

# Aust-Agder o-krets

## Årsrapport

2009



**AAOKs 63. ordinære kretsting 2009**  
**Tirsdag 23. februar kl 18.00**  
**Agder Energis lokaler, stoa**

**DAGSORDEN:**

1. Åpning
  2. Konstituering:
    - a) Godkjenning av fullmakter
    - b) Godkjenning av sakliste
    - c) Valg av dirigent
    - d) Valg av 2 sekretærer
    - e) Valg av 2 representanter til å underskrive protokollen
  3. Styrets beretning for 2009
  4. Regnskap for 2009
  5. Forslag fra styret og lagene
  6. Fastsetting av lagskontingent
  7. Aktivitetsplan for 2010
  8. Budsjett 2010
  9. Fastsette sted for neste kretsting
  10. Valg
  11. Utdeling av pokaler
- Kl 19.30 Pause med servering.
- Foredrag ved Stein Bø-Mørland
- Klubbutviklingsprosjektet

**TA MED SAKSPAPIRENE TIL TINGET!**

## Innholdsfortegnelse.

Nr.	Emne	Side
1.	AAOKs tillitsvalgte	3
2.	Ansatte	3
3.	Representasjon	3
4.	Kretsstyrets virksomhet	4
	4.1 Møter	4
	4.2 Bingo	4
	4.3 Lokalisering i Idrettens Hus	4
	4.4 Veteranløpet	4
	4.5 Nærløpskarusellene	4
	4.6 AAOKs hjemmeside	5
	4.7 Printing av o-kart	5
5.	Løpsstatistikk	5
	5.1 K-løp	5
	5.2 Nær-løp	6
6.	Skolesprinten	7
7.	Trimarrangementer	7
8.	Instruksjon	8
9.	Anleggsoversikt	9
10.	Årsrapport teknisk	9
11.	Årsrapport rekruttering	10
12.	Årsrapport aktivitet	10
	12.1 Juniorkretslag	10
	12.2 Senior	10
	12.3 Basistreningsprosjektet	11
13.	Resultater 2009	11-15
14.	AAOKs regnskap for 2009	16
	14.1 Resultatregnskap	16
	14.2 Balanse	17
	14.3 Varetelling	18
	14.4 Revisjonsrapport	19
15.	Forslag fra styret og lagene	20
16.	Kontingenter og avgifter	21
	16.1 Lagskontingent 2010	21
	16.2 Premiepool 2010	21
17.	Aktivitetsplan for 2010	22
	17.1 Teknisk	22
	17.2 Rekruttering	22
	17.3 Gildesprint	22
	17.4 Kretslag junior	22
	17.5 Administrativt	22
18.	Budsjett	23
19.	Terminliste 2010	24
	19.1 1. halvår 2010	24
	19.2 2. halvår 2010	25

## 1. Aust-Agder orienteringskrets' tillitsvalgte

Aust Agder orienteringskrets (AAOK) har i 2009 hatt følgende tillitsvalgte:

### Kretsstyret.

Leder	Andreas V Sælsbråten	IK Grane
Nestleder/ fagmedlem aktivitet	Odd Utstumo	IK Grane
Fagmedlem teknisk	Magnus F Johnsson	IK Grane
Fagmedlem aktivitet	Odd Utstumo	IK Grane
Fagmedlem rekruttering	Inger Skjævesland	Trauma IF
Styremedlem	Hanne Kristin Hagtvedt	Flosta IL
1. varamedlem	Tove Fossnes	Hisøy OK
2. varamedlem	Anders Aaberg	Austre Moland IL

### Fagråd.

AAOK har de senere årene ikke valgt egne råd for områdene teknisk, aktivitet og rekruttering. Styret kan be om hjelp fra lag og enkeltpersoner for planlegging og gjennomføring av konkrete prosjekter. Dette har styret benyttet seg av i noen grad også i år.

### Revisorer.

	Ole-Herman Cappelen	Hisøy OK
	Øystein Lien	Hope IL
Vararepresentant	Geir Bråten	Vegårshei IL
Vararepresentant	Bjørn Sætran	IF Trauma

### Valgkomite.

	Terje Urfjell	Imås IL
	Even Jahnsen	Flosta IL
	Arnhild Ufsvatn Bråten	Vegårshei IL

## 2. Ansatte

Kretsen har ingen ansatte. Alt sekretærarbeid og utarbeidelse av kretsens håndbok, tingpapirer m.m. er utført av styrets medlemmer.

Arbeidet med betaling av regninger og regnskapsførsel er satt bort til regnskapskonsulenten i Aust- Agder Idrettskrets, Synnøve Langemyr Solheim.

## 3. Representasjon

NOFs kretsledermøte, fagseminar og O-galla, Stjørdalen, 6-8. november 2009:

Andreas V Sælsbråten

Hovedløpsamling og fagseminar, Stjørdal, .6.-8. november 2009:

Magnus Johnsson

Generalforsamling i IdrettsFinans A/S 25. mai 2009

Fellesmøte i IdrettsFinans A/S 1. oktober 2009

Andreas V Sælsbråten

Magnus Johnsson

## **4. Kretsstyrets virksomhet**

### **4.1 Møter**

Styret har i tingperioden avholdt 6 styremøter i 2009 og 1 styremøte i 2010.

Lagledermøte ble holdt på Landbrukets Hus 21. november. 7 klubber var representert på møtet.

### **4.2 Bingo**

Aust-Agder orienteringskrets har godkjenning fra Lotteritilsynet til å arrangere dagbingo. BingoSør (IdrettsFinans AS) står for den praktiske gjennomføringen. Fordelingen av bingo-overskuddet fordeles på bakgrunn av kretsens lagstall. AAOK får utbytte på lik linje med andre store særkretser. Det økonomiske resultatet fremgår av kretsens regnskap.

### **4.3 Lokalisering i Idrettens Hus**

AAOK har ikke lenger kontor i Idrettens Hus. De fleste styremøtene blir holdt i Landbrukets Hus (Odd Utstumos kontor).

AAOK har noe arkivplass i kjelleren i Idrettens Hus til premier og utstyr.

Kretsens kartarkiv vil fortsatt bli oppbevart i Idrettens Hus etter ønske fra Aust-Agder Idrettskrets. Det er samlet inn o-kart fra kretsens klubber med sikte på salg fra Idrettens Hus. Kartene er nå tilgjengelige i administrasjonen til AAIK.

Løpsutstyr som plastlommer, start-/resultatlistene og stemplingsenheter blir oppbevart og utlånt på idrettens hus. Målklokker, startklokker og kartproduksjon foregår i Økonomisk rådgivnings lokaler på landbrukets hus. Odd Utstumo har bistått i arbeidet med å administrere utlånet.

