



HALDEN SKIKLUBB

Årsmøte for 2010

ONSDAG 26.01.2010, kl 18.30, på Høiås

SAKSLISTE

1. Åpning
 - a. Godkjennelse av innkalling
 - b. Godkjennelse av saksliste
 - c. Valg av 2 repr. til å undertegne protokollen
 - d. Valg av møteleder
2. Årsberetninger
3. Regnskap for 2010 og budsjett for 2011
4. Fastsette kontingent
5. Valg
6. Behandle innkomne forslag

INNHALDSFORTEGNELSE

SAKSLISTE.....	1
INNHALDSFORTEGNELSE	2
HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET	3
FØLGENDE BLE VALGT OG HAR FUNGERT I 2010:.....	3
Administrasjon	4
Internasjonale- og nasjonale verv:.....	4
Diverse klubbssammendrag	4
Jens Erik Mjølnerød	8
HYTTESTYRET	9
ORIENTERING FRA GUBBEGJENGEN	10
SKI- OG SYKKELGRUPPA.....	12
Resultater	13
BARNEIDRETTSGRUPPA	14
KAG	16
ORIENTERINGSGRUPPA	18
RESULTAT SAMMENDRAG.....	19
TRENERE OG TILRETTELEGGING.....	20
PROSJEKTER	20
TOPPIDRETT	21
JUNIORENE	22
BREDDEGRUPPA	23
TUR-ORIENTERING.....	25
RESULTATER O-GRUPPA 2010	27
UNGDOMSGRUPPA (UFO)	27
Sportslig	27
Aktiviteter.....	29
Styret	30
Dugnad/Økonomi	30
Resultater UFO 2010.....	31

HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET

Årsmøtet for 2009 ble avholdt på Høiås den 27. januar 2010.

FØLGENDE BLE VALGT OG HAR FUNGERT I 2010:

Hovedstyret:

Leder: Jens Erik Mjølnerød
Nestleder: Erik Hauge
Kasserer/ Økonomiansvarlig: Grete Svenningsen
Styremedlemmer: Hanne Lind og Pål Backstrøm
Vara medlemmer: Reidun Holene og Runa Lien Backstrøm

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

Orienteringsgruppa:

Leder: Tor Ragnar Andersen

Kart- og arrangementgruppa (KAG):

Leder: Arnt Edvin Andersen

Ungdomsgruppa (UFO):

Leder: Claus Norsted

Barneidrettsgruppa:

Leder: Frauke Schmitt Gran

Ski- og sykkelgruppa

Leder: Knut Gustavsen

Valgkomité:

Stein Kjellin, Hege Næss Bjørgul og Runa Lien Backstrøm

Representanter til Halden Idrettsråd: Jens Erik Mjølnerød og Erik Hauge.

Representanter til Østfold Orienteringskrets: Tor Ragnar Andersen, Arnt Edvin Andersen og Morten Kildebo.

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: Grete Svenningsen, Sindre Saksæther, Tor Ragnar Andersen, Jens Erik Mjølnerød

Sponsor: Per Olav Andersen, Knut Gustavsen, Øyvind Stokseth, Morten Kildebo, Per Puck jr.

UNDER HYTTESTYRET:

Teknisk: Leif Rugsveen, Per Kåre Moe, Tor Wøien, Øivind Nielsen, Pål Thowsen

Drift: Jon Ole Torp, June Andersen.

UNDER O-GRUPPA:

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

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 12. februar.

Det har vært avholdt 8 styremøter og 2 økonomimøter. Det har vært avholdt ett medlemsmøte den 8. april på Høiås. Temaer var Kick-off for Natt-NM, NS, informasjon om tårnprosjektet, info om tun-komiteens arbeid og om kommunedelsplan.

I tillegg er det arrangert kakefester den 26. august og 18. november for å feire sesongens flotte prestasjoner:

Klubben har hovedtrener

Hovedtrener Kenneth Buch har i sesongen t.o.m. 1.11.10 hatt en 100% stilling.

Økonomistyring

Regnskapsfører Jan Fremmegård har ført regnskap for hovedstyret, barneidretten og ungdomsgruppa.

Politiattester

Ansvarlig er Frauke Schmitt Gran med Pål Backstrøm som vararepresentant

Internasjonale- og nasjonale verv:

Øivind Holt er leder av kontrollkomiteen i NOF.

Petter Thoresen er engasjert som landslagsleder for det norske O-landslaget.

Diverse klubbssammendrag

Priser

Grotta-prisen for 2009 ble delt ut på fjorårets årsmøte og Kajsa Nilsson fikk prisen.

Hafsørød 17.mai

17.mai ble det avholdt bekransning og minnestund ved støtta på Hafsørød. Årets tale ble holdt av Beate Norsted Kildebo og minnet her Arne Erlandsen og Erik Olsen som falt i 1944 ved Hafsørød.

Arrangementer

Norwegian Spring (Vårspretten/Vårstafetten/Solrenningen) ble vellykket gjennomført i samarbeid med Sarpsborg helgen 17. - 18. april i Holt gård (Iddefjordsfjella). Dette bidro til et overskudd på kr 125.000,- til klubben. Løpsleder for Norwegian Spring var Øivind Holt. Natt-NM ble vellykket arrangert på Prestebakke 16. april med Tom Erik Sandberg som løpsleder. Det var første gang på 35 år vi arrangerte et NM.

Hytta

Driften av Hytta ivaretas av hyttestyret, det vises til hyttestyrets egen rapport. Omsetningen på hytta har dette året vært bra, hovedsakelig pga. en god snøvinter samt det nyeste utkikkstårnet som er reist på Høiås. Torsdagskveldene er fortsatt meget viktige for klubbmiljøet og vi er meget heldige som disponerer et slikt flott anlegg. Miljøet betyr mye for utviklingen av både ungdommer og eliteløpere. Og ikke minst som samlingssted for klubbens eldre garde. Medlemmene i klubben står for åpning og salg både på torsdager og søndager. Etter tur-sesongen er det UFO-gruppen som står ansvarlig for åpning og får inntekter av salget.

Dugnader/ vedlikehold

Seniorgruppa (Gubbegjengen) 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! Egen orientering fra gubbegjengen også i årets rapport.

Utkikkstårn på Høiåstunet

Tårnet ble en realitet og løpet av en relativ kort byggeperiode etter sommeren, stod tårnet klar til innvielse. Prosjekt "utkikkstårn på Høiås" har fått tilkjent kr 100.000,- gjennom Berg Sparebanks nærmiljøpris, kr 600.000,- fra Sparebankstiftelsen DNB NOR, 100.000,- fra Halden Sparebank1 og 20.000,- fra Nexans. Tårnet blir også utstyrt med klatreutstyr og kan benyttes til klatring i løpet av våren 2011. Egen spillemiddelsøknad er levert inn for kostnader i forbindelse med klatredelen. Trafikken på Høiås og i marka har økt. Sikten er meget god og på gode dager kan man skue til Gaustadtoppen. Tårnet er tegnet av arkitekt Ole Jørgen Moth. Tårnutvalget med Per Puck jr, Einar Haugen og Henri Arnfinn Vangseng var ansvarlig for fremdriften i prosjektet.

Profilering

Halden SK utga i april 2010 en profileringsavis som vedlegg til Halden Arbeiderblad. Dette gav i tillegg til et positivt økonomisk bidrag til klubben, også svært nyttig informasjon om klubbens virksomhet ut til hele Haldens befolkning.

Bokprosjekt

Vi startet dette året med et nytt bokprosjekt som har som målsetting å få utgitt en bok til vårt 125 års jubileum i 2016. Redaktør for boken er Ulrikke Andersen og hun er i god gang med å samle tekster og bilder. En rød tråd er de "gode" historiene opp igjennom årene.

Lysløyper, skispor, skilting og barmarkspreparering

Vinteren 2010 var en fantastisk flott skivinter og vi fikk utnyttet vår store løypemaskin. Vi fikk mange godord for løypene. En stor takk til løypekjørerne som var Henri Arnfinn Vangseng, Bård Laukvik og Åge Wikstøl som kjørte løypene for det meste. Og en rose til Per Kåre Moe som måtte skru både titt og ofte på løypemaskinene.

Rehabilitering av lysløypene ble også et stort prosjekt som ble gjennomført i løpet av et par høstmåneder. Det ble byttet råtne stolper og gamle armaturer som ikke holder mål med tanke på miljø og teknologi. Prosjektleder her var Morten Holm med stor hjelp av Leif Rugsveen, Bjørn Kristiansen, Martin Kristiansen og Pål Thowsen. Hovedjobben ble utført av Infratek. Opprydning og tynning langs lysløypa er også igangsatt og dette blir løpende utført i samarbeid med grunneierne langs lysløypa. Ny grunneieravtale er tinglyst på 40 år, både for lysløypa til Stenerød, Holmen og langs veien til Demma.

Vanntilførsel

Tilførsel av vann har til tider vært meget utabilt og til tider har det vært tørt i kranene. Det ble besluttet å borre opp et hull til og til slutt gav vi oss på en dybde på 250m under bakken. Det tyder på at dette hullet gir en bra tilførsel av vann og håpet er at det dekker behovet til både klubbtreninger og arrangementer.

Idrettsmerket

Ellen Køhn og Jorun Fagerlie har også i 2010 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 ?? damer og ?? menn (totalt ?? stk) fra Halden Skiklubb tatt Idrettsmerket i 2010.

Høiåstunet

Det ble nedsatt en komite som vurderte videre utvikling av Høiåstunet i sin helhet, spesielt i forbindelse med videre prosjekter og utbygginger. Claus Norsted har ledet komiteen. Et forslag er lagt fram for styret på årets årsmøte.

Økonomi

Regnskapet viser et overskudd på kr ??,-.

Prosjekt rehabilitering av lysløypa belaster ikke regnskapet, da det er aktivert i balansen.

Dette er et spillemiddelprosjekt og utbetaling av fylkeskommunen og kommunens andel er forventet i 2011 selv om vi trodde at dette skulle allerede vært en realitet i 2010.

