

Aurskog - Høland Friidrettslag



Årsberetning
1999

Fra lederen

Takk til alle som har deltatt og bidratt til gjennomføringen av friidrettsåret 1999.

Det gjøres en betydelig innsats for å gi et godt tilbud til alle som ønsker å drive med friidrett, selv om vi kunne ønske at flere ville benytte seg av det.

Vi har en rekke gode idrettsprestasjoner også i år. Vi har et nøkternt, men godt arrangementsopplegg. Økonomien er relativt god.

Finn Welde
leder

Arbeidet i styret 1999

Styret har avholdt 8 styremøter i 1999. Det er behandlet 34 saker, inkl. referater og informasjon.

De viktigste sakene har vært:

- Forhold knyttet til trening/oppfølging aktiv gruppe
- Sponsoravtale med "jubileumstillegg" Høland Sparebank
- Leieavtale Setskog/Høland, reforhandling for kommende sesong
- Mulig leieavtale med BSF
- Planer for rehabilitering av banen
- Nye klubbdrakter

Utmerkelser

Det blir ikke delt ut rekrutt- eller innsatspokal for 1999.

Tillitsvalgte 1999

Styret

Leder: Finn Welde
Nestleder: Øyvind Olsen
Kasserer: Sverre Ingjer
Sekretær: Terje Aaserud
Styremedlem: Stein Lier

