonelle krav til de firmaer som skilt på AHF-banen, kravet er sendt sammen med et positivt stillt brev. Noen aktivitetssøker fra disse har det derimot vært dårlig med, men tilbudet ligger klart der. Den neste inntektskilden som er dugnader ble også positiv, med de 2 planlagte flyttearbeider på Siemens. Jobbene ble utført til alles tilfredshet til tross for litt spinkelt fremmote.

Totalt sett er årets resultat positivt i forhold til budsjett.

Økonomi

Dugnader		kr. 32.300.-
Skiltleie	(forventet)	kr. 31.500.-
Totalt		<u>kr. 63.800.-</u>

Bjørkelangen 05.11.97

Øyvind Fagersand

Vedlegg:

Sponsoroversikt

AHF

SPONSOROVERSIKT 97

Firma	Tegnet	Kontrakt	Pris pr. år	Kommentarer
Akershus Romerikes Blad	89	Nei	1.500.-	
Aurskog Høland S-lag	92	Ja	1.500.-	
Aurskog Matsenter	89	Ja	1.500.-	
Aurskog Sparebank	88	Nei	1.500.-	
Bjørkelangen Sport	88	Nei	1.500.-	
Bjørkelangen Trafikksenter	91	Ja	1.500.-	
Dyno-Cipax	89	Ja	1.500.-	
Gangnæs, Alf	88	Ja	1.500.-	
Gjensidige Brannkasse	89	Ja	1.500.-	
Hydro Bjørkelangen	90	Ja	1.500.-	
Høland Sparebank	88	Ja	50.000.-	Se totalavtale
Indre Akershus Blad	88	Ja	1.500.-	
Lillestrøm Postkontor	89	Nei	1.500.-	
Norsk Iskrem	94	Ja	1.500.-	
PDC	93	Ja	1.500.-	
Rema-1000 Bjørkelangen	94	Ja	1.500.-	
Rimi Bjørkelangen	91	Ja	1.500.-	
Roma Mineralvann L.strøm	93	Ja	1.500.-	
Rosenberg A/S	94	Ja	1.500.-	
Skansen Farge og Jern	92	Ja	1.500.-	
Solheim Gartneri	89	Nei	1.500.-	
Stangeskogene	92	Ja	1.500.-	
Aarstad & Sønner	93	Ja	1.500.-	

— Potensielle nye fra 96: —

US-Møller, Lørenskog 1.500.-

SATSNINGSOMRÅDER 1997-99

Idrettsaktiviteter

- 1A Det satses på å videreføre og videreutvikle klubbens tilbud med sikte på å kunne ha et stort og godt ungdomsmiljø.
- 1B Det satses på videreføring/forbedring av tilbudet til aldersgruppene 7-10/10-14 år.
- 1C Det satses på å beholde topputøvere i klubben innenfor vedtatte retningslinjer
- 1D Stabilisere antall idrettsmerkeprøver rundt 80.
- 1E Ta vare på mosjons- og veteranaktivitet på dagens nivå, men øke deltakelsen i AHF-karusellen.

Sosialt miljø

- 2A Sosiale arrangementer innarbeides og videreføres.

Arbeid med organisasjon, planlegging og økonomi

- 3A Laget skal ha et løpende overskudd i driften (kfr. LTB).
- 3B Generelt satses det på arrangementer som kan gi inntekter.
- 3C Anlegget holdes i god stand og begrenset rehabilitering gjennomføres i 1998.

Utvikling og fornyelse

- 4A Vi skal i perioden nå minst 300 betalende medlemmer *
- 4B Nye tillitsvalgte/medhjelpere hvert år
- 4C Utdanning av trenere/instruktører/dommere

* Medlemstallet er nå justert i henhold til nye og bedre rutiner for medlemsregister

ÅRSMELDING FOR IDRETTSLOG UTVALG 1997

Idrettslig utvalg hadde følgende hovedmålsettinger for sin drift i 1997:

- * Å gi et godt sosialt trenings- og konkurranseilbud til alle aldersgrupper.
- * Å videreføre og utvikle et stort og godt ungdomsmiljø som senere kan gi grunnlag for satsing på junior- og seniornivå.

