



# HALDEN SKIKLUBB

## *Årsmøte for 2008*

***ONSDAG 28.01.2009, kl 19.00, på Høiås***

### SAKSLISTE

1. Åpning
  - a. Godkjenning av innkalling
  - b. Godkjenning av sakliste
  - c. Valg av 2 repr. til å undertegne protokollen
  - d. Valg av møteleder
2. Årsberetninger
3. Regnskap for 2008 og budsjett for 2009
4. Fastsette kontingent
5. Valg
6. Behandle innkomne forslag



Seier i 25-manna i Stockholm

## INNHOLDSFORTEGNELSE

SAKSLISTE.....	1
INNHOLDSFORTEGNELSE .....	2
HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET - ÅRSBERETNING 2008 .....	3
FØLGENDE BLE VALGT OG HAR FUNGERT I 2008: .....	3
Administrasjon .....	4
Internasjonale- og nasjonale verv: .....	5
Diverse klubbsammendrag.....	5
HYTTESTYRET – ÅRSBERETNING 2008 .....	10
SKI- OG SYKKELGRUPPA - ÅRSBERETNING 2008.....	12
BARNEIDRETTSGRUPPA - ÅRSBERETNING 2008 .....	15
Idrettsskolen vinter/vår 2008: .....	15
Idrettsskolen høsten 2008: .....	15
KAG - ÅRSBERETNING 2008 .....	17
Arrangement.....	17
ORIENTERINGSGRUPPA - ÅRSBERETNING 2008.....	19
Resultat sammendrag .....	19
Trenere og tilrettelegging.....	20
Cogito.....	20
Toppidretten .....	22
Juniorene .....	23
Breddeaktiviteter .....	24
O-Galla.....	24
Tur Orientering .....	25
RESULTATER O-GRUPPA 2008 .....	27
VM – Olomouc .....	27
EM – Latvia .....	27
World Cup.....	28
Junior VM, Gøteborg .....	30
NM .....	30
Norges Cup .....	35
Andre løp.....	35
Tiomila Herrer (347).....	36
Tiomila Damer (367) .....	37
Jukola .....	39
Venla .....	40
25 – Manna ( 354 startende lag ).....	40
15- Stafetten ( 48 startende lag ).....	41
KM (bredde):.....	42
Andre Resultater bredde: .....	42
Pre-O .....	43
UNGDOMSGRUPPA (UFO) - ÅRSBERETNING 2008 .....	44
Sportslig .....	44
Aktiviteter .....	45
Trener/Styre .....	46
Dugnad/Økonomi.....	47

# HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET - ÅRSBERETNING 2008

Årsmøtet for 2007 ble avholdt på Høiås den 23. januar 2007.

## **FØLGENDE BLE VALGT OG HAR FUNGERT I 2008:**

### **Hovedstyret:**

Leder: Jens Erik Mjølnerød  
Nestleder: Erik Hauge  
Kasserer/ Økonomiansvarlig: Ola Øyen  
Styremedlemmer: Hanne Lind og Erik Axelsson  
Vara medlemmer: Reidun Holene og Astrid Syversen

Lederne av gruppene orientering, UFO, KAG, barneidrett og hyttestyret er medlem av hovedstyret og har deltatt på styremøtene.

Revisorer: Jon Heli Gudbrandsen og Øyvind Torp. Vara: Hilde Brattli og Grunde Varting.

### **Hyttestyret:**

Leder: Åge Wikstøl (Åge tok over etter Leif Rugsveen som var fungerende leder frem til 1.mai)  
Medlemmer: Leif Rugsveen, Lise Rugsveen, Øivind Nielsen

### **Orienteringsgruppa:**

Leder: Beate Norsted Kildebo  
Medlemmer: Bjørn Axel Gran, Sindre Saksæther, Eirik Nordbrøden, Tor Ragnar Andersen, Kjetil Bjørlo, Ann Heidi Lindhaugen, Øyvind Helgerud,

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

Leder: Arnt Edvin Andersen  
Medlemmer: Eirik Nordbrøden, Rune Holt, Håkon Jokstad og Joakim Carlsson

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

Leder: Ann Heidi Lindhaugen  
Medlemmer: Irene Felde Olaussen, Bård Laukvik, Morten Kildebo, Tommy Bunæs, Jan Granstedt, Anja Mattick, Jørn Nordbrøden, Hege Næss Bjørgul, Sindre Lindhaugen.

### **Barneidrettsgruppa:**

Leder: Frauke Schmitt Gran  
Medlem: Lene Larsen, Rune Offerdal, Bård Moum

### **Ski- og sykkelgruppa**

Leder: Knut Gustavsén  
Medlemmer: Gudmund Olsen, Morten Roger Andersen, Åge Wikstøl.

### **Valgkomité:**

Tommy Bunæs, Karianne Hauge. Øivind Holt

Representanter til Halden Idrettsråd: Jens Erik Mjølnerød og Erik Hauge

Representanter til Østfold Orienteringskrets: Beate Norsted, Arnt Edvin Andersen og Ann Heidi Lindhaugen

Representanter til Østfold Skikrets: Knut Gustavsen og Morten Andersen.  
Representant til Østfold Sykkelkrets: Thor Fagereng

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

**UNDER HOVEDSTYRET:**

**Økonomi:** Ola Øyen, Sindre Saksæther, Irene F Olaussen, Jens Erik Mjølnerød  
**Sponsor:** Per Olav Andersen, Kajsa Nilsson, Mattias Karlsson, Knut Gustavsen, Øyvind Stokseth, Morten Kildebo, Jens Erik Mjølnerød  
**Sponsorutvalget er oppnevnt av hovedstyret i løpet av året. Alle står videre.**

**UNDER HYTTESTYRET:**

**Utleie:** Ine Berit Mjølnerød, Sissel Holm, Turid Hauge, June Andersen  
**Teknisk:** Leif Rugsveen, Per Kåre Moe, Jon Lien, Øivind Nielsen, Pål Thowsen  
**Drift:** Lise Rugsveen, Jon Ole Torp, Stein Kjellin.  
**Utleieutvalget er oppnevnt av hovedstyret i løpet av året.**

**UNDER O-GRUPPA:**

**Tur-O:** Hans Kurt Karlsen, Thor Palmgren, Kjell Holene, Øivind Nielsen

**SELVSTENDIGE UTVALG OG FUNKSJONER:**

**Løype:** Steffen Steffensen, Hans Olaussen, Kjell Søderquist, Jim Olaussen  
**Idrettsmerke:** Ellen Køhn, Jorun Fagerlie  
**Hjemmeside:** Marius Bjugan, Eirik Nordbrøden, Stine Marie Norsted Kildebo

## **Administrasjon**

Styret konstituerte seg i møte den 14. februar.

Det har vært avholdt 8 styremøter og 3 økonomimøter. Det har vært avholdt ett medlemsmøte den 3. april på Høiås.

I tillegg er det arrangert kakefest den 11. september for å feire sesongens flotte prestasjoner:

### Klubbsekretær/klubbkonsulent

Kajsa Nilsson sluttet i stillingen som klubbkonsulent 1.9.08 og hadde følgende hovedarbeidsoppgaver:

- Markedsføring/salg av sponsoravtaler. Denne oppgaven er erstattet av sponsorutvalg.
- Markedsføring/utleie av Høiås kombinert med treningsopplegg. Utleie oppgaven er erstattet av et utleieutvalg.
- Markedsføring og arbeid med treningsopplegg. Denne oppgaven er tillagt klubbens hovedtrener.
- Div administrative arbeidsoppgaver

Styret vil fortløpende vurdere behov for nytt engasjement m.h.p. utfra behov.

Deler av reduserte lønnskostnader til klubbkonsulent er overført til økt stilling for klubbtrener.

### Økt stillingsprosent for hovedtrener

Etter et ønske fra klubbtrener og etter en evaluering i klubben, ble stillingsprosenten til hovedtrener Kenneth Buch økt fra 75% til 100% stilling med virkning fra 01.11.08.

### Klubbutviklingsprosess

Klubbutviklingsprosessen som startet senhøst 2007, har gått videre og med bistand fra konsulent Bernt Berntsen fra Østfold Idrettskrets er dette planlagt ferdigstilt våren 2009.

### Økonomistyring

Det har gjennom året vært lagt stor vekt på økonomistyring i de respektive grupper. Økonomiutvalget ønsker å jobbe videre med å effektivisere rutiner i forbindelse med økonomistyring og legge forholdene til rette enklere oppfølging.

### Politiattester

Vi har utnevnt ansvarspersoner som skal håndtere politiattester i klubben og dette arbeidet er gjennomført. Ansvarlig er Frauke S Gran med Erik Axelsson som vararepresentant

### **Internasjonale- og nasjonale verv:**

Øivind Holt har vært medlem av Rules Commission i IOF, og er leder av kontrollkomiteen i NOF.

Petter Thoresen gikk av som visepresident i NOF på o-tinget i mars, etter 6 år i denne posisjonen.

Petter Thoresen er engasjert som landslagsleder for det norske O-landslaget samt Øystein Kristiansen er engasjert som landslagstrener. Begge er engasjert f.o.m. høsten 2008

### **Diverse klubbsammendrag**

#### **Priser**

På Norges Orienteringsforbunds O-galla den 15-16 november ble Anne Margrethe Hausken kåret til årets orienteringsløper i Norge for året 2008 og ble dessuten tildelt Silvas ærespris for 2008. Anne Margrethe har også fått Halden Arbeiderblads ærespris for 2008.

Erik Hauge ble tildelt Grotta-prisen for 2008.

#### **Hafsrød 17.mai**

17.mai ble det avholdt bekransning og minnestund ved støtta på Hafsrød. Årets tale ble holdt av Arnt Edvin Andersen og minnet her Arne Erlandsen og Erik Olsen som falt i 1944 ved Hafsrød.

#### **Arrangementer**

Norwegian Spring (Vårspretten/Vårstafetten/Solrenningen) ble vellykket gjennomført i samarbeid med Sarpsborg helgen 12. - 13. april i Svalerødkilen med Øyvind Holt som løpsleder. Dette bidro til et overskudd på kr 95.000,- til klubben. Det ble arrangert med macr-o innlagt i løypene for eliteløpere, både senior og junior.

Halden SK er tildelt natt-NM 2010 og det skal gå på Prestebakke. Tom Erik Sandberg er løpsleder og Øyvind Helgerud løypelegger.

Hanne L Raadahl er løpsleder på Norwegian Spring i 2010.

#### **Hytta**

Driften av Hytta ivaretas av hyttestyret, det vises til hyttestyrets egen rapport. På torsdagskveldene er det stor aktivitet på hytta etter at mange medlemmer har hatt sin treningsøkt. Mange medlemmer uttrykker at det sosiale samværet på Høiås på torsdager bidrar sterkt til det

gode miljøet/trivselen i klubben. Søndager fra høstferie til påske er hytta åpen for turgåere.

Medlemmene i klubben står for åpning og salg både på torsdager og søndager.

13. mai hadde vi besøk av Oddvar Forberg og Tormod Knutsen fra Eidsvold Værks Skiklub på tirsdagsmøtet til gubbejengen. Vi har også hatt besøk av fylkeskonservatoren i forbindelse med Høiåshytta.

### Dugnader/ vedlikehold

Seniorgruppa har som vanlig gjort en kjempejobb på hytta, anlegg og løyper. Gjengen består av 15-20 godt voksne menn som arbeider jevnt og trutt. Øivind Nielsen leder dette arbeidet.

For utfyllende informasjon om arbeidet som er utført, vises til hyttestyrets egen rapport.

**Klubben setter *STOR pris på alt dette arbeidet som blir gjort!***

Vi vil også benytte anledningen til å takke Leif Grimsrud AS for bidrag i forbindelse med Høiås-anlegget. I tillegg vil vi også takke alle medlemmer som har bidratt i regi av egne firmaer med forskjellige oppgaver for klubben. TUSEN TAKK!

### Idrettsmerket

Ellen Køhn og Jorun Fagerlie har også i 2008 vært ansvarlig arrangør for at våre medlemmer skal kunne ta Idrettsmerket på Høiås i forbindelse med torsdagstreningene. Dette er et svært populært tiltak. Totalt har 22 damer og 12 menn (totalt 36 stk) fra Halden Skiklubb tatt Idrettsmerket i 2008.

### Økonomi

Regnskapet viser et underskudd på kr 171 019,- mot et budsjettert underskudd på 50.000,-.

Utover dette, fikk vi vinteren 2008 en gave på kr 50 000,- til klubbens ungdomsarbeid. Dette er ført som ekstraordinære inntekter. HSK er svært takknemlig for gaven. Og i forkant av dette årsmøte har styret beskjed om at tilsvarende gave til barn- og ungdomsarbeid blir gitt for 2009 også.

Det vises til detaljert regnskap og gjennomgang på årsmøtet for mer info om regnskapet for 2008.

Sponsorsalget har vært tillagt klubbkonsulenten, Kajsa Nilsson og har gitt en netto inntekt på ca kr 517 300,-. Dette er blanding av tradisjonelle sponsoravtaler, skiltsalg i lysløypa og prestasjonsbonus. Sponsorsalget har således blitt opprettholdt på en meget tilfredsstillende måte.

Følgende søknader om støtte har blitt utarbeidet:

Type støttemidler	Anlegg/aktivitet	Søknadsbeløp	Bevilget sum/avslag
NOF	Høiåsdagen (1.5)	Kr 4.000,-	Bevilget kr 5 000,- totalt for begge.
NOF	Nissedag Høiås desember (7.12)	Kr 3.000,-	
NOF	UFO Challenge	Kr 3.000,-	Kr 3 000,-
Spillemidler	Kart	Kr 2.000,-	Bevilget kr 2 000,-
Spillemidler	Diodelykter Barn / UFO	Kr 3.465,-	Avklares jan/feb 09
Spillemidler	Damegarderobe Høiås	* Kr 1.200.000,-	Venter på godkjenning – 2010?
Spillemidler	O-Kart Prestebakke	*Kr 300.000,-	2010?
Spillemidler	O-Kart Iddefjordsfjella	*Kr,-	2010?
Spillemidler	Merking Grenserittløypa	*Kr 435.000,-	Oversendt fylket – 2009
Inter-regionale midler	Vision 10 000 forprosjekt	** kr 40.000,-	Utbetales i 2009

Totalt er det bevilget kr 10 000,- gjennom ovenstående søknader

\* Inkludert egenandel fra klubbens side (33%).

\*\* Vision 10 000 har et budsjett på kr 55 000 på norsk side (tilsvarende beløp på svensk side).

Tilskudd fra Interreg sekretariatet er 40.000,- og 15 000 i egenkapital.

### **Aktivum A/S**

HSK har 3 styremedlemmer i Aktivum: Per Puck jr som er styreformann, i tillegg til Jens Erik Mjølnerød (leder HSK) og Ola Øyen (økonomiansvarlig HSK) som er styremedlemmer.

Aktivums viktigste omsetning og inntektskilde er sykkelarrangementet Grenserittet. Halden Skiklubb er innehaver av rittet, mens den tekniske gjennomføringen er Aktivums ansvar.

Grenserittet 2008 ble gjennomført med stor suksess med ny deltagerrekord for 10. år på rad med totalt 6000 påmeldte deltagere (det måtte settes stopp på 6 000,- for å sikre forsvarlig gjennomføring av arrangementet). Totalt har Grenserittet/Aktivum bidratt med ca kr 538.620,- i inntekter til Halden Skiklubb i 2008, delvis som dugnadsarbeid, kopi, leie- og profileringskostnader, støtte til kopimaskin og gjennom Aktivums Idrettsstipend (10.000,-).

Gjennomføring av Grenserittet har blitt en svært viktig inntektskilde for Halden Skiklubb og vi ønsker sterkt å bidra til å opprettholde nivået på arrangementet.

Thor Fagereng er daglig leder av Aktivum og i 100% stilling. I tillegg er Hanne Lund-Nilsen i 100% stilling og fra januar 2009 er Marius Bjugan ansatt i 50% stilling.

### **Utkikkstårn**

Det har blitt nedsatt en komité bestående av Einar Haugen, Per Puck jr og Henry Arnfinn Vangseng som jobber videre med tårnprosjektet. Grunneier er positiv og plassering er staket ut. Styret ser positivt på prosjektet.

### **”Vision 10 000”**

Vi har gjennomført et forprosjekt, ”Vision 10 000”, finansiert med 72% EU-midler og resten med egenandel. Dette er et samarbeidsprosjekt med Strømstad Løparklubb og Øivind Holt er engasjert som prosjektleder. Formålet er å levere en søknad på et hovedprosjekt som kan resultere i betydelige ressurser til arbeid og styrking av arrangementene Grenserittet og Strømstadmilen.

### **Sportslig**

Det har vært en meget god sportslig sesong for HSK med verdensmesterskap sprint til Anne Margrethe Hausken. I tillegg vant hun 2 EM titler i henholdsvis sprint og langdistanse, og Emil Wingstedt vant EM sprint i herreklassen. Av stafett-klubbprestasjoner rager seier i 25-manna og 2.plass Tiomila herrer høyest. Vi viser ellers til en fyldig beretning fra o-gruppa og UFO-gruppa.

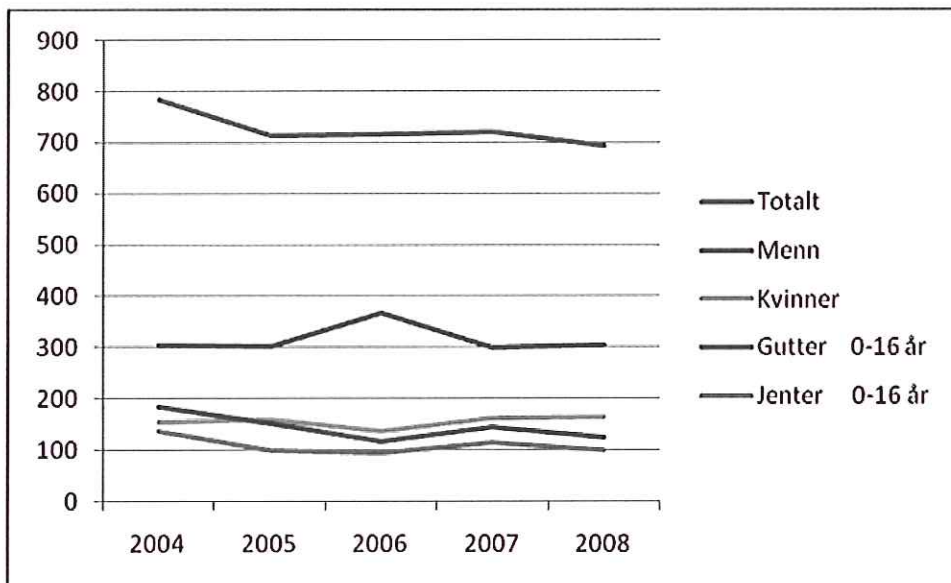
### **Avisutklipp**

Sissel Holm har hatt ansvaret for utklipp av alle reportasjer om HSK fra Halden Arbeiderblad.

## Medlemstall

Medlemstallet pr 31.12.08 var 693 (721).

		2004	2005	2006	2007	2008
	Totalt	783	712	715	721	693
Voksne	Menn	305	303	367	301	305
	Kvinner	155	158	137	161	164
Barn og ungdom	Gutter 0-16 år	185	151	116	144	123
	Jenter 0-16 år	138	100	95	115	101



Dette er en reduksjon på 28 medlemmer fra 2007, fordelt som følger:

4 flere menn, 2 flere kvinner, 21 færre gutter og 14 færre jenter. Det er registrert 25 innmeldte via vår hjemmeside.

I løpet av året har seks av våre medlemmer gått bort.

Medlemskontingenten er kr 200,- pr voksen og kr 100,- pr barn. I tillegg har vi en treningsavgift på kr 250,- og en badstueavgift på kr 250,- (voksne)/150,- (barn) for de aktive medlemmene.

Styret foreslår at medlemskontingenten på kr 100,- for barn og kr 200,- for voksne blir uendret for kommende år.

Vi har i løpet av året valgt å gå i gang med **Medlemsnett**, som er en tjeneste vår bankforbindelse, **Halden Sparebank 1**) tilbyr. Dette effektiviser innkreving av medlemskontingenter og letter oversikten over innbetalinger. Dette muliggjør fakturering direkte mot nettbank til det enkelte medlem og automatisk registrering av innbetalinger på KID koder. Flere av klubbens faktureringsoppgaver kan innlemmes i denne tjenesten etter hvert.