Kai Martinsen

Revisorer

John Swanstrøm
Torkjell Høgenes

Økonomi/Sponsorutvalg

Ole Christian Mangen
Sverre Ingjer
Carl Fr. Havnås

Medlemsregister/klubb- rekorder

Knut Clausen

Alle tiders statistikk

Tor Olsen

Idrettslig utvalg

Sprint/tekniske øvelser

Stein Lier
Øyvind Asmyhr
Kjell Nilsen
Jorunn Aas
Maren Å Aamodt
Finn Løkeberg

Statistikk

Roar Lunder

Banekomité

Øyvind Olsen
Roar Lunder
Johan Hveem

Mellom/langdistanse

Finn Løkeberg
Carl Fr. Havnås
Randi Dalheim

Rehabilitering anlegg

Finn Welde

Idrettsmerkeutvalg

Liv Simonsen, Sigurd Dalby

Veteranutvalg

Per B. Jacobsen
Carl Fr. Havnås

Arrangementutvalg

Bjørn Lier, Terje Aaserud,
Gro Sannes Hauger

Barneutvalg

Martin Oppegaard
Iren Sætra
Johan Hveem
Halvor Kilde

Valgkomite 99

Carl Fr. Havnås
Anne Ki Bakken
En el. to fra styret

Regnskapssammendrag for AHF 1999

Konto	Regnskap 1998	Budsjett 1999	Regnskap 1999	Note
Resultatregnskap 1.11.98-31.10.99				
3010 Medlemskontingent	15.350,00	15.000,00	13.250,00	1
3020 Trenings- og instruksjonsinntekter	7.050,00	7.000,00	5.950,00	
3220 Kommunale tilskudd	17.459,00	17.000,00	19.076,00	
3320 Startkontingent egne stevner	18.720,00	10.000,00	13.660,00	
3360 AHF karusellen	6.350,00			
3370 Rekruttutvalget	6.349,00	5.000,00	9.400,00	
3420 Leieinntekter bane/anlegg	37.250,00	40.000,00	40.800,00	
3510 Salg drakter	350,00	2.000,00	500,00	
3540 Salgsinntekter kiosk	12.290,50	7.000,00	3.350,00	
3610 Lotteri	10.000,00	23.000,00	13.990,00	
3620 Bonus Hydro/Texaco	1.434,00	1.000,00	1.356,00	
3630 Dugnad	10.000,00	15.000,00		
3710 Reklame og sponsorinntekter	78.100,00	80.000,00	79.800,00	2
3910 Gaver og bidrag	4.000,00			
Sum inntekter	224.702,50	222.000,00	201.132,00	
4010 Startkontingent	21.175,00	20.000,00	16.045,00	
4110 Tidtagerleie	2.464,00	2.500,00	4.258,00	
4120 Startere og dommere	250,00	500,00		
4210 Utgiftsgodtgjørelse trenere	43.505,00	40.000,00	25.150,00	
4220 Samlinger og stevner	16.834,30	17.000,00	18.688,50	
4310 Trenerutdanning	850,00	2.000,00		
4400 AHF karusellen	1.705,00		2.735,00	
4500 Rekruttutvalget	2.507,00	5.000,00	4.319,00	
6470 Premier	10.732,15	7.000,00	9.994,00	
Sum stevne- og aktivitetsutgifter	100.022,45	94.000,00	81.189,50	
5000 Treningsstøtte	23.160,00	20.000,00	23.084,50	
5110 Møteutgifter	75,01	500,00	530,00	
5120 Registerføring og regnskap	4.500,00	3.000,00	3.000,00	
5200 Rekvisita og trykksaker	13.049,06	3.000,00	3.326,00	
5210 Porto og telefon	773,60	1.000,00	1.315,20	
5320 Bladet friidrett	2.880,00	3.000,00	3.528,00	
5340 Årsberetning	1.500,00	1.500,00	2.000,00	
5350 Gaver og blomster	634,00	1.000,00		
5400 Annonser/markedsføring	7.919,00	8.000,00	6.399,50	
Sum Administrasjon, Møter, Markedsføring	54.490,67	41.000,00	43.183,20	
6200 Halleie	18.097,50	20.000,00	18.535,00	
6310 Idrettsmateriell	5.263,00	10.000,00	8.609,50	
6510 Vedlikehold anlegg	1.821,10	5.000,00	4.394,00	
6520 Forsikringer	2.808,00	3.000,00	2.968,00	
6530 Strøm	6.750,00	9.000,00	4911,50	
6540 Banemerking/vanning, renhold klubbhus	5.810,20	6.000,00	6.005,00	
Sum Anlegg, Drift, Investeringer	40.549,80	53.000,00	45.423,00	

Konto	Regnskap 1998	Budsjett 1999	Regnskap 1999	Note
7210 Kontingent krets	4.500,00	4.500,00	4.500,00	
7220 Startavgift forbund/krets	160,00	2.000,00	1.552,00	
7510 Innkjøp drakter	0	4.000,00	7.500,00	
- aktivering			-7.000,00	
+ nedskrivning beholdning			500,00	
7540 Salgsutgifter kiosk	3.765,00	5.000,00	2.510,49	
7610 Lotteri	14.500,00	14.500,00		
Sum Tilskudd, Kont., Utgifter innt.tiltak	22.925,00	30.000,00	9.562,49	
8010 Renteinntekter	797,92	0	2.648,45	
8110 Renteutgifter	(1.300,00)	(1.500,00)	(493,00)	
Sum finans	(502,08)	(1.500,00)	2.155,45	
Resultat	6.212,50	2.500,00	23.929,26	
Balanse pr. 31.10.99				
1010 Kasse	(39,00)			
1030 Høland Sparebank, 60.34728	50.400,33		9.698,64	
1032 Aurskog Sparebank	216,10		223,10	
1033 Høland Sparebank, 60.74398	26.936,00		48.493,00	
1070 Postgiro	2.193,56		2.210,01	
1550 Varelager kiosk, drakter	1.620,00		7.500,00	
1210 Fordringer	23.810,00		67.510,00	3
1920 AHF Banen	300.000,00		300.000,00	
Sum eiendeler	405.136,99		435.634,75	
2010 Leverandørgjeld	0		5.328,50	
2210 Skyldig skattetrekk	1.860,00		3.100,00	
2410 Avsatt feriepenger	1.020,00		1.020,00	
2720 Høland Sparebank	0		0	
2910 Egenkapital	402.256,99		426.186,25	
Sum gjeld og egenkapital	405.136,99		435.634,75	

Note 1) Antall betalte i medlemmer i 1999 er 166.