Utover dette, fikk vi i 2010 en gave på kr 50 000,- til klubbens ungdomsarbeid. Dette er ført som ekstraordinære inntekter. HSK er svært takknemlig for gaven.

Det er utbetalt kr 700.000,- i utbytte fra Aktivum AS noe som er mer enn budsjettert.

Aktivum bidrar med dette til et betydelig tilskudd til klubbens drift og sammen med dugnadsinntekter i forbindelse med Grenserittet, ser vi viktigheten at klubben støtter opp om arrangementet.

Det vises til detaljert regnskap og gjennomgang på årsmøtet for mer info om regnskapet for 2010.

Sponsorsalget har vært tillagt sponsorgruppen med leder Per Olav Andersen, Sponsorinntektene er på 505.000,- og er en blanding av tradisjonelle sponsoravtaler, skiltsalg i lysløypa og prestasjonsbonuser. Til tross for tunge tider i næringslivet, har vi klart å konsolidere våre avtaler og vi har en meget lojal sponsorgruppe.

Følgende søknader om støtte har blitt utarbeidet:

Type støttemidler	Anlegg/aktivitet	Søknadsbeløp	Bevilget sum/avslag
Spillemidler	Klatrevegg utkikkstårnet	*Kr 250.000,-	Ligger på planen – 2011
Spillemidler	Damegarderobe Høiås	* Kr 1.200.000,-	Ligger på planen – 2011
Spillemidler	O-Kart Prestebakke – NM natt	*Kr 270.000,-	**Godkjent i 2010
Spillemidler	Merking Grenserittløypa	*Kr 435.000,-	**Godkjent i 2010
Spillemidler	Rehabilitering av lysløypa	*Kr 1.950.000,-	Ligger på planen – 2011

* Inkludert egenandel fra klubbens side (33%). Beløpene er de som ligger inne på kommunens anleggsplan

** Den kommunale andelen er utbetalt.

Aktivum A/S

HSK har 3 styremedlemmer i Aktivum: Per Puck jr som er styreformann, i tillegg til Jens Erik Mjølnørød (leder HSK) og Grete Svenningsen (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 2010 ble gjennomført med stor suksess med ny deltagerrekord for 12. år på rad med drøye 7000 påmeldte deltagere (det måtte settes stopp på 7 000 deltagere og i slutten av mai var dette taket fylt.). Totalt har Grenserittet/Aktivum bidratt med ca kr ??,- i inntekter til Halden Skiklubb i 2010, delvis som opplæringsprosjekt, dugnadsarbeid, kopi, leie- og profileringskostnader og støtte til kopimaskin. Aktivums Idrettsstipend (10.000,-) blir delt ut på årsmøtet.

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 2010 er Marius Bjugan ansatt i 75% stilling hvor 25% av arbeidet er tilrettelagt for direkte bistand for Halden SK med forskjellige arbeidsoppgaver til glede og nytte for hele klubben.

Sportslig

Det har vært en meget god sportslig sesong for HSK med bl.a. verdensmesterskap gull til Olav Lundanes og sølv til Anders Nordberg. Begge på den klassiske langdistansen. Anne Margrethe Hausken fikk sølv i stafetten. Av stafett-klubbprestasjoner rager seier i Jukola for herrene høyest, mens dobbelt seier i herreklassen og gull dameklassen på NM stafett viser styrke i de nasjonale mesterskap. I tillegg har vi fått en rekke medaljer individuelt i alle valører. 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 31.12.10 var 762 (750).

		2005	2006	2007	2008	2009	2010
Totalt		712	715	721	693	750	762
Voksne	Menn	303	367	301	305	307	312
	Kvinner	158	137	161	164	174	185
Barn og ungdom	Gutter 0-16 år	151	116	144	123	158	142
	Jenter 0-16 år	100	95	115	101	111	123

Dette er en økning på 12 medlemmer fra 2009, fordelt som følger:
5 flere menn, 11 flere kvinner, 16 færre gutter og 12 flere jenter.

I løpet av året har 2 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.

Samarbeidspartnere for året 2010:

Halden Sparebank 1)/ Eiendomsmegler1

Bj. Kynningsrud AS

AF Brødr. Glomsrød AS

Fredriksten Utvikling AS

IFE Halden

Communicate AS

Jensen & Scheele AS

Nexans AS

Inkubator Halden

Gerisale Multitrade

Interoptik AS

Adecco AS

Spenst

Trimtex AS

Leif Grimsrud AS

Kaserna

Planbo-gruppen/Thon-Hotell

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

Halden 18. januar 2011

Styret i Halden Skiklubb

Jens Erik Mjølnerød

HYTTESTYRET

Hyttestyret har i siste år bestått av

Åge Wikstøl, Leder

Øivind Nielsen, vedlikehold

Leif Rugsveen, teknisk

Ine Berit Mjølnerød, Utleie

Hytta har vært åpen i perioden 03.01- 10- og ut desember. På søndager og torsdager.

Hytta var stengt i sommerferien. Høstsesongen startet opp 12.09.10.

I tillegg var hytta åpen på kveldstid i skisesongen januar-februar

Utenfor sesongen har ungdomsavdelingen stått for servering på torsdager.

Hytta har vært utleid til andre arrangement i helger og ledige ukedager etter behov.

Ine Berit Mjølnerød har vært ansvarlig for utleie.

Det har vært 256 utleiedøgn i annekset.

15 utleiedager på hovedhytta. Mot betaling. . 3 x sponsor utleie (avtalefestet)

Arrangementer

Årsmøte. Hyttestyret stor for enkel servering som vanlig.

Det har vært arrangert kakefest 2 ganger i 2010

Juleavslutning med servering, Ansvar hyttestyret avholdt torsdag 16/12-2010

Vedlikehold

Av vanlig vedlikehold på hytte og andre bygninger kan nevnes

- Vindusmaling utvendig pågår. Dette er et arbeid som gjøres kontinuerlig.
- 2 st. nye vinduer er montert i 2 etg. Disse var slitte, og i samarbeid med Østby Trevare ble vi enige om at disse burde skiftes ut. Gulvene er rengjort og malt. Illiana og Lacho Iliev har stått for renholdet. Dette er betalt arbeide.
Det har ellers vært en hovedrengjøring i løpet av året
Planlagte takreparasjoner og arbeide med vedlikehold av pipene er ikke ferdig. Dette vil bli gjenopptatt våren 2011.
Einar Haugen engasjerer seg stadig for hytta, og følger med på de muligheter som finnes og som det kan søkes på for midler til hytta. Takk til han for hans engasjement.
- Vannsituasjonen har til sine tider problematisk. Det ble derfor boret ny brønn som er satt i drift. Det virker som det nu skal være under kontroll., men dersom hytta leies ut, er det fortsatt et spørsmål om nok vann i perioder. Renseanlegg fungerer godt.
- Brøyting av veien er satt bort til Bjørn Ohlgren og utgiftene deles mellom Norkring og HSK

Lysløypa. Denne blir omtalt i hovedstyrets beretning

Tårnbygg. Tårnet ferdig, og ser ut til at det har blitt en suksess. Vi merker det på besøkstallene og omsetningen på hytta.

Hyttestyret vil rette en stor takk til alle medlemmer for dugnad i forbindelse med hyttevakter og alt annet arbeide som legges ned i forbindelse med hytte og anlegget for øvrig.

Halden 2011.01. 11

Åge Wikstøl

Leder /hyttestyret

ORIENTERING FRA GUBBEGJENGEN

Siden **GUBBEGJENGEN** er det best kjente navnet brukes det som felles betegnelse utad.

Leder for gruppa er Øivind Nielsen og kaffemester er Gunnar Norvik.

Leder for løypegruppa er Steffen Steffensen.

Som vanlig har gubbegjengen utført store arbeider også i år, selv om mye ikke synes. Det gjøres vedlikehold og utbedringer over alt for bygninger og tomt.

Renseanlegg for vann

Det ble i 2009 nødvendig med et nytt borehull i håp om å få nok vann og styret fikk gjennomført det. Det var egentlig nødvendig å sprengne grøft mellom det nye borehullet og damebadstua, fordi det var fjell i dagen hele veien. For å slippe sprengning valgte man å legge isolerte rør så dypt som mulig og heve terrenget vesentlig. Det var derfor nødvendig å lete frem en dypest mulig trase, samt forberede for ny inngang til damebadstue og utvendig drenasje langs trase. Rensking for og opparbeidelse av gangtrase langs herre- og damebadstuer med singel. Omlegging av avløpsledninger fra herrebadstue, samt opplegg for nytt toalett, tilgjengelig for byens befolkning. Alle enheter har blitt tilkopledd renseanlegget. For å kunne heve terrenget tistrekkelig ble det først lagt på nødvendig med fyllmasser også mellom furuene foran herrebadstua. Deretter ble det pålagt matjord og tilsådd med gress frø fra Jon Ole T. Arne N. utførte grave og planeringsarbeidene med hjelp av tilkjørte gratis masser fra Leif Grimsrud A/S. Årsaken til at det er grønt skyldes Bjørn M. og Egil F.

I 2010 har vannforsyningen hatt meget høy prioritet, og som selvfølgelig stiller store krav til kvalitet, vedlikehold og pass – samt kapasitet.

Det er boret dypere hull, det er boret nytt hull nede ved parkeringsplassen med ny ledningstrase opp til Filtreringsrommet for vann.

Her er det gjort ett virkelig godt arbeid fremst av Leif R, men også av Erik Olav H og Claus N.

Leif R. og Erik H. har til og med kjørt vann fra kommunens anlegg når det har vært påkrevet med Erik sin bil.

Dette er ett eksempel på at uten slike ”stå på” personer som det er flere av i gubbegjengen, ville man ikke kunne drive et så stort anlegg som Høiås har blitt i dag.

Renseanlegg kloakk.

Her er det gjort resterende arbeider, som siste lag med papp, vindskier og kappebord, samt utvendig overflatebehandling. Det er tilkjørt noe fyllmasse, men det trengs mer.

