



# HALDEN SKIKLUBB ÅRSBERETNING 2015

Til årsmøte Høiås 27.1.2016

## INNHALDSFORTEGNELSE:

HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET	Side 2
KAG	Side 8
HØIÅS ANLEGGSTYRE	Side 10
ORIENTERINGSGRUPPA	Side 14
UFO GRUPPA	Side 21
BARNEIDRETTSGRUPPA	Side 27
TUR-O GRUPPA	Side 28
SKI- OG SYKKELGRUPPA	Side 30

## **HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET**

Årsmøtet for 2014 ble avholdt på Høiås den 28. januar 2015.  
Følgende ble valgt og har fungert i 2015:

### **Hovedstyret:**

Leder: Vidar Backstrøm

Nestleder: Claus Norsted

Økonomiansvarlig: Pål Hellerud

Sekretær: Hanne Espelund

Styremedlem: Iliana Ilieva

Varamedlemmer: Beate Norsted Kildebo og Ingrid Bronebakk

Lederne av gruppene Orientering, UFO, KAG, Barneidrett, Høiås anleggstyret,  
Ski/sykkel/klatring er alle medlemmer av hovedstyret og har deltatt på alle styremøter.

Revisorer: Arild Kirkebøen og Hilde Brattli.

Vara: Geir Varting og Elin Katrine Hagen.

### **Høiås anleggstyre:**

Leder: Bård Moum

### **Orienteringsgruppa:**

Leder: Bjørn Axel Gran

### **Kart- og arrangementsgruppa (KAG):**

Leder: Erik Axelsson.

### **Ungdomsgruppa (UFO):**

Leder: Gudmund Jenssen

### **Barneidrettsgruppa:**

Leder: Cathrine Orud

### **Ski- sykkel- og klatregruppa**

Leder: Bjørn Brække

### **Valgkomité:**

Tor Ragnar Andersen, Monica Nordbrøden, Øyvind Stokseth

Representanter til Halden Idrettsråd: Vidar Backstrøm, Hanne Espelund.

Representanter til Østfold Orienteringskrets: Bjørn Axel Gran, Gudmund Jensen, Erik Axelsson

Representanter til Østfold Skikrets: Bjørn Brække og Anne Kleven Andersen.

Representant til Østfold Sykkelkrets: Bjørn Brække

### **I tillegg er det oppnevnt følgende utvalg:**

Under hovedstyret:

**Økonomi:** Pål Hellerud, Claus Norsted, Vidar Backstrøm

**Sponsor:** Per Olav Andersen, (koordinator) Gina Finsrud, Hanne Lund-Nilsen, Anja Wingstedt, Tom Erik Sandberg.

**Under Høiås anleggstyre:**

**Teknisk:** Leif Rugsveen, Per Kåre Moe, Tor Wøien, Morten Holm, Andreas Holm

**Drift hytte:** Anne Marit Skau, Tove Hellerud, Turid Hauge og Kirsti Norsted, Ingeborg Torgersen.

**Uteanlegg og løyper:** Morten Kildebo, Erik Hauge, Kjell Søderqvist, Jim Olaussen, Bjørn Mo, Jarle Herrebrøden, Øyvind Torp og Jon Ole Torp

**Bygninger:** Kjell Holene, gubbejengen.

**Skiløyper vinter:** Åge Wikstøl, Bård Laukvik, Bjørn Brække

**Under O-gruppa:**

**Tur-O:** Hans Kurt Karlsen, Thor Palmgren, Bård Laukvik (leder)

**Selvstendige utvalg og funksjoner:**

**Idrettsmerke:** O-gruppa.

**Hjemmeside:** Jens Erik Mjølnørød (leder) Marius Bjugan, Eirik Nordbrøden.

**Styremøter:**

Styret konstituerte seg i møte den 24. februar. Det har vært avholdt 11 styremøter.

**Politiattester:**

Ansvarlig er Pål Backstrøm med Mari Tafjord som vararepresentant

**Internasjonale- og nasjonale verv:**

Øivind Holt var også i 2015 leder av kontrollkomiteen i NOF

Hege Næss Bjørgul ble innvalgt som vara styremedlem i Halden Idrettsråd i 2015

Jens Erik Mjølnørød ble i 2015 nyvalgt leder i Østfold Orienteringskrets

Kine Hallan Steiwer er også i 2015 ansatt som kretssekretær for Østfold Orienteringskrets.

**Priser:**

Kynningsrud stipend for 2014 ble utdelt til Nina Aasheim Birkeland og Markus Holter

Aktivumstipend for 2014 ble utdelt til Martin Jullum, Fredrik Eliasson og Anja og Emil Wingstedt

Grotta-prisen for 2014 ble tildelt Anja Wingstedt.

**Idrettsmerke:**

O-gruppa har gjennomført tilbudet for 2015.

**Faste stillinger:**

Eva Jurenikova er fra oktober 2013 ansatt i 70% stilling som lagets hovedtrener

Magne Dæhli er fra 1.februar 2014 ansatt i 40% stilling som regnskapsfører.

**Hafsørød - 17.mai:**

17.mai 2015 ble det avholdt tradisjonell bekransning og minnestund ved støtta på Hafsørød.

Årets tale ble holdt av Hanne Lerche Rådahl og vi minnet Arne Erlandsen og Erik Olsen som falt ved Hafsørød i september 1944. Arne Erlandsen var medlem av Halden Skiklubb.

**Profilering:**

Halden SK utga også i 2015 en profileringsavis som vedlegg til Halden Arbeiderblad. Avisa er et økonomisk bidrag og gir god klubbinformasjon til hele byens befolkning.

**HSK jubileumskalender:**

HSK 125 år jubileumskalender er gjennom året 2015 blitt publisert via HSK hjemmeside.

Denne presentasjon utført av Ulrikke Andersen har blitt meget godt mottatt fra medlemmer. Ukentlige bilder, artikler og historier er sikret for ettertiden via det arbeidet som er utført. Øvrig redaksjon: Einar Haugen, Jens Erik Mjølnerød og Arnt Edvind Andersen.

### **Aktivum A/S:**

Selskapet hvor HSK er en av totalt 5 eiere og som har som formål å organisere idrettsarrangementer hvor deler av inntektene skal videreutvikle driften av selskapet. Øvrig overskudd skal i helhet gå til Halden Skiklubb. Halden Skiklubb har 3 styrerepresentanter i selskapet: Jens Erik Mjølnerød er styreleder, Vidar Backstrøm (leder HSK) og Hanne Lerche Raadahl er styremedlemmer.

Gjennomføring av sykkelrittene Grenserittet og Landegrensen er svært viktig inntektskilder for Halden Skiklubb og vi ønsker sterkt å bidra til å opprettholde nivået på arrangementet og det oppfordres medlemmer av Halden Skiklubb å stille til dugnad ved Aktivum AS sine arrangementer.

Aktivum har opprettet et eget Idrettsstipend som deles ut på årsmøtet.

Thor Fagereng er daglig leder av Aktivum AS. Det er 4 heltidsansatte i selskapet.

### **HSK kontor:**

Halden Skiklubb har gjennom året 2015 fortsatt benyttet kontorlokaler tilknyttet Aktivum A/S på Sørlifeltet.

Kontoret rommer plass for lagets regnskapsfører, hovedtrener, formann og i tillegg plass for sekretæren i Østfold Orienteringskrets.

### **HSK hus:**

Den 15.1.2015 kjøpte Halden Skiklubb eiendommen Alfheimveien 30 for kr. 2 750 000,-

Huset er en tomannsbolig oppført i 1955, modernisert og utvidet i 1980. Til huset tilhøre en dobbelt garasje. Eiendommen ble ervervet etter vedtak fattet ved ekstraordinær generalforsamling i Halden Skiklubb på Høiåshytta 9.10.2014. Huset ble kjøpt kontant av midler overført fra Aktivum, etter vedtak fattet i Aktivum styre 16.6.2014

Hovedmotiveringen for kjøp av huset er å styrke elitesatsingen i HSK i kombinasjon med ønske om gunstig kapitalplassering.

Huset er påkostet revisjon av elektrisk anlegg bl. annet med nye sikringstavler. Ny varmpumpe i 2. etasje og flyttet varmpumpe i 1. etasje. Arbeidet ble utført av Riis Elektro.

Det er bygget ett nytt soverom i første etasje. (Soverom nummer 5) Arbeidet utført av byggmesterfirma Gjødalstuen og Moen, hvor dugnadstimer fra firma var en del av leveransen.

To soverom samt stue i 1. etasje og vaskerom i kjeller er malt på dugnad. Drenering langs deler av utvendig kjellermur er utbedret, samt deler av huset er utvendig vasket. Dette arbeidet er også utført på dugnad.

Innkjøpt og montert 7 stk. rammemadrasser med sengetøy som kan benyttes i ulike kombinasjoner.

Montert gardiner og rullegardiner i soverom. Mottatt som gaver fra medlemmer samt kjøpt brukt møbler, servise, hvitevarer og lysarmatur. Huset er således fullt utstyrt.

Huset har et innredet kjellerrom som benyttes møterom.

Huset ble umiddelbart bebodd.

Ved årsslutt 2015 er det 6 beboere i huset

Det er utarbeidet husregler og leiekontrakt i tre språk. Norsk, engelsk og tysk.

### **Arrangementer:**

Som en del av Strømstad – Tanum VM i orientering i 2016 ble Halden Skiklubb tildelt to World Cup løp i 2015. Langdistanse ble arrangert 3. juni på Prestebakke og sprintstafett ble arrangert på Fredriksten Festning 5. juni. Løpsleder var Svend Arne Ytterbøl med Øivind Holt som assisterende løpsleder.

Begge løp høstet i etterkant mye ros både fra løpere og av den internasjonale kontrolløren. I hans rapport fikk også Morten Dalby heder for sitt kartarbeid.

SOL hadde i år hovedansvaret og HSK var delarrangør av årets utgave av Norwegian Spring. Arena var ved Missingmyr i Råde. 969 deltakere lørdag og 1206 søndag. I stafetten var det 104 lag. Jostein Tafjord var ass. løpsleder.

Høiåsdagen med ulike aktiviteter hvor også Høiåsrittet inngikk ble ifølge tradisjonen arrangert 1. mai med god deltakelse.

Sykelrittet Landegrensen ble arrangert 30.mai under ganske røffe værforhold.

Deltakerantallet viste en tilbakegang med ca. 20%

Grenserittet ble arrangert 31.juli / 1. august. Deltakerantallet var i år redusert med ca. 25% i forhold til fjoråret. Det 5802 påmeldte. Rittet ble gjennomført i godt vær med mange fornøyde ryttere.