**Samarbeidspartnere for året 2008:**

Halden Sparebank 1)/ Eiendomsmegler1

Bj. Kynningsrud AS

AF Brødr. Glomsrød AS

Halden Arbeiderblad

Fredriksten Utvikling AS

IFE Halden

Communicate AS

Metso Paper AS

Jensen & Scheele AS

Nexans AS

Inkubator Halden

Gerisale Multitrade

Interoptik AS

Adecco AS

Spent

Trimtex AS

Leif Grimsrud AS

Maxim

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

Halden 27. januar 2009

Styret i Halden Skiklubb

# **HYTTESTYRET – ÅRSBERETNING 2008**

## **Åpningsdager**

Sesongstart: Torsdag 03.01.08.

Siste åpningsdag før ferien: var søndag, 06.04.08.

Høstsesongen startet torsdag 04.09, og siste åpningsdag før jul var 21.12.07.

I tillegg hadde vi åpent 2. Juledag.

Det var **ikke skiføre** i 2008, så vi hadde ingen ekstra åpningsdager.

Hytta har således vært åpen 30 søndager, 30 torsdager samt søndag 28. desember

Til sammen har hytta vært åpen 61 dager i 2008.

Hytta var stengt i påsken unntatt skjærtorsdag med meget godt besøk

Også i år har UFO stått for serveringen på torsdager etter sesongslutt og fram til oppstart på høsten. Salget av kaffe og vafler går da til UFO.

## **Utleie 2008**

- Hytta har vært utleid 17 ganger til dag- og kveldsarrangement
- Det er registrert ca. 233 overnattingsdøgn
- Sponsorere har benyttet hytta 3 ganger

## **Arrangementer**

Årsmøte: Hyttestyret sto for servering av kaffe og kringle.

Hyttestyret hjalp og til ved kakefesten og juleavslutning med boller og brus, kaffe og julekake.

## **Vedlikehold**

Gubbejengen har utført vanlig vedlikehold av hyttene så som:

- Maling av vinduer og div. vegger ute og inne samt lakkert gulv.
- Løypejengen har satt opp gapahuk ved Blytjern. I "Rolfebakken" og myra nedenfor er det lagt ut sviller samt kjørt på store mengder bark og flis. Det er også utført vedlikehold av lysløypa og en del andre løyper.
- Erik Hauge har levert 100m<sup>3</sup> flis for bruk i løypene.
- Stativ for reklameskilt er montert opp ved Ekelimoen.
- Det er komplettert med flere løypeskilt i marka.
- Det har også vært arbeidet med arrangementsarkiv og re-kopiert bilder på hytta.
- Det er også utført dugnad for Grenserittet og riving av hytte på Flatskjær, Mørvika.
- Det er montert vannrenseanlegg i forbindelse med den nye brønnen som er koblet sammen med den gamle for sikring av rent vann. Vindfanget til damebadstua er omgjort for vannrenseanlegg. Det er satt inn ny dør til damegarderoben samt at området på utsiden er utbedret. Det er laget sluk for utendørs kran og klargjort for nytt WC i gangen mellom dame- og herregarderobene. I den forbindelse har det blitt felt en del trær og fylt opp med jord mellom trærne
- Veien er blitt hevet for å beskytte vannledningen til den nye brønnen
- Det er gravd ut for kloakkrenseanlegg, tank er gravd ned og hus er bygd. Det er også gravd ned vannledning og strømkabel for kloakkrenseanlegget.
- Slått gress og ryddet området rundt hytta
- Det er kappet og klyvd store mengder ved.
- Ved Demma er det lagt ned dreneringsrør for utvidelse av den nedre parkeringsplassen samt at plassen og veien fra Demma til hytta er høvlet.
- Erik, Arne, Bjørn og Jon Ole har stilt med traktorer i forbindelse installering av vannanlegget og kloakkrenseanlegget og vedlikehold av veien.
- Det er byttet komfyr i utleie og kjøpt ny komfyr og oppvaskmaskin på hytta.

- Gubbegjengen har pusset pokaler.

### **Rengjøring**

Årets hovedvask ble utført i høst

### **Lysløypa 2008.**

Det er i 2008 byttet en del defekt armatur og lyspærer. Lyskildebytting er en kontinuerlig prosess.

I bakken opp til hytta ble det koblet fra ledninger mellom 3stk. stolper i forbindelse med tømmerkjøring, disse ble koblet opp igjen etter at tømmertransporten var ferdig.

Hyttestyret, 17. januar 2009.

## SKI- OG SYKKELGRUPPA - ÅRSBERETNING 2008

Sesongen 2008 ble en igjen en stor nedtur m.h.t. snø og forhold for skisport. Og når kunstsnoanlegget på Ertemoen heller ikke hadde kuldegradene med seg så ble skigrunnet for Haldenserne svært tynt. Dette medførte også at skigruppa ikke klarte å arrangere skirenn i året som gikk. Men klubben hadde en fin skisamling på Budor 1-3.februar der skileik og moro ble utført på alle nivåer.

Men HSK har på tross av dårlige skiforhold hjemme klart å markere seg i andre skirenn utenfor Halden, og vi kan rapportere at interessen for turrenn på alle nivåer fortsatt er stort. En flott tradisjon som har blitt ført videre er deltakelsen i TjejVasan mellom Oxberg og Mora. I dette turrennet deltar mer enn 6000 damer og løpet går helgen før Vasaloppet i samme traseen som de siste 30 km av Vasaloppet. Årets deltakere var Gry Granstedt, Frøya Hauan Andersen, Martine Andersen, Ingeborg Gustavsen og sist men ikke minst Kajsa Nilsson. Kajsa gikk inn til en imponerende 46. plass og viser at hun også er sterk på ski. Alle jentene var svært fornøyd med arrangementet og sine prestasjoner og stiller opp igjen i 2009.

Vasaloppet ble gjennomført med svært stor deltakelse fra HSK. Hele 10 stk. stilte til start, men det må behørig markeres at familien Haugen Nordbrøden stod for hele 4 av disse deltakerne. Og det må også bemerkes at Hanna og mamma Anne er de to første kvinnelige HSK'erne som har fullført Vasaloppet. I tillegg vil vi se av resultatlisten under at Kjetil Bjørlo som hadde forberedt seg svært godt til dette løpet aldri fikk startet. Han lå utenfor start-follan kl. 05.30 med ski og skiklær og spydde bort årets lopp. Og det var mange Haldenløpere som fikk kjenne den magesjauen både før og etter løppet.

I tillegg vil vi markere god deltakelse i det eksotiske og svært publikumsvennlige turrennet i Italia, Marcialonga. Det er bare en ting å si om løpet og rammen rundt – det må oppleves!

Igjen vil vi i skigruppa hedre innsatsen fra Gudmund Olsen som representerer HSK i skialliansen. Gudmund og de andre i skialliansen har jobbet gjennom hele sommeren og høsten med vedlikehold og forbedring av kunstsnoanlegget annen hver tirsdag. Og allerede ved inngangen av sesongen så har vi hatt mange flotte runder i anlegget og det ser lovende ut for 2009 sesongen.

### **Høiåsrittet 1.mai:**

Høiåsrittet, det første rittet i "Halden & Aremark ritt-karusell", ble som vanlig arrangert 1. mai. Været var overskyet og med regn, noe som ikke skremmer en våryr syklist etter en lang vinter. Voksne syklet en 35 km lang trasé, ungdom 17 km og barn 6 km. Start var som tidligere år fra Hjortsberg skole med mål på Høiås, hvor alle løypene avsluttet med å sykle opp lysløypa.

Ute i terrenget ble løypene tunge og bløte og i partiet før en kom ut på lysløypa var det mange som måtte i bakken en tur. De fleste tok det hele med godt humør og var raskt oppe igjen. Ca 215 syklister trosset regnværet og stilte til start i rittet. Vinneren av den lengste løypa på 35 km i Høiåsrittet ble Bjørn Gjellebækk som spurtbeseiret Antonio Moen begge fra Sarpsborg SK. På tredjeplass kom Lars-Erik Granly også han fra Sarpsborg SK. På kvinnesiden vant Anne Signe Been, Moss CK, foran Nina Gressløs, Sapsborg SK.

Under finner dere et bilde som gir en liten smakebit av hva sykkellistene måtte slite med hvis en ikke fulgte godt med. Bildet er hentet fra en flott artikkel av Rolf Bøhn og Bjørn Johannessen på

nettstedet Kondis.no (med masse kule bilder) og denne artikkelen ble en av de mest besøkte på nettstedet i 2008.



Bråstopp på kloppene etter Tutjern  
(Foto: Bjørn Johannessen, [www.kondis.no](http://www.kondis.no) )

### **Grenserittet 31.jul - 2.aug:**

Årets Grenseritt ble et flott arrangement med over 6000 deltakere. Og det ble lagt ned en enorm dugnadsinnsats i disse dagene fra HSK medlemmer og samarbeidende lag og foreninger. Det hele begynte på torsdag med Gekko Elite Show Course, Junior Marathon på fredag og Grenserittet på lørdag. Arrangementene gikk meget bra, selv med rekorddeltagelse og litt dårlig vær på lørdagen. Lørdagens Grenseritt ble litt mer slitsomt for mange av rytterne, da det ble sugende i regnet og litt mer sleipt i skogspartiene. Det hele ble avsluttet med en jubileumsfest på festningen på lørdag kveld for alle foreninger og lag, medlemmer og sponsorer. Her var stemningen meget god og maten smakte godt. Vi retter en stor takk til Aktivum med Thor, Hanne, Kristin og Hanne i spissen.



Grensepassering (Foto: Per Inge Østmoen, [www.kondis.no](http://www.kondis.no) )

## Resultater

### SKI:

#### Marcialonga (70km):

Position	Name	Start #	Time
219	GUSTAVSEN Knut	329	03:56:44
360	THORESEN Petter	1744	04:09:53
771	GRANSTEDT Jan	1402	04:34:13
1010	ANDERSEN Morten Roger	1889	04:48:21
1983	OLSEN Gudmund	2539	05:46:40

#### Birkebeinerrennet (54km):

Plass	Navn	Klubb	Startnr.	Tid	Pulje
<i>Klasse: M40, (Menn 40 - 44 år)</i>		<i>Makstid: 03:24:40</i>			
74	Bjorlo, Kjetil	Halden skiklubb	40682	03:01:56	1
<i>Klasse: M45, (Menn 45 - 49 år)</i>		<i>Makstid: 03:25:06</i>			
302	Andersen, Morten Roger	Halden SK	40526	03:31:07	6
305	Granstedt, Jan	Halden SK	40527	03:31:15	4

#### Vasaloppet (90km):

Namn	Startnummer	Åktid	Placering
Gustavsen, Knut	1074	05:08:55	554
Nordbrøden, Eirik	15145	08:25:54	6405
Nordbrøden, Hallvard Haugen	15144	08:23:57	6343
Nordbrøden, Hanna Haugen	17609	08:34:39	351
Haugen, Anne Julsrud	17610	09:15:43	474
Kristiansen, Øystein	11076	05:36:18	1178
Granstedt, Jan	5763	05:43:53	1337
Mjølnerød, Jens Erik	13702	07:35:57	4973
Gran, Bjørn Axel	13280	08:28:49	6480

#### TjejVasan (30km):

Namn	Startnummer	Åktid	Placering
Granstedt, Gry	9137	02:17:13	516
Andersen, Fruya Hauan	9339	02:18:47	533
Andersen, Martine	1237	02:12:06	445
Gustavsen, Ingeborg	8538	02:20:16	551
Nilsson, Kajsa	548	01:34:22	47

#### Holmenkollen skimaraton (42km):

Start Nr.	Navn	Klub/Hold/Sponsor/By	Tid	min/km	km/t
1244	Kjetil Bjørlo	Halden Skiklubb	2:19:14	3:19	18.10
1022	Knut Eirik Gustavsen	Halden Skiklubb	2:27:25	3:31	17.10

#### Stenfjellrunden (42 km):

Klasse	Plass	Navn	Tid	Tid etter klassevinner
M45-49	78	Mjølnerød, Jens Erik	3:17:04	+55:53
M50-54	70	Nordbrøden, Eirik	3:35:26	+1:11:04
K20-24	6	Nordbrøden, Hanna	3:31:51	+28:53
K25-29	6	Nilsson, Kajsa	3:13:02	+26:12
K45-49	18	Haugen, Anne	4:03:23	+1:05:24
M40-49	17	Gustavsen, Knut	2:32:17	+12:07
M40-49	32	Bjørlo, Kjetil	2:39:00	+18:50

### SYKKEL:

#### Birkebeinerrittet 25.aug.

Plass	Navn	Klubb	Startnr.	Tid	Pulje
<i>Klasse: M55, (Menn 55 - 59 år)</i>		<i>Makstid: 03:57:46</i>			
103	Puck, Per Ø.	Halden Skiklubb	5493	03:38:40	24
586	Fagereng, Thor	Halden Skiklubb	14623	05:25:17	61
<i>Klasse: M60, (Menn 60 - 64 år)</i>		<i>Makstid: 03:59:43</i>			
78	Palmgren, Thor	Halden Skiklubb	6600	03:50:15	29

for Ski og sykkelgruppa  
Knut Gustavsen

# BARNEIDRETTSGRUPPA - ÅRSBERETNING 2008

Medlemmer: Lene Larsen, Bård Moum, Rune Offerdal, Frauke Schmitt Gran (leder).

Barneidrettsgruppa representerer barneidretten i HSK, med deltakere fra 4 år og opptil 10 år. (9- og 10-åringene har også tilbud om å være med i UFO). Barneidrettsgruppas største aktivitet er Barneidrettsskolen (heretter kalt Idrettsskolen).

Idrettsskolens konsept med base i gymsalen på Låby på kveldstid, er videreført som tidligere år. Det er ukentlige aktiviteter gjennom skoleåret, samt helgeaktiviteter. Det legges vekt på allsidighet og søkes å være innom ballspill, turn, skøyter, svømming, skyting, orientering, sykling, klatring, friidrett, dans, skogsturer etter reflekser i mørket med innlagt grilling. Aktivitetene varierer med barnas alder.

I året 2008 er det avholdt 3 planleggingsmøter for instruktører ved idrettsskolen og i tillegg 4 møter for barneidrettsgruppas styre.

## Idrettsskolen vinter/vår 2008:

- 4 grupper har vært i aktivitet på Låby skole, med ca 110 deltagere.
- Gruppene har ikke vært delt strengt etter årskull, men med overlapp, som har gitt fleksibilitet i forhold til ønsker om dag/tid fra barna/foreldre samt gitt oss muligheten til å fylle opp alle grupper.
- Faste instruktører har vært: Stine Marie Norsted Kildebo, Mats Nordbrøden, Astrid Nordbrøden, Kajsa Nilsson, Heidi Haakestad, Trine-Lise U. Lexerød, Lene Larsen, Philipp Müller, Ane Sofie og Ida Marie Næss Bjørgul.
- I tillegg til de ukentlige aktivitetene er følgende tilleggsarrangementer avholdt:
  - Skøytegang i ishallen for alle idrettsskolebarna med familier lørdag 26.1.
  - Badedag for alle idrettsskolebarna med familier på Remmen søndag 2.3.
  - Overnattingstur til Høiås, en natt, for den eldste gruppa i mars.
  - Høiåsdagen 1. mai, som aktivitetsdag for alle (dvs. ikke bare idrettsskolen). Barneidretten var med-arrangør, sammen med UFO og andre grupper i HSK.
  - Avslutningen for idrettsskoleåret ble som vanlig arrangert på Høiås (7.5.) med 5-kamp, utdeling av diplomer/ T-skjorter, pølser, brus.
- Deltakeravgift for hele idrettsskole-året (høst 2007 – vår 2008) var 550.- Kr per barn og 500.- Kr for søsken.

## Idrettsskolen høsten 2008:

- 4 grupper har vært i aktivitet på Låby skole, med ca 107 deltagere. Grunnet stor pågang fra barn under skolealder var det en venteliste med opp til 16 barn.
- Faste instruktører har vært: Julie Hilland Andersen, Åke Bjørk, Maiken Norsted Kildebo, Stine Marie Norsted Kildebo, Lene Larsen, Trine-Lise U. Lexerød, Fredrikke Nohr Moth, Astrid Nordbrøden, Mats Nordbrøden, Max Röhnert.
- Gruppene var delt inn etter årskull, med 2 kull per gruppe. Seks- og sju-åringene fyller 2 grupper.
- Tildeling av halletid fra Halden Kommune via Idrettsrådet skapte problemer i starten: Vi fikk tildelt en time mindre enn i 2007/2008. Verre var at vi ble tildelt tider for sent på kvelden,

slik at de var ubrukbare for barneidrett. Bytting av tid med Halden Innebandyklubb ble løsningen.

- Gymsalen på Låby var stengt i ukene 41,42 og 43: Det ble lagt nytt gulv. Siden stengingen hverken var planlagt eller varslet, måtte instruktørene improvisere noe, og det ble mere uteaktivitet. Vi klarte oss bra!
- I tillegg til de ukentlige aktivitetene er følgende tilleggsarrangementer avholdt:
  - Skøytegang i ishallen for alle idrettsskolebarna med familier lørdag 19.10.
  - Badedag for alle idrettsskolebarna med familier på Remmen søndag 9.11.
  - Aktivitetsdag på Høiås 7.12. med innlagt Nisse-besøk, som aktivitetsdag for alle (dvs. ikke bare idrettsskolen). Kombinasjonen aktivitet og Nisser ble svært godt mottatt, Nissen delte ut 148 poser. Glimrende vær og akeføre bidro til suksessen.
- Deltakeravgift for hele idrettsskole-året (høst 2008 – vår 2009) er 600.- Kr per barn og 500.- Kr for 2., 3. osv. søsken.

### **Sponsorer/støtte**

I 2008 har Barneidrettsgruppa mottatt sponsorstøtte fra Brødr. Glomsrød Entreprenør AS, Ing Norsted AS og Halden Arbeiderblad til T-skjorter for avslutningen 7.5., samt fra Halden Sparebank 1) til Nissens godteposer 7.12.

Fra NOF har vi mottatt støtte til Høiåsdagen 1.5. og aktivitetsdag med Nisse 7.12., som ”Større rekruttarrangement – barnefestivaler”.

I November ble det søkt om ”Tippemidler til utstyr” til NIF via Østfold Idrettskrets: Vi har søkt om støtte for Diode-hodelykter til turbruk, gruppesett med 30 lykter. Beskjed om eventuell tildeling av midler kommer i januar/februar 2009.

### **Klubbutvikling**

Søndag 2.11. gjennomførte Barneidrettsgruppa og UFO et klubbutviklingsmøte med tema Rekruttering. Møtet ble ledet av Bernt Berntsen fra Østfold Idrettskrets, og 10 personer fra HSK deltok i fruktbare diskusjoner. Videre oppfølging av resultatene og ideene fra møtet planlegges gjennomført i 2009.

### **Politiattester**

I hht Norges Idrettsforbunds nye regler har alle instruktører for idrettsskolen 2009 søkt om politiattest, i samarbeid med HSK. Søknadene ble sendt Politiet i Halden den 14.11.2008.

Halden 11.01.09, Frauke Schmitt Gran (leder)



# KAG - ÅRSBERETNING 2008

## Sammensetning

Kart- og arrangementsgruppa har i 2007 bestått av Arnt Edvin Andersen (leder), Joacim Carlsson, Rune Holt, Håkon Jokstad og Eirik Nordbrøden.

## VDG

VDG- møtet ble arrangert i samarbeid med Gimle IF og Tistedalen FL, 8. april. Det ble orientert om o-aktiviteter i kommunen (tirsdagsløp, turorientering og terminfestede løp).

Direkte berørte grunneiere er også kontaktet personlig.

## Kart

Svinesundskartet er revidert og utvidet østover til Isebakke. Dette kartet ble ferdigstilt og utgitt til Norwegian Spring..

Pga Natt-NM i 2010 har vi revidert vår kartplan med NM-kartet på topp. Vi forsøkte å få kartet inn som en ekstraordinær post på budsjettmøtet i Halden Idrettsråd. Men til tross for at Idrettsrådet i dette møtet oppfordret klubbene til å søke om NM-arrangement, var det ikke vilje til en slik prioritering.

1. Prestebakke, 20km<sup>2</sup> Nykonstruksjon
2. Holt Gård/ Iddefjordsfjella Vest. Revisjon av gammelt kart

Det har ikke blitt foretatt noen justeringer av kartprisene for 2008. Oversikt over klubbens kart finnes på klubben sine hjemmesider, sammen med oversiktskart som viser de ulike kartenes beliggenhet.

