



Overhalla IL
FRIIDRETTSGRUPPA

Årsmøte i Overhalla IL friidrettsgruppa 2023

På klubbhuset Svenningmoen torsdag 9. februar kl. 19.00

Alle medlemmer i friidrettsgruppa inviteres til årsmøte i friidrettsgruppa. Foreldre/foresatte og andre som er medlemmer i OIL (har betalt lagets kontingent i 2022) har stemmerett i årsmøtet. Årsmøtedato er tidligere kunngjort i orientering til foresatte/foreldre 14. januar 2023.

SAKLISTE

1. Godkjenning av innkalling og sakliste
2. Konstituering – valg av møteleder og sekretær, samt to til å underskrive møtereferatet
3. Årsmelding for 2022
4. Regnskap for 2022
5. Handlingsplan for 2023
6. Budsjett for 2023
7. Innkomne saker (ingen saker kommet inn)
8. Valg

Etter årsmøtet:

- Retningslinjer for Overhalla IL friidrett 2023
- Orientering om aktuelle tiltak og aktiviteter i 2023 (sportslige og økonomiske)

Kaffe og noe å bite i!

For styret
Ragnar Prestvik, leder

Årsmelding for OIL friidrettsgruppa 2022

Overordna mål: Overhalla friidrett skal drive sin aktivitet i tråd med mål og strategier for Overhalla IL og med Norsk friidretts strategiske plan 2021-2025.

Norsk friidretts visjon: Friidrett for alle – hele livet.

Verdier: En trygg og inkluderende arena, en åpen og ærlig organisasjon, aktivitet basert på mestring, idretts glede og sunnhet – der klubbens viktigste oppgave er å skape aktivitet, ta imot og ivareta dem som ønsker å delta i friidretten.

Hovedmål: 1. Rekruttere og ivareta medlemmer og aktive gjennom et trygt og bredt aktivitetstilbud.

2. Utvikle utøvere som tar medaljer i internasjonale mesterskap.

3. Være en verdibasert og bærekraftig samfunnsaktør

Langsiktig hovedmål for OIL friidrett:

- OIL friidrettsgruppa skal være en utviklingsklubb og arbeide for å ha utøvere på nasjonalt nivå i ungdomsklassene, junior og senior.
- *OIL skal være den største og beste friidrettsklubben i Namdalen og hevde oss mot andre nordtrønderske klubber målt i aktivitet og i prestasjoner.*
- *OIL friidrettsgruppa skal ha trenere og ledere som ivaretar sportslige mål og driver gruppa effektivt og målretta.*
- *OIL friidrettsgruppa skal ha et trygt, rusfritt og utviklende miljø.*

Hovedmål for 2022:

- *Øke rekrutteringa i de yngste klassene (8-12 år).*
- *Øke deltakelsen i lokale stevner (NA-karusell og stafettserien i Nord-Trøndelag) i klassene 8-14 år.*
- *Legge til rette for sportslig satsing i ungdomsklassene slik at de som ønsker det kan prestere på nasjonalt toppnivå.*
- *Styrets oppgave er å legge til rette for sportslig satsing/utvikling, gode arrangement og økonomi som er tilpasset aktiviteten.*
- *Styret skal forsøke å finne gode tiltak sammen med styret i hovedlaget, som sikrer at friidrettsutøvere som flytter fra Overhalla for utdanning, førstegangstjeneste og eventuelt jobb, fortsatt skal kunne representere Overhalla IL.*

Resultatoppnåelse på hovedmålene:

Det meste av treningsaktivitet, konkurranser og andre aktiviteter ble gjennomført tilnærmet som normalt i 2022 etter to år med pandemi, og en inngang til året med stor smittespredning. Vi gjennomførte de stevnene vi hadde søkt om og har gjennomført de økonomiltakene vi så for oss ved inngangen av året.

Den sportslige deltakelsen har vært stabil med god oppslutning om treninger og konkurranser. Vi takker foreldre/foresatte og innkalte funksjonærer for stor og aktiv medvirkning til å gjennomføre stevner og andre aktiviteter og dermed også gi aktiv støtte til friidrettens utøvere og trenere. Klubben tok en solid sammenlagtseier i lagkonkurransen i NA-karusellen.

Fredrik Øvereng ble innendørs norgesmester på 400 meter. Even Elias Grannes Pedersen vant en sølv og en gull i UM innendørs, samt tre gullmedaljer på UM i Trondheim. Han ble uttatt og deltok i U18-EM i Jerusalem med sølv for Norge i stafetten. Jørgen Homstad var tilbake etter langvarig skade mot slutten av sesongen og deltok i junior-NM med 7.plass i finalen på 100 meter.

KLUBBUTVIKLING:

Mål 2022:

God klubbdrift med kvalifisert utøvelse av roller og oppgaver i styret, sportslig satsing og utvikling, gode arrangement og trygg økonomi.

Tiltak:

- **Sette i gang nødvendige klubbutviklingsprosesser i tråd kvalitetsklubbprogrammet, definert som utviklingsklubb for å utvikle alle deler av gruppas ansvarsområder**
 - Ikke gjennomført, men styret har forsøkt å etterleve intensjonene med god klubbdrift og godt styrearbeid.
- **Involvere ungdom i styrearbeidet**
 - Ikke gjennomført
- **Tilby mulighet for økt kompetanse i organisasjonen, trening og arrangement – for dem som har roller/oppgaver – og rekruttere nye til å kunne håndtere disse**
 - Hadde fem deltakere på kretsens Trener 1-kurs i Namsos i november. Vi har dessuten registrert ønske om/behov for aktivitetslederkurs.
- **Ta i bruk eksisterende og nye digitale verktøy**
 - OIL har innført Hoopit som nytt medlems- og kommunikasjonsverktøy. Dette er best egnet for lagidrettene, og friidrettsgruppa har mistet en del av medlemsmassen – både barn, ungdom og voksne. Dessuten har gruppa videreført kommunikasjon mellom ledere og utøvere på Messenger/Facebook.
- **Gjennomføre «Trygg på trening» for trenere og ledere samt «Ren utøver/Rent idrettslag»**
 - De eldste utøverne har gjennomført «Ren utøver»
- **Etablere tilbud/aktivitet innenfor para-friidrett**
 - Ikke gjennomført.