Halden Skiklubb har søkt og er godkjent av NOF som arrangør av NM i orientering i 2017.

Halden Skiklubb sammen med flere o-klubber i Østfold har søkt og blitt valgt av Norges Orienteringsforbund som norsk kandidat til å arrangere VM i orientering 2019. (ikke sprint) Det er stor sannsynlighet for at mesterskapet blir lagt til Norge, noe som vil medføre World Cup arrangementer i 2018 for vår klubb.

### **Prosjekter:**

#### **Kart:**

Prosjekt skolekart som er en stor satsning på spesialkart og opplegg til opplæring for alle bynære barne- og ungdomsskoler i Halden har pågått gjennom 2015 og vil bli slutført i 2016. Prosjektleder er Eva Jurenikova. Prosjektet er fullfinansiert med midler fra Sparebankstiftelsen og Halden Skiklubb fondet.

Arbeidet med kart til World Cup på Prestebakke (12km<sup>2</sup>) og sprint på Festningen (1km<sup>2</sup>) ble ferdigstilt på våren. Morten Berglia og Leif Roger Hultgreen hadde oppdraget, men pga sykdom og manglende fremdrift har Helge Gisholt, Morten Moe og Morten Dalby måttet bistå for å få prosjektet ferdig til riktig tid.

Revidering av Svinesund-Røsnæskilen (12km<sup>2</sup>) er delvis gjennomført, slutføres vinter/vår 2016. Venåsmarka (15km<sup>2</sup>) er slutført etter planen, Sparebankstiftelsen og Berg Sparebank har bidratt økonomisk. Strupeskoen (4km<sup>2</sup>) er slutført etter planen.

Skårefjell (12km<sup>2</sup>) er slutført etter planen. Kartet skal brukes til Norwegian Spring i 2016.

Iddefjordsfjella syd (6km<sup>2</sup>) er slutført etter planen.

Berg Skole (2km<sup>2</sup>) er slutført etter planen.

Området mellom Festningen og Tistedal er påbegynt og blir ferdig i løpet av vinteren.

Sprintkart over Tistedal nord blir fullført i løpet av vinteren, skal brukes til EM-testløp 2016.

### **Parkeringsplass:**

Den nye parkeringsplassen ved Demma ble i løpet av året ferdig. Grunneier Ole Kristian Sørli har stilt område gratis til disposisjon. Plassen ble ryddet av gubbegjengen. Are Anlegg AS har kjørt på masse og planert område. Plassen er fullfinansiert via bidrag fra Sparebankstiftelsen Halden.

### **Lysløypa:**

Traseen langs veien ved Holmen er utbedret. Gamle sviller og stolper er fjernet på dugnad og det er sprengt og fylt opp en ny steinfylling som bør ligge stødig inn i framtiden. Fasaden på steinfyllingen er forskjønnert med en mengde småstein etter god dugnadsinnsats fra gubbegjengen. Kostnaden for sprengning og oppbygging av trase ble dekket av midler fra Lysløypas Venner.

Lysløypa fra Fjell til Høiås er ytterligere forbedret i år. Det er grøftet i myrområder langs løypa og det er kjørt på store volumer med pukk bekostet av Lysløypas Venner. Jobben er utført på dugnad. Det er også blitt gjort en vesentlig ryddejobb langs lysløypa fra Fjell til Ekelimoen og fra Ekelimoen til Stenerød, samt fra Høiås til Store Stein.

Traseen i lysløypa på Høiåsen er også forbedret.

### **Oppfølging av vedtak:**

Årsmøte 28.januar 2014 vedtok følgende forslag.

a)

Styret gis fullmakt til å nedsette en komite som får i oppgave å forberede og arrangerer en markering av Halden skiklubs 125 års jubileum.

Claus Norsted og Einar Haugen ble utnevnt av styret

b)

Styret gis fullmakt til å utnevne nødvendige utvalg i forbindelse med huskjøpet av Alfheimveien 30.

Anja Wingstedt og Jens Erik Mjølnerød ble utnevnt av styret til å administrere huset Morten Kildebo følger opp teknisk utstyr

c)

Styret gis fullmakt om å utrede salg av klubbens tomt i Sverige.

Styret har utarbeidet forslag som skal behandles av årsmøte

Mats Haldin som i 2003 vant tomten som er gitt til HSK, er kontaktet i saken og er enig i at tomten selges,

### **Sportslig innsats:**

Med VM sølv på langdistanse og stafett pluss NM gull på langdistanse, mellomdistanse og stafett, ble 2015 en sterk sesong for Marit Fasting.

Etter å ha hatt en skadepreget vårsesong kom Olav Lundanes sterkt tilbake ut i sesongen med VM bronse på langdistanse samt NM gull på langdistanse og ultralang.

Magne Dæhli sikret Norge VM sølv på stafetten, mens Vincent Coupat vant en VM bronse i samme stafett. VM bronse ble det også til Martin Jullum i Temp-O.

Påny ble det NM sprintgull til Emil Wingstedt.

NM gull i stafett til Eva Jurenikova, Bodil Helgerud og Marit Fasting.

Gledelig innsats i junior-VM hvor det ble stafett sølv til Anders Felde Olaussen og Marcus Holter samt i EYOC hvor det ble sølv på langdistansen til Håkon Raadal Bjørlo.

Endelig ble det også gull i junior NM stafett. Håkon Raadal Bjørlo, Anders Felde Olaussen og Marcus Holter sto for den bragden. Håkon Raadal Bjørlo vant også junior natt NM.

Håkon Raadal Bjørlo fikk tildelt Saugbrugs Ærespris for 2015.

I årets stafetter ble det seier i Night Hawk for både herrer og damer. Herrene ble nr. 2 både i Tiomila og Jukola. Damene oppnådde en 13. plass i Tiomila og 8. plass i Venla. For 6. gang vant Halden SK den svenske klubbstafetten 25 manna.

### Økonomistyring:

Jan Fremmegård er ansvarlig regnskapsfører i klubben. Magne Dæhli har siden 2013 hatt ansvar for regnskap og bilagshåndtering noe som fungerer utmerket.

Det henvises til «Kommentarer til regnskapet 2015» for mer detaljert økonomiinformasjon.

### Medlemstall:

Medlemstallet pr. 31.12. 2015 var 731 medlemmer.

En reduksjon på 46 medlemmer fra 2014.

Tallene er påvirket av opprydning i medlemsnett hvor ikke betalende over flere år, etter nye purringer er strøket som medlemmer.

År	2010	2011	2012	2013	2014	2015
Totalt antall medlemmer	762	757	798	750	777	731
Antall menn	312	306	312	529	313	300
Antall kvinner	185	193	203		207	196
Gutter 0-16 år	142	128	141	221	142	118
Jenter 0-16 år	123	130	142		115	117

### Samarbeidspartnere for året 2015

SpareBank 1 Halden

EiendomsMegler1

Kynningsrud

AF Gruppen

IFE

Jensen og Scheele

Communicate

Smart Innovation Østfold

Thon Hotellet Halden

Trimtex

Leif Grimsrud AS

Sandberg Maskinutleie

Gerisale /Saucony (Joggesko/Løpersko)

Interoptik (Briller)

Spent (Styrketrening)

SportImport AS (hodelykter)

### Skiltavtale:

Riis Elektro

Håby

Caspersen

Advokatene Borgerskansen

YIT

Halden Dataservice

Apotek 1

Fredriksten Utvikling

Køhn Libris

*Vi takker alle våre samarbeidspartnere for god støtte og samarbeid gjennom året!*

## Årsberetning KAG

### Sammensetning

Kart- og arrangementsgruppen har i 2015 bestått av Øyvind Torp (grunneierkontakt), Eirik Nordbrøden (kontakt for tirsdaysløp/treninger), Håkon Jokstad (materialforvalter), Joacim Carlsson (kartforvalter), Espen Fiskum (nestleder) og Erik Axelsson (leder).

### Grunneierkontakt

For hvert arrangement blir respektive jakt- og grunneierlag kontaktet personlig. Det har tidligere år blitt avholdt et felles møte med grunneiere, men pga dårlig oppmøte blir kontakt tatt ved behov.

### Utstyr

Det er kjøpt inn stemplingsenheter og skolekompasser i forbindelse med skoleprosjektet.

### Kart

Arbeidet med kart til World Cup på Prestebakke (12km<sup>2</sup>) og sprint på Festningen (1km<sup>2</sup>) ble ferdigstilt på våren. Morten Berglia og Leif Roger Hultgreen hadde oppdraget, men pga av sykdom og manglende fremdrift har Helge Gisholt, Morten Moe og Morten Dalby måttet bistå for å få prosjektet ferdig til riktig tid. Prosjektet er godkjent for spillemidler og sluttoppstilling er innlevert i november for Prestebakke.

Div sprint og skolegårdskart i forbindelse med skoleprosjektet er ferdigstilt, Eva Jurenikova er prosjektleder og kart blir tegnet av Mattieu Peuch og Antonio Martines Perez. Prosjektet er fullfinansiert med midler fra Sparebankstiftelsen og Anker-Rasch fondet.

Revidering av Svinesund-Røsnæskilen (12km<sup>2</sup>) er delvis gjennomført av Vegard Ruttenborg, Fredric Portin var tenkt å slutføre jobben, men har flyttet tilbake til Finland. Jonathan Musgrave slutfører jobben vinter/vår 2016.

Venåsmarka (15km<sup>2</sup>) er slutført etter planen, Sparebankstiftelsen og Berg Sparebank har bidratt økonomisk. Raquel Costa og Tiago Aires har tegnet. Prosjektet er søkt spillemidler.

Strupeskogen (4km<sup>2</sup>) er slutført etter planen. Raquel Costa og Tiago Aires har tegnet.

Skårefjell (12km<sup>2</sup>) er slutført etter planen. Kenneth Kaisajuntti og Jussi Silvenoinen har tegnet, kartet skal brukes til NS 2016.

Iddefjordsfjella syd (6km<sup>2</sup>) er slutført etter planen. Jussi Silvenoinen har tegnet.

Berg Skole (2km<sup>2</sup>) er slutført etter planen. Morten Moe har tegnet, kartet ble brukt til Sport-8 stafetten.

Området mellom Festningen og Tistedal er påbegynt og blir ferdig i løpet av vinteren.

Sprintkart over Tistedal nord blir fullført i løpet av vinteren, skal brukes til EM-testløp 2016.

Det er i 2016 planlagt 2-3 kartprosjekter på til sammen ca 15-20km<sup>2</sup> utover kart til NM.

