



ÅRSRAPPORT

ØSTFOLD SKIKRETS

2021-22



Innholdsfortegnelse:

Beretninger 2021-22

Side	3	Kretsstyrets beretning
Side	10	Alpinkomiteens beretning
Side	14	Hopp- og kombinertkomiteens beretning
Side	22	Langrennskomiteens beretning

ÅRSBERETNING KRETSSTYRET 2021-2022

ORGANISASJON

STYRET OG KOMITEER

Skikretsens styre har bestått av:

Leder og nestleder:

Leder: Tore Sandem, Askim IF
Nestleder: Håvard Lysaker, Slitu IF

Styremedlemmer, hvor av tre er i grenkomiteene

Styremedlem: Ingvill Myklebust, Trøgstad Skiklubb
Grenleder alpint John Måleng, Sarpsborg IL
Grenleder hopp Tom A. Brenna, Hobøl IL
Grenleder langrenn Sturla Korsæth, Trøsken IL

Varamedlem Hans Einar Sætra, Ørje IL
Varamedlem Rebecca Dalby, Moss skiklubb

Grenkomiteer:

Alpinkomiteen:

Leder: John Måleng, Sarpsborg IL
Medlem: Andreas Bure, Sarpsborg IL
Medlem: Kristoffer Skolt, Vannsjø/Svinndal IL
Medlem: Jon Kjellin, Sarpsborg IL

Hoppkomiteen:

Leder: Tom A. Brenna, Hobøl IL
Medlem: Børge Gjendahl, Askim IF
Medlem: Jan Lindemark, Hobøl IL
Medlem: Bård Løken, Askim IF

Langrennskomiteen:

Leder: Sturla Korsæth, Trøsken IL
Medlem: Jostein Levorstad, Spydeberg IL
Medlem: Bendik Olrud, Fredrikstad Skiklubb
Medlem: Per Weng, Eidsberg IL
Medlem: Erik Haakaas, Trøgstad Skiklubb
Medlem: Kent-Ivar Sollund, Fredrikstad Skiklubb

Anleggskomiteen:

Leder: Kåre Steffensen, Trøgstad Skiklubb
Medlem: Jan Lexerød, Vannsjø/Svinndal IL

Medlem: Jan Lindemark, Hobøl IL

Revisorer: Grethe Lippert, Trøsken IL
Cathrine Winther Johansen, Sarpsborg IL
(Trakk seg høsten 2021)

Valgkomite:

Leder: Kåre Steffensen, Trøgstad Skiklubb

Medlem: Jan Lexerød, Vannsjø/Svinndal IL

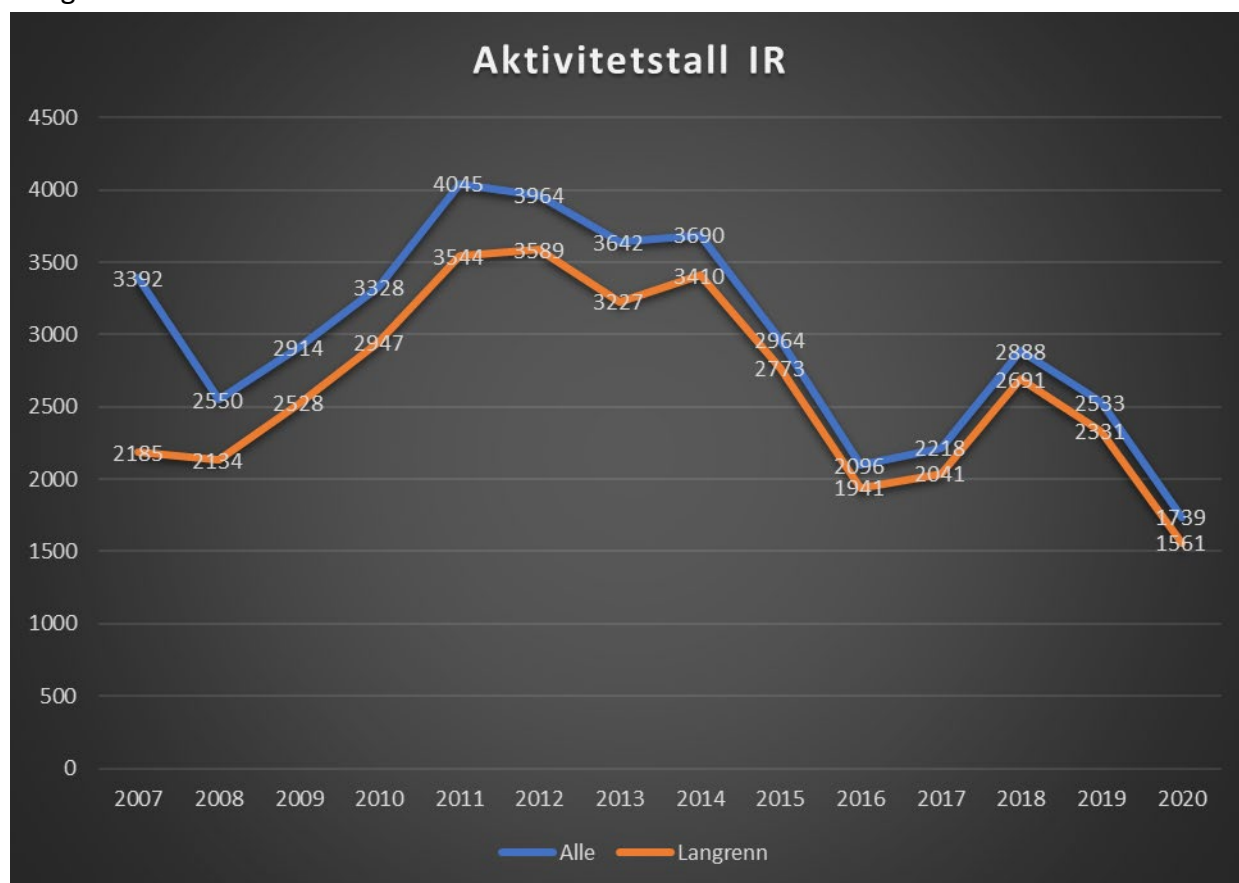
Medlem: Thomas Myrvang, Askim IF

STYRETS ARBEID

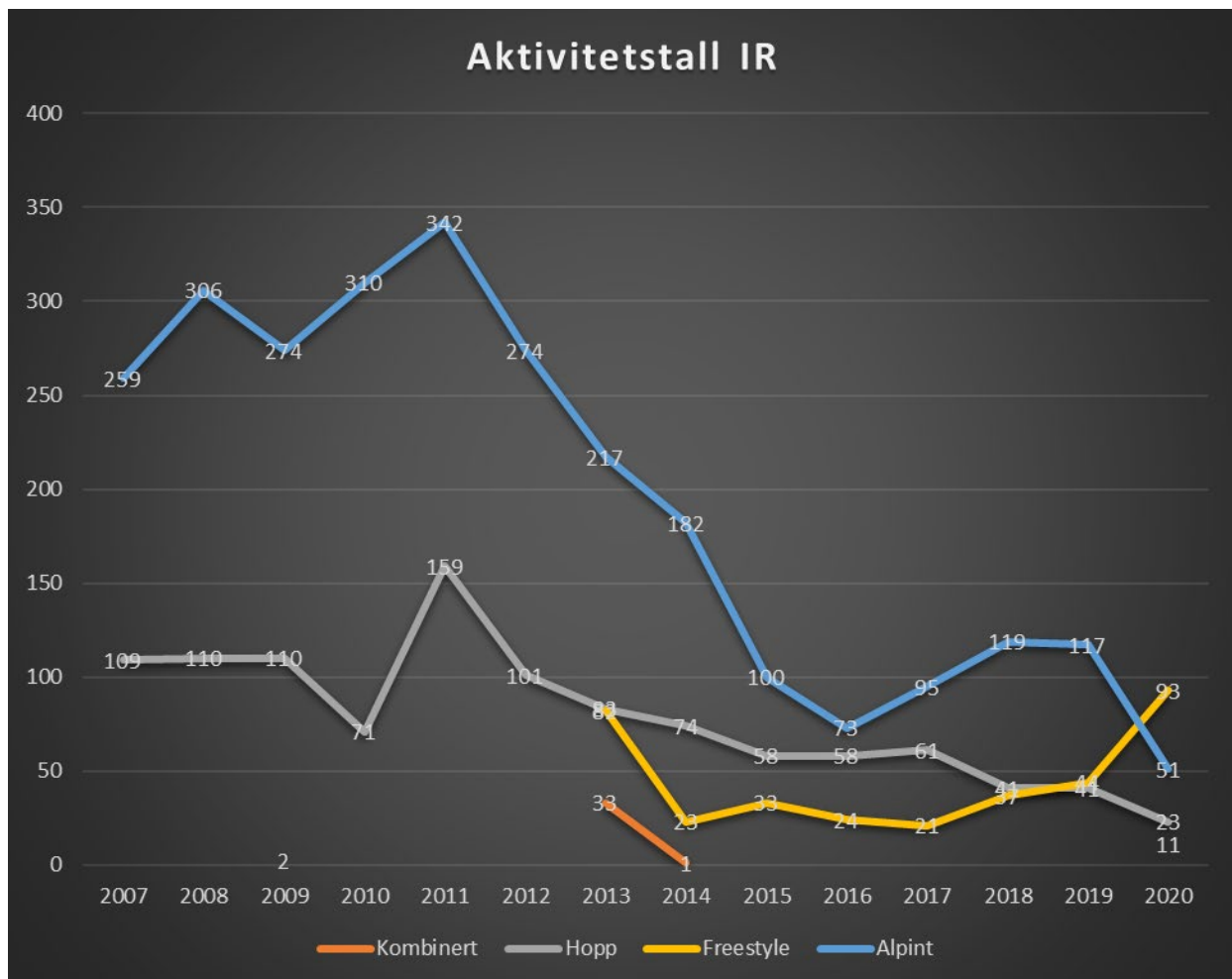
Det er avholdt 7 styremøter denne sesongen.