Det er lagt ny drensledning fra rommet under trimrommet. Rommet har blitt tørt og planene er å støpe golv. Bjørn M. og Øivind N. prosjekt.

Damebadstu.

Noe Restarbeider innvendig, utvendig oppfylling av terreng, med opparbeidelse av parkeringsplass mellom herrebadstue og veien.

Siste lag papp på tilbygg gjenstår.

Hytta.

I tillegg til vanlig vedlikehold, er vinduer skrapet, reparert og malt. Noen vinduer i 2 etg. er skiftet. Golvne er rensset og overflatebehandlet.

Hytta trenger å bli tjæret utvendig.

Generelt.

Plener er klippet og stelt.

I lysløypa er rene nødvendighetsarbeider foretatt etter skadene som oppstod i løypetraseen under skifting av stolper og lamper. Noen utbedringer av vannposter, men her er det mer som bør gjøres.

Byggegroppen for tårnet er utgravet og midlertidig utbedring av terrengskader er gjort. Her gjenstår mye. Det er lagt drenasje i søkket og dersom det fungerer vil det bli tørrere og bedre der benkene står. Leif Grimsrud A/S har som vanlig bidratt med fyllmasser, og håpet er å få fylt opp såpass mye at det kan plantes noen furuer mellom tårnet og hytta.

Den alltid tilstedeværende, og godt arbeidende løypegruppa har også i år utført et stort arbeid for å holde vårt løypenett i så bra stand.

I år har vi også hatt gleden av den nyasfalterte veien, veikantene er klippet og ryddet mellom Demma og Høiåsmasta. Det er ryddet i lysløypa og en del andre steder.

**EN STOR TAKK TIL ALLE SOM DELTAR OG SOM DERMED GENERERER
STORE VERDIER TIL KLUBBEN VÅR !!!**

SKI- OG SYKKELGRUPPA

"Best ski season this century!"

Sjelden har skiforholdene vært vakrere i Høiås-marka med familieturer og bål på hver en kolle innover myrene mot Stangås. Ski og sykkelgruppa har gjennomført en del arrangement og aktiviteter i løpet av året. Undertegnede har hatt vervet som styreleder i skialliansen som



eier og driver kunstsnoanlegget på Lille Erte, og Gudmund Olsen har jobbet i driftsgjengen og som representant for HSK i styret. Skigruppa arrangerte et karusellrenn i kunstsnoanlegget og et barneskirenn på Høiås. I tillegg gjennomførte vi et flott klubbmesterskap på Høiås lørdag 6.mars i klassisk stil i flotte løyper og gode forhold (se resultater under). Arnfinn Henry har igjen gjort en fantastisk innsats med løypekjøringen i Høiåsmarka – vi takker og bukker for denne jobben.

Tjejvasan og Vasaloppet

I slutten av den snøfylte vinterferien dro fire familier til Sverige for å delta i Sveriges største skirenn, Tjejvasan, som er 3mil langt. De fem jentene fra HSK var Malena Birkeland, Ingeborg Gustavsen, Frøya Andersen, Marit Gustavsen og Guri-Anne Hauan. Dagen etter gikk UngdomsVasan på 7 km hvor Synnøve og Johanne Gustavsen deltok, og samme dag gikk Vasaloppet Öppet spår på 9mil. Søndagen etter var det originale Vasaloppet og her deltok Arnt Edvin og Bjørn Axel for HSK. Begge kom vel gjennom og på gode tider.



Tjejvasan:

Malena 2:18, Ingeborg 2:32, Frøya 2:16, Marit Gustavsen 2:59, Guri-Anne 2: 54

Ungdomsvasan:

Synnøve 0:29, Johanne 0:30

Vasaloppet Öppet spår:

Jens Erik 6:39 Knut 6:11, Morten Roger 6:33.

Vasaloppet:

Arnt Edvin 5:17, Bjørn Axel 8:00

Sykkelsesongen starter som vanlig med Høiåsrittet 1.mai som første ritt i Halden-Aremark sykkelkarusell. Og igjen kan vi notere stor deltakelse og 310 fornøyde syklistere.

Sykkelkarusellen med fire ritt i løpet av mai måned har blitt en god tradisjon og er en fin start på sykkelseasonen.



Grenserittet opplever også en flott stigning både i antall deltakere og med nye arrangement. Over 7000 syklistere fullførte årets utgave av Grenserittet og tilbakela de 80 kilometerne over riksgrensa fra Strömstad til Halden. Vi vil igjen takke administrasjonen i Grenserittet for et flott arrangement, sterk markedsføring av Halden og en unik mulighet for klubbene i distriktet til å tjene gode dugnadskroner.

Resultater

Klubbmesterskap på ski klassisk stil

Lørdag 6. mars 2010 Hølsås

39 fullførte deltagere

Plass	Tid	Etter
Gutter -10 år		
Erlend Ottestad Gaupseth	Fullført	
Kristoffer Grønnerød	Fullført	
Herman Kirkebøen	Fullført	
Vette Sahlberg	Fullført	
Herman Uen Backstrøm	Fullført	
Sverre Sandvik	Fullført	

Jenter -10 år		
Marie Uen Backstrøm	Fullført	
Vilde Hagen Tafjord	Fullført	
Mariluse Schmitt Gran	Fullført	
Sigridd Schmitt Gran	Fullført	

Gutter 11-12 år		
1 Olav Schmitt Gran	00:09:32	
2 Alexander Skaug Ytterbøl	00:11:41	02:09

Gutter 13-14 år		
1 Håkon Raadahl	00:12:54	
2 Petter Norstedt Kildebo	00:14:12	01:18
3 Tobias Thowsen	00:14:22	01:28
4 Peter Nordbrøden	00:14:38	01:44

Jenter 13-14 år		
1 Gina Granstedt	00:15:28	
2 Synnøve Gustavsen	00:15:30	00:02

Jenter 15-16 år		
1 Gry Granstedt	00:38:15	

Menn senior		
1 Lachon Riev	01:23:40	

Kvinner senior		
1 Heidi Stokseth	00:31:39	
2 Ilana Shandurcova	00:36:35	04:56

Menn 35 år		
1 Knut Gustavsen	00:55:14	
2 Kjetil Bjørlo	00:55:16	00:02
3 Øyvind Helgerud	00:57:57	02:43
4 Emil Wingstedt	00:59:57	04:43
5 Øystein Austerheim	01:00:29	05:15
6 Øyvind Stokseth	01:02:47	07:33
7 Jon Steinar Mjølnerød	01:03:21	08:07
8 Jens Erik Mjølnerød	01:05:30	10:16
9 Gudmund Jenssen	01:06:33	11:19
10 Pål Thowsen	01:07:24	12:10
11 Jarle Herrebrøden	01:09:08	13:54
12 Ole Jakob Ottestad	01:09:19	14:05
13 Sven Arne Ytterbøl	01:09:20	14:06

Kvinner 35 år		
1 Hanne Raadahl	00:32:48	

Menn 50 år		
1 Jan Granstedt	01:01:07	
2 Per Puck	01:13:40	12:33

Kvinner 50 år		
1 Guri Hauan Andersen	00:50:00	

Birkebeinerrennet (54km) og Ungdomsbirken (21 km):

Plass	Navn	Klubb	Startnr.	Tid	Pulje
Klasse: M20, (Menn 20 - 24 år)					
232	Nordbrøden, Hallvard Hauget	Halden Skiklubb	4719	03:57:30	7
264	Andersen, Bård Hauan	Halden SK	4435	04:09:36	7
Klasse: M25, (Menn 25 - 29 år)					
629	Gudbrandsen, Christian	Halden Skiklubb	7008	04:53:28	11
Klasse: M40, (Menn 40 - 44 år)					
269	Bjørlo, Kjetil	Halden SK/Vicus BIL	2061	03:25:46	2
342	Gustavsen, Knut Eirik	Halden Skiklubb / Vicus BIL	2638	03:31:19	3
1060	Svendsby, Ole Morten	Halden Skiklubb	8798	04:37:16	13
Klasse: M50, (Menn 50 - 54 år)					
34	Andersen, Arnt Edvin	Halden Skiklubb	2037	03:07:06	2
286	Andersen, Morten Roger	Halden Skiklubb	4439	03:44:48	7
Klasse: M65, (Menn 65 - 69 år)					
178	Palmeren, Thor	Halden Skiklubb	907	04:24:07	101
Klasse: UM13, (Gutter 13 år)					
166	Bjørlo, Håkon Raadal	Halden SK	31366	00:50:54	

Birkebeinerrittet (95km) - sykkel:

Plass	Navn	Klubb	Startnr.	Tid	Pulje
Klasse: M40, (Menn 40 - 44 år)					
411	Gustavsen, Knut Eirik	Halden Skiklubb	2979	03:46:58	11
Klasse: M45, (Menn 45 - 49 år)					
581	Olaussen, Jim	Halden Skiklubb	2805	04:01:24	10
Klasse: M50, (Menn 50 - 54 år)					
17	Andersen, Arnt Edvin	Halden Skiklubb	703	03:23:40	1
Klasse: M65, (Menn 65 - 69 år)					
125	Palmeren, Thor	Halden Skiklubb	7972	Brutt	31

Ski & Sykkel gruppa
Knut Gustavsen

BARNEIDRETTSGRUPPA

Medlemmer: Mai-Sissel Fotland Holt, Anne Grete Tollefsen, Reidar Fosdahl (frem til November 2010), Frauke Schmitt Gran (leder).

Barneidrettssgruppa representerer barneidretten i HSK, med deltakere fra 4 år til 10 år. (8- til 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 tråd med klubbutviklingsdokumentet som ble vedtatt på årsmøte i Januar 2010, har vi lagt inn flere uteaktiviteter for idrettsskolen, også i den mørke årstiden. Dette har blitt mottatt godt av foreldrene og deltakerne. Men det er forstøtt slik at oppmøte på uteaktiviteter gjennom vinteren er mindre enn oppmøter på inneaktiviteter. Årsaken til dette er ukjent.