### **4.4 Veteranløpet**

Veteranløpet ble arrangert av Vegårshei IL fredag 22. august. Kari Timenes Laugen og Gunnar Dag Tørå vant årets løp.

### **4.5 Nærløpskarusellene**

Også i år er det gjennomført tre ulike nærløpskaruseller i kretsen: 8 nær-løp med 5 løyper og småtroll-tilbud, 5 sprint-løp med 2 løyper og småtroll-tilbud og 4 natt-løp med 2 løyper. Antall startende i 2009 (2008 i parentes): Nærløp 987 (1010), sprintløp 584 (584) og nattløp 119 (146).

Andreas Sælsbråten og Magnus Johnsson har hatt bistått ved tidtaking og resultatservice. Inger Skjævesland har gjort jobben med rankingføring for karusellene. Ny PC er innkjøpt. Vi opplever fortsatt positiv respons på kretsens tilbud for våre løpere, og vi fortsetter derfor med disse tjenestene i 2010. Det har blitt gitt en viss økonomisk kompensasjon til Andreas Sælsbråten og Magnus Johnsson i forbindelse med tidtakingsarbeid.

#### **4.6 AAOKs hjemmeside**

Kretsens hjemmeside brukes i dag kun som en informasjonskanal til kretsens løpere og arrangører. Informasjonen som legges ut på hjemmesiden har i stor grad vært preget av innbydelses- og resultatinformasjon, og i mindre grad redaksjonelt innhold som i større grad skaper trafikk på siden.

#### **4.7 Printing av o-kart**

Kretsen produserer/printer kart for de klubbene som ønsker det. Andreas Sælsbråten og Magnus Johnsson har stått for dette arbeidet i 2009.

AAOK har fortsatt NOFs autorisasjon for printing av kart.

## **5 Løpsstatistikk**

### **5.1 K-løp**

DATO	ARRANGØR	LØP	ANT. STARTER		SUM	SMÅTROLL
			-16	17-		
22.04.09	AAOK	KM Sprint	15	30	45	-
16.05.09	Grane	Sølvkroken (KM mellom)	65	135	200	25
23.09.09	Grane	Graneløpet	7	52	59	--
22.08.09	Vegårshei IL	KM Lang	25	48	73	

## 5.2. Nærløpskarusellen 2009

Løp nr	1	2	3	4	5	6	7	8	Sum
Klasse	Express	Trauma	Gjerstad	Vegårshei	Hisøy	Øyestad	Imås	Grane	starter
H1	8	7	6	9	15	11	5	3	64
H2	11	6	11	11	3	4	4	1	51
H3	30	30	28	30	35	36	21	16	226
H4	28	21	29	25	30	33	28	17	211
H5	21	16	24	19	18	17	10	20	145
Sum herrer	98	80	98	94	101	101	68	57	697
D1	13	16	14	12	15	17	5	7	99
D2	9	11	9	11	6	11	7	7	71
D3	19	13	6	9	20	16	9	8	100
D4	1	2	2	3	2	3	3	4	20
D5	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Sum damer	42	42	31	35	43	47	24	26	290
Løpere t.o.m. 16 år	37	37	43	40	40	40	21	27	285
Løpere f.o.m. 17 år	103	85	86	89	104	108	71	54	700
Sum løpere	140	122	129	129	144	148	92	83	987
Herav t.o.m. 12 år	12	11	15	13	14	12	8	6	91

## Sprintkarusellen 2009

Løp nr	1	2	3	4	5	Sum
Klasse	Imås	AAOK	Trauma	Lia	Grane	starter
HN	4	5	6	5	6	26
H 11-12		3	1	1	4	9
H 13-16	6	13	6	2	3	30
H 17	24	39	26	24	23	136
H 50	21	26	29	27	27	130
H 65	10	6	6	8	7	37
Sum herrer	65	92	74	67	70	368
DN	5	9	13	11	13	51
D 11-12	1	1	0	0	0	2
D 13-16	5	3	5	3	2	18
D 17	8	11	14	10	14	57
D 50	6	8	3	6	5	28
D 65	1	1	1	1		4
Sum damer	26	33	36	31	34	160
Løpere t.o.m. 16 år	21	34	31	22	28	136
Løpere f.o.m. 17 år	70	91	79	76	76	392
Sum løpere	91	125	110	98	104	528
Herav t.o.m. 12 år	9	17	16	17	23	82

## Nattløpskarusell 2009

Løp nr	1	2	3	4	Sum
	Imås	Flosta	Hisøt	Express	starter
Damer	2	5	6	1	14
Herre	22	35	29	19	105
Løpere t.o.m. 16 år	4	5	6	1	16
Løpere f.o.m. 17 år	20	35	29	19	103
Sum løpere	24	40	35	20	119
Herav t.o.m. 12 år	0	0	0	0	0

Oppsummering 2009	
Nærløpskarusellen:	987
Sprintløpskarusellen	528
Nattløpskarusellen	119
<b>Totalt antall:</b>	<b>1634</b>

## 6. Skolesprinten

LAG	SKOLE	JENTER			GUTTER			SUM
		-9	10-12	13-	-9	10-12	13-	
Flosta	Flosta		29	15		24	9	77
Flosta	Stuenes		46	20		36	20	122
Imås	Jappa							121
Imås	Landvik							177
Imås	Frivoll							59
Imås	Holvika							130
Imås	Eide							39
Vegårshei	Vegårshei		30			48		78
Hisøy	Hisøy	22	26	27	24	27	30	156

## 7. Trim-arrangementer

LAG	TURORIENTERING			TRENINGSLØP		ANDRE TILTAK	
	TILTAK	SOLGTE KONV.	EKSTRA KORT	ANTALL TILTAK	ANTALL starter	NAVN	ANTALL DELT.
AMIL							
Birkenes IL							
IL Express	Skaulofferen	104					
Froland IL							
Flosta IL				11	126		
Gjerstad IL				8	342	FinnFrem	25
IK Grane	Stifinneren	350					
Hagefjorden							
Hisøy OK	Stifinneren			3	65	O-rebus	137
Holt IF							
Hope IL							
IL Høvdningen							
Imås IL	Skaulofferen	Se Express				1	50
Laget IL							
Lia IL	Skaulofferen	Se Express					
Otra IL							
IF Trauma						1	32
IL Vardild							
Vegårshei IL							
Øyestad IF	Stifinneren	Se Grane		2	47		

