



ÅRSBERETNING FOR AURSKOG HØLAND FRIIDRETTSLAG 2012



Barneterrensløpene, en tradisjon som går tilbake til 1969



Barnestevener på AHF-banen, en tradisjon som ble muliggjort da banen var et faktum

Innhold

Oppsummering 2012.....	3
Styrets beretning	3
Utmerkelser	4
Innsatspokal	4
Rekruttpokal.....	4
Årsmelding økonomiutvalget.....	4
Hovedsponsor 2012.....	4
Høland Sparebank,.....	4
Sum	4
Skiltreklame 2012	4
Trento Aurskog.....	4
Offentlige tilskudd til drift 2012	4
Tillitsvalgte AHF 2012.....	5
Årsmelding barneutvalget	5
Årsmelding idrettslig utvalg.....	6
10 år og eldre.....	6
Veteranutvalget.....	7
Nye klubbrekorder 2012	7
Kvinner SR:.....	7
Kvinner JR:	7
G-14:	7
Utestatistikk 2012	7
Årsmelding fra baneutvalget	11
Årsmelding arrangement.....	11
Arrangement:	11
Kompetansehevning:.....	11
AHF trimmen 2012	13
Sluttresultat per 1.10	13
Trekningen per 1.7.	13
Regnskap 2012.....	14
Driftregnskap	14
Balanseregnskap.....	15
Budsjettforslag	15

Oppsummering 2012

I flott sommervær var AHF godt synlige med mange lag under 1.mai stafetten på Bruvollen. Det ble mange gode plasseringer og forhåpentligvis var det starten på som vi vil se konturene av i 2013. 2012 har gitt AHF mange fine prestasjoner både fra barn og veteraner. Og det er en bevist ordlyd. AHF har ikke seniormiljø!

I arbeidet med å synliggjøre friidretten har vi blant annet arrangert terrengløp, friidrettsstevner, Tine stafetten og skolekampen. Alle arrangementene viser at vi har mange flinke barn i kommunen. Vi må også bli flinkere til å ta bruke de mulighetene slike arrangement gir oss til å rekruttere utøvere.

AHF ønsker at flest mulige skal ha mulighet til å bruk friidrettsbanen. Derfor er gitt tilbud til de største idrettslagene om at de kan bruke friidrettsbanen til organiserte treninger. BSF har sett positivt på dette og har benyttet seg av tilbudet.

Klubben har en solid basisøkonomi med penger på bok. Inntekter for den daglige drift av klubben har vært noe svak.

Høland & Setskog Sparebank vil fortsatt være vår hovedsponsor og har forlenget samarbeidsavtalen med AHF til 2015. Denne avtale setter AHF stor pris på.

I løpet av de siste 2 årene har er det vært store utskiftninger i AHF sitt styre og nye krefter er gitt mulighet til å få arbeide for klubben i fremtiden. Vil benytte denne anledningen til å takke alle for arbeidsinnsatsen de har gjort og gjør for AHF.

Ronny Nordli
Leder

Styrets beretning

Styret har hatt følgende sammensetning:

Leder: Ronny Nordli
Nestleder: Bjørnar Tollefsen
Sekretær: Per B. Jacobsen
Styremedl.: Kristin Tørnby
Styremedl.: Haakon Prytz Cederkvist
Kasserer/
regnskap.: Lene Rønn Hansen

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

- Tiltak for rekruttering til mellom-distanse/langdistanse/terrengløp
- Prioritering av deltakelse på utvalgte arrangementer (sosial satsing)
- Tiltak for å bedre økonomien, utvidelse av økonomigruppa
- Forslag til vedtektsendringer (behandles på årsmøtet)
- Avtale om treningsklær fra G-sport
- Etablering av mailregister for alle medlemmer
- Rekruttere trenere
- Forberedelser til fornying av avtalen med generalsponsoren Høland og Setskog sparebank
- Drøfting av vedlikeholdstiltak inne og ute, utarbeidelse av plan
- Forbedring av hjemmesida med økt info om treningstider og arrangementer
- Drøfting av arbeidet i idrettslig utvalg

- Løpende styresaker

Styrets arbeid har vært preget av gode og konstruktive drøftinger der det har blitt satt spesielt fokus på økonomi, treningsarbeid og rekruttering av utøvere og trenere, samt deltakelse på arrangementer.

Per B. Jacobsen
sekretær

Utmerkelser

Innsatspokal

Innsatspokalen for 2012 tildeles Kristine og Bjørnar Tollefsen for sin innsats for barn og unge i AHF. Med sin faglige kompetanse og sitt engasjement har de gjennom de siste 10 årene vært klubbens viktigste treningsressurs sammen og hver for seg.

Rekruttpokal

Det blir ikke delt ut rekruttpokal for 2012.

Årsmelding økonomiutvalget

Økonomien har vært god i 2012. Dette takket være kommunalt tilskudd, skiltreklame, og ikke minst betydelige sponsormidler fra Høland Sparebank. Laget har fortsatt også i 2012 hatt leieinntekter på baneanlegget.