Siden det har vært skiføre i Januar-Mars 2010, hadde vi mye skigåing: Gruppa med de eldste barn har vært på ski ved Venås-hytta mange ganger, de yngste har akt både på Venås og ved Låby skole.

Både våren og høsten 2010 har alle idrettsskole-barn prøvd orientering: Nattorientering på spesialtegnet barne-kart (med bilder istedenfor symboler) i skolegården på Låby, samt vanlig orientering både på nevnte kart på Låby og på vanlig O-kart på Festningen og i Rødsparken.

Videre i tråd med klubbutviklingsdokumentet har 3. og 4. klassingene (9 og 10 år i 2010) våren 2010 fått tilbud om å trene med de yngste UFO'ene på Høiås på torsdager. Barneidrettsstyret vet om 4 barn som fortsatte på UFO høsten 2010. Dette er barn av foreldre som ikke er HSK-medlemmer fra før.

To av instruktørene for skoleåret 2010/11 har deltatt på kurs "Fulle Rulle i Barneidretten" i regi av Østfold Idrettskrets. Dermed har alle nåværende instruktører deltatt på et slikt kurs, eller har tilsvarende kunnskap gjennom sin jobb.

I året 2010 er det avholdt 2 planleggingsmøter for instruktører ved idrettsskolen og i tillegg 4 møter for barneidrettsgruppas styre.

Idrettsskolen vinter/vår 2010:

- 4 grupper har vært i aktivitet på Låby skole, med ca 110 deltagere.
- Faste instruktører har vært: Heidi Eriksen, Frauke Schmitt Gran, Gry Granstedt, Maiken Norsted Kildebo, Lene Larsen, Astrid Nordbrøden (to grupper), Léa Vercellotti.
- Gruppene var delt inn etter årskull, med 2 kull per gruppe. Grunnet få påmeldinger fra 3. og 4. klassinger besto den eldste gruppa av 3 årskull, 2. til 4. klassinger (barn født 2002, 2001 og 2000).
- Høsten 2009 ble gruppene for store, slik at BI-styret satte en grense på 25 barn per gruppe.
- Ca. 10 interesserte barn fikk aldri plass på idrettsskolen 2009/10 grunnet fulle grupper, men det fantes ledige plasser i den eldste gruppa
- I tillegg til de ukentlige aktivitetene er følgende tilleggsarrangementer avholdt:

- Barneskirenn xxx, sammen med skigruppa og BI-styrets støttespillere.
- Badedag for alle idrettsskolebarna med familier på Remmen søndag 07.03.
- Høiåsdagen 1. mai, som aktivitetsdag for alle (dvs. ikke bare idrettsskolen). Barneidretten var medaranger, sammen med UFO og andre grupper i HSK.
- Avslutningen for idrettsskoleåret ble som vanlig arrangert på Høiås (5.5.) med 5-kamp, utdeling av diplomer/ T-skjorter, pølser, brus.
- Skøytegåing utgikk denne våren grunnet stengt ishall.
- Deltakeravgift for hele idrettsskole-året (høst 2009 – vår 2010) er uendret, 600.- Kr per barn og 500.- Kr for søsken.

Idrettsskolen høsten 2010:

- 4 grupper har vært i aktivitet på Låby skole, med opp mot 95 deltagere tilsammen. I løpet av høsten har det vært noe frafall, slik at det var ca. 81 deltakere rett før Jul.
- Faste instruktører er: Ingvild Karlsen Bjørlo, Solveig Karlsen Bjørlo (2 grupper), Heidi Eriksen, Gry Granstedt (2 grupper), Lene Larsen, Astrid Nordbrøden.
- Gruppene er delt inn etter årskull, med 2 kull per gruppe. Grunnet få påmeldinger fra 3. og 4. klassinger besto den eldste gruppa av 3 årskull, 2. til 4. klassinger (barn født 2002, 2001 og 2000).
- Det finnes ledige plasser i de to midterste gruppene, som dekker barn fra 5 til 7 år (sise barnehageår til 2. klasse), og det er ingen venteliste.
- I tillegg til de ukentlige aktivitetene er følgende tilleggsarrangementer avholdt:
 - Badedag for alle idrettsskolebarna med familier på Remmen søndag 24.10.
 - Skøytegåing i ishallen søndag 21.11.
 - Aktivitetsdag på Høiås 5.12. med innlagt Nisse-besøk, som aktivitetsdag for alle (dvs. ikke bare idrettsskolen). Kombinasjonen aktivitet og Nisser ble svært godt mottatt, Nissen delte ut 100 poser.
- Deltakeravgift for hele idrettsskole-året (høst 2010 – vår 2011) er uendret, 600.- Kr per barn og 500.- Kr for søsken.

Rekruttering av instruktører

Etter at det høsten 2009 hadde vært uvanlig vanskelig å finne instruktører til idrettsskolen, gikk dette greit denne høsten. Dette takket være at Lene, Heidi, Gry og Astrid fortsatte, at søstrene Ingvild og Solveig kom inn og at Gry og Solveig leder 2 grupper samen.

Styresammensetning

BI-styret har høsten 2010 fungert med 3 aktive medlemmer.

Sponsorer/støtte

I 2010 har Barneidrettsgruppa mottatt sponsorstøtte fra AF-gruppen v/ AF Bygg Glomsrød AS, Nexans AS, Økonominett AS og Halden Arbeiderblad til T-skjorter for avslutningen 5.5., samt fra Halden Sparebank til nissens godteposer 5.12.

Fra NOF har vi mottatt støtte til Høiåsdagen 1.5. som "Større rekruttarrangement – barnefestivaler".

Halden 30.12.2010, Frauke Schmitt Gran (leder)

KAG

Sammensetning

Kart- og arrangementsgruppa har i 2010 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 på Venåshytta 9. februar. Det ble orientert om o-aktiviteter i kommunen (tirsdagsløp, turorientering og terminfestede løp).

Direkte berørte grunneiere ble også kontaktet personlig.

Kart

Vi har ikke hatt store kartprosjekter på gang i 2010, men vi har arbeidet med en plan over framtidige terreng.

Natt-NM-kartet på Prestebakke kan ikke utvides østover eller brukes i store arrangement da området er blitt vernesone.

Vi planlegger derfor nytt kart i Rokke for Norwegian Spring 2012. Videre er det viktig at alle våre kart fortløpende blir revidert for å sikre gode kart for trening og små løp.

Vi har også behov for sprintkart, og i år har HSK utgitt sprint./ skolekart over Prestebakke, mens sprintkartet over Fredriksten festning revidert. Vi har også to andre sprintkart under arbeid.

Arrangement

NM- nattorientering.

Fredag 16. april arrangerte vi norgesmesterskapet i nattorientering fra Prestebakke skole. Løpsleder var Tom Erik Sandberg, løypelegger Øyvind Helgerud og karttegner Morten Dalby.

Til tross for den snørike vinteren kom våren tidsnok og terrenget var snøfritt.

314 deltakere stilte til start.

I forbindelse med at VM i orientering skulle arrangeres i Trondheim senere på året, ble vi valgt ut til å teste den elektroniske o-verdenen med storskjerm-løsning, online poster og GPS-tracking av løperne. Til tross for dårlige forberedelser fra leverandørens side, halte våre dyktige funksjonærer det hele i land. Spesielt fikk vi mange gode tilbakemeldinger på at o-Norge kunne følge arrangementet på internett.

Norwegian Spring:

Vi hadde i år hovedansvaret med løpsleder Øivind Holt i spissen. Arrangementet ble lagt til Holt Gård på Idd, og her ble deltakerne møtt med en oversiktlig og tørr arena 17. og 18. april.

Lørdag ble Vårspretten (mellomdistanse, 743 løpere) og Vårstafetten (501 løpere) arrangert.

Søndag var det som vanlige Solrenningen (1478 løpere) med langdistanse.

Det ble arrangert presisjonsorientering begge dager med 92 deltakere totalt.

Også i år hadde vi et knirkefritt samarbeid med Sarpsborg Orienteringslag.

Totalt sett hadde vi en økning på ca 5% fra 2009

KM-sprint

Under kyndig ledelse av løpsleder Jon Pedersen ble KM sprint arrangert fra Berg skole. 113 løpere stilte til start

Høiåssuget.

Da TIO-mila i år ble arrangert parallelt med Høiåsdagen, ble arrangementet forskjøvet en uke til 8. mai. Arrangementet gikk som fellesstart med mål på Høiås og var det første av 10 løp i Østfold Orienteringskrets lørdagsserie. I år hadde vi ny deltakerrekord med 91 startende. Løpsleder. Arnt Edvin Andersen, løypelegger: Heidi og Øyvind Stokseth

KM stafett.

For å finne jomfruelig terreng som også våre løpere kunne konkurrere i, stilte Idefjordens Skidklub velvilligst sitt anlegg på Kasen til disposisjon. De hjalp også til å arrangere løpet. Løpsleder Arnt Edvin Andersen og løypelegger Øivind Holt kunne på veiene av klubbene ønske løpere fra Østfold, Oslo og Akershus o-kretser velkommen til KM stafett, i år i svenske skoger. Totalt deltok 361 løpere i arrangementet

Tirsdagsløpene

Også i 2010 ble tirsdagsløpene organisert i samarbeid med Gimle IF, TFL og Idefjordens SK med Eirik Nordbrøden som hovedarkitekt for terminlista. Arrangementet viser hvordan samarbeidet mellom eliteløpere og UFO med deres familier kan fungere. Under veiledning fra eliteløpere blir løypene lagt og postene hengt ut i skogen. Dette konseptet er viktig for å trekke med nye familier samtidig som UFO-løperne får erfaring i løypelegging.