STYRET:

Styret har i 2022 bestått av:

Ragnar Prestvik, leder

Øystein Homstad, arrangement/anlegg

Eskil Skarland, sportslig leder

Maja Strand, barneidrett/rekruttering

Trine Asp, barneidrett/rekruttering

Silje Engstad, friidrettskarusellen

Sverre Homstad, kasserer/leder løpegruppa

Styret har hatt åtte møter i kalenderåret 2022 og har ellers holdt løpende kontakt via mail og messenger. Dessuten ett felles styremøte med Namsen FIF og ett felles foreldremøte med klubben etter etablering av felles treningsgruppe.

Ragnar Prestvik er friidrettsgruppas medlem i styret i Overhalla IL.

Ragnar Prestvik og Sverre Homstad er medlemmer i kretsstyret. Sverre Homstad deltok i hovedkomiteen for UM 2022 innendørs i Steinkjer, Øystein Homstad var med i stevnekomiteen og Eskil Skarland i markedskomiteen.

Eskil Skarland, Maja Strand og Trine Asp var klubbens representanter på kretstinget i Nord-Trøndelag FIK som klubben også var vertskap for. Sverre Homstad deltok som styrerepresentant i kretsen.

TRENINGER:

Mål 2022: *Ha et miljø med plass til alle som ønsker å delta, og et tilbud som er tilpasset ulike nivå, alder og ambisjoner.*

Tiltak:

- **Få på plass flere trenere, slik at alle får et godt treningstilbud.**
 - I tillegg til tidligere trenere Eskil og Kåre Skarland, Maja Strand og Trine Asp, har Jan Kåre Skarland vært sterk bidragsyter i hekketrening, mens Mari Berthling-Lie Husby og Jørn Frode Lund kom inn som trenere opp mot de mellomste utøverne i sommer, og har tatt større tak i høst-/vintertreningene der Mari er trener for treningsgruppe 2 (14+) sammen med Eskil og Kåre, mens Jørn Frode har treningsgruppe 3 (11-13)
- **Trenermøte før utendørs sesongen for å avklare roller og planlegge aktivitet**
 - Ble gjennomført et møte for trenere til de over 11 år, og et møte angående friidrettskole og friidrettskarusell.
- **Oppstart av friidrettstreninger for neste års 11-åringer i oktober, 10-åringer fra nyttår, yngre deltakere etter påske.**
 - Det ble gitt tilbud til 11-åringer fra oktober 2022, og 10-åringer fra nyttår. Ikke så mange i disse aldersgruppene som møtte på treninger.
- **Felles treningsamling for utøvere over 12 år (høsten)**
 - Ikke gjennomført
- **Gjennomføre sosiale tiltak i gruppa – gjøre ting sammen utenom trening, f.eks kveldsmat.**
 - Golfspilling med pizza før UM utendørs. Her deltok utøverne over 15 år.
 - Pizzaavslutning på Melen med leikaktiviteter. Her deltok mange foresatte og utøvere fra Namsen deltok også
- **Friidrettskole for aldersgruppa 7-10 år en gang i uka mai-september**
 - 10 kvelder ble gjennomført, 5 før sommerferien og 5 etter. Til sammen 15 deltakere. Siste kvelden arrangerte vi et ministeve der vi fikk hjelp av 2 aktive utøvere. Avsluttet kvelden med utdeling av medalje og diplom.
- **To treninger i uka 10-13 år i sommerhalvåret, tre-fem treninger for 14-15 år og fire til ti treninger for 15 år og eldre hele året**
 - Treninger for 14-15 åringer ble gjennomført hele året. I vinterhalvåret ble det trent på Gimle på mandager, Namsoshallen tirsdag og fredag, og lørdag var det tilbud om noen økter på Fysiotrim/Steinkjerhallen. De over 15 hadde tilbud om flere økter. I sommerhalvåret var det økter på Svenningmoen tirsdag og torsdag, og det ble trent både der og andre steder på andre dager. Fra midt på sommeren deltok utøvere fra Namsen FIF på våre treninger.
 - Jørgen Homstad og Fredrik Øvereng var på samling i Portugal mai 2022.
 - Fredrik Øvereng var på samling i Sør-Afrika januar 2022.
 - Klubbtreninger i Steinkjerhallen ble gjennomført en god del lørdager fra november – mars.
- **Engasjere foreldre og eldre ungdommer som trenere for de yngste gruppene**
 - Flere av trenerne er også foreldre til utøvere i gruppa

KONKURRANSER:

Mål 2022:

Få enda flere deltakere i de yngste klassene

Gi de eldre utøverne utfordringer gjennom deltakelse på krets- og nasjonalt nivå.

Vinne NA-karusellens lagkonkurranse.

Ha med minst to utøvere til NM senior, minst tre utøvere til UM, og tre til Ungdomslekene.