Hovedsponsor 2012

Høland Sparebank, - samarbeidsavtale	80.000
Sum	80.000

Skiltreklame 2012

Aurskog Sparebank	1.500
Bjørkelangen Sport	1.500
Shell 7-Eleven Bjørkelangen	1.500
Indre Akershus Blad	1.500
07 Aurskog AS	1.500
Polimoon Cipax AS	1.500
Rema 1000 Bjørkelangen	1.500
Skjermo	1.500
Stangeskovene AS	1.500
Aarstad & Sønner A/S	1.500
Maxbo Skansen Bjørkelangen	1.500
Trento Aurskog	1.500

Offentlige tilskudd til drift 2012

A-H kommune	30.624
Norges Friidrettsforbund	8.406
Sum	39.030

Noen poster med større avvik enn budsjettet:

- Utgiften til startkontingent større enn forventet siden barnegruppen valgte å delta i flere stevner.
- Av idrettsmateriell kjøpte klubben i forbindelse med Elgheia opp, inn et nytt sett med startnumre i stoff og gjorde før sommer-sesongen en del forbedringer av utstyret på banen.
- Bjørnar Tollefsen valgte å avstå fra kjøregodtgjørelse

Samarbeidsavtale med Bjørkelangen

Sport ble inngått. Medlemmer får 20 % på alt av relevante treningsprodukter. Samtidig ble det inngått en ekstra sponsoravtale på kr. 2.500,-.

Med utgangspunkt i et lite minus budsjett, endte regnskapet opp med et overskudd på ca. 14.000,- kroner. Budsjettet for 2012 viser en økning i overskudd og er viktig med tanke på fremtidige store økonomiske utfordringer når vi skal renovere banedekke.

Rentesats på innestående har blitt satt opp til 3 %, så en økning av renteinntekten er budsjettert for 2013

Aurskog 2. desember 2012
Lene Rønn Hansen

Økonomiutvalg	<u>Ronny Nordli</u> Lene Rønn Hansen Øyvind Olsen
Banekomite	<u>Finn Løkeberg</u> Anne Gro Harby Skjeggenes Knut Aarnes Roy Veiby Øyvind Olsen
AHF-trimmen	Ellen Fjæren
Arrangementsutvalg	<u>Stein Lier</u> Øyvind Olsen Øyvind Fagersand Finn Løkeberg og Erlend Råheim Audhild og Eigil Soot
Statistikk	Anne Gro Harby Skjeggenes
Revisorer	John Svanstrøm Finn Welde
Valgkomite	Stein Lier, Carl Fredrik Havnaas, Kristine Tollefsen

Tillitsvalgte AHF 2012

Styret	
Leder	Ronny Nordli
Nestleder	Bjørnar Tollefsen
Sekretær	Per B. Jacobsen
Styremedlem	Haakon Prytz Cederkvist
Styremedlem	Kristin Tørnby
Idrettslig utvalg	
Barneutvalg	<u>Runo Førreisdahl</u> <u>Lars Jørgen Skaret.</u> <u>Kai Vidar Olufsen</u>
Gruppe 10-14	Jeanette Kjærnsholen Camilla Illidi Martin Røsholm
Gruppe 14-19	<u>Bjørnar Tollefsen</u> Haakon Prytz Cederkvist Kristine Ø. Tollefsen Anne Gro Harby Skjeggenes
Veteranutvalg	<u>Finn Løkeberg</u> Sjur Bakken Asbjørn Oppegaard Marit Berg
Resterende utvalg	
Kasserer/ regnskapsfører	Lene Rønn Hansen

Årsmelding barneutvalget

Barneutvalget har bestått av Ellen Marie D. Hoel, Lars Jørgen Skaret, Linda Slorbak, Kai Vidar Olufsen. Runo Førreisdahl har vært leder.

Vi har hatt et veldig godt samarbeid, og har alle bidratt til å løfte årets arrangementer enda et par hakk fra i fjor. Vi helt avhengig av annonsering for å nå ut. Flyers er et must! Det å jobbe aktivt inn mot Indre for å få publisitet utover egen annonsering i Indre er også viktig. Det har gitt oss god oppslutning også i år.

Kai Vidar har også i år gjort en strålende jobb i å velge gode terrengløyper å løpe i. Vi har i år som i fjor valgt å dele ut bananer isteden for is under terrengløpene, ved siden av saft. Det er tatt godt i mot av deltakerne. Vi har valgt å dele ut frukt for å ha en mer sunn kost profil På banen har vi holdt oss til is. Til sommer og sol hører isen med.

Terrengkarusellen ble arrangert 2., 10., 14. og 22. mai. Vi gjennomførte med generelt noe lengre baner i år enn i fjor. Setskog er karusellens perle og er gir en fantastisk ramme til det siste terrengløpet. 61 kom på til start på Setskog, noe som er ny rekord. For mange av disse var det årets første terrengløp.

Barnestevnene ble i år arrangert 17. juni, 26. august og 2. september. Barnestevnene er godt besøkt mange synes det er ekstra moro og være på AHF-banen. Med godt vær kommer ekstra mange for å oppleve friidrettens gleder og utfordringer. Friidrettens dag arrangerte vi 26. august. Ungdom og barn viste seg igjen som en uslåelig kombinasjon!