## 8. Instruksjon

Lag	Begynnerkurs/ o-skoler		Skolefritids- ordning		Idrettsskoler m. orientering		O-instruksjon i skoler		Samarb.med FRIFO-org./ andre org.	
	Antall tiltak	Antall delt.	Antall tiltak	Antall delt.	Antall tiltak	Antall delt.	Antall tiltak	Antall delt.	Antall tiltak	Antall delt.
Austre Moland IL										
Birkenes IL										
IL Dristug										
IL Express	1	6								
Froland IL										
Flosta IL							2	199		
Gjerstad IL	1	17								
IK Grane										
Hagefjorden IL										
Hisøy OK										
Holt IF										
Hope IL										
IL Høvdingen										
Imås IL										
Laget IL										
Lia IL										
Otra IL										
IF Trauma	1	40								
IL Vardild										
Vegårshei IL										
Øyestad IF										

## 9. Anleggsoversikt

Lag	Kart	K M <sup>2</sup>	Målestokk	Konkurranskart		Instruksjons- kart/skolekart		Tur- kart	Andre
				Nytt	Rev.	Nytt	Rev.		
<b>Kitron BIL</b>	Tangen		1:4000	x					
<b>Imås IL</b>	Imåsen		1:10000		x				

## 10. Årsrapport teknisk

### Kart

Vi har fått inn 7 søknader om oppstart av kartprosjekt. To kart er godkjent. I tillegg er to deler av to forskjellige kart godkjent, ettersom det skulle gå konkurranser på kartene. Vi har godkjent 1 kart til i løpet av 2009. Vi håper at det i løpet av 2010 kommer inn mange søknader på godkjenning av kart. Dette gjelder også for revideringer. Vi miner også samtidig på rutinene AAOK har for kartarbeid. De kan finnes på [www.aaok.no](http://www.aaok.no).

### Kartservice:

AAOK har i 2009 hatt tilbud til alle klubber om å få skrevet ut ferdige kart med løyper. Dette arbeidet fortsettes i 2010 med samme tilbud som tidligere. Vi oppfordrer fremdeles klubbene til å være tidlig ute i forbindelse med slike oppdrag, helst 2 uker før.

Vi jobber hele tiden for å forbedre oss, og håper at vi leverer en god vare.

### Arrangement

AAOK ønsker å være langt fremme når det gjelder å tilby våre klubber et godt tilbud for forenkling av å arrangere løp. Dette mener teknisk vi har oppnådd med de tilbud som gis i områdene kartservice, utskrivning av kart, tidtaking, resultatservice og utlån av utstyr. Vi synes dette fungerer godt, og håper at klubbene synes det også.

### Kartarkiv:

Det er ikke gjort noen oppdateringer i kretsens kartarkiv. Oppdateringer er planlagt i 2010.

### Resultatservice

I sesongen 2009 har det vært resultatservice for; nærløps -, sprintløps - og nattløps - karusellen. Resultatene blir lagt ut på [www.aaok.no](http://www.aaok.no) i etterkant. Dette tilbudet har fungert bra gjennom sesongen og videreføres i 2009. Ved KM sprint og natt hadde kretsen i tillegg resultatservice.

### VDG

Klubbene gjør en bra jobb på VDG, derfor har ikke kretsen hatt store oppgaver på dette området.

## 11. Årsrapport rekruttering

Vegårshei arrangerte Rekrutten og O-troll leir 12.-13.juni med 15 deltakere. Leiren ble avholdt på Fjellheim og deltakerne fikk prøvd seg på blant annet linjeorientering, brikkeløp og stjerneorientering. Det ble også tid til bading, grilling og andre sosiale aktiviteter.

Av de 15 deltakerne på leiren var det to fra Trauma, ei fra Gjerstad og resten fra Vegårshei. Når vi ser på deltakerantallet blant de yngre i sesongens løp skulle en tro at enda flere løpere ville ha interesse av å delta. I 2010 er det Hisøy OK som skal arrangere o-trolleiren og Rekrutten. Vi håper at klubbene vil merke seg datoen som er 11.-12. juni, og allerede tidlig i sesongen gi informasjonen videre til aktuelle løpere.

Det har vært gledelig å observere at det i 2009 har vært stor deltakelse på mange av sprintløpene og nærløpene blant de yngre løperne. Vi håper disse vil komme tilbake på løp også i sesongen 2010 og at de aktuelle klubbene klarer å følge dem opp slik at de vil fortsette å løpe orientering.

Vil minne om at Kretsen gir støtte til lag som arrangerer nybegynnerkurs med kr 1.000,-. Vi håper at flere klubber planlegger å arrangere nybegynnerkurs våren 2010.

## 12. Årsrapport aktivitet

### 12.1 Kretslag junior

AAOKs nye kretslag viderefører tilbud til ungdomsløpere og juniorer (13 - 16 år + 17- 20 år) med treningssamlinger og felles reiser til nasjonale løp.

De er gledelig at hele 15 løpere er registrert som deltakere på kretslaget.

Even Jahnsen har lagt en stor og flott innsats som leder for kretslaget. Videre har Åge Åshamar, Arnhild Bråten og Jostein Utstumo vært med i ledergruppa.

Kretslaget har hatt følgende samlinger og reiser til løp:

Dagsamling Grimstad	NM Ultralang i Odda
Vintersamling Nordjysk 2-dagers	NM Sprint jr. og NM Stafett jr. i Porsgrunn-Larvik
Dagsamling Arendal	NM-uka i Ålen
NM Natt i Haugesund	Blodslitet i Fredrikstad
Norwegian Spring – Halder-Sarpsborg	Høstsamling på Vegårshei
CC og NOM-uttak Oppsal	

### 12.2 Seniorer

Noen yngre seniorer reiser sammen på løpene i NorgesCup og NM.

Grane Orientering deltok det rent herrelag på Jukola-stafetten i Finland.

### 12.3 Basistreningsprosjektet

Kompetansesenteret for Idrett på Agder (KIA) driver et basistreningsprosjekt for et utvalg av lovende utøvere fra ulike idrettsgrener. Hver klubb har hatt mulighet til å søke plass for sine utøvere.

To orienteringsløpere er med i dette prosjektet: Ola Bakke Aashamar, Flosta IL i gruppe 16-20 år og Vegard Fiane Pedersen, IK Grane i gruppe 13-16 år.