Vi opererte med 4 grupper. Disse gruppene hadde sine egne målsettinger i tillegg til de overordnede målsettingene ovenfor.

Nr	Gruppe	Alder
1	Barnegruppa	7-12
2	Lagseriegruppa	11-14
3	Ungdom sprint/tekniske øvelser	15-22
4	Senior mellom og langdistanse	20+
5	Veteraner	35+

Lagseriegruppa

Lagseriegruppa har hele sesongen trent sammen med ungdomsgruppa. Deltagelsen på trening i vintersesongen var svært god, men interessen dabbet av utover sommeren. Vi deltok ikke på lagserien på Hurdal, men klarte likevel å kvalifisere oss til lagsseriefinalen på Jessheim etter å ha vunnet på Nittedal og blitt nr. 2 på Sørurn. I finalen ble vi nr. 5 av 8 lag. Med 11 deltagere var dette en svært god prestasjon.

Også i forhold til stevner var mange innom, men kun 2 deltok fast gjennom hele sesongen. Blant disse to samt flere av de som kun deltok på noen stevner hadde vi flere resultater som holdt høyt nasjonalt snitt. Problemet i år som i fjor har vært å skape et stabilt trenings- og konkurransemiljø med rekrutterte deltagere.

Resultatmessig vil vi trekke fram Maren Lier på 100 m med 13.87, og Andreas Eikli Liers resultat i diskos på 31,80. Begge forsvarer en 5. plass på årets landsstatistikk.

Ungdomsgruppa

I denne gruppa har det i praksis vært to faste innslag, Ragnhild Nilsen og Håkon Asmyhr. Til tross for et mangelfullt treningstilbud med liten kontinuitet, har begge hatt en god sesong.

Ragnhild ble nr. 5 i diskos og nr. 8 i kule i UM. Hun fikk bestemannspremie for jenter i KM med resultatet 10,72 i kule. Håkon har nok en gang vært i den absolutte landstopp i sin klasse med besteresultat i høyde på 1,94. I diskos er han nr. 2, i spyd og lengde nr. 4. I UM vant han høyde, ble nr. 2 i diskos, nr. 7 i lengde og nr. 4 i kule. Han har flere toppresultater fra de store nasjonale stevnene.

Mellom-/langdistanse

Denne gruppa har vært trent av Finn Løkeberg. Utøverne har vært med i en del stafetter og individuelle løp. Gine Salberg ble nr. 2 i et nasjonalt gateløp i Drøbak i kamp med flere av landets beste løpere. Hun ble nr. 6 i lang løype i terrengløp NM. Et stafettlag fra AHF ble nr. 5 i samme mesterskap. I Tjeiomila i Stockholm ble Gine nr. 23, og i Lidingøloppet ble hun som 4. beste norske nr. 12.

Heidi Berger har også hatt en god sesong. Resultatet på 400m hekk var bare 2 sekunder fra kravet til NM deltagelse. Både hun og Mette Hanneborg ble B-mestere. I karuselløp har Knut Øyvind Alfarrustad, Bjørnar Tollefsen og Rune Johnsen har gjort det svært bra.

I Holmenkollstafetten gjorde kvinnenlaget på nytt en god innsats med 22. plass. De gikk likevel ned fra Eliteklassen, men med minst mulig margin.