## Arrangement

### Norwegian Spring:

Løpsleder: Øivind Holt

Løypelegger: Øivind Holt, Kjetil Bjørlo, Øyvind Helgerud og Ulf Rogstad ( micro).

Antall deltakere i Norwegian Spring: 2626 løpere.

Norwegian Spring ble arrangert 12. og 13. april i samarbeid med Sarpsborg OL. HSK var i 2008 hovedarrangør med samlingsplass på Svalerød Gård. Løpsleder begge dagene var Øivind Holt.

Det var topp internasjonal deltakelse da det franske landslaget deltok som ledd i en treningsleir i Norge. Dessverre glimret det norske landslaget med sitt fravær da de samtidig hadde treningssamling i Tsjekkia. Løpsleder Ø.Holt har sendt et brev til NOF og beklaget dette, da NOF hadde spesielt henstilt oss om å arrangere Micro-orientering for eliteklassene.

Lørdag ble Vårsprett (mellomdistanse, 459 løpere) og Vårstafetten (623 løpere) arrangert.

Søndag var det som vanlige Solrenningen (1544 løpere) med langdistanse.

Værgudene var ikke på vår side i år, og det ble en kald og våt opplevelse i regn, sludd og leire.

Deltakerantallet gikk også noe ned, sannsynligvis fordi været gjorde at mange av de "spontane" etternølerne uteble.

### Øvrige arrangement

1/5 **Høiåssuget.** Et uhøytidelige nærløp med fellesstart og mål på Høiås i forbindelse med Høiåsdagen.

Løpsleder: Jens Erik Mjølnerød

- Løypelegger: Mats Nordbrøden  
Antall deltagere: 49
- 14/5 **Østfoldsprinten.** Samlingsplass Rød Herregård.  
Løpsleder: Karianne Hauge og Anja Mattic  
Løypelegger: Ingunn Fristad  
Antall deltakere: 108
- 27/8 **Ungdomsserien.** Løpet ble avholdt Unnebergåsen med samlingsplass på Vektstasjonen på Gamle E6  
Løpsleder: Tommy Bunæs  
Løypelegger: Arnt Edvin Andersen  
Antall deltagere: 128
- 19/9 **KM-natt.** Mesterskapet ble arrangert på Unnebergåsen med samlingsplass og mål på Berg Skole. Det faktum at Natt-NM nå arrangeres på våren var nok hovedårsaken til den svake deltakelsen.  
Løpsleder: Bjørn Eriksen  
Løypelegger: Mattias Karlsson  
Antall deltagere: 37

### **Tirsdagsløpene**

Også i 2008 ble tirsdagsløpene organisert i samarbeid med Gimle IF, TFL og Idefjordens SK med Eirik Nordbrøden som hovedarkitekt for terminlista. Deltakerantallet har vært 40-80 per løp.

### **Natt-NM 2010**

Halden Skiklubb har fått tildelt arrangementsansvaret for Natt-NM 2010.

Løpet vil bli arrangert fra Prestebakke skole fredag 16. april, i forbindelse med at Norwegian Spring arrangeres på Holt gård samme helgen. Vi har startet forarbeidet til et nytt kart og Morten Dalby er engasjert i arbeidet.

Det er inngått et samarbeide med Idd Sportsklubb om å kartlegge et terreng som egentlig ligger i deres område. Etter Natt-NM vil vi kunne benytte terrenget til Norwegian Spring i 2012. For øvrig vil Idd Spk ha full disposisjons- og bruksrett over kartet.

Tom Erik Sandberg har påtatt seg ansvaret som løpsleder mens Øyvind Helgerud vil være løypelegger.

### **Avslutning**

Kart og arrangementsgruppa ønsker som vanlig å takke alle som har stilt opp og jobbet dugnad for klubben i forbindelse med våre arrangement i året som gikk. Det er stort sett bare positive svar å få når det kalles inn til arrangementsdugnad. Uten denne innsatsen og positive holdningen hadde det ikke vært mulig å drive klubben som vi gjennomføre alle arrangementene våre

Halden 19.01.2009

Arnt Edvin Andersen

Leder Kart- og arrangementsgruppa

## ORIENTERINGSGRUPPA - ÅRSBERETNING 2008

### O-gruppa har i 2008 bestått av følgende medlemmer:

Leder:	Beate Norsted Kildebo
Nest leder/leder toppidrett:	Bjørn Axel Gran
Økonomiansvarlig:	Sindre Saksæther
Breddeleder:	Tor Ragnar Andersen
Juniorleder:	Eirik Nordbrøden
Prosjektansvarlig:	Øyvind Helgerud
UFO leder:	Ann Heidi Lindhaugen
Sportslig leder:	Kjetil Bjørlo

Heidi Stokseth har også i år minnet oss på påmeldingsfrister og vært påmelder for de som har hatt behov for det. Kenneth Buch har i 2008 vært fast ansatt som trener i Halden Skiklubb. Frem til 30. oktober i 75 % stilling og fra 1. november 2008 i 100 % stilling.

O-gruppa har i 2008 hatt 7 møter samt at leder av gruppa har deltatt på styre- og økonomimøter med styret. I 2007 ble UFO tatt ut av o-gruppa og opprettet som selvstendig gruppe med representant i hovedstyret. Etter årsmøtet i år ble UFO igjen en del av o-gruppa, men er fortsatt en selvstendig gruppe med representasjon i styret. Dette er en ordning som begge grupper er tilfreds med og anbefales videreført.

O-gruppa hadde sommeravslutningen på Høiås 19. juni hvor nærmere 80 personer ble bospist med kylling og tilbehør. Videre har o-gruppa sammen med årets ledere: Torben Wendler, Hallvard Nordbrøden og Stine Marie Norsted Kildebo hatt ansvaret for gjennomføringen av årets utgave av Finnebusamling. I september ble det tradisjonen tro holdt kakefest og vi markerte årets prestasjoner sammen med ros til alle medlemmer for deltakelse og bidrag. Årets o-galla ble gjennomført for 4. året i rad i november. O-gruppa har også vært med på å gjennomføre prosessen med klubbutvikling og så langt er rekruttering og toppidrett utført.

Siden sist årsmøte har 2 av våre tidligere toppløpere og norgesmestere gått bort: Thormod Berg og Jon Tvedt. For mange av våre tidligere og nåværende løpere, var begge en god venn og lagkamerat, og i vårt lille o-miljø vil begge bli dypt savnet. Vi lyser fred over deres minner og har vår dypeste medfølelse for deres nærmeste.

### Resultat sammendrag

2008 var nok et år med gode resultater. Av høydepunkter nevnes:

- **Anne Margrethe Hausken** vant VM gull sprint, EM gull sprint og langdistanse, verdenscup sammenlagt, O-Ringen, Norges Cup og 3 NM gull. Hun mottok en rekke priser, blant annet Halden Arbeiderblads Ærespris, og var nominert som årets kvinnelige utøver i Norge.
- **Halden SK vant 25 stafetten.**
- **Emil Wingstedt** vant EM gull i sprint.
- **Anders Nordberg** vant VM sølv på langdistansen, vant 1 verdenscup løp, ble Norges mester på natta, og tok bronse på middeldistansen.
- **Ida Marie Næss Bjørgul** vant junior NM gull på middeldistansen og bronse på langdistansen.
- **Fredrikke N. Moth, Ane Næss Bjørgul og Julie Andersen** tok henholdsvis NM gull, NM sølv og NM bronse på Natt-NM D17-18.

- **Sami Hämälistö** tok bronse i Natt-NM, og **Sindre Saksæther** fulgte opp med en 4 plass, sin beste plassering i senior NM. Karianne Hauge ble nr 6 i Natt-NM og Heidi Stokseth ble nr 9 på NM mellomdistanse.
- **Erik Axelsson** og **Marius Bjugan** debuterte i VM. Mattias Karlsson var igjen kvalifisert på det svenske laget.
- **Martin Jullum** debuterte på landslaget i Pre-O med en 10 plass i Nordisk mesterskap.
- **Halden SK damer** vant O-festival stafetten
- **Halden SK herrer** ble nr 2 i Tiomila.
- Nevnes skal også at våre utenlands baserte løpere leverte gode resultater: Sören Bobach tok 2 medaljer i junior VM, Lukas Bartak ble nr 4 på VM sprint og Marian Davidik nr 6 på VM langdistansen.

Nedturene som må trekkes fram er at det ikke ble noen pallplassering i Tiomila, Jukola/Venla eller NM med unntak av herrenes 2.plass i Tiomila. I NM var det også for mange løpere med for mange og store bommer. Noe som er et klart budskap om at vi må forberede oss bedre for neste år i Trøndelag

### Trenere og tilrettelegging

En stor ære for årets resultater skal vår hovedtrener Kenneth Buch ha. Kenneth Buch sin trenerstilling i Halden SK ble høsten 2008 utvidet til 100% og Halden SK er med dette første orienteringsklubb i Norge med fulltidsansatt trener. Fulltidsansettelsen innebar at Kenneth sa opp sin stilling som landslagstrener i NOF for å ha fullt fokus på treneroppgaven i Halden SK. Kenneths engasjement og fulltidsansettelse bidrar til at klubben har et allsidig ukentlig treningstilbud av høy kvalitet, og Kenneth har ansvaret for at samlinger og konkurranser, som er underlagt stillingsinstruksen, gjennomføres med høy kvalitet og gode resultater. Han bidrar også med videreutvikling av et utvalg av løpere, både kortsiktig og med VM 2010 som langsiktig mål.

I prosessen rundt stillingsutvidelsen evaluerte en arbeidsgruppe fra o-gruppa, i samarbeid med Kenneth, stillingsbeskrivelsen og utvidet og tilpasset arbeidsoppgavene til beste for både Halden SK og Kenneths egenutvikling.

Kenneth har i 2008 ukentlig planlagt og tilrettelagt den fysiske og tekniske treningen som sammen med opplegget for treningssamlinger har inngått i en detaljert årsplan av treningstilbud som løperne i klubben har kunnet høste frukter av.

I tillegg til jobben Kenneth har gjort har en rekke medhjelpere bistått med postutsetting, tidtaking og bålrensning på nattøkter.

### Cogito

COGITO ("jeg tenker") prosjektet ved Morten Dalby og Kjetil Bjørlo har i samarbeid med hovedtrener fortsatt sitt tilbud til klubbens løpere. Cogito-prosjektet ble startet i 2006 med målsetning om å løfte den o-tekniske treningen til en ny dimensjon og dermed øke løpernes bevissthet. Gjennom målrettede økter har Cogito hjulpet løperne til å sette fokus på spesielle mentale oppgaver, samt tekniske og taktiske momenter.

Cogito-prosjektet hadde følgende spesialtreninger som supplerte klubbens ordinære tekniske treningsopplegg:

Uke 2: "Natt-uka"

Med fokus på natt-teknikk og især retning/kompass la Cogito opp til 6 natt-treninger på 7 dager! Det var oppfølging gjennom uken slik at alle fikk muligheten for å utvikle sin natteknikk

24.02.2008: "Ekstrem-O"

Denne søndag ble det lagt opp til ekstrem o-teknikk. Det var lagt ut løyper på 20, 15, 10 og 5 km med ekstrem posttetthet (ca 50 poster pr 5 km) Løypene, kartet og terrenget skiftet karakter hele tiden slik at løperne ble utfordret på alle tekniske og taktiske aspekter. En konsentrasjonsprøve der løperne besøkte 200 poster i løpet av en treningsøkt.

08.03.2008: "Tour de Halden"

Tour de Halden ble arrangert i området Isebakke, Sorgenfri, Remmen. 5-6 ulike typer orientering med manipulerede kart og transport etappe mellom.

29.03.2008: "Stress-O"

Denne dagen ble viet ulike øvelser i stresshåndtering med innendørs orientering på Risum VGS, langtur med innlagt teoretiske og logiske nøtter som skulle løses med korte tidsfrister før det hele ble avrundet med en sprintstafett med innlagte stressmomenter i Festningen

## UK

Uttakskomiteene har i 2008 bestått av:

Dame-UK Kenneth Buch, Anne Haugen, Kjetil Bjørlo

Herre-UK Kenneth Buch, Pål Backstrøm, Emil Wingstedt

Begge UK har fungert bra og foruten å ta ut lag, har UK medlemmene også deltatt som lagledere ved de store stafettene, samt ved enkelte spesifikke arrangement/treninger.

## MASSASJE

Også i 2008 har vi hatt et godt tilbud om fysioterapi gjennom Vendula Klechova.

## PROSJEKTER

For tilrettelegging av aktiviteter har Øyvind Helgerud hatt et koordineringsansvar og sørget for at så vel små som store prosjekter har hatt ansvarlige. I 2008 har klubben organisert reise, overnatting og opplegg til følgende løp og samlinger.

Dato	Prosjekt	Prosjektleder
18.-20. jan.	Barmarksamling, Varberg	Marius Bjugan
1.-10. feb.	Vintersamling, Portugal	Anja Mattick
18.-25. feb.	Juniorsamling, Italia	Kenneth Buch
19.-24. mar.	Påskesamling, Blekinge	Mattias Karlsson
3.-6. apr.	Tiomilasamling, Sigtuna	Vendula Klechova, Ingunn Fristad
24.-27. apr.	Tiomila, Sigtuna	Tom Erik Sandberg
10.-12. mai.	EM uttak + jr cup, Løten	Ingunn Fristad
30. mai.-1. jun.	VM uttak junior, Strömstad/Østfold	Eirik Nordbrøden
13.-15. jun.	Jukola, Tampere	Karianne Hauge, Marius Bjugan
4.-7. jul.	Dølauka, norgescupfinale senior	Bjørn Eriksen
8.-9. aug.	NM ultralang, Modum	Øyvind Helgerud
9.-12. aug.	Juniorsamling, Nesbyen	Eirik Nordbrøden
27.-31. aug.	NM-uka, Tromsø	Øyvind Stokseth, Heidi Stokseth
13.-14. sep.	NM sprint/NM jr stafett, Larvik	Øyvind Helgerud
9.-12. okt.	25-manna, Stockholm	Tor Ragnar Andersen
21.-28. okt.	VM 2009 samling, Ungarn	Kenneth Buch
12.-14. des.	Tiomilasamling 2009, Skåne	Kenneth Buch

## Toppidretten

Ved overgangen til 2008 fikk vi to nye seniorløpere i stallen vår, Anders Nordberg og Anne Margrethe Hausken. Dette var en stor vitamininnsprøytning for hele klubben, og innsatsen både blant leder og løpere har vært stor. Foruten internasjonal og nasjonal suksess ga de et viktig bidrag til motivasjon og høyt nivå på treningene. Anne Margrethe har også gitt Halden SK en enorm positiv omtale i ulike medier!

Underveis i sesongen ble Halden SK beskyldt for å støvsuge Norge for talenter. Dette ble besvart med et intervju hvor vi påpekte at vi ikke betaler noe for nye løpere, men forventer at de bidrar inn til vårt fellesskap, til gjengjeld får de dra nytte av ansatt trener og et godt treningstilbud. Hvor vidt dette påvirket noen vet vi ikke, men ved oppstart av 2009 kan vi glede oss over en stor tilvekst av nye løpere, hvorav noen gjensyn: Olav Lundanes, Jon Pedersen, Magne Dæhli, Morten Westergård, Kiril Nikolov (BUL), Pekka Itavöu (FIN), Axel Fisher (GER), Øystein Kristiansen, Kristian Dalby og Susana Honkanen (FIN). På våren 2008 fikk vi Tanja Zhuravleva (BLR) som debuterte for oss i Vårstafetten, og etter sommeren 2008 har au-pair Max Röhnert også løpt for oss. Og det er fortsatt også løpere som er aktuelle for 2009...

Det er også løpere som forlater klubben. Etter sommeren gikk Sami Härmälistö tilbake til Finland, og ved årets utgang også Ingunn Fristad. Vi takker for stort bidrag til treninger og mange topp resultater, spesielt i stafettene, og ønsker de lykke til. Det samme gjør vi til Hanna Haugen Nordbrøden som nå studerer i Trondheim og vil representere NTNUI.

Tilveksten fra egen ungdomsavdeling er fortsatt stor og vi gleder oss til å ta i mot dem i fremtiden. Dh17 består pr i dag av ca. 60 personer som er med på treninger og konkurranser jevnlig.

Gjennomføring av aktiviteter er gjennomført i samarbeid med trener Kenneth Buch og resten av o-gruppa. Arbeidsoppgavene kan oppsummeres i:

- oppfølging av trener sitt arbeid ovenfor Elite gruppe løperne.
- tildeling av individuell økonomisk støtte
- gjennomføring av toppidrettsrelaterte prosjekter
- oppfølging av avtale for massasje/fysioterapi
- oppfølging av nye løpere

Støtte har gått til spesifikke individuelle forberedelser knyttet mot VM, EM, NM eller de store stafettene. I 2008 var tilrettelegging og individuell støtte basert på utøvere fordelt på følgende 3 grupper:

- Elite 1: Anders Nordberg, Emil Wingstedt, Anne Margrethe Hausken og Kajsa Nilsson.
- Elite 2: Erik Axelsson, Marius Bjugan, Mattias Karlsson, Ida Marie Næss Bjørgul og Ingunn Fristad.
- Elite 3: Bjørn Eriksen, Magnus Hov, Sami Härmälistö, Sindre Saksæther, Vendula Klechova og Torben Wendler.

Som beskrevet i de sportslige resultatene så har alle løperne i Elite 1 oppnådd internasjonale resultater i henhold til Halden SK sine forventninger, med unntak av Kajsa Nilsson som fortsatt har slitt med skader. Emil Wingstedt har også fått mye av året ødelagt av sykdom. Flere av løperne i Elite 2 har tatt et langt steg framover. For løpere i Elite 3 finner vi både opp og nedturer, men betraktelig flere oppturer enn i 2007. For 2009 er planlegging basert på utøvere fordelt på følgende 3 grupper:

- Elite 1: Anders Nordberg, Emil Wingstedt, Anne Margrethe Hausken og Kajsa Nilsson.
- Elite 2: Mattias Karlsson, Erik Axelsson, Marius Bjugan, Olav Lundanes og Ida Marie Næss Bjørgul

- Elite 3: Jon Pedersen, Magne Dæhli, Bjørn Eriksen, Vendula Klechova, Morten Westergård (jr), Julie Andersen (jr) og Martin Jullum (pre-O).

Dessuten er en rekke løpere identifisert tilhørende en stafett gruppe, og vi kan glede oss over bidrag fra våre internasjonale løpere.

På begynnelsen av 2009 har vi i felleskap med en rekke andre klubber med landslagsløpere tatt et initiativ ovenfor NOF for å få en bedre dialog, avklaringer om egenandeler, og bedre betingelser for bl.a. personlige sponsorer på landslagsdrakter. De signaler som har kommet fra NOF i form av skriv og landslagskontrakter for løperne oppfattes som en forverring av både løpernes og klubbenes hverdag.

## **Juniorene**

Ansvarlig for juniorgruppa har vært Eirik Nordbrøden i samarbeid med trener Kenneth Buch.

Vi har fortsatt en relativt stor juniorstall med både topp og bredde. I 2008 har hovedfokuset blant juniorene selvfølgelig vært NM arrangementene. I tillegg har det blitt satset på Craft Cupen (Norgescupen) og for noen også VM junior. Vi har også prøvd å tilby muligheter for trening/konkurranser i ukjente terrengtyper.

Ida Marie Næss Bjørgul kvalifiserte seg til VM junior i Göteborg ved å vinne 2 av testløpene. Resultatene i VM ble vel ikke helt som Ida hadde håpet til tross for respektable plasseringer på alle distanser (sprint 12, mellom 16 og lang 11). Derimot leverte vår danske juniorløper Søren Bobach et gedigent junior VM med to 3. plasser (sprint og mellom) og 7. plass på langdistansen. I VM junior løp også Philipp Müller på det tyske laget. Hans beste plassering ble 73 plass på langdistansen. Internasjonalt har også Julie Hilland Andersen representert Norge ved åpen juniorlandskamp i forbindelse med EYOC.

I NM har juniorene fått 5 medaljer hvor av 2 gull. I NM natt tok D17-18 jentene imponerende gull, sølv og bronse ved Fredrikke, Ane og Julie. Ida Marie fikk bronse på NM lang og gull i NM mellom. Hun ble også nummer 4 på NM natt, 7 på NM ultralang og 10 på NM sprint. Andre gode NM plasseringer var Hanna nummer 5 NM lang, Julie nummer 10 NM lang og Hallvard nummer 10 på NM natt.