LAG OG MEDLEMMER

Skikretsen besto av 27 klubber pr. 31.12.2021. Det er ingen endring fra forrige år. Antall medlemmer pr. 31.12.2020 var 1739 (2533 i 2019) av disse er 966 (1189 i 2019) barn og ungdom under 18 år. Det betyr at både det totale medlemstallet og antall barn og ungdom har gått ned.



Historiske aktivitetstall alle grener og langrenn.



Historiske aktivitetstall alpint, freestyle, hopp og kombinert.

IDRETSSLIG AKTIVITET

Det er i klubbene den idrettslige aktiviteten foregår. Det gjøres en meget god jobb rundt i de klubbene som har aktivitet. De siste årene har det blitt færre klubber som har skiaktivitet.

I anleggene med snøproduksjon meldes det om god aktivitet

Denne sesongen har vi fått arrangert de fleste planlagte terminfestede rennene.

PRESTASJONSNIVÅ

Denne sesongen har man fått arrangert alle større nasjonale renn.

ØSK hatt flere deltakere som har hevdet seg godt.

Kretsstyret gratulerer med flotte resultater og takker både de aktive og støtteapparatet rundt disse med innsatsen.

Vi viser til fagkomiteenes årsberetninger og resultatlister.

REKRUTTERING

Rekrutteringen i våre aktive klubber har vært god. Kulde perioden vi fikk etter jul gjorde at anleggene med snøproduksjon fikk produsert nok snø slik at man har kunnet drive god klubbaktivitet hele vinteren. Vi ser dessverre en klar nedgang i antall deltakere i våre terminfestede renn i langrenn.

Også i år har man gitt tilbud om Telenorkarusell. Dette er et tilbud til klubbene om å arrangere uhøytidelige rekrutteringsarrangement. Arrangørene har mottatt diverse utstyr som de trenger til slike typer arrangement. I Østfold har vi planlagt 6 (7 i 2021) slike arrangement. Disse har mottatt arrangementsutstyr til 875 (1025 i 2021) deltakere.

ARRANGEMENTER

Det har i denne sesongen vært terminfestet 14 arrangementer. Fordelingen i de forskjellige disipliner er følgende:

	Arrangert	Avlyst
Alpint	2	0
Hopp	0	2
Kombinert	0	2
Langrenn	6	2

Denne vinteren har igjen vist hvor avhengig vi er av våre anlegg med snøproduksjon. Uten disse anleggene ville man ikke kunne drive den gode aktiviteten som skjer rundt om i klubbene.

ANLEGG

Sesongen 2021-2022 har vært særs snøfattig her i Østfold. Ja, faktisk den mest snøfattige på flere tiår. Dette har kanskje påvirket aktiviteten på anleggsområdet. Aktiviteten blant tillitsvalgte, dugnadsfolk m.fl. har vært mer opptatte av å produsere kunstsne, eller stått på med kjøring til nærmeste kunstsneanlegg. Vi er heldige i Østfold som har mange kunstsneanlegg tilgjengelig – ikke veldig langt fra der aktive skiløper og trimmerne bor. Flere skianlegg har blitt oppgraderte de siste åra. I arbeidet med anlegg er det viktig at en har med seg at anlegget skal gi tilbud om flere skiativiteter. Med tanke på nyanlegg, tenk da at det skal ligge så nær der folk bor.

Her kommer en oversikt over aktiviteten i sesongen 21-22:

Middagsåsen alpinanlegg.

Planlagt rekruttering anlegg i hopp i forbindelse med alpinanlegget er utsatt. Avtale med grunneier er ikke kommet i orden.

Granskollen. Hobøl i.l.:

Skitrekk i forbindelse med lite alpintilbud er ikke i orden. Det jobbes med bedring av vanntilførselen til kunstsneanlegget. Hele anlegget var snølagt i vinter med aktivitet i hele tre måneder.

Spydeberg skiarena – Myrberget.

Planene for rulleskianlegg er på plass. Finansiering av arbeidene lar vente på seg. Anlegget er prioritert til spillemidler. I påvente av disse midlene, hadde laget håpet på en forskuttering fra Indre Østfold kommune for å kunne starte opp anleggsvirksomheten, men kommunen har ikke latt høre fra seg om dette. Anleggsvirksomheten på rulleskianlegget er derfor stilt i bero. Ellers har det vært stor virksomhet i vinter gjennom ca. fire måneder i dette Regionanlegget.

Kjerringåsen.

Dette er vårt største alpinanlegg. Det har vært stor aktivitet i bakkene i hele vinter. S.i.l og øvrige ansvarlige for drifta i Kjerringåsen har ambisiøse planer for anlegget. Representanter fra NSF, ØSK, Viken fylkeskommune og Trøsken var i mars invitert til et møte i Kjerringåsen om disse planene. Det er planer om utvidelse av anlegget med hoppbakker (flere størrelser) i tillegg til sykkeltilbud. Dessuten planlegges det forbedring av løypetrase til Harahjelhytta (Trøsken). Vi fikk en grundig orientering og befaring omkring dette prosjektet. Pennende var det.

Ørje i.l.

Ørje i.l. arbeider med å oppgradere traseen for «Over Kjølen» - løypa. Det er ei løype som går fra Ørje og ender opp i Tøcksfors. Dette er en flott turtrase hvor det tidligere ble arrangert turrenn fra Ørje til Tøcksfors med stor deltagelse.

Høstmøte i Norges Skiforbund i Oslo i oktober.

Høstmøte i NSF hadde denne gangen anlegg som tema. På møtet var Hobøl i.l. representert i tillegg til leder i anleggskomiteen. Møtet var nyttig. Vi fikk innføring i hva en bør vektlegge i planleggingen og utbyggingen av skianlegg. Et viktig moment var å legge inn flere skiaktiviteter innenfor anleggsgrensene. Vi fikk også gjennomgang av hvordan dette var løst på forskjellige steder i landet. Utbyggingen i Granskollen i Tomter er langt på vei i tråd med det vi fikk presentert.

Når det gjelder anlegg og anleggsutbygging inviterer vi lagene til å ta kontakt med anleggsutvalget. Vi har ikke alle anleggskunnskaper, men vi har god kontakt med personer som kan være til hjelp i spørsmål du har omkring anlegg.

KURS/UTDANNING

Det har ikke blitt arrangert noe trenerkurs denne sesongen i kretsen. Det har blitt arrangert TD/arrangørkurs langrenn i samarbeid med Akershus og Oslo.