Delta med flest mulige lag i kretsens stafettserie

Delta med størst mulig tropp på Veidekkelekene på Lillehammer i juni

Noen resultater oppnådd i 2022:

- Even Elias Grannes Pedersen ble uttatt på det norske laget til U18-EM i Jerusalem i juli, og fikk løpe 300-metersetappen i stafetten, som ga sølv til Norge.
- Even Elias Grannes Pedersen tok ett gull og ett sølv i innendørs-UM pluss tre gull i UM utendørs
- Didrik Bråten, Ørjan Sagmo og Tuva Lysberg Lund deltok i innendørs-UM i Steinkjer i februar
- Didrik Bråten deltok i UM i Trondheim i august med 5.plass i spyd.
- Fredrik Øvereng vant gull på 400 meter i innendørs-NM i Bærum
- Fredrik Øvereng fikk 9.plass på 200 meter i hoved-NM i Stjørdal i juni
- Fredrik Øvereng tok to ganger kretsrekorden i Nord-Trøndelag på 400 meter og står etter sesongslutt med rekorden på 46,77 oppnådd under Norgeslekene på Jessheim 6. august.
- Jørgen Homstad og Even Elias Grannes Pedersen deltok i Junior-NM med 7.plass i finalen på 100 meter for Jørgen, mens Even ikke kom til finale i sine øvelser
- Signe Asp Fosslund, Linnea Øyesvold-Grongstad, Martin Lilleberre Aunet og Espen Grannes Pedersen deltok på Nord-Trøndelags lag i Lerøylekene i Måndalen og presterte godt.
- Cirka 10 utøvere deltok under Veidekkelekene i Lillehammer i juni med fine prestasjoner.
- Overhalla tok en suveren lagseier i NA-karusellen etter å ha ledet gjennom hele sommeren, og vant dermed lagpokalen til odell og eie.

Tiltak:

- **Foreldremøte før sesongstart for å informere nye foreldre om stevnetilbud, påmelding ol.**
 - Fortløpende dialog med foreldre på treninger. En informasjonskveld på klubbhuset før sesongstart om påmeldingsprosedyrer, lisens mm
- **Lagleder(e) som forsøker å mobilisere til størst mulig deltakelse på stevner**
 - Løpende informasjon og dialog. Utøverne har meldt seg på sjøl. Dette har fungert godt.
- **Planlegge sesongen sammen med de eldre utøverne**
 - Litt vanskelig å planlegge pga. skadesituasjon. Samtidig fikk vi en overraskelse da Even ble tatt ut for å representere Norge internasjonalt, og dette kom midt i en planlagt treningsperiode.
 - Plan for stevner ble avtalt med hver enkelt utøver.
- **Arrangere minst en felles tur med overnatting i løpet av sesongen**
 - Det ble gjennomført overnattingsturer både til BDO-lekene i Stjørdal og Veidekkelekene i Lillehammer.
- **Arrangere terrengløp og seriestevner**
 - Terrengløp ble ikke gjennomført, men det ble gjennomført 3 seriestevner

ØKONOMI:

Mål 2022:

Sikre tilstrekkelige inntekter til å drive den aktiviteten vi ønsker og forventer.

Tiltak:

- **Salg av julenek.**

- Vi bestilte 850 julenek, foreldregruppa og styret ble fordelt på de feste rodene, og salget ble meget godt gjennomført på kveldene rundt månedsskiftet november/desember, pluss at vi solgte cirka 115 julenek på julemarkedet på Namdalsmuseet, og en del ettersalg i Overhalla.
- **Kontinuerlig søk etter egnede dugnadsoppdrag, fortrinnsvis utenom sommersesongen.**
 - Vi hadde ingen konkrete dugnadsoppdrag med inntekter i 2022
- **Dugnader. Størst innsats fra utøvere/foreldre i den eldste gruppa, som også krever størst ressurser.**
 - Gjennomgående svært bra oppslutning fra foreldrene.
 - Årets dugnadsoppdrag var UM inne i Steinkjer der Overhalla var medarrangør. Stevnet hadde et pent overskudd og Overhallas andel av dette utgjorde ca kr 60000,-
- **Tilrettelegge for størst mulig inntekt på egne stevner.**
 - Arrangementene i 2022 samlet færre deltakere enn normalt og dermed også noe redusert salg.
- **God kontroll på kostnadene.**
 - Styret og økonomiansvarlig har hatt flere gjennomganger av økonomistatus og gjort en aktiv innsats for å holde kostnader nede, samt fakturere og purre slik at vi har kunnet redusere utestående fordringer. Vi har hatt en betydelig økning i deltakerkostnader, noe som skyldes flere utenlandsrepresentasjoner, økte kostnader med de beste utøverne og også noe forskuttering av kostnader for 2023.

KOMPETANSE:

Mål 2022:

Høy kompetanse på ledere, trenere og funksjonærer slik at alle er i stand til å gjøre en best mulig jobb på høyt faglig nivå.

Tiltak:

- **Aktivitetslederkurs og Trener 1-kurs tilbys trenere og foreldre.**
 - Kretsen gjennomførte trener 1-kurs i Namsos i november med fem deltakere fra OIL. Det gjenstår praksisøkt som kommer i 2023
- **Deltakelse i trenerseminaret på Idrettshøgskolen for trenerne til utøverne fra 11 år og eldre.**
 - Ingen deltakelse fra OIL i 2022
- **Dommerkurs og repetisjonskurs.**
 - Ingen nye dommere fra OIL i 2022.
- **Utdanning av flere personer til å ta i bruk og lære seg det nye arrangementssystemet Open Track.**
 - Ikke gjennomført og ikke tatt i bruk.
- **Intern opplæring av flere personer til å håndtere elektronisk tidtaking.**
 - Ingen nye har fått opplæring

KRETSARRANGEMENT I EGEN REGI:

Mål 2022:

Synliggjøre friidretten gjennom gode friidrettsarrangement i Overhalla.

Søke om junior-NM friidrett 2023, eventuelt annet nasjonalt mesterskap/stevne

Tiltak:

- **Tinestafetten**
 - Gjennomført i Overhalla barne- og ungdomsskoles regi med deltakere fra Overhalla, Høylandet og Grong. Noen lag deltok i fylkesfinalen i Steinkjer.
- **Overhallastafetten**
 - Gjennomført i juni med 22 deltakende lag, de fleste fra OIL.