## 13.1 Norgesmesterskap og Hovedløp

### NM ultralang junior

M17-20	nr 61	Ola Bakke Aashamar	Flosta IL
	nr 62	Martin Bråten	Flosta IL

### NM langdistanse senior

H 21	nr 13	Jonn Are Myhren	Grane, IK
	nr 38	Viggo Mølund	Imås, IL
	nr 52	Kristoffer Fiane Pedersen	Grane, IK
	nr 56	Jostein Utstumo	Grane, IK

### NM langdistanse junior

H 17-18	nr 47	Ola Bakke Aashamar	Flosta IL
	nr 48	Martin Bråten	Flosta IL

### NM mellomdistanse senior

### NM mellomdistanse junior

H 17-18	nr 50	Ola Bakke Ashamar	Flosta IL
	nr 69	Martin Bråten	Flosta IL

### NM stafett senior

H 17	nr 35	Grane, IK Kristoffer F. Pedersen, Aslak Blågestad, Magnus Johnsson	
	nr 62	Imås IL Viggo Mølund, Sigurd N. Daland, John Tore Daland	
	nr 73	Flosta IL Ola B. Aashamar, Even Jahnsen, Martin Bråten	

### NM stafett junior

nr 38	Flosta IL Martin Bråten, Eskil Hagtvedt, Ola Bakke Aashamar	
-------	--	--

### Hovedløp langdistanse

D14	nr 20	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
D15	nr 39	Aurora Fossøy	Lia IL
H 14	nr 37	Jon Nilsen	Vegårshei IL
H 15	nr 17	Bjørnar S. Nygårdseter	Vegårshei IL
	nr 18	Olav Vestøl	Vegårshei IL
	nr 77	Tord Bjørnsen	Express, IL
H 16	nr 20	Vegard F. Pedersen	Grane, IK
	nr 30	Fredrik Gustavsen	Flosta IL

### Hovedløp sprint

D 14	nr 2	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
D 15	nr 35	Aurora Fossøy	Lia IL
H 14	nr 29	Jon Nilsen	Vegårshei IL
	nr 57	Theodor Glemming	Vegårshei IL
H 15	nr 45	Bjørnar S. Nygårdseter	Vegårshei IL
	nr 73	Tord Bjørnsen	Express, IL
	nr 82	Olav Vestøl	Vegårshei IL
H 16	nr 41	Vegard F. Pedersen	Grane, IK
	nr 44	Fredrik Gustavsen	Flosta IL

## Hovedløp stafett

### Jenter

Aust-Agder 1 nr 17 Synnøve Bråten, Else Marit Mathisen, Aurora Fossøy

### Gutter

Aust-Agder 1 nr 23 Vegard F. Pedersen, Bjørnar S. Nygårdseter, Olav Vestøl

Aust-Agder 2 nr 30 Jon Nilsen, Tord Bjørnsen, Theodor G. Thorsen

## Veteranmesterskap langdistanse

H 60 nr 8 Gunnar Dag Tørrå Grane, IK  
D 45 nr 5 Jekke Liby Gjerstad IL

## Veteranmesterskap mellomdistanse

H 50 nr 7 Glenn Ager-Wick Grane, IK  
H 60 nr 2 Gunnar Dag Tørrå Grane, IK  
D 45 nr 7 Jekke Liby Gjerstad IL  
D 60 nr 7 Anne Karin Jørgensen Lia IL

## Norgescup - Craftcup sammenlagt

H 17-18 nr 36 Ola Bakke Aashamar Flosta IL  
nr 45 Martin Bråten Flosta IL  
H 21 nr 59 Kristoffer F Pedersen Grane, IK  
nr 78 Viggo Molund Imås IL

## 13.2. Sørlandsmesterskap.

### SM mellomdistanse

D 13-14 nr 1 Synnøve Bråten Vegårshei IL  
nr 2 Synne Fossøy Lia IL  
D 15-16 nr 1 Benedicte Hald Bjørgum Kristiansand OK  
nr 2 Aurora Fossøy Lia IL  
nr 3 Ida Marie Olsen Kristiansand OK  
D 21 nr 1 Christine Mikkelsen Grane, IK  
nr 2 Sunniva Jørgensen Kristiansand OK  
nr 3 Kristin D. Ausland Oddersjaa  
H 13-14 nr 1 Are S. Nygårdseter Vegårshei IL  
nr 2 Håkon Eide Sør, OK  
nr 3 Jon Nilsen Vegårshei IL  
H 15-16 nr 1 Jonas Kittelsen Kristiansand OK  
nr 2 Vegard F. Pedersen Grane, IK  
nr 3 Martin Bråten Vegårshei IL  
H 17 nr 1 Holger Hott Kristiansand OK  
nr 2 Kjell Erik Røysland Søgne og Sogndalen OK  
nr 3 Eirik Martens Svensen Kristiansand OK

### SM langdistanse

D 13-14 nr 1 Synnøve Bråten Vegårshei IL  
D 15-16 nr 1 Benedicte H. Bjørgum Kristiansand OK  
nr 2 Aurora Fossøy Lia IL  
nr 3 Ida Marie Olsen Kristiansand OK  
H 13-14 nr 1 Jon Nilsen Vegårshei IL  
nr 2 Are S. Nygårdseter Vegårshei IL  
nr 3 Vetle Reinhartsen Kristiansand IL  
H 15-16 nr 1 Olav Vestøl Vegårshei IL  
nr 2 Bjørnar Nygårdseter Vegårshei IL  
nr 3 Vegard F. Pedersen Grane, IK

H 17-20	nr 1	Martin Bråten	Flosta IL
	nr 2	Kjetil Friestad	Kristiansand OK
	nr 3	Andreas Vangstad	Kristiansand OK
H 21	nr 1	Holger Hott	Kristiansand OK
	nr 2	Viggo Molund	Imås IL
	nr 3	Arne Bujordet	Kristiansand OK

### 13.3. Kretsmesterskap

#### KM sprint

D 13-14	nr 1	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
	nr 2	Synne Fossøy	Lia IL
D 15-16	nr 1	Kristine Aarrestad	Lia IL
	nr 2	Aurora Fossøy	Lia IL
D 21	nr 1	Emma S. Nygårdseter	Vegårshei IL
	nr 2	Arnhild Bråten	Vegårshei IL
	nr 3	Ingrid Sandbu Eskilt	Hisøy OK
H 13-14	nr 1	Are Nygårdseter	Vegårshei IL
	nr 2	Erik Aarrestad	Lia IL
H 15-16	nr 1	Vegard F. Pedersen	Grane, IK
	nr 2	Fredrik Gustavsen	Flosta IL
	nr 3	Bjørnar Nygårdseter	Vegårshei IL
H 17-20	nr 1	Martin Bråten	Flosta IL
	nr 2	Eskil Hagtvedt	Flosta IL
H 21	nr 1	Kristoffer Fiane Pedersen	Grane, IK
	nr 2	Viggo Molund	Imås, IL
	nr 3	Aslak Blågestad	Grane, IK