ØKONOMI

Skikretsens økonomi er relativt god.

Omsetningen er som forventet. De viktigste inntektene til kretsen er kretskontingenten, overføringene fra NSF og driftstøtten fra ØIK. Regnskapet for 2021 viser et overskudd på kr. 74 688.-. Grunnen til overskuddet er økt tilskudd fra NSF og at utgiftene er mindre en budsjetter pga. avlysninger av aktivitet.

INFORMASJON

Kretsens hjemmeside er kretsens viktigste informasjonskanal. Nettsider har blitt fortløpende oppdatert både med hensyn til endringer på terminlister, resultater og annen informasjon.

Som tidligere legger klubbene inn og à jour fører informasjon om sine arrangement og sine adresser.

Vi prøver også å være aktive på kretsens Facebook side.

OPPSUMMERING AV SESONGEN 2021-2022.

Etter denne sesongen er det verdt å merke seg at vi stått gjennom en periode med koronarestriksjoner, og har kommet oss gjennom det. Mange har ventet lenge på å kunne sette i gang idrettslivet for fullt. Både aktivitets, og rekruteringsnivået er fortsatt stort sett det samme som tidligere. All honnør til utøvere, trenere og støtteapparat.

Vi også denne vinteren igjen hatt stor utnyttelse av våre kunstsnoanlegg. Hele vinteren har vært preget av mildvær og lite snø i Østfold.

Det er verdt å nevne i oppsummering fra sesongen at vi nå har fått hopp- og kombinert utøvere, og endelig fått denne disiplinen på plass i vår tidligere hoppkomite.

Uten å nevne for mange utøvere resultatmessig så er det vanskelig å ikke nevne Marius Aas Hast som ble den første hopper i Østfold på over 200 metersgrensen.

Komiteenes beretninger viser ellers at det har vært god aktivitet, noe også resultatene viser om bred deltagelse.

Vår anleggskomite jobber også iherdig og har flere gode prosjekter på gang.

Takk til alle for en gjennomført bra sesong!

ØSTFOLD SKIKRETS

Tore Sandem (s)
Leder

Håvard Lysaker (s)
nestleder

Ingvill Myklebust (s)

John Egil Måleng (s)

Tom A. Brenna (s)

Sturla Korsæth (s)

ÅRSRAPPORT FRA ALPINKOMITEEN SESONGEN 2021-2022

1. Organisasjon

Komiteen har i denne perioden hatt følgende sammensetning:

Leder: John Egil Måleng
Medlem: Andreas Bure
Medlem: Jon Kjelin
Medlem: Kristoffer Skolt

2. Aktiviteter

Siden aktiviteten i VS alpin er liten er opplegg og aktivitet i denne beretningen i all hovedsak fra aktiviteten som har vært i SIL (Sarpsborg) alpin. SIL alpin har medlemmer fra Sarpsborg, Fredrikstad, Våler, Indre Østfold og Moss. Opplegget i SIL alpin er et krets opplegg, som er åpent for VS alpin og andre i Østfold skikrets.

Sesongen 2021-22 har også hatt sine utfordringer opp mot korona begrensinger, men dette løste seg opp ut over vinteren og vi fikk en tilnærmet normal sesong.

Bendit på ÅL 6-12 år, Minifart på Hafjell for samme års gruppe, hadde ca. 12 deltagere fra SIL alpin.

LF 3 deltager som gikk på Norefjell og HL på Ål med 3 deltager der også.

I tillegg har vi hatt løper som har vært på fartssamling i regi NSF på Hafjell og Ara farten før jul. De ivrigste har deltatt på renn i Hemsedal, Trysil, Hafjell og Oslo området i tillegg. En liten gjeng på 6-8 alpinister fra U12-16 har vært ivrige.

Også denne høsten har vi hatt samarbeid med Akershus, så løper fra U12-U16 har kunnet trene i Snøhallen en dag i uka fra uke 41. I tillegg har det vært arrangert 5 samlinger i Snøhallen i helger på dagtid, og 17 november som var fridag for skolene.

Videre hadde SIL alpin samling på Skeikampen 3-5 desember. Dessverre var det noen utfordringer før jul med at snøen og kulda kom sent på fjellet, så flere samlinger ble det ikke.

Det har også vært gjennomført noe barmarkstrening på Crossfit senter i Fredrikstad og ute på Kalnes. Ingen barmarkstrening innendørs denne høsten.

Vi var heldige og fikk tidlig og stabil kulde de hjemme, Kjerringåsen åpnet første bakke 4. desember, Middagsåsen litt senere.

Aktiviteten i SIL alpin har vært bra, det samme rekrutteringen. SIL har hatt en tilvekst på ca. 20 barn denne vinteren samtidig med det nye ivrige foreldre. Det nærmere seg nå snart 50 aktive barn på ulike nivå.

Dette året ble det forsøkt å etablere en Master gruppe med trening hver onsdag, lett SSL. Der har vi nå en har kjerne på over 10 godt voksne alpinister, og flere har hørt om dette og vil henge seg på neste vinter.

VS alpin har hatt aktivitet i sin skiskole, og dette er tilbakemeldingen fra dem.

VS Alpint kjører treninger/skiskole tirsdag og torsdager.

Det er ca. 4-8 personer på treningene.

Vi må jobbe for å få med flere fra VS, så begge klubber er oppe og går igjen i kretsen.

Jeg har vært i kontakt med de som drifter anlegget, de ønsker mer aktivitet og har mange henvendelser på trening og skiskole.

Resultater/renn

Vi kunne alpint arranger KM alpin igjen, SL lørdag 5 mars 35 deltagere, og SSL søndag 6. mars 41 deltagere. Vær og føre var helt topp, og med så å si e helt ny arrangørstab i SIL, gikk arrangementer veldig bra.

KM var også rangeringsrenn for LF og HL.

KL SL Kretsmestere

U14 Malou Falkendal Syversen

U14 Ulrik Tunheim Strøm

U16 Sebastian Sørby Henriksen

U18 Anders Tegneby de Flon

KM SSL Kretsmestere

U14 Malou Falkendal Syversen

U14 Fabian Stormorken

U16 Sebastian Sørby Henriksen

U18 Anders Tegneby de Flon

Menn Master Alexander Henriksen

Kvinner Master Siri Syversen

LF gikk i år på Norefjell her er resultater

Team Event, ut i første runde

SL U14

Malou Falkendal Syversen nr 34

Ulrik Strøm DNF

SL U13

Malte Torp Bure nr 48

SSL U14

Malou Falkendal Syversen nr 41

Ulrik Strøm DNF

U13 avlyst

SG U14

Malou Falkendal Syversen 41

Ulrik Strøm 47

U13

Malte Torp Bure 59

Jevnt over gode prestasjoner sett opp mot utgangspunktet, og at det har vært 3 års fravær av renn utenfor kretsen for disse alpinistene.

HL gikk på Ål her er resultater

SL U16

Sebastian Sørby Henriksen nr 42

Leo Leader Kjellin nr 46

Nicole Brandstrøm DNF

SSL

Sebastian Sørby Henriksen nr 68

Leo Leader Kjellin nr 84

Nicole Branstrøm nr 60

SG

Sebastian Sørby Henriksen nr 69

Leo Leader Kjellin nr 79

Utfor

Sebastian Sørby Henriksen nr 75

Leo Leader Kjellin nr 83

Her også gode prestasjoner og spesielt i SL der begge gutta var godt opp på øvre halvdel av resultatlista. Dette i forhold til at de er første års U16 som er med.

Anlegg/utstyr

Middagsåsen og barnebakken har gjort en oppgradering av snø produksjon mot den nye barnebakken.

Kjerringåsen har fått revet den gamle skiutleia som gjør mellombakken og Sil bakken mye bedre.

Ny trafo er bestilt og kommer på plass sommeren 2022, med de tiltakene vil Kjerringåsen doble kapasitet på snø produksjon. Men dette forbedringen sikre det at hele anlegget kan åpne og vi får med SIL bakken som er velig fra opp mot trening og arrangement.

Gledelig er at det er god oppslutning om sykkeltilbud/ Down hill i Kjerringåsen, og der venter de nå bare på mildværet så de får startet opp igjen.

