

NORD-TRØNDELAG ORIENTERINGSKRETS

22. ordinære kretsting



Saksliste
Årsberetning
Sakspapirer

2008

FORRETNINGSORDEN VED KRETSTINGET 2008

Til å lede tingets forhandlinger velges en dirigent.

Til å føre protokoll velges en sekretær

Som underskrivere av protokoll velges to fremmøtte representanter.

Ordet forlanges ved håndsopprekning.

Ingen har rett til å ta ordet mer enn tre ganger i samme sak. Dirigent og enhver tingrepresentant kan når det finnes påkrevd, stille forslag om tidsbegrensning for innleggning av nye talere.

Til forretningsordenen gis ikke ordet mer enn en gang i samme sak.

Forslag leveres skriftlig til dirigent, underskrevet av forslagstilleren og med angivelse av navnet på klubben vedkommende representerer.

Hvor annet ikke er nødvendig ifølge loven, avgjøres alle beslutninger med simpelt flertall.

I protokollen innføres forslag og avstemmingsresultater samt de fattede beslutninger.

Tingets forhandlinger er offentlige. Tilhørere som ikke er representanter, kan gis talerett i enkelte saker, men deltar ikke i votingen.

SAKSLISTE

Det 22. ordinære Kretsting Lørdag 29. November 2008

1. Åpning av tinget.
2. Godkjenning av de fremmøtte representanter.
3. Godkjenning av innkalling, saksliste og forretningsorden.
4. Valg av dirigent, sekretær, samt 2 representanter til å underskrive protokollen.
5. Behandling av beretning for 2008.
6. Behandling av regnskap for 2008.
7. Behandling av innkomne forslag og saker.
8. Fastsettning av kontingent og eventuelle avgifter.
9. Behandling av budsjett 2009.
10. Bestemmelse av sted for neste kretsting.
11. Foreta følgende valg:
 - a. Leder og nestleder
 - b. Ett styremedlem som også leder teknisk råd, med nestleder og ett rådsmedlem
 - c. Ett styremedlem som også leder rekryteringsråd, med nestleder og to rådsmedlemmer
 - d. Ett styremedlem som også leder treningsrådet, med nestleder og to rådsmedlemmer
 - e. Ett styremedlem som også leder ungdomsrådet, med nestleder og ett rådsmedlem
 - f. Ett styremedlem med arbeidsoppgaver bestemt av styret
 - g. To varamedlemmer. Rådenes nestledere er personlige varamedlemmer for rådslederne
 - h. To revisorer og to vararevisorer
 - i. Representanter til ting for NOF og NTIK
 - j. Valgkomité med leder, to medlemmer og en varamedlem for neste kretsting

Kretstinget starter kl.10.30

Utdeling av pokaler kl. 10.30

Tinget avsluttes ca kl. 13.00

Pris: Kr.250,- for kun tingdagen. Regning ettersendes lagene.

Husk å ta med fullmakt fra laget ditt.

Papirutgave av saksliste, årsberetning og sakspapirer blir lagt ut på tinget.

SAK 5: ÅRSBERETNING 2008

5.1 NORD-TRØNDELAG ORIENTERINGSKRETS TILLITSVALGTE 2008

Nord-Trøndelag Orienteringskrets har i tingperioden 2008 hatt følgende sammensetning av styre, råd og utvalg:

| KRETSTYRET 2008 | | |
|----------------------------------|------------------------|-----------------------------|
| Leder | Rune Lyngen | OK Skøyner |
| Nestleder | Olav Martin Indgaard | Frol IL |
| Leder teknisk råd | | |
| Leder treningstråd | Trond Svanøe-Hafstad | Steinkjer OK |
| Leder rekrytteringsråd | Egil Eriksen | Grong OK |
| Tur-o-kontakt | Asgeir Brustad | Verdal OK |
| Leder ungdomsråd | Åsta Venås Flægstad | Steinkjer OK |
| 1.varamann | Liv Venås | Steinkjer OK |
| 2.varamann | Arne Håkon Fiskum | Namsos OK |
| | | |
| TEKNISK RÅD | | |
| Leder | | |
| Nestleder | Trond Ottersland | Inderøy IL |
| Medlem | Terje Rønning | Skøyner OK |
| | | |
| TRENINGSRÅD | | |
| Leder | Trond Svanøe-Hafstad | Steinkjer OK |
| Nestleder | Kjell Kolstø | Stjørdals-Blink Orientering |
| Medlem | Arild Vassenden | Frol IL |
| Medlem | Line Okkenhaug | Verdal OK |
| | | |
| REKRUTTERINGSRÅD | | |
| Leder | Egil Eriksen | Grong OK |
| Nestleder | Atle Dengerud | Steinkjer OK |
| Medlem | Laila Munkeby | Frol IL |
| Medlem | Kjersti Løvik | Stjørdals-Blink Orientering |
| HL/OL koordinator | Berit Reistad | Frol IL |
| | | |
| UNGDOMSRÅD | | |
| Leder | Åsta Venås Flægstad | Steinkjer OK |
| Nestleder | Isa Mari Sandstad | Frol IL |
| Medlem | Jørgen Lundsauet | Verdal OK |
| | | |
| REVISORER | | |
| | Gunnar Romuld | Namsos OK |
| | Asbjørn Strøm | Skøyner OK |
| Vara revisor | Arne Okkenhaug | Verdal OK |
| Vara revisor | Johan Skjerve | Frol IL |
| | | |
| VALGKOMITE | | |
| Leder | Jon Arne Glomsrud | Stjørdals-Blink Orientering |
| Medlem | Per Arve Hammer | OK Skøyner |
| Medlem | Vigdis Jørgensen | Namsos OK |
| | | |
| UTSENDINGER NOF'S OG NTIK'S TING | | |
| | 1 Rune Lyngen | vara: Nils Aal |
| | 2 Eva Fiskum | vara: Berit Reistad |
| | 3 Olav Martin Indgaard | vara: Kjell Lundsauet |

5.2 Ansatte

NTOK har i 2008 ikke hatt ansatte. Tjenester til regnskap er utført av Økonomiservice AS på Skogn.

5.3 Representasjoner

5.3.1 Møter

| | |
|--------------------------------|---|
| Lederråd NTIK | Rune Lyngen |
| Kretsleidermøte MNM, | Trond Svanøe-Hafstad |
| Kretsleidermøte og o-galla | Rune Lyngen |
| Hovedløpsprosjektet og o-galla | Berit Reistad |
| Kartseminar og o-galla | Rune Lyngen |
| Nof's ting | Olav Martin Indgaard, Eva Fiskum og Kjell Lundaunet |
| Annet | |
| KM-Mellom | Rune Lyngen |
| KM-lang | Rune Lyngen |
| KM- Sprint | Rune Lyngen |
| KM-stafett | Olav Martin Indgaard |
| KM-natt | Rune Lyngen |
| MNM, deltager jury | Trond Svanøe-Hafstad |

5.4 Kretsstyrets virksomhet

5.4.1 Møter

Styret har i 2008 avholdt 3 møter og behandlet 27 saker. Mellom styremøter har det blitt gjort avklaringer på mail og pr. telefon.

5.4.2 Arbeidsoppgaver

Styret har i sammen med rådene drevet kretsen etter beste evne i henhold til budsjett og handlingsprogram og i henhold til NTOK sin lov § 3

Styret har i 2008 arbeidet med et klart fokus på å legge forholdene til rette for orienteringsaktiviteten i Nord-Trøndelag. Ungdoms og barnearbeid har vært prioritert. Det viktigste og mest prioriterte arbeidet i 2008 har vært:

- Arbeid med ungdomsgruppa med samlinger og turer i regi av treningsrådet.
- Arbeid med o-troll leir, Skallstuggu leir og mobilisering av deltagere til Hovedløp og OLL.
- Koordinering av terminlistearbeid med STOK, samt avholdelse av terminlistemøte i kretsen
- Fortsatt arbeid med kvalitetssikring av arrangement med fokus på ungdom
- Arrangert kurs i bedre løyper to ganger
- Deltagere på o-galla og i Prosjekt Hovedløp/OLL i regi av NOF
- Fra rekrutt til ungdomsløper

5.4.3 Økonomi

5.4.4

Det var budsjettert med et underskudd på 10000,-. Regnskapsresultatet ser ut til å gi et underskudd på kr 24205,00. Årsaken til større underskudd en budsjettert er at vi har valgt å nedskrive verdien på en del ukurante eiendeler som kretsen har statusført og at vi har ført gammel ubetalt kontingent som tap. Dette utgjør til sammen kr 14050. Tilskuddet fra idrettskretsen ble litt lavere enn forventet, men dette skyldes kanskje en omlegging av tilskuddsberegning og utbetalingsrutiner fra idrettskretsen. Restutbetaling for 2008 vil nå komme i februar 2009. Tilskudd fra NOF ble på kr 9000 høyere enn budsjettert. Dette er tilskudd som er øremerket aktivitet. (Skallstugguleir, o-trolleir og tingsamling). Alle arrangerte samlinger og leirer er oppgjort, slik at vi ved regnskapsårets slutt har få utestående regninger. Underskuddet dekkes opp ved å bruke av tidligere oppsparte midler. Kretsen har ved regnskapets avslutning kr 200174 i egenkapital.