#### KM mellomdistanse

D 13-14	nr 1	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
D 15-16	nr 1	Kristine Aarrestad	Lia IL
D 21	nr 1	Christine Mikkelsen	Grane, IK
	nr 2	Tone F. Gryting	Gjerstad
	nr 3	Inger Skjævesland	Trauma, IF
H 11-12	nr 1	Johannes B. Aashamar	Flosta IL
H 13-14	nr 1	Jon Nilsen	Vegårshei IL
	nr 2	Are Nygårdseter	Vegårshei IL
	nr 3	Erik Aarrestad	Lia IL
H 15-16	nr 1	Olav Vestøl	Vegårshei IL
	nr 2	Vegard F Pedersen	Grane, IK
	nr 3	Fredrik Gustavsen	Flosta IL
H 21	nr 1	Viggo Molund	Imås, IL
	nr 2	Helge Fossøy	Lia IL
	nr 3	Tallak Olav Gryting	Gjerstad IL

#### KM langdistanse

D 13-14	nr 1	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
D 15-16	nr 1	Aurora Fossøy	Lia IL
D 21	nr 1	Christine Mikkelsen	Grane, IK
	nr 2	Inger Marie B. Damsgaard	Hisøy OK
	nr 3	Inger Skjævesland	Trauma, IF
H 13-14	nr 1	Jon Nilsen	Vegårshei IL
	nr 2	Are S. Nygårdseter	Vegårshei IL
	nr 3	Theodor G. Thorsen	Vegårshei IL

H 15-16	nr 1	Bjørnar S. Nygårdseter	Vegårshei IL
	nr 2	Olav Vestøl	Vegårshei IL
	nr 3	Vegard Fiane Pedersen	Grane, IK
H 17-18	nr 1	Martin Bråten	Flosta IL
	nr 2	Ola Bakke Aashamar	Flosta IL
	nr 3	Eskil Hagtvedt	Flosta IL
H 21	nr 1	Kristoffer Fiane Pedersen	Grane, IK
	nr 2	Viggo Molund	Imås IL
	nr 3	Per Olav Nærestad	Trauma, IF

### KM Stafett

H 13-16	nr 1	Flosta IL 1	
		Johannes Bakke Aashamar, Eivind Hagtvedt, Gaute Hagtvedt	
H 17	nr 1	Grane 2	
		Kristoffer F. Pedersen, Magnus Johnsson, Jostein Utstumo	
	nr 2	Flosta 1	
		Martin Bråten, Ola Bakke Aashamar, Eskild Hagtvedt	
	nr 2	Trauma 1	
		Erling Fredriksen, Bjørn I. Sætran, Per Olav Nærestad	

### KM natt

D 13-14	nr 1	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
D 15-16	nr 1	Aurora Fossøy	Lia IL
D 21	nr 1	Inger Marie B. Damsgaard	Hisøy OK
H 13-14	nr 1	Jon Nilsen	Vegårshei IL
H 15-16	nr 1	Vegard Fiane Pedersen	Grane, IK
	nr 2	Bjørnar Nygårdseter	Vegårshei IL
H 17-20	nr 1	Martin Bråten	Flosta IL
H 21	nr 1	Kristoffer Fiane Pedersen	Grane, IK
	nr 2	Magnus Johnsson	Grane, IK
	nr 3	Sten Åge Nygårdseter	Vegårshei IL

### Veteranløpet

Damer	Kari Timenes Laugen	Imås IL
Herrer	Gunnar Dag Tørå	Grane, IK

## 13.4 Nærløps karusellen Vinnere

### Nærløpskarusellen damer

Løype 1	Silje Hauge	Hisøy OK
Løype 2	Gunda Bringsverd	Lia IL
Løype 3	Anne Heidrun Kvifte	Grane, IK
Løype 4	Christine Mikkelsen	Grane, IK

### Nærløpskarusellen herrer

Løype 1	Daniel Vedå	Express IL
Løype 2	Reidar Grøsle	AMIL
Løype 3	Torgeir Skottkjerra	AMIL
Løype 4	Gunnar Dag Tørå	Grane, IK
Løype 5	Magnus Johnsson	Grane, IK

## Sprintkarusellen

D 11-12	Synne Fossøy	Lia IL
D 13-16	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
D 17	Arnhild Bråten	Vegårshei IL
D 50	Aud Torbjørnsen	Grane, IK
D 65	Björg Salvesen	Lia IL
D begynner	Camilla Pedersen Studsrud	Hisøy OK
H 11-12	Johannes Bakke Ashamar	Flosta IL
H 13-16	Vegard Fiane Pedersen	Grane, IK
H 17	Per Olav Nærestad	Trauma, IF
H 50	Jan Vidar Wernersen	Øyestad IL
H 65	Stein Jensen	Lia IL
H begynner	Fredrik Studsrud	Hisøy OK

## Nattløpskarusellen

D løype 1	Hanne Kristin Hagtvedt	Flosta IL
D løype 2	Aurora Fossøy	Lia IL
D løype 3	Inger Marie B. Damsgaard	Hisøy OK
H løype 1	Karl Johan Emanuelsen	Grane, IK
H løype 2	Øyvin Simonsen	Grane, IK
H løype 3	Magnus Johnsson	Grane,IK

## Rekrutten

### B-løype

1. Jon Nilsen	Vegårshei IL
2. Synnøve Bråten	Vegårshei IL
3. Theodor G. Thorsen	Vegårshei IL

Deltatt: Are Nygårdseter	Vegårshei IL
Rune Nilsen	Vegårshei IL

### C-løype

1. Robert Mogen	Vegårshei IL
-----------------	--------------

### N-løype

10 løpere deltok

## 13.5 Gjensidige Forsikrings vandrepokal for rekruttering

Det beregnes poeng etter resultater i nærløpskarusellen og sprintkarusellen for løpere t.o.m. 14 år

Poengsankingen for de beste lagene ble i 2009:

1	Hisøy OK	139 poeng
2	Trauma, IF	124 poeng
3	Vegårshei IL	91 poeng

## 13.6 Rankingvinnere for yngre klasser

D 13-14	Synnøve Bråten	Vegårshei IL
D 15-16	Aurora Fossøy	Lia IL
H 10-12	Johannes Bakke Aashamar	Flosta IL
H 13-14	Jon Nilsen	Vegårshei IL
H 15-16	Olav Vestøl	Vegårshei IL