Halden 26.01.2011

Arnt Edvin Andersen

Leder Kart- og arrangementsgruppa

ORIENTERINGSGRUPPA

O-gruppa har i 2010 bestått av følgende medlemmer:

Leder:	Tor Ragnar Andersen
Nestleder/leder toppidrett:	Bjørn Axel Gran
Økonomiansvarlig:	Sindre Saksæther
Bredde:	Steinar Holt
Junior:	Eirik Nordbrøden
Prosjektansvarlig:	Lacho Iliev
Medlem/startkontingent:	Ann Heidi Lindhaugen

Med møterett, men ikke møteplikt:

UFOs representant:	Claus Norsted
Tillitsvalgt for løpere:	Olav Lundanes
	Kajsa Nilsson/Ane Sofie Næss Bjørgul

Kenneth Buch var fast ansatt som trener i Halden Skiklubb i 100 % stilling til 30. oktober. Etter 4 år som trener ønsket Kenneth å konsentrere seg om studier ved NIH. Vi er veldig fornøyd med den jobben Kenneth har utført og mener han har gitt viktige bidrag til utviklingen av Halden SK som verdens beste orienteringsklubb. Som ny trener er Mikhail Vinogradov ansatt. Han starter i jobben ved begynnelsen av 2011.

I 2010 har Lacho Iliev vært engasjert som juniortrener iht handlingsplanen for 2010-12. Evalueringa ga positive tilbakemeldinger, og dette engasjementet utvides for 2011.

O-gruppa har i perioden hatt 7 møter og behandlet 77 saker. Dessuten har leder eller nestleder av gruppa deltatt på styre- og økonomimøter. Under NM deltok Bjørn Axel på møtet med landslagsledelsen vedrørende plan for 2011. I november deltok Tor Ragnar, Eirik, Bjørn Axel og Jens Erik på NOFs storsamling på Gardermoen. Tor Ragnar og Eirik har møtt på møter i ØOK.

De viktigste sakene har vært rundt prosessen med å ansette en ny trener. Prosessen ble startet ved opprettelsen av ei arbeidsgruppe bestående av: Bjørn Axel (leder), Olav, Kajsa, Mattias Karlsson, Emil Wingstedt og Ida Marie Næss Bjørgul. De hadde som mandat å arbeide fram en stillingsbeskrivelse og komme opp med forslag til kandidater. Viktige avgrensninger lagt var at trener (1): må bo i Halden og (2) ikke være en/ei som satser individuelt. Det ble også besluttet å jobbe i 3 retninger: (1): Stillingsannonse med utlysning på hjemmeside, websider og i o-tidskrift, (2): sjekke ut internt alternativ og (3) kontakte kandidater. Resultatet ble at vi satt igjen med et alternativ fra hver kategori. Det ble deretter avholdt et åpent møte med eliteløpere og arbeidsgruppe. Der framkom det at det primære ønsket var en heltids trener bosatt i Halden. Det var deretter et løpermøte på Høiås. Her ble 2 spørsmål stilt. 1: Heltidstrener, eller heller kun deltid og bruke midlene på løpere? 2: Trener for elite eller klubb? Begge spørsmålene gikk på temaer omhandlet i HSK strategi 2010-2012, og ble derfor ikke tatt opp til diskusjon mht ansettelse. På dette grunnlag ble det bestemt å intervjuer Mikhail Vinogradov, som for tiden var russisk landslagstrener. Dette intervjuet ble avholdt av Jens Erik, Bjørn Axel og Tor Ragnar (delvis) på 25-manna. Konklusjonen ble å tilby Mikhail jobben. Neste steg ble å utarbeide arbeidskontrakt og arbeidsinstruks. Dette bød på to utfordringer: oversettelse til engelsk og enighet om innhold i arbeidsinstruks. Med hensyn til

innhold viste det seg at flere punkt i instruksen til Kenneth ble oppfattet ulikt av ulike tillitsvalgte og dermed måtte reformuleres. I dette arbeidet mottok o-gruppa stor hjelp av spesielt Jens Erik og Øivind Holt. Siste etappe har vært å få bistå Mikhail i få arbeidstillatelse fra UDI. Dette arbeidet lyktes ved at Østfold politiet utstedte en midlertidig arbeidstillatelse 23. desember.

O-gruppa hadde tradisjonen tro sommeravslutningen på Høiås 17. juni med sportslig innslag og påfølgende bespisning av grillet kylling med tilbehør.

Det ble i 2010 ikke arrangert noen Finnebusamling. Hovedgrunnen var at ingen påtok seg prosjektlederansvaret, samtidig som det var vanskelig å finne instruktører. For 2011 er et nytt initiativ tatt for samarbeid med Foreningen Norden og Beate Norsted Kildebo har sagt ja til å være prosjektansvarlig. Vi håper at dette vil gi en ny epoke for Finnebusamlinga.

26. august og 18. november ble det tradisjonen tro holdt kakefester og vi markerte årets prestasjoner og ga ros til alle medlemmer for deltakelse og bidrag til disse resultatene. Hytta var ved begge anledninger fylt til randen.

Lørdag 11. desember ble det arrangert "Bulgarsk julebord" i regi av Lacho, Iliana Shandurkova, og Anne Haugen og Eirik Nordbrøden. 2010 ble avsluttet med julemiddag for trenere og medlemmer av o-gruppe styret.

RESULTAT SAMMENDRAG

2010 var som de siste år, fullt av gode resultater. Av høydepunkter nevnes:

- **VM Gull og VM sølv** på langdistansen til Olav Lundanes og Anders Nordberg.
- **Seier i Jukola** til herrene. På laget løp: Kiril Nikolov, Erik Axelsson, Mattias Karlsson, Anders Nordberg, Mats Haldin, Emil Wingstedt og Olav Lundanes.
- **NM Gull i stafett både til herrene og damene. Sølv til Herrer 2-lag.** På lagene løp: (D): Ida Marie Næss Bjørgul, Vendula Klechova og Anne Margrethe Hausken, (H): Mattias Karlsson, Anders Nordberg og Olav Lundanes, (H2): Emil Wingstedt, Erik Axelsson og Mats Haldin.
- **EM bronse sprint** til Emil Wingstedt.
- **VM sølv stafett og EM bronse stafett** til Olav Lundanes.
- **4 individuelle NM gull** til Olav Lundanes.
- **NM gull** også til Anne Margrethe Hausken, Kajsa Nilsson og Fredrikke Nohr Moth.
- **NM medaljer** til Anders Nordberg, Emil Wingstedt, Ida Marie Næss Bjørgul, Vendula Klechova,
- **EM Pre-O lag bronse** til Martin Jullum.
- **VM Pre-O individuell 5 plass** til Martin Jullum.
- **3. plass** til damene i **Venla**, og til damer og herrer i **Tiomila**.
- **6. på EM** på langdistanse til Kiril Nikolov.
- **7. på VM** langdistanse (personlig beste) og **8. på EM** sprinten til Celine Dodin
- **8. på EM** langdistansen (og personlig beste) til Vendula Klechova
- **9. på world cup** langdistanse (og personlig beste) til Ida Marie Næss Bjørgul
- **12. plass** til herrens **2-lag i Jukola**, og 3-laget nr 87.
- **5. plass** i NM-jr stafett til damene og premie til herrene
- **Gull for lag i Militær VM** til Bjørn Eriksen

Nedturene som må trekkes fram er det glapp både for herrene og damene i Tiomila, at vi aldri var med i kampen om seieren i 25-manna og at mange løpere har hatt lange skade/sykdom avbrekk, eller avbrekk på viktige tidspunkt.

TRENERE OG TILRETTELEGGING

En stor ære for årets resultater skal vår hovedtrener Kenneth Buch ha. Arbeidsoppgavene har vært relatert til 4 hovedområder:

- Planlegge å organisere ukentlige treninger gjennom hele året
- Planlegge å delta på samlinger, de viktigste individuelle konkurransene og de store klubbstafettene
- Individuell oppfølging/coaching av et utvalg løpere
- Ansvar for treningspakker som kan selges til andre klubber/løpere

Kenneth har spesielt demonstrert stor kunnskap og nyskapning innen o-teknisk trening og lagbygging. I lagbygginga har han i tillegg til å inkludere løperne og tatt med seg resten av klubben fra de yngste på UFO til gubbejengen på Høiås. Dette har resultert i at Halden SK i perioden 2007-2010 har oppnådd følgende resultater:

- 2 individuelle VM gull og 2 VM sølv. 1 løper med VM gull stafett, og ytterligere 4 løpere med medaljer fra VM stafett. 2 individuelle EM gull, 2 EM bronser og 2 løpere med medaljer i junior VM.
- Seier i Tiomila for herrer 2007 og damer 2009. Jukola seier for herrer 2010.
- Seier i 25-manna 2008 og 2009.
- 23 NM Gull, 12 sølv og 14 bronse. Totalt tok 19 løpere NM-medalje i tidsrommet 2007-10.

I tillegg til jobben Kenneth har gjort har en rekke medhjelpere bistått med postutsetting (koordinert av Geir Varting), og tidtaking (Eirik Nordbrøden).

I overgangsperioden mellom at Kenneth sluttet og Mike overtar har mange personer tatt et ekstra ansvar. Spesielt vil vi trekke fram Emil og Lacho som har lagt ned en stor jobb i planlegging og gjennomføring av trening og forberedelse av TTT (Tirsdag /Torsdag Teknisk Trening), Trimtex Høiås night Cup og Saucony Høiås Day Cup. Innetrening på mandag har før jul blitt ledet av Vendula. Etter jul tar Ane over ansvaret.

UK

Uttakskomiteene har i 2010 bestått av:

Dame-UK: Kenneth Buch, Anne Haugen, og Kjetil Bjørlo

Herre-UK: Kenneth Buch, Pål Backstrøm, og Emil Wingstedt

For 25-manna besto UK av Kenneth Buch, Tor Ragnar Andersen og Morten Kildebo.

UK-ene 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. Etter 2010 takker Pål og Kjetil av som medlemmer av UK og erstattes av hhv. Kajsa Nilsson og Tore Sandvik.

MASSASJE

Også i 2010 har vi hatt et godt tilbud om fysioterapi gjennom Vendula Klechova.

PROSJEKTER

For tilrettelegging av aktiviteter har Lacho Iliev hatt et koordineringsansvar og sørget for at så vel små som store prosjekter har hatt ansvarlige. Det skal likevel påpekes at det er vanskelig å

finne prosjektledere, og det er uheldig at løpere er prosjektledere ved konkurranser hvor de også skal prestere. I 2010 utvidet Lacho prosjekt planleggingspakken med budsjett og rapporteringsmal. I 2010 har klubben organisert reise, overnatting og opplegg til følgende løp og samlinger.