5.4.5 Informasjon

Hjemmeside har ikke vært særlig oppdatert i år.

Informasjon fra NOF, NTOK og NTIK har blitt sendt videre pr e-post.

5.5 Rekrutteringsrådet

5.5.1 Møter

Rekrutteringsrådet har avholdt 1 møte. Øvrig koordinering / kontakt har skjedd pr. telefon og e- post.

5.5.2 Ungdomsleir

For 10. året på rad er "NTOK Ungdomsleir" arrangert på Skallstuggu 15.- 17. juni. 26 ungdommer i alderen 13-16 år deltok, 11 jenter og 15 gutter.

Programmet for leiren er noenlunde likt fra foregående år, og følger også premissene til NOF's Hovedløpsprosjekt. Vi prøver å utvikle leiren litt hvert år, samtidig som vi viderefører de elementene som har vært veldig bra. Vi mottar støtte fra NOF.

De ulike aktivitetene er valgt ut slik at samholdet i ungdomsgruppa styrkes. Deltakerne får et lite løft både med orientering- kartlesing og løpsmessig. Et av delmålene til ungdomsleiren er å motivere ungdommene til deltagelse på hovedløp / o- landsleir.

Også i år hadde vi kano-orientering på Vulusjøen. Her var det store utfordringer for deltakerne. Samarbeidet innen laget var viktig. Taktiske vurderinger og evnen til å se spesielle løsninger ble helt avgjørende. Samtlige lag fullførte i fin stil, tross kald vind og dårlig badetemperatur.

De viktigste elementene på ungdomsleiren er de o- tekniske treningene. Ungdommene prøvde på de ulike variantene: postplukk, vanlig o- løype, 2- manns sprintstafett og kompasstreng. Den tradisjonelle gjørnemefotballen ble det også tid til. Flere av deltakerne besteg fredag kveld Hårskallen, og ble belønnet med en vidunderlig vakker solnedgang.

Leiren ble avsluttet søndag formiddag med deltagelse i Hårskallen Downhill, der Frol i.l. stod ansvarlig.

5.5.3 O-troll-leir

Rekrutteringsrådet arrangerte O- troll- leir sammen med Verdal OK 16. - 17. august, for aldersgruppen 10- 14 år. Det var med 42 deltagere fra 5 klubber, 13 jenter og 29 gutter. Klubbene stilte med voksne ledere. Leiren ble avholdt i Blommen Skisenter. Her hadde Verdal OK trykt opp kartutsnitt i målestokk 1: 5000, over et spennende terreng som var ukjent for de fleste.

Det sosiale er viktigst på en slik leir. Mye tid går med til å bli kjent med hverandre. Skisenteret med lysløypa, de gamle hoppbakken og et variert og kupert skogsterreng med innslag av kultutmark, var meget velegnet til o- leir. Vi hadde 3 fine o- økter, der hovedvekten ble lagt på kartlesing og det å holde kartet "orientert".

Ungene fikk lov til å gå / løpe sammen 2 og 2. Det er trygt for mange, som ikke har noe erfaring.

Vi avsluttet med opprydding ut på søndag ettermiddag. Så var det av gárde til o- løp på kveld: KM sprint på golfbanen på Trones, Verdal. For mange av ungene ble det altså 3 o- økter denne dagen!

Leiren har blitt støttet av NOF. For øvrig en stor takk til viktige personer i Verdal OK. Disse var helt avgjørende for gjennomføringen av leiren.

5.5.4 O-løftet

Rekrutteringsrådet har vært representert på kretsens fagmøte: "Fra rekrutt til ungdomsløper".

På Hovedløpet i Sandefjord hadde vi med en av lederne ved siden av to av foreldrene i ungdomsgruppa.

5.5.5 Fokus på bedre løyper for de yngste i kretsløp

Vi har hatt kontroll av rekruttløyper / nybegynnerløyper i kretsløpene i år. Tiltaket bør videreføres og formaliseres enda bedre neste år.

I år har vi som for to år siden tatt et ekstra tak for å bidra til å heve kvaliteten på løpene for de yngste i kretsløp. Rekr.rådet har gjennomført en kontroll av N/C/B-løpene på de fleste kretsløpene våre. Vi har prøvd å være mer veiledere enn kontrollører i dette arbeidet, og håper at arbeidet har vært et bidrag i det å lage et

godt og riktig løpetilbud til rekruttene våre. NOF i år utgitt en ny fin folder med retningslinjer for disse løypene, og denne er et godt redskap for løypeleggere og TD.

Egil Eriksen
06.11.08

5.6 TUR-Orientering

Av de 21 lagene som er registrert som medlemslag i NOF er det 16 lag som har tur-orientering som en del av sin aktivitet. Det er viktig med tur-orientering, da dette er for veldig mange den første kontakten med o-sporten.

Det er i løpet av året ikke gjennomført tur-o aktiviteter i regi av kretsen. Det har kun vært en henvendelse fra klubbene, en fra idrettskretsen og en i forbindelse med ett foredrag.

For den søkelystne finnes en god del informasjon om tur-o på [Ø med fane Tur-o/Mosjon](#).

I februar 2009 er det planlagt felles møte på Verdal for tur-o ansvarlige i klubbene. Vi får besøk fra forbundet, ønsker utveksling av erfaringer og nye ideer. Invitasjon senere.

For NTOK / tur-o-kontakt
Asgeir Brustad

5.7 Årsberetning Treningsrådet 2008

5.7.1 Treningsrådet har siste år bestått av:

Trond Svanøe-Hafstad (leder)
Kjell Kolstø
Arild Vassenden
Line Okkenhaug (Ungdomsrepresentant og rankingfører)

5.7.2 Samlinger 2008

Treningsrådet har i år hatt følgende plan for sine samlinger:

| | Arrangement | Sted | Dato | Ansvarlig/ medansvarlig |
|----|------------------------------|---------------------------------------|--|---|
| 1. | Ski-samling | Bratsberg | 22.02-24.02 | Line / Arild |
| 2. | Vårsamling | Abelvær / Lund | 4.-6. april | Trond Kjell Samarbeid med Jørgensen |
| 3. | Craft Cup, NM natt | Østfold | 18.-20.april | Trond |
| 4. | Forberedelses- samling NM | Frolfjellet eller annet NM-likt | Tidlig august 8-9-10 august evt. | Line Kjell |

| | | | | |
|----|-------------|--------------------------|-----------------------------------|--------------|
| | | terreng i nærområdet | midtuke? | Anton? |
| 5. | Høstsamling | Steinkjer (Egge videreg) | 4.-5. oktober (tilpasset elgjakt) | Trond/Arild |
| 6. | Tingsamling | Skogn | 28-29/11 | Arild / Line |

Gjennomførte samlinger og deltagelse

| | | Antall delt. | Jenter | Gutter | Antall ledere | Merknad |
|------------------|----------------------------|--------------|--------|--------|---------------|-------------------------|
| 22. - 24.februar | Ski-o-samling i Trondheim | | | | | Snømangel, ikke gj.ført |
| 30.3 - 1.4 | Vårsamling i Ytre Namdal | 23 | 9 | 14 | 2 | Gjennomført |
| 18.4. - 20.4. | Craft-cup, natt NM, Jæløya | 19 | 9 | 10 | 2 | Gjennomført |
| 12. - 13.august | Forberedelse til NM | 7 | 3 | 4 | 1 | Gjennomført |
| 25. - 26.oktober | Høstsamling Steinkjer | 14 | 3 | 11 | 2 | Gjennomført |
| 28.-29.11. | Tingsamling, Skognl | 17 | | | 1 | Blir gjennomført |

Skisamling Bratsberg ble avlyst grunnet snømangel, snøen regnet bort.