- **Nasjonale mesterskap**
- Vi søkte Junior-NM i 2023, men dette ble tildelt Bærum. OIL var med i Steinkjeralliansens planlegging og gjennomføring av UM innendørs i februar.
- **NA karusell Trekamp**
 - Gjennomført som kveldsstevne 5. juli, med om lag 50 deltakere.
- **Seriestevner**
 - Gjennomført seriestevner innendørs i Steinkjerhallen 19. februar og utendørs på Svenningmoen 19. mai.
- **NA-karusell Medvindstevne**
 - Gjennomført 6. august som finale i stevneserien som ble opprettet for Steinkjerlekene, BDO-lekene og medvindstevnet. Det var dessuten NA-karusellstevne.

KLUBBARRANGEMENT:

Mål 2022:

Uhøytidelige arrangementer med vekt på deltakelse, mestring og gleden ved å være med i friidrett.

Tiltak:

- **Friidrettsskole 7-10 år i perioden mai-september.**
 - 10 kvelder ble gjennomført, 5 før sommerferien og 5 etter. Til sammen 15 deltakere. Siste kvelden arrangerte vi et ministevne der vi fikk hjelp av 2 aktive utøvere. Avsluttet kvelden med utdeling av medalje og diplom.
- **De eldste utøvere deltar som «forbilder» på minst ett arrangement for de yngste utøverne.**
 - Treningsgruppene trener samtidig om sommeren og de yngste får innblikk i de eldstes trening, mens de eldste innimellom kan veilede.
- **Terrengløp på Melen**
 - Ikke gjennomført
- **Friidrettskarusell med 4-6 arrangement og 4-5 aktiviteter hver gang mai-september. Progresjon i utfordringer i forhold til alder. Barneidrettskontakt bistås av egen gruppe medhjelpere.**
 - Gjennomført 6 kvelder med til sammen cirka 125 deltakere. Premieutdeling siste kveld.

MOSJON:

Mål 2022:

Stimulere til at folk tar vare på egen helse gjennom egne tiltak eller i samarbeid med andre.

Tiltak

- **Skageløpet**
 - Ca 90 deltakere fullførte Skageløpet, derav 18 på tid
- **Deltakelse i andre løp.**
 - Deltagere i både Saldilten, Namsosløpet, og Trondheim Maraton.
- **Deltakelse i Steinfjellstafetten og St. Olavsloppet**
 - Vi stilte ikke lag i noen av stafettene i 2022. Har samarbeidet med Grong om lag i St. Olavsloppet, men de hadde svært få aktuelle løpere og vi meldte da ikke på lag.

ANLEGG:

Mål 2022:

Medvirke til å videreutvikle Svenningmoen idrettspark, slik at anlegget blir et enda bedre anlegg der det er best mulig forhold for utøvere og trenere i hverdagen, samtidig som anlegget oppgraderes til å bli et enda mere attraktivt anlegg for mesterskap.

Tiltak

- **Sammen med hovedlaget bidra til utvikling og fornying av anlegg og utstyr, for at Svenningmoen fortsatt skal framstå som en attraktiv arena for større stevner og mesterskap.**
 - Ingen spesielle nyinvesteringer og oppgraderinger i 2022.
- **Montering av nytt kastbur.**
 - Ikke gjennomført. Gammelt kastbur ble solgt til Kolvereid IL.
- **Bruke anlegget og utstyret på en forsvarlig måte.**
 - Hentet stavmatta i kyllingfjøset på Svarliaunet, og la den ut på banen – lagt i vinterlager på Engstad.
- **Sikre gode rutiner med vedlikehold og drift i samråd med andre grupper i OIL, der friidrettsgruppa har spesielt ansvar for hovedbanen.**
 - Gruppa hadde i forbindelse med treningskvelder på våren for å gjøre utstyr og anlegg klart for sesongen.

Regnskap 2022 OIL Friidrettsgruppa

Regnskap
2022

Budsjett
2022

Regnskap
2021

Inntekter

| | | | |
|--------------------------|---------------|----------|----------|
| Salg klubbdrakter | 1 799 | 5 000 | 17 925 |
| Salg kornband | 67 160 | 60 000 | 61 180 |
| Sponsorinntekter | 43 613 | 40 000 | 36 100 |
| Salg kiosk arrangement | 7 205 | 10 000 | 8 195 |
| Inntekt egne arrangement | 34 347 | 25 000 | 28 406 |
| Inntekt løpegruppa | 14 800 | 10 000 | 8 398 |
| Tilskudd | 49 804 | 60 000 | 61 947 |
| Treningsavgift | 17 500 | 15 000 | 29 500 |
| Egenandeler | 54 193 | 5 000 | - |
| Dugnad | 70 339 | 20 000 | 29 508 |
| Andre inntekter | <u>14 158</u> | <u>-</u> | <u>-</u> |

Sum inntekter 374 917 250 000 281 159

Kostnader

| | | | |
|-----------------------------------|---------|----------|----------|
| Klubbdrakter, kjøp/beh.endring | 5 000 | 5 000 | 25 257 |
| Kjøp kornband | 31 875 | 35 000 | 28 125 |
| Kjøp kiosk | 2 343 | 6 000 | 3 257 |
| Trenergodtgjørelse | 35 000 | 35 000 | 20 000 |
| Hall- og baneleie | 31 371 | 30 000 | 31 571 |
| Utstyr/treningsmaterialer | 13 114 | 5 000 | 3 699 |
| Administrasjonskostnader | 2 532 | 5 000 | 6 430 |
| Bilgodtgjørelse | 10 133 | 10 000 | 9 983 |
| Reisekostnader stevner | 73 924 | 30 000 | 14 315 |
| Samlinger | 100 610 | 15 000 | 8 942 |
| Kontingent krets | 7 200 | 10 000 | 7 200 |
| Startkontingent stevner | 29 450 | 30 000 | 28 990 |
| Deltakelse internasjonalt | - | - | - |
| Premier,gaver og utmerkelser | 34 426 | 15 000 | 27 104 |
| Kostnader løpegruppa | 7 340 | 8 000 | 4 131 |
| Møter/avslutninger | 5 399 | 2 000 | 2 138 |
| Bank og kortgebyr | 872 | 1 000 | 457 |
| Tap på fordringer | - | <u>-</u> | <u>-</u> |