Veien videre

Hovedproblemet i fjor var manglende kontinuitet og kvalitet i treningstilbudet for lagserie- og ungdomsgruppa. Uten et godt treningstilbud, vil vi aldri nå målet om å få et stabilt treningsmiljø. Selv om vi klarer å få et godt treningsmiljø, kan vi likevel ikke være sikre på å nå målet. Hva som er "in", trender i samfunnet, venner og miljø er nok det som til syvende og sist teller mest. Disse faktorene klare vi ikke å styre. Det eneste vi kan gjøre er å arbeide videre. Sammen med andre individuelle idretter sliter vi for tiden, men tiden kan forandre seg.

For de eldre utøverne står klubben for tiden på et slags sted i hvil. Gruppa til Finn har gjennom flere år hatt et godt tilbud, men liten fornyelse og litt avskalling. Foreløpig ser det bra ut med tanke på neste år da en flere av de "gamle" har kommet tilbake.

ÅRSMELDING FRA BARNEUTVALGET

Dette året ble en ny utfordring for utvalget, Terrenkarusell som er blitt like naturlig som våren gikk sin vante tro på god måte. ca. 120 deltakere.

Hva var så det spesielle for oss?

Tidligere så har vi opplevd at noen få ildsjeler må dra det tyngste lasset gjennom sesongen og dette går igjen på motivasjon og videre lyst til å være med.

Dette året ble vi enige om at det kunne dannes en gruppe, hvor vi alle i forkant skulle bli enige om arbeidsoppgaver til hvert enkelt løp.

Finn Welde stilte seg til disposisjon fra starten, noe som gjorde dette «prosjektet» interessant for oss alle. Vi møttes i Mars på klubbhuset og ble enige om fremdrift og oppgaver til hver enkelt.

Gjennomføringen som ble gjort i år står det en solid lagmoral bak, noe som varmer en gammel rusten AHF'er hvor dette beviser styrken til vår klubb.

Deltagelsen på karusellen går i en positiv retning og vil være en viktig faktor for den strategi vi nå står foran og skal velge for kommende sesonger.

Vi vil rette en stor takk for insats og samarbeidsvilje i gruppen til følgende personer:

Sverre Martin Grepperud	Bente Kilde	Halvor Kilde
Kai Martinsen	Martin Oppegaard	Iren Ingier Sætra
Kai Sætra		

Vi ønsket en forlengelse av terrenkarusellen for aldersgruppen 6 - 12 år og ble enige om et tilbud på AHF-banen. 3 dager i Juni, med et stevne og to treninger/instruksjoner og vi hadde også tilsvarende i August.

Med dette som bakgrunn, hvor går så veien videre for oss?

Har vi som er foreldre interesse/behov for noen form for opplæring/kursing som «trenere» og hva vil dette bety for oss som klubb på kort sikt?

Vi vil i løpet av vinteren se på en gjennomføring av et «Trenerkurs» for alderen: 7 - 16 år i regi av Akershus Idrettskrets. Dette skal motivere oss til også å kunne være enda mer en bidragsyter mot våre barn, hvor glede og mestring mot den enkelte skal stå i fokus.

På vegne av gruppen «gleder vi oss til neste sesong» med nye muligheter foran oss.

Finn Welde

Robert Magnes

VETERANUTVALGET

- Delmål A Gi tilbud som passer utøvere på alle nivåer der en tar hensyn til nivåspredning.
- B Gjennomføre deltagelse i stafetter og karuseller.

Der har vært to veterangrupper som har trent regelmessig. Det har vært noe varierende deltagelse i gruppene, og nedgang fra tidligere år.

Det er liten rekruttering til gruppene og gjennomsnittsalderen øker.

Treningen har vært tilpasset de ulike grupper og vi har hatt få skader, målsettingen har også for alle grupper blitt mer mosjonsrettet og konkuransedeltagelsen i gruppene har vært lav.

Et veteranlag deltok i Bruvollstafetten.

Det lyktes bare å stable på bena et veteranlag til holmenkollstafetten (superveteraner).

Deltagelsen blant veteranene i AHF-karusellen var liten og mindre enn tidligere år.

Det har ikke vært interesse nok til å stille lag i KM eller NM-stafetter.