## 13.7 Bragdpokal

Det deles ikke ut bragdpokal for 2009

## 14.1 Resultatregnskap 2009

	Regnskap 2009	Budsjett 2009	Regnskap 2008
<b>Salgs- og driftsinntekt</b>			
3100	Lagskontingent	18 600,00	19 400,00
3110	Kretslag junior	15 000,00	
3120	Ref. utlegg turer fra lag	6 800,00	14 100,00
3130	Trykking av kart	38 574,00	42 600,00
3140	Leieinntekt EKT	7 000,00	7 000,00
3150	Premiepool nærløp	28 250,00	29 820,00
3160	Inntekter egne arrangement	5 020,00	-
3450	Tilskudd NOF - Hovedløpsprosjekt	9 000,00	-
3460	Tilskudd Aust-Agder Idrettskrets	43 300,00	28 100,00
3470	Bingo/AA Idrettsfond	127 888,00	142 228,00
	<b>Salgs- og driftsinntekt</b>	<b>299 432,00</b>	<b>283 248,00</b>
<b>Varekostnad</b>			
4100	Kostnader kartrykking	34 907,28	45 400,70
4160	Kostnader egne arrangement	4 420,00	-
4600	Kretslag junior	53 037,75	23 297,50
4605	O-troll-leir, rekrutten	32 058,00	47 190,00
4700	Nærløp - premier, andre kostn.	12 301,00	58 477,00
4701	Nærløp - resultatsservice	9 800,00	11 100,00
4709	Premier - endring beholdning	19 640,00	-30 430,00
4710	Medaljer, pokaler AAOK	4 670,00	6 800,00
	<b>Varekostnad</b>	<b>170 834,03</b>	<b>161 835,20</b>
<b>Driftskonstn. og av- og nedskrivninger</b>			
6500	Printer for kart	14 864,00	33 315,80
6510	Arr.utstyr - EKT/EMIT	6 775,00	-
6550	Datautstyr og programvare	24 199,56	2 610,00
6700	Regnskapshonorar	3 187,50	2 687,50
6800	Administrasjon - rekvisita	1 031,00	1 015,00
6820	Trykksaker og kopiering	4 849,00	-
6860	Møter - lokale og servering	3 805,50	3 933,20
6940	Porto	941,75	1 580,00
	<b>Driftskostn. og av- og nedskrivninger</b>	<b>59 653,31</b>	<b>45 141,50</b>
<b>Annen driftskostnad</b>			
7140	Reise etter regning - till.valgte	7 129,00	13 314,00
7150	Fellesturer - reise og opphold	6 800,00	14 100,00
7770	Bank- og kortgebyr	221,00	183,00
	<b>Annen driftskostnad</b>	<b>14 150,00</b>	<b>27 597,00</b>
<b>Finans/ekstraordinære poster</b>			
8040	Renteinntekter	315,07	1 905,97
	<b>Resultat</b>	<b>55 109,73</b>	<b>50 580,27</b>

## 14.2 Balanse

<b>Eiendeler</b>	<b>2009</b>	<b>2008</b>
1400 Premier på lager	46 450,00	66 090,00
1500 Kundefordringer - Note 1	29 770,00	19 340,00
1700 Opptjent ikke fakt.inntekter	5 020,00	-
1920 Bank Nordea 06.00544	197 238,88	132 882,15
<b>Sum eiendeler</b>	<b>278 478,88</b>	<b>218 312,15</b>

### **Egenkapital og gjeld**

#### **Egenkapital**

2000 Egenkapital 1/1	206 252,65	155 672,38
Resultat	55 109,73	50 580,27
<b>Sum egenkapital</b>	<b>261 362,38</b>	<b>206 252,65</b>

#### **Gjeld**

2400 Leverandørgjeld - Note 2	9 296,50	10 059,50
2600 Skyldig skatt	7 820,00	2 000,00
<b>Sum gjeld</b>	<b>17 116,50</b>	<b>12 059,50</b>

<b>Sum egenkapital og gjeld</b>	<b>278 478,88</b>	<b>218 312,15</b>
---------------------------------	-------------------	-------------------

#### **Note 1 Kundefordringer**

Busstur Blodslitet 2008	600,00
Busstur Blodslitet 2009	6 800,00
Premiepool 2007	1 480,00
Premiepool 2008	4 440,00
Premiepool 2009	9 600,00
Lagskontingent 2009	400,00
Kartutskrift 2008	1 200,00
Kartutskrift 2009	5 250,00
	<hr/>
	29 770,00

#### **Note 2 Leverandørgjeld**

NOF	266,00
AAIK	310,50
Kitron BIL - kartpenger	1 260,00
Imås - kartpenger	1 540,00
Grane - kartpenger	3 920,00
Grane - O-skole	1 000,00
Trauma - O-skole	1 000,00
	<hr/>
	9 296,50

## 14.3 Varetelling

### Varetelling for Aust-Agder O-krets pr. 31.12.2009.

<b>Beholdning av premier for nærløp</b>				<b>Bokført verdi 31.12.2009</b>	
Kopp, skål og asjett	144	stk a kr	210,-	kr	30.240,-
Krus rød	11	stk a kr	80,-	"	880,-
Tallerken	69	stk a kr	140,-	"	9.660,-
Gavekort Musikkhjørnet - hele	25	stk a kr	150,-	"	3.750,-
- halve	24	stk a kr	80,-	"	1.920,-
Sum premier				kr	46.450,-

<b>Teknisk utstyr for løp</b>				<b>Bokført verdi 31.12.2009</b>	
	<b>Kjøpt</b>	<b>Kostpris</b>	<b>Kostnad 2009</b>		
Minitimerecorder MTR3	2003	9.720,-		kr	0,-
Minitimerecorder MTR3	2006	7.062,-		"	0,-
Minitimerecorder MTR4	2005	8.562,-		"	0,-
Minitimerecorder MTR3	2008	8.378,-		"	0,-
Leiebrikker 30 stk flere år	5 nye a	461,-	2.305,-	"	0,-
½ tidtaker EMIT større løp CTR2				"	0,-
Startklokke - ustabil				"	0,-
Startklokke	2006	7.476,-		"	0,-
Målklokke i grått metallskrin				"	0,-
Målklokke i plastkoffert				"	0,-
Sveiseapparat A4-poser				"	0,-
Sum teknisk utstyr				kr	0,-

<b>Kontorutstyr og data.</b>				<b>Bokført verdi 31.12.2009</b>	
	<b>Kjøpt</b>	<b>Kostpris</b>	<b>Kostnad. 2009</b>		
Skjerm LCD CTX 17"	2004	2.923,-		kr	0,-
Bærbar PC Multinote MDL7	2005	13.240,-		"	0,-
Bærbar PC	2009	15.309,-	15.309,-	"	0,-
½ prosjektor	2006	5.116,-		"	0,-
Kartskap A1 15 skuffer	2006	11.590,-		"	0,-
Sum kontorutstyr og data				kr	0,-

<b>Verdipapir.</b>	<b>Tildelt</b>	<b>Antall</b>	<b>Pålydende verdi</b>	
Idrettsfinans AS	1993	76	kr	38.000,-
Idrettsfinans AS	1996	14	"	7.000,-
Sum			kr	45.000,-

Andreas Sælsbråten

Inger Skjævesland

Hanne Hagtvedt

Magnus Fiane Johnsson

Odd Utstumo

## **14.4 Revisjonsberetning**

## **15. Forslag fra styret og lagene**

### **15.1.1.**

Ingen inkomne forslag.