Kjerringåsen som eies av Sil IL med 51 % har kjøpt Dalen går i Kudalen i bunn av Kjerringåsen. De første møtene om å utvikle dette området til et aktivitetssenter for både sommer og vinter har startet.

Middagsåsen driftes veldig god og teknisk så er snøanlegget utvidet og forbedret, hele anlegg var oppe fra før jul. Terrengparken trekker mange barn og ungdommer. Selv om de ikke er registret aktivitetstallene til NSF er det nok god over 50-60 aktive i freeski og snowboard der ukentlig på uorganisert trening.

3. Oppsummering:

Antall barn på treninger i SIL alpin i år har økt igjen og vi har fått god rekruttering i de yngste klassene. Medlemstallet er nå opp mot 50 aktive, og når vi er tilbake til normale tilstander får vi også med oss våre svenske venner, der har vi 2-3 aktive til. Freeski miljø er også startet opp med 10-15 aktive der på trening.

VS alpin har god aktivitet på skiskole og mange freeskier, og 4-8 som trener ukentlig.

Kjerringåsen holdt åpent i 110 dager 4. desember til 24. mars, Middagsåsen til 3. april. Med ca. 110 skidager så ligger det absolutt muligheter for alpin skitrening her i Østfold skikrets. Når vi i tillegg kan nå Snøhallen på litt over 1 time unna, har vi gode forutsetninger for å utvide alpinmiljø i Østfold, med det også freeski miljø.

Fremdeles viktig for klubbene å skape aktivitet, både for og beholde eksisterende og for å rekruttere nye medlemmer. Aktivitet hjemme må alltid være første prioritet.

Moss 3.mai 2022

John Egil Måleng

Jon Kjellin

Andreas Bure

Kristoffer Skolt

ÅRSRAPPORT FRA HOPP OG KOMBINERTKOMITEEN SESONGEN 2021-2022

Organisasjon

Komiteen har denne perioden bestått av.

Leder: Tom André Brenna

Styremedlemmer:

Jan Reidar Lindemark

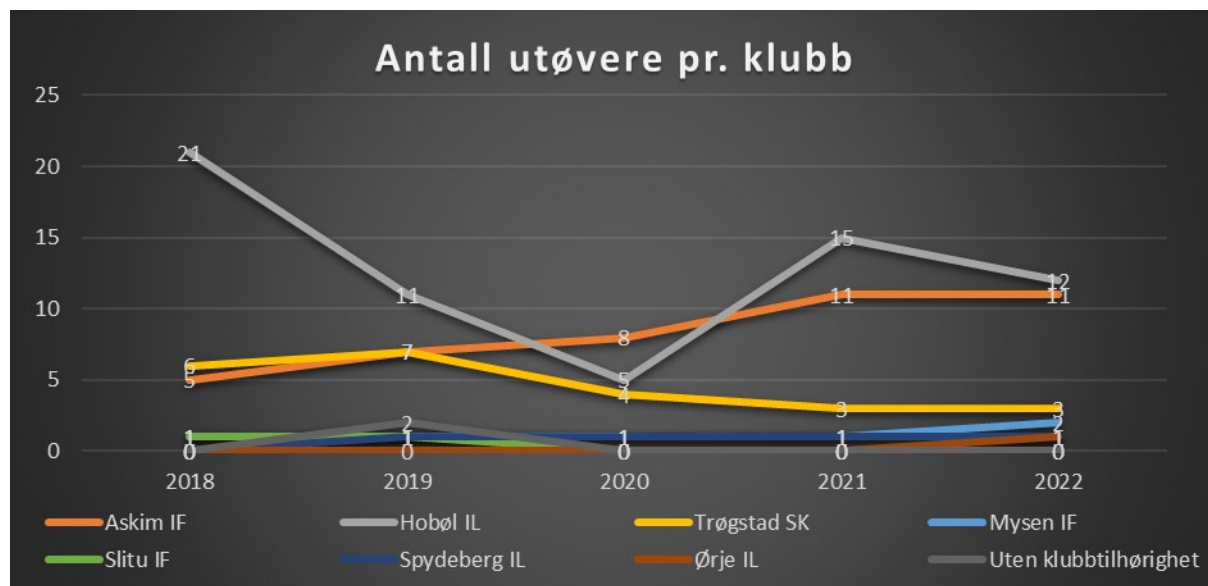
Børge Gjendahl (representant for kombinert)

Bård Tømmerås Løken (representant for dommerlauget)

Det har i perioden vært avholdt 2 møter i HKK. Høstmøtet ble avholdt i forbindelse med høstmøtet til ØSK i Spydeberg 04.11.2021. Vårmøtet til HKK ble avholdt digitalt 20.05.2021. Her ble det besluttet at komiteen bytter navn til Hopp- og Kombinertkomiteen (HKK) etter forslag på kretstinget 2021. Det har også vært avholdt samarbeidsmøter med nabokretsene Oslo og Akershus i forbindelse med koordinering av terminlister m.m.

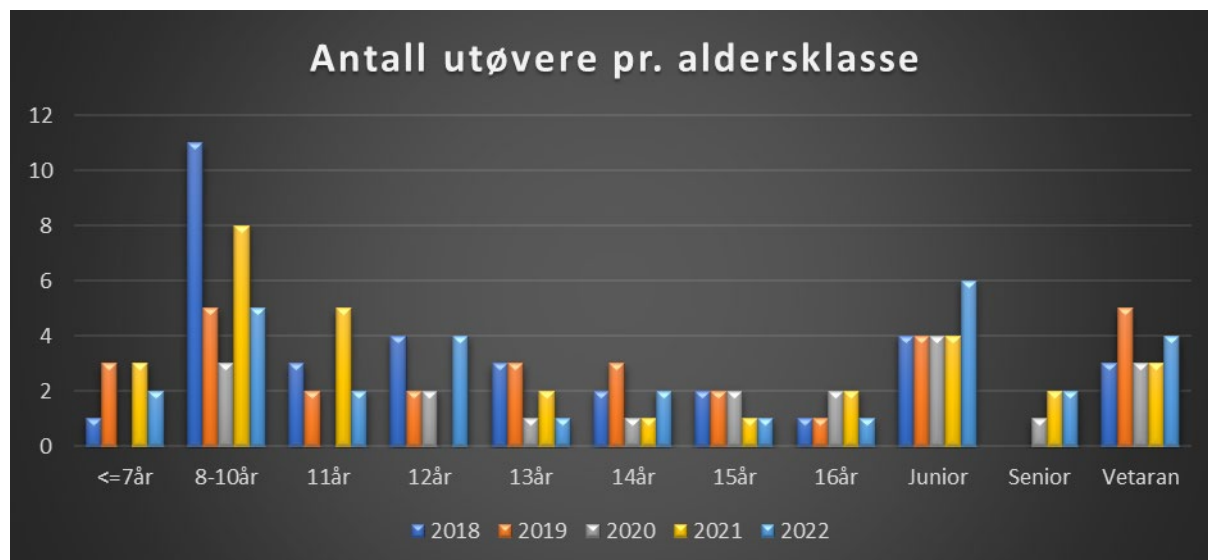
Aktivitet

Østfold Skikrets har pr. dags dato kun hoppaktivitet i Indre Østfold kommune. Det er 2 aktive grupper i kretsen, Tomter Hoppteam og Askim NC. Kretsen har utøvere som representerer 6 forskjellige skiklubber, en opp fra fjoråret. Antall aktive utøvere sesongen 2021/2022 har vært 30 stk, en nedgang fra 31 sesongen før. Snittalder på kretsens aktive utøvere er 18,3 år, kjønnsfordelingen er 87% gutter/menn, 13% jenter/kvinner.