### Arrangement

#### Norwegian Spring:

SOL hadde i år hovedansvaret og HSK var delarrangør. Vårspretten og Solrenningen hadde arena ved Missingmyr i Råde og hadde 969 resp. 1206 påmeldte og i stafetten var det 104 lag. Jostein Tafjord var ass. Løpsleder.

#### Sport-8 stafett 20/5:

Ble arrangert med mål ved Berg Skole. Bjørn Brække var løpsleder og det var 32 lag påmeldte

#### Tirsdaysløpene:

Også 2015 ble de organisert i samarbeid med TFL, Gimle IF og Iddefjordens SK. Koordinator var Eirik Nordbrøden med UFO som ansvarlig for HSK:s løp.



Nærløp (25-mannatest) 22/9:

I forbindelse med 25-mannatesten til HSK, ble det også andre klubber invitert. Eirik Nordbrøden var løpsleder og løpet var ved Akselås.

Høiås Trimtex Nightcup og Høiås Saucony Daycup:

Til sammen 12 løp, fordelt på natt og dag med O-gruppa, Eirik Nordbrøden og Eva Jurenikova som arrangør.

World Cup 2015:

Er gjennomført med Svend Arne Ytterbøl som løpsleder, langdistanse 3. juni på Prestebakke og sprintstafett på Festningen 5. juni.

NM:

HSK er tildelt NM lang, mellom og stafett i 2017 og Bjørn Axel Gran er løpsleder. Områder i Rokke og Skolleborg er sperret inntil løpene er gjennomført.

VM:

HSK har sammen med de fleste andre klubbene i Østfold blitt valgt som Norsk kandidat for å arrangere VM i skogsdistanser 2019. Svar fra IOF forventes i løpet av våren.

5.1.2016

Erik Axelsson  
Leder KAG

## Årsberetning Høiås anleggstyre:

Anleggstyret har i 2015 bestått av:

Bård Moum (leder),  
Kjell Holene (Gubbegjengen, vedlikeholdsutvalg)  
Anne-Marit Skaug (hytteutvalg, drift)  
Tove Hellerud (hytteutvalg, innkjøp)  
Åge Wikstøl (løypeutvalg, vinter),  
Morten Kildebo (løypeutvalg, sommer)  
Leif Rugsveen (teknisk utvalg)  
Morten Holm (teknisk utvalg)

Anleggstyret har avholdt 6 møter i 2015.

Anleggstyret vil takke Gubbegjengen spesielt og alle andre som har stilt med maskiner, motorredskap og sjåfører til dugnad på Høiåsanlegget og i løypenettet.

Dette genererer meget store verdier til klubben vår!!

Uten deres hjelp hadde det ikke vært mulig å utføre det omfattende arbeidet som er gjort.

### Gubbegjengen:

Gubbegjengen har vært ledet av Kjell Holene

I 2015 er det utført som vanlig løpende vedlikehold på bygninger og anlegg. Det er byttet kledning på anneksets vest og sydvegg. Som vanlig har gulvene i hytta blitt rensset og lakkert. Garasjer, anneks og renseanlegg er beiset.

Det er laget et stativ for søppeldunker på tunet. Vi har fått to nye dunker, og de gamle som stod ved hytteveggen er fjernet pga. brannfaren. Det er også laget ramper til el-skap i lysløypa.

Det er utført flere dugnader på Høiåsveien (kommunal vei). Blant annet er det blitt satt ned en ny kum der den gamle hadde gått i stykker. Det er byttet bremses på ATV og utført service på løypemaskiner.

Pipe og røykrør i store peisestue/klubbrom er blitt utbedret. Dette har vært en større og viktig jobb for å redusere brannrisikoen. I den forbindelse er det også blitt byttet noen skiferplater på taket. Piper er både blitt impregnert og feiet med nytt innkjøpt feierutstyr. Pipebeslaget er også byttet.

Plener er klippet og stelt. Maurangrepne stokker i benker ved bål plass er blitt byttet. Det er også satt ut 3 nye benker langs vei/lysløype. Det er blitt skiltet til gamle hoppbakken og gamle Høiåshytta.

Det kappet, kløyvd ved og stablet ved både på Høiås og ved huken ved Blytjern.

Det er blitt spreng, gravd og fylt opp i lysløypetraseen lang Høiåsveien (Magne Saksæther). Området som hadde rast ut er nå utbedret og det er igjen mulig å kjøre løypemaskin på denne traseen. Dette er finansiert gjennom lysløypas venner samt 10.000 kr fra kaffekassa til gubbegjengen. Gubbegjengen har i tillegg pyntet på «mur» samt kjørt på flis på den utbedrede

traseen. De har også vært pådriver mot Opplysningsvesenets fond for å hugge skogen langs Høiåsveien (noe som nå er utført).

Gubbegjengen har også kjørt ut all flis som har ligget ved parkeringsplassen og området rundt nedre sving av 2 km er blitt ryddet og pyntet opp. Det er også lagt ned drenerør og kjørt på flis i traseen mot tårnet.

Den nye parkeringsplassen før bakken på nedsiden av bommen er blitt ferdigstilt.

Det er utført faste direkteoppdrag for Grenserittet.

Det alt vesentligste av praktiske arbeider er også i år utført av Gubbegjengen.

### **Hytteutvalget**

Utvalget har bestått av Anne-Marit Skaug (leder), Tove Hellerud, Turid Hauge, Ingeborg Torgersen og Kirsti Norsted.

Det er stor aktivitet på torsdager med mange barn og unge. Noe som gjør at hyttevaktene til tider har mer enn nok å henge fingrene i.

Hytta har hatt åpent torsdager og søndager fra 4. januar til 29. mars og fra 3. september til 20. desember. I år var det også åpent 3. juledag.

Vi hadde 2 dager med skiføre da hytta også var åpen på onsdag og lørdag. Utenfor sesongen har UFO stått for servering på torsdager.

Hytteutvalget har arrangert kakefest 15. oktober, og juleavslutning med servering ble avholdt torsdag 3. desember.

Tove Hellerud har stått for det ukentlige innkjøp av alle forbruksvarer og forbruksmateriell. Glassflasker skal nå kastes i miljøstasjon (ikke lengre pant). Dette har medført at vi nå har gått over til kun å benytte plastflasker for brus.

Hovedrengjøring av hytta ble gjennomført 14. april, med betasuppe etterpå. Det ble også gjennomført en vaskedugnad i annekset i forbindelse med løypedugnden 19. september. I den forbindelse ble gulvene grundig rengjort og bonet

Det har i løpet av året blitt anskaffet en betalingsterminal til Høiås. I den forbindelse har det trådløse nettet blitt oppgradert.

Det har i år vært stor aktivitet i forbindelse med utleie.

#### **Utleie:**

Annekset: 717 betalte overnattingsdøgn (ant. pers. x døgn). Dette fordelt på 24 besøk med varierende antall overnattende og antall netter i annekset.

Hytta: 16 betalende + 6 ganger ble hytta benyttet av sponsorer for gratis leie

Det er ikke mottatt noen klager fra de som har leid– bare positive tilbakemeldinger og stor takknemlighet.

I tillegg har flere skoler benyttet seg av tunet til diverse sammenkomster av både sosial og faglig art. De låner nøkkel til bommen for å kjøre opp med utstyr, rullestolbrukere m.m.

Astrid Næss Bjørgul har vasket hytta dette året.

Herman Berg og Haakon Slang-Sundsetvik overtar vaskejobben etter nyttår.

### **Aktiviteter i løypeutvalg**

Utvalget har bestått av

Sommerpreparering: Morten Kildebo (leder), Erik Hauge, Jim Olaussen, Jarle Herrebrøden, Kjell Søderqvist, Jon Ole Torp, Øyvind Torp og Bjørn Moe

Vinterpreparering: Åge Wikstøl (leder), Bård Laukvik og Bjørn Brække

Det er gjennomført en stor og en mindre løypedugnad i tillegg til det gubbegjengen har jobbet i lysløypa. Det er blitt utført et stort og flott grøftearbeid i traseen mellom store stein og Ekelimoen. Det er kjørt ut nesten 350 tonn med masse, hovedsakelig mellom Fjell og Ekelimoen og mellom Høiås og Ekelimoen. Det er også kjørt ut noe innerst i 2 km. Det er også blitt gjort en vesentlig ryddejobb langs lysløypa fra Fjell til Ekelimoen og fra Ekelimoen til Stenerød, samt fra Høiås til Store Stein.

I vintersesongen 2015 ble det kjørt løyper både i lysløypa og utenfor denne ved flere anledninger.

Vi takker alle som har stilt med maskiner, motorredskap og sjåfører til dugnad i løypenettet og uteområdene. Uten deres hjelp hadde det ikke vært mulig å utføre det omfattende arbeidet som er gjort.

Det er kommet til en gjeng med Espen Glomsrød i spissen som vil rydde og utbedre skogløypene. De har så vidt kommet i gang, men har allerede ryddet kvister og trær i gulløypa.

### **Aktiviteter i teknisk utvalg**

Utvalget har bestått av Leif Rugsveen (leder), Morten Holm, Per Kåre Moe, Tor Wøien og Andreas Holm

Det er gjennomført EL. kontroll der flere avvik ble rettet i etterkant.

El tavle i herrebadstue og hovedtavla i annekset er begge blitt oppgradert. Det elektriske anlegget er nå løftet opp på et meget godt nivå. Dette er viktig for å ivareta brannsikkerheten. Det er også byttet svarte lyskilder og defekte lysarmaturer (tordenvær) i lysløypa og langs Høiåsveien (Lys langs Høiåsveien er kommunens vedlikeholdsansvar, men det blir ikke rettet).

Det er montert brannslange på kjøkkenet samt installert ny varmtvannsbereder (ny elektrisk kurs) for oppvaskmaskinen. Blandebatteri på kjøkkenet er byttet.

Internkontrollsystemet ble også forbedret med flere rutiner for klatrevegg, brannsikring, renseanlegg, renhold samt revidert/utvidet rutiner for vannverket. Det er gjennomført to risikoanalyser og en HMS runde. Det er blitt hengt opp skilt for rømningsveier og sløkkeutstyr.

Vedlikehold av vannforsyningen med rengjøring og bytting av filter og UV-lamper og UV-sensor. Renseanlegget er tømt for slam.

Prøvetaking av vannet og rapporteringer til mattilsynet.

Service på renseanlegg og alarmsentral er gjennomført.

Batteri er byttet på hjertestarter slik at den er operativ.

Vi har nå fått kommunen sin avfallskontainer til Høiås.

Pumpehuset ved Daltjern er frakoplet både hva gjelder strøm og vann. Alt bærbart teknisk utstyr er blitt fjernet.