Alle har hatt mulighet til å ta idrettsmerke i forbindelse med treningen i sommerhalvåret.

Veterangruppene representerer viktige sosiale og idrettslige aktiviteter som bidrar til å knytte mange voksne til vårt idrettslag.

Sjur Bakken

IDRETTSMERKEUTVALGET

Antallet avlagte idrettsmerkeprøver er gått ytterligere tilbake fra forrige år og vil i 1997 ligge på ca. 70.

Ole-Chr. Mangen og Jan A. Ydersbond oppfyller kravene til statuetten etter årets merkesesong, Magne Skogstad får ministatuet i gull, Håvard Lund (fortsatt merketaker i AHF!) 7 stjerner, Egil Lier 4 stjerner, Kåre Thoresen og Knut Aarnes 2 stjerner og Magne Gromsrud 1 stjerne.

Egil Lier

ÅRSBERETNING ARRANGEMENTSUTVALGET 1997

Følgende arrangement er gjennomført i 1997:

- **04.01 - Vinterkarusellen**

Et årvisst og greit arrangement med to løypealternativ.

- **22.05 - Tinstafetten**

I underkant av 30 lag deltok fra vårt område. Liten belastning for klubben så lenge BVS hadde funksjonærene. Stevneleder var Stein L.

- **24.05 - Nasjonalt ungdomsstevne**

Betydelig bedre deltakelse enn året før. En del sentrale klubber blei kontakta før øvelsesprogrammet var bestemt. Bra teknisk gjennomføring.

- **15.06 / 14.08 - Barnestevner**

For andre året på rad arrangerte vi barnestevner. Bra frammøte og stor aktivitet de to timene stevnene varte. Denne formen for stevner burde gi mulighet for større rekruttering til klubben. Ca. 80 deltakere i første stevne, 50 i det andre.

- **23./24.08 - KM 11 - 18 år**

Et todagersstevne som krever mange funksjonærer. Bra deltakelse og en grei teknisk gjennomføring.

- **28.08 - Åpent klubbmesterskap**

Dette var et arrangement som heller ikke i år hadde mange deltakere.

- **16.04 - 30.04 - 21.05 - 11.06 AHF karusellen**

Etter fjorårets lave deltakerantall på 93 prøvde vi i år med noen forandringer av tidligere stevnekonsept. Markering av at dette var det 10. året samt flere gavepremier og betydelig bedre markedsføring skulle heve deltakerantallet. Resultatet blei i overkant av 60 deltagere.

NORGES FRIDRETTSFORBUNDS LAGSERIER FOR KVINNER

Aurskog-Høland Friidrettslag
v/ Roar Lunder
Moe
1960 Løken

Rapport pr. 10.10.97 - 4. div: 8 obligatoriske + 7 valgfrie

Oblogatoriske øvelser:

100m	Mette Hanneborg	13.30	619	Bjørkelangen 24.5
200m	Mette Hanneborg	26.82	698	Stovner 16.8
400m	Mette Hanneborg	60.10	774	Bislet 5.8
800m	Heidi Berger	2.20.35	786	Stovner 25.6
1500m	Gine Salberg	4.57.1	708	Bjørkelangen 30.4
5000m	Gine Salberg	18.08.92	711	Bislet 30.7
400m hk	Heidi Berger	67.08	751	Jessheim 11.8
lengde	Ragnhild Nilsen	4.49	551	Bjørkelangen 24.8
Sum			5598	

Valgfrie øvelser:

3000m	Gine Salberg	10.23.01	745	Bislet 15.7
400m	Heidi Berger	61.40	734	Lillehammer 28.6
200m	Heidi Berger	27.51	647	Bislet 24.7
400m hk	Mette Hanneborg	71.79	642	Jessheim 11.8
1500m	Kristin Tørnby	5.14.0	604	Bjørkelangen 30.4
3000m	Kristin Tørnby	11.23.7	574	Bjørkelangen 11.6
kule	Ragnhild Nilsen	9.24	537	Lillestrøm 15.9
Sum			4483	
Sum total			10081	