Bjørkelangen 26.11.2012

Runo Førreisdahl

Årsmelding idrettslig utvalg

10 år og eldre

AHF holder stand og bidrar for aktiv ungdom!

Klubben har også dette året tatt medaljer i UM.

For andre året har vi arrangert påskesamling i Skive, Danmark. Vi var en flott gjeng som dro nedover. Treningen ble skjøttet både på friidrettsbanen og omliggende terreng. Det ble gjennomført 2 daglige økter.

I tillegg ble det arrangert felles overnatting og sosialt samvær i forbindelse med Veidekkelekene på Lillehammer.

Konkurransen aktiviteten for de aller minste har vært noe lavere det siste året, men det har vært en ivrig gjeng

som har vært med på trening. Yngste konkurransegruppe, alder 10 -14 år er blitt trent av Martin Røsholm fram til sommerferien, etter det har Louise Jansson og Guro Tollefsen tatt over denne gjengen og det har vært populært både for utøvere og trenere. Vintertreningen er blitt gjennomført i Bjørkelangen Sportshall og etter hvert ute på AHF-banen.

Gruppen for 15 år og eldre har etter hvert blitt mindre og de aktive har dette året stort sett hvert Marianne Skjeggenes og Annika Tollefsen. I tillegg har det vært 3 til på en del trening. Trenere har vært Anne Gro Skjeggenes i kast og Bjørnar Tollefsen i løp og hopp.

Marianne har det siste året satset kast og har søkt noe hjelp i Oslo for å få inspirasjon i treningen. Annika har i tillegg til trening på Bjørkelangen vært en dag i uken i vinterhalvåret på Bislett.

Marianne har hatt en flott framgang det siste året, og blir spennende å følge framover. Annika har hatt et år hvor det har vært en stagnasjon etter mange år med jamn framgang.

Utøverne har stått for mange flotte sportslige resultater.

JrNM Mangekamp:

Annika Tollefsen : 4.plass

JuniorNM U20:

Marianne Skjeggenes diskos nr.5 , slegge nr.7

Annika Tollefsen lengde nr.10, 400mhk slått ut i forsøk

Deltagere i UM:

Marianne Skjeggenes J17 (Slegge sølv, diskos nr. 4)

Annika Tollefsen J18-19 (høyde nr.3,
lengde nr.5, 400mHK nr.5)

NCC-lekene Romerike

Markus Høgne G14, 600m nr.3,
1500m nr.4

Pauline Tørnby J13, 600m nr.7,
1500m nr.5

Høydepunktet rent idrettslig
var Tyrvinglekene, Veidekke-
lekene på Lillehammer,
Norway Games, UM og junior
NM mangelkamp.

Utfordringene framover blir i tillegg til
et stabilt og godt miljø, å få med noen
fler til å prøve seg i stevner.

For å få til et enda større miljø har vi
fra i høst oppfordret andre idretter i
kommunen til å delta på
intervalltreninger på mandag for de i
fra 13 år og oppver. Dette har gjort at
vi nå har fått en 13-17 stk. på hver
trening.

Veteranutvalget

Veteran/trim gruppen har hatt ukentlig
trening på tirsdager. Det har vært en
del flotte resultater i karuseller og
Birkebeinerløpet.

NM veteraner: Marit Moen gull på
200m, 400m og 100m

NM terrengløp veteraner:

M50-54 Per Kolstad sølv

M65-69 Finn Løkeberg sølv

M70-74 Ove Åserud gull

M80-84 Ivar Mangne Tange gull

Menn Superveteraner ble nr. 7 i
Holmenkollstafetten.

Det er et godt miljø i gruppen, og den
har begynt å vokse i antall igjen. Dette
er positivt og håper det vil bidra til å få
fler til å holde seg i form i et positivt
felleskap.

For idrettslig utvalg

Bjørnar Tollefsen

Nye klubbrekorder 2012

Kvinner SR:

Diskos 1kg: Marianne Skjeggenes: 37,68 (NIH,
Oslo 9/9-12) (Gammel rekord: Ragnhild Nilsen:
37,20 - 1999) Slegge 4kg: Marianne Skjegge-
nes: 44.00 (Askøy, 31/8-12) (Gammel rekord:
Marianne Skjeggenes: 37,46 - 2011)

Kvinner JR:

Diskos 1kg: Marianne Skjeggenes: 37,68 (NIH,
Oslo 9/9-12) (Gammel rekord: Ragnhild Nilsen:
37,20 - 1999) Slegge 4kg: Marianne Skjegge-
nes: 44.00 (Askøy, 31/8-12) (Gammel rekord:
Marianne Skjeggenes: 37,46 - 2011)

G-14:

1500m: Markus Høgne: 4.38.52 (Nadderud
17/6-12) (Gammel rekord: Odd Bjarnum:
4.38.5 - 1986 = manuell tid)
200m: Marcus Høgne: 27.09 (Lillehammer
21/6-12) (Gammel rekord: Jon S. Utgårdsløk-
ken: 27,1 (manuell tid) 1989 og Andre Glå-
men: 27,1 (manuell tid) 1990)