Treningsrådet arrangerte i tillegg busstur og ordnet med overnatting til Blodslitet i samarbeid med Sør-Trøndelag orienteringskrets.

Alle samlinger er gjennomført etter oppsatt plan. Antall deltakere er ført opp i tabellen.

5.7.3 Ungdommenes evaluering av treningsrådets tilbud

Under hver høstsamling evaluerer ungdommene årets tilbud fra Treningsrådet. Ungdommene synes antall samlinger er ok og at samlinger er viktig for miljøet i kretsen. Det er viktig å tilpasse antall samlinger i forhold til andre samlinger, konkurranser, samt at flere er med i andre idrettsgrener. Vårsamlingen på Abelvær ønskes videreført, men det er viktig at den legges i god tid før første Craft-cup løp. Kartene, terrenget, samt vær og føreforhold gjør området i dette området attraktivt og nyttig.

Det ble gitt uttrykk for at kretsen burde tilrettelegge for fellesreiser og opplegg i forhold til Craft-cup, NM og lignende. Treningsrådet har ikke ressurser nok til å gjennomføre dette, men en mulighet er at klubbene tar ansvar og fordeler arrangementene mellom seg slik at byrden ikke blir for stor for den enkelte klubb samtidig som løperne får et godt tilrettelagt tilbud. Treningsrådet kan ta på seg koordinatorrollen slik at dette lar seg gjennomføre.

Kretslagssamlingene er viktig som lim i mellom klubben og for å skape et godt miljø på tvers av klubben. Det er viktig at klubben blir mer aktive for å oppfordre flere av sine løpere til å delta på samlingene. På spørsmål om å senke alderen ned til 13 år for å kunne delta, ble det gitt uttrykk for at aldersspennet da ble for stort slik at det sportslige opplegget kunne bli for dårlig. Treningsrådet tar dette til etterretning.

5.7.4 Tildelte midler fra NOF

Treningsrådet søkte på NOF's midler til barne- & ungdomsaktiviteter. Søknaden ble innvilget med kr. 4.000,-.

5.7.5 Møter

Treningsrådet har i 2008 avholdt ett møte. I tillegg har treningsrådets medlemmer hatt god møtekontakt via telefon og e-post, samt hatt fortløpende dialog under ulike o-løp.

5.7.6 Representasjon

Treningsrådet har vært representert på alle styremøter i NTOK.

5.7.7 Rekruttering til Ungdomsgruppa

Vi oppfordrer fortsatt klubbene til å melde inn nye aktuelle løpere til ungdomsgruppa. Alle løpere mellom 14-20 år er aktuelle.

Steinkjer 09.11.07, Trond Svanøe-Hafstad

Mesterskapsresultater

| | | | |
|--------------------------------|--------------|-----------------------------|------------|
| NM Ski-o langdistanse | | | |
| H 17-20 | | | |
| 7 Øystein Haug | Frol IL | 43 Stig Rune Holberg | OK Skøynar |
| 12 Jon Sivertsen | Verdal OK | 46 Sigurd Hynne | OK Skøynar |
| 14 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK | H 21 | |
| | | 34 Jørgen Fiskum | Frol IL |
| NM Ski-o mellomdistanse | | | |
| H 17 | | | |
| 12 Øystein Haug | Frol IL | NM jr Langdistanse | |
| 20 Jon Sivertsen | Verdal OK | D 17-18 | |
| 30 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK | 4 Gøril Rønning Sund | Frol IL |
| | | 19 Inga Sirum | Frol IL |
| | | 30 Kjersti Gederaas Denstad | Frol IL |
| | | 38 Randi Johanne Skjerve | Frol IL |
| NM Natt | | | |
| D 19-20 | | | |
| 23 Åsta Venås Flægstad | Steinkjer OK | D 19-20 | |
| | | 4 Elen Katrine Skjerve | Frol IL |
| H17-18 | | 17 Ane Kjerstine Sandstad | Frol IL |
| 1 Jo Forseth Indgaard | Frol IL | 25 Åsta Venås Flægstad | Steinkjer |
| 5 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK | OK | |
| 12 Ivar Lundanes | Frol IL | H 17-18 | |
| 31 Stig Rune Holberg | OK Skøynar | 10 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK |
| | | 13 Ivar Lundanes | Frol IL |
| H 19-20 | | 25 Stig Rune Holberg | OK Skøynar |
| 9 Håvard Vassenden | Frol IL | 29 Jo Forseth Indgaard | Frol IL |
| 14 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL | 38 Lars Gaute Jørgensen | Namsos OK |
| 26 Øystein Haug | Frol IL | 43 Simen Wold Stavrum | Frol IL |
| | | 53 Jon Sivertsen | Verdal OK |
| H 21 | | H 19-20 | |
| 23 Jørgen Fiskum | Frol IL | 1 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL |
| | | 11 Håvard Vassenden | Frol IL |
| NM Ultralang | | 18 Øystein Haug | Frol IL |
| D 17-20 | | 23 Sigurd Hynne | OK Skøynar |
| 11 Elen Katrine Skjerve | Frol IL | NM sr Langdistanse | |
| 29 Gøril Rønning Sund | Frol IL | D 21 | |
| | | 20 Birgit Økern Jensen | |
| H 17-20 | | Stjørdals-Blink O. | |
| 1 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL | | |
| 24 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK | H21 | |
| 34 Jo Forseth Indgaard | Frol IL | 40 Jørgen Fiskum | Frol IL |
| 36 Ivar Lundanes | Frol IL | 60 Johan Bjørnaas | Frol IL |

| | | |
|-----------------------------|--------------|------------------------|
| NM jr Mellomdistanse | | NM jr Stafett |
| D 17-18 | | D 17-20 |
| 8 Gøril Rønning Sund | Frol IL | 11 Frol IL |
| 35 Randi Johanne Skjerve | Frol IL | Gøril Rønning Sund |
| 36 Runa Matberg | Frol IL | Ane Kjerstine Sandstad |
| 38 Inga Sirum | Frol IL | Elen Katrine Skjerve |
| 45 Kjersti Gederaas Denstad | Frol IL | |
| D 19-20 | | H 17-20 |
| 9 Elen Katrine Skjerve | Frol IL | 1 Frol IL |
| 17 Ane Kjerstine Sandstad | Frol IL | Jo Forseth Indgaard |
| 25 Åsta Venås Flægstad | Steinkjer OK | Ivar Lundanes |
| | | Ulf Forseth Indgaard |
| H 17-18 | | 20 OK Skøyner |
| 3 Ivar Lundanes | Frol IL | Sigurd Hynne |
| 4 Jo Forseth Indgaard | Frol IL | Carl Petter Lyngen |
| 13 Jon Sivertsen | Verdal OK | Stig Rune Holberg |
| 25 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK | |
| 47 Lars Gaute Jørgensen | Namsos OK | 36 Verdal OK |
| 65 Simen Wold Stavrum | Frol IL | Jon Sivertsen |
| 89 Stig Rune Holberg | OK Skøyner | Svein Inge Ydse |
| | | Kjetil Okkenhaug |
| H 19-20 | | NM sr Stafett |
| 1 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL | D 17 |
| 10 Øystein Haug | Frol IL | 20 Frol IL |
| 12 Håvard Vassenden | Frol IL | Gøril Rønning Sund |
| 18 Sigurd Hynne | OK Skøyner | Ane Kjerstine Sandstad |
| | | Elen Katrine Skjerve |
| NM jr Sprint | | H 17 |
| D 17-18 | | 2 Frol IL lag 1 |
| 8 Gøril Rønning Sund | Frol IL | Jo Forseth Indgaard |
| D 19-20 | | Ivar Lundanes |
| 8 Elen Katrine Skjerve | Frol IL | Ulf Forseth Indgaard |
| 18 Ane Kjerstine Sandstad | Frol IL | 40 Frol IL lag 2 |
| | | Johan Bjørnaas |
| H 17-18 | | Øystein Haug |
| 3 Jo Forseth Indgaard | Frol IL | Håvard Vassenden |
| 14 Ivar Lundanes | Frol IL | 46 Verdal OK |
| 21 Jon Sivertsen | Verdal OK | Kjetil Okkenhaug |
| H 19-20 | | Jon Sivertsen |
| 2 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL | Anton Bjartnes |
| 12 Sigurd Hynne | OK Skøyner | 61 Frol IL lag 3 |
| 13 Øystein Haug | Frol IL | Jørgen Fiskum |
| | | Simen Wold Stavrum |
| | | Torbjørn Sirum |