Sum kostnader 390 589 242 000 221 598

Driftsresultat - 15 672 8 000 59 561

Renteinntekter 461 - 388

Resultat - 15 211 8 000 59 949

OIL Friidrettsgruppa**Balanse 31.12.22**

31.12.2022

31.12.2021

Eiendeler

| | | |
|------------------------------|----------------|----------------|
| Varelager | - | 5 000 |
| Kundefordringer | 20 263 | 20 210 |
| Til gode egenandeler samling | 38 000 | - |
| Andel Steinkjeralliansen | 6 000 | 6 000 |
| Kontanter | 6 838 | 5 638 |
| Bankinnskudd | <u>463 797</u> | <u>497 627</u> |
| Sum eiendeler | <u>534 898</u> | <u>534 475</u> |

Gjeld og egenkapital

| | | |
|--------------------------|----------------|----------------|
| Egenkapital | 486 146 | 501 357 |
| Leverandørgjeld | 3 752 | 3 118 |
| Påløpte kostnader | <u>45 000</u> | <u>30 000</u> |
| Sum gjeld og egenkapital | <u>534 898</u> | <u>534 475</u> |

Overhalla, 31.januar 2023

Ragnar Prestvik
leder

Trine Asp
barneidrettsansvarlig

Maja Strand

Silje Engstad
Friidrettskarusellen

Eskil Skarland
Sportslig leder

Sverre Homstad
Kasserer/mosjon

Øystein Homstad
Anlegg/arrangement

HANDLINGSPLAN 2023



Overhalla friidrett skal drive sin aktivitet i tråd med mål og strategier for Overhalla IL og med Norsk friidretts strategiske plan 2021-2025.

Norsk friidretts visjon: Friidrett for alle – hele livet.

Verdier: En trygg og inkluderende arena, en åpen og ærlig organisasjon, aktivitet basert på mestring, idretts glede og sunnhet – der klubbens viktigste oppgave er å skape aktivitet, ta imot og ivareta dem som ønsker å delta i friidretten.

Hovedmål: 1. Rekruttere og ivareta medlemmer og aktive gjennom et trygt og bredt aktivitetstilbud.

2. Utvikle utøvere som tar medaljer i internasjonale mesterskap.

3. Være en verdibasert og bærekraftig samfunnsaktør

Langsiktig hovedmål for OIL friidrett:

- OIL friidrettsgruppa skal være en utviklingsklubb og arbeide for å ha utøvere på nasjonalt nivå i ungdomsklassene, junior og senior.
- *OIL skal være den største og beste friidrettsklubben i Namdalen og hevde oss mot andre nordtrønderske klubber målt i aktivitet og i prestasjoner.*
- *OIL friidrettsgruppa skal ha trenere og ledere som ivaretar sportslige mål og driver gruppa effektivt og målretta.*
- *OIL friidrettsgruppa skal ha et trygt, rusfritt og utviklende miljø.*

Hovedmål for 2023:

- *Øke rekrutteringa i de yngste klassene (8-12 år).*
- *Øke deltakelsen i lokale stevner (NA-karusell og stafettserien i Nord-Trøndelag) i klassene 8-14 år.*
- *Legge til rette for sportslig satsing i ungdomsklassene slik at de som ønsker det kan prestere på nasjonalt toppnivå.*
- *Styrets oppgave er å legge til rette for sportslig satsing/utvikling, gode arrangement og økonomi som er tilpasset aktiviteten.*
- *Styret skal forsøke å finne gode tiltak sammen med styret i hovedlaget, som sikrer at friidrettsutøvere som flytter fra Overhalla for utdanning, førstegangstjeneste og eventuelt jobb, fortsatt skal kunne representere Overhalla IL.*

KLUBBUTVIKLING:

Mål 2023:

God klubbdrift med kvalifisert utøvelse av roller og oppgaver i styret, sportslig satsing og utvikling, gode arrangement og trygg økonomi.

Tiltak:

- Sette i gang nødvendige klubb utviklingsprosesser i tråd kvalitetsklubbprogrammet, definert som utviklingsklubb for å utvikle alle deler av gruppas ansvarsområder
- Involvere ungdom i styrearbeidet
- Lage retningslinjer og sportsplan for friidrettsgruppas ledere, trenere, foresatte og utøvere
- Tilby mulighet for økt kompetanse i organisasjon, trening og arrangement – for dem som har roller/oppgaver – og rekruttere nye til å kunne håndtere disse

- Ta i bruk eksisterende og nye digitale verktøy (iSonen, Open Track, Hoopit)
- Gjennomføre «Trygg på trening» for trenere og ledere samt «Ren utøver/Rent idrettslag»

TRENINGER:

Mål 2023:

Ha et miljø med plass til alle som ønsker å delta, og et tilbud som er tilpasset ulike nivå, alder og ambisjoner.