I NM stafett for junior var vi preget av sykdom og vi greide bare å stille et helt lag i hver klasse. Jentene greide en gledelig 5.plass til tross for usikkerhet om start helt til det siste. Herrene løp også en jevnt god stafett og ble nummer 15.

I Craft Cupen ble Ida Marie nummer 3 sammenlagt i D19-20 med blant annet 2 seiere og til sammen 8 plasseringer blant de 6 beste. Hun vant også 2 av testløpene til VM junior som ikke inngikk i Craft Cupen i år. I D17-18 ble Julie nummer 6 og Ane nummer 7 sammenlagt. Både Julie og Ane hadde 5 plasseringer blant de 6 beste med 2. plass som best. I tillegg fikk Fredrikke en seier (NM natt) og en 5. plass, Christian fikk 1 seier (O-festivalen) og Hanna fikk to 5. plasser.

Av andre aktiviteter kan vi nevne at juniorene var på treningsleir i Italia i februar, vi har vært i Göteborg for å forberede oss til VM junior. Vi var også en gjeng som var tilskuere under VM junior i Göteborg. Vi har dessuten hatt flere møter med informasjon om trening og annet.

For neste år ser situasjonen for juniorene også god ut. Vi får 4-5 nye juniorer fra egne rekker. I tillegg har vi fått innmelding fra Morten Jarvis Westergård norsk juniorlandslagsløper og Max Röhnert tysk landslagsløper. Vi vil passe på å ønske de nye juniorene velkommen i gruppa og takke juniorene som rykker opp i seniorklassen. Vi har gode forhåpninger om å kunne oppnå resultater på samme nivå som i år neste år.

## Breddeaktiviteter

Hovedoppgaven for breddegruppa er å organisere og motivere våre løpere til andre stafetter enn H/D 17 og H/D 13-16. Våre sportslige satsingsområder har i 2008 vært 25-manna, 15-stafetten og Klubb KM stafett, og det er ikke tvil om at årets høydepunkt ble seieren i 25-manna.

Etter hederlige plasseringer i både Tiomila, Jukola og NM var 25-manna siste mulighet til å vinne en av de store stafettene i år. For første gang på flere år var det ikke kollisjon med world-cup avslutning og vi kunne stille vårt tilnærmet sterkeste lag. For å stille best mulig forberedt hadde vi fire spesialtreninger på forhånd.

Vi fikk en kjempestart og lå på 2. plass etter to etapper. Deretter løp dameløperne oss opp i teten, og der var vi stort sett resten av stafetten. Etter at fellesettappene var unnagjort ledet vi med ca 1 minutt foran Kalevan Rasti og Stora Tuna. Kalevan Rasti fikk kontakt på 23. etappe og var sammen med Halden SK gjennom hele nest siste etappe. De øvrige lagene var nå klart hektet av. På siste etappe avgjorde Emil Wingstedt, som han også gjorde da vi vant i 2004, og seieren ble tilslutt på fem minutter.

2. laget vårt som var forsterket med Magne Dæhli åpnet bra og lå på 24. plass etter to etapper. Laget løp uten store feil hele veien, og det ble tilslutt 70. plass, som er ny klubbrekord. Neste målsetting nå må være å bli beste 2. lag (I år var det OK Linne på 42. plass). Som vanlig ble 25-manna en fin klubbturne med bra overnatting og felles Stockholm tur lørdag kveld.

15-stafetten ble en nedtur i forhold til tidligere år og våre ambisjoner om å bli beste 1. lag, beste 2. lag og ha ett 3. lag som fullfører. At vi ikke klarte å stille med tre lag er greit, men det er for dårlig at vi må diske 2. laget fordi vi bare klarte å stille med to dameløpere (fem er kravet). 1. laget løp bra hele veien, men Nydalen ble litt for sterke og vant med 43 sekunder. 2. laget løp ganske bra og var nr. 11 i mål, men ble altså disket.

Klubb KM stafett er en stafett hvor Halden Skiklubb har tradisjonen å ikke stille med toppede lag, men allikevel prøve å vinne (de tre beste lagene fra hver klubb teller). I år stilte vi med 9. lag og lagoppsettene ble bestemt ved loddtrekning. Som vanlig vant Halden Skiklubb og de tre tellende lagene ble totalt i stafetten nr. 1, 2 og 4. På vinnerlaget løp Runa Lien Backstrøm, Pål Backstrøm, Marius Bjugan og Ingunn Fristad. For øvrige stafettresultater og gode individuelle prestasjoner i klassene D/H35+ henvises til resultatene.

Det må også nevnes at det var en meget stor kontingent fra HSK på årets 5-dagers som ble arrangert i Sälen. Spesielt for dette året var at deltagerne ble innkvartert i leiligheter og hytter.

I tillegg arrangerte breddegruppa sommeravslutning på Høiås. Årets løype var Pre-O, og det viste seg at dette var vanskeligere enn man trodde. Ingen hadde mindre enn to feil.

## O-Galla

For 4. året på rad ble det arrangert o-galla på Berg ungdomsløkalokale lørdag 22. november 2008. Det var 86 medlemmer og innbudte gjester til stede som alle fikk ta del i en hyggelig og underholdningsfylt kveld. Alle våre sponsorer og samarbeidspartnere ble invitert. På vegne av Halden Kommune møtte John Østensvig, fra Interoptik Monica T. og Iben Lie, fra Metso/Finnebustiftelsen Rolf Hauge, Per Puck fra Fredriksten Utvikling, som også representerte Kynningsrud, Thor Fagereng og Hanne Lund Nilsen fra Aktivum.

Årets konferansierer var Elin Cathrine Hagen og Pål Backstrøm. En stor takk til dere for et vel gjennomført arrangement. Videre vil vi også takke dere som bidro til at kvelden viste oss at en ø-løper har flere strenger å spille på: Ann Margrethe Hausken (taffelmusikk), Emilie Hellberg, Bjørn Eriksen og Sindre Saksæther (sang og piano/keyboard), Christian Wroldsen (gitar), Martine Andersen (piano og fiolin) og Sindre Lindhaugen (gitar).



Rolf Hauge fra Metso og Finnebustiftelsen ble hedret for stort personlig engasjement og bidrag gjennom mange år. Han mottok godord og 6 utgaver av O-boka. Grotta prisen ble tildelt Erik Hauge. Videre ønsker vi å takke Aktivum som bidro med premier. O-gruppa har fått mange hyggelige tilbakemeldinger på årets utgave. Om dette er et arrangement som også vil være å finne i fremtiden gjenstår og se, men skal evalueres på nyåret i 2009.

Årets vinnere og stipend mottakere ble:

Kategori	Vinner	Begrunnelse
Beste Mannlige prestasjon	Anders Nordberg	VM sølv
Beste Kvinnlige prestasjon	Anne Margrethe Hausken	VM Gull
Årets stafett løper - HSK	Mattias Karlsson	Tiomila, Jukola, 25-manna
Årets junior	Ida Marie Næss Bjørgul	NM Gull
Kenneth Buchs trenerpris	Vendula Klechova	
Årets overraskelse	Fredrikke, Julie og Ane	NM-Natt D17-18
Dugnadsprisen	Øyvind Helgerud	Prosjektansvarlig og løypelegger NSpring, Grenseritt, ...
Årets uheldigste Svenske	Emil Wingstedt	Syk på VM, NM, og world cup avslutning
Aktivums idrettsstipend	Julie Andersen	NM medalje
	Ane Næss Bjørgul	NM medalje
	Stine Marie N. Kildebo	Dugnad
	Hallvard Nordbrøden	Dugnad
	Martin Kristiansen	Dugnad
Kynningsrud Stipend	Fredrikke Nohr Moth	
	Sören Bobach	
Petters pris	Gry Granstedt	
Fremgangsprisen	Helena Asheim Birkeland	
Årets HSKer	Anne Margrethe Hausken	
Grotta-Prisen	Erik Hauge	

## Tur Orientering

Tur-O opplegget er som tidligere et samarbeid mellom Gimle Idrettsforening, Idd Sportsklubb, Tistedalen Friluftslag og Halden Skiklubb. Ansvarlig for årets Tur-O opplegg fra HSKs side har vært:

Øyvind Nielsen  
Kjell Holene  
Thor Palmgren  
Hans Kurt Karlsen (leder)

Sesongen startet også i år tidlig og postene var på plass i skogen fra 5.mars og lå ute til 21.september. Et unntak var 10 av postene ved Svinesund-Røsnesåsen som ikke ble lagt ut før 21.april pga. avviklingen av Norwegian Spring i området. Årets Tur-orientering kostet kr 250,- og omfattet følgende kart:

Isebakke-Svinesund-Røsnesåsen	turkart - 15 poster - ansvarlig Halden SK
Venås	o-kart - 5 poster - ansvarlig Gimle IF
Hiås-Årbu	o-kart - 10 poster - ansvarlig Gimle IF
Nyborg-Iddefjordfjella	o-kart - 10 poster - ansvarlig Idd SK

I tillegg har HSK hatt ansvar for å legge ut 5 "Månedens GPS post" fra mai til september. Nattorientering ble ikke avviklet i år pga. laber oppslutning i fjor.

Felleskjøpet Agri, Køhn Libris, Sport Senteret og Statoil Kirkebakken har også i år vært hjelpelige med å selge Tur-O konvoluttene.

Årets tur-o avslutning ble avholdt på Venås, søndag 19 oktober. Fremmøtet var upåklagelig og 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. Vinnerne ble:

GPS-mottaker:	Tor E.Olsen
Turstol:	Flemming Pettersen
Gavekort fra Køhn Libris:	Catrin Bennett, Marit Helene Johnsen, Knut Roger Johnsen, Jens Erik Mjølnørød, Grethe Lunde
Gavekort fra Felleskjøpet Agri:	Larry Ernstzen, Tor E.Olsen

Her må vi takke Køhn Libris og Felleskjøpet Agri 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 veldig fornøyde. Av mindre positive ting var det kun et forevirrende hogstfelt ved Hiås og en manglende post og litt flått ved Svinesund som ble nevnt. Det ble også konkludert med at o-kart var best å orientere etter da turkartet hadde litt for stor skala og litt for lite detaljer. Nytt av året var at Gimle hadde lagt 5 barnevennlige poster nær Venåshytta.

Vi er rimelig fornøyd med antall innleverte kort, selv om antall solgte konvolutter også i år gikk noe ned i forhold til fjoråret. Her er det litt å jobbe med i 2009 for å få snudd denne trenden.

	2005	2006	2007	<b>2008</b>
Solgte konvolutter:	391	153	146	<b>134</b>
Solgte tilleggskort:	33	33	33	<b>38</b>
Innleverte kort:	40	54	62	<b>56</b>
Antall poster:	64	61	64	<b>60</b>

## RESULTATER O-GRUPPA 2008

### VM – Olomouc

#### Mellomdistanse Herrer

1	Thierry Guergiou	FRA	33:49
2	Michael Smola	CZE	34:23
3	Valentin Novikov	RUS	34:27
6	Anders Nordberg	NOR	35:23
14	Erik Axelsson	SWE	37:02
27	Marian Davidik	SVK	39:10

#### Mellomdistanse Damer

1	Minna Kauppi	FIN	32:35
2	Vroni König-Salmi	SUI	34:37
3	Radka Brozkova	CZE	34:51
15	Celine Dodoin	FRA	39:21
25	Anne Margrethe Hausken	NOR	41:13

#### Langdistanse Herrer

1	Daniel Hubmann	SUI	106:08
2	Anders Nordberg	NOR	107:23
3	Francois Gonon	FRA	108:05
6	Marian Davidik	SVK	110:15
26	Lukas Bartak	SVK	116:25

#### Langdistanse Damer

1	Dana Brozkova	CZE	84:26
2	Marianne Andersen	NOR	85:09
3	Annika Billstam	SWE	85:28
4	Anne Margrethe hausken	NOR	86:14
28	Celine Dodin	FRA	100:20

#### Sprint Herrer

1	Andrey Khramov	RUS	13:36,9
2	Daniel Hubmann	SUI	13:39,3
3	Martin Johansson	SWE	14:13,7
4	Lukas Bartak	SVK	14:17,1
29	Marius Bjugan	NOR	15:09,4
-	Emil Wingstedt	SWE	DSQ

#### Sprint Damer

1	Anne Margrethe hausken	NOR	12:42,2
2	Minna Kauppi	FIN	12:51,5
3	Helena Jansson	SWE	13:01,1
16	Celine Dodoin	FRA	14:06,6

#### Menn Stafett

1	GBR	2:18:17
	Graham Gristwood	43:45
	Jon Duncan	45:04
	Jamie Stevansson	49:28
2	RUS	2:18:58
	Dmitry Tsvetkov	45:47
	Andrey Khramov	44:30
	Valentin Novikovn	48:41
3	SUI	2:21:49
	Baptiste Rollier	46:37
	Mattias Merz	43:41

	Daniel Hubmann	51:31	
7	NOR	2:24:03	
	Lars Skjeseth	44:42	
	Anders Nordberg	47:46	
	Øystein Kvaal Østerbø	51:35	
9	SVK	2:27:05	
	IPavel Bukovac	46:33	
	Marian Davidik	48:05	
	Lukas Bartak	52:27	
16	GER	2:32:50	
	Alexander Lubina	45:36	
	Christian Teich	48:33	
	Torben Wendler	58:41	

#### Damer Stafett

1	FIN	2:13:14	
	Katri Lindequist	43:44	
	Merja Rantanen	44:17	
	Minna Kauppi	45:13	
2	RUS	2:15:49	
	Galina Vinogradova	41:53	
	Yulia Novikova	45:53	
	Tatiana Ryabkina	48:03	
3	SWE	2:16:27	
	Annika Billstam	42:10	
	Sofia Johansson	43:46	
	Helena Jansson	50:31	
6	NOR	2:20:04	
	Marianne Ridervold	42:59	
	Marianne Andersen	45:05	
	Anne Margrethe Hausken	52:00	
14	FRA	2:35:48	
	Capucine Verceletti	44:00	
	Amelie Chataing	53:17	
	Celine Dodin	58:31	

### EM – Latvia

#### Sprint Herrer

1	Wingstedt,Emil	SWE	13:11
2	Hubmann,Daniel	SUI	13:25
3	Khramov,Andrey	RUS	13:35

#### Sprint Damer

1	Margrethe Hausken,Anne	NOR	11:11
2	Jukkola,Heli	FIN	11:14
3	Jansson,Helena	SWE	11:17
45	Dodin,Celine	FRA	13:45

#### Sprint Herrer B

1	Holmberg,Anders	SWE	13:16
2	Bjugan,Marius	NOR	13:42
3	Renard,Damien	FRA	13:47
17	Zhuravlev,Slava	BLR	15:10

#### Sprint Damer B

1	Palmer,Helen	GBR	13:10
2	Lillehov,Thea	AUT	13:25
3	Zhuravleva,Tatiana	BLR	13:27

**Lang Herrer**

1	<i>Tsvetkov, Dmitriy</i>	RUS	1:29:12
2	<i>Hubmann, Daniel</i>	SUI	1:29:45
3	<i>Wingstedt, Emil</i>	SWE	1:29:46
43	<i>Nordberg, Anders</i>	NOR	1:43:23

**Lang Damer**

1	<i>Hausken, Anne Margrethe</i>	NOR	1:08:55
2	<i>Ryabkina, Tatiana</i>	RUS	1:09:48
3	<i>Engstrand, Emma</i>	SWE	1:10:33
13	<i>Dodin, Celine</i>	FRA	1:17:00

**Mellom Herrer**

1	<i>Gueorgiou, Thierry</i>	FRA	35:41
2	<i>Sirmais, Martins</i>	LAT	36:07
3	<i>Ikonen, Pasi</i>	FIN	36:31
5	<i>Wingstedt, Emil</i>	SWE	37:18
32	<i>Bjugan, Marius</i>	NOR	43:13
DSQ	<i>Nordberg, Anders</i>	NOR	

**Mellom Damer**

1	<i>Jukkola, Heli</i>	FIN	31:05
2	<i>Rantanen, Merja</i>	FIN	31:31
3	<i>Kauppi, Minna</i>	FIN	31:55
7	<i>Hausken, Anne Margrethe</i>	NOR	33:24
29	<i>Dodin, Celine</i>	FRA	37:56

**Mellom Herrer B**

1	<i>Gristwood, Graham</i>	GBR	32:15
1	<i>Aadli, Erkki</i>	EST	32:15
3	<i>Gvildys, Jonas Vytautas</i>	LTU	32:32
23	<i>Zhuravlev, Slava</i>	BLR	38:11 +

**Mellom Damer B**

1	<i>Stalder, Seline</i>	SUI	30:52
2	<i>Jaeger, Meike</i>	GER	33:29
3	<i>Hagman, Line</i>	NOR	33:33
15	<i>Zhuravleva, Tatiana</i>	BLR	37:29

**Stafett Herrer**

1	<i>RUS</i>		2:03:13
	<i>Dmitry Tsvetkov</i>	41:13	
	<i>Andrey Khramov</i>	40:19	
	<i>Valentin Novikov</i>	41:41	
2	<i>SWI</i>		2:03:28
	<i>Baptiste Rollier</i>	41:22	
	<i>Matthias Merz</i>	41:11	
	<i>Daniel Hubmann</i>	40:55	
3	<i>FIN-1</i>		2:05:32
	<i>Jarkko Huovila</i>	43:36	
	<i>Pasi Ikonen</i>	41:19	
	<i>Mats Haldin</i>	40:37	
9	<i>SWE</i>		2:09:47
	<i>Peter Öberg</i>	48:23	
	<i>David Andersson</i>	42:37	
	<i>Emil Wingstedt</i>	38:47	
10	<i>NOR-1</i>		2:09:52
	<i>Lars Skjeseth</i>	43:25	
	<i>Anders Nordberg</i>	43:14	

	<i>Øystein Kvaal Østerbø</i>	43:13	
16	<i>NOR 2</i>		2:13:58
	<i>Marius Bjugan</i>	43:03	
	<i>Christian Kahrs</i>	45:29	
	<i>Olav Lundanes</i>	45:26	

**Stafett Damer**

1	<i>SWE</i>		1:45:10
	<i>Lina Perssson</i>	35:05	
	<i>Emma Engstrand</i>	36:20	
	<i>Helena Jansson</i>	33:45	
2	<i>RUS</i>		1:45:22
	<i>Natalia Korxhova</i>	35:59	
	<i>Yulia Novikova</i>	35:38	
	<i>Tatiana Ryabkina</i>	33:45	
3	<i>FIN</i>		1:46:29
	<i>Maria Rantala</i>	35:25	
	<i>Merja Rantanen</i>	33:34	
	<i>Minna Kauppi</i>	34:43	
6	<i>NOR</i>		1:53:57
	<i>Marianne Riddervold</i>	37:12	
	<i>Mari Fasting</i>	38:39	
	<i>Anne Margrethe Hausken</i>	38:06	
11	<i>FRA</i>		1:54:11
	<i>Capucine Verceletti</i>	34:46	
	<i>Karine D'Harreville</i>	37:40	
	<i>Celine Dodin</i>	41:45	
23	<i>BLR</i>		2:31:37
	<i>Tatiana Zhuravleva</i>	50:07	
	<i>Tatiana Voskoboynikova</i>	50:33	
	<i>Aleksandra Kondratyeva</i>	50:57	

**World Cup****Event 1-3: se EM****Event 4-5: Norge****Mellom Herrer**

1	<i>Anders Nordberg</i>	NOR	38:28
2	<i>Pasi Ikonen</i>	FIN	39:10
3	<i>Thierry Guergiou</i>	FRA	39:21
6	<i>Emil Wingstedt</i>	SWE	40:14
24	<i>Bjørn Eriksen</i>	NOR	43:26
31	<i>Mattias Karlsson</i>	SWE	44:08
65	<i>Torben Wendler</i>	GER	63:09

**Mellom Damer**

1	<i>Anne Margrethe Hausken</i>	NOR	35:55
2	<i>Sofie Johansson</i>	SWE	36:51
3	<i>Helena Jansson</i>	SWE	37:10
19	<i>Celine Dodoïn</i>	FRA	43:27