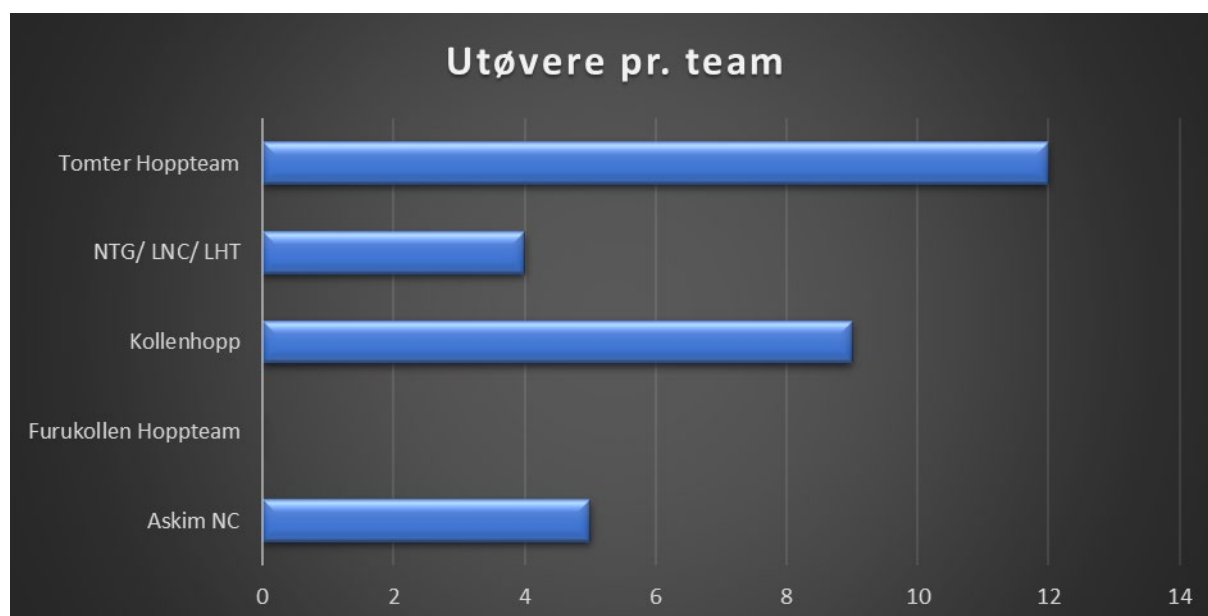


Fordelt på klubbtilhørighet er Hobøl IL og Askim IF kretsens største klubber med henholdsvis 12 og 11 utøvere. Askim IF, Trøgstad SK og Spydeberg IL har ingen endring fra fjoråret, Mysen IF og Ørje IL har en liten oppgang fra året før. For Hobøl IL er det en nedgang etter bortfall av deltagere fra Raw Air Akademiet fra sesongen før.

Fordelt på aldersklasser ser vi en nedgang i de yngste aldersgruppene fra fjoråret. For junior og veteran har det vært en økning fra fjoråret. Det gledelige er at vi har fått inn en utøver født i 2009 så klasse 13 år er ikke lenger uten utøvere. Dette medfører at vi har utøvere i alle aldersklasser fra 11 til 16 år. Det er også gledelig å se at vi de siste årene ikke har hatt frafall bland våre utøvere på junior og senior nivå.



Fordelt på team og treningsgrupper har ØSK nå 9 utøvere i Kollenhopp inkludert veteraner i Kollenhopp masters. Tomter Hoppteam har hatt 12 utøvere denne sesongen, Askim NC 5. Vi har totalt 4 utøvere på tilknyttet NTG/LNC/LHT hvorav 2 i første klasse på NTG. Furukollen Hoppteam har denne sesongen ikke hatt aktive utøvere.



Treningsaktiviteten for aldersbestemte utøvere i kretsen har primært foregått samlet i treningsgruppen ØSK hopp. Utøverne er delt i to grupper, rekrutt og ØSK hoppteam. De yngste trener primært i Granskollen på Tomter på tirsdager, men de eldre utøverne

benytter anlegget i Midtstua på onsdager. Innendørssesongen foregår treningene felles i gymsalen på Askim VGS.

Storsamlingen til NSF Hopp i juni ble også i år avlyst grunnet usikkerheten rundt pandemien, men Kollenhopp arrangerte igjen regional samling samme uke. Under samlingen ble det igjen arrangert felles KM i hopp og kombinert for Oslo, Akershus og Østfold som erstatning for KM sesongen 20/21.

Kretssamlingen til ØSK ble avholdt i Midtstua 22. august 2021, med 8 deltagere. Etter to treningsøkter i Midtstua var det felles bespisning på Egon Ullevaal.

Sesongavslutning for alle aktive utøvere ble avholdt 20.04.2022 på Sprett Trampolinepark i Askim.

25-26/09-2021 arrangerte kretsen Raw Air Rekruttsamling i Granskollen på Tomter. Ca 40 utøvere var forhåndspåmeldt men mange flere var innom i løpet av lørdagen.

Arrangementet frembrakte noen flere aktive utover høsten, men dessverre ingen nye som fulgte med igjennom hele sesongen. NSF kombinert og Kollenhopp stilte med både utstyr og personer til hjelp til gjennomføringen.

Sportslig



Marius Aas Hast etter første hopp i vikersundbakken, onsdag 09.03.2022
Skjermdump/NRK

Foto:

Marius Aas Hast var som første hopper fra Østfold Skikrets over 200 meters-grensen i Vikersund fredag 11/03-2022. Som prøvehopper i forbindelse med VM i skiflyvning hoppet han i løpet av helgen hele 218,5 meter.

ØSK stilte også i år med lag i lagkonkurransen i Norgesmesterskapet for senior. Til lagkonkurransen i normalbakken stilte vi med Karoline Bjerke Skatvedt og Marius Aas Hast sammen med juniorene Sigurd Myrvang og Adrian Aadalen. Dette laget kvalifiserte til andre omgang og endte på en 8. plass. I konkurransen for mixlag stilte

vi som i fjor med Karoline Bjerke Skatvedt, Marius Aas Hast og Sigurd Myrvang. Her endte vi på en 5.plass foran kretser som Oslo, Hedmark, Nord-Trøndelag og Vestfold/Telemark.

I NM Junior stilte vi også med kretslag bestående av Sigurd Myrvang, Adrian Aadalen og Arnt Nicolai Christensen. Her ble det også en 5.plass.

ØSK Hopp har nå 2 seniorutøvere, Karoline Bjerke Skatvedt (prosjekt 2026) og Marius Aas Hast i Kollenhopp Elite. Karoline er ved sesongslutt ranket nr: 9 i Norge. Hun har igjennom sesongen flere seiere i NC Elite samt flere 2.plasser. Hun har også internasjonale resultater både i COC og WC. Marius er ved sesongslutt ranket nr: 25 i Norge. Han har i løpet av sesongen flere topp 5 plasseringer i NC Elite deriblant 2.plass begge dagene i sesongavslutningen i Voss hvor han også satt ny bakkerekord. Marius har også internasjonale resultater fra COC denne sesongen.

På juniornivå har vi nå 6 aktive utøvere. Johannes Løken (LNC), Sigurd Myrvang (Kollenhopp), Adrian Aadalen (Kollenhopp), Benjamin Steen (Tomter Hoppteam) og første års juniorer Josefine Løken og Mariell Gjendahl på NTG.

Renn

ØSK Hopp hadde 4 terminlistefestede renn sesongen 2021/2022. Høstspretten i Granskollen ble arrangert 26.09.2021, de resterende rennene i Granskollen og Furukollen ble avlyst grunnet snøforhold i vintersesongen.

Kretsmesterskapet ble arrangert i Linderudkollen 01.02.2022 sammen med Oslo og Akershus.