Uttestatistikk 2012

Marianne Skjeggenes 1995 (J 17)
100m: 26/5 Lillestr 14,07 (-1,2)
100 17/6 Tyrving 13,78 (+1,2)
100m 24/6 Lilleh 13,77 (-0,1)
200m 27/5 Lillestr 28,63 (+1,2)
200m 3/6 Porsgrunn 28,28 (-0,6)
200m 15/6 Tyrving 28.03 (+2,4)
200m 22/6 Lilleh 28,05 (+2,3)

200m 12/7 Ekeberg 28,63 (-1.1)	spyd 24/6 Lilleham 28,51
200m 24/7 28.35 (+1,0)	spyd 12/7 Ekeberg 32,77
200m 27/7 Sigdal 28,28 (+0,7)	spyd 20/8 Lillestrøm 32.57
200m 18/8 Bislett 28.57 (+0,1)	spyd 1/9 UM Askøy: 36.02
400m 2/6 Skien 66,18	Annika Tollefsen
400m 17/6 Tyrving 66,14	J-18/19, 1993(J-18/19)
400 23/6 Lilleh 64,06	Mangekamp: 4177
400 13/8 Bislett 66.52	Arna 26-27/5 NM / UM
400m 19/8 Bislett 66.70	60m 2/6 Asker 8,53 (+0,7)
lengde: 26/5 Lillestr: 4,68 (+1,2)	100m Oslo 31/5 13,25 (-0,1)
lengde: 3/6 Porsgr. 4.76 (+3,1)	100m 24/6 Lilleh 13,13 (+0,3)
lengde 17/6 Tyrving 4,52 (+1,7)	100m 24/7 13,60 (+0,6)
lengde 23/6 lilleh 4,38 (+1,1)	200m: Lisleby 5/5; 27,44 (+1,0)
lengde 18/8 Bislett: 4,66 ()	200m Askm 20/5; 27,44 (-0,4)
slegge: 28/4: NIH: 37.05m	200 Arna 26/5 27,37 (+0,3)
slegge: 13/5: Brandbu: 40,27 m	200m 2/6 Asker 27,24 (-1,5)
slegge 14/5: Lillestrøm: 37,66	200m 22/6 Lilleh. 26.64 (+2,0)
slegge 3/6: Porsgr. 38.57	200m Bislett 24/7 28,71 (-2,3)
slegge 17/6 Tyrving 37.70	100H: Lisleby 5/5: 17,03 (-1,2)
slegge 21/6 Tønsberg 41,30	100h Arna 26/5 16,44 (-0,9)
slegge 26/7 Sigdal 40,34 Jr NM nr 7	300h: Oslo 31/5 48,00
slegge 16/8 Bislett 41.99	400h Sigdal 27/7 1.11.61
slegge 20/8 Lillestrøm 41,10	400h Bislett 18/8 1.11.70
slegge 31/8 UM Askøy: 44.00	400h 1/9 UM Askøy. 1.11.37
slegge 9/9 NIH: 41.40	800 Arna 27/5 2,33,62
diskos: 28/4: NIH 33,29m	400 17/6 Tyrving: 61.34
diskos: 13/5: Brandbu: 32,26m	400 23/6 Lilleh 61,16
diskos 14/5: Lillestrøm: 31.30	400 17/7 Bislett 63.54
diskos 27/5 Lillestr 34,44	lengde 20/5 Askim 4,64 (-1,6)
diskos 3/6 Porsgr 33,25	lengde Arna 27/5 5,32 (+1,2)
diskos 15/6 Tyrving 33.49	lengde 2/6 Asker 5.11 (+3,0)
diskos 22/6 Lilleh 34.15	lengde 17/6 Tyrving 5.23 (+1,6)
diskos 24/7 Bislett 30.94	lengde 22/6 Lilleh 5,18 (+0,8)
diskos 28/7 Sigdal 34,38 jr NM nr 5	lengde kval Sigdal 27/7 5,25 (+3,8)
diskos 13/8 Bislett 34.87	lengde finale Sigdal 27/7 5.05 (+2,3)
diskos 18/8 Bislett 34.37	lengde 31/8 UM Askøy 5.18 (+2,5)
diskos 20/8 Lillestrøm 34,17	Høyde Arna 26/5 1,59
diskos 1/9 UM Askøy: 34,39	
diskos 9/9 NIH: 37.68	
spyd: Brandbu 13/5: 30,65m	
spyd: 26/5 Lillestr 30.44	
spyd 2/6 Porsgr 27.99	