| | | | |
|--------------------------------------|------------|---|--------------|
| Hovedløpet Sprint | | D 16 | |
| D 14 | | 39 Rannveig Jørgensen | Namsos OK |
| 17 Camilla Lyngen | OK Skøyner | | |
| 24 Line Sundsvik | Frol IL | H 14 | |
| 50 Ingrid Okkenhaug | Verdal OK | 31 Paul Sirum | Frol IL |
| D15 | | 69 Sigve Gederaas Denstad | |
| 28 Sigrid Anna Jermstad Steinkjer OK | | Stjørdals-Blink O. | |
| 35 Mone Veie Ringstad | OK Skøyner | 74 Ådne Bredesen | Verdal OK |
| | | 84 Arne Marius Munkeby | Frol IL |
| H 14 | | H 15 | |
| 33 Paul Sirum | Frol IL | 16 Andreas Bro Kolstø | |
| 88 Ådne Bredesen | Verdal OK | Stjørdals-Blink O. | |
| 97 Arne Marius Munkeby | Frol IL | 53 Espen Sundsvik | Frol IL |
| 101 Sigve Gederaas Denstad | | 56 Gustav Bjørngaard Rødde | |
| Stjørdals-Blink O. | | Stjørdals-Blink O. | |
| | | 58 Fredrik Skjerve | Frol IL |
| H 15 | | 63 Henry Eide Haug | |
| 31 Espen Sundsvik | Frol IL | Stjørdals-Blink O. | |
| 45 Andreas Bro Kolstø | | 76 Magnus Bro Kolstø | |
| Stjørdals-Blink O. | | Stjørdals-Blink O. | |
| 46 Henry Eide Haug | | 77. Sindre Holberg | OK Skøyner |
| Stjørdals-Blink O. | | 78. Marius D. Kjelsrud | |
| 55 Fredrik Skjerve | Frol IL | Stjørdals-Blink O. | |
| 56 Gustav Bjørngaard Rødde | | | |
| Stjørdals-Blink O. | | | |
| 58 Sindre Holberg | OK Skøyner | H 16 | |
| 81 Morten Reinås | OK Skøyner | 11 Carl Petter Lyngen | OK Skøyner |
| 82 Marius D. Kjelsrud | | | |
| Stjørdals-Blink O. | | Midt-norsk mesterskap langdistanse | |
| 83 Magnus Bro Kolstø | | D 17-18 | |
| Stjørdals-Blink O. | | 1 Gøril Rønning Sund | Frol IL |
| H 16 | | 2 Inga Sirum | Frol IL |
| 7 Carl Petter Lyngen | OK Skøyner | | |
| Hovedløpet Langdistanse | | D 60 | |
| D 14 | | 2 Brit Mæhlum Lerfall | |
| 27 Camilla Lyngen | OK Skøyner | Stjørdals-Blink O. | |
| 47 Line Sundsvik | Frol IL | | |
| 48 Ingrid Okkenhaug | Verdal OK | D 65 | |
| | | 2 Aslaug Mølnvik | Steinkjer OK |
| D 15 | | | |
| 17 Mone Veie Ringstad | OK Skøyner | D 70 | |
| 32 Sigrid Anna Jermstad Steinkjer OK | | 1 Kari Sollid | Verdal OK |

| | | |
|---|--------------|---|
| H 19-20 1 Håvard Vassenden | Frol IL | Midt-norsk mesterskap sprint D 13-14 3 Eirin Svanøe-Hafstad Steinkjer OK |
| H 35 3 Jon Arne Glomsrud Stjørdals-Blink O. | | D 70 1 Kari Sollid Verdal OK |
| H 50 3 Arne Okkenhaug | Verdal OK | H 13-14 3 Sigve Gederaas Denstad Stjørdals-Blink O. |
| H 65 3 Gunnar Lerfald Stjørdals-Blink O. | | H 15-16 2 Carl Petter Lyngen OK Skøyndar |
| H 70 1 Johannes Sollid | Verdal OK | H 17-20 2 Jo Forseth Indgaard Frol IL |
| H 75 2 Jørund Saursaunet 3 Rolf Berge Stjørdals-Blink O. | Steinkjer OK | H 40 2 Jakob Haugen Stjørdals-Blink O. |
| | | H 50 2 Torbjørn Sirum Frol IL |
| | | H 70 2 Jørund Saursaunet Steinkjer OK 3 Johannes Sollid Verdal OK |
| | | Midt-norsk mesterskap stafett D 150 3 Verdal OK Gunhild Bredesen Cathrine Thorhus Kari Sollid |
| | | H 35 2 Stjørdals-Blink O Jon Arne Glomsrud Jakob Haugen Håvard Hågård |

| | | | |
|----------------------------|--------------|------------------------|--------------------|
| KM Lang | | H 17-18 | |
| D 13-14 | | 1 Jo Forseth Indgaard | Frol IL |
| 1 Line Sundsvik | Frol IL | 2 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK |
| 2 Ingrid Okkenhaug | Verdal OK | 3 Simen Wold Stavrum | Frol IL |
| 3 Tora Matberg | Frol IL | | |
| D 15-16 | | H 19-20 | |
| 1 Rannveig Jørgensen | Namsos OK | 1 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL |
| 2 Sigrid Anna Jermstad | Steinkjer OK | 2 Øystein Haug | Frol IL |
| 3 Mone Veie Ringstad | OK Skøyner | 3 Håvard Vassenden | Frol IL |
| D 17-18 | | H 21 | |
| 1 Gøril Rønning Sund | Frol IL | 1 Jørgen Fiskum | Frol IL |
| 2 Inga Sirum | Frol IL | 2 Vidar Skjerve | Verdal OK |
| 3 Kjersti Gederaas Denstad | Frol IL | 3 Johan A. Bjørnaas | Frol IL |
| D 19-20 | | H 35 | |
| 1 Ane Kjerstine Sandstad | Frol IL | 1 Atle Dengerud | Steinkjer OK |
| 2 Åsta Venås Flægstad | Steinkjer OK | 2 Jon Arne Glomsrud | |
| | | Stjørdalsblink O. | |
| | | 3 Gunnar Vatn | Frol IL |
| D 35 | | H 45 | |
| 1 Gunhild Kvistad | Steinkjer OK | 1 Arne Grevskott | Frol IL |
| 2 Stina Njaastad | OK Skøyner | 2 Geir Staldvik | Elva/Namskogan IL |
| 3 Kari Grindberg | Steinkjer OK | 3 Arne Okkenhaug | Verdal OK |
| D 45 | | H 55 | |
| 1 Magnhild Forseth | Frol IL | 1 Egil Eriksen | Grong IL |
| 2 Liv Venås | Steinkjer OK | 2 John Kvaal | Verdal OK |
| 3 Eva Hernes | Frol IL | 3 Karl Arne Melbye | Verdal OK |
| D 55 | | H 65 | |
| 1 Kari Melbye | Verdal OK | 1 Asbjørn Strøm | OK Skøyner |
| | | 2 Magnar Bolstad | OK Skøyner |
| H 13-14 | | 3 Dag Høvde | Verdal OK |
| 1 Paul Sirum | Frol IL | | |
| 2 Jonas Ressem | Frol IL | | |
| 3 Vegard Ressem | Frol IL | | |
| H 15-16 | | H 75 | |
| 1 Carl Petter Lyngen | OK Skøyner | 1 Rolf Berge | Stjørdals-Blink O. |
| 2 Espen Sundsvik | Frol IL | 2 Jørund Saursaunet | Steinkjer OK |
| 3 Andreas Bro Kolstø | | | |
| Stjørdals-Blink O. | | | |