Dato	Prosjekt	Prosjektleder
8.-10. jan	Barmarkssamling, Hjo/Tidaholm	Avlyst pga snø
22.-24. jan	(Dag)samling Göteborg	Kenneth Buch
5.-7. feb	Sprintsamling Grenland	Avlyst pga snø
13.-19. feb	Portugalsamling	Anja og Emil Wingstedt
25.-28.02	Juniorsamling Danmark	Kenneth Buch & Lacho Iliev
11.-14. mar	Camp Norway i Danmark	Lacho Iliev
26. mar – 5 apr	Stafettsamling, Spring Cup + 7-manna	Marius Bjugan
1.-2 mai	Tiomila, Finspång	Morten Kildebo, Jørn Nordbrøden Erik Axelsson og Bjørn Axel Gran
13.-16. mai	NM sprint + EM testløp, Levanger	Anders Nordberg
22.-24. mai	Jr VM testløp, Danmark	Eirik Nordbrøden
19.-20. jun	Jukola	Lacho Iliev
25.-27. jun	O-Festivalen, Raufoss	Olav Birkeland
2.-4 jul	VM testløp, Verdal	Øivind Stokseth
8.-15. aug	Craftcup løp junior, Trondheim	Eirik Nordbrøden
28. aug	NM ultralang, Sørreisa	Jon Pedersen
11.-12. aug	NM lang + NM jr stafett/CC, Trøgstad	Bjørn Axel Gran
17.-19. aug	NM mellom og stafett, Beitostølen	Bjørn Axel Gran
9.-10. okt	25-manna	Tor Ragnar Andersen
20.-24. okt	VM2011 samling, Frankrike	Olav Lundanes
30.-31. okt	Smålandskavlen, Tranås	Torben Wendler
25.-28. nov	Tiomilasamling 2011	Øyvind Helgerud
1-3. des	Camp Norway Kristiansand	Elena Roos

TOPPIDRETT

Ved starten av 2010 har vi et gledelig gjensyn med Mats Haldin (FIN) i Halden drakta. Til 25-manna fikk vi tilvekst av Gøril Fristad. Ved starten av 2011 har tilveksten på damesiden kun fortsatt: Guro Kolstad, Ingun Fristad, Galina Vinogradova og Holli Orr. Samtidig har Mattias Karlsson flyttet til Oslo og meldt overgang til Bækkelagets, og Morten Westergård og Mats Nordbrøden valgt å flytte til Stockholm for å studere og løpe for Järla. Mats vil riktignok representere oss i NM. Julie Andersen melder overgang til NTNUI.

I løpet av 2010 har nok noen løpere flyttet til Oslo, og Vincent og Lea har flyttet tilbake til Frankrike. Dette gjør at en hver trening er sårbar for lavt oppmøte. Konklusjonen i fjor var at vi ville fokusere på å gjøre det attraktivt å bo og løpe i Halden. Vi har fulgt opp gjennom å ha fulltidsansatt trener og ha flere gode kvalitetsøkter på dagtid i Halden, men Halden SK må nok legge mer ressurser i å hjelpe løperne som ønsker å bo i Halden med sponsoravtaler, jobb og studietilbud.

Tilveksten fra egen ungdomsavdeling er fortsatt stor og vi gleder oss til å ta i mot dem i fremtiden. Navnlista for DH17 består ved starten av 2011 av 62 personer som er med på treninger og konkurranser jevnlig, hvorav 17 juniorer.

Gjennomføring av aktiviteter er utført 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 og bonuser
- 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 2010 var tilrettelegging og individuell støtte basert på utøvere fordelt på 3 grupper. Alle løperne undertegnet en avtale som beskriver plikter og goder ved å være eliteløper i Halden.

- Elite 1: Anne Margrethe Hausken, Kajsa Nilsson, Anders Nordberg, Emil Wingstedt, Mats Haldin og Olav Lundanes.
- Elite 2: Ida Marie Næss Bjørgul, Vendula Klechova, Erik Axelsson, Jon Pedersen, Marius Bjugan, Mattias Karlsson og Martin Jullum (pre-O).
- Elite 3: Ane Næss Bjørgul (D19), Fredrikke Nohr Moth (D19), Iliana Shandurkova, Julie Andersen (D20), Lea Vercellotti, Bjørn Eriksen, Magne Dæhli, Mats Nordbrøden (H19), Morten Westergård, Torben Wendler og Vincent Coupat.

For 2011 er det valgt å endre på oppsettet til å ha fokusgrupper. Sesongplanen for 2011 er lagt opp med et fellesprogram, samt program for disse 4 fokusgruppene:

VM gull og klubbstafettene

- Medaljekandidater.
- Fokus på aktiviteter som komplimenterer landslagsopplegg. Fokus på tilrettelegging for å være toppidrettsutøver.

Steget opp

- De som har potensial å løpe VM, men ikke har vært på medaljenivå.
- Fokus på aktiviteter som bringer løpere fremover og i posisjon. Fokus på tilrettelegging for å være toppidrettsutøver.

Utviklingsgruppe

- Unge løpere med ambisjoner, dvs de som sier og viser at de ønsker å satse for å bli så bra som mulig om noen/flere år (løpere som satser langsiktig).
- Fokus på utviklings aktiviteter (f.eks. Camp Norway) og bruk av trenere for personlig oppfølging

Stafettløpere

- De som ønsker å satse med stafettene som høyeste mål.
- Fokus på aktiviteter knyttet til stafett (pre-camper, stafettoppgaver. ..)

JUNIORENE

Ansvarlig for juniorgruppa har vært Eirik Nordbrøden. I år har i tillegg Lacho Iliev vært engasjert som ansvarlig for trening av juniorene med spesielt fokus på oppfølging av de yngre løperne.

Vi har fortsatt en relativt stor juniorstall med 12-15 løpere som har deltatt i løp i løpet av året. I 2010 har hovedfokusert blant juniorene selvfølgelig vært NM arrangementene. I tillegg har det blitt satset på Craft Cupen (norgescupen).

Vi har i år ikke hatt noen løpere på det norske landslaget, men Matthias Kretzschmar kvalifiserte seg for det tyske landslaget til VM junior i Danmark. Her fikk han plasseringene

sprint 70, middel 47 og lang 74. I tillegg har Elena Roos deltatt på det sveitsiske landslaget under EM for juniorer i Skottland. Her fikk hun en flott 4. plass på sprinten, på langdistansen ble hun nummer 21 og hun deltok også på det sveitsiske 3. laget som ble nummer 8 i stafetten.

Ingen andre juniorer har hatt representasjonsoppgaver internasjonalt, men vi har flere løpere som har deltatt på samlinger i orienteringsforbundets regi.

I NM har juniorene i år fått en medalje, men det var i gjengjeld gull. Det var Fredrikke Nohr Moth som etter et flott løp under NM natt på hjemmebane vant D19-20. Dessverre har Fredrikke vært plaget med en del sykdom og skader i løpet av sesongen og derfor ikke kunnet følge helt opp den fine starten. Ellers var Ane Sofie Næss Bjørgul nær en medalje under NM mellomdistanse hvor det ble 4. plass. Andre plasseringer blant de 10 beste har vært:

NM sprint:	Fredrikke 5 og Julie 10 i D19-20
NM ultralang:	Ane 6 og Julie 7 i D19-20
NM lang:	Ane 7 og Fredrikke 8 i D19-20
NM mellom:	Ane 4 i D19-20, Petter 10 i H17-18

I NM juniorstafett hadde vi 2 lag på startstrek i begge klasser. Her gjorde damelaget en fin innsats med en 5. plass ikke langt bak medaljene. I tillegg ble herrenes 1. lag nummer 13 etter jevnt god løping.

I Craft Cupen ble Ane beste haldenløper sammenlagt med en 8. plass i D19-20 og i samme klasse ble Fredrikke nummer 9. I enkeltløp som ikke er NM har juniorene følgende plasseringer blant de 6 beste:

CC 2:	Fredrikke 4 i D19-20
CC 4:	
CC 5:	Ane 5 i D19-20
CC 6:	
CC 7:	Ane 6 i D19-20
CC 11:	Elena 4 i D19-20 og Petter 4 i H17-18

For neste år ser situasjonen for juniorene også ganske lovende ut og de bør minst kunne prestere på samme nivå som i år. Ikke minst er det mange løpere i dameklassene, men vi har bare 3-4 aktuelle herreløpere. Håpet er igjen å kunne stille med minst 4 lag under NM junior stafett. Vi vil passe på å ønske de nye juniorene velkommen i gruppa og takke juniorene som rykker opp i seniorklassen for tiden som har vært.

BREDDEGRUPPA

Av årets breddeaktiviteter, var 15-stafetten den første på kalenderen. Det var mange som så på avstanden til samlingsplass som uvanlig lang. Med parkering på Skullerud skole og en stor sykkelsti 2,5 km inn i skogen, var det flere som hadde forberedt seg godt ved å ta med seg sykler.

Halden stilte som vanlig med 2 lag på stafetten. Haldens 2. lag ble dessverre disket, men gjennomførte stafetten i god stil.

1.laget løp en jevnt bra stafett, med mange gode prestasjoner. Beste etappetid av Gry og Magne, og topp 5 etappetid på Anders O, Jon P og Marius. HSK måtte se 3 lag foran seg på resultatlistene. Vant gjorde Raumar, med et imponerende ungt lag. Tyrving og Nydalen på de neste plassene.

På vårens siste torsdagstrening, arrangerte o-gruppa sommeravslutning med sportslig innslag i form av stafett og grilling etterpå.

Det ble løpt en prolog i form av et brikkeløp rundt Daltjern, og vi satte lagene sammen utifra prologen. 2 mann stafett, en ung løper på første og en senior på andre etappe. Vinnerlaget denne gang bestod av Bård H. Andersen og Idun F. Olaussen. Etter stafetten ble det selvfølgelig god mat fra grillen med tilbehør. På en ellers ganske kjølig sommerkveld.