**Jaktstart Herrer**

1	<i>Tero Föhr</i>	FIN	101:22
2	<i>Daniel Hubmann</i>	SUI	101:25
3	<i>Emil Wingstedt</i>	SWE	101:30
6	<i>Anders Nordberg</i>	NOR	104:28
24	<i>Bjørn Eriksen</i>	NOR	113:03

**Jaktstart Damer**

1	Minna Kauppi	FIN	84:48
2	Anne Margrethe Hausken	NOR	88:15
3	Lina Bäckström	SWE	88:33
15	Celine Dodoin	FRA	97:40

**Event 6-8: se VM****Event 9-11: O-Ringen****Sprint Herrer**

1	Peter Öberg	SWE	14:21
2	Mattias Merz	SUI	14:29
3	Thierry Guergiou	FRA	14:30
4	Marius Bjugan	NOR	14:34
20	Erik Axelsson	SWE	15:24
23	Anders Nordberg	NOR	15:29
24	Mattias Karlsson	SWE	15:30
34	Emil Wingstedt	SWE	15:54

**Sprint Damer**

1	Anne Margrethe Hausken	NOR	14:16
2	Annika Billstam	SWE	14:27
2	Minna Kauppi	FIN	14:38

**Langdistanse Herrer Fellesstart**

1	Tero Föhr	FIN	89:33
2	Baptiste Rollier	SUI	91:07
3	Dmitry Tsvetkov	RUS	91:45
30	Erik Axelsson	SWE	100:18
39	Mattias Karlsson	SWE	104:31

**Langdistanse Damer Fellesstart**

1	Anne Margrethe Hausken	NOR	72:41
2	Minna Kauppi	FIN	74:12
3	Ingunn Hultgren Weltzin	NOR	75:15

**Mellom Herrer**

1	Daniel Hubmann	SUI	31:28
2	Thierry Guergiou	FRA	31:41
3	Baptiste Rollier	SUI	31:57
7	Anders Nordberg	NOR	33:00
37	Erik Axelsson	SWE	35:55
44	Mattias Karlsson	SWE	36:43

**Mellom Damer**

1	Anne Margrethe Hausken	NOR	37:17
2	Ingunn Hultgren Weltzin	NOR	38:57
3	Angela Wild	SUI	39:02

**Finale: Sveits****Mellomdistanse Herrer**

1	Daniel Hubmann	SUI	34:35
2	Thierry Guergiou	FRA	35:50
3	Mattias Merz	SUI	36:00
27	Mattias Karlsson	SWE	39:29

**Mellomdistanse Damer**

1	Minna Kauppi	FIN	35:49
---	--------------	-----	-------

2	Signe Søes	DEN	36:32
3	Lina Bäckström	SWE	36:54
7	Anne Margrethe Hausken	NOR	37:59
29	Celine Dodin	FRA	42:30

**Sprint Herrer**

1	Daniel Hubmann	SUI	14:13
2	Mattias Merz	SUI	14:24
3	Thierry Guergiou	FRA	14:51
18	Mattias Karlsson	SWE	15:34

**Sprint Damer**

1	Anne Margrethe Hausken	NOR	15:19
2	Minna Kauppi	FIN	15:22
3	Signe Søes	DEN	15:45
18	Celine Dodin	FRA	16:45

**WCUP MEN 2008**

1	800	Daniel Hubmann	SUI
2	653	Thierry Gueorgiou	FRA
3	440	Mattias Merz	SUI
6	332	Emil Wingstedt	SWE
8	315	Anders Nordberg	NOR
51	71	Marius Bjugan	NOR
55	66	Mattias Karlsson	SWE
56	65	Lukas Bartak	SVK
59	63	Erik Axelsson	SWE
63	54	Marian Davidik	SVK
78	35	Bjørn Eriksen	NOR

**WCUP WOMEN 2007**

1	917	Anne Margrethe Hausken	NOR
2	747	Minna Kauppi	FIN
3	430	Helena Jansson	SWE
19	189	Celine Dodin	FRA

**World Ranking Men 2008 (top 300)**

1	5645	Daniel Hubmann	SUI
4	5487	Emil Wingstedt	SWE
6	5472	Anders Nordberg	NOR
38	5212	Lukas Bartak	SVK
43	5175	Marian Davidik	SVK
48	5150	Erik Axelsson	SWE
49	5149	Marius Bjugan	NOR
65	5050	Mattias Karlson	SWE
197	4030	Øyvind Stokseth	NOR
230	3795	Torben Wendler	GER
241	3680	Bjørn Eriksen	NOR

**World Ranking Women 2008 (top 300)**

1	5698	Heli Jukkola	FIN
3	5671	Anne Margrethe Hausken	NOR
31	5045	Celine Dodin	FRA
203	3080	Heidi Ackenhausen	NOR
255	2280	Vendula Klechova	CZE
277	2100	Ingunn Fristad	NOR

## Junior VM, Gøteborg

### Sprint Herrer

1	Stepan Kodeda	Czech Republic	13:21,1
2	Johan Runesson	Sweden	13:22,1
3	Sören Bobach	Denmark	13:28,8
158	Philipp Müller	Germany	20:15,0

### Sprint Damer

1	Emma Klingenberg	Denmark	00:13:40
2	Silje Ekroll Jahren	Norway	00:13:42
3	Jenny Lönnkvist	Sweden	00:13:42
12	Ida Marie Næss Bjørgul	Norway	00:14:08

### Mellom Herrer

1	Johan Runesson	Sweden	00:30:45
2	Ulf Forseth Indgaard	Norway	00:31:16
3	Sören Bobach	Denmark	00:31:19

### Mellom Damer

1	Venla Niemi	Finland	00:28:29
2	Beata Falk	Sweden	00:29:03
3	Karine D'Harreville	France	00:29:12
16	Ida Marie Næss Bjørgul	Norway	00:32:38

### Lang Herrer

1	Johan Runesson	Sweden	01:12:22
2	Timo Sild	Estonia	01:12:34
3	Matthias Kyburz	Switzerland	01:12:36
73	Philipp Müller	Germany	01:30:09

### Lang Damer

1	Jenny Lönnkvist	Sweden	00:55:12
2	Beata Falk	Sweden	00:55:50
3	Siri Ulvestad	Norway	00:56:25
11	Ida Marie Næss Bjørgul	Norway	01:00:56

### RELAY Women

1)	Sweden (Beata Falk, Lina Strand, Jenny Lönnkvist),	2:19:52
2)	Denmark (Ida Bobach, Signe Klinting, Maja Alm),	2:21:12
3)	Norway (Anette Baklid, Kine Hallan Steiwer, Mariann Ulvestad),	2:28:20

### RELAY Men

1)	Sweden (Erik Liljekvist, Olle Boström, Johan Runesson),	2:28:36
2)	Russia (Yury Kiryanov, Georgy Mavchun, Dmitry Masnyy),	2:33:41
3)	Norway (Ulf Forseth Indgaard, Bjørn Danielsen Ekeberg, Erik Sagvolden),	2:33:58
6)	Denmark (Rasmus Thrane Hansen, Rasmus Kiilerich Kragh, Sören Bobach),	2:40:33

## NM

### NM natt, Ørje (fellesstart)

#### NM Natt H21

1	Nordberg, Anders	Halden SK	1:22:43
2	Skjeset, Lars	NTNUI	1:24:31
3	Hämälistö, Sami	Halden SK	1:26:10
4	Sæksæther, Sindre	Halden SK	1:26:14
13	Helgerud, Øyvind	Halden SK	1:27:25
17	Bjugan, Marius	Halden SK	1:27:37
31	Eriksen, Bjørn	Halden SK	1:31:49
71	Hov, Magnus	Halden SK	1:57:07
DNF	Stokseth, Øyvind	Halden SK	
DSQ	Sandvik, Tore	Halden SK	
DSQ	Tafjord, Jostein	Halden SK	

#### NM Natt D21

1	Hausken, Anne Margrethe	Halden SK	1:19:09
2	Egseth, Elise	Wing OK	1:19:12
3	Riddervold, Marianne	Fredrikstad SK	1:19:19
6	Hauge, Karianne	Halden SK	1:29:41
15	Hagen, Elin Cathrine	Halden SK	1:32:32

### H19-20

1	Nørbech, Torgeir	Tyrving, IL	01:07:27
2	Heggedal, Håkon	Kongsberg OL	01:07:46
3	Berdal, Tore Bjørseth	Wing OK	01:07:47
10	Nordbrøden, Hallvard	Halden SK	01:09:08

### D19-20

1	Ulvestad, Siri	Heming/Njård OL	01:02:39
2	Nielsen, Agny Fjogstad	Kongsberg OL	01:07:43
3	Ulvestad, Mariann	Heming/Njård OL	01:12:06
4	Bjørgul, Ida Marie Næss	Halden SK	01:12:45

### H17-18

1	Forseth Indgaard, Jo	Frol IL	01:07:00
2	Luchsinger, Harri	Kongsberg OL	01:07:37
3	Steiwer, Gaute Hallan	Lillomarka OL	01:07:42
18	Schive, Christian	Halden SK	01:08:36
24	Kristiansen, Martin	Halden SK	01:18:26
25	Andersen, Bård Hauan	Halden SK	01:21:20
27	Nordbrøden, Mats	Halden SK	01:26:51

**D17-18**

1	Moth,Fredrikke Nohr	Halden SK	01:01:04
2	Bjørgul,Ane Sofie Næss	Halden SK	01:01:18
3	Andersen,Julie E. Hillan	Halden SK	01:01:26

**NM ultralang, Modum****D17-20**

1	Ulvestad,Siri	Heming/Njård OL	01:38:54
2	Nilsen,Inger Liv B.	Lillehammer OK	01:45:11
3	Nydal,Britt Ingunn	Lillomarka OL	01:46:28
7	Bjørgul,Ida Marie Næss	Halden SK	01:48:55
12	Nordbrøden,Hanna Haugen	Halden SK	01:53:46
28	Andersen,Julie Hilland	Halden SK	02:12:54

**H17-20**

1	Indgaard,Ulf Forseth	Frol IL	01:50:41
2	Heggedal,Håkon	Kongsberg OL	01:56:57
3	Sagvolden,Erik	Østmarka OK	01:58:16
25	Müller,Philipp	Halden SK	02:13:38
47	Nordbrøden,Mats	Halden SK	02:29:54

**NM lang, Tromsø****H21**

1	Audun Weltzien	Tyrving, IL	1:35:29
2	Anders Nordberg	Halden SK	1:36:48
3	Lars Skjeset	NTNUI	1:37:28
9	Mattias Karlsson	Halden SK	1:40:58
12	Bjørn Eriksen	Halden SK	1:42:57
18	Erik Axelsson	Halden SK	1:45:17
19	Marius Bjugan	Halden SK	1:45:41
29	Øyvind Helgerud	Halden SK	1:49:30
52	Øyvind Stokseth	Halden SK	1:58:46
65	Torben Wendler	Halden SK	2:05:00
70	Sindre Saksæther	Halden SK	2:05:47

**D21**

1	Marianne Andersen	Nydalens SK	1:09:24
2	Anne Margrethe Hausken	Halden	1:11:21
3	Marianne Riddervold	Fredrikstad	1:14:01
21	Vendula Klechova	Halden SK	1:28:28
22	Karianne Hauge	Halden SK	1:28:49
23	Heidi Stokseth	Halden SK	1:29:40

**H19-20**

1	Ulf Forseth Indgaard	Frol IL	01:14:55
2	Tore Bjørseth Berdal	Wing OK	01:17:41
3	Morten Jarvis Westergård	Varegg	01:19:51
26	Hallvard Nordbrøden	Halden SK	01:44:25
29	Philipp Müller	Halden SK	01:47:39

**D19-20**

1	Silje Ekroll Jahren	Raumar OL	01:03:31
	Siri Ulvestad	Heming/Njård OL	01:03:31
3	Ida Marie Næss Bjørgul	Halden SK	01:05:03
5	Hanna Haugen Nordbrøden	Halden SK	01:10:38

**H17-18**

1	Vegard Danielsen	Kristiansand OK	01:01:42
2	Morten Saue	Tyrving, IL	01:01:54
3	Mathias Bjugan	Wing OK	01:04:21
18	Mats Nordbrøden	Halden SK	01:12:49
31	Christian Schive	Halden SK	01:17:07
71	Martin Kristiansen	Halden SK	01:46:07

**D17-18**

1	Linn Hokholt	Kolbotn & Skimt OL	01:04:58
2	Ragnhild Haga	Raumar OL	01:06:10
3	Anette Baklid	Konnerud IL	01:08:30
10	Julie Hilland Andersen	Halden SK	01:14:42

**NM mellom Tromsø****H21**

1	Audun Weltzien	Tyrving, IL	35:49
2	Baptiste Rollier	Kristiansand OK	35:51
3	Anders Nordberg	Halden SK	36:09
10	Bjørn Eriksen	Halden SK	38:31
17	Øyvind Helgerud	Halden SK	39:26
36	Sindre Saksæther	Halden SK	43:09
42	Marius Bjugan	Halden SK	46:41
DSQ	Mattias Karlsson	Halden SK	DSQ

**D21**

1	Marianne Andersen	Nydalens SK	37:28
2	Mari Fasting	Fredrikstad SK	39:21
3	Heidi Østlid Bagstevold	Kongsberg OL	39:24
5	Anne Margrethe Hausken	Halden SK	39:35
9	Heidi Stokseth	Halden SK	42:48
23	Kajsa Nilsson	Halden SK	45:50
24	Vendula Klechova	Halden SK	46:15
25	Karianne Hauge	Halden SK	46:40
33	Elin Cathrine Hagen	Halden SK	55:08

**H19-20**

1	Indgaard,Ulf Forseth	Frol IL	00:24:19
2	Deelstra,Olav Johannes	NTNUI	00:24:58
3	Haverstad,Sindre Jansson	NTNUI	00:26:55
31	Andersen,Tor Andreas	Halden SK	00:34:31
36	Müller,Philipp	Halden SK	00:36:26

**D19-20**

1	Bjørgul,Ida Marie Næss	Halden SK	00:27:46
2	Jahren,Silje Ekroll	Raumar OL	00:28:24
3	Nydal,Britt I Moian	Lillomarka OL	00:29:09
12	Nordbrøden,Hanna Haugen	Halden	00:31:39

**H17-18**

1	Danielsen,Vegard	Kristiansand OK	00:23:44
2	Bjugan,Mathias	Wing OK	00:24:20
3	Lundanes,Ivar	Frol IL	00:25:10
17	Schive,Christian	Halden SK	00:28:03
35	Nordbrøden,Mats	Halden SK	00:30:35
60	Kristiansen,Martin	Halden SK	00:34:35

**D17-18**

1	Haga, Ragnhild	Raumar OL	00:26:55
2	Arnesen, Mari Jevne	Hamar OK	00:27:16
3	Baklid, Anette	Konnerud IL	00:27:18
13	Andersen, Julie Hilland	Halden SK	00:30:34
33	Nohr Moth, Fredrikke	Halden SK	00:36:52

**NM sprint, Larvik****D21**

1	Hausken, Anne Margrethe	Halden SK	13:30
2	Egseth, Elise	Wing OK	14:07
3	Andersen, Marianne	Nydalens SK	14:20
10	Hauge, Karianne	Halden SK	16:02
11	Stokseth, Heidi	Halden SK	16:08

**H21**

1	Skjeset, Lars	NTNUI	14:14
2	Nordberg, Anders	Halden SK	14:20
3	Bjugan, Marius	Halden SK	14:22
3	Rollier, Baptiste	Kristiansand OK	14:22
6	Eriksen, Bjørn	Halden SK	14:45
7	Karlsson, Mattias	Halden SK	14:49

**NM Stafett H17, Tromsø**

1	Tyrving, IL lag 1 (1)			2:24:52	
	Torbjørn Sagberg	55:03	4	55:03	4
	Anders Tiltnes	37:03	3	1:32:06	1
	Audun Weltzien	52:46	4	2:24:52	1
2	Frol IL lag 1 (16)			2:26:49	
	Jo Forseth Indgaard	56:58	11	56:58	11
	Ivar Lundanes	38:00	7	1:34:58	5
	Ulf Forseth Indgaard	51:51	2	2:26:49	2
3	Kristiansand OK lag 1 (2)			2:27:06	
	Jostein Andersen	59:15	17	59:15	17
	Holger Hott	36:57	2	1:36:12	9
	Baptiste Rollier	50:54	1	2:27:06	3
5	Halden SK lag 1 (5)			2:27:41	
	Marius Bjugan	57:06	12	57:06	12
	Mattias Karlsson	37:20	4	1:34:26	3
	Anders Nordberg	53:15	5	2:27:41	5
9	Halden SK lag 2 (11)			2:33:23	
	Erik Axelsson	55:40	5	55:40	5
	Sindre Saksæther	39:13	11	1:34:53	4
	Bjørn Eriksen	58:30	18	2:33:23	9
15	Halden SK lag 3 (14)			2:37:35	
	Torben Wendler	1:00:15	30	1:00:15	30
	Øyvind Stokseth	41:18	18	1:41:33	21
	Øyvind Helgerud	56:02	10	2:37:35	15
48	Halden SK lag 4 (37)			3:02:45	
	Philipp Müller	1:01:01	35	1:01:01	35
	Christian Schive	45:05	32	1:46:06	30

**H19-20**

1	Deelstra, Olav Johannes	NTNUI	00:13:41
2	Indgaard, Ulf Forseth	Frol IL	00:14:04
3	Berdal, Tore Bjørseth	Wing OK	00:14:17
21	Nordbrøden, Hallvard	Halden SK	00:16:12

**D19-20**

1	Ulvestad, Siri	Heming/Njård OL	00:13:17
2	Horn, Fanny Welle-Strand	H/N	00:13:43
3	Ulvestad, Mariann	Heming/Njård	00:13:53
10	Bjørgul, Ida Marie Næss	Halden SK	00:14:57
13	Nordbrøden, Hanna Haugen	Halden	00:15:27

**H17-18**

1	Bjugan, Mathias	Wing OK	00:13:40
2	Gullord, Sondre Sande	Løten O-Lag	00:14:03
3	Indgaard, Jo Forseth	Frol IL	00:14:09
19	Schive, Christian	Halden SK	00:15:37

**D17-18**

1	Rognstad, Audhild Bakken	Lillehammer	13:38
2	Huber, Marion Rønning	Løten O-Lag	14:50
3	Nummedal, Agnete	Fana IL	14:53
-	Andersen, Julie Hilland	Halden SK	DNS



Mats Nordbrøden	1:16:39	58	3:02:45	48
DSQ Halden SK lag 5 (38)			3:36:49	
Martin Kristiansen	1:20:27		1:20:27	DSQ
Jostein Tafjord	58:32		2:18:59	
Tor Andreas Andersen	1:17:50		3:36:49	

#### NM Stafett D17, Tromsø

1	<i>Fredrikstad SK lag 1 (206)</i>			2:09:00	
	<i>Karianne Ruud</i>	49:14	3	49:14	3
	<i>Mari Fasting</i>	32:33	1	1:21:47	1
	<i>Marianne Riddervold</i>	47:13	2	2:09:00	1
2	<i>Wing OK lag 1 (207)</i>			2:12:47	
	<i>Marte Renaas</i>	49:09	2	49:09	2
	<i>Lene Bergersen</i>	35:01	2	1:24:10	3
	<i>Elise Egseth</i>	48:37	4	2:12:47	2
3	<i>Bækkelaget SK lag 1 (201)</i>			2:14:55	
	<i>Hanne Staff</i>	49:04	1	49:04	1
	<i>Anne Marie Bleken</i>	35:01	2	1:24:05	2
	<i>Birte Riddervold</i>	50:50	7	2:14:55	3
4	<i>Halden SK lag 1 (202)</i>			2:18:47	
	<i>Ida Marie Næss Bjørgul</i>	51:08	6	51:08	6
	<i>Heidi Stokseth</i>	40:17	7	1:31:25	4
	<i>Anne Margrethe Hausken</i>	47:22	3	2:18:47	4
9	<i>Halden SK lag 2 (219)</i>			2:28:32	
	<i>Karianne Hauge</i>	57:24	13	57:24	13
	<i>Hanna Haugen Nordbrøden</i>	40:52	10	1:38:16	11
	<i>Vendula Klechova</i>	50:16	6	2:28:32	9
21	<i>Halden SK lag 3 (220)</i>			2:54:37	
	<i>Fredrikke Nohr Moth</i>	58:32	14	58:32	14
	<i>Elin Cathrine Hagen</i>	46:28	23	1:45:00	18
	<i>Julie Hilland Andersen</i>	1:09:37	24	2:54:37	21
DNF	<i>Halden SK lag 4 (221)</i>			51:01	
	<i>Kajsa Nilsson</i>	51:01		51:01	
	<i>Ingunn Fristad</i>	00:00		51:01	DNF
	<i>Maria Hoffman</i>	00:00		51:01	DNF