| | | | |
|-------------------------|--------------|--------------------------|--------------|
| KM Mellom | | KM Sprint | |
| D 13-14 | | D 13-14 | |
| 1 Eirin Svanøe-Hafstad | Steinkjer OK | 1 Ingrid Okkenhaug | Verdal OK |
| 2 Kajsa Stina Sandstad | Frol IL | 2 Eirin Svanøe-Hafstad | Steinkjer OK |
| 3 Ingrid Okkenhaug | Verdal OK | 3 Marie Wold Stavrum | Frol IL |
| D 15-16 | | D 15-16 | |
| 1 Rannveig Jørgensen | Namsos OK | 1 Rannveig Jørgensen | Namsos OK |
| 2 Sigrid Anna Jermstad | Steinkjer OK | 2 Sigrid Anna Jermstad | Steinkjer OK |
| | | 3 Åsta Wibe | Frol IL |
| D 17 | | D 17 | |
| 1 Elen Katrine Skjerve | Frol IL | 1 Gøril Rønning Sund | Frol IL |
| 2 Gøril Rønning Sund | Frol IL | 2 Elen Katrine Skjerve | Frol IL |
| 3 Åsta Venås Flægstad | Steinkjer OK | 3 Birgit Økern Jensen | |
| | | Stjørdals-Blink O. | |
| D 40 | | D 40 | |
| 1 Bente Hovdal Sundsvik | Frol IL | 1 Bente H. Sundsvik | Frol IL |
| 2 Marit Hæreid Sandstad | Frol IL | 2 Ann Sissel Vehus | Verdal OK |
| 3 Randi Haugskott | Frol IL | 3 Gunhild Kvistad | Steinkjer OK |
| H 13-14 | | D 50 | |
| 1 Paul Sirum | Frol IL | 1 Marit H. Sandstad | Frol IL |
| 2 Karl Aksel Jermstad | Steinkjer OK | 2 Magnhild Forseth | Frol IL |
| | | 3 Vigdis Jørgensen | Namsos OK |
| H 15-16 | | H 13-14 | |
| 1 Carl Petter Lyngen | OK Skøyndar | 1 Paul Sirum | Frol IL |
| 2 Andreas Bro Kolstø | | 2 Sigve Gederaas Denstad | |
| Stjørdalsblink O. | | Stjørdals-Blink O. | |
| 3 Espen Sundsvik | Frol IL | 3 Jonas Ressem | Frol IL |
| H 17 | | H 15-16 | |
| 1 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL | 1 Carl Petter Lyngen | OK Skøyndar |
| 2 Jo Forseth Indgaard | Frol IL | 2 Espen Sundsvik | Frol IL |
| 3 Jon Sivertsen | Verdal OK | 3 Henry Eide Haug | |
| | | Stjørdals-Blink O. | |
| H 40 | | H 17 | |
| 1 Egil Eriksen | Grong IL | 1 Ulf Forseth Indgaard | Frol IL |
| 2 Arne Grevskott | Frol IL | 2 Jo Forseth Indgaard | Frol IL |
| 3 Arve Lægran | Steinkjer OK | 3 Øystein Haug | Frol IL |

| | | |
|-------------------------|--------------|---|
| H 40 | | KM Stafett |
| 1 Terje Rønning | OK Skøyner | D 13-16 |
| 2 Vidar Skjerve | Verdal OK | Frol IL/Verdal OK |
| 3 Arne Grevskott | Frol IL | Ingrid Okkenhaug Marie Wold Stavrum Åsta Wibe |
| H 50 | | Steinkjer OK |
| 1 Johan Skjerve | Frol IL | Eirin Svanøe-Hafstad |
| 2 Olav Martin Indgaard | Frol IL | Norunn Dengerud |
| 3 Hallbjørn Holberg | OK Skøyner | Sigrid Anna Termstad |
| H 60 | | Frol IL |
| 1 Olav Magne Svendgaard | OK Skøyner | Kajsa Stina Sandstad |
| 2 Ivar Bolstad | OK Skøyner | Tora Matberg |
| 3 Rolf Karset | Steinkjer OK | Line Sundsvik |
| KM Natt | | D 135 |
| D 17-20 | | Frol IL |
| 1 Åsta Venås Flægstad | Steinkjer OK | Magnhild Forseth |
| 2 Inga Sirum | Frol IL | Marit Hæreid Sandstad Bente Sundsvik |
| D 35 | | D 21- |
| 1 Randi Jensen | Frol IL | Steinkjer OK |
| H 15-16 | | Åsta Venås Flægstad |
| 1 Espen Sundsvik | Frol IL | Gunhild Kvistad |
| 2 Carl Petter Lyngen | OK Skøyner | Kari Grindberg |
| H 17-20 | | Frol IL |
| 1 Stig Rune Holberg | OK Skøyner | Gøril Rønning Sund |
| 2 Kjetil Okkenhaug | Verdal OK | Ane Kjerstine Sandstad |
| 3 Jon Sivertsen | Verdal OK | Inga Sirum |
| H 21 | | Stjørdals-Blink O |
| 1 Atle Dengerud | Steinkjer OK | Birgit Ø Jensen |
| 2 Anton Bjartnes | Verdal OK | Margit Eide |
| | | Astrid Johansen |

| | |
|---|--|
| <p>H 13-16</p> <p>Stjørdals-Blink O</p> <ul style="list-style-type: none"> Sigve Gederaas Denstad Henry Eide Haug Andreas Bro Kolstø <p>Frol IL lag 1</p> <ul style="list-style-type: none"> Paul Sirum Jonas Ressem Espen Sundsvik <p>Frol IL lag 2</p> <ul style="list-style-type: none"> Vegard Ressem Johannes Okkenhaug Fredrik Skjerve | <p>H 175</p> <p>OK Skøyner lag 1</p> <ul style="list-style-type: none"> Olav Magne Svendgård Ivar Bolstad Hallbjørn Holberg <p>OK Skøyner lag 2</p> <ul style="list-style-type: none"> Asbjørn Strøm Alf Dagfinn Ringstad Svein Holberg <p>Verdal OK</p> <ul style="list-style-type: none"> Kristian Midthjell Sverre Kristoffersen Johannes Sollid |
| <p>H 135</p> <p>Frol IL lag 1</p> <ul style="list-style-type: none"> Arne Grevskott Torbjørn Sirum Robert Ressem <p>Verdal OK</p> <ul style="list-style-type: none"> Arne Okkenhaug Kjell Lundsauet Vidar Skjerve <p>Frol IL lag 2</p> <ul style="list-style-type: none"> Jonny Sundsvik Olav Martin Indgaard Fridtjof Sandstad | <p>H 21-</p> <p>Frol IL lag 1</p> <ul style="list-style-type: none"> Jo Forseth Indgaard Øystein Haug Ulf Forseth Indgaard <p>Frol IL lag 2</p> <ul style="list-style-type: none"> Johan Asphjell Bjørnaas Håvard Vassenden Jørgen Fiskum <p>Verdal OK</p> <ul style="list-style-type: none"> Kjetil Okkenhaug Svein Inge Ydse Anton Bjartnes |

Aktivitetsdata

Aktivitetsdata 2006/2007

Medlemmer i kretsen:

| 2002 | 2003 | 2004 | 2005 | 2006 | 2007 | 06-07 | % |
|------|------|------|------|------|------|-------|-------|
| 1890 | 2300 | 2289 | 2009 | 1934 | 1799 | -135 | - 7 % |

Gildesprint

| Klubb | Skoler | Deltakere |
|-----------------------------|-----------|--------------------|
| Frol | 5 | 314 |
| Frosta IL | 1 | 104 |
| Høylandet skole | 1 | 38 |
| Snåsa IL | 1 | 111 |
| Namsos OK | 1 | 105 |
| OK Skøyner | 7 | 434 |
| Steinkjer OK | 9 | 237 |
| Stjørdals-Blink Orientering | 4 | 307 |
| Verdal OK | 10 | 783 |
| Sum Nord-Trøndelag | 38 | 2433 (+185) |

21 deltagere fra NTOK på HL/OLL.