Note 2)	Reklame/sponsorinnt.	Høland Sp.bank	55.300,00
		Gjensidige	2.000,00
		Div. skiltreklame99	27.000,00
		Tapt skiltreklame98	- 4.500,00
		Sum	79.800,00

Note 3)	Fordringer	Setskog-Høland FK	37.310,00
		Lierfoss FK	800,00
		Riiser BK	2.400,00
		Div. sponsorer/skilt	27.000,00
		Sum	67.510,00

Økonomiutvalget 1999

Hovedsponsor, 55.300 kr
Høland Sparebank

Skiltreklame, 3.000 kr
Indre Akershus Blad

Skiltreklame, 1.500 kr
Aurskog-Høland S-lag
Aurskog Sparebank
Bjørkelangen Sport
Bjørkelangen Trafikksenter
Dyno-Cipax
Gjensidige
Hydro Texaco Bjørkelangen
Høland Sparebank
Indre Akershus Blad
Norsk Iskrem BA
PDC Tangen AS
Rema-1000 Bjørkelangen
Rimi Bjørkelangen
Roma Min.vann Lillestrøm
Romerikes Blad
Rosenberg A/S
Skansen Farge og Jern
Solheim Gertneri
Stangeskovene
Aarstad & Sønner

I tillegg har AHF delinntekter på Setskog-Høland FK sin skiltreklame rundt banen.

I forbindelse med Høland Sparebanks 150 års jubileum fikk vi tilbud om å "selge" bilstreamers til lagets medlemmer. Det er til nå delt ut ca. 20 og vi får 150 kr pr. stk.

Det er ikke gjennomført inntektsbringende dugnader i år, men vi er forespeilet dugnad i høst/vinter.

Carl Fredrik Havnås
Ole Christian Mangen
Sverre Ingjer

Satsningsområder 1999-2001

Idrettsaktiviteter

- 1A Det satses på å videreføre klubbens tilbud med sikte på å kunne ha et levedyktig ungdomsmiljø.
Kommentar: Det satses på å beholde topputøvere i klubben innenfor vedtatte retningslinjer som et virkemiddel
- 1B Det satses på videreføring og utviding av tilbudet til aldersgruppen 7-12 år.
Kommentar: Det bør finnes et fast tilbud i hele sommersesongen
- 1C Det satses på å videreføre tilbud og miljø i mellom-/langdistansegruppe
Kommentar: Det satses på å beholde topputøvere i klubben innenfor vedtatte retningslinjer som et virkemiddel
- 1D Stabilisere antall idrettsmerkeprøver rundt 80.
- 1E Opprettholde tilbud og miljø på mosjonsnivå og for veteraner.
Kommentar: Stabile trenere vil være avgjørende

Sosialt miljø

- 2A Innarbeide og videreføre sosiale arrangementer.
Kommentar:
Idé: Ha et enkelt felles arrangement i tilknytning til start av treningssesong

Arbeid med organisasjon, planlegging og økonomi

- 3A Laget skal ha et løpende overskudd i driften (kfr. LTB).
Kommentar: Arbeid med avtaler bør starte tidlig (før årsmøte 1998)
Dugnader også viktig virkemiddel.
- 3B Generelt satses det på arrangementer som kan gi inntekter.
Kommentar: Prioritere nasjonalt stevne og barnestevner+ eventuelt KM.
Opprettholde høy kvalitet på arrangementer.
- 3C Anlegget holdes i god stand og begrenset rehabilitering gjennomføres i perioden.
Kommentar: Dugnadsinnslag bør begrenses og i alle fall ikke ramme idrettsaktiviteter

Utvikling og fornyelse

- 4A Stabilisere medlemstallet.
- 4B Nye tillitsvalgte/medhjelpere hvert år
Kommentar: Prioritering av ressurspersoner til idrettsaktiviteter
- 4C Utdanne nye trenere/instruktører og opprettholde kompetanse hos dommere
Kommentar: Utdanning av trenere/ instruktører prioriteres

Årsmelding fra idrettslig utvalg

I Lagseriegruppa

I vintersesongen hadde vi et visst frammmøte. Det var imidlertid vanskelig å få et etablert et stabilt miljø. Hovedårsaken var kollisjoner med andre idretter. Friidretten klarte ikke å konkurrere med lagspillene. Av andre årsaker til dagens situasjon kan nevnes:

- For lange avstander til å rekruttere annet enn fra Bjørkelangen
- Ikke synlige resultater av skolestevner.
- Mangler ledere og trenere for gruppen 10+.