**NM stafett Larvik****H17-20**

1	<i>Frol IL lag 1 (103)</i>				01:53:17	
	<i>Jo Forseth Indgaard</i>	00:44:33	1	00:44:33		1
	<i>Ivar Lundanes</i>	00:22:48	3	01:07:21		1
	<i>Ulf Forseth Indgaard</i>	00:45:56	5	01:53:17		1
2	<i>NTNUI lag 1 (109)</i>				01:53:50	
	<i>Sindre Jansson Haverstad</i>	00:45:03	6	21:03:00		6
	<i>Thomas Natvig Årstad</i>	00:25:02	14	01:10:05		5
	<i>Olav Johannes Deelstra</i>	00:43:45	2	01:53:50		2
3	<i>Kongsberg OL lag 1 (106)</i>				01:55:53	
	<i>Morten Urdal Bakke</i>	00:44:38	2	00:44:38		2
	<i>Audun Resser</i>	00:22:58	4	01:07:36		3
	<i>Øyvind Enger</i>	00:48:17	8	01:55:53		3
15	<i>Halden SK lag 1 (114)</i>				02:09:17	
	<i>Hallvard Nordbrøden</i>	00:51:41	24	00:51:40		24
	<i>Mats Nordbrøden</i>	00:24:04	11	01:15:45		20
	<i>Christian Schive</i>	00:53:32	20	02:09:17		15

**D17-20**

1	<i>Heming/Njård OL lag 1 (5)</i>				01:47:23	
	<i>Mariann Ulvestad</i>	00:45:32	10	00:45:32		10
	<i>Fanny Welle-Strand Horn</i>	00:22:24	1	01:07:56		2
	<i>Siri Ulvestad</i>	00:39:27	2	01:47:23		1
2	<i>Raumar OL lag 1 (3)</i>				01:48:06	
	<i>Trine Breen</i>	00:42:02	3	00:42:02		3
	<i>Oda Wennemo</i>	00:25:49	9	01:07:51		1
	<i>Silje E. Jahren</i>	00:40:15	3	01:48:06		2
3	<i>Lillomarka OL lag 1 (2)</i>				01:49:37	
	<i>Britt Ingunn Moian Nydal</i>	00:40:51	1	00:40:51		1
	<i>Siri Vilberg</i>	00:27:50	17	01:08:41		5
	<i>Kine Hallan Steiwer</i>	00:40:56	4	01:49:37		3
5	<i>Halden SK lag 1 (1)</i>				01:52:14	
	<i>Hanna Nordbrøden</i>	00:47:35	18	00:47:35		18
	<i>Fredrikke Nohr Moth</i>	00:25:23	7	01:12:58		18
	<i>Ida Marie Næss Bjørgul</i>	00:39:16	1	01:52:14		5

## Norges Cup

### H21

1	Lars Skjeseth	NTNUI	525
3	Marius Bjugan	Halden SK	382
12	Øyvind Helgerud	Halden SK	195
14	Bjørn Eriksen	Halden SK	189
17	Anders Nordberg	Halden SK	179
22	Sindre Saksæther	Halden SK	142
42	Øyvind Stokseth	Halden SK	79
52	Sami Hämiälistö	Halden SK	60
53	Sören Bobach	Halden SK	55
94	Lukas Bartak	Halden SK	13
104	Torben Wendler	Halden SK	10

### D21

1	Anne Margrethe Hausken	Halden SK	620
16	Karianne Hauge	Halden SK	128
21	Maria Hoffman	Halden SK	95
27	Heidi Achenhausen	Halden SK	82
36	Ingunn Fristad	Halden SK	51
48	Vendula Klechova	Halden SK	31
62	Eli Cathrine Hagen	Halden SK	16

### H19-20

1	Håkon Heggedal	Kongsberg	620
2	Ulf Forseth Indgaard	Frol IL	594
3	Tore Bjørseth Berdal	Wing OK	530
18	Philipp Müller	Halden SK	131
20	Hallvard Nordbrøden	Halden SK	107
44	Tor Andreas Andersen	Halden SK	27

### D19-20

1	Siri Ulvestad	Heming/Njård	880
2	Silje Ekroll Jahren	Raumar OL	680
3	Ida Marie Næss Bjørgul	Halden SK	547
12	Hanna Haugen Nordbrøden	Halden SK	203

### H17-18

1	Gaute W Hallan Steiwer	Lillomarka	635
2	Mathias Bjugan	Wing OK	600
3	Vegard Danielsen	Kristiansand	510
12	Christian Schive	Halden SK	188
38	Bård Hauan Andersen	Halden SK	55
41	Mats Nordbrøden	Halden SK	49
53	Martin Kristiansen	Halden SK	9

### D17-18

1	Linn Hokholt	Kolbotn & Skimt	688
---	--------------	-----------------	-----

2	Anette Baklid	Konnerud IL	555
3	Mari Jevne Arnesen	Hamar OK	448
6	Julie Hilland Andersen	Halden SK	364
7	Ane Sofie Næss Bjørgul	Halden SK	336
13	Fredrikke Nohr Moth	Halden SK	209

## Andre løp

### Blodslitet D21

1	Hausken, Anne Margrethe	Halden SK	2:04:17
2	Jurenikova, Eva	Domnarvets Golf	+ 00:07
3	Gunell, Yvonne	Fso	+ 03:15
5	Klechova, Vendula	Halden SK	+ 03:24
12	Fristad, Ingunn	Halden SK	+ 22:01
17	Stokseth, Heidi	Halden SK	+ 23:56

### Blodslitet H21

1	Østerbø, Øystein Kvaal	Wing OK	2:27:48
2	Nordberg, Anders	Halden SK	+ 00:01
3	Søes, Rasmus	OK Pan-Kristianstad	+ 00:06
15	Helgerud, Øyvind	Halden SK	+ 13:44
28	Eliasson, Fredrik	Halden SK	+ 36:51
35	Zhuravlev, Andrei	Halden SK	+ 46:18

### Blodslitet D17-20

1	Forsberg, Anna	OK Kolmården	1:38:16
2	Ulvestad, Siri	Heming/Njård OL	+ 00:13
3	Alexandersson, Tove	Stora Tuna OK	+ 00:28
10	Nordbrøden, Hanna Haugen	Halden	+ 13:00
13	Andersen, Julie Hilland	Halden SK	+ 16:15

### Blodslitet H17-20

1	Indgaard, Jo Forseth	Frol IL	1:51:58
2	Anderzon, Emil Karl Gustav	Årila If	+ 00:02
3	Indgaard, Ulf Forseth	Frol IL	+ 00:05
15	Westergård, Morten J	Halden SK	+ 11:30
26	Röhner, Max	Halden SK	+ 19:17
32	Schive, Christian F	Halden SK	+ 24:07
43	Nordbrøden, Mats	Halden SK	+ 29:29
49	Nordbrøden, Hallvard	Halden SK	+ 40:57

### Blodslitet D-Åpen

1	Riddervold, Birte	Bækkelagets SK	59:38
2	Ring, Johanna	Bækkelagets SK	+ 02:05
3	Zhuravleva, Tania	Halden SK	+ 02:11
4	Svendsby, Ellen Kathrine	Halden SK	+ 02:26

### Blodslitet H-Åpen

1	Dæhli, Magne	Loten OL	49:45
2	Wendler, Torben	Halden SK	+ 01:57
3	Johansson, Andreas	Halden SK	+ 02:16
15	Kristiansen, Martin	Halden SK	+ 07:05

## Tiomila Herrer (347)

Plac	Lagnr	Strtid	Strpl	Bana	Banpl	Måltid	Plac
1	Kristiansand OK 1						
	09:34:30						
	Andreas Höye	1:12:14	52	A	8	01:12:14	52
	Arild Nomeland	1:11:01	35	D	8	02:23:15	43
	Eirik Svensen	40:15	10	A	1	03:03:30	26
	Rasmus Djurhuus	1:33:24	9	A	9	04:36:54	19
	Ivar Haugen	38:10	3	D	2	05:15:04	5
	Jostein Andersen	55:49	2	A	2	06:10:53	2
	Baptiste Rollier	52:57	5	D	2	07:03:50	1
	Holger Hott	31:24	6	A	2	07:35:14	1
	Damien Renard	29:32	3	D	2	08:04:46	2
	Daniel Hubmann	1:29:44	29	A	3	09:34:30	1
2	Halden Skiklubb 1						
	09:34:33						
	Bjørn Eriksen	1:09:32	2	A	1	01:09:32	2
	Sindre Saksæhter	1:13:31	79	D	21	02:23:04	36
	Tore Sandvik	39:25	2	D	2	03:02:29	9
	Sami Hämälistö	1:34:05	22	A	22	04:36:35	11
	Øyvind Helgerud	40:59	15	A	4	05:17:34	10
	Erik Axelsson	56:43	3	C	1	06:14:17	6
	Anders Nordberg	51:29	2	B	1	07:05:47	2
	Marius Bjugan	29:46	2	C	1	07:35:33	3
	Mattias Karlsson	29:09	1	B	1	08:04:43	1
	Emil Wingstedt	1:29:50	31	A	5	09:34:33	2
3	Södertälje-Nykvarn 1						
	09:34:38						
	Björn Widen	1:11:40	34	D	8	01:11:40	34
	Jens Molin	1:09:35	23	A	9	02:21:16	12
	Anders Tiltnes	39:56	8	C	1	03:01:12	1
	Michal Horacheck	1:35:48	41	A	41	04:37:01	22
	Isak Bergman	37:42	1	B	1	05:14:44	1
	John Fredriksson	57:38	8	B	2	06:12:22	3
	Pål Skogtjärn	53:53	9	C	2	07:06:16	3
	Matthias Müller	29:14	1	A	1	07:35:31	2
	Anders Skarholt	29:17	2	D	1	08:04:49	3
	Michal Smola	1:29:49	30	A	4	09:34:38	3
4	Rajamäen Rykmentti 1						
	09:46:59						
5	Turun Metsänkävijät 1						
	09:47:20						
6	OK PAN-Kristianstad 1						
	09:47:35						
59	Halden Skiklubb 2						
	10:56:24						
	Lukas Bartak	1:11:33	27	A	5	01:11:33	27
	Hallvard Nordbrøden	1:21:14	148	D	48	02:32:47	96
	Mats Nordbrøden	46:45	102	D	29	03:19:32	102
	Søren Bobach	1:34:17	27	A	27	04:53:49	57
	Bård Hauan Andersen	45:03	51	A	10	05:38:52	53
	Magnus Hov	1:09:06	122	C	29	06:47:58	55
	Christian Schive	1:05:27	115	B	30	07:53:25	57
	Martin Kristiansen	39:29	95	A	27	08:32:54	63
	Jan Granstedt	36:22	57	D	16	09:09:16	60
	Torben Wendler	1:47:08	108	A	72	10:56:24	59
252	Halden Skiklubb 3						
	14:35:18						
	Jostein Tafjord	1:28:07	259	A	70	01:28:07	259

Petter Næss Bjørgul	1:34:01	247	D	64	03:02:08	250
Tom-Erik Sandberg	1:20:32	321	D	83	04:22:40	279
Steinar Holt	2:27:02	306	A	306	06:49:42	288
Knut Gustavsen	57:44	213	A	49	07:47:26	284
Eirik Nordbrøden	1:28:58	302	C	77	09:16:24	283
Bjørn Axel Gran	1:48:20	315	B	81	11:04:44	282
Sindre Lindhaugen	49:19	242	A	60	11:54:03	276
Gjermund Holm	1:00:12	297	D	73	12:54:15	270
Morten Roger Andersen	1:41:03	75	B	30	14:35:18	252Omstart
Halden Skiklubb 98						
Kjetil Bjørlo	1:17:00	104	C	26	01:17:00	104
Petter Thoresen	1:22:20	163	B	37	02:39:20	136
Pål Backstrøm	50:01	147	C	30	03:29:21	142
Joacim Carlsson	1:43:25	90	A	90	05:12:46	132
Sigurd Berger	44:54	46	B	13	05:57:40	95
Bernt Bjørnsgård	1:07:14	94	B	27	07:04:54	93
Tore Sandvik	1:03:09	100	C	22	08:08:03	94
Ricard Jones	45:50	193	C	49	08:53:53	107
Torgeir Snilsberg	48:23	220	B	53	09:42:16	109
til minne om Tormod Berg	Ej start		A	Ej start		

### Tiomila Damer (367)

Plac	Lagnr	Lag/Løpare	Strtid	Strpl	Bana	Banpl	Måltid	Plac
1	Stora Tuna OK 1							03:25:16
	Lena Gillgren	44:05 64	A	25	00:44:05	64		
	Anna Mårsell	42:39 42	B	9	01:26:45	44		
	Juliette Soulard	34:32 17	A	17	02:01:18	31		
	Emma Engstrand	36:46 1	C	1	02:38:05	12		
	Lena Eliasson	47:11 18	A	2	03:25:16	1		
2	Södertälje-Nykvarn 1							
	03:25:30							
	Maria Klein	41:46 13	C	5	00:41:46	13		
	Katarina Borg	40:07 7	B	1	01:21:54	5		
	Joanne Stevenson	33:58 12	A	12	01:55:53	4		
	Lea Müller	39:01 9	A	4	02:34:55	3		
	Ines Brodman	50:35 27	A	10	03:25:30	2		
3	Bækkelaget SK 1							03:25:32
	Marte Balchen	41:59 18	C	9	00:41:59	18		
	Anne Marie Bleken	40:24 8	A	4	01:22:24	6		
	Elin Bjerva	33:25 6	A	6	01:55:49	3		
	Hanne Staff	41:50 26	B	6	02:37:40	9		
	Guro Flatekval	47:52 20	A	4	03:25:32	3		
4	Soik Hellas 1							
	03:25:42							
5	IFK Lidingö SOK 1							
	03:25:47							
6	Domnarvets GoIF 1							
	03:25:52							
15	Halden Skiklubb 1							
	03:32:42							
	Ingunn Fristad	48:35 150	B	43	00:48:35	150		
	Maria Hoffmann	42:34 39	A	12	01:31:10	79		
	Celine Dodin	33:17 3	A	3	02:04:28	46		
	Ida Marie Næss Bjørgul	40:36 16	C	7	02:45:05	35		
	Anne Margrethe Hausken	47:37 19	A	3	03:32:42	15		
68	Halden Skiklubb 2							
	03:53:15							
	Julie Andersen	47:48 130	A	50	00:47:48	130		
	Karianne Hauge	43:13 48	C	23	01:31:01	78		
	Fredrikke Nohr Moth	35:39 45	A	45	02:06:40	66		

Ane Sofie Næss Bjørgul	51:06	116	B	37	02:57:46	82
Vendula Klechova	55:29	72	A	47	03:53:15	68
77 Halden Skiklubb 3						
03:58:06						
Heidi Ackenhausen	45:40	89	C	36	00:45:40	89
Heather Monro	49:25	151	B	47	01:35:05	121
Hanna Nordbrøden	37:16	77	A	77	02:12:21	104
Runa Lien Backstrøm	45:02	49	A	22	02:57:23	79
Elin Katrine Hagen	1:00:43	139	A	113	03:58:06	77
Halden Skiklubb 4	Ej godkänd					
Hanne Raadal	52:10	222	A	77	00:52:10	222
Anja Mattick	Ej godkänd		B		Ej godkänd	
Irene Felde Olausen	45:26	197	A	197	Ej godkänd	
Frauke Smidt Gran	57:41	208	C	71	Ej godkänd	
Anne Haugen	1:12:43	280	A	254	Ej godkänd	

## Jukola

1	<u>7</u>	<b>Delta</b>		<b>FIN</b>	<b>8:18:04</b>	
		1 Panu Piiparinen			1:22:49	52.
		2 Janne Heikka	1:22:20	1.	2:45:09	2.
		3 Leonid Novikov	1:31:47	13.	4:16:57	1.
		4 Petri Noponen	53:05	29.	5:10:02	4.
		5 Oskari Liukkonen	48:31	16.	5:58:33	5.
		6 Olle Kärner	59:40	5.	6:58:14	4.
		7 Valentin Novikov	1:19:50	1.	8:18:04	1.
2	<u>11</u>	<b>OK Linne</b>		<b>SWE</b>	<b>8:19:36</b>	
		1 Ulf Troeng			1:19:15	32.
		2 Jörgen Ohlin	1:26:16	11.	2:45:31	9.
		3 Tomas Stenström	1:31:57	14.	4:17:29	3.
		4 Johan Höj	50:34	11.	5:08:03	2.
		5 Mats Troeng	47:08	6.	5:55:11	1.
		6 Jan Troeng	1:01:47	13.	6:56:59	2.
		7 Mattias Millinger	1:22:37	6.	8:19:36	2.
3	<u>3</u>	<b>Vehkalahden Veikot</b>		<b>FIN</b>	<b>8:19:43</b>	
		1 Marc Lauenstein			1:21:02	34.
		2 Tuomas Mattila	1:28:43	31.	2:49:46	22.
		3 Janne Weckman	1:29:05	3.	4:18:52	7.
		4 Marko Närvä	50:43	12.	5:09:35	3.
		5 Jonne Lehto	47:31	8.	5:57:07	3.
		6 Simo-Pekka Fincke	1:01:12	10.	6:58:19	5.
		7 Tero Föhr	1:21:24	3.	8:19:43	3.
4	<u>40</u>	<b>Lynx</b>		<b>FIN</b>	<b>8:20:08</b>	
5	<u>2</u>	<b>Halden SK</b>		<b>NOR</b>	<b>8:20:47</b>	
		1 Björn Eriksen			1:21:49	38.
		2 Öyvind Helgerud	1:26:53	16.	2:48:42	20.
		3 Erik Axelsson	1:29:27	6.	4:18:10	4.
		4 Tore Sandvik	54:47	60.	5:12:58	8.
		5 Marius Bjugan	45:33	1.	5:58:31	4.
		6 Mattias Karlsson	58:29	1.	6:57:00	3.
		7 Anders Nordberg	1:23:46	9.	8:20:47	5.
6	<u>1</u>	<b>Kalevan Rasti</b>		<b>FIN</b>	<b>8:21:55</b>	
82	<u>35</u>	<b>Halden SK 2</b>		<b>NOR</b>	<b>9:36:26</b>	
		1 Sören Bobach			1:18:24	7.
		2 Sindre Saksäther	1:26:57	17.	2:45:22	5.
		3 Sami Hämälistö	1:34:48	35.	4:20:10	9.
		4 Fredrik Eliasson	58:41	113.	5:18:51	22.
		5 Philipp Muller	1:11:22	298.	6:30:14	58.
		6 Torben Wendler	1:10:30	68.	7:40:44	60.
		7 Hallvard Nordbröden	1:55:41	283.	9:36:26	82

## Venla

<b>1</b>	<b>30</b>	<b>Domnarvets GOLF</b>			<b>SWE</b>	<b>3:17:48</b>	
		1 Emma Johansson				52:57	11.
		2 Karolina A. Højsgaard	49:25	3.		1:42:22	2.
		3 Eva Jurenikova	39:52	5.		2:22:15	1.
		4 Dana Brozkova	55:33	8.		3:17:48	1.
<b>2</b>	<b>29</b>	<b>Nydalens SK</b>			<b>NOR</b>	<b>3:22:27</b>	
		1 Ellen Moen				54:18	23.
		2 Lene Moe	54:01	20.		1:48:19	8.
		3 Elisabeth Ingvaldsen	42:19	26.		2:30:39	9.
		4 Marianne Andersen	51:48	3.		3:22:27	2.
<b>3</b>	<b>12</b>	<b>IFK Lidingö SOK</b>			<b>SWE</b>	<b>3:23:19</b>	
		1 Ingunn Weltzien				52:30	7.
		2 Annika Billstam	49:42	4.		1:42:12	1.
		3 Emma Dahlstedt	41:55	21.		2:24:07	2.
		4 Signe Soes	59:12	20.		3:23:19	3.
<b>4</b>	<b>60</b>	<b>Fredrikstad SK</b>			<b>NOR</b>	<b>3:23:30</b>	
<b>5</b>	<b>7</b>	<b>OK Linne</b>			<b>SWE</b>	<b>3:23:55</b>	
<b>6</b>	<b>42</b>	<b>Rastikarhut</b>			<b>FIN</b>	<b>3:24:16</b>	
<b>8</b>	<b>19</b>	<b>Halden SK</b>			<b>NOR</b>	<b>3:25:28</b>	
		1 Celine Dodin				52:24	5.
		2 Maria Hoffman	53:56	19.		1:46:20	7.
		3 Ida Marie Näss Björgul	43:45	39.		2:30:05	7.
		4 Anne Margrethe Hausken	55:22	7.		3:25:28	8.
<b>67</b>	<b>52</b>	<b>Halden SK 2</b>			<b>NOR</b>	<b>3:59:32</b>	
		1 Karianne Hauge				1:13:33	344.
		2 Ingunn Fristad	56:34	42.		2:10:07	140.
		3 Elin Cathrine Hagen	49:52	125.		2:59:59	134.
		4 Vendula Klechova	59:32	21.		3:59:32	67