Resultater Hopp

WC/COC/FIS

- Karoline Bjerke Skatvedt, 36. plass, WC Lillehammer (HS140) 02/03-2022
- Karoline Bjerke Skatvedt, 10. plass, COC Vikersund (HS117) 12/12-2021
- Marius Aas Hast, 22. plass, COC Lahti (HS130), 06/03-2022

Norgesmesterskap

- Karoline Bjerke Skatvedt, 4. plass, Midtstuen, (K95) 30/10-2021
- Marius Aas Hast, 12. plass, Midtstuen, (K95) 30/10-2021
- Marius Aas Hast, 20. plass, Holmenkollen, (K120) 18/01-2022
- Adrian Aadalen, 38. plass, Holmenkollen, (K120) 18/01-2022
- Sigurd Myrvang, 40. plass, Midtstuen, (K95) 30/10-2021
- Sigurd Myrvang, 46. plass, Holmenkollen, (K120) 18/01-2022
- Adrian Aadalen, 55. plass, Midtstuen, (K95) 29/10-2021
- Arnt Nicolai Christensen, 65. plass, Midtstuen, (K95) 29/10-2021
- Mixlag Østfold, 5. plass, Midtstuen, (K95) 31/10-2021
- Kretslag Østfold, 8. plass, Midtstuen, (K95) 31/10-2021

Norgesmesterskap Junior

- Sigurd Myrvang, 4. plass, Holmenkollen, (K120) 16/01-2022
- Sigurd Myrvang, 5. plass, Notodden, (K90) 21/01-2022
- Adrian Aadalen, 7. plass, Notodden, (K90) 21/01-2022
- Adrian Aadalen, 23. plass, Holmenkollen, (K120) 16/01-2022
- Arnt Nicolai Christensen, 23. plass, Notodden, (K90) 21/01-2022
- Kretslag Østfold, 5. plass, Notodden, (K90) 22/01-2022

Hovedlandsrenn, Midtstuen 24-27/01-2022

- Arnt Nicolai Christensen, 2.plass, G16 (K60)
- Emil Schønemann Skaug, 4.plass, G15 (K60)

Hovedrenn 12-14 år, Kollenlekene, Midtstuen 24-27/01-2022

- Emil Elias Brenna, 6.plass, G12 (K40)
- Leo Nordhagen, 9.plass, G14 (K60)
- Kretslag Østfold, 12.plass

Kretsmesterskap 2022, Linderudkollen K70, 01/02-2022

- Kretsmester G14, Leo Nordhagen, Askim I.F
- Kretsmester G15, Emil Schønemann Skaug, Hobøl I.L
- Kretsmester Junior, Sigurd Myrvang, Askim I.F

Resultater kombinert

WC/COC/FIS

- Josefine Løken, 24.plass, COC Lillehammer, 11-13/02-2022
- Mariell Gjendahl, 25.plass, COC Lillehammer, 11-13/02-2022

EIOF/ ungdoms OL

- Mariell Gjendahl, 14.plass, Finland - Lahti, 20-25/03-2022

Nordisk Juniorlandskamp, Knyken, 28-30/01-2022

- Josefine Løken, 2.plass, J16 individuelt
- Mariell Gjendahl, 3.plass, J16 Individuelt
- Josefine Løken, 1.plass, J16 Lag
- Mariell Gjendahl, 1.plass, J16 Lag

Norgesmesterskap, Midtstuen/Beitostølen, 17-21/11-2021

- Josefine Løken, 9.plass, J16 (K60)
- Mariell Gjendahl, 10.plass, J16 (K60)

Norgesmesterskap Junior, Notodden - Tveitanbakken, 05-06/02 2022

- Josefine Løken, 6.plass
- Mariell Gjendahl, 7.plass

Hovedrenn 12-14 år, Kollenlekene, Midtstuen 24-27/01-2022

- Emil Elias Brenna, 7.plass, G12 (K40/1km)

Kretsmesterskap 2022, Linderudkollen K70, 01/02-2022

- Kretsmester G14, Leo Nordhagen, Askim I.F

Resultater Kretsmesterskap 2020/2021



Premierte utøvere KM 2020/2021, Midtstua, 24.06.2021

Foto: Tom André Brenna

Kretsmesterskapet i hopp og kombinert for sesongen 2020/2021 ble utsatt grunnet snøforhold vinteren 2021 og ble deretter avholdt under samlingen til Kollenhopp i juni 2021. Resultatene var ikke inne til forrige års rapport, og blir derfor omtalt her.

KM Hopp 20/21

G13: Kretsmester Leo Nordhagen, Askim I.F. Sølv: Oscar Christoffersen, Askim I.F

G14 Kretsmester Emil Schønemann Skaug, Hobøl I.L

G15 Kretsmester Arnt Nicolai Christensen, Hobøl I.L

J16 Kretsmester Josefine Løken, Askim I.F

Menn junior Kretsmester Sigurd Myrvang, Askim I.F. Sølv: Adrian Aadalen, Trøgstad SK

Kvinner Senior Kretsmester Karoline Bjerke Skatvedt, Trøgstad SK
Veteran Kretsmester Ole Andreas Skatvedt, Trøgstad SK

KM Kombinert 20/21

- Kretsmester G14, Leo Nordhagen, Askim I.F

Hovedlandsrenn 2020/2021

Hovedlandsrennet 2020/2021 ble utsatt grunnet koronapandemien og arrangert etter rapporten for sesongen var fullført. Resultatene blir derfor omtalt her.

Hovedlandsrenn hopp, Midtstuen 28-29/08-2021

- Josefine Løken, 1.plass, J16 (K60)
- Mariell Gjendahl, 3.plass, J16 (K60)
- Arnt Nicolai Christensen, 4.plass, G15 (K60)

Hovedlandsrenn kombinert, Midtstuen 28-29/08-2021

- Mariell Gjendahl, 1.plass, J16 (K60)

Anlegg

Furukollen

Ingen aktivitet i Furukollen sesongen 2020/2021. Det ble i forkant av vintersesongen gjort vedlikeholdsarbeid på dugnad for å holde anlegget i stand.

Granskollen

Plastlegging av K5 og K10 ferdigstilt sommer 2021. Kjøpt inn ny tråkkemaskin for preparering av anlegget vinterstid. Påbegynt montasje av tautrekk til hoppbakker og mini-alpinbakke, blir ferdigstilt sommer 2022. Eller diverse mindre utbedringer.

Det har vært noe aktivitet i Granskollen gjennom vinteren, men værforholdene har gjort det vanskelig å holde anlegget oppe over en lengre tidsperiode i vintersesongen.

Prestenga Skipark

Det ble høsten 2021 satt opp et lite hus (en kaldbod på støpt plate), for å sikre den nye transformatoren for uvedkommende. Trafoen er nå satt inn og den blir tilkoblet strøm i disse dager. Dette sikrer snøproduksjon for oss fremover. I vinter var snøkanonen ikke i drift grunnet ovennevnte, samt at det var få muligheter for produksjon. Det ble da heller ikke muligheter for hoppskoleaktivitet. Vinterfesten ble heller ikke arrangert, da det var koronastengt i det aktuelle tidsrommet.

Andre

Det har ikke vært organisert aktivitet i noen av kretsens andre anlegg denne sesongen.

Tomter 30.04.2022

Tom Andre Brenna

Børge Gjendahl

Jan Lindemark

Bård Tømmerås Løken

ÅRSRAPPORT FRA LANGRENNSKOMITEEN SESONGEN 2021-2022

Styre:

Leder:	Sturla Korsæth, Trøsken
Sekretær, jr ansv:	Erik Haakaas, Trøgstad
Ansv terminliste:	Per Weng, Eidsberg
Hovedlandsrenn ansv:	Jostein Levorstad, Spydeberg
Trener ansv:	Kent Ivar Sollund, Fredrikstad
Medlem:	Elisabet Brask Johansen, Moss (ny)

6 styremøter gjennomført.

Bilbutikk1-Swenor-cup

Det er har gjennomført 5-6 rulleski renn, samt 6 renn på ski (1 avlyst). 10 renn teller i cup.