Gammel vannpumpe og det store vaffeljernet er blitt solgt.

Pakninger og ventil på urinal herregarderobe er blitt utbedret. Det er også byttet tidsrele for styring av vannpumpe og vifte i damegarderobe.

Det er blitt opprettet et elektronisk arkiv der alt av anleggsdokumentasjon, brukermanualer, internkontrollrutiner, avtaler og annen viktig informasjon er lagret.

Vi har byttet forsikringsselskap. Dette har medført at vi sparer et større beløp samt at vi har fått forsikret den lille ATV'en (ansvar).

Vi har inngått ny avtale med Per Nordby om snømåking av vei da Bjørn Ohlgren har sagt opp den avtalen vi hadde med han.

## ORIENTERINGSGRUPPA

O-gruppa har i 2015 bestått av følgende medlemmer:

Leder:	Bjørn Axel Gran
Nestleder/leder toppidrett:	Jens Erik Mjølnerød
Bredde:	Hege Næss Bjørgul
Junior:	Jørn Nordbrøden
Prosjektansvarlig:	Bodil Helgerud
Medlem:	Marit Kahrs
	Andreas Johansson
	Camilla Sævereid

Da Marit Kahrs flyttet til Fredrikstad og meldte overgang til Fredrikstad etter sommeren ble hun fritatt fra å møte i styremøtene.

Eva Jurenikova var i 2015 fast ansatt som trener i Halden SK i 70%. Magne Dæhlie har som ansatt hatt ansvaret for å føre regnskapet til o-gruppa.

O-gruppa har i 2015 hatt 10 møter, hvorav to pr epost og behandlet 45 saker. Vedtak av betydning er:

- Føring av startkontingent gjøres i 2016 som dugnad (sak 03-15)
- Å påta seg å arrangere Nordisk Pre-O landskamp 2016 (sak 08-15)
- Egenandel for transport (reise til flyplass og flybillett) skal estimeres av prosjektleder, godkjennes av prosjektansvarlig og oppgis ved påmelding (sak 10-15)
- Øker antall lag i Jukola til 3Herre + 4Dame. Dekker leiebil og overnatting for alle (sak 12-15)
- Retningslinjer for kjøregodtgjørelse (sak 16-15)
- Startkontingent i Rauland for juniorer dekkes av klubben (sak 21-15)
- O-gruppa skal ikke arrangere egne treninger samtidig med klubb-stafetter (sak 24-15)
- Lizzie Ingham etternominert for Steget Opp (sak 24-15)
- Å erstatte punkt i startavgiftdekning på «løp uttatt av TIU» til «Testløp/uttaksløp for EM/VM for løpere i Fokusgruppe» (sak 29-15 og 39-15)
- Ved «selvkost» prosjekter skal det samles inn reiseregning og lages egenandelliste (Sak 31-15)
- Retningslinjer for dekning av landslagsutgifter (sak 34-15)
- Å foreslå ovenfor NOF å endre reglene for NM: harmonisere vinnertider og lengre startintervaller (sak 36-15, behandles på NOF sitt ting 2016)
- Treningsavgift for hospitanter settes til 1000kr pr påbegynt måned (sak 37-15)
- Fordeling av søkbare midler for toppidrett (sak 42-15 og 44-15)
- Endring av bonus sats for plass 4-6 i junior-NM fra 250 til 500 (sak 45-15)

Leder av gruppa deltatt på styremøter og på møter i ØOK.

Av sosiale treff i o-gruppa er det blitt avholdt stafettmøter for herrer, Coolchicksmøter, og noen løpermøter. I forbindelse med Tiomila ble det avholdt presentasjon av lagene på Thon Hotel. Kick-off med mer enn 60 deltagere ble også arrangert på Thon Hotel siste helg i November. Her ble løpere, ledere, sponsorer og inviterte utfordret av en godt forberedt Johan Kaggestad.

I samarbeid med hytta og UFO ble det arrangert kakefest 15. oktober. I kategorien sosiale treff skal vi også nevne Tiomila, Pinseløp og 25-manna. På alle disse turene har det vært et felles opplegg for både elite, ungdom, bredde og supportere. O-gruppa hadde ansvaret for Tiomila og 25-manna, mens UFO hadde ansvaret for Pinseløpa. Et stort antall fra Halden SK var også til stede på junior-VM i Rauland og/eller VM i Skottland.

## RESULTAT SAMMENDRAG

I henhold til målsetningene satt for 2013-2016 kan en konkludere at:

- Ingen individuell verdensmestere, men 3 medaljer: Mari Fasting, Olav Lundanes og Martin Jullum.
- Vi vant 25-manna
- Vi vant NM stafett for damer, sølv for herrene og GULL for junior-herrene.
- Vi hadde ingen 2.lag i nærheten av de 10 beste i TIO eller Jukola
- Ingen debutanter i VM eller JWOC/EYOC, men hele 7 juniorer var representert i mesterskap/landskamper
- Håkon Raadal Bjørlo fikk tildelt Saugbrugs Ærespris for 2015

Et sammendrag av resultatene er:

- **VM Sølv** på langdistanse og stafett til Mari Fasting
- **VM Bronse** på langdistanse til Olav Lundanes
- **VM Sølv** i stafett til Magne Dæhli
- **VM Bronse** i stafett til Vincent Coupat
- **VM Bronse** i Temp-O til Martin Jullum
- **VM Sølv** i stafett i junior-VM til Anders Felde Olaussen og Marcus Holter
- **EYOC Sølv** på langdistanse til Håkon Raadal Bjørlo
- **Seier i 25-manna.** På laget løp: Antoine Martinez Perez, Sabine Hauswirth, Kine Hallan Steiwer, Ida Marie Næss Bjørgul, Lizzie Ingham, Helen Palmer, Nora Torgersen, Runa Lien Backstrøm, Idun K. Felde Olaussen, Jan Granstedt, Eirik Kampstrup Hovind, Erik Axelsson, Marcus Millegård, Magne Dæhli, Kjetil Bjørlo, Øyvind Stokseth, Tore Sandvik, Emil Wingstedt, Anders Felde Olaussen, Thomas Natvig Aarstad, Vincent Coupat, Fredric Portin, Eva Jurenikova, Olav Lundanes og Mari Fasting.
- **NM Gull i stafett** til Eva Jurenikova, Bodil Helgerud og Mari Fasting
- **NM Gull i junior-stafett** til Håkon Raadal Bjørlo, Anders Felde Olaussen og Markus Holter
- **7 individuelle NM Gull:** Emil Wingstedt (sprint), Olav Lundanes (lang, ultra), Mari Fasting (lang, mellom), Markus Holter (mellom-jr), Håkon Raadal Bjørlo (natt-jr)
- **NM sølv i stafett** til Emil Wingstedt, Olav Lundanes og Magne Dæhli
- **9 individuelle NM Sølv:** Mattias Karlsson (sprint), Mari Fasting (ultra), Gina Granstedt (ultra-jr, natt-jr), Markus Holter (lang-jr, natt-jr), Magne Dæhli (lang), Olav Lundanes (mellom) og Martin Jullum (TempO)
- **7 individuelle NM Bronse:** Ida Marie Næss Bjørgul (sprint), Håkon Raadal Bjørlo (sprint-jr, ultra-jr, mellom-jr), Eva Jurenikova (ultra), Anders Felde Olaussen (ultra-jr), Martin Jullum (PreO)
- **VM 4-plass** på mellom og 13.plass på lang til Magne Dæhli
- **Topp 20 plasseringer i VM** til: Fredric Portin (mellom og lang), Lizzie Ingham (mellom), Sabine Hauswirth (lang)
- **Topp 6 plasseringer i world-cup** løp til: Olav Lundanes (løp 1 sprint, løp 2 middel, løp 10 lang), Ida Marie Næss Bjørgul (løp 4 lang) og Sabine Hauswirth (løp 10 lang)
- **Beste noteringer** i world-cup til: Elena Roos (7. løp 1) og Jo Shephard (47. løp 10)

- **Junior-VM deltagelse:** Markus Holter (15. sprint, 9. middel, 12. lang), Anders Felde Olausson (29. sprint, 11. middel 35. lang) og Delphine Poirot (64. sprint, 28. middel og 23. lang)
- **Landslagsdebut i JEC** for Peter Nordbrøden og Gina Granstedt (for Norge) og Olav Milian Schmitt Gran (for Tyskland)
- **Topp 8 plasseringer i NM til 9 meget aktive juniorer:** Markus (gull mellom), Håkon R. B. (gull natt), Gina (sølv, ultra), Anders (bronse ultra), Håkon Ø. Sævereid (5. natt), Peter (6. lang), Trygve Løvli (6. natt), Nina Å. Birkeland (6. natt) og Olav Milian Schmitt Gran (8. lang)
- **2. plass i Tiomila Herrer.** På laget løp: Vincent, Markus H., Marcus M., Håkon R. B., Fredric, Mattias Karlsson, Emil, Olav, Mats Haldin og Magne
- **2. plass i Jukola.** På laget løp: Emil, Jarkko Huovila, Fredric, Mattias, Mats, Marcus, og Magne
- **13. plass i Tiomila Damer.** På laget løp: Hollie Orr, Eva, Ida Marie, Sabine og Mari
- **8. plass i Venla.** På laget løp: Hollie, Eva, Ida Marie og Sabine.
- **Seier i Night Hawk for Herrer og Damer.** På herrelaget løp: Fredric, Anders, Håkon R.B., Magne, Fredric, Emil, Olav og Magne. På damelaget løp: Hanna Haugen Nordbrøden, Kine Hallan Steiwer, Bodil, Helen Palmer, Lizzie Ingham og Sara Hagström.
- **Høiås Night & Day Cup 2014/15** ble vunnet av Fredrik Eliasson (herrer), Eva Jurenikova (damer), Olav Milian Schmitt Gran (gutter), Idun Felde Olausson (jenter), Kjetil Bjørlo (åpen mellom) og Alexander S. Ytterbøl (åpen kort)

## TRENERE OG TILRETTELEGGING

Arbeidsoppgavene har vært relatert til 6 hovedområder:

- Ha overordnet ansvar for Halden SK sin treningsvirksomhet mot eliteutøvere.
- Informere om treningstilbudet i Halden SK via kalender, HSK-entry og e-post.
- I samarbeid med øvrig støtteapparat og hjelpetrener utarbeide ukentlige treningsplaner.
- Planlegge treningsøktene i Halden og på samlinger.
- Forberede og gjennomføre utvalgte o-tekniske treninger, f.eks. TTT, HNC, HDC.
- Teoretiske forberedelser mot internasjonale konkurranser.