Tiltak:

- Få på plass flere trenere, slik at alle får et godt treningstilbud.
- Trenermøte før utendørssesongen for å avklare roller og planlegge aktivitet
- Oppstart av friidrettstreninger for neste års 11-åringer i oktober, 10-åringer fra nyttår, yngre deltakere etter påske.
- Felles treningssamling for utøvere over 12 år (høsten)
- Gjennomføre sosiale tiltak i gruppa – gjøre ting sammen utenom trening, f.eks kveldsmat.
- Friidrettsskole for aldersgruppa 7-10 år en gang i uka mai-september
- To treninger i uka 10-13 år i sommerhalvåret, tre-fem treninger for 14-15 år og fire til ti treninger for 15 år og eldre hele året
- Samling(er) i Steinkjer eller andre innendørsarenaer i høst-/vinterhalvåret.
- Treningsleir for treningsgruppe 1 på Tenerife i januar
- Treningssamling i Spania for treningsgruppe 1 og 2 i påska
- Engasjere foreldre og eldre ungdommer som trenere for de yngste gruppene

KONKURRANSER:

Mål 2023:

Få enda flere deltakere i de yngste klassene

Gi de eldre utøverne utfordringer gjennom deltakelse på krets- og nasjonalt nivå.

Vinne NA-karusellens lagkonkurranse.

Ha med minst to utøvere til NM senior, minst tre utøvere til UM, og tre til Ungdomslekene.

Delta med flest mulige lag i kretsens stafettserie

Delta med størst mulig tropp på Veidekkelekene på Lillehammer i juni

Tiltak:

- Foreldremøte før sesongstart for å informere nye foreldre om stevnetilbud, påmelding ol.
- Lagleder(e) som forsøker å mobilisere til størst mulig deltakelse på stevner
- Planlegge sesongen sammen med de eldre utøvere
- Arrangere minst en felles tur med overnatting i løpet av sesongen
- Arrangere terrengløp og seriestevner

ØKONOMI:

Mål 2023:

Sikre tilstrekkelige inntekter til å drive den aktiviteten vi ønsker og forventer.

Tiltak:

- Salg av julenek.
- Kontinuerlig søk etter egnede dugnadsoppdrag, fortrinnsvis utenom sommersesongen. Aktuelle tiltak: Pantebokser/flaske-innsamling, digitalt lotteri i vår. Ta vakhold og andre oppgaver en dag på SOL.

- Dugnader. Størst innsats fra utøvere/foreldre i den eldste gruppa, som også krever størst ressurser.
- Tilrettelegge for størst mulig inntekt på egne stevner.
- God kontroll på kostnadene.

KOMPETANSE:

Mål 2023:

Høy kompetanse på ledere, trenere og funksjonærer slik at alle er i stand til å gjøre en best mulig jobb på høyt faglig nivå.

Tiltak:

- Aktivitetslederkurs og Trener 1-kurs tilbys trenere og foreldre.
- Deltakelse i trenerseminaret på Idrettshøgskolen for trenere til utøverne fra 11 år og eldre.
- Dommerkurs og repetisjonskurs.
- Utdanning av flere personer til å ta i bruk og lære seg det nye arrangementssystemet Open Track.
- Intern opplæring av flere personer til å håndtere elektronisk tidtaking.

KRETSARRANGEMENT I EGEN REGI:

Mål 2023:

Synliggjøre friidretten gjennom gode friidrettsarrangement i Overhalla.

Søke om innendørs-NM friidrett 2024 sammen med Steinkjer FIK og gå i gang med planlegging snarest dersom det blir tildelt.

Tiltak:

- Tinestafetten. Gjennomføre i samarbeid med Obus, og gjennom kretsen tilby aktivitetslederkurs for kroppsøvlingslærere
- Overhallastafetten – på en helgedag
- NA karusell Trekamp, som tidligere tidlig på sommeren (4. juli)
- NA-karusell Medvindstevne – utvikle stevneserien og gjennomføre finale 5/8.
- Seriestevner etter behov
- Forberede eventuelt nasjonalt mesterskap i 2024

KLUBBARRANGEMENT:

Mål 2023:

Uhøytidelige arrangementer med vekt på deltakelse, mestring og gleden ved å være med i friidrett.

Tiltak:

- Friidrettsskole 7-10 år i perioden mai-september.
- De eldste utøverne deltar som «forbilder» på minst ett arrangement for de yngste utøverne.
- Terrenngløp på Melen
- Friidrettskarusell med 4-6 arrangement og 4-5 aktiviteter hver gang mai-september. Progresjon i utfordringer i forhold til alder. Barneidrettskontakt bistås av egen gruppe medhjelpere.

MOSJON:

Mål 2023:

Stimulere til at folk tar vare på egen helse gjennom egne tiltak eller i samarbeid med andre.

Tiltak

- Skageløpet
- Deltakelse i andre løp.
- Deltakelse i Steinfjellstafetten og St. Olafsløppet

ANLEGG:

Mål 2023:

Medvirke til å videreutvikle Svenningmoen idrettspark, slik at anlegget blir et enda bedre anlegg der det er best mulig forhold for utøvere og trenere i hverdagen, samtidig som anlegget oppgraderes til å bli et enda mere attraktivt anlegg for mesterskap.

Tiltak

- Sammen med hovedlaget bidra til utvikling og fornying av anlegg og utstyr, for at Svenningmoen fortsatt skal framstå som en attraktiv arena for større stevner og mesterskap.
- Montering av nytt kastbur.
- Bruke anlegget og utstyret på en forsvarlig måte.
- Sikre gode rutiner med vedlikehold og drift i samråd med andre grupper i OIL, der friidrettsgruppa har spesielt ansvar for hovedbanen.