Klasse	Navn	Klubb	Antall renn	Poeng
J8	Ingrid Fundingsrud-Øistad	Ørje IL	1	
J8	Sina Hellgren Ljøner	Ørje IL	1	
J8	Annika Louise Thuve	Fredrikstad SK	2	
J8	Julia Øygard	Fredrikstad SK	2	
J8	Karoline Thonerud	Spydeberg IL	1	
G8	Oliver Lauritzen Brandsrud	Ørje IL	4	
G8	Sigurd Lauritzen Brandsrud	Ørje IL	4	
G8	Sofus Angelskår Steffensen	Ørje IL	3	
G8	Jacob Jensen-Eng	Ørje IL	3	
G8	Herman Gudim Sandaker	Ørje IL	4	
G8	Håkon Gravdal Lyche	Trøsken IL	3	
G8	Ivar Johannes Helgerud	Tistedalen FL	3	
G8	Mio Alexander Sjøberg	Ørje IL	2	
G8	Snorre Skaar Bekkhus	Trøsken IL	1	
G8	Tobias Fredrik Haldin	Tistedalen FL	3	
G8	Troy Victor Stokseth	Tistedalen FL	1	
G8	Henrik Kahrs	Fredrikstad SK	1	
G8	Endre Enger-Olsen	Fredrikstad SK	2	
G8	Edwin Nordby Enersen	Spydeberg IL	1	
G8	Mikkel Åle Borger	Spydeberg IL	1	
G8	Anders Bye	Ørje IL	1	
J9	Mille-Marie Torseth	Moss SK	1	
J9	Victoria Løken Jacobsen	Moss SK	2	
J9	Milla Esthelle Fylling	Moss SK	1	
J9	Maren Signebøen	Tistedalen FL	4	
J9	Eira Bronebakk Johansson	Tistedalen FL	1	
J9	Andrine Hoff Bøhren	Spydeberg IL	1	
J9	Sofie Giltvedt	Spydeberg IL	1	
J9	Astrid Skei Løchen	Varteig IL	2	
G9	Thomas Try Myrmel	Spydeberg IL	2	

G9	Cornelius Tjernæs	Ørje IL	2	
G9	Kristoffer Løve Buer	Ørje IL	1	
G9	Jonathan Larsen	Fredrikstad SK	2	
G9	Torjus Andreas Nelson	Spydeberg IL	1	
G9	Simen Hansen	Spydeberg IL	1	
G9	Carelius Leivestad-Johansen	Spydeberg IL	1	
G9	Aaron Lusti	Spydeberg IL	1	
G9	Jonathan Bjølsen	Spydeberg IL	1	
G9	Simon Gamboa	Spydeberg IL	1	
G9	Xerxes Emanuel Poulsen Heldemar	Moss SK	1	
G9	Oliver Stauning Joranger	Moss SK	1	
G9	Kaspar Ydse Krogstad	Fredrikstad SK	1	
J10	Ingrid Johanne Ringstad	Fredrikstad SK	2	
J10	Mille-Marie Torseth	Moss SK	1	
J10	Signe Kjerkreit	Trøsken IL	2	
J10	Eva Kahrs	Fredrikstad SK	1	
J10	Lotta Ringstad Holt	Fredrikstad SK	1	
G10	Birk Skaar Bekkhus	Trøsken IL	1	
G10	Åsmund Andreassen	Trøsken IL	2	
G10	Sander Leikaas	Trøsken IL	1	
J11	Rakel Ariela Krokeide	Spydeberg IL	7	42
J11	Hanna Josefina Haldin	Tistedalen FL	5	40
J11	Signe Brandsrud	Ørje IL	3	30
J11	Alma Brandsrud	Ørje IL	3	19
J11	Maren Kaabbel Flaten	Trøgstad SK	2	17
J11	Ingeborg Tokerud Bakke	Moss SK	1	10
J11	Emma Enger-Olsen	Fredrikstad SK	2	9
J11	Johanne Klavestad Aaby	Fredrikstad SK	1	7
J11	Ella Mathilde Thuve	Fredrikstad SK	2	6
J11	Maria Jannestad	Trøsken IL	1	3
J11	Elida Louise Lauritzen Brandsrud	Ørje IL	1	1
G11	Tøger Emiil Haug	Moss SK	4	40
G11	Edvard Svartedal	Trøsken IL	6	39
G11	Peder Pinaas	Trøsken IL	5	24
G11	Teodor Angelskår Steffensen	Ørje IL	4	19
G11	Magnus Fundingsrud-Øistad	Ørje IL	2	17
G11	Axel Sandbæk-Skjørten	Spydeberg IL	3	16
G11	Axel André Westgaard	Ørje IL	3	15
G11	Lars Emil Bjørk Urstad	Moss SK	2	14
G11	Oskar Gravdal Lyche	Trøsken IL	3	6
G11	Wilmer Fjeldstad	Spydeberg IL	1	5
G11	Mathias Larsen	Fredrikstad SK	1	4
G11	Hans Christian Skei Løchen	Varteig IL	2	4
G11	Marton Kuritar	Fredrikstad SK	1	2
G11	Magnus Karoliussen Johnsgard	Tistedalen FL	1	1
J12	Emma Solberg	Spydeberg IL	7	70

J12	Ida Eriksen Wold	Trøsken IL	5	41
J12	Sofia Carolina Benito	Trøsken IL	3	14
J12	Tora Marie Kjerkreit	Trøsken IL	2	10
J12	Edith Lothe Giske	Moss SK	1	7
J12	Emilie Hansen	Spydeberg IL	1	7
J12	Ellen Marie Ringstad	Fredrikstad SK	1	7
J12	Marie Agnalt Hjelbak	Trøsken IL	1	5
J12	Oda Gullingsrud	Trøsken IL	1	4
G12	Philip Dahl-Risemyhr	Trøsken IL	10	67
G12	Joel Bronebakk Johansson	Tistedalen FL	8	61
G12	Jonathan Andreassen	Trøsken IL	3	17
G12	William Barslund	Fredrikstad SK	1	7
G12	Emil Kristoffer Krogstad	Moss SK	1	5
G12	Henrik Fasting Risbråthe	Trøgstad SK	1	5
G12	Colin Bratlie	Fredrikstad SK	1	5
G12	Sivert Olavsrud Viskjer	Spydeberg IL	1	5
G12	Tidemann Fjeld	Ørje IL	1	4
J13	Hedvig Kaabbel Flaten	Trøgstad SK	4	37
J13	Inger Sofie Hox Brynildsen	Fredrikstad SK	4	27
J13	Nina Bromander Falkenbo	Moss SK	3	21
J13	Johanne Bjørk Urstad	Moss SK	3	20
G13	Aksel Andreas Lorang Dalbye	Moss SK	2	60
G13	Johan Fredrik Svendsby Braarud	Tistedalen FL	5	41
G13	Albert Dahlqvist	Fredrikstad SK	3	19
G13	Theodor Myren Gøthesen	Trøsken IL	2	14
G13	Hugo Holmquist	Fredrikstad SK	3	13
G13	Cornelius Gjerlaugsen Kvevik	Fredrikstad SK	2	12
G13	Selmer Ringstad Holt	Fredrikstad SK	1	10
G13	Daniel Kuritar	Fredrikstad SK	2	7
G13	Jonas Mathiesen Alexandersen	Moss SK	1	5
G13	Brage Olai Totlandsdal Sævik	Moss SK	1	5
J14	Mercedes Marie Melbye Værnes	Ørje IL	2	20
G14	Fredrik Signebøen	Tistedalen FL	8	61
G14	Håkon Lillegraven Langsæter	Trøsken IL	5	41
G14	Lars Hermund Haug	Moss SK	4	40
G14	Storm Halvor Svartedal	Trøsken IL	6	24
G14	Jona Sturlason Korsæth	Trøsken IL	4	17
G14	Mats Emilsen Bäckstrøm	Trøsken IL	2	10
G14	Peder Kjerkreit	Trøsken IL	2	9
G14	Wilhelm Berg	Spydeberg IL	1	7
G14	Kristian Kirkeng	Østbygda IL	2	5
J15	Anna Solberg	Spydeberg IL	7	61
J15	Agnes Helene Høyven Andersen	Tistedalen FL	6	60
J15	Frida Bjercke-Bjørnstad	Trøsken IL	2	17
G15	Eskild Levorstad	Spydeberg IL	7	67
G15	Nicklas André Jørgensen	Trøsken IL	8	41