## 25 – Manna ( 354 startende lag )

1.	Halden Skiklubb 1. lag	5.05.37
2.	Stora Tuna OK 1. lag	5.10.27
3.	Kalevan Rasti 1. lag	5.10.46
4.	Tampereen Pyrintö 1. lag	5.12.26
5.	IFK Lidingö 1. lag	5.12.46
6.	OK Tisaren 1. lag	5.13.40
70.	Halden Skiklubb 2. lag	6.09.17

### På Halden Skiklubbs 1. lag løp:

1. etappe:	5.	Lukas Bartak (H21)	35.15
2. etappe:	2.	Mattias Karlsson (H21)	34.12
3. etappe:	15.	Vendula Klechova (D21)	24.56
	36.	Kajsa Nilsson (D21)	25.35
	50.	Maria Hoffman (D21)	25.52
	52.	Ingunn Fristad (D21)	25.53
4. etappe:	42.	Ragnhild Bente Andersen (D40)	14.23
	192.	Hans Huseby (H55)	15.53
	222.	Gry Granstedt (D14)	16.07
	234.	Fredrikke Nohr Moth (D18)	16.12
5. etappe:	10.	Erik Axelsson (H21)	30.43
	52.	Sindre Saksæther (H21)	32.31
	97.	Øyvind Helgerud (H21)	33.20



	420.	Mats Nordbrøden (H18)	38.33
6. etappe:	23.	Kjetil Bjørlo (H40)	25.51
	84.	Helmer Westlund (H45)	27.45
	124.	Jan Granstedt (H45)	28.44
	183.	Arnt Edvin Andersen (H50)	30.15
7. etappe:	2.	Anders Nordberg (H21)	24.20
	7.	Bjørn Eriksen (H21)	25.13
	14.	Søren Bobach (H20)	25.45
	100.	Tore Sandvik (H35)	28.53
23. etappe:	26.	Morten Dalby (H50)	20.28
24. etappe:	1.	Anne Margrethe Hausken (D21)	25.18
25. etappe:	9.	Emil Wingstedt (H21)	42.06

#### På Halden Skiklubb 2. lag løp:

1. Etappe:	41.	Torben Wendler (H21)	37.20
2. etappe:	34.	Magne Dæhli (H21)	35.36
3. etappe:	320.	Heidi Stokseth (D21)	29.30
	463.	Majken Norsted Kildebo (D16)	31.22
	477.	Anja Mattick (D21)	31.30
	701.	Irene Felde Olaussen (D35)	34.10
4. etappe:	266.	Ingeborg Gustavsen (D14)	16.25
	392.	Gina Granstedt (D12)	17.16
	631.	Peter Nordbrøden (H12)	18.43
	928.	Martine Andersen (D16)	20.37
5. etappe:	20.	Andreas Johansson (H21)	31.16
	533.	Martin Kristiansen (H18)	39.50
	590.	Jens Petter Andersen (H21)	40.25
	747.	Magnus Hov (H21)	43.00
6. etappe:	243.	Morten Kildebo (H45)	31.12
	530.	Tor Ragnar Andersen (H50)	35.54
	540.	Gjermund Holm (H16)	36.09
	564.	Jørn Nordbrøden (H50)	36.34
7. etappe:	421.	Sindre Lindhaugen (H16)	34.48
	487.	Max Røhnert (H20)	35.54
	591.	Jens Erik Mjølnerød (H45)	37.28
	710.	Eirik Nordbrøden (H50)	38.59
23. etappe:	88.	Anders Felde Olaussen (H14)	23.08
24. etappe:	87.	Karianne Hauge (D21)	32.43
25. etappe:	162.	Kenneth Buch (H21)	57.25

### 15- Stafetten ( 48 startende lag )

1. Nydalens SK 1. lag	3.11.53
2. Halden Skiklubb 1. lag	3.12.36
3. Raumar O-lag 1. lag	3.18.40
4. IL Tyrving 1. lag	3.19.06
5. Lillomarka O-lag 1.lag	3.20.34
6. Nydalens SK 2. lag	3.25.37
Halden Skiklubb 2. lag	DISK

#### 1. LAG

##### 1. etappe

21. Petter Næss Bjørgul	20.42
23. Fredrikke Nohr Moth	21.06
25. Heidi Achenhausen	21.09

##### 2. etappe

4. Øyvind Helgerud	38.59
5. Sindre Saksæther	39.00
16. Øyvind Stokseth	40.15

##### 3. etappe

21. Ragnhild Bente Andersen	18.14
34. Maiken Norsted Kildebo	19.02

#### 2. LAG

30. Sindre Lindhaugen	21.25
51. Malena Asheim Birkeland	23.12
53. Jørn Nordbrøden	23.18

11. Jim Olaussen	39.36
68. Martin Kristiansen	45.58
75. Mats Nordbrøden	46.15

37. Anders Felde Olaussen	19.14
63. Martine Andersen	20.58

49.	Gry Granstedt	20.16
<b>4. etappe</b>		
4.	Christian Schive	28.13
5.	Hallvard Nordbrøden	28.24
21.	Bård Hauan Andersen	31.14
<b>13. etappe</b>		
1.	Kjetil Bjørlo	24.45
<b>14. etappe</b>		
5.	Hans Huseby	20.08
<b>15. etappe</b>		
1.	Sami Hämälistö	37.18

110.	Sander Kirkebøen	25.36
49.	Morten Kildebo	34.16
62.	Jens Erik Mjølnerød	35.59
115.	Olav Kristian Birkeland	42.20
8.	Jan Granstedt	30.20
22.	Gjermund Holm	29.15
13.	Fredrik Eliasson	43.28

## KM (bredde):

### KM Stafett

D120 Lene Puck, Irene Felde Olausen, Anne Julsrud Haugen

### KM Langdistanse

H35 Pål Backstrøm  
D35 Runa Lien Backstrøm

### KM Nat

D45 Anne Julsrud Haugen

## Andre Resultater bredde:

### O-FESTIVALEN

H135 7. Jan Granstedt, Morten Kildebo, Eirik Nordbrøden

### Mellomdistanse:

D35 3. Runa Lien Backstrøm  
D35 4. Hanne Lerche Raadal  
H35 8. Pål Backstrøm  
H40 2. Kjetil Bjørlo

### Langdistanse:

D35AL 4. Runa Lien Backstrøm  
D55 6. Eva Irene Moe  
H40AL 2. Kjetil Bjørlo  
H50AL 4. Arnt Edvin Andersen  
H60 3. Thor Palmgren

### BLODSLITET

D35 4. Runa Lien Backstrøm  
D55 5. Eva Irene Moe  
H35 1. Øyvind Stokseth  
H35 10. Jim Olausen  
H45 6. Arnt Edvin Andersen  
H55 4. Hans Huseby

### O-RINGEN 5-DAGARS

H35 28. Øyvind Stokseth  
H40-1 11. Kjetil Bjørlo  
H45-1 10. Jan Granstedt

### KLUBB KM STAFETT (29 startende lag )

<b>1. Halden SK 5. lag</b>	<b>1.35.07</b>
Runa Lien Backstrøm	5. 14.45
Pål Backstrøm	9. 26.19
Marius Bjugan	1. 30.57
Ingunn Fristad	5. 23.06
<b>2. Trøsken IL 1. lag</b>	<b>1.35.12</b>
<b>3. Halden SK 8. lag</b>	<b>1.36.10</b>
Anne Haugen	25. 17.51
Kjetil Bjørlo	1. 22.45
Philip Müller	4. 32.54
Karianne Hauge	3. 22.40
<b>4. Halden SK 1. lag</b>	<b>1.36.14</b>
Maiken Norsted Kildebo	11. 14.58
Arnt Edvin Andersen	5. 24.54
Emil Wingsted	3. 32.12
Tor Ragnar Andersen	8. 24.10
<b>6. Halden SK 4. lag</b>	<b>1.46.24</b>
Anders Felde Olausen	3. 14.43
Ida Marie Næss Bjørgul	8. 26.18
Mats Nordbrøden	18. 45.50
Morten Dalby	1. 19.33
<b>7. Halden SK 6. lag</b>	<b>1.46.50</b>
Irene Felde Olausen	14. 15.32
Jon Steinar Mjølnerød	17. 28.45
Jens Petter Andersen	11. 41.00
Hans Huseby	2. 21.33
<b>9. Halden SK 3. lag</b>	<b>1.47.23</b>
Malena Birkeland	1. 14.30
Morten Kildebo	13. 26.45
Fredrik Eliasson	10. 40.36
Eirik Nordbrøden	14. 25.32
<b>13. Halden SK 9. lag</b>	<b>1.54.57</b>
Ellen Kathrine Svendsby	3. 14.43
Jan Granstedt	6. 25.01
Kenneth Buch	20. 46.04
Claus Norsted	20. 29.09
<b>15. Halden SK 7. lag</b>	<b>1.55.13</b>
Hanne Lerche Raadal	10. 14.56
Johannes Kvalsvik Antonsen	20. 29.43
Max Røhnert	17. 45.43
Anja Mattick	12. 24.55
<b>19. Halden SK 2. lag</b>	<b>2.00.09</b>
Gry Granstedt	15. 15.43
Sindre Lindhaugen	16. 28.44
Steinar Holt	25. 51.07
Jørn Nordbrøden	10. 24.3

## Pre-O

### Nordisk Mesterskap

1	Jari Turto	Finland	1	21	31	1	16	113	23	37	144
2	Eva Fredholm	Sverige	3	20	114	4	17	116	15	37	230
3	Nils Wahlberg	Sverige	4	17	80	20	19	24	1	36	104
10	Martin Jullum	Norge	1	18	175	19	17	61	35	236	

### NORGES CUP

			12. 4	13. 4	19. 4	2.5	3.5	4.5	23. 5	8.6	14. 6	21. 6	22. 6	6.9	20. 9	27. 9	28. 9	SUM
1	Kjetil Waaler	Porsgrunn O-lag	12	10		12	10	7	8	12		12	3	12		4	6	95
2	Lars Jakob Waaler	Porsgrunn O-lag	10	12	12	10	4	8	2	6	8	10	5	10		12	10	94
3	Arne Ask	Lierbygda O-lag	8	3	1	5	8	10	5	8	4	5	12		8	2	8	72
4	Ole-Johan Waaler	Porsgrunn O-lag	4	6		8	1	12	12	10	3		4	7	7	6	3	72
5	Knut Ovesen	Elverum OK	7	5	7	6	6	4		7	7			6	12			63
6	Martin Jullum	Halden SK										8	10	1	10	10	12	51

## UNGDOMSGRUPPA (UFO) - ÅRSBERETNING 2008

Ungdomsaktiviteten i Halden Skiklubb har også i 2008 vært preget av stor aktivitet og mange fine sportslige framganger. Vil spesielt nevne at vi har aktivisert mellom 60 og 70 barn og ungdom i sesongen 2008.

### Sportslig

I Norwegian Spring i Halden fikk vi 15 og 25 plass i jentestafetten. Guttene ble nr 16 og 28. Individuelt ble Gina Granstedt nr. 1 i D11-12.

Maiken N. Kildebo nr 3 i D15, Gry Granstedt nr. 3 i D13-14 og Petter Bjørgul nr. 3 i H16 i Solrenningen.

Et av vårsesongens store mål var Tio-mila, og vi stilte med 3 lag i ungdomsklassen. Beste lag fra HSK ble 1 laget med 36 plass.

I 15 stafetten den 13 mai ble Halden Skiklubb nr 2. På laget deltok Petter Bjørgul, Maiken N. Kildebo og Gry Granstedt.

Interkretskampen for alder 13-16 år gikk 2008 Trollhättan i Sverige fra 31. mai til 1. juni. Fra HSK deltok 8 ungdommer.

I stafetten var Gry Granstedt og Petter med på Østfolds 1. lag som ble nr 2.

O-Festivalen ble arrangert på Siggerud den 20.- 21. juni.. Jentelaget ble disket i stafetten og guttene ble nr 15 i sin klasse. Maiken N. Kildebo fikk plass nr. 2 i D15 og Gry Granstedt nr. 3 i D14.

I 5 dagers i Sälen deltok 19 ungdommer. Det ble gode plasseringer på løpene, og vil nevne Gry E. Granstedt med en 1. plass i D14. Peter N. Bjørgul med en 2 plass i H16. Gina Granstedt med en 6. plass i D11.

Årets hovedmål var for 14-16 åringene var Hovedløpet i som gikk i Sandefjord, med Sandefjord orienteringsklubb som arrangør. Vi hadde med 8 deltagere. HSK fikk en medalje ved Petter Næss Bjørgul, bronse i H 16 Sprint, nr. 9 på langdistanse. Andre bra resultater var Gry Granstedt med en 6 plass (D14) Sprint, 4 plass på langdistanse, Malena A. Birkeland nr 7 (D16)Sprint. Maiken Norsted Kildebo nr. 8 (D15) langdistanse.

I kretsstafetten ble Østfolds 1. lag nr. 3 i gutteklassen med 1 HSKer på laget.- Petter N. Bjørgul

Vi deltok ikke i Ungdommens Jukola i Finland i år.

I KM lang fikk vi følgende blant de 3 beste, Gina Granstedt nr. 2 (D11-12), Gry Granstedt (D13-14), Peter Nordbrøden (H11-12), Peter N. Kildebo nr. 3 (H11-12).

I KM stafett ble det 2 og 5 plass i jenteklassen. Nr 2 HSK 1 lag (Gry Granstedt, Malena Asheim Birkeland og Maiken Norsted Kildebo), nr 5 HSK 2 lag (Ingeborg Gustavsen. Marte Puck og Martine Andersen). I gutteklassen ble det 2 plass. Laget besto av (Sindre Lindhaugen, Anders Felde Olaussen og Johannes Kvalsvik Antonsen).

I KM mellomdistanse fikk vi følgende bland de 3 beste, Gina Granstedt nr. 2 (D11-12), Gry Granstedt nr. 1 (D13-14), Håkon R. Bjørlo nr. 2 (H11-12).

I KM natt ble det gull til Malena A. Birkeland og sølv til Maiken N. Kildebo i D15-16.

Ungdomsserien som består av 5 løp ble også dette året vunnet av Halden Skiklubb. Hele 55 ungdommer opp til 16 år har deltatt på minst ett løp. I år var det en flott lagpremie, som var et opphold på Superland og badeland i Sarpsborg.

I 25-manna 12. oktober ble Halden Skiklubb nr 1. På laget deltok Gry Granstedt.

Smålandskavlen gikk 25-26 oktober. Vi deltok med 1 jentelag som ble nr. 5. På laget løp Maiken N. Kildebo, Malena A. Birkeland og Gry Granstedt, sammen med Sigrid Ottestad Hansen fra Gimle.

For 2008 deles ut tre priser til ungdomsløpere som har framhevet seg:

Fremgangsprisen	Malena Aasheim Birkeland
Petters pris	Gry Granstedt
Arnestatuetten	Gina Granstedt

Skaukarenes krus deles ut til kretsens 11-14 åringer og har Petter N. Kildebo gått av med seieren etter meget *close race* med Peter Nordbrøden.

For 4.de gang ble det arrangert O-galla for HSK 22. november med ca 100 deltagere, aldersgrense 13 år. Foruten Petters pris og framgangsprisen valgte vi å ikke dele ut flere priser, men å presentere alle UFO'ene.

## Aktiviteter

Det har også i år vært flere turer og arrangementer. Den tradisjonelle skituren i februar ble i år lagt til Budor i Hedmark, og 70 deltagere var godt fornøyde. Det ble mye langrennstrening, og på søndagen skistafett. Hovedansvarlig for turen også i år var Beate Norsted Kildebo. Ungdomsrådet arrangerte konkurranser på lørdag kveld.

Løperne med foreldre deltok på trening, Pizzakos og informasjon om sesongen på Berg Skole lørdag 1. mars. Ungdommer fra kretsen var også invitert til å delta i skogen denne dagen.

Vi har hatt ansvar 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.

På 3 torsdagstreninger har de eldste ungdomsløperne hatt trening med samme eliteløper.

1.mai ble Høiåsdagen arrangert med bra deltagelse, også i år bra vær. Hovedansvarlig var Bård Laukvik.

Nybegynnerkurs med 5 deltagere ble arrangert våren 2008 over 2 torsdager med Anne Julsrud Haugen som ansvarlig.

Gildesprinten ble arrangert i festningen tirsdag 5.juni med ca 500 deltagere i 4. til 7. klasse. Ansvarlig for arrangementet var Jørn Nordbrøden.

Treningsleir til hovedløpet ble arrangert i Sandefjord. 6-8 juni. Ledere for turen var Øyvind Helgerud og Phillip Müller.

UFO challenge ble i år ikke arrangert, da kretsen hadde en O-troll leir på Venåshytta.

21. juni var det sommeravslutning med o-løp og grilling på Høiås.

31. oktober brukte vi vår premie for sammenlagtseieren i Sport 8, ungdomsserien med ca. 35 deltagere. Vi reiset til Sarpsborg, og var i Superland og badeland. UFO spanderte både pizza og drikke.

En mørk fredagskveld i november samlet ca. 25 barn, ungdom og foreldre seg i Rokke på veien mot Glimmergruvene for å delta på "Skrekk-o-gru". Ca. 7 eldre ungdommer var med på å lage det ekstra spennende for de små.

18 november ble det arrangert langtur fra Skolleborg til Høiås i sammen med eliten.

Juleavslutningen 7. desember samlet ca. 40 ungdommer. Gry Granstedt fortalte om sine løp i Hovedløpet. Vi hadde spørrekonkurranse. Ungdommer som hadde flere enn 10 tirsdagstreningsløp fikk premie, en flott boks med eget navn og bilde av Høiåshytta på. NOFs merker ble delt ut til følgende:

- Bronse:
  - Håkon Raadal Bjørlo, Gina Granstedt, Synnøve Gustavsen, Margrethe Hellerud, Petter N. Kildebo, Anne Maren Moth, Peter Norbrøden, Tobias Thowsen, Maria Kildebo.
- Sølv:
  - Nina A. Birkeland, Johanne Gustavsen, Karoline Jarlby, Ingvild Torersen, Magnus H. Solstrand.
- Gull:
  - Anders Felde Olaussen og Ingeborg Gustavsen.

Nissejogg var avslutningen på en lang sesong, god hjelp av Ellen og Fritz Køhn ved bålet.

## **Trener/Styre**

O-teknisk trening er hver torsdag på Høiås med ferdig trykte kart og ny teknisk trening hver uke. Gruppeansvarlige har vært Irene Felde Olaussen og Geir Torgersen (f 1997-98), Hege Næss Bjørgul og Jørn Nordbrøden, (f. 1996-97), Jan Granstedt og Morten Roger Andersen (f 1993-94-05), Morten Kildebo (f 1991-92). Hovedtrener har vært Arnt Edvin Andersen fram til november, da Jan Granstedt overtok.

Fra høstferie til påske har vi hatt tilbud om løpeteknikk og innetrening på Remmen for de eldste. Trenere har vært Halvard Nordbrøden og Bård Hauan Andersen. På Låby skole har det vært innetrening for de yngste, ansvarlig for gjennomføring har vært Stine Marie Norsted Kildebo. Høsten 2008 fortsatte Stine Marie med de yngste på Låby. Ingunn og Gøril Fristad har trent de fra 13-16 inne på Remmen.

UK og stafettansvarlige har vært Morten Kildebo, Arnt Edvin Andersen, Jørn Nordbrøden og Eirik Nordbrøden.