DONALD DUCK LEKENE

Deltakere fra AHF:

Maren Lier og Andreas Eikli Lier

NORSK MESTERSKAP FOR UNGDOM INNENDØRS

4.plass	G15	Håkon Asmyhr	høyde	1.85
4.plass	G15	Håkon Asmyhr	kule	12.89

NORSK MESTERSKAP FOR UNGDOM

Gull	G15	Håkon Asmyhr	høyde	1.92
Sølv	G15	Håkon Asmyhr	diskos	37.34
4.pl.	G15	Håkon Asmyhr	kule	13.74
7.pl.	G15	Håkon Asmyhr	lengde	5.97
11.pl	G15	Håkon Asmyhr	spyd	40.94
5.pl	J16	Ragnhild Nilsen	diskos	33.98
8.pl.	J16	Ragnhild Nilsen	kule	10.63

B - NM

Gull	KS	Mette Hanneborg	200m	26.82
Gull	KS	Heidi Berger	400m hekk	67.69

NORSK MESTERSKAP I TERRENGLØP

6.pl.	KS	Gine Salberg	6 km	24.25
-------	----	--------------	------	-------

STAFETTRESULTATER

Fjellhamarstafetten menn senior 12.pl. 27.09

Øyvind Solberg, Terje Karlsen, Bjørnar Tollefsen, Eivind Krog, Finn Løkeberg, Lars Østli, Terje Aaseby, Andre Glåmen.

Fjellhamarstafetten kvinner senior 3.pl. 32.02

Bruvollstafetten menn senior 2.pl. 17.14

Bruvollstafetten menn veteraner 3.pl. 18.57

Finn Løkeberg, Sverre Ingier, Per B. Jacobsen, Sjur Bakken, Ove Åserud, Julian Jonassen, Stein Lier

Holmenkollstafetten menn senior kl. 2 46.pl. 55.31

Øyvind Solberg, Carl Fr. Havnås, Yngve Halse, Rune Johnsen, Torbjørn Lie, Bjørnar Tollefsen, Knut Øyvind Alfarrustad, Lars Østli, Terje Karlsen, Dag Olav Kjernsholen, Andreas Lunder, Eivind Krog, Terje Aaseby, Runar Lie, Andre Glåmen.

Holmenkollstafetten kvinner elite kl. 8 22.pl. 64.08

Heidi Berger, Merethe Ødegaard, Lise Braathen, Kristin Tørnby, xx, Mona Øversveen, Monica Bråthen, Line Aarnes, Gine Salberg, Randi Dalheim, Ragnhild Nilsen, Helene Gløtta, Kristine Ø. Tollefsen, Hanne Kolstad, Mette Hanneborg

Holmenkollstafetten menn superveteraner kl. 15 13.pl. 61.17

Arne Langseth, Kåre Lien, Sverre Ingier, Odd Tore Bjerkheim, Ole Andresen, Vidar Myhrvold, Finn Løkeberg, Kjell Nilsen, Julian Jonassen, Widar Hellerud, Finn Welde, Per B. Jacobsen, Jon Hogseth, Stein Lier, Terje Aaserud

Manpowerstafetten mixed elite 3.pl.

Knut Øyvind Alfarrustad, Gine Salberg, Rune Johnsen, Kristin Gløtta, Eivind Krog (lag 1). Øyvind Solberg, Heidi Berger, Stein Johnsen, Kristine Ø. Tollefsen, Bjørnar Tollefsen (lag 2).

Bruvollstafetten klasse gutter 3.pl. 5.55

Bruvollstafetten klasse jenter 2.pl. 6.33 (lag 2)
4.pl. 6.51 (lag 1)

NM i terrengstafett kvinner 5.pl.