| | | |
|--------------------------|------------|-----------|
| Sigrid Anna Jermstad | 26.05.1993 | Steinkjer |
| Rannveig Jørgensen | 1992 | Namsos |
| Arne Marius Munkeby | 16.09.1994 | Frol |
| Fredrik Skjerve | 02.04.1993 | Frol |
| Paul Sirum | 25.04.1994 | Frol |
| Åsta Wibe | 13.07.1993 | Frol |
| Espen Sundsvik | 14.02.1993 | Frol |
| Line Sundsvik | 23.10.1994 | Frol |
| Andreas Bro Kolstø | 13.03.1993 | Stj.Blink |
| Gustav Bjørngaard | | |
| Rødde | 31.10.1993 | Stj.Blink |
| Henry Eide Haug | 26.11.1993 | Stj.Blink |
| Marius Dragsten Kjelsrud | 04.10.1993 | Stj.Blink |
| Magnus Bro Kolstø | 13.03.1993 | Stj.Blink |
| Sigve Gederaas Denstad | 18.07.1993 | Stj.Blink |
| Ådne Bredesen | 30.12.1994 | VOK |
| Carl Petter Lyngen | 30.07.1992 | Skøyner |
| Morten Reinås | 17.07.1993 | Skøyner |
| Mone Veie Ringstad | 01.10.1993 | Skøyner |
| Sindre Holberg | 28.12.1993 | Skøyner |
| Camilla Lyngen | 29.06.1994 | Skøyner |
| Ingrid Okkenhaug | 23.04.1994 | VOK |
| Randi Haugskott | 03.07.1966 | |
| Gunhild Bredesen | 29.10.1963 | |

Resultat 2008

Rankingpokal for jenter og gutter 2008
 (4 av 6 løp teller)

Rankingpokal 2008

D13-14

| | 01.05.08 Vårloپ Stj.Blink Orientering | 18.05.08 Bjørkspretten Verdal OK | 07.06.08 KM Mellom Namsos ok | 17.08.08 KM Sprint Verdal OK | 23.08.08 KM Lang OK Skøyner | 06.09.08 MNM Freidig SPK | Fire beste løп sammenlagt |
|----------------------|---|--|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|------------------------------|
| Eirin Svanøe Hafstad | 100 | - | 100 | 98,9 | 45,5 | 97,7 | 396,6 |
| Line Sundsvik | - | 97,6 | 80,8 | 81 | 100 | 100 | 378,6 |
| Kajsa Stina Sandstad | - | 100 | 90,5 | 92,7 | 39,2 | 88,9 | 372,1 |
| Ingrid Okkenhaug | 80,2 | 92,1 | 90 | 100 | 49,8 | 83,1 | 365,2 |
| Norunn Dengerud | - | 74,7 | 61,6 | 81,6 | 31,8 | 58,6 | 276,5 |
| Tora Matberg | - | - | - | 69,7 | 46 | 63,5 | 179,2 |
| Astrid Lægran | - | - | 62,3 | 50,2 | 28 | 24,8 | 165,3 |
| Elisabeth Sveen | - | 35 | - | 68,7 | - | 54,7 | 158,4 |
| Marie W. Stavrum | - | - | - | 95,6 | - | 54,7 | 150,3 |
| Astri Bro Kolstø | 48,6 | 0 | - | 57 | 6,4 | 21,2 | 133,2 |
| Camilla Lyngen | - | - | 70,8 | - | - | - | 70,8 |
| Sigrid Solheim | - | - | - | 67,8 | 0 | - | 67,8 |

H13-14

| | 01.05.08 Vårlosp Stj.Blink Orientering | 18.05.08 Bjørkspretten Verdal OK | 07.06.08 KM Mellom Namsos ok | 17.08.08 KM Sprint Verdal OK | 23.08.08 KM Lang OK Skøyner | 06.09.08 MNM Freidig SPK | <u>Fire beste løp sammenlagt</u> |
|----------------------------|---|--|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|--------------------------------------|
| Paul Sirum | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 400 |
| Jonas Ressem | 86,8 | 64,5 | - | 67,7 | 74,2 | 84,2 | 312,9 |
| Johannes Okkenhaug | 56,9 | 80,5 | - | 67,3 | 58 | 79,1 | 284,9 |
| Karl Aksel Jermstad | - | 59,7 | 89,5 | 31 | 66,5 | 56,3 | 272 |
| Vegard Ressem | - | 65,5 | - | 30,9 | 74 | 76,5 | 246,9 |
| Eivind Furunes | 77,8 | - | - | 40,5 | 69,7 | 36,2 | 224,2 |
| Sigve G. Denstad | - | - | - | 82,7 | 69,4 | 68,8 | 220,9 |
| Nils Anders Jermstad | - | 35,3 | - | 57,8 | 35,3 | 35,1 | 163,5 |
| Arne Marius Munkeby | - | 58,9 | - | 40,8 | 31 | - | 130,7 |
| Severin Lyngstad | 0 | 49,3 | - | 22,2 | 4,3 | 0 | 75,8 |
| Lasse Jacobsen | - | 22,2 | - | 47,3 | 22 | 0 | 71,5 |
| Sigve Ekseth Lundsaunet | - | 0 | - | 38,6 | - | - | 38,6 |
| Ådne Lund | - | - | - | 30,1 | - | - | 30,1 |
| Ådne Bredesen | - | - | - | 0 | - | 0 | 0 |

D15-16

| | 01.05.08 Vår løp Stj.Blink Orientering | 18.05.08 Bjørkspretten Verdal OK | 07.06.08 KM Mellom Namsos ok | 17.08.08 KM Sprint Verdal OK | 23.08.08 KM Lang OK Skøyner | 06.09.08 MNM Freidig SPK | <u>Fire beste løp sammenlagt</u> |
|----------------------|---|--|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|--|
| Rannveig Jørgensen | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 400 |
| Mone Veie Ringstad | - | 80,5 | - | 55,5 | 83,4 | 91,3 | 310,7 |
| Sigrid Anna Jermstad | 54 | 69,7 | 50,1 | 87 | 85,7 | - | 296,4 |
| Åsta Wibe | 48,8 | 56,9 | - | 72,4 | - | 72,7 | 250,8 |
| | | | | | | | |
| Marte Uthus Solum | 61,9 | - | - | - | - | 23 | 84,9 |

H15-16

| | 01.05.08 Vår løp Stj.Blink Orientering | 18.05.08 Bjørkspretten Verdal OK | 07.06.08 KM Mellom Namsos ok | 17.08.08 KM Sprint Verdal OK | 23.08.08 KM Lang OK Skøyner | 06.09.08 MNM Freidig SPK | <u>Fire beste løp sammelagt</u> |
|--------------------------|---|--|------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------|---|
| Carl Petter Lyngen | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 100 | 400 |
| Espen Sundsvik | - | 62,8 | 65,5 | 77 | 62,4 | 92,8 | 298,1 |
| Andreas Bro Kolstø | - | 60,7 | 85,5 | 67,5 | 45,7 | 83,7 | 297,4 |
| | | | | | | | |
| Henry Eide Haug | 53,5 | 13,3 | 23,5 | 68,5 | 31 | 62,6 | 215,6 |
| Gustav B. Rødde | - | - | - | 54,4 | - | 69,4 | 123,8 |
| Sindre Holberg | - | - | - | 61,3 | - | 59,3 | 120,6 |
| Fredrik Skjerve | - | 0 | 7,2 | 60,6 | 0 | 32 | 99,8 |
| Magnus Bro Kolstø | 18,6 | - | - | 16,1 | - | - | 34,7 |
| Fredrik Hallem | - | 28,4 | - | - | - | - | 28,4 |
| | | | | | | | |
| Marius Dragsten Kjelsrud | 19,7 | - | - | - | - | 6,8 | 26,5 |

Representasjon

Ulf Forseth Indgaard og Elen Katrine Skjerve (begge Frol IL) har vært med i NOFs juniorgruppe i år.

JWOC i Göteborg (junior VM) 1.-6.07.08.

Herrer junior: Ulf Forseth Indgaard: Sprint nr.16, Mellomdistanse nr. 2, og stafett for Norges lag 1 nr 3.

Landskamp i Sveits 10.-12.10.08.

Ulf: Sprint nr. 16, Langdistanse nr.6, Stafett Norge lag 1. nr. 2

Jo Forseth Indgaard: Sprint nr. 10, Langdistanse nr. 4, Stafett Norge lag 2. nr. 4. Elen Katrine Skjerve var også med til Sveits, men brukte konkurransene til lett trening pga sykdom.