II Ungdom sprint/tekniske øvelser

Henviser til handlingsplanen.

I forhold til våre målsettinger lyktes vi best med målet om å skaffe ei stabil ungdomsgruppe. Vi var ikke mange, men for første gang på flere år beholdt vi en stamme gjennom hele sesongen. Etter at Trine etter flere års innsats trakk seg som trener midt i sesongen, stilte Jan Amund opp på kort varsel. Dette skapte stabilitet og økt kvalitet på de tekniske øvelsene, særlig innen kast. Resultatmessig hadde alle i ungdomsgruppa framgang. Utøverne deltok på alle de 3 store stevnene i Østlandsområdet, og oppnådde mange bra plasseringer.

Tidlig ble det fokusert på deltagelse i ungdomsmesterskapet med flest mulig deltagere. Dette jobbet gruppa planmessig mot. Årets høydepunkt ble også turen til UM i Florø. Vi klarte å få 5 deltagere kvalifisert. Maren Lier overrasket mest med 3. plass på 100 m jenter 15. Håkon Asmyhr klarte også 3. plass, men dette var mer som forventet.

Ragnhild Nilsen og Andreas Eikli Lier hadde begge framgang innen kastøvelsene. Ingrid Vilberg hadde på slutten av sesongen svært gode tider på 100 meter, men lyktes ikke helt i UM.

Sportslig sett rangerer Håkons 3. plass i NM junior i høyde høyest sesongen sett under ett. Den nye personlige rekorden ble økt til 2 meter.

Veien videre

Målet videre må være å beholde medlemmen på ungdomsgruppa og få med noen flere. En slik enhet vil kunne gi det sosiale enheten vi har etterlyst med sosial tilhørighet og lagfølelse. Jan Amund har sagt ja til å trene gruppa 2 – 3 ganger i vinter, og dette berger for kvalitet med tanke på treningsinnholdet. Håkon vil opprettholde sitt treningstilbud i Oslo.

II Mellom-/langdistanse

Treningstilbud

Gruppa til Finn Løkeberg har vært stabil gjennom hele året. De hadde to faste treningsdager. Nytt av året er et samarbeid med veteranene som har fungert bra.

Konkurranser

Årets resultater har vært noe under pari. De mest stabile på mannssida har konkurrert lite, men har hevdet seg bra i de konkurransene de har prioritert. Herunder kan nevnes KM. Bjørnar Tollefsen vant sin klasse i Stomperudkarusellen til tross for skadeproblemer.

Gine Salberg har vært forfulgt av skader sesongen gjennom. Først på høsten ble hun skadefri. Hun klarte på denne tiden å oppnå 4. plass i Oslo Maraton, 5 km, og ble nr. 17 i Lidingøloppet. Med dette resultatet ble hun 3. beste norske og telte i nasjonskonkurransen.

Veien videre

Grappa har startet opp i høst med bra framme så langt. Målet må være å øke antallet og få en større gruppe av utøvere som ønsker å konkurrere.

Lierfoss 20. November 1999

Stein Lier(s)

Fra barneutvalget

Barneutvalget har igjen hatt gleden av å arrangere 4 løp i terrengløpskarusellen og 4 barneleker på banen. Terrengløpskarusellen har hatt 110 deltakere og barnelekene på banen har hatt 78 deltagere.

Barneutvalget har hatt deltakere fra alle skolene i kommunen, noe som tyder på at innbydelsene har nådd ut. I tillegg har banearrangementene vært kunngjort i lokalavisen. Deltagelsen har vært helt ned til 3-årsalderen og opp til 12 år. En slik aldersspredning viser at det spirer og gror rundt om kring i kommunen, men målet må være å få enda flere deltagere med. Viktig at en skaper interesse hos både foreldre og barna og engasjement har det vært. Foreldre har vist en flott innstilling og det har kommet mange positive tilbakemeldinger angående disse arrangementene.

Vil rette en stor takk til deltakerne i barneutvalget. Utvalget har bestått av: Johan og Bente Hveem, Halvor Kilde, Kai Martinsen, Iren Ingier Sætra, Finn Welde, Kari Høgenes og Martin Oppegaard.