Eva har i 2015 som hovedtrener hatt ansvaret for tilrettelegging og gjennomføring av all treninger i Halden for både junior og senior. Hun har også hatt ansvaret for samlinger i utlandet og tilrettelegging av toppidrettstilbud for o-løpere ved HaldenVGS. I tillegg har Tore Sandvik og Jan Granstedt hatt ansvar for henholdsvis herrene og damene i de store stafettene, og Lacho Iliev har hatt ansvaret for oppfølging mot uttaksløp junior og senior. Denne trenerkvartetten har fungert godt og lagt til rette for gode resultater for Halden SK også i 2014. Som tidligere har vi også hatt et godt tilbud om fysioterapi gjennom Vendula Haldin.

Høsten 2015 ble det gjennomført en ny evaluering av klubben sitt tilbud til DH17-gruppen med fortsatt veldig god gjennomsnittsscore. Høyest score av treningene fikk Night og Day Cup og onsdagsnatt. Klubbens samarbeid med Loggator (selskapet til Lacho) om utstyr for GPS tracking har fortsatt. GPS'ene blir nå brukt på veldig mange løp og o-tekniske treninger og er populært blant utøverne. Totalt ble det i sesongen 2014-2015 arrangert 14 løp i Høiås Night & Day Cup. Eirik Nordbrøden har hatt ansvar som vanlig. Eva har bidratt mye og et stort takk også til Jørn for bålkos, Fredrik for hjelp med resultater og Bjørn Axel for sammenlagtlister.

Ei typisk høst/vintertreningsuke har bestått av:

Mandag: Innetrening (styrke/spenst)

Tirsdag: Intervaller



Onsdag: natt trening (uten poster)

Torsdag: TTT (Torsdag Teknikk Trening) og Høiås

Fredag: HNC

### **UK og Lagledere**

Uttakskomiteene har i 2015 bestått av:

Dame-UK: Anne Haugen (leder), Jan og Lacho.

Herre-UK: Emil (leder), Tore og Andreas.

For 10mila bisto Jørn og Kjetil med laguttak av 3.laget herrer.

For 25-manna besto UK av Anne, Jan, Emil og Kjetil.

UK-kriteriene ble presentert ved begynnelsen av sesongen, og lag har blitt tatt ut i henhold til kriteriene. Medlemmer av UK har fungert som lagledere i de større stafettene. Under Tiomila bisto også Eirik og Bjørn Axel i lagledelse, mens Jørn tok seg av matteltet. Under NM bisto Eirik og Anne.

### **UTØVERE**

Navnelista for DH17 besto ved starten av 2015 av følgende sammensetning av løperstallen:

- 71 løpere – hvorav 26 påmeldt til kick-off
- 29 Herrer-sr (hvorav 20 i Østfold, 3 i Norge og 6 i utland)
- 8 Herrer-jr (+3 H16 løpere)
- 28 Damer-sr (hvorav 19 i Østfold, 3 i Norge, 6 i utland)
- 5\* Damer-jr (+4 D16, 1 utland) (\*Anneli langtids skadet)
- 1 Pre-O Elite

Ved starten av 2015 hadde vi tilvekst på følgende løpere fra UFO: Synne Brække, Olav Milian, Håkon og Trygve.

Nye løpere som kom på våren var Tiago Aires, Jarkko, Raquel Costa, Anni-Maija Finke, Lizzie og i løpet av 2015 kom Vegard Jarvis Westergård, Karl Fremstad, Andreas Rüdinger, Eirik Kamstrup Hovind, Thomas Natvig Aarstad, Morten Jarvis Westergård, Marianne Dæhli og Alex Carcas.

I løpet av året/slutten av året har vi tatt farvel til Marit og Mattias, Fredric og Laura Portin, Marcus og Jennie Andersson, og Ingvild Torgersen. Vi ønsker dem lykke til i sine nye klubber.

### **TOPPIDRETT**

TIU har bestått av alle trenerne, UK medlemmer og løperrepresentanter. Løper representanter har vært Magne (herrer) og Hanna Haugen Nordbrøden (damer). Emil og Anja har fulgt opp henvendelser fra nye løpere. Det har vært avholdt 7 møter. Administrativt har Bjørn Axel og Jens Erik delt på «back-office» oppgaver og hatt oversikt.

Støtte har vært tredelt i form av (i) støtte til individuelle forberedelser knyttet mot VM, EM og NM, (ii) refusjon av egenandeler ved deltagelse på samlinger, stafetter og løp og (iii) bonus for oppnådde resultater. Eliteløpere i fokusgrupper som bor i utlandet gis støtte i form av reisestøtte for å komme til Halden. I 2015 var tilrettelegging og individuell støtte basert på utøvere fordelt på 4 elitegrupper. Alle løperne skal undertegne en løperavtale som beskriver plikter og goder ved å være eliteløper i Halden. Alle løpere og ledere oppfordres til å gjennomgå en «Ren utøver» test.

- VM Gull: Eva, Mari, Sabine H, Olav, Magne og Martin.
- Steget Opp: Ida Marie, Kine, Elena, Iliana, Fredric, Marcus og Vincent.
- Utvikling: Ane Sofie Næss Bjørgul, Lea, Hanna, Anders (H20), Markus (H20), Espen, Fredrik, Antonio, Jo, Helen, Nina (D19), Ingvild (D19)

## PROSJEKTER

Også i år har vi hatt et bredt og variert aktivitetstilbud til våre løpere, så vel seniorer som juniorer. Halden SK har vært representert på de fleste av landets nasjonale løp og i tillegg har vi reist til Sverige, Finland, Danmark og Portugal på klubbsamlinger og løp. Et høydepunkt i år var NM-uka på Levanger der Espen hadde ordnet et boende på gangavstand fra NM-arenaen, og der prosjektlederne Anne og Eirik sørget for fungerende logistikk og god mat. Ellers var det Bjørn Axel, Mats og Tor Ragnar som tok seg av de mest omfattende prosjektene i 2015, hhv. Tiomila, Jukola og 25-manna. Et stort takk til dem og til alle andre prosjektledere som har tatt ansvar for å ordne velfungerende opplegg for våre utøvere. Det har vært noe mindre reising i 2015 enn i 2014, da flere NM har gått på Østlandet og forberedelsene for VM 2016 i Strømstad har blitt gjort på hjemmebane.

Aktiviteter	Sted	Dato	Prosjektledere
Sprint-Camp	Bergen	29. jan-1. feb	Mari Fasting
Skisamling	Nordseter	29. jan-1. feb	UFO
Vintersamling	Portugal	13-23. feb	Hanna H Nordbrøden og Espen Fiskum
Haldenhelg	Halden	27. feb-1. mars	Trenerne
Camp Norway	Danmark	13-15. mars	Eva Jurenikova
Haldenhelg	Halden	20-22. mars	Trenerne
Tiosamling	Skepptuna, Sverige	27-31. mars	Jan Granstedt
Haldenhelg	Halden	10-12. april	Trenerne
Tiomila	Skepptuna, Sverige	6-9. mai	Bjørn Axel Gran
KlubbKM stafett	Fredrikstad	16. mai	Tor Ragnar Andersen
jrVM test (NCjr), Pinseløp	Løten	23-25. mai	UFO
Jukola	Paimio, Finland	12-14. juni	Mats Haldin
O-festivalen (NC, jrVM test)	Nydalen	26-28. juni	-
VM test (NC sr)	Modum/Rauland	1-4. juli	Jens Erik Mjølnerød
Juniorsamling	Rauland	4-11. juli	Jørn Nordbrøden
Night Hawk	Asker	14-15. aug	Ida Marie N Bjørgul
NM Ultralang	Hønefoss	22. aug	Bodil Helgerud
VM2016 samling	Halden	23-28. aug	Eva Jurenikova
NM-samling	Levanger	7-9. sept	Espen Fiskum
NM-uka	Levanger	10-13. sept	Anne J Haugen og Eirik Nordbrøden
NM Natt, NC, NM-jr staf	Raumar	18-20. sept	Olav Kristian Birkeland
25-manna	Stockholm, Sverige	10-12. okt	Tor Ragnar Andersen
Smålandskavlen	Jönköping, Sverige	24-25. okt	Marcus Millegård og Jennie Andersson
Skolleborgturen	Halden	29. nov	Hege Næss Bjørgul
Haldenhelg	Halden	12-13. des	Eva Jurenikova

## JUNIORENE

Eva har hatt hovedansvaret som trener, mens Lacho har hatt spesielt fokus på oppfølging av noen løpere på treninger og viktig løp. Hovedtrener Eva har i tillegg hatt opplegg for valgfag «Toppidrett» ved Halden Videregående skole hvor forskjellige praktiske og teoretiske øvelser har blitt gjennomført. Her har også andre fra DH 17 brukt muligheten for faglig påfyll.

I 2015 har det vært 10-12 juniorløpere som regelmessig har deltatt på løp. Hovedfokus for konkurranseaktivitetene blant juniorene har vært de store stafettene, NM arrangementene og Norgescupen. I tillegg har enkelte løpere hatt høyere ambisjoner som har gitt resultater. Halden SK har i 2015 hatt 7 juniorer som har representert på forskjellige nasjoner landslag ved flere anledninger.

Treningssamarbeidet med de eldste i UFO har blitt videreført også dette året. Hovedtrener Eva har gjennom hele året tilbudt en ukeplan med forskjellige aktiviteter som den enkelte løper kan plukke de treningene man vil være med på. Treningene blir tilrettelagt slik at hver enkelt selv kan velge hvilket nivå og mål man har for treningen. Juniorene og de eldste i UFO har vært de som gjennom hele året har brukt dette tilbudet og det er denne tilretteleggingen som gjør at de har løftet seg steg for steg.

De fleste av juniorene har deltatt på de felles aktiviteter vi har arrangert i 2015. Det kan nevnes foreldremøte, fellesmøte for juniorer i forkant av NM med taktikk og terrenggjennomgåelse, Camp Norway, og egen juniortur til Junior VM i Rauland.

Det har i løpet av 2015 vært en gjennomgang med hver enkelt løper hvor det er blitt kartlagt personlige mål og eventuell oppfølging som den enkelt ønsker. Lacho har systematisert samtalene og er ansvarlig for oppfølgingen. Det er konkludert med at alle trives og syntes at opplegget for våre juniorer er ivaretatt på en god måte.