Sindre Lindhaugen har vært ungdomsrepresentant i ungdomsutvalget

Ungdomsgruppen har i 2008 bestått av Ann Heidi Lindhagen, Jan Granstedt, Hege Næss Bjørgul (fram til August), Morten Kildebo, Bård Laukvik, Sindre Lindhaugen, Irene Felde Olaussen, Jørn Nordbrøden og Anja Mattick.

### **Dugnad/Økonomi**

Vi har hatt en god økonomistyring og prosjektoppfølgning med Irene Felde Olaussen som ansvarlig. Det har også vært en god dugnadsinnsats i gruppa. Mange har deltatt i arrangementet som Høiåsdagen, arrangert løp på den gamle Veistasjon på Svinesund og Grenserittet. Ungdommen har solgt lodd i skilotteriet, hatt hyttevakt i sommerhalvåret.

Vi fikk 3.000 kr i støtte til UFO challenge fra Gildefondet.

Halden, 18. januar 2009

**Ann Heidi Lindhaugen, leder UFO-gruppa**

## INDIVIDUELLE RESULTATER:

### JK 2008, England

#### Dag nr. 1

##### H16

05 Petter Bjørgul  
19 Sindre Lindhaugen  
37 Johanne K. Antonsen  
45 Trond Sveen  
46 Gjermund Holm  
49 Njord Øystrøm

##### D12

10 Gina Granstedt

##### D14

04 Gry Granstedt

##### D16

12 Martine Andersen  
28 Frøya H. Andersen  
36 Ingvild K. Bjørlo

### JK 2008, England

#### Dag nr. 2

##### H16

05 Petter Bjørgul  
24 Sindre Lindhaugen  
59 Gjermund Holm  
70 Ole K. Laukvik.

##### D12

05 Gina Granstedt

##### D14

03 Gry Granstedt

##### D16

34 Martine Andersen

### JK 2008, England

#### Dag nr. 3

##### H16

12 Petter Bjørgul  
49 Gjermund Holm

##### D12

03 Gina Granstedt

##### D14

03 Gry Granstedt

##### D16

33 Martine Andersen

### NATTSVERMEREN 04.04.08

#### 4 km

14 Maiken N. Kildebo

#### 6 km

12 Petter N. Bjørgul

### BLÅVEISSPRINTEN 05.04.08

#### D11-12

02 Gina Granstedt  
04 Nina A. Birkeland  
08 Emma J. Bunæs  
09 Johanne Gustavsen  
10 Ingvild Torgersen  
11 Anne Maren Nohr Moth  
12 Synnøve Gustavsen  
13 Elise Kirkebøen Finsrud  
15 Caroline Jarlsby

#### D13-14

02 Gry granstedt  
07 Ingeborg Gustavsen

#### D15-16

03 Maiken N. Kildebo

#### H11-12

07 Petter N. Kildebo  
08 Håkon Raadal Bjørlo

#### H13-14

04 Espen Bjørk  
06 Sander K. Finsrud  
10 Espen Bjørk

#### H15-16

01 Petter N. Bjørgul  
10 Gjermund Holm  
12 Trond Sveen  
14 Jon –Reidar Hauglund

Vårsprekken	Solrenningen
12.04.2008	13.04.2008

#### D11-12

Gina Granstedt	1	10
Astrid Næss Bjørgul	10	7
Nina A. Birkeland	14	2
Emma J. Bunæs	17	25
Ingvild Torgersen	25	
Synnøve Gustavesen		6
Johanne Gustavsen		23

#### D11-12N

Karianne Jokstad	11
------------------	----

#### D13-14

Gry Granstede	3
Ingeborg Gustavesen	13

#### D15

Maiken N. Kildebo	3
Frøya H. Andersen	5
Malena A. Birkeland	7

#### D16

Martine Andersen	39
------------------	----



<b>H10</b>		
Olav Schmitt Gran	7	4
<b>H11-12</b>		
Håkon Raadal Bjørlo	17	
Petter N. Kildebo	18	17
Peter Nordbrøden		5
<b>H11-12N</b>		
Magnus H. Solstrand	7	10
<b>H13-16C</b>		
Jon-Reidar Hauglund	8	
<b>H13-14</b>		
Espen Bjørk		14
<b>H15-16</b>		
Trond Sveen	8	
<b>H16</b>		
Petter Bjørgul		3
Sindre Lindhaugen		38
Gjermund Holm		41

#### Unionsmatchen, Trollhättan 31. mai – 1. juni

<b>D14</b>		
8	Gry Granstedt	8
<b>D16</b>		
15	Frøya H. Andersen	15
<b>H14</b>		
18	Anders F. Olaussen	

#### SMAALENENELØPET 20.04.2008

<b>D11-12</b>		
02	Gina Granstedt	
04	Nina A. Birkeland	
16	Karoline Jarlsby	
21	Emma J. Bunæs	
<b>D13-14</b>		
19	Gry Granstedt	
<b>D15-16</b>		
19	Maiken N. Kildebo	
20	Malena A. Birkeland	
<b>H11-12</b>		
14	Petter N. Kildebo	
12	Peter Nordbrøden	
<b>H13-14</b>		
40	Anders F. Olaussen	
41	Espen Bjørk	
<b>H15-16</b>		
07	Petter N. Bjørgul	
52	Sindre Lindhaugen	
56	Gjermund Holm	

#### LØRDAGSKJAPPEN 19.04.08

<b>D11-12</b>		
05	Gina Granstedt	
11	Astrid N. Bjørgul	
15	Emma J. Bunæs	
16	Ingvild Torgersen	

18	Nina Aasheim Birkeland	
<b>D13-14</b>		
01	Gry Granstedt	
<b>D15-16</b>		
21	Malena Aasheim Birkeland	
23	Maiken N. Kildebo	
25	Frøya H. Andersen	
<b>H11-12</b>		
19	Håkon Raadal Bjørlo	
25	Peter Nordbrøden	
<b>H13-14</b>		
69	Anders F. Olaussen	
<b>H15-16</b>		
21	Petter N. Bjørgul	
54	Sindre Lindhaugen	
69	Gjermund Holm	

#### PINSELØPENE

##### Elgsprinten 10.05.08

<b>D11-12</b>		
18	Astrid N. Bjørgul	
<b>D15-16</b>		
09	Maiken N. Kildebo	
10	Frøya H. Andersen	
<b>H15-16</b>		
17	Petter N. Bjørgul	

#### ELGDILTEN 11,05.08

<b>D11-12</b>		
20	Astrid N. Bjørgul	
<b>D15-16</b>		
04	Maiken N. Kildebo	
13	Frøya H. Andersen	
<b>H15-16</b>		
25	Petter N. Bjørgul	

#### LØVSPRETTEN 12,05.08

<b>D11-12</b>		
12	Astrid N. Bjørgul	
<b>D15-16</b>		
30	Maiken N. Kildebo	
<b>H15-16</b>		
29	Petter N. Bjørgul	

#### ØSTFOLDSPRINTEN 1.LØP, SOL

<b>D16</b>		
07	Gry Granstedt	
07	Malena A. Birkeland	
09	Gina Granstedt	
11	Emma J. Bunæs	
<b>H16.</b>		
02	Johannes K. Antonsen	
03	Sindre Lindhaugen	
10	Espen Bjørk	
12	Gjermund Holm	

13	Anders F. Olaussen
14	Trond Sveen
16	Christhoper Gundersen
17	Petter Bjørgul

### ØSTFOLDSPRINTEN 3.LØP, HSK

#### D16

03	Frøya H. Andersen
04	Gry Granstedt
07	Maiken N. Kildebo
10	Malena A. Birkeland
12	Gina Granstedt
13	Emma J. Bunæs
15	Nina A. Birkeland

#### H16.

01	Petter Bjørgul
03	Johannes K. Antonsen
05	Sindre Lindhaugen
06	Anders F. Olaussen
10	Espen Bjørk
11	Gjermund Holm
15	Trond Sveen
16	Petter N. Kildebo
17	Peter Nordbrøden
18	Håkon R. Bjørlo

### ØSTFOLDSPRINTEN 4.LØP, OK MOSS

#### D16

04	Gry Granstedt
09	Maiken N. Kildebo
10	Malena A. Birkeland
11	Frøya H. Andersen
12	Gina Granstedt
17	Emma J. Bunæs
19	Nina A. Birkeland

#### H16.

04	Petter Bjørgul
07	Anders F. Olaussen
09	Gjermund Holm
12	Håkon R. Bjørlo
13	Johannes K. Antonsen
14	Sindre Lindhaugen
16	Espen Bjørk
17	Trond Sveen

### O-FESTIVALEN, SIGGERUD

20.06.2008      21.06.2008

#### D11-12

Nina A. Birkeland	15	31
Gina Granstedt	21	11
Ingvild Torgersen	22	
Astrid N. Bjørgul	36	32
Anne Maren N. Moth	50	28
Karoline Jarlsby		53

#### D14

Gry Granstedt	5	3
Maiken N. Kildebo	2	19
Frøya H. Andersen	6	
Malena A. Birkeland	16	5

#### H11-12

Petter N. Kildebo	26	63
Håkon Raadal Bjørlo		54
Peter Nordbrøden		40

#### H14

Espen Bjørk		37
-------------	--	----

#### H16

Petter N. Bjørgul	10	13
Sindre Lindhaugen	41	31
Trond Sveen	60	

### O-ringen 25-07.08

#### Sammenlagt:

#### D12

55	Ingeborg Gustavsen
85	Nina A. Birkeland
110	Johanne Gustavsen
	Astrid N. Bjørgul

#### D14

10	Gry E. Granstedt
55	Ingeborg Gustavsen

#### D15

30	Frøya H. Andersen
49	Maiken N. Kildebo
	Malena A. Birkeland

#### D16

Martine Andersen

#### H11

41	Petter N. Kildebo
64	Peter Nordbrøden

#### H16

17	Petter N. Bjørgul
73	Sindre Lindhaugen
	Trond Sveen

### Hovedløpet Sprint. Sandefjord 2. aug.

#### D14

06	Gry Granstedt
45	Ingeborg Gustavsen

#### D15

07	Malena A. Birkeland
15	Maiken N. Kildebo

#### D16

43	Martine Andersen
----	------------------

#### H14

55	Espen Bjørk
----	-------------

#### H16

03	Petter N. Bjørgul
46	Sindre Lindhaugen
67	Gjermund Holm

## Hovedløpet-langdistanse

Sandefjord OK. Hjertås 3.aug.

### D14

- 04 Gry Granstedt
- 33 Ingeborg Gustavsen

### D15

- 08 Maiken N. Kildebo
- 14 Malena A. Birkeland
- 44 Marte Puck

### D16

- 46 Martine Andersen

### H14

- DSQ Espen Bjørk

### H16

- 09 Petter N. Bjørgul
- 66 Gjermund Holm
- DSQ Sindre Lindhaugen

## KM mellomdistanse, Fredrikstad SK

17.08.2008

### D11-12

- 02 Gina Granstedt
- 04 Emma J. Bunæs
- 07 Ingrid F. Olaussen

### D13-14

- 01 Gry Granstedt

### D15-16

- 03 Maiken N. Kildebo
- 04 Malena A. Birkeland

### H11-12

- 02 Håkon R. Bjørlo
- 03 Petter N. Kildebo
- 05 Peter Nordbrøden
- 08 Magnus H. Solstrand

### H13-14

- 04 Anders F. Olaussen

### H15-16

- 17 Sindre Lindhaugen
- 22 Trond Sveen

## KM langdistanse OL Flaggtreff

23.08.08

### D11-12

- 02 Gina Granstedt
- 05 Nina A. Birkeland
- 06 Ingvild Torgersen
- 08 Emma J. Bunæs

### D13-14

- 01 Gry Granstedt

### D16-15

- 03 Malena A. Birkeland
- 05 Maiken N. Kildebo

### H11-12

- 02 Peter Nordbrøden

- 03 Petter N. Kildebo
- 06 Håkon R. Bjørlo
- 07 Magnus H. Solstrand

### H13-14

- 05 Anders F. Olaussen

### H15-16

- 06 Sindre Lindhaugen

## Kretsløp 31.08.08, Gimle. Lund Gård

### D11-12

- 01 Gina Granstedt
- 02 Ingvild torgersen
- 03 Emma J. Bunæs

### D13-14

- 01 Gry Granstedt

### D15-16

- 02 Maiken N. Kildebo
- 03 Malena Aasheim Birkeland
- 05 Martine Andersen

### H11-12

- 03 Håkon Raadal Bjørlo
- 05 Petter N. Kildebo

### H15-16

- 01 Johannes K. Antonsen

## KM Natt. HSK, Berg Skole,

19.09.2008

### D15-16

- 01 Malena Ashem Birkeland
- 02 Maiken N. Kildebo

## Skautreffet 14.09.08

### D11-12

- 02 Emma J. Bunæs
- 03 Gina Granstedt
- 04 Ingvild Torgersen

### D13-14

- 02 Gry Granstedt

### D15-16

- 05 Malena A. Birkeland
- 06 Maiken N. Kildebo
- 07 Frøya H. Andersen

### H11-12

- 02 Petter N. Kildebo
- 06 Peter Nordbrøden
- 11 Tobias Thowsen
- 14 Magnus H. Solstrand

### H13-14

- 07 Anders F. Olaussen

**TRØSKENLØPET 20.09.08****D11-12**

01 Gina Granstedt

**D13-14**

01 Gry Granstedt

**D15-16**

02 Maiken N. Kildebo

**H11-12**

03 Håkon Raadal Bjørlo

**BLODSLITET 18.10.2008****D11-14**

04 Gina Granstedt

**D13-14**

02 Gry Granstedt

**D15-16**

28 Maiken N. Kildebo

**H11-12**

42 Petter N. Kildebo

44 Tobias Thowsen

45 Peter Nordbrøden

**H13-14**

18 Anders F. Olaussen

**H15-16**

71 Gjermund Holm

**Ungdomsserieløp 1.Venås 28.05.08****D11-12**

01 Gina Granstedt

04 Synnøve Gustavsen

05 Jonanne Gustavsen

06 Emma J. Bunæs

07 Karianne Jokstad

08 Ingvild Torgersen

10 Anne Maren Nohr Moth

11 Astrid N. Bjørgul

12 Nina A. Birkeland

15 Ingrid F. Olaussen

**D13-14**

04 Gry Granstedt

05 Ingeborg Gustavsen

**D15-16**

04 Frøya H. Andersen

05 Malena A. Birkeland

08 Maiken N. Kildebo

**H11-12**

03 Petter N. Kildebo

04 Tobias Thowsen

06 Peter Nordbrøden

13 Magnus H. Solstrand

**H13-14**

03 Anders F. Olsussen

05 Espen Bjørk

06 Sander F. Kirkebøen

**H15-16**

03 Petter N. Bjørgul

05 Johannes K. Antonsen

07 Sindre Lindhaugen

12 Gjermud Holm

+ 11 stk. N-åpen

**Ungdomsserieløp 2. Fredrikstad****D11-12**

02 Gina Granstedt

04 Synnøve Gustavsen

05 Astrid N. Bjørgul

09 Ingvild Torgersen

19 Ingrid F. Olaussen

20 Karoline Jarlsby

**D13-14**

02 Gry Granstedt

12 Ingeborg Gustavsen

**D15-16**

03 Frøya H. Andersen

**H11-12**

02 Peter Nordbrøden

04 Tobias Thowsen

11 Magnus Solstrand

**H13-14**

02 Espen Bjørk

09 Anders F. Olaussen

**H15-16**

05 Gjermund Holm

+ 9 stk. N-åpen

**Ungdomsserieløp 3. Strømstad****D11-12**

02 Gina Granstedt

03 Synnøve Gustavsen

04 Nina A. Birkeland

05 Karoline Jarlsby

06 Emma J. Bunæs

07 Astrid N. Bjørbul

08 Ingrid F. Olaussen

**D13-14**

02 Gry Granstedt

03 Ingeborg Gustavsen

**D15-16**

02 Maiken N. Kildebo

04 Malena A. Birkeland

**H11-12**

03 Håkon R. Bjørlo

04 Petter N. Kildebo

05 Magnus Solstrand

**H13-14**

02 Espen Bjørk

03 Anders F. Olaussen

04 Sander F. Kirkebøen

**H15-16**

- 04 Gjermund Holm
- 05 Trond Sveen

**Ungdomsserieløp 4.HSK, 27.08.08****D11-12**

- 02 Gina Granstedt
- 04 Nina A. Birkeland
- 10 Synnøve gustavsen
- 11 Ingvild Torgersen
- 13 Karianne Jokstad
- 14 Anne Maren Nohr Moth
- 16 Ingrid Felde Olaussen
- 23 Emma J. Bunæs

**D13-14**

- 01 Gry Granstedt
- 06 Ingeborg Gustavsen

**D15-16**

- 01 Malena A. Birkeland
- 03 Maiken N. Kildebo

**H11-12**

- 01 Petter N. Kildebo
- 02 Peter Nordbrøden
- 05 Håkon Raadal Bjørlo
- 06 Tobias Thowsen

**H13-14**

- 03 Anders F. Olaussen
- 07 Sander Kirkebøen Finsrud

**H15-16**

- 03 Sindre Lindhaugen
- 04 Johannes K. Antonsen
- 09 Gjermund Holm

+ 9 stk. N-åpen

**Ungdomsserieløp 5.Indre Østfold**

03.09.08.

**D11-12**

- 03 Nina Aasheim Birkeland
- 08 Ingrid F. Olaussen
- 13 Gina Granstedt
- 15 Karianne Jokstad
- 16 Emma J. Bunæs

**D13-14**

- 01 Gry Granstedt

**D15-16**

- 01 Malena Asheim Birkeland
- 05 Maiken N. Kildebo
- 10 Marte Puck

**H11-12**

- 02 Peter Nordbrøden
- 09 Tobias Thowsen

**H13-14**

- 03 Anders F. Olaussen

**H15-16**

- 04 Sindre Lindhaugen
  - 08 Johannes K. Antonsen
  - 07 Gjermund Holm
- + 9 stk. N-åpen

**STAFETTER.****Vårstafetten: 12.04.2008****D13-16**

Plass nr. 15. HSK 1. lag  
Gry Granstedt, Malena A. Birkeland, Maiken N. Kildebo.

Plass nr. 25. HSK 2. lag

Frøya H. Andersen, Ingvild K. Børlo, Martine Andersen.

**H13-16**

Plass nr. 16, HSK 1. lag  
Petter N. Bjørgul, Espen Bjørk, Sindre Lindhaugen

Plass nr. 28. HSK 2. lag.

Johannes K. Antonsen  
Anders F. Olaussen.  
Gjermund Holm

**TIO MILA , 27.04.08****Plass nr. 36, HSK 1. lag.**

Petter n. Bjørgul, Anders F. Olaussen,  
Gry Granstedt, Frøya H. Andersen

**Plass nr. 105, HSK 2. lag**

Espen Bjørk, Ingeborg Gustavsen, Malena Birkeland, Maiken N. Kildebo

**Plass nr. 107, HSK 3. lag.**

Sindre Lindhaugen, gina Granstedt, Sander F. Kirkebøen, Martine Andersen

**Norsk O-festival****D13-16**

Plass nr. 25.HSK 2. lag.  
Maiken N. Kildebo, Sigrid Alexandersen, Tora Vollset.

HSK 1. lag

DSQ

**H13-16**

Plass nr. 15, HSK 1. lag  
Petter N. Bjørgul, Espen Bjørk,  
Sindre Lindhaugen.

**Hovedløpet stafett 6. august.****Jenter:**

Nr. 12 Østfold 2. lag  
Maiken N. Kildebo, Malena A. Birkeland,  
Gry Granstedt.

Nr. 23 Østfold 3. lag  
Ingeborg Gustavsen

**Gutter:**

Nr. 3, Østfold 1. lag  
Petter N. Bjørgul

Nr. 11, Østfold 2. lag.  
Sindre Lindhaugen

Nr. 69, Østfold 3. lag  
Gjermund Holm

**KM stafett 08. OK Moss Larkollen****D13-16**

**Plass nr. 2, HSK 1. lag.**  
Gry Granstedt, Malena A. Birkeland,  
Maiken N. Kildebo.

**Plass nr. 5. HSK 2. lag.**  
Ingeborg Gustavsen, Marthe Puck, Martine  
Andersen.

**H13-16.**

**Plass nr. 2, HSK 1. lag.**  
Sindre Lindhaugen, Ander F. Olausssen,  
Johannes K. Antonsen.

**Smålandskavelen 25-26 oktober****D13-16**

**Plass nr. HSK 1 lag.**  
Maiken N. Kildebo, Gry Granstedt,  
Malena A.