På vegne av barneutvalget takker vi for sesongen 99 og ønsker flere deltagere og flere ivrige foreldre i år 2000.

Martin Oppegaard

Fra idrettsmerkeutvalget

I 1999 har ca. 30 stykker klart prøvene til Idrettsmerket.

Liv Simonsen

Fra arrangementsutvalget

Følgende arrangement er gjennomført i 1999:

- **09.01 - Vinterkarusellen**

Rundt 200 løpere deltok i årets løp. Ved hjelp av 4-5 stk klarer vi gjennomføringa av dette løpet. Et årvisst og greit arrangement med to løypealternativ på 5 og 9 km.

- **20.05 - Tinstafetten**

BVS stiller med funksjonærer, men vi må stå for planlegging og gjennomføring. Dette er avhengig av at en av våre kan stille på dagtid.

- **29.05 - Nasjonalt ungdomsstevne**

Også dette året hadde vi bra deltakelse. "Fiffet" opp stevnet ved hjelp av innleid speaker (Hemsvik). Vi var heldige som ikke hadde konkurranse av andre stevner i regionen. Fortsatt god teknisk gjennomføring.

- **03.06 - 10.06 - 12.08 - 26.08 - Barnestevner**

Barneutvalget gjennomførte 4 uhytidelige stevner med bra framsmøte. Stevnene gir ett positivt bilde av banen og klubben.

- **17.06 - Lagserie**

Dette var et stevne vi ikke hadde søkt om, men som vi blei tildelt i ettertid. De deltakende klubbene måtte stille med funksjonærer. I tillegg hadde vi få øvelser slik at det gir liten belastning på våre egne krefter. Et greit arrangement som var ferdig på snaue to timer.

- **29.04 - 03.06 - 02.09 - AHF karusellen**

Dette året bestemte vi oss for å legge minimalt arbeid i disse løpene. Vi arrangerte 3 løp med ca 20 stk som fullførte. Det blei trukket ut en tilfeldig vinner fra hvert av løpene. Øvelsene var 4 km. vei, 10 km. terreng og 1500m / 3000m / 5000 m. bane.

**

Klubben sitter inne med mange dommere og et flott anlegg som skulle tilsi mange flere stevner i løpet av sesongen. Imidlertid har tilgangen på funksjonærer blitt svekket hvert år. Mange av våre solide støttespillere fra tidligere er ikke lenger så knyttet til klubben. Dette gjør at det blir en liten kjerne som må dra lasset og aktivitetsnivået blir redusert.

Årets resultater

NORSK MESTERSKAP FOR UNGDOM INNENDØRS

4.pl.	J 17-18	Ragnhild Nilsen	Kule	9.88
5.pl.	G 17-18	Håkon Asmyhr	Høyde	1.87
	J 15-16	Ingrid Vilberg	60m	8.59

NORSK MESTERSKAP FOR UNGDOM

Bronse	G17-18	Håkon Asmyhr	Høyde	1.98
Bronse	J15	Maren Lier	100m	13.52
4.pl	J17-18	Ragnhild Nilsen	Diskos	32.62
4.pl	J17-18	Ragnhild Nilsen	Kule	10.01
6.pl.	G15	Andreas Eikli Lier	Diskos	31.32
6.pl.	G15	Andreas Eikli Lier	Kule	12.48
	J15	Ingrid Vilberg	100m	13.52

NM JUNIOR

Bronse.	MJ	Håkon Asmyhr	Høyde	1.95
---------	----	--------------	-------	------

STAFETTRESULTATER

Holmenkollstafetten menn senior kl. 2 44.pl. 56.21

Runar Lie, Sten Johnsen, Øyvind Solberg, Eivind Krog, Rune Johnsen, Tommy Bjørndalen,, Knut Ø. Alfarrustad, Kjetil Myhrvold, Bjørnar Tollefsen, Torbjørn Lie, Håkon Asmyhr, Carl Fr. Havnås, Terje Aaseby, Øyvind Myhrvold, Terje Karlsen