Anders og Markus fikk sitt store gjennombrudd med SØLV på stafetten i Junior VM. Begge hadde gode plasseringer også individuelt med Markus sin 9 plass på mellom distansen som den beste. Håkon R. B. ble uttatt til å representere Norge i EYOC 2015 og fikk sølv på langdistanse i dette Ungdoms EM. I tillegg til disse tre har Gina, Peter, Olav Milian og Andrea Roggo representert på sine respektive landslag.

I NM sammenheng har juniorene hatt et år med veldig gode resultater. I årets høydepunkt NM-stafett stilte vi med 3 guttelag og 2 jentelag. Målsetningen for guttene ble innfridd og det ble GULL til førstelaget med Anders, Håkon R.B. og Marcus. 2 laget med Håkon Ø. S., Peter og Trygve ble nr. 11 og 3 laget med August A. Birkeland, Erlend Brendstuen og Olav Milian ble nr. 23. Førstelaget til jentene med Idun, Nina og Gina ble nr. 7. 2 laget med Nora, Karoline Aune og Synne ble nr. 21.

NM Lang: Marcus Sølv i H19-20. I H17-18 ble Håkon RB 4., Peter 6. og Olav MSG 8.

NM mellom: GULL Marcus H19-20. I H17-18 ble Håkon RB 3. og i D17-18 ble Gina 4.

NM-Ultra: Gina G sølv i D17-18. I H17-18 ble Håkon RB 3., Peter 6. og Håkon ØS 7. I H19-20 ble bronse til Anders og Marcus 5.

NM sprint: Bronse til Håkon RB.

NM natt: GULL til Håkon RB, Håkon ØS 5., Trygve 6. og Peter 8. Sølv til Gina G i D17-18 og Markus i H19-20. Anders 7. i H19-20 og Nina 6. i D19-20

Totalt i NM sammenheng 2015 har vi tatt 11 NM medaljer.

I Norgescupen 2015 ble Gina nr. 4 sammenlagt i D17-18. I H 17-18 ble Håkon R. B. nr. 2, Peter nr. 8, Håkon Ø. S. nr 12, Trygve nr 13 og Olav Milian nr 18. I H19-20 ble Marcus nr. 2 og Anders nr 5. I D19-20 ble Nina nr 15.

Vi har i 2015 avgang på 4 løpere. Ingvild T har siden et år tilbake drevet studier i Trondheim og meldt overgang til NTNUI. Andrea Rogga går over i D 21 klasse. Marcus og Anders tar steget opp i H21. Vi ønsker alle fire lykke til videre.

Resten av juniorene er fortsatt juniorer og i tillegg kommer det 7 løpere fra egen UFO gruppe opp som juniorer i 2016. I tillegg til disse har 4 nye løpere (Karl Fremstad, Vegard Jarvis Westergård, Jørgen Vister og Alex Carcas) meldt overgang til oss. Gruppen består nå av 15- 18 løpere som er jevnlig på treninger. Vi vil i 2016 bli en stor gruppe og vi ser frem til nok et år med mange gode resultater.

### **BREDDEAKTIVITETER**

Breddegruppa har i 2015 hatt ansvaret for Tur-O (se egen rapport), samt å koordinere rundt klubb-stafettene nært Halden. Vi stilte med mange lag i Klubb-KM og vant. Breddegruppa har også sørget for inne-trening for veteraner på mandag. For damene er Eva trener. Hege og Jørn har også tatt ansvaret for Idrettsmerkeprøver på Høiås. Sist, men ikke minst sørget Breddegruppa for et strålende opplegg rundt Skolleborgturen, i år i ny løype fra Lindtjern.

## UNGDOMSGRUPPA (UFO) - ÅRSBERETNING 2015

Økende interesse og et høyt aktivitetsnivå i ungdomsgruppa til Halden Skiklubb preger 2015. Det er også oppnådd mange gode sportslig resultater gjennom året.

Det har vært mellom 60 og 70 barn på hver torsdagstrening og med en god økning nå på høsten. Ved utgangen av 2015 er det registret ca. 110 aktive UFO barn fra 6 til 16 år. Et godt apparat av trenere og UFO-foreldre som stiller positivt opp og tar ansvar for de ulike oppgavene, gjør dette mulig. Årsberetningen gir en kort oppsummering av de ulike aktivitetene gruppa har arrangert og deltatt på, samt hvilke resultater som er oppnådd gjennom sesongen.

### *Arrangement i 2015 som kan nevnes spesielt er:*

- Klubbturen til Pinseløpene gikk i år til Hamar/Løten med 92 deltagere fra klubben med familier.
- Vi bestilte buss til to av Sport 8-løp'ene som ble arrangert i Rakkestad og Trøgstad. Veldig populært tiltak som sveiser sammen UFO-gjengen enda bedre.
- Tradisjonen med sykkeltur gjennom Ertemarka med overnatting for 9-13 åringer fikk i år økt deltagelse med 16 barn + 12 voksne.
- 25 manna igjen med 3 lag. Førstelaget vant med Idun og Nora på laget. Andrelaget fikk en 51 plass, og tredjelaget kom på 228 plass. Totalt 20 UFO-ungdommer deltok.
- D16-jentene (Hedda, Nora, Karoline og Idun) vant Smålandskavlen.

### *Annet som kan nevnes:*

- Tilbudet om gratis kveldsmat etter torsdagstreningene ble videreført.
- Tirsdagsintervallene for UFO samkjøres fortsatt med elitetreningen.
- Flere UFO ungdommer har fått prøve GPS tracking på trening.
- 19 UFO'er i aldersgruppen 10-12 år fikk Friskusmerket i år, og som ble delt ut på juleavslutningen i desember.
- Stilte med 11 lag i klubb KM.

### **Oppsummering UFO-aktiviteter/ -turer 2015**

Dato	Aktivitet	Aldersgruppe	Ca. antall fra HSK	Prosjektleder
30.-01.02	Skisamling Nordseter	Alle fam.	94	Arild Kirkebøen
13.-15.03	Hallandspremiären	1998-2002	13	O-kretsen. Fra HSK: Geir Torgersen,
01.05	Høiåsdagen	Alle fam.	Ca 500	Lars Olaussen/Lisbeth Sundsetvik/Gudmund Jenssen
23.-25.05	Pinseløp, Løten	Alle fam.	92	Hanne Lerche Raadal
13.06	Sykkeltur Ertemarka	2002-2005 m/voksne	29	Heidi Torgalsbøen og Jostein Tafjord
27.-29.06	O-festivalen Sognsvann Oslo	Alle	Ca 40	Ingen
8.-13.08	Hovedløp og leir Larvik	1998-2000	17	O-kretsen. Fra HSK: Lisbeth Sundsetvik,

6.-7.09	O-troll leir	2002-2005	20	Pål Backstrøm
11.-12.10	25-manna	Alle	20 (fra UFO)	Tor Ragnar Andersen
25.-26.10	Smålandskavlen	1999-2002	11 (fra UFO)	Kjetil Bjørlo
7.11	Skrekk-O-Gru – Klatreparken	2000-2005	40	Gudmund Jenssen/fam. Aune
16.11	Skolleborg	UFO	10 (fra UFO)	Gudmund Jenssen
11.12	Nissejogg og juleavslutning Høiås	Alle	Ca. 90	Styret

### Av andre aktiviteter nevnes:

- UFO arrangerte Vinterkretssamling for Østfold i februar, med o-løp trening i Berg og skitrening på Høiås.
- Arrangert foreldremøte vår og høst med informasjon om aktiviteter og treningsopplegg for gruppene.
- Det ble avholdt O-kurs over to kvelder for foreldre og andre interesserte, med Anne Haugen som kursleder. 4 personer var med.
- Fint vær ble bestilt på Høiåsdagen og det anslås at ca. 500 personer tok turen opp til hytta inkl sykkelrittet. I år, som i fjor, var første del av dagen familiearrangementet med mange aktiviteter på Høiåstunet, mens dagen ble avsluttet med sykkelløpet Høiåsrittet
- Vi har hatt delansvar for tirsdagstreningsløpene og Haldenmesterskapet. I alt 10 løp er arrangert av HSK. De eldste ungdomsløperne har hver sin gang sammen med en eliteløper vært hovedansvarlig for løypelegging og postuthenging.
- Kakefesten 15. oktober med feiring sammen med hele klubben hadde meget godt framsmøte.

### Treningsgrupper

UFO-treningene har hatt meget godt framsmøte i 2015. Mange nye har også begynt i høst og vi teller nå over 100 UFO'er på lista. I tillegg til hovedtreningen på torsdager, har det vår og høst vært innetrening mandager på Gimle skole. Det er også tilbud til UFO om å delta på klubbintervalltrening på tirsdager i Rødsparken/Stadion/Festningen. Ved skolestart hvert år, dannes nye grupper ut fra fødselsår.

For innetreningene har vi hatt trenerskifte i høst for begge gruppene. Synne Brække og Marie Bergstrøm trener yngste gruppe og Anders Felde Olaussen trener eldste gruppe Vi takker Bjørn Brække og Kajsa Nilsson for innsatsen. Nedenfor oppgis treningsgruppene for hhv. 1. og 2. halvår 2015:

#### Grupper 1. halvår 2015:

Mandager – Gimle	Ant. pr trening	Trenere
Barn 2003-2005	Ca. 20	Bjørn Brække
Ungdom 1999-2002	Ca. 20	Kajsa Nilsson

Tirsdager – Stadion-Rødsparken	Ant. pr trening	Trener
Ungdom 1999-2002	Ca. 15	Kjetil Bjørlo/Eva Jurenikova

Torsdager – Høiås	Ant. pr trening	Trenere
Barn 2006 og yngre	Ca. 20	Anja Wingstedt, Tom Erik Sandberg, Johanne Marie Norsted, Margrethe Hellerud
Barn 2003-2005	Ca. 20-25	Runa Lien Backstrøm, Pål Backstrøm, Per-Olav Andersen, Karoline Jarlsby, Astrid N. Bjørgul

Ungdom 1999-2002	Ca. 20	Kjetil Bjørlo, Espen Bergstrøm
Ungdom 1998 og eldre	Ca. 10	Eva Jurenikova, Lacho Iliev

*Grupper 2. halvår 2015:*

Mandager – Gimle skole	Ant. UFOer	Trenere
Barn født 2004-2006	Ca. 25	Synne Brække, Marie Bergstrøm
Ungdom 2001-2003	Ca. 20	Anders F. Olaussen
Ungdom 2000 og eldre	Ca 7	Eva Jurenikova

Tirsdager – Stadion / Rødsparken/Festningen	Ant. UFOer	Trener
Ungdom 2001 og eldre	Ca. 15	Kjetil Bjørlo/Eva Jurenikova

Torsdager – Høiås	Ant. UFOer	Trenere
Barn 2007 og yngre	Ca. 45	Anja Wingstedt, Anders Kvalheim, Johanne Marie Norsted, Margrethe Hellerud
Barn 2004-2006	Ca. 35	Runa Lien Backstrøm, Pål Backstrøm, Per-Olav Andersen, Astrid N. Bjørgul
Ungdom 2001-2003	Ca. 20	Espen Bergstrøm, Tore Sandvik
Ungdom 2000 og eldre	Ca. 10	Eva Jurenikova, Kjetil Bjørlo

## Sportslig/Resultater

Det er gledelig at mange av barna som har begynt på UFO har fått med seg resten av familien ut i o-løypa. Det har også i år vært spesielt flott at så mange av barna har deltatt i ordentlig o-løp. I tillegg til de 19 som fikk utdelt friskusmerke var det også 8 barn under 10 som var kvalifisert til merke.