Klubb-KM stafett ble nok en gang en god HSK-stafett. Det kolliderte med noen andre arrangementer også denne gangen (Birkebeinerrittet, og NM ultralang). HSK klarte å stille med 5 lag denne høst- dagen. Neste år stiller vi forhåpentligvis med enda flere lag. Det artige med denne stafetten er uten tvil lag sammensetningen av gammel-ung, jente-gutt osv. Vi klarte nok en gang å bli kretsmestere, men måtte se et lag foran oss på resultatlisten allikevel, North West Junior Squad fra England.

Med resultatene 1.-3.-4.-5.-6. (kretsmessig)er jo dette veldig bra. På vinner laget løp: Tobias Thowsen, Fredrik Delås, Anders Nordberg og Guro Bryggen.

Høstens høydepunkt var som vanlig 25-manna. Vi stilte med to lag og med nesten 20 supportere ble det en fin klubbturn. Selv om 25-manna kolliderte med verdenscupavslutningen hadde vi med gode herreløpere. På damesiden er bredden i klubben mye dårligere, og det var bare Ane som løp opp mot sitt beste. Vi var derfor tidlig ute av kampen om seieren. I tillegg ble laget diskvalifisert på 4. etappe. 2. laget løp jevnt bra uten de store bommene, men var ikke i nærheten av fjorårets resultat. Det endte med 111. plass.

Hele vintersesongen har det vært innetreninger for alle som vil på Strupe på mandager. Damesiden kan melde om meget godt oppmøte på treningene. (mellom 15-25 damer) Herrene har også jevnt oppmøte på 10-15.

TUR-ORIENTERING

Tur-O opplegget er som tidligere et samarbeid mellom Gimle Idrettsforening, Idd Sportsklubb, Tistedalen Friluftslag og Halden Skiklubb.
Sesongen startet i år 1.mai og postene lå ute til 19. september.

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

Prestebakkefjella (1:10000 - A4)	O-kart - 8 poster - ansvarlig Halden SK
Høyås Nord (1:10000 - A3)	O-kart - 7 poster - ansvarlig Halden SK
Ryggerødfjellet (1:10000 - A4)	O-kart - 8 poster - ansvarlig Gimle IF
Venås Nord (1:10000 - A4)	O-kart - 7 poster - ansvarlig Gimle IF
Iddefjordfjella (1:10000 - A4)	O-kart - 10 poster - ansvarlig Idd SK
Sykkel-O Ertemarka (1:35000)	Turkart - 15 poster - ansvarlig Tistedalen FL

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

Gimle har i år lagt ut et antall By-O poster i området Hjortsberg/Stenrød som et prøveprosjekt uavhengig av den vanlige turorienteringen. Kart og postbeskrivelser kunne lastes ned fra vår nye hjemmeside og 24 deltagere registrerte seg på samme sted. 2 ekstra gavekort ble trukket ut blant disse.

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

Årets salg fordeler seg slik:

Køhn Libris:	75 konvolutter + 41 kontrollkort + 1 By-orientering
Sport Senteret:	17 konvolutter
Felleskjøpet Agri:	12 konvolutter
Statoil Kirkebakken:	32 konvolutter
Høyåsdagen:	4 konvolutter
Ertehytta, TFL:	10 konvolutter
Nexans :	20 konvolutter
Andre:	1 konvolutt
Totalt:	171 konvolutter

Halden kommune har i 2010 tilbudt sine ansatte rabatterte verdikuponger som kunne benyttes til kjøp av Tur-O konvolutter. 9 ansatte benyttet seg av denne ordningen (inkludert i tallene over).

Årets tur-o avslutning ble avholdt på Venås, søndag 17. oktober. Fremmøtet var større enn året før og ble avholdt i "storstua" på Venås. I god tradisjon ble det servert marsipankake og kaffe til de fremmøtte. Det store høydepunktet var trekking av premier blant alle dem som hadde levert klippekort med minst 25 klipp samt utdeling av bestilte merker.

Årets heldige vinnere ble:

GPS mottaker	Even Aamodt
Gavekort Felleskjøpet Agri	Randi og Eivind Bergstrøm
Gavekort Køhn Libris	Ole Kr. Førreisdahl
Gavekort Statoil	Åse Harridsleff
Gavekort Sport 8	Hans-Kristen Kjølvik
Gavekort Køhn Libris	Britt Laila Kristensen

Gavekort Køhn Libris
Gavekort Statoil
Gavekort Køhn Libris
Gavekort Sport 8

Ivar Nøland
Inger Tønnesen
Joar Wang
Svend Arne Ytterbøl

Vinner blant årets By-O deltagere:

Gavekort Køhn Libris
Gavekort Felleskjøpet Agri

Thomas Ernstzen
Øystein Johansen

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

Ellers fikk vi en del tilbakemeldinger på årets opplegg og deltagerne var stort sett fornøyde, selv om noen kunne ønske seg flere lange turer mens andre ønsket seg flere kortere løyper.

Vi er rimelig fornøyd med antall nettregistreringer og innleverte kort samt at antall solgte konvolutter i år økte med 16 i forhold til fjoråret. Vi har derved videreført den stigende trenden fra i fjor.

Hans Kurt Karlsen har laget en ny hjemmeside under navnet Tur-Orientering i Halden, med adressen www.Tur-O-Halden.no. Dette vil være en fellesside for all Tur-O aktivitet og det er lagt ut linker fra de forskjellige klubbenes hjemmesider. Totalt er det registrert 2611 treff på hjemmesiden hvorav 1282 har fulgt link videre til NOF's "Turorientering på nett" og 904 har åpnet månedens GPS. 635 har fulgt link til siden fra HSK sin hjemmeside (inkludert noen fra NOF infobrev) mot 103 fra Gimle og 83 fra TFL.

Det ble i 2010 opprettet en vandrepokal for grupper. Denne skulle tilfalle den klubb med fleste postbesøk registrert på NOF's "Turorientering på nett". Det ble her en hard kamp mellom TFL og HSK hvor HSK til slutt gikk av med seieren med 968 poster fordelt på 20 deltagere. TFL kom på en sterk 2.plass med 913 poster fordelt på 17 deltagere.

For første gang har turorienteringen i Halden åpnet for nettregistrering via NOF sin offisielle Tur-O side: turorientering.no. Her er det registrert inn 3332 poster fordelt på 79 registrerte deltagere. Dette plasserer "Tur-Orientering i Halden" på 9.plass på norgesstatistikken.

Ansvarlig for årets Tur-O opplegg fra HSKs side har vært Kjell Holene, Thor Palmgren og Hans Kurt Karlsen.

Statistikk år for år:

	2005	2006	2007	2008	2009	2010
Solgte konvolutter:	391	153	146	134	155	171
Solgte tilleggskort:	33	33	33	38	24	41
Innleverte kort:	40	54	62	56	59	36
Registreringer på nett (NOF):						64
By-orientering (reg. på hjemmeside):						24
Antall poster:	64	61	64	60	60	60
Resultatet i år ble på kr. 25.256,-, inkludert 4.000,- i støtte fra NOF. Av overskuddet overføres kr. 24.000,- som fordeles likt med 6.000,- til hver av de deltagende klubbene.						

Halden, 17.januar, 2010
Hans Kurt Karlsen

RESULTATER O-GRUPPA 2010

UNGDOMSGRUPPA (UFO)

Ungdomsaktiviteten i Halden Skiklubb har også i 2010 vært preget av stor aktivitet og mange fine sportslige framganger. Vil spesielt nevne at vi har aktivisert mellom 40 og 70 barn og ungdom i sesongen 2010.

Sportslig

I Norwegian Spring på Holt gård fikk vi 8. og 14. plass i jentestafetten. Guttene ble nr 15 og 25. Individuelt ble Gry Granstedt nr. 9 i D16, Anders F. Olaussen nr 6 i H15 og Gina Granstedt nr.7 i D13-14.

På Lørdagskjappen vant Gina Granstedt D13-14. I Smaaleneløpet med jaktstart ble i D13-14 Gina Granstedt nr 2 og Nina A. Birkeland nr 6.

Et av vårsesongens store mål var Tio-mila, og vi stilte med 3 lag i ungdomsklassen. Siden vi i år hadde mange debutanter, hadde vi ikke toppede lag. Dette fordi vi ønsket å sette opp lagene slik at flest mulig kunne delta. Lagene fra HSK plasserte seg på 16.plass (Sander F. Kirkebøen, Ingeborg Gustavsen, Gry Granstedt, Anders Felde Olaussen), 117.plass (Gina Granstedt, Synnøve Gustavsen, Håkon Raadal Bjørlo, Peter Nordbrøden). 3:e laget ble disket. Totalt deltok ca 300 ungdomslag.

I 15 stafetten den 23 mai ble Halden Skiklubb nr 4. På laget deltok Anders F. Olaussen, Gina og Gry Granstedt.

Unionsmatchen for alder 13-16 år gikk 2010 i Kungsbacka, Halland fra 4-6 juni. Fra HSK ble 10 ungdommer tatt ut for å representere Østfold. Individuelt løp på lørdagen med avsluttende stafett på søndagen. Beste plasseringene ble Nina Asheim Birkeland – nr. 5 i D 13-14, Gry Granstedt - nr 8 i D 15-16 og Anders Felde Olaussen - nr. 9 i H15-16. Øvrige som deltok var Ingeborg Gustavsen, Sander F Kirkebøen, Gina Granstedt, Ingvill Torgersen, Peter Nordbrøden, Håkon Rådal Bjørlo og Petter Norsted Kildebo.