5.8 Årsberetning teknisk råd

5.8.1 Møter:

Rådet har ikke hatt møter i år da vi har manglet leder.

Terminliste:

Olav Martin Indgaard satt sammen terminlista for 2009. Hvor vi har prøvd å koordinert slik at "større" løp ikke kolliderer på tvers av kretsene. Terminliste forslaget ble lagt frem på terminlistemøtet som ble holdt i starten på oktober, hvor de fleste store klubber møtte opp.

Rune Lyngen

5.9 Årsberetning ungdomsrådet 2008

Ungdomsrådet har dette året bestått av:

Åsta Venås Flægstad (leder)

Isa Mari Sandstad

Jørgen Lundsaunet

Det har blitt bestilt og delt ut bager og gensere med NTOK-logo til alle Hovedløps- og O-landsleirdeltakere.

Møter:

Ungdomsrådet har ikke hatt noen formelle møter.

Representasjon:

Ungdomsrådet har vært til stede ved alle styremøter i kretsen.

Steinkjer 04.11.08

Åsta Venås Flægstad

Leder Ungdomsrådet NTOK

5.10 Styrets kommentar til årsberetningen

Rekrutteringsrådet:

Det har vært jobbet godt i rådet med arrangement av ungdomsleir på Skallstuggu og o-troll-leir . Oppslutningen har vært god og dette er noe ungdommene gleder seg til hvert år. I en krets som NTOK der klubbmiljøene for ungdom kan være små er en slik samlingsplass i regi av kretsen veldig viktig. Det har fortsatt vært jobbet med kvalitetssikring av ungdomsløyper, men likevel ser vi at både retningslinjer og hjelp til løypeleggere kan tydeliggjøres enda mer. Dette arbeidet må videreføres. Gildesprinten er noe som har kommet godt i gjenge. I år hadde vi 2433 unger som fikk prøve på orientering. Noe som er en økning på 185stk. fra året før.

Treningsrådet:

Det er mye aktivitet for ungdomsgruppa i kretsen (14-20 år). I NTOK er det viktig å skape et godt kretsmiljø for å motivere ungdommen til å drive med orientering. Dette klarer treningsråde og ungdommene å skape. Med 21 deltagere på Hovedløp/OLL .

Teknisk råd:

Teknisk råd har ikke fungert i 2008,
Men har vært involvert i kvalitetssikring av arrangement gjennom koordinering og oppnevnelse av kontrollører.

Turtorientering:

Før sesongstart ble det tatt kontakt med klublene i kretsen for å få en oversikt over status for TurO..

Ungdomsutvalget:

Utvalget setter farge på ungdommene våre, helt bokstavelig med profilering av gensere og bager. Dette må vi fortsette med. Men ikke minst er det viktig å ha ungdommens stemme inn i både treningsråd og kretstyre.

Arrangement:

Dette året ble KM Sprint arrangert for første gang. Ellers har sesongen gått som normalt med gode arrangement. Det kan fortsatt komme flere til arrangementene, men med sikkerhet vil vi nok se en økning i de kommende år så lenge vi alle fortsetter det gode arbeidet i kretsenes alle lag og klubber.

Sportslige prestasjoner:

Så gode resultat som i år har vel kretsen aldri hatt. Vi har oppnådd kjemperesultater internasjonalt som nasjonalt. Vil spesielt nevne Ulf Forseth Indgaard som i år fikk med seg flere medaljer fra VM nr. 2 jr. mellomdistanse, nr. 3 jr-stafett samt Frol IL sin sølvmedalje under NM stafett senior der Jo Forseth Indgaard, Ivar Lundanes og Ulf Forseth Indgaard var på laget. Samme trio tok gull i NM juniorstafett. Individuelt tok Ulf Forseth Indgaard to gullmedaljer i junior NM, mens Jo Forseth Ingaard tok gull i junior NM natt.

I tillegg til dette har det vært solide resultater fra resten av ungdommene i sesongen. Dette er noe å bygge videre på!

Viser ellers til utdag fra resultatlister.

| Konto | Tekst | Administrasjon | Ungdomsråd | Treningsråd | Rekrutteringsråd | Tekniskråd | Totalt |
|----------------------|--------------------------------|----------------|----------------|----------------|------------------|----------------|----------------|
| | | Budsjett 08 | Regnskap 08 | Budsjett 08 | Regnskap 08 | Budsjett 08 | Regnskap 08 |
| 3110 | Salg av håndb./Terminlister | | | | | 0 | 0 |
| 3111 | Annonseinntekter | | | | | 0 | 0 |
| 3120 | Sponsormidler o.l. | | | | | 0 | 0 |
| 3130 | Div.salg, emblem, t-skjorter | | | 1 400 | | 0 | 1 400 |
| 3131 | Salg KM medalier, merker | 5 000 | 3 710 | | | 5 000 | 3 710 |
| 3200 | Salgsavg. om. | | | | | 0 | 0 |
| 3240 | Salg Kursmateriell | | | | | 0 | 0 |
| 3440 | Særkretstilskudd fra NTIK | 35 000 | 21 583 | | | 35 000 | 21 583 |
| 3441 | Lønnstilskudd fra NTIK | | | | | 0 | 0 |
| 3442 | Tilskudd fra NOF | | 5 000 | 4 000 | 10 000 | 15 000 | 19 000 |
| 3443 | Tilskudd fra andre, prosjekter | 0 | | | | 0 | 0 |
| 3450 | VO midler | | | | | 0 | 0 |
| 3451 | Tilskudd fra andre, prosjekter | 0 | | | | 0 | 0 |
| 3911 | Samlinger inn | | 42 000 | 43 068 | 15 000 | 40 933 | 57 000 |
| 3920 | Lagskontingent | 22 000 | 24 800 | | | 22 000 | 24 800 |
| 3960 | Lotteri | | 0 | | | 0 | 0 |
| 3970 | Reisefordeling | | 0 | | | 0 | 0 |
| 3971 | Kretstring deltagaravg. | 3 500 | 2 550 | | | 3 500 | 2 550 |
| 3972 | Personalseminar | | | | | 0 | 0 |
| 3973 | Tilskudd fra FRIFO | | | | | 0 | 0 |
| 3974 | Kursinntekter | | | | | 0 | 0 |
| 3975 | Tilskudd fra lag | | | | | 0 | 0 |
| 3999 | Andre inntekter inkl gebyr | | | | | 0 | 0 |
| Sum inntekter | | 65 500 | 52 643 | 0 | 1 400 | 47 000 | 47 068 |
| 4210 | Innkjøp Kursmateriell | | | | | 0 | 0 |
| 4330 | Innkjøp Medaljer, merker | 5 000 | 7 570 | | | 5 000 | 7 570 |
| 4350 | Innkjøp div. for videresalg | | 2 000 | 2 350 | | 2 000 | 2 350 |
| 4360 | Innkjøp annet materiell | | | | | 0 | 0 |
| 4390 | Lagerrendringer | 4 450 | 825 | | | 0 | 5 275 |
| 5010 | Lønnsutgifter | | | | | 0 | 0 |
| 5011 | Treneravgift | | | | | 0 | 0 |