<p>høyde 20/5 Askim 1.58 Høyde 24/6 Lilleh 1,60 høyde 2/9 UM Askøy 1.58</p> <p>kule 4kg: Lisleby 5/5: 8.75m kule 4kg Arna 26/5 8,66</p> <p>spyd: Arna 27/5 24.53</p> <p>spyd 20/5 Askim 25,34</p>	<p>800m Lillestr 26/5 2.02.88</p> <p>Carina Tørnby 2002 (J-10)</p> <p>60m Lillestr 26/5: 11,40 60m 23/6 Lilleh 11,28 60m Arvika 29/7 11,22 (0,0) 200m Arvika 29/7 38,61 (+1,8)</p> <p>600m: AHF 8/5: 2,28,3 600m 24/6 Lilleh 2,23,75 600m 29/7 Arvika 2,21,34</p> <p>lengde Lillestr 26/5 2,88 (-2,4) lengde 24/6 Lilleh 2,94 lengde 29/7 Arvika 2,66 (0,0)</p> <p>kule 2kg: AHF 8/5: 5.09 kule 2kg:29/7 Arvika 4,11</p>
<p>Markus Høgne 1998 (G 14)</p> <p>60m Askim 20/5 8,59 (0,0) 60m 21/6 Lilleh 8,56 (+1,4) 200m: 21/6 Lilleh. 27,09 (+1,5)</p> <p>300m Arvika 28/7 42,91</p> <p>600m: AHF 8/5: 1,37,0 600m Lillestr 26/5: 1.38.28 600m Askim 20/5 1,36,73 600m Tyrving 15/6 1.33.86 600m 8/9 Lillestr: 1.34.51 800m 24/6 Lilleh: 2,11,79 800m 29/7 Arvika 2.17,69 1500 2/6 Asker 4.58.88 1500 17/6 Tyrving 4.38.52 1500m 9/9 Lillestr: 4.44.14</p> <p>høyde 22/6 Lilleh 1.55 høyde 29/7 Arvika 1,49 høyde 9/9 Lillestr: 1.31</p> <p>liten ball: AHF 8/5: 60,03m</p> <p>kule 4kg 26/5 Lillestr 10,21 kule 4kg 23/6 Lilleh 9.42 kule 4kg 28/7 Arvika 9,47 spyd 600g Askim 20/5 32,64 spyd 600g 22/6 Lilleh: 32,41 spyd 600g 29/7 Arvika 36,11</p>	<p>Sigrid Cederkvist 2000 (J-12)</p> <p>60m 23/6 Lilleh 9,77 (-1,6)</p> <p>Høyde: AHF 8/5: 1.15 høyde Lillestr 27/5 1.15 høyde 23/6 Lilleh 1,20</p> <p>lengde 24/6 Lilleh 3,22 (-0.9)</p> <p>kule 2kg: AHF 8/5: 4.92 kule 2kg Lillestr 27/5 5.01</p>
<p>Mats Waaler 1994 (G 18-19)</p>	<p>ingrid Høgne 2002 (J-10)</p> <p>60m 26/5 Lillestr 11,31 60m 23/6 Lilleh 11,06 60m 29/7 Arvika 10,93 (0,0) 200m 29/7 Arvika 37,57 (+1,8)</p> <p>600m: AHF 8/5: 2,29,9 600m 24/6 Lilleh 2,26,03</p>

<p>høyde: AHF 8/5: 0,85m høyde 23/6 Lilleh 1,00 høyde 29/7 Arvika 1,00 lengde Lillestr 26/5 2,71 (-1.1) lengde 24/6 Lilleh 2,51 lengde 29/7 Arvika 3.03 (0,0)</p> <p>liten ball Lillestr 26/5 22,86 liten ball 22/6 Lilleh 24.06 liten ball 300g29/7 Arvika 21,15</p> <p>kule 2kg: AHF 8/5: 5,45 kule 2kg 21/6 Lilleh 5,87 kule 2kg 29/7 Arvika 6,11</p> <p>Pauline Tørnby 1999 (J-13)</p> <p>100m Lillestr 26/5 14.99 (-1,2)</p> <p>200m 29/7 Arvika 30,83 (+0,6) 200m 8/9 Lillestr 31.32 (-3,7) 80m 29/7 Arvika 12,04 (-0,9)</p> <p>600m: AHF 8/5: 1.56,9 600m Lillestr 26/5 1.56.71 600m 29/7 Arvika 1.56.91 600m 8/9 Lillestr 1.50.36</p>	<p>Camilla Bømarken 1998 (J-14)</p> <p>60m 23/6 Lilleh 9,01 (+1,5)</p> <p>høyde: AHF 8/5: 1,25 høyde 24/6 Lilleh 1.10</p> <p>lengde 16/6 Tyrving 4,19 (-0,4) lengde 23/6 Lilleh 3,74 (-0,4)</p> <p>Emilie Høgne 2003 (J-9)</p> <p>60m Lillestr 26/5 11,15 60m 23/6 Lilleh 11,14 60m 29/7 Arvika 11,29 (0,0)</p> <p>600m 24/6 Lilleh 2.27.07</p> <p>lengde Lillestr 26/5 2,80 (-0,5) lengde 29/7 Arvika 2,90 (-1.1) høyde 23/6 Lilleh 0.90 høyde 29/7 Arvika 0,95</p> <p>liten ball: Lillestrøm 26/5: 19.19m liten ball: Lillestrøm 22/6 : 19.96m liten ball 150gr: 29/7 Arvika 17,94 kule 21/6 Lilleh 4,77 kule 2kg 29/7 arvika 4,89</p> <p>Oliver Nordli 2002 (G-8)</p> <p>60m 23/6 Lilleh 11,50 høyde 23/6 Lilleh 0.95 liten ball 21/6 Lilleh 17.03</p> <p>kristina Bergquist 2001 (J-11)</p> <p>60m 23/6 Lilleh 10,54 (-0,5) 600 24/6 Lilleh 2.10.10 lengde 24/6 Lilleh 3.46</p> <p>Evelyn Saxegaard</p>
<p>Signe Nordli 1999 (J-13)</p> <p>60m 23/6 Lilleh 9,32 (+1,9) 100m 24/6 Lilleh 15,32 (-1,3)</p> <p>200m 21/6 Lilleh 32,15 (0,0)</p> <p>600m: AHF: 8/5: 2.07,9</p> <p>800m 24/6 Lilleh 2.52.57</p> <p>Høyde: AHF 8/5: 1.15</p> <p>lengde 23/6 Lilleh 3,40 (-1,4)</p>	