## 16. Kontingent og avgifter

### 16.1 Lagskontingent 2010

AAOKs styre foreslår at lagskontingenten for 2010 blir som i 2009 (lagskontingenten har vært uendret siden 2003). Lagene er skjønnsmessig plassert i grupper etter aktivitetsnivå.

#### **Gruppe 1 kr 400.-**

Få eller ingen aktive:  
Hagefjorden IL, Holt IF, Laget IL, IL Vardild.

Kr 400.- x 4 = kr 1 600.-

#### **Gruppe 2 kr 1 200.-**

Lag med normal aktivitet:  
Austre Moland IL, Birkenes IL (1/2), IL Express, Froland IL, Hisøy OK, Hope IL, Imås IL, IL Høvdingen (1/2), Lia IL, Otra IL (1/2), IF Trauma, Øyestad IF, Gjerstad IL.

Kr 1 200.- x 10 = kr 12 000.-

Kr 600.- x 3 = kr 1 800.-

#### **Gruppe 3 kr 2 000.-**

Lag med stor aktivitet  
IK Grane, Vegårshei IL, Flosta IL.

Kr 2.000.- x 3 = kr 6.000.-

**Total lagskontingent 2008 = kr 21.400.-**

### 16.2 Premiepool 2010

AAOKs styre foreslår at avgiften til premiepoolen for nærløpskarusellene i 2009 blir uendret - 20 kr per løper.

Løpere t.o.m. 12 år i nærløpskarusellen og sprintløpskarusellen skal premieres på hvert løp i tillegg til sammenlagtpremiering.

## 17. Aktivitetsplan for 2010

### 17.1 Teknisk

- Terminliste
- Printing av kart med løyper i A3 og A4
- Database med fødselsår for alle løpere
- Utlån av EKT-utstyr
- Resultatservice

### 17.2 Rekruttering

- Oppfordre klubbene til å arrangere O-skole
- O-trolleir og Rekrutten på Hisøy 11.-12. juni
- Hovedløp og O-landsleir i Trøndelag 8.-9. august
- Fellestur til Blodslitet med AAOKs krets lag
- Resultat gjennom sesongen for Rekrutterings- og Rankingpokal

### 17.3 Skolesprinten.

Kontakt med skolene og o-opplæring i skolene er lagenes ansvar. AAOK har utarbeidet eksempel på opplegg og løyper for bruk på skolene og kan bistå klubbene med planlegging i den grad styret har kapasitet.

### 17.4 Kretslag.

Krets laget har lagt følgende samlingsplan for 2010;

- 9. januar, Dagssamling j-krets laget i Grimstad (avlyst pga snø)
  - 13. februar, Dagssamling j-krets laget i Arendal (avlyst pga snø)
  - 12-14. mars, Vintersamling, Nordjysk 2-dagers, Danmark
  - 16.-18. april, NM-natt junior+Craft-cup natt, Vårstafetten-Vårspretten, Solrenningen+ Craft-cup junior langdist,Halden SK
  - 7. mai, Kveldssamling j-krets laget i Kilsund
  - 13.-16.mai, NM-sprint, mellomdistanse, langdistanse, junior+Craft-cup, Frol IL
  - 22.-24. mai, Pinseløpene, Kongsberg O L
  - 6.-11. juli, Sommersamling, Sørlandsgaloppen, Hove
  - 9.-14. august, VM-publikum+ Landsleir, Trondheim
  - 10. august, Hovedløp for yngre, langd., Trondheim
  - 11. august, Hovedløp for yngre sprint, Trondheim
  - 28. august, NM-ultralang junior+Craft-cup. Sørreisa O L.
  - 11.-12. september, NM-langdistanse junior+Craft-cup, NM-stafett junior. Indre Østfold OK
  - 18. september, NM-mellomdistanse-junior+Craft-cup. Øystre Slidre IL
  - 16. oktober Blodslitet/ Craft-cup junior finale
  - November Høstsamling (dato vil bli fastlagt seinere)
- Sort ramme betyr at Kretsstyret er arrangør

### 17.5 Administrativt.

- Videreutvikle kretsens hjemmeside, og følge opp NOFs hjemmesideprosjekt
- Engasjere flere til å levere stoff – reportasjer til hjemmesida
- Utarbeide håndbok for AAOK