Holmenkollstafetten kvinner kl. elite 16. pl 64.31

Randi Dalheim, Monica Bråthen, Trine Syversen, Rubi Skøyum, Turid D. Nilsen, Mona Øversveen, Anita Isaksen, Stine Røisheim, Gine Salberg, Merethe Ødegård, Kristin Kollerud, Kirsti Løvnes, Heidi Berger, Kristine Ø. Tollefsen, Mette Haneborg

Holmenkollstafetten menn superveteraner kl. 15 15.pl. 62.46

Finn Løkeberg, Julian Jonassen, Per B. Jacobsen, Ove Aaserud, Arne Langseth, Kjell Nilsen, Johan Hveem, Terje Aaserud, Odd T. Bjerkrheim, Widar Hellerud, Jan Tore Anthonisen, Jon Salberg, Ole Chr. Mangen, Øyvind Fagersand, Sverre Ingier

ÅRSBESTESTATISTIKK 1999

Kristian Aamodt 1987

Lengde	2.97	Bjørkelangen 13.6
--------	------	-------------------

Kasper Aas 1986

60m	9.16	Lillehammer
100m	14.73	Bjørkelangen 29.5
Lengde	4.63	Bislet 11.6
Kule 3kg	7.80	Bjørkelangen 29.5

Ali Sami Khadar 1986

Lengde	2.88	Bjørkelangen 3.6
--------	------	------------------

Andreas Eikli Lier 1984

Kule 4kg	12.48	Florø 15.8
Diskos 1.5kg	32.18	Føyka 4.9
Spyd 600g	33.30	Føyka 5.9

Håkon Asmyhr 1982

100m	12.30	Føyka 4.9
Lengde	6.06	Bjørkelangen 29.5
Høyde	2.00	Bislet 13.6

Nils Sletner 1981

100m	12.0	Føyka 2.5
100m	12.46	Føyka 4.9
200m	25.05	Føyka 5.9

Glen Larsen 1981

100m	12.23	Føyka 4.9
200m	24.48	Føyka 24.5

Stian Tanum 1978

Høyde	1.85	Føyka 4.9
Spyd	56.51	Føyka 4.9

Runar Lie 1977

800m	2.10.77	Føyka 5.9
1500m	4.35.95	Føyka 4.9

Eivind Krog 1972

1500m	4.39.69	Føyka 4.9
5000m	17.15.68	Føyka 5.9

Kristine Skjermo 1988

60m	9.88	Bjørkelangen 29.5
Lengde	3.37	Bjørkelangen 29.5
Liten ball	28.43	Bjørkelangen 29.5

Pauline Berg Mysen 1988

60m	11.07	Bjørkelangen 29.5
lengde	2.69	Bjørkelangen 29.5
Kule 2kg	7.33	Bjørkelangen 29.5
Liten ball	30.53	Bjørkelangen 29.5

Malin Martinsen 1988

Lengde	2.89	Bjørkelangen 29.5
Liten ball	23.79	Bjørkelangen 29.5

Kanani Arezo 1988

Liten ball	33.38	Bjørkelangen 29.5
------------	-------	-------------------

Gabrielle Asmyhr 1987

60m	10.25	Bjørkelangen 29.5
Lengde	3.43	Lillehammer
Liten ball	27.68	Bjørkelangen 29.5
Kule 2kg	6.13	Bjørkelangen 29.5

Anne Vilberg 1986

Kule 3 kg	6.07	Bjørkelangen 29.5
-----------	------	-------------------

Anna Berg 1984

Høyde	1.38	Føyka 5.9
-------	------	-----------

Ingrid Vilberg 1984

60m i	8.59	Drammen 13.2
100m	13.26	Føyka 5.9
200m	28.53	Bislet 10.7

Maren Lier 1984

60m i	8.73	Stange 6.3
100m	13.50	Florø 14.8
200m	28.38	Nadderud 18.6

Ragnhild Nilsen 1981

Kule 4kg	10.57	Føyka 5.9
Diskos 1kg	37.20	Føyka 5.9
Slegge	27.55	Lillehammer

Hovedsponsor 1999



Høland Sparebank

BJØRKELANGEN — LØKEN — HEMNES