Budsjett 2023 *OIL Friidrettsgruppa*

| | Regnskap 2022 | Budsjett 2023 |
|--------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Inntekter | | |
| Salg klubbdrakter | 1 799 | 10 000 |
| Salg kornband | 67 160 | 80 000 |
| Sponsorinntekter | 43 613 | 45 000 |
| Salg kiosk arrangement | 7 205 | 10 000 |
| Inntekt egne arrangement | 34 347 | 32 000 |
| Inntekt løpegruppa | 14 800 | 12 000 |
| Tilskudd | 49 804 | 50 000 |
| Treningsavgift | 17 500 | 20 000 |
| Egenandeler | 54 193 | 54 000 |
| Dugnad | 70 339 | 45 000 |
| Andre inntekter | <u>14 158</u> | <u>15 000</u> |
| Sum inntekter | <u>374 917</u> | <u>373 000</u> |
| Kostnader | | |
| Klubbdrakter, kjøp/beh.endring | 5 000 | 25 000 |
| Kjøp kornband | 31 875 | 34 000 |
| Kjøp kiosk | 2 343 | 5 000 |
| Trenergodtgjørelse | 35 000 | 35 000 |
| Hall- og baneleie | 31 371 | 40 000 |
| Utstyr/treningsmaterialer | 13 114 | 10 000 |
| Administrasjonskostnader | 2 532 | 4 000 |
| Bilgodtgjørelse | 10 133 | 10 000 |
| Reisekostnader stevner | 73 924 | 90 000 |
| Samlinger | 100 610 | 57 000 |
| Kontingent krets | 7 200 | 7 200 |
| Startkontingent stevner | 29 450 | 35 000 |
| Deltakelse internasjonalt | - | 5 000 |
| Premier,gaver og utmerkelse | 34 426 | 30 000 |
| Kostnader løpegruppa | 7 340 | 10 000 |
| Møter/avslutninger | 5 399 | 3 000 |
| Bank og kortgebyr | 872 | 1 000 |
| Tap på fordringer | - | <u>-</u> |
| Sum kostnader | <u>390 589</u> | <u>401 200</u> |
| Driftsresultat | <u>- 15 672</u> | <u>- 28 200</u> |
| Renteinntekter | <u>461</u> | <u>-</u> |
| Resultat | <u>- 15 211</u> | <u>- 28 200</u> |

VALG PÅ ÅRSMØTET OVERHALLA IL FRIIDRETTSGRUPPA 2023

| | | |
|--------------------------|-----------------|----------------|
| Leder: | Ragnar Prestvik | Gjenvalg, 2 år |
| Sportslig leder: | Eskil Skarland | Ikke på valg |
| Arrangement/anlegg: | Øystein Homstad | ikke på valg |
| Kasserer/løpegruppe: | Sverre Homstad | Gjenvalg, 2 år |
| Barn/friidrettsskole: | Trine Asp | Gjenvalg, 2 år |
| Barn/friidrettsskole: | Maja Strand | Gjenvalg, 2 år |
| Barn/friidrettskarusell: | Silje Engstad | ikke på valg |
| Statistikkfører: | Eskil Skarland | Gjenvalg 2 år |

Valg av utsendinger til kretstinget i Nord-Trøndelag friidrettskrets, Verdal 25. februar 2023

-
-
-

Friidrettstinget NFIF, Vetre/digitalt, 25.-26. mars 2023:

-
-



RETNINGSLINJER

OVERHALLA IL FRIIDETT 2023

1. Forord

Disse retningslinjene fastsetter hvordan Overhalla IL friidrettsgruppa skal organiseres og ledes - med retningslinjer for styre, trenere, utøvere og foresatte. Planen utarbeides til årsmøtet 2023 og forutsettes oppdatert og vedtatt i senere årsmøter. Planen er et supplement til øvrige, faste dokumenter.

Formålet er å sikre strukturert og forutsigbar drift av friidrettsgruppa, med oppgaver/mandat for ulike roller, og tydelige mål og tiltak for å oppnå disse.

2. Sportslige mål

Overhalla IL friidrettsgruppa skal legge til rette for bred deltakelse og satsing på godt regionalt og nasjonalt toppnivå i trygge og forutsigbare rammer, basert på god økonomi og god leder- og trenerkompetanse, samt gruppas langsiktige mål:

- OIL friidrettsgruppa skal være en utviklingsklubb og arbeide for å ha utøvere på nasjonalt nivå i ungdomsklassene, junior og senior.
- OIL skal være den største og beste friidrettsklubben i Namdalen og hevde oss mot andre nordtrønderske klubber målt i aktivitet og i prestasjoner.
- OIL friidrettsgruppa skal ha trenere og ledere som ivaretar sportslige mål og driver gruppa effektivt og målretta.
- OIL friidrettsgruppa skal ha et trygt, rusfritt og utviklende miljø.

Det kan lages egen sportsplan med overordna mål for den sportslige aktiviteten i OIL friidrett og som skisserer hvordan den organiseres og ledes – med mål og aktivitet/tiltak for de ulike treningsgruppene.

3. Administrative mål

Overhalla IL friidrett skal organiseres og styres planmessig og strukturert for å støtte opp om og gjøre de de sportslige målene og satsingene mulig. Dette må ivaretas gjennom god forutsigbarhet, og med tydelige ansvars- og rollebeskrivelser som sikrer at vi kan gi alle som ønsker å delta i friidrett gode opplevelser og trygge rammer, god sportslig progresjon der alle kan satse på det nivået det de ønsker – også innen toppidrett.