## 18. Budsjett 2010

### Budsjett 2010

	Regnskap 2008	Regnskap 2009	Budsjett 2010	
<b>Salgs- og driftsinntekt</b>				
3100	Lagskontingent	19 400,00	18 600,00	20 000,00
3110	Kretslag junior	0,00	15 000,00	15 000,00
3120	Ref. utlegg turer fra lag	14 100,00	6 800,00	10 000,00
3130	Trykking av kart	42 600,00	38 574,00	40 000,00
3140	Leieinntekt EKT	7 000,00	7 000,00	7 000,00
3150	Premiepool nærløp Inntekt egne	29 820,00	28 250,00	30 000,00
3160	arrangement	0,00	5 020,00	0,00
3170	Sponsorinntekt kretslag	0,00	0,00	10 000,00
3450	Tilskudd NOF	0,00	9 000,00	0,00
3460	Tilskudd Aust-Agder Idrettskrets	28 100,00	43 300,00	40 000,00
3470	Bingo/AA Idrettsfond	142 228,00	127 888,00	128 000,00
	<b>Salgs- og driftsinntekt</b>	<b>283 248,00</b>	<b>299 432,00</b>	<b>300 000,00</b>
<b>Varekostnad</b>				
4100	Utgifter karttrykking	45 400,70	34 907,28	35 000,00
4160	Kostnader egne arrangement	0,00	4 420,00	0,00
4600	Kretslag junior	23 297,50	53 037,75	98 000,00
4605	O-troll-leir, rekrutten	46 890,00	32 058,00	40 000,00
4700	Nærløp - premier, andre kostn.	58 477,00	12 301,00	20 000,00
4701	Nærløp - resultatservice	11 100,00	9 800,00	12 000,00
4709	Premier - endring beholdning	-30 430,00	19 640,00	10 000,00
4710	Medaljer, pokaler AAOK	6 800,00	4 670,00	5 000,00
	<b>Varekostnad</b>	<b>161 535,20</b>	<b>170 834,03</b>	<b>220 000,00</b>
<b>Driftskonstn. og av- og nedskrivninger</b>				
6500	Printer	33 315,80	14 864,00	10 000,00
6510	Arrangementutstyr EKT-MTR Datautstyr og	-	6 775,00	40 000,00
6550	programvare	2 610,00	24 199,56	12 000,00
6700	Regnskapshonorar	2 687,50	3 187,50	4 000,00
6800	Administrasjon - rekvisita	1 015,00	1 031,00	3 000,00
6820	Trykksaker og kopiering Møter - lokale og	-	4 849,00	5 000,00
6860	servering	3 933,20	3 805,50	5 000,00
6940	Porto	1 580,00	941,75	1 000,00
	<b>Driftskostnader</b>	<b>45 141,50</b>	<b>59 653,31</b>	<b>80 000,00</b>
<b>Annen driftskostnad</b>				
7140	Reise etter regning - till.valgte	13 314,00	7 129,00	15 800,00
7150	Fellesturer - reise og opphold	6 800,00	6 800,00	10 000,00
7770	Bank- og kortgebyr	183,00	221,00	200,00
	<b>Annen driftskostnad</b>	<b>20 297,00</b>	<b>14 150,00</b>	<b>26 000,00</b>
<b>Finans/ekstraordinære poster</b>				
8040	Renteinntekter	1 905,97	315,07	1 000,00
	<b>Resultat</b>	<b>58 180,27</b>	<b>55 109,73</b>	<b>-25 000,00</b>

## 19. Terminliste 2010

Uke	Dato	Navn på løpet	Arrangør/sted
<b>Nr.</b>	<b>Mars</b>		
10	13.-14.mars	<a href="#">Nordjysk 2-dagers</a>	Danmark
<b>12</b>	<b>24. mars</b>	<b>Nattløp 1</b>	<b>IL Imås</b>
12	26.-28.mars	<a href="#">Springcup</a>	Danmark
	<b>April</b>		
<b>15</b>	<b>14. april</b>	<b>Sprintløp 1</b>	<b>Lia IL</b>
15	16. april	NM natt	Halden SK, Østfold
15	17.-18.april	Norwegian Spring	Halden SK/Sarpsborg OL, Østfold
16	20. april	Bedriftsløp 1	
<b>16</b>	<b>21. april</b>	<b>Sprintløp 2</b>	<b>IK Grane</b>
16	24. april	Lørdagskjappen	
16	25. april	Småleneløpet	
<b>17</b>	<b>28. april</b>	<b>Nærløp 1</b>	<b>IF Trauma</b>
	<b>Mai</b>		
17	1. -2. mai	<a href="#">10mila</a>	
18	4. mai	Bedriftsløp 2	
<b>18</b>	<b>5. mai</b>	<b>Sprintløp 3</b>	<b>IF Trauma</b>
<b>19</b>	<b>12. mai</b>	<b>Nærløp 2</b>	<b>Vegårshei IL</b>
19	13. mai	NM sprint, Trøndelag	
19	15.-16.mai	Testløp EM, Trøndelag	
20	18. mai	Bedriftsløp 3	
<b>20</b>	<b>19. mai</b>	<b>Sprintløp 4 (KM)</b>	<b>Imås IL</b>
20	22.-24.mai	Pinseløp	
<b>21</b>	<b>26. mai</b>	<b>Nærløp 3</b>	<b>AMIL</b>
21/22	29.mai- 6.juni	EM senior/World Cup	
	<b>Juni</b>		
22	4. juni	Bedriftsløp 4	
22	5.-6.juni	Sørløpene?	
<b>23</b>	<b>9. juni</b>	<b>Nærløp 4</b>	<b>Hisøy OK</b>
23	11.-12.juni	O-trolleir	Hisøy OK
23	12. juni	Rekrutten	Hisøy OK
24	15. juni	Bedriftsløp 5	
<b>24</b>	<b>16. juni</b>	<b>Nærløp 5</b>	<b>Gjerstad IL</b>
24	19.-20.juni	<a href="#">Jukola</a>	Mikkeli, Finland
25	25.-27.juni	<a href="#">O-Festivalen (VC)</a>	

<b>Juli</b>			
27	6. juli	Nærløp 6	Ledig
27	5.-11.juli	<a href="#">Sørlandsgaloppen</a>	Vestfold
28	14.-18.juli	NV galoppen	
29-30	25.-30.juli	<a href="#">Oringen</a>	Sverige
<b>August</b>			
31-32	8.-15.aug	VM Trondheim/Hovedløp-OLL	
32	10. august	Bedriftsløp 6	
33	21. august	SM Mellom	Otra IL
33	22. august	SM lang	Otra IL
34	24. august	Bedriftsløp 7	
34	25. august	<b>Sprintløp 5</b>	<b>Hisøy OK</b>
34	28. august	NM ultralang, Troms	
34	29. august	Veteranmesterskapet, Eiker	
<b>September</b>			
35	1.sept	Nærløp 7	IL Express
35	4.sept	Merkeløpet?	Oddersjaa SSK
35	5.sept	Sølvkrokenløpet (KM-mellom)?	IK Grane
36	7. sept	Bedriftsløp 8	
36	8. sep.	<b>Sprintløp 6</b>	<b>IL Express</b>
36	11.sept	NM lang jr./sr.	Indre Østfold OK
36	12.sept	NM jr. stafett	Indre Østfold OK
37	15. sep.	Nærløp 8	Øyestad IF
37	18. sep.	NM mellom, Beitostølen	
37	19. sep.	NM sr. stafett, Beitostølen	
38	21. sept	Bedriftsløp 9	
38	22. sep.	<b>Nattløp 2</b>	<b>Vegårshei IL</b>
38	25. sep.	KM lang	
38	26.sep	KM stafett	
39	29.sept	<b>Nattløp 3</b>	<b>Hisøy OK</b>
<b>Oktober</b>			
39	2.-3.okt	WC Frankrike	
40	6. oktober	<b>Nattløp 4 (KM)</b>	<b>Flosta IL</b>
40	9.-10.okt	WC Sveits	
41	16. oktober	<a href="#">Blodslitet, Craft Cup Avslutning</a>	Fredrikstad, Østfold
43	31. oktober	Svalandsgubben	
<b>November</b>			
44	7. november	Gårssledet ?	Vindbjart
<b>Desember</b>			
52	31. des.	Knoppetangløpet	Flosta IL