O-Festivalen ble arrangert på Raufoss, Gjøvik den 25.- 27. juni. Nina Asheim Birkeland fikk sitt store gjennombrudd med seier i D14 klassen begge dagene. Øvrige gode resultater fra sprintdistansen: Gina Granstedt nr. 2 i D13, Håkon R Bjørlo nr. 6 i H13, Anders F Olaussen nr. 6 i H15, Gry Granstedt nr. 6 i D16. Langdistansen, Petter N Kildebo nr. 2 i H13, Håkon R Bjørlo nr 9 i H13, Gina Granstedt nr 4 i D13, Anders F Olaussen nr. 8 i H15 og Ingvild Torgersen nr 10 i D14. Stafettresultater: i D13-16 (Ingeborg Gustavsen, Nina Asheim Birkeland, Gry Granstedt) nr. 5 og 2. laget ble nr. 10 (Gina Granstedt, Astrid Næss Bjørgul, Ingvild Torgersen).

I lagkonkurransen (patrulje) for de yngste ungdommene hadde vi 2 lag som fullførte i fin stil i en spektakulær løype med motbakkestrekk i bush, strekk gjennom en splæsjemyr og strekk nedover elvestryk. På HSK's 2 lag løp;

Olav Schmitt Gran, August A Birkeland, Alexander Skaug Ytterbøl, Ole Øivind Norsted og Hedda Raadal Bjørlo, Nora Torgersen og Johanne Marie Norsted, Idun Felde Olaussen

O-ringen i Örebro deltok 15 ungdommer. De beste plasseringer ble; 7. Gina Granstedt i D13 Nina A Birkeland nr 15 i D14, Håkon R Bjørlo nr 16 i H13.

Årets hovedmål for 14-16 åringene var Hovedløpet i som gikk i Trondheim, med Skøyenar/ som arrangør. Vi hadde med 7 deltagere.

De beste plasseringene ble, Gry Granstedt, 4. i D 15 Sprint, nr. 12 på langdistanse. Anders Felde Olaussen med en 5. plass (H14) Sprint, Nina A. Birkeland nr. 10 (D14) både på sprint og langdistanse.

I kretsstafetten ble Østfolds 1. lag nr. 7 i jenteklassen med 1 HSKer på laget.- Gry Granstedt. Østfolds 2. lag utmerket seg til den grad at de vant kostymeprisen, Nina A Birkeland og Ingvild Torgersen løp på laget.

I KM stafett ble det 2 plass i jenteklassen. HSK lag (Gina Granstedt, Nina A Birkeland, Gry Granstedt)

I KM mellomdistanse fikk vi følgende bland de 3 beste, Gina Granstedt nr. 3 (D13-14, Håkon Raadal Bjørlo nr. 1 (H13-14), Peter Nordbrøden nr.3 (H13-14), Gry Granstedt nr 2 (D15-16) og Idun Felde Olaussen nr. 1 (D 11-12) og Olav Schmitt Gran nr. 1 (H 11-12)

Sport 8 serien (Ungdomsserie) har i år bestått av 8 løp.

Halden Skiklubb har deltatt med bortimot 40 ungdommer opp til 16 år, med mange god prestasjoner. Klubben vant lagkonkurransen og de fleste aldersgruppene sammenlagt og var desidert største klubb.

For 2010 er det delt ut tre priser til ungdomsløpere som har framhevet seg:

Petters pris	Gry Granstedt
Arnestatuetten	Olav Schmitt Gran
Interoptiks pris	Petter Norsted Kildebo

Skaukarenes krus deles ut til kretsens 11-14 åringer og Olav Schmitt Gran er tildelt denne i år.

Yngste UFO gruppe, også kalt "UFO-friskus", er for barn mellom 8 og 12 år (født mellom 1998 og 2002). Noen yngre enn dette er også med på gruppa.

På mandager har det vinteren og høsten 2010 vært innetrening på Strupe. Mens det var i underkant av 20 i vinter, har antallet økt til opp mot 25 barn i høst. De har vært med på ballspill, stafetter og leker. Gruppa har vært ledet av Stine Marie og Maiken Norsted Kildebo.

Torsdagstreningene har vært på Høiås, der vi har vært ute i all slags vær. Det har vært refleksløyper, rebusoppgaver, stafetter, leker og flere o-tekniske øvelser. Innimellom har det vært noen orienteringsøvelser inne. Før sommeren trente ca. 25 barn hver torsdag på Høiås. Trenerne var: Bjørn Brække, Gjermund Holm, Martine Andersen, Irene Felde Olaussen og Geir Torgersen

Etter sommeren økte antallet så mye at vi valgte å dele inn i to grupper. I tillegg begynte 1998-barna å trene med den eldste UFO-gruppa. Yngste gruppa (2001-2003) har i høst vært

trent av Bjørn Brække, Gjermund Holm og Arild Kirkebøen. Den andre gruppa (1999-2000) har vært trent av Olav Kristian Birkeland, Irene Felde Olaussen og Geir Torgersen. I snitt har det møtt ca 25-30 barn på disse treningene.

Det er gledelig at mange av de barna som begynte på UFO i 2009 har fortsatt i år og fått med seg resten av familien ut i o-løypa. Det har også i år vært spesielt flott at så mange av barna har deltatt i ordentlig o-løp. I syv Sport 8 serieløp og i tillegg fire andre løp har de vært spesielt oppfordret til å delta. Totalt har 25 barn i UFO-friskus deltatt på o-løp.

I løpet av 2010 har det vært 43 barn fra 1999 og yngre som har vært innom UFO-treningene. Tilsvarende antall i 2009 var 30 barn.

Høsten 2010 har 11 barn født i -97 og 98 gjennomgått og repetert o-teknikk, for å ta o-idrettens ferdighetsmerke i bronse. Ferdighetsprøven består av en praktisk og teoretisk prøve om karttegn, retninger, avstander og postbeskrivelse. I tillegg må barna ha deltatt på minimum tre o-løp i løpet av sesongen. Alle de 11 barna klarte ferdighetsmerke i bronse, disse er: Synne Malene Brække, Johanne Marie Norsted, Karoline Aune, Erlend Brendstuen, Idun Kristine Felde Olaussen, Alexander Skaug Ytterbøl, Nora Torgersen, August Asheim Birkeland, Hedda Drøivoldsmo, Sigrid Fosby og Ella Aunaas.

Eldre UFO har hatt 4 ivrige trenere; Kjetil Bjørlo, Jørn Nordbrøden, Morten Kildebo og Jan Granstedt.

Innetreninger på mandager har vært gjennomført av Stine Marie og Maiken Kildebo, mens Gøril Fristad har tatt seg av teknikktreningene i høst.

UK og stafettansvarlige har vært Morten Kildebo, Jan Granstedt og Jørn Nordbrøden.

Aktiviteter

Det har også i år vært flere turer og arrangementer. Den tradisjonelle skituren til Budor i Hedmark, ble i år arrangert i februar og det var ca 50 deltagere som var godt fornøyde. Det ble mye langrennstrening, og på søndagen ekstra aktiviteter samt kjelkekjøring i slalombakken. Hovedansvarlig for turen i år var Arild Kirkebøen.

Det var foreldremøte på en torsdag etter treningen i mars med informasjon om årets sesong.

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.

1.mai ble Høiåsdagen arrangert med noe redusert deltagelse pga regn m.m. Hovedansvarlig var Claus Norsted.

Nybegynnerkurs for voksne og småsøsken ble arrangert våren 2010 over 2 torsdager med Anne Julsrud Haugen som ansvarlig.

Skolesprinten ble arrangert i Festningen i September med ca 600 deltagere i 4. til 7. klasse. Ansvarlig for arrangementet var Magne Dæhli.

Treningsleir til hovedløpet ble arrangert på Budor i samarbeid med kretsen. Jan Granstedt var med som leder fra Halden Skiklubb.

Det ble årlig sykkeltur for de yngre UFOene med overnatting til Ørsjøen 4.-5.juni

Trøsken arrangerte O-troll leir på Harehjellhytta. Vi deltok med ca 20 barn og 3 voksne og var faktisk 1/3 av alle deltakerne.

Det ble en fin helg med mye trening og mange nye bekjente.

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

En mørk fredagskveld i november samlet ca. 30 barn, ungdom og foreldre seg på Stenrød for å delta på "Skrekk-o-gru". 13-14 åringene var med på å lage det ekstra spennende for de små.

Den 20.nov. ble det arrangert "mini-seminar" på Høiås for dem som er ledere og trenere i UFO. Her var fire av de andre store norske ungdomskubbene invitert. Sammen med Kongsberg, Raumar, Nydalen og Fossum utvekslet vi idéer og ga hverandre nyttige tips om o-trening for barn og ungdom.

UFO challenge ble i år arrangert 21. November, samtidig med Skolleborgturen (hvor de eldste deltok) Det var over 30 barn med og de var meget godt fornøyde etter en lang og strabasøs tur fra Hjortsberg skole til Høiås. Utfordringene ble avsluttet med følge tråden løype, trillebårkjøring, taubalansering og bruskasseløp.

Sesongavslutning på Rollin Bowlin ca. 50 ungdommer. Vi lekte med de forskjellige aktivitetene med bowling og radiobiler som de mest spennende aktivitetene.

Ungdommer som hadde flere enn 10 tirsdagstreningløp fikk premie, en flott drikkeflaske.

Alle 13-16 åringene fikk perm til å samle kart i.

Nissejogg var avslutningen på en lang sesong med gløgg og pepperkaker etter en strevsom tur i skogen med stjerneorientering.

Styret

Ungdomsgruppen har i 2010 bestått av Claus Norsted som leder, Jan Granstedt, Morten Kildebo, Monica Thowsen, Geir Torgersen, Jørn Nordbrøden, Kjetil Bjørlo, Arild Kirkebøen og Svend Arne Ytterbøl

Dugnad/Økonomi

Vi har hatt en god økonomistyring og prosjektoppfølgning med Claus Norsted som ansvarlig.

Det har også vært en god dugnadsinnsats i gruppa. Mange har deltatt i arrangementet som Høiåsdagen, arrangert tirsdagsløp, Østfoldsprintløp, Sport 8 løp og Grenserittet.

Ungdommene har sammen med sine foreldre hatt hyttevakt i sommerhalvåret.

Halden, 17. januar 2011

Claus Norsted, leder UFO-gruppa

Resultater UFO 2010.