Oppsummering av de viktigste sportslige prestasjonene:

### HOVEDLØPET:

Helgen 7. og 8. august ble årets Hovedløp for 14-16 åringene arrangert i Larvik. Sprinten ble arrangert på Langestrand med målgang helt ute ved Farris bad og løypeleggerne bød på teknisk krevende og artige sprintløyper. Niels Christian Hellerud sto for den beste plasseringen med 3. plass i H15. Premierte fra Halden SK på sprinten var:

Niels Christian Hellerud nr. 3 (H15)

Hedda Raadal Bjørlo nr. 5 (D15)

Idun Felde Olaussen nr. 10 (D16)

Erlend Brendstuen nr. 16 (H16)

Nora Torgersen nr. 17 (D16)

Hanna Lye Moum nr. 28 (D15)

På søndag sto langdistansen på programmet ved Helgeroa. Det var tøffe løyper i et tøft Vestfoldterreng, noe våre løpere taklet på en fin måte. Halden fikk hele 5 løpere inn blant de 10 beste, med Niels Christian sin 6. plass som den beste plasseringen

Premierte fra Halden SK på langdistansen var:

Niels Christian Hellerud nr. 6 (H15)

Idun Felde Olaussen nr. 8 (D16)

Hedda Raadal Bjørlo nr.9 (D15)

Nora Torgersen nr. 9 (D16)

August Asheim Birkeland nr.9 (H16)

#### *Unionsmatchen*

I år deltok 10 løpere fra Halden SK på Unionmatchen som ble arrangert i Alingsås i Sverige. I D16 klassen individuelt oppnådde Hedda Raadal Bjørlo en fin 6. plass.

#### *Tiomila*

I år stilte vi hele fire ungdomslag med to flotte plasseringer: 25 og 61 plass for hhv. 1. og 2. laget. 3. laget ble nr 201 og 4. laget nr. 241 av totalt 284 lag som startet.

#### *Smålandskavlen*

I Smålandskavlen stilte UFO 2 lag og jentene (D16) med Hedda, Nora, Karoline og Idun på laget tok en historisk seier da HSK aldri har vunnet denne klassen tidligere. Gutta ble nr 10 (H16) med Nils, Erlend, Alexander, Håkon og August på laget.

#### *Sport 8-serien*

Sport 8 serien har i år bestått av 6 individuelle løp + stafett. Sammenlagt vant HSK 3 av 6 klasser + N-åpen og vant også klubbkonkurransen sammenlagt. Ca. 60 UFOer har deltatt i Sport 8-løpene i løpet av 2015.

#### *Øvrige resultater 2015:*

Dato	Løp/sted	Sted	Plasseringer/navn	Antall UFOer med
11. 01	Hovedløpet Ski-O	Gålå	2. Hedda Raadal Bjørlo D15	1
11.04	Blåveissprinten	Fredrikstad	1. Idun Felde Olaussen D15-16 1. Sofie Bergstrøm D11-12 1. Nils Chr. Hellerud H15-16 2. Erlend Brendstuen H15-16 2. Sigurd Saxe Sandvik H11-12 3. Alexander S. Ytterbøl H15-16 4. Nora Torgersen D15-16	26
25.03	KM natt	Trøsken	1. Erlend Brendstuen H15-16 2. Idun Felde Olaussen D15-16 2. August A. Birkeland H15-16 3. Nora Torgersen D15-16 3. Nils Cr. Hellerud H15-16 5. Hedda Raadal Bjørlo D15-16	7



Årsberetning Halden Skiklubb 2015

25.04	Lørdagskjappen	Moss	6. Hedda Raadal Bjørlo D 15-16 11. August Asheim Birkeland H15-16 11. Idun Felde Olaussen D15-16	28
26.04	Smaaleneneløpet	Trømborg	4. Idun Felde Olaussen D15-16 6. Nils Chr. Hellerud H15-16 6. Marieluisse S. Gran D13-14 7. Sofie Bergstrøm D11-12	28
20.04	Norwegian spring-SOLrenningen	Råde	3. Jakob Torgersen H13 4. Hedda Raadal Bjørlo D15 4. Nils Ch. Hellerud H15 6. Idun Felde Olaussen D15-16 7. Marieluisse S. Gran D13	34
01.05	Kvistkvaset	Ås	3. HSK 1 og 7. HSK 2	10
10.06	KM sprint	Halden (Gimle)	1. Hedda Raadal Bjørlo D15-16 1. Erlend Brendstuen H15-16 2. Idun Felde Olaussen D15-16 2. August Asheim Birkeland H15-16 3. Niels Chr. Hellerud H15-16 3. Josefin Eilertsen D11-12	30
7.06	Pinse løpene Hamar/Løten	Elgdilten	1. Idun Felde Olaussen D15-16 5. Sofie Bergstrøm D11-12 6. Nils Chr. Hellerud H15-16 6. Marieluisse S. Gran D13-14	Ca 35
		Løvspretten	2. Marieluisse S. Gran D13-14 2. Sigurd Saxe Sandvik H11-12 5. Idun Felde Olaussen D15-16	
		Pinsesprinten	2. August Asheim Birkeland H15-16 3. Sigurd Saxe Sandvik H11-12 4. Idun Felde Olaussen D15-16	
28.06	O-festival Sammenlagt	Sognsvann	4. Hedda Raadal Bjørlo D15 4. Nils Ch. Hellerud H15 5. Idun F. Olaussen D16	Ca 25
29.08	KM lang	Trømborg	1. August A. Birkeland H15-16 2. Niels Chr. Hellerud H15-16 2. Idun Felde Olaussen D15-16 2. Marieluisse Schmitt Gran D13-14 2. Sofie Bergstrøm D11-12 3. Alexander S. Ytterbøl H15-16 3. Hedda Raadal Bjørlo D15-16 3. Sigurd S. Sandvik H11-12 4. Erlend Brendstuen H15-165. Nora Torgersen D15-16 5. Haakon S. Sundsetvik H15-15 6. Jakob Torgersen H13-14	24
06.09	KM mellom	Moss	1. Sofie Bergstrøm D11-12	20

Årsberetning Halden Skiklubb 2015

			1. August A. Birkeland H15-16 2. Niels Chr. Hellerud H15-16 2. Idun Felde Olaussen D15-16 3. Erlend Brendstuen H15-16 3. Marie L. Backstrøm D11-12 5. Herman L. Backstrøm H11-12	
26.08	KM stafett	Lillomarka	1. HSK 1.lag D13-16 Hedda, Nora, Idun 3. HSK 2. lag D13-16 Karoline, Marieluise, Elisabeth 1, HSK 1.lag H13-16 Niels, Erlend, August	19
17.10	Blodslitet	Fredrikstad	3.Marieluise Schmitt Gran D13- 14	22

*Priser*

For 2015 er det delt ut fire priser til ungdomsløpere som har framhevet seg:

*Petters pris* (beste løper i hovedløpet): Nils Ch. Hellerud

*Arnestatuetten* (beste HSKer 11-12 år på kretsranking): Sofie Bergstrøm

*Interoptiks pris* (flesteprestasjoner på treninger og løp i 2015): Lisa Jenssen

**Følgende har fått Friskusmerke i 2015 for deltakelse i bestemte o-løp og turer:**

9-12 år: *GULL*: Maren Henriksen, Helle Marie Kvalheim, Kristine Ryland, Liam Wingstedt, Josefin Eylertsen, Jonathan Eylertsen, Sofie Bergstrøm, Herman Lien Backstrøm, Marie Lien Backstrøm. *SØLV*: Vilde Hagen Tafjord, Jonas Olaussen, Emma Olsen, Anna K. Holmen, Mathias S. Andreassen, Sigurd Sandvik, Sebastian Bøhn-Bryntesen. *BRONSE*: Sylvia Dannevig, Simon Bøhn Myklevold, Sverre Sandvik.

**Styret**

UFO-styret i 2015 bestått av Gudmund Jenssen som leder, Jostein Tafjord som styremedlem, Pål Backstrøm som økonomiansvarlig, Hanne Lerche Raadal som sportslig ansvarlig, Geir Torgersen som medlemsfører og Lisbeth Sundsetvik og Lars Olaussen som arrangementsansvarlige. Det har vært avholdt 8 styremøter.

Tusen takk til alle som har vært med å gjøre en innsats for UFO-gruppa i året som har gått.

Halden, 19. januar 2016

Gudmund Jenssen, leder UFO-gruppa

## Barneidrettsgruppa - årsberetning 2015

Medlemmer i barneidrettsgruppas styre for 2015 var:

Cathrine Orud,  
Inger Helene Kjerkreit  
Jon Rongen.

Barneidrettssgruppa representerer barneidretten i HSK, med deltakere fra 4 år til 10 år. Barna inndeles i grupper etter alder og aktivitetene tilpasses hver gruppe.

Det har vært kjørt «tradisjonelt opplegg» i 2015. Som tidligere år har idrettsskolen hatt base i gymsalen på Låby på kveldstid. Det har i tillegg blitt arrangert treningsøkter f.eks. i Rødsparken, på Halden stadion, Høiås, Bjørklundskogen, Venås og i Tistedal kunstsnøanlegg, samt aktiviteter enkelte helger.

Det legges vekt på allsidighet slik at barna får mulighet til å prøve seg på bl.a. ballspill, ski, skøyter, bryting, skyting, orientering, sykling, klatring, friidrett, dans, skogsturer etter reflekser i mørket med innlagt grilling.

I året 2015 er det avholdt 26 ordinære treningsøkter, 6 helge- eller familiearrangementer, 2 planleggingsmøter med styret og instruktørene ved idrettsskolen og i tillegg 2 møte for barneidrettsgruppas styre.