1995 (J-17)
100m 24/6 Lilleh 13,62 (+0,9)
stafettlag J13-14
J 13-14
4x 60m: AHF 8/5: 36,7
Camilla Bømarken - Pauline Tørnby- Signe Nordli-Sigrud Cederkvist

Bjørkelangen 3/11-2012

Anne Gro Skjeggenes

Årsmelding fra baneutvalget

Banekomiteen hadde dugnad på vårrengjøring og S.Dahl feide banen Vi spadde opp kulegropa og ryddet kratt utafør søndre sving. Nyanskaffet stopplanke kulering og overtrekk til lengdegropene. Har malt AHF bokstavene i portene og skiftet endel plank i tribunen. Vi har hatt innbrudd og hærverk på kjøkkenet 2 ganger har byttet ødelagt dør.

Har satt inn pleksiglass i vindu og reparert golv på speaker tribune her bør det gjøres noe mere Ryddet opp i sydveggen på klubbhuset tatt vare på beina til hindra kjørt vekk resten.

Vi har fått 2 lysmaster med lamper som montert til rekkverk disse er lett flyttbare.

Hentet reklameskilt i banken skal monteres denne uka hilsen Finn

For banekomiteen,

Finn Løkeberg

Årsmelding arrangement

Arrangement:

Ansvaret i arrangementsutvalget var i år fordelt på flere personer enn tidligere år. Mens Øyvind Fagersand hadde ansvaret for trippelen, delte Erlend Råheim og Finn Løkeberg ansvaret for motbakkeløpet.

Foruten barnestevner har AHF arrangert følgende stevner i 2012:

- 7.1: Vinterkarusellen. Ca. 112 utøvere. Liten økning fra 2011.
- 8.05: Lagseriestevne. 117 starter + 6 stafettlag. Oppgang fra 2011
- 10.05: Tinstafetten. 51 lag med 410 deltakere. Ca. 25 % økning fra 2011
- 8.9: Mangenfjelløpet. 60 deltakere. I 2011 deltok 80 personer.
- 6.9: Sparebanklekene 2012. Gjennomført på en god måte av idrettslinja på BVS.
- 26.9: Elgheia opp. 19 deltakere. Nedgang fra 2011.

Kommentar til stevnene: Alle arrangement ble etter utvalgets oppfatning gjennomført på en grei måte uten feilsituasjoner.

Kompetanseheving:

De fleste dommere måtte oppdater seg innværende år for å opprettholde autorisasjonen. Oppdateringen ble ledet av Willy Hauge og Stein Lier på fellesøkt 23.3. Senere ble det over 2 kvelder gjennomført oppdatering for ytterligere 6 personer mens 1 person deltok på sentral oppdateringskveld.

I dag har AHF 1 kretsstarter, 3 forbundsdommere og 15 kretsdommere.

Dette dekker behovet de neste fire årene, men klubben vil ha utfordringer på sikt hvis vi på nytt arrangerer banestevner med stor deltakelse. Et annet element er gjennomsnittsalderen på våre dommere som er godt over 50.

	Etternavn	Fornavn	Type
1	Lier	Bjørn	FD
2	Lier	Stein	FD
3	Lunder	Roar	FD
4	Asmyhr	Øyvind	KD
5	Bakken	Sjur	KD
6	Berntsen	Jack	KD
7	Havnaas	Carl Fredrik	KD
8	Ingjer	Sverre	KD
9	Jacobsen	Per B.	KD
10	Løkeberg	Finn	KD
11	Nilsen	Kjell	KD
12	Olsen	Tor Johnny	KD
13	Olsen	Øyvind	KD/KS
14	Skjeggenes	Anne Gro	KD
15	Skjermo	Knut	KD
16	Tollefsen	Bjørnar	KD
17	Tollefsen	Kristine	KD
18	Åserud	Ove	KD

For arrangementutvalget,
Stein Lier (s)

AHF trimmen 2012

AHF sine 10 trimbøker har hatt godt besøk også i 2012.