4. Organisasjonsplan/oppgavefordeling i styret

Leders oppgaver

- a) Planlegge og lede styrets møter
- b) Koordinere arbeidet i gruppa
- c) Representere friidrettsgruppa i OILs styre
- e) Representere friidrettsgruppa i møter og aktiviteter i friidrettskretsen og -forbundet

Sportslig leder

- a) Utarbeide sportsplan og revidere denne årlig
- b) Være hovedtrener eller samordne sportslig aktivitet med hovedtrener i OIL friidrett

- c) Koordinere trenerne i klubben, eventuelt også rekruttere trenere i samråd med barneidrettsansvarlige

Barneidrett

- a) Rekruttere trenere i samspill med sportslig leder
- b) Organisere/tilrettelegge for påmeldinger og deltakelse i stevner og løp
- c) Lage rammer for godt miljø på tvers av aldersforskjeller og kjønn

Anlegg/arrangement

- a) Planlegge og organisere oppgradering, stell og vedlikehold på friidrettsanlegget
- b) Holde orden i og komplettere utstyr
- c) Planlegge og organisere stevner og løp/stafetter (etablere stevnekomiteer, funksjonærlistor, innlegging av stevner i iSonen), rapportere stevner/resultatlistor)

Økonomi

- a) Føre friidrettsgruppas regnskap i samarbeid med regnskapskontor
- b) Lage budsjett i samsvar med handlingsplan og sportslig aktivitet i gruppa
- c) Fakturere treningsavgifter, deltakeravgifter mm
- d) Betale innkomne fakturaer
- e) Sammen med styret for øvrig planlegge og gjennomføre inntektsbringende tiltak

Beslutninger og fullmakter

- a) Styret beslutter årlig hvilke økonomiske rammer de enkelte styremedlemmer har for sine roller – i henhold til gruppas budsjett – mht innkjøp uten at styret trenger å godkjenne det.
- b) Styret bestemmer årlig hvem som kan disponere friidrettsgruppas bankkort i forbindelse med stevner/reiser/billett kjøp mm
- c) Funksjoner kan fordeles annerledes på styremedlemmene enn dette oppsettet viser/foreslår.

Det kan også fordeles andre oppgaver blant styremedlemmene, for eksempel sekretærfunksjon, ansvar for bekledning, sosiale sammenkomster, dugnader, påmelding til stevner, planlegging av reiser osv

5. Økonomisk støtte til utøvere – egenandeler og krav

Kontingenter og treningsavgifter

- a) Styret fastsetter årlig treningsavgifter for klubbens utøvere, basert på treningsmengde og alder.
- b) Klubbens utøvere må være medlemmer i Overhalla IL og registrert i klubbens medlemssystem, for tida Hoopit
- c) Utøvere fra 13 år og eldre må betale lisens til Norges Friidrettsforbund

Startkontingenter/egenandeler

Klubben dekker alle startkontingenter for utøverne. Dette gjelder ikke for mosjons- og veteranutøvere. Det forutsettes at påmeldinger og startkontingenter samsvarer med faktisk deltakelse. Det kan gjøres unntak ved skader osv. Ved forfall, som er avklart før stevnet, bør deltakere avmeldes.

Reise til lokale stevner og samlinger

Til lokale stevner og samlinger i Trøndelag dekker deltakere/foresatte selv skysskostnader. Det oppfordres til samkjøring og rullering på kjøreturene.

Samlinger

Friidrettsgruppa dekker egenandeler for klubbens deltakere i samlinger i Trøndelag, arrangert av kretsen(e).

Deltakelse i nasjonale mesterskap

Friidrettsgruppa betaler startkontingent, reise og opphold ved deltakelse i nasjonale mesterskap. Deltakere betaler en egenandel på kr. 1000,- (15-19 år) og kr. 1500,- (senior)

Stipender OIL/hva dekkes

Utøvere fra 13 år og eldre kan søke om motivasjonsstipend fra Overhalla IL. De som mottar stipend kan bruke stipendene til egne kostnader ut over det friidrettsgruppa dekker. For utøvere som mottar individuelle stipend for satsing på nasjonalt toppnivå (egen ordning) bør det inngås avtaler mellom friidrettsgruppa og utøveren om gjensidige plikter og retter, og definere hva som kan/bør dekkes av mottatt stipend. Avtalene bør også ha sportslige kriterier – for eksempel forventninger og krav til treningsinnsats, deltakelse i konkurranser, deltakelse i klubbens økonomiske og sosiale aktiviteter, gjenytelser til samarbeidspartnere og bruk av korrekt klubb-bekledning.

6. Kompensasjon/ytelse til trenere

Styret fastsetter honorar for trenere.

Hovedtrener honoreres etter skattemyndighetenes høyeste sats for skattefritt bidrag, samt kjøre- og diettgodtgjørelse når dette er aktuelt.

Øvrige trenere godtgjøres i samsvar med omfanget av treneraktiviteten og andre faktorer som styret legger til grunn, f.eks. ansvar, timebruk, kompetanse, kostnader knytta til treneroppgaven.

7. Planer for 2023

TOPPIDRETT OG TRENINGSGRUPPE 2:

- Treningssamlinger for toppidrettsutøverne på Tenerife i januar og eventuelt Portugal i mai
- Deltakelse i UM og NM innendørs, UM, junior-NM og hoved-NM utendørs
- Deltakelse i andre, større stevner nasjonalt og internasjonalt for å oppnå rankingpoeng og/eller matching for å oppnå kvalifiseringskrav
- Eventuelt påskesamling for alle utøvere i treningsgruppe 1 og 2 i Spania
- Sette opp konkurranseplaner for treningsgrupper og/eller enkeltutøvere

REKRUTTERING/BARN OG UNGDOM:

- Faste, ukentlige treninger gjennom hele året for deltakere 11-14 år
- Treninger i perioden april-september for barn 8-10 år
- Deltakelse i alle NA-karusellstevnene gjennom sesongen
- Deltakelse i andre stevner i kretsen/Trøndelag
- Sosiale tiltak for barn/ungdom og foresatte, for eksempel. stevner med overnatting, felles kveldsmat etter treninger mm

ARRANGEMENT:

- Faste, egne arrangement i klubbens regi (Overhallastafett, Tinstafett, trekamp, medvindstevne, seriestevner, Skageløpet)
- Søke, og eventuelt forberede NM innendørs sammen med Steinkjer FIK 2024
- Evt arrangere KM terrengløp lang løype

ØKONOMI:

- Julenek-salg november/desember
- Dugnader for å skaffe ekstra inntekter (utenom sesongen)
- Kiosksalg og andre inntekter på egne arrangement