I tillegg har Barneidretten arrangert barneskiskole sammen med TFL, 3 søndager i januar/februar. Kurset var åpent for alle. Tilsammen 64 barn deltok, hvorav også noen av barneidrettsskolens deltagere.

For høsten 2015 ble innført betaling ved påmelding ved systemet til deltager.no. Dette koster noe, men har gjort arbeidet lettere for barneidrettens styre.

Deltagerantallet har vært lavere enn tidligere i høstsemesteret. Det har vært reklamert med plakater på skoler og noen barnehager, noen nærbutikker, facebook samt annonse i HA, i et forsøk på å skaffe flere deltagere.

### Våren 2015:

Fire grupper med til sammen ca. 80 barn har vært i aktivitet våren 2015.

Faste instruktører dette semesteret var Ingvild Torgersen, Margrethe Hellerud, Astrid Næss Bjørgul, Miguel Valero, Andreas Holm og Anne-Grete Tollefsen.

Det ble arrangert 14 treningsøkter (ganger 4 grupper).

I tillegg til de ukentlige aktivitetene er følgende tilleggsarrangementer avholdt:

Skøytegang i ishallen lørdag 10. januar for hele familien.

Svømming for hele familien på Remmen søndag 8. mars.

Høiåsdagen 1. mai, som aktivitetsdag for alle. Barneidretten var medarrangør, sammen med UFO.

Avslutningen for idrettsskoleåret ble arrangert på Høiås 06. Mai med diverse aktiviteter, utdeling av diplomer, pølser, kaker og saft.

### **Høsten 2015:**

Fire grupper med til sammen ca. 65 barn har vært i aktivitet høsten 2015.

Faste instruktører dette semesteret var Margrethe Hellerud, Astrid Næss Bjørgul og Cathrine Orud.

Det ble arrangert 12 treningsøkter (ganger 4 grupper). I tillegg til de ukentlige aktivitetene på mandager og onsdager ble følgende tilleggsarrangementer avholdt:

Ekspedisjon til Ulveholtet søndag 01.11 for hele familien.

Juleavslutning på Høyås 06.12, i kulingkast. Arrangementet ble annonsert som aktivitetsdag for alle i HA. Nissen hadde med seg trekkspill og ca. 120 godteposer, men klarte ikke dele ut alle sammen.

Halden 01.01.2016, Inger Helene Kjerkreit

## **Årsmelding om Tur-Orientering i Halden, 2015**

Tur-O opplegget er som tidligere et samarbeid mellom Gimle Idrettsforening, Idd Sportsklubb, Tistedalen Friluftslag og Halden Skiklubb.

Salget av konvolutter startet i år 1.mai, og postene lå ute til 20. september. I tillegg ble Tur-O kartet over Svinesund gjort tilgjengelig for nedlasting på nett før påske, slik at de som ønsket kunne starte med første o-tur i det fine påskeværet.

Årets vanlige tur-orientering kostet kr 250,- og omfattet følgende kart:

Svinesund (1:10000 - A4)	O-kart - 8 poster - ansvarlig Halden SK
Akselås (1:10000 - A4)	O-kart - 7 poster - ansvarlig Halden SK
Hiås (1:10000 - A4)	O-kart - 7 poster - ansvarlig Gimle IF
Tobroåsen (1:10000 - A4)	O-kart - 8 poster - ansvarlig Gimle IF
Iddefjordfjella (1:10000 - A4)	O-kart - 10 poster - ansvarlig Idd SpK
Skauskroken sykkel-O (1:35000 - A3)	Turkart - 15 poster - ansvarlig Tistedalen FL

I tillegg har HSK hatt ansvaret for å legge ut 5 ”Månedens GPS post” fra mai til september.

Familie- og barne-orienteringen kostet kun kr 75,- og omfattet følgende kart:

Vold skog (1:7500 - A4)	O-kart - 8 poster - ansvarlig Tistedalen FL
Nyborg (1:7500 - A4)	O-kart - 8 poster - ansvarlig Idd SpK
Venåstoppen (1:7500 - A4)	O-kart - 7 poster - ansvarlig Gimle IF
Strupeskogen (1:5000 - A4)	O-kart - 7 poster - ansvarlig Halden SK

TFL har trykket opp en gratisversjon av Vold skog kartet som ble distribuert gratis til beboere i området rundt sandhøla i forbindelse med TFL sitt arrangement.

HSK har trykket opp et antall gratiskart med 5 poster rundt Høyås hvor kartene har blitt lagt ut i postkassa i tårnet.

Begge gratiskart har i tillegg til selve kartene hatt en enkel oversikt over kartsymboler og en presentasjon av hva Tur-orientering går ut på.

Felleskjøpet Agri, Køhn Libris og Statoil Kirkebakken har også i år vært behjelpelige med å selge Tur-O konvoluttene. Familie- og barne-O ble solgt hos Køhn Libris og Statoil Kirkebakken. Konvoluttene er også solgt på noen arrangementer og internt hos enkelte bedrifter.

Årets salg fordeler seg slik:	Tur-O	Familie-/Barne-O
Køhn Libris:	56 konvolutter	32 konvolutter
Felleskjøpet Agri:	19 konvolutter	
Statoil Kirkebakken:	24 konvolutter	18 konvolutter
Høyåsdagen/Høyås:	4 konvolutter	10 konvolutter
Ertehytta, TFL:	13 konvolutter	20 konvolutter
Gimle:	1 konvolutt	
Halden kommune:	14 konvolutter	4 konvolutter
Medvin ultralyd :	13 konvolutter	4 konvolutter
Communicate AS:	10 konvolutter	4 konvolutter
Andre:	1 konvolutt	
<b>Totalt:</b>	<b>155 konvolutter</b>	<b>92 konvolutter</b>

Det er i tillegg solgt enkeltkart for nedlasting fra forbundets turorienterings-side.

Totalt er det i 2015 solgt kart og konvolutter for kr. 45.665,- mot 45.855,- i 2014, dvs. omtrent uendret. Antallet Tur-O konvolutter har gått ned fra 164 til 155, mens antall Familie- og barnekonvolutter har gått kraftig opp fra 48 i 2014 til 92 i år.

Totalt sett er det da solgt 247 konvolutter i 2015 mot 212 i 2014.

Halden kommune har i 2015 solgt rabatterte Tur-O konvolutter til sine ansatte. Det samme har Communicate. Medvin ultralyd har gitt ut gavekort på Tur-O og Familie- og barne-O.

Årets tur-o avslutning ble avholdt på Venås, søndag 18. oktober. Fremmøtet bra og ble avholdt i "storstua" på Venås. I god tradisjon ble det servert marsipankake og kaffe til de fremmøtte. Det store høydepunktet var trekking av premier blant alle dem som hadde levert klippekort med minst 25 klipp samt utdeling av bestilte merker.

Her må vi takke Køhn Libris, Felleskjøpet Agri, Statoil Kirkebakken, Stangeskovene og Sport 8 for subsidierte gavekort, samt Båt Holm som også i år sponset hovedgevinsten.

Ellers fikk vi en del tilbakemeldinger på årets opplegg og deltagerne var stort sett fornøyde. Det var en del som ønsket enklere poster og tilgjengelighet, mens andre ønsket utfordringer. Vi vil prøve å justere opplegget litt der det er mulig.

Turorienteringen i Halden profileres under navnet Tur-Orientering i Halden, med adressen [www.Tur-O-Halden.no](http://www.Tur-O-Halden.no) Dette vil være en fellesside for all Tur-O aktivitet og det er lagt ut linker fra de forskjellige klubbenes hjemmesider.

Det er også satt opp plakater med reklame for Tur-O langs lysløyper, på parkeringsplasser, ved Høyåstårnet og lignende.

Da 2015 er «Friluftslivets År» så har dette også blitt profilert på plakater, konvolutter og gratiskart.

Ansvarlig for årets Tur-O opplegg fra HSKs side har vært Hans Kurt Karlsen med god hjelp fra Lars Erik Myhre samt Thor Palmgren, Hege Bjørgul og Anne og Eirik Nordbrøden.

Statistikk år for årets Tur-O opplegg:

2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013	2014	2015			
Solgte konvolutter:			153	146	134	155	171	206	147	172	164	155
Solgte tilleggskort:			33	33	38	24	41	-	-	-		
Familie-/Barne-O								69	66	55	48	92
Registreringer på nett:								64	105	119	118	121
147												

Antall poster: 61 64 60 60 60 90 90 90 90 95  
Resultatet i 2015 er på hele 42.762,- og slik det nå ser ut så vil det i år bli utdelt hele 40.000,- fordelt likt med 10.000,- til hver av klubbene

Trykking og pakking har i år blitt overtatt av ungdomsgruppa i Gimle IF under ledelse av Per Øyvind Kindem, noe som har avlastet administrasjonen. Det har også bidratt til reduserte trykkekostnader for Tur-O.

Turorienteringen i Halden har i år mottatt hele 17.000,- i diverse tilskudd fra NOF, noe som har bidratt til det høye overskuddet.

Halden, 20.januar, 2015

Hans Kurt Karlsen

## Årsberetning fra Ski- sykkel- klatregruppa

Av gruppene er det nok sykkelgruppa som har best kår i Halden, med lite snø gjennom vinteren. Klatreveggen skulle vi ønske var mer i bruk, og vi har stadig sikringskurs i tårnet. Mange av våre medlemmer benytter seg av Tistedalen kunstsnøanlegg gjennom store deler av året nå som det er ferdig asfaltert, og vi ser frem til at anlegget blir komplett med servicebygg i løpet av 2016.

Både Grenserittet, Birkebeinerrittet, Hennesrittet, Birkebeinerrennet, Vasaloppet og Marcialonga er populære blant medlemmene i Halden Skiklubb. Starten på sykkel sesongen er som vanlig hektisk, med mye fokus på Høiåsrittet 1.mai, som markerer starten på Halden-Aremark Rittkarusell. Deltakerantallet har vært stabilt de siste årene, og også i 2015 var det 300-350 påmeldte.

Uten god dugnadsånd blant klubbens medlemmer og et godt samarbeid med Halden Cykleklubb og Grenserittet hadde det ikke vært mulig å arrangere et ritt av en slik størrelse. ToppTid tok seg av tidtaking og påmelding. Grenserittet stiller velvillig opp med utlån av utstyr og trykking av startnummer.

For å løse de ulike utfordringene er vi avhengig av gode støttespillere. Så igjen en stor takk til alle medlemmer som hjalp til i 2015, og en stor takk til HCK og Grenserittet! Leder for skigruppa har vært Morten Roger Andersen. Leder for klatregruppa har vært Henrik Aune.

Halden 21.01.2016

Bjørn Brække Leder Ski- sykkel- klatregruppa