Sluttresultat per 1.10

Her er en oversikt over antall besøkende og trimmerne med flest besøk på de enkelte bøkene denne sesongen:

Sted	Besøk totalt	Vinner	Antall besøk
Fosser	940	Ivar Magne Tangen	84
Setskog	375	Roy Ingar Nyborg	35
Hemnes	652	Sverre O Sveen Skjeggnes	83
Moe	305	Eva Pettersen	59
Løken	953	Ingar Solvang	148
Lierfoss	858	Lars Jørgen Skaret	65
Bjørkelangen øst	1905	Sigrun Kragtorp Nilsen	80
Bjørkelangen vest	427	Malin Søbye	63
Finstadbru	125	Helge Olsen	84
Aurskog/Tævsjøen	421	Erik Torp	27

Trekningen per 1.7.

Setskog	Anvor Arnesen
Hemnes	Hanne Gulbrandsen
Moe	Sofie Enger
Aurskog, Tævsjøen	Anita Hansen
Fjuktjern	Kjetil Edvardsen
Bjørkelangen, Råkaldåsen	K. Bergdølmo
Bjørkelangen, Svarttjern	Anita Henriksen
Fosser	Kåre Lie, Fosser
Løken	Ingar Solvang
Lierfoss, Langvannet	Kari Anne Nordby

For Aurskog-Høland Friidrettslag

Ellen Lund Fjæren

Regnskap 2012

Driftregnskap

Kontonr	Kontonavn	Reelt tidli- gere	Reelt i pe- rioden	Reelt hittil	Budsjett i periode	Budsjett hittil
3010	Medlemskontingent	0	-17 300,00	-17 300,00	-13 000,00	-13 000,00
3020	Treningsavgift	0	-9 110,00	-9 110,00	-8 500,00	-8 500,00
3220	Kommunale tilskudd	0	-30 624,00	-30 624,00	-32 000,00	-32 000,00
3230	Tilskudd NIF	0	-8 406,00	-8 406,00	-10 000,00	-10 000,00
3240	Grasrotandelen/Norsk Tipping	0	-3 265,70	-3 265,70	-3 000,00	-3 000,00
3250	Flaskepant/Coop	0	-239	-239	0	0
3255	Momskompensasjon	0	-8 761,00	-8 761,00	-6 000,00	-6 000,00
3320	Egne Stevner/arrangementer	0	-6 065,00	-6 065,00	-15 000,00	-15 000,00
3330	Mangenskogløpet	0	-3 400,00	-3 400,00	0	0
3340	Elgheia opp	0	-810	-810	0	0
3370	Barneutvalget	0	-7 805,00	-7 805,00	-7 000,00	-7 000,00
3420	Leieinntekter bane/anlegg	0	-30 000,00	-30 000,00	-25 000,00	-25 000,00
3540	Salgsinntekter kiosk	0	-1 265,00	-1 265,00	-2 500,00	-2 500,00
			-102	-102	-100	-100
3710	Reklame og sponsorinntekter	0	000,00	000,00	000,00	000,00
4010	Startkontingent	0	27 525,00	27 525,00	16 000,00	16 000,00
4210	Godtgjørelse trenere	0	13 500,00	13 500,00	40 000,00	40 000,00
4220	Samlinger og stevner	0	28 138,50	28 138,50	30 000,00	30 000,00
4221	Treningsleir DK	0	15 310,00	15 310,00	15 000,00	15 000,00
4310	Trenerutdanning	0	1 788,00	1 788,00	5 000,00	5 000,00
4500	Barneutvalget	0	4 275,00	4 275,00	7 000,00	7 000,00
5000	Treningsstøtte	0	20 000,00	20 000,00	20 000,00	20 000,00
5110	Møteutgifter	0	2 302,00	2 302,00	1 500,00	1 500,00
5120	Registerføring og regnskap	0	2 976,75	2 976,75	6 000,00	6 000,00
5200	Rekvisita og trykksaker	0	718	718	3 000,00	3 000,00
5210	Porto/tlf og web	0	1 759,50	1 759,50	2 500,00	2 500,00
5350	Gave/blomster	0	338	338	1 000,00	1 000,00
5400	Annonser/markedsføring	0	7 742,70	7 742,70	6 000,00	6 000,00
6200	Hall-leie	0	5 692,50	5 692,50	8 000,00	8 000,00
6310	Idrettsmateriel	0	14 401,00	14 401,00	5 000,00	5 000,00
6470	Premier	0	5 514,20	5 514,20	5 000,00	5 000,00
6510	Vedl.hold anlegg	0	6 525,25	6 525,25	10 000,00	10 000,00
6520	Forsikringer	0	14 643,00	14 643,00	11 200,00	11 200,00
6530	Strøm, vann og renovasjon	0	25 887,62	25 887,62	25 000,00	25 000,00
6540	Renhold klubbhus	0	3 000,00	3 000,00	3 000,00	3 000,00
6840	Aviser, tidsskrifter, bøker og lignen- de	0	1 995,00	1 995,00	2 000,00	2 000,00
7210	Kontingent krets	0	5 000,00	5 000,00	5 000,00	5 000,00
7220	Startavgift forbund/krets	0	0	0	500	500
7510	Drakter/tr.dresser	0	4 095,00	4 095,00	2 000,00	2 000,00
7540	Salgsutgifter kiosk	0	1 178,56	1 178,56	2 000,00	2 000,00