Kristin Tørnby, Gine Salberg, Kristine Ø. Tollefsen, Mona Øversveen

ÅRSBESTESTATISTIKK 1996

Aleksander Magnes 1986

60m	9.78	Bjørkelangen 24.8
800m	2.53.91	Bjørkelangen 24.8
Lengde	3.64	Bjørkelangen 23.8
Høyde	1.05	Bjørkelangen 24.8

Jørgen Bakken 1985

60m i	9.47	Askimhallen 26.1
60m	9.74	Bjørkelangen 24.5
800m i	2.48.30	Askimhallen 26.1
Lengde	3.15	Sørum 1.9
Høyde	1.20	Bjørkelangen 24.5
Slengball 1kg	14.40	Sørum 1.9

Martin Syversen 1985

60m i	10.24	Askimhallen 26.1
60m	10.08	Jessheim 13.9
Lengde	3.44	Sørum 1.9
Slengball 1kg	18.80	Sørum 1.9

Petter Grepperud 1985

Lengde	3.81	Jessheim 13.9
Kule 2kg	8.50	Jessheim 13.9

Andreas Fallet 1985

60m	9.67	Bjørkelangen 24.5
-----	------	-------------------

Eskil Sand 1985

60m	10.13	Bjørkelangen 24.5
-----	-------	-------------------

Steffen Sannes Hauger 1985

60m	10.34	Bjørkelangen 24.5
-----	-------	-------------------

Jan Bjarne Aas 1984

60m	8.40	Bjørkelangen 23.8
60m hekk	10.8	Sørum 1.9
Lengde	4.37	Bjørkelangen 23.8
Høyde	1.40	Jessheim 13.9
Kule 3kg	9.64	Bjørkelangen 23.8
Slengball	30.00	Sørum 1.9

Andreas Eikli Lier 1984

60m	9.72	Bjørkelangen 23.8
60m hekk	11.9	Sørum 1.9
Lengde	3.51	Sørum 1.9
Kule 3kg	9.59	Jessheim 13.9
Diskos 600g	31.80	Jessheim 13.9
Spyd 600g	26.08	Lambertseter 7.6
Slengball	30.80	Sørum 1.9

Magnus Aasheim 1983

800m	2.24.18	Bjørkelangen 24.8
Lengde	3.99	Jessheim 13.9
Slengball	22.30	Sørum 1.9

Cato-Fagermoen 1983

60m hekk	12.1	Sørum 1.9
Lengde	4.00	Sørum 1.9
Slengball	20.70	Sørum 1.9

Morten Harefallet 1983

60m	8.62	Bislet 14.6
-----	------	-------------

Håkon Asmyhr 1982

60m		
100m	12.56	Bjørkelangen 24.8
Lengde	6.01	Bislet 14.6
Høyde	1.94	Nadderud 21.6
Kule 3kg	13.74	Nesbyen 3.8
Diskos 1.5kg	37.38	Bjørkelangen 23.8
Spyd 600g	54.40	Nadderud 20.6