G15	Fredrik Bjercke-Johansen	Trøsken IL	6	34
G15	Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg IL	4	31
G15	Carl Magnus Gjerstad Sjödin	Trøsken IL	3	27
G15	Oliver Sandbæk-Skjørten	Spydeberg IL	3	14
G15	Sigurd André Skaatan	Moss SK	1	7
G15	Emil Syversen Rekvin	Fredrikstad SK	1	2
G15	Lukas Aleksander Kvalsvik	Fredrikstad SK	1	1
J16	Julie Hystad Lund	Trøsken IL	6	55
J16	Julie Nordahl Solberg	Trøsken IL	9	55
J16	Marte Lillegraven Langsæter	Trøsken IL	8	50
J16	Elina Ugland	Tistedalen FL	4	22
J16	Marte Kristine Hox Brynildsen	Fredrikstad SK	1	4
G16	Sondre Signebøen	Tistedalen FL	9	64
G16	Knut Ole Fredheim Simonsen	Trøsken IL	8	61
G16	Bror Filip Korsæth	Trøsken IL	10	39
G16	Sigve Bjercke-Bjørnstad	Trøsken IL	4	20
G16	Tobias Repstad Andersen	Moss SK	2	17
G16	Sander Fløgstad	Moss SK	3	13
G16	Sondre Norum	Moss SK	2	7
K17	Hannah Othilie Døvle	Fredrikstad SK	1	10
M17	Andreas Olsen Tomta	Trøsken IL	6	60
M17	Aksel Buer Aarum	Trøgstad SK	3	27
M17	Arnt Theodor Svartedal	Trøsken IL	2	14
K18	Elise Fredheim Simonsen	Trøsken IL	1	10
M19/20	Sander Berge	Trøgstad SK	2	20
M Senior	Jarle André Jørgensen	Trøsken IL	1	10

Km Rulleski på Tistedalen august 2021. Resultat under:

KM Rulleski Tistedalen 29.08.21

G13 år	Aksel Andreas Lorang Dalbye	Moss SK
G14 år	Lars Hermund Haug	Moss SK
J15 år	Agnes Helene Høyven Andersen	Tistedalen FL
G15 år	Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg IL
J16 år	Julie Hystad Lund	Trøsken IL
G16 år	Sondre Signebøen	Tistedalen FL
M17 år	Andreas Olsen Tomta	Trøsken IL
M19/20 år	Sander Berge	Trøgstad SK

Km- vinter ble gjennomført i Ørje i januar- fristil normaldistanse, samt fristil sprint i Fredrikstad.
Resultat under:

KM fristil - Ørje		
J 13 år	Ingrid Sofie Hox Brynildsen	Fredrikstad SK
G 13 år	Aksel Andreas Lorang Dalbye	Moss SK

G 14 år	Lars Hermund Haug	Moss SK
J 15 år	Agnes Helene Høyven Andersen	Tistedalen FL
G 15 år	Fredrik Hesjedal-Tronstad	Spydeberg IL
J 16 år	Julie Hystad Lund	Trøsken IL
G 16 år	Sondre Signebøen	Tistedalen FL
M 17 år	Aksel Buer Aarum	Trøgstad SK
M 19/20 år	Sander Berge	Trøgstad SK
KM sprint- Fredrikstad		
J 13 år	Ingrid Sofie Hox Brynildsen	Fredrikstad SK
G 13 år	Aksel Andreas Lorang Dalbye	Moss SK
G 14 år	Lars Hermund Haug	Moss SK
J 15 år	Agnes Helene Høyven Andersen	Tistedalen FL
G 15 år	Eskild Levorstad	Spydeberg IL
J 16 år	Marte Elisabeth Lillegraven Langsæter	Trøsken IL
G 16 år	Knut Ole Fredheim Simonsen	Trøsken IL
K17 år	Hannah Othilie Døvle	Fredrikstad SK
M 17 år	Aksel Buer Aarum	Trøgstad SK

Østfold 15-16 åringer - 2022

Hovedlandsrenn, Oslo 25.-27.februar Holmenkollen

Det var totalt 12 deltagere (j15 2, j16 3, g15 3, g16 4) fra Østfold, samt endel foreldre. De fleste bodde sammen på Thon hotell Linderud.

Fredagen var normal distanse fristil 5/ 7,5km. Beste plassering her var Tobias R Andersen, Moss i G16 med 44.pl.

I lørdagens sprint gikk Knut Ole F Simonsen Trøsken i G16 videre fra prolog. Han fikk til slutt en sterk 7.pl.

Søndag var det stafett og vi stilte med 2 guttelag -26. og 70.pl. Jentelaget fikk en 46.pl.

Lørdag kveld hadde vi hyggelig quizz i hotellets kjeller.

Ungdomsstafetten- Kong Haralds ungdomsstafett 06.03.22

Vi stilte 2 lag i Holmenkollen, det uttatt på bakgrunn av klassisk resultat tidligere denne vinter.

Våre lag tok 27. og 28.pl av 31 lag.

Flere av løperne deltok på skiforbundets samlende opplegg rundt denne world cup-helgen.

Østfold junior

Østfold Skikrets har denne sesongen hatt 6 løpere som har gått et eller flere norgescuprenn denne sesongen. Dette er Andreas Tomta fra Trøsken IL og Aksel Buer Aarum fra Trøgstad Skiklubb i M17, og Tora Weng fra Eidsberg IL K17. Marcus Dahl-Rismyhr fra Trøsken IL og Julian Teige Haakaas fra Trøgstad Skiklubb i M18 og Elise Fredheim Simonsen fra Trøsken IL i K18. Sander Berger fra Trøgstad Skiklubb i M18/19.

For flere av løperne har sesongen blitt preget av sykdom, men det har blitt oppnådd gode resultater og alle har hatt sportslig fremgang. Beste resultater fra denne gruppa ble Marcus sin NM-bronse og Elise sin 4.plass i Klassisk Sprint på Meråker.

Østfold langrenn- senior 2021-22

Det har i år vært 4, mer eller mindre aktive seniorer:

Sigvart Bergland, Mysen il, Marius Svensby, Tistedalen tfl, Andreas Bergsland og Amund Korsæth, begge Trøsken il.

Deltagelse i Norges-cup, Skandinavisk-cup, Visma-ski- classics.

Amund Korsæth fikk på rulleski to stk sølvmedaljer (en indv.) i senior Vm Val di Fiemme, Italia. I world-cup fikk han flere pallplasseringer, derav en wc-seier. Han markerte seg også i Norges-cup på ski med en 4.plass som best. Sølv og bronse i U23 NM vinter.

Team Elon Oslofjord har ikke dette år hatt løpere fra Østfold. Våre seniorløpere har hatt mulighet til å delta på flere treninger med teamet. Sturla Korsæth sitter for Østfold i styret der.

Østfold- Samlinger

Alle samlinger har vært et tilbud for de som skal gå i 11-års klassen og eldre.

Ment som supplement i trening, samt knytte bånd i kretsen.

Jentesamling Fredrikstad

Mai 2021 hadde vi en dagsamling på Fredrikstad skiarena. Dit kom Brit Baldishol fra skiforbundet. Vi hadde to økter på rulleski inkludert mye lek, moro, mat, gruppeoppgaver og litt svette. I alt tror vi at dette var en positiv samling for de vel 25 jentene fra hele kretsen.

Kenti og Sturla var også med og organiserte.

SNØ-Lørenskog

Vi hadde 2 kveldssamlinger inne i skihallen. Der fikk vi gå mange runder på kunstsno med instruksjon av trenere. Noe lek var det også. På siste kveld var der også besøk av ELON- Oslofjord trener Tinus Dahl, som også holdt et kort foredrag for foreldre hvordan det jobbes i laget der.

Kenti, Vebjørn og Sturla var med som trenere.

Torsbysamling

Avlyst grunnet Corona. Ny samling 16.-18. sept 2022.

Sjusjøen 5.-7.nov

Vel 25 unge hadde 4 økter på kunstsnoen på Natrudstilen. De fleste bodde på egne hytter, mens noen booket inn i leiligheter ved stadion. Bra timing for mye trening. Vi hadde også booket et par timer inne i flerbrukshallen der vi trente styrke, ballspill og spiste pizza.

Kenti, Øystein Simonsen, Bjørn Kristian Bjercke var trenere.

Spydeberg 9.januar 2022

33 unge var med på dagsamling denne søndagen i januar. Der fikk vi i påvente av renn i kretsen, trent godt med skiteknikk, hatt det moro, slitsomt og utfordrende på sno. Litt mat og moro var der også tid til.

Kenti og Eirin Øby var med som trenere.

Skiavslutning Spydeberg 26.april

Der var premieutdeling for Bilbutikk1-Swenor-cup etter en liten treningsøkt.

Mat og utlodning før premieutdelings til applaus.

Kurs

Der har vært mulighet for trenerkurs via Akershus skikrets, samt TD- arrangørkurs, på flere nivåer på Teams.