8010	Renterinntekter	0	-227,91	-227,91	-1 500,00	-1 500,00
8110	Renteutgifter og gebyrer	0	140	140	150	150

Balanseregnskap

Kontonummer	Kontonavn	Reelt tidligere	Reelt i perioden	Reelt hittil
			-138	
1030	Høland Sparebank 6034728	260 493,20	158,33	122 334,87
1034	Høland Sparebank 12802710702	0	150 000,00	150 000,00
1210	Kundefordringer	32 521,00	-30 056,00	2 465,00
1920	AHF-Banen	404 915,63	0	404 915,63
	Udisponert årsresultat (over-			
8800	skudd)	0	-14 833,03	-14 833,03
2010	Leverandører	-40 546,36	33 047,36	-7 499,00
2050	Annen egenkapital	-8 375,48	0	-8 375,48
		-649		-649
2910	EK	007,99	0	007,99

3.12.2011

Lene Rønn Hansen

Kasser

Budsjettforslag

Konto	Kontonavn	Budsjett 2012	Regnskap 2012	Budsjett 2013
3010	Medlemskontingent	13 000,00	17 300,00	17 000,00
3020	Treningsavgift	8500	9 110,00	10 000,00
3220	Kommunale tilskudd	32 000,00	30 624,00	30 000,00
3230	Tilskudd NIF	10 000	8 406,00	8 500,00
3240	Grasrotandelen/Norsk Tipping	3 000	3 265,70	3 000,00
3250	Flaskepant/Coop		239,00	200,00
3255	Momskompensasjon	6 000	8 761,00	8 000,00
3320	Egen stevner/arrangementer	15 000,00	10 275,00	10 000,00
3370	Barneutvalget	7 000	7 805,00	7 000,00
3420	Leieinntekter bane/anlegg	25 000,00	30 000,00	25 000,00
3540	Salgsinntekter kiosk	2 500,00	1 265,00	2 500,00
3710	Reklame og sponsorinntekter	100 000,00	102 000,00	110 000,00
39	Sum	249 400,00	229 050,70	231 200,00
4010	Startkontingent	-16 000,00	-27 525,00	-30 000,00
4210	Godtgjørelse trenere	-40 000,00	-13 500,00	-15 000,00
4220	Samlinger og stevner	-30 000,00	-28 138,50	-15 000,00
4221	Treningsleir	-15 000,00	-15 310,00	-15 000,00
4310	Trenerutdanning	-5 000,00	-1 788,00	-5 000,00
4500	Barneutvalget	-7 000,00	-4 275,00	-5 000,00
6470	Premier	-5 000,00	-5 514,20	-5 000,00

49	Sum	-118000	-96 050,70	-90 000,00
5000	Treningsstøtte	-20 000,00	-20 000,00	-10 000,00
5110	Møteutgifter	-1 500,00	-2 302,00	-4 000,00
5120	Registerføring og regnskap	-6 000,00	-2 976,75	-6 000,00
5200	Rekvisita og trykksaker	-3 000,00	-718,00	-3 000,00
5210	Porto/Tlf/Web	-2 500,00	-1 759,50	-2 500,00
5350	Gaver/blomster	-1 000,00	-338,00	-1 000,00
5400	Annonser/markedsføring	-6000	-7 742,70	-8 000,00
59	Sum	-40000	-35 836,95	-34 500,00
6200	Hall-leie	-8 000,00	-5 692,50	-8 000,00
6310	Idrettsmateriell	-5 000,00	-14 401,00	-10 000,00
6510	Vedl.hold anlegg	-10 000,00	-6 525,25	-10 000,00
6520	Forsikringer	-11 200,00	-14 643,00	-12 000,00
6530	Strøm, vann & renovasjon	-25 000,00	-25 887,62	-25 000,00
6540	Renhold klubbhus	-3 000,00	-3 000,00	-3 000,00
6840	Aviser, Tidsskrifter, Bøker etc.	-2 000,00	-1 995,00	-2 000,00
69	Sum	-64200	-72 144,37	-70 000,00
7210	Kontingent krets	-5 000,00	-5 000,00	-5 000,00
7220	Startavgift forbund/krets	-500,00		
7510	Drakter/ tr.dresser	-2 000,00	-4 095,00	-2 000,00
7540	Salgsutgifter kiosk	-2 000,00	-1 178,56	-2 000,00
72	Sum	-9500	-10 273,56	-9 000,00
75	Sum driftsutgifter	-231700	-214 305,58	-203 500,00
76	Driftsresultat	-13 600,00	14 745,12	27 700,00
8010	Renteinntekter	1 500,00	227,91	5 000,00
8110	Renteutgifter og gebyrer	-150	-140,00	-150,00
89	Sum	1350	87,91	4 850,00
90	RESULTAT	-13 100,00	14 833,03	32 550,00

1.12.2011
Lene Rønn Hansen
Kasserer