Lars Østlid 1979

60m i	7.66	Ekeberghallen 1.3
100m	12.03	Bislet 13.6
200m	24.52	Nadderud 20.6

Terje Karlsen 1979

1500m	4.35.8	Bjørkelangen 30.4
-------	--------	-------------------

Andre Glåmen 1976

100m	12.03	Bjørkelangen 24.5
------	-------	-------------------

Eivind Krog 1972

1500m	4.42.5	Bjørkelangen 30.4
5000m	17.39.9	Bjørkelangen 11.6

Ronny Nordli 1966

1500m	4.31.7	Bjørkelangen 30.4
-------	--------	-------------------

Rune Johnsen

5000m	4.33.8	Bjørkelangen 30.4
-------	--------	-------------------

Bjørnar Tollefsen

1500m	4.51.0	Bjørkelangen 30.4
5000m	17.50.2	Bjørkelangen 11.6

Knut Øyvind Alfarrustad

1500m	4.37.0	Bjørkelangen 30.4
5000m	17.11.8	Bjørkelangen 11.6

Unn Therese Aas 1986

Lengde	2.93	Sørum 1.9
Slengball 1kg	16.76	Sørum 1.9

Karen Anna Karlsen 1986

Lengde	3.20	Sørum 1.9
Høyde	1.05	Sørum 1.9
Slengball 1kg	18.08	Sørum 1.9

Anne Vilberg 1986

Lengde	3.13	Sørum 1.9
Slengball 1kg	10.30	Sørum 1.9

Marthe Skjermo 1985

60m	10.21	Bjørkelangen 24.5
Høyde	1.25	Bjørkelangen 24.5

Jeanette Paunes Bråthen 1985

60m	10.25	Bjørkelangen 24.5
-----	-------	-------------------

Silje Berg 1985

60m	10.27	Bjørkelangen 24.5
-----	-------	-------------------

Annbjørge Fagersand 1984

Spyd 400g	13.92	Bjørkelangen 24.8
-----------	-------	-------------------

Ingrid Vilberg 1984

60m	8.75	Bjørkelangen 23.8
60m hekk	13.5	Sørum 1.9
Lengde	3.61	Sørum 1.9
Kule 3kg	6.58	Jessheim 13.9
Spyd 400g	18.96	Bjørkelangen 24.8
Slengball	23.20	Sørum 1.9

Line Fallet 1984

60m	9.49	Jessheim 13.9
Spyd 400g	19.58	Bjørkelangen 24.8

Einhild Selnes 1984

100m	14.06	Bjørkelangen 24.5
60m hekk	12.26	Bislet 13.6
Lengde	3.87	Bjørkelangen 24.5

Silje Aarnes 1984

60m	9.59	Jessheim 13.9
60m hekk	12.5	Sørum 1.9
100m	15.23	Bislet 31.5
Lengde	3.08	Sørum 1.9
Høyde	1.30	Bislet 15.6
Slengball 1kg	21.56	Sørum 1.9
Kule 3kg	6.34	Bjørkelangen 23.8

Maren Lier 1984

60m i	9.05	Ekeberghallen 1.3
60m	8.71	Bislet 14.6
60m hekk	12.29	Bislet 13.6
100m	13.87	Bjørkelangen 24.5
Lengde	4.05	Bislet 31.5
Slengball 1kg	15.54	Sørum 1.9

Kristin Kollerud 1982

100m	14.87	Bislet 14.6
------	-------	-------------

Ragnhild Nilsen 1981

100m	14.00	Bislet 31.5
200m	29.44	Bjørkelangen 23.8
Lengde	4.49	Bjørkelangen 24.8
Kule 3kg	10.72	Bjørkelangen 23.8
Diskos 0.75kg	33.98	Nesbyen 1.8
Kule 4kg	9.24	Lillestrøm 15.9
Slegge 4kg	26.74	Lillestrøm 8.9

Heidi Berger 1974

200m	27.51	Bislet 24.7
400m	61.40	Lillehammer 28.6
800m	2.20.35	Stovner 25.6
400m hekk	67.08	Jessheim 11.8

Mette Hanneborg 1975

100m	13.30	Bjørkelangen 24.5
200m	26.82	Stovner 16.8
400m	60.10	Bislet 5.8
400m hekk	71.79	Jessheim 11.8

Gine Salberg 19

1500m	4.57.1	Bjørkelangen 30.4
3000m	10.23.01	Bislet 15.7
5000m	18.08.92	Bislet 30.7

Kristin Tørnby 1971

1500m	5.14.0	Bjørkelangen 30.4
3000m	11.23.7	Bjørkelangen 11.6

Hovedsponsor 1997



Høland Sparebank

BJØRKELANGEN — LØKEN — HEMNES

V. Ø. Høland