| | | | | | | | | |
|-------------------------|----------------------------|---------------|----------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|
| 5090 | Andre personalkostnader | | | | | | 0 | 0 |
| 6300 | Regnskapsføring | 6 000 | 8 877 | | | | 6 000 | 8 877 |
| 6420 | Leie av datautstyr | | 0 | | | | 0 | 0 |
| 6800 | Kontorrekvisita | | | | | | 0 | 0 |
| 6810 | Kopiering | | | | | | 0 | 0 |
| 6820 | Kretsling | 5 000 | 2 000 | | | | 5 000 | 2 000 |
| 6860 | Møter, kurs, oppdatering | 3 000 | 735 | | | | 2 000 | 5 000 |
| 6861 | NOF. O-galla og ting | 15 000 | 21 565 | | | | 15 000 | 21 565 |
| 6862 | Representasjon | 2 500 | 0 | | | | 2 500 | 0 |
| 6870 | Samlinger, ut | | | | | | 72 000 | 61 189 |
| 6900 | Telefon/telefax | | | | | | 25 000 | 58 198 |
| 6940 | Porto/gebyr | 1 000 | 1 533 | | | | 97 000 | 119 387 |
| 6941 | Diverse utgifter | 1 000 | 0 | | | | 0 | 0 |
| 7100 | Reise etter KM-godtgj. | | | | | | 2 161 | 0 |
| 7140 | Reise /Diett etter regning | | | | | | 0 | 2 161 |
| 7170 | Personalseminar ut | | | | | | 1 000 | 0 |
| 7320 | Annonsør | | | | | | 0 | 0 |
| 7321 | Annonsør godgjørelse | | | | | | 0 | 0 |
| 7420 | Gaver og premier/pokaler | 10 000 | 7 250 | | | | 10 000 | 7 250 |
| 7450 | Tilskudd til idretts org. | | | | | | 0 | 0 |
| 7510 | Forsikringspremie | 0 | 0 | | | | 0 | 0 |
| 7830 | Tap på fordringer | 3 000 | 9 600 | | | | 3 000 | 9 600 |
| Sum aktivitet | | 51 500 | 63 580 | 2 000 | 3 175 | 72 000 | 63 350 | 25 000 |
| Driftsresultat | | 14 000 | -10 937 | -2 000 | -1 775 | -25 000 | -16 282 | 0 |
| 8040 | Renteinntekter | 5 000 | 7 054 | | | | -2 265 | -2 000 |
| 8140 | Renteutgifter | | | | | | 0 | 0 |
| Sum finansposter | | 5 000 | 7 054 | | | | 5 000 | 7 054 |
| Resultat | | 19 000 | -3 883 | -2 000 | -1 775 | -25 000 | -16 282 | 0 |
| | | | | | | | -2 265 | -2 000 |
| | | | | | | | 0 | -10 000 |
| | | | | | | | | -24 205 |

IØRSLAG BUUSJELL ZUV

| nto | Tekst | Administrasjon | Ungdomsråd | Treningsråd | Rekrutteringsråd | Tekniskråd | Totalt |
|-----|------------------------------|----------------|---------------|--------------|------------------|---------------|---------------|
| | | Budsjet 09 | Regnskap 08 | Budsjet 09 | Regnskap 08 | Budsjet 09 | Regnskap 08 |
| 120 | Sponsormidler o.l. | | | | | | |
| 130 | Div.salg, emblem, t-skjorter | | | 1 400 | | 0 | 1 400 |
| 131 | Salg KM medaljer, merker | 5 000 | 3 710 | | | 5 000 | 3 710 |
| 140 | Særkretstilskudd fra NTIK | 35 000 | 21 583 | | | 35 000 | 21 583 |
| 142 | Tilskudd fra NOF | | | 5 000 | 4 000 | 10 000 | 15 000 |
| 151 | Samlinger inn | | | 42 000 | 43 068 | 30 000 | 40 933 |
| 170 | Lagskontingent | 23 200 | 24 800 | | | 23 200 | 24 800 |
| 171 | Reisefordeling | | 0 | | | 0 | 0 |
| 175 | Kretsting deltakeravg. | 3 500 | 2 550 | | | 3 500 | 2 550 |
| 199 | Tilskudd fra lag | | | | | 0 | 0 |
| | Andre inntekter inkl gebyr | | | | | 0 | 0 |
| | Sum inntekter | 66 700 | 52 643 | 0 | 1 400 | 47 000 | 47 068 |
| 210 | Innkjøp Kursmateriell | | | 40 000 | 55 933 | 0 | 153 700 |
| 230 | Innkjøp Medaljer, merker | 5 000 | 7 570 | | | 5 000 | 7 570 |
| 250 | Innkjøp div. for videresalg | | 2 000 | 2 350 | | 2 000 | 2 350 |
| 260 | Innkjøp annet materiell | | | | | 0 | 0 |
| 290 | Lagerendringer | | 4 450 | 825 | | 0 | 5 275 |
| 300 | Regnskapsføring | 9 000 | 8 877 | | | 9 000 | 8 877 |
| 420 | Leie av datautstyr | | 0 | | | 0 | 0 |
| 300 | Kontorreksita | | | | | 0 | 0 |
| 310 | Kopiering | | | | | 0 | 0 |
| 320 | Kretsting | 5 000 | 2 000 | | | 5 000 | 2 000 |
| 360 | Møter, kurs, oppdatering | 3 000 | 735 | | | 3 000 | 735 |
| 361 | NOF. O-galla og ting | 10 000 | 21 565 | | | 10 000 | 21 565 |
| 362 | Representasjon | 2 500 | 0 | | | 2 500 | 0 |
| 370 | Samlinger, ut | | | 67 000 | 61 189 | 45 000 | 58 198 |
| 300 | Telefon/telefax | | | | | 0 | 119 387 |
| 340 | Porto/gebyr | 2 000 | 1 533 | | | 2 000 | 1 533 |
| 341 | Diverse utgifter | 1 000 | 0 | | | 1 000 | 0 |
| 100 | Reise etter KM-godtgj. | | | 2 161 | | 0 | 2 161 |
| 120 | Gaver og premier/pokaler | 11 000 | 7 250 | | | 11 000 | 7 250 |
| 150 | Tilskudd til idretts org. | | | | | 0 | 0 |
| 110 | Forsikringspremie | 0 | 0 | | | 0 | 0 |
| 330 | Tap på fordringer | 1 500 | 9 600 | | | 1 500 | 9 600 |
| | Sum aktivitet | 50 000 | 63 580 | 2 000 | 3 175 | 67 000 | 63 350 |
| | | | | | | 45 000 | 58 198 |
| | | | | | | 0 | 0 |
| | | | | | | -10 | 188 303 |

| | | | | | | | | | |
|-----|-------------------------|---------------|---------------|---------------|---------------|----------------|----------------|---------------|---------------|
| 040 | Renteinntekter | 8 000 | 7 054 | | | | | 8 000 | 7 054 |
| 140 | Renteutgifter | | | | | | | 0 | 0 |
| | Sum finansposter | 8 000 | 7 054 | | | | | 8 000 | 7 054 |
| | Resultat | 24 700 | -3 883 | -2 000 | -1 775 | -20 000 | -16 282 | -5 000 | -2 265 |

Sak 7

Innkomne saker til kretstinget 2008

Sak 8

Lagskontigent 2009

Styret foreslår følgende satser.

Lagskontigenten blir delt i to satser: kr 3500,-
kr 500,-

Følgende lag betaler kr 3500,-

- Frol IL
- Stjørdals-Blink Orientering
- OK Skøynar
- Verdal OK
- Steinkjer OK

Resterende lag betaler kr 500,-

Sak 9 Budsjett for 2009

Sak 10 Bestemmelse av sted for nest kretsting

Bestemmes på tinget

Sak 11 Valg

Valgkomiteen fremlegger sin innstilling på kretstinget

Nord-Trøndelag Orienteringskrets

År: 2008

Balanse pr

15.11.2007

| | Kontonr. | Kontotekst | Saldo |
|----------------------------|----------|-----------------|---------------|
| Bankinnskudd. | 1920 | 4410.08.23265 | 51 660,08 |
| + Bankinnskudd. | 1930 | 4410.07.86889 | 143 850,44 |
| + Bankinnskudd. | : | : | |
| + Bankinnskudd. | : | : | |
| + Fordring..... | 1500 | Kundefordringer | 20 186,98 |
| + Lagerbeholdn | 1460 | Varelager | 9 681,00 |
| + Fordring..... | : | : | |
| + Gjeld..... | 2400 | Leverandørgjeld | 1 000,00 |
| - Gjeld..... | : | : | |
| - Gjeld..... | : | : | |
| - Gjeld..... | : | : | |
| = Sum Egenkapital 15.11.07 | | 224 378,50 | => 224 378,50 |

Balanse pr

31.10.2008

| | Kontonr. | Kontotekst | Saldo |
|----------------------------|----------|-------------------------------|-----------------|
| Bankinnskudd. | 1920 | 4410.08.23265 | 87 141,94 |
| + Bankinnskudd. | 1930 | 4410.07.86889 | 138 226,44 |
| + Bankinnskudd. | : | : | |
| + Bankinnskudd. | : | : | |
| + Fordring..... | 1500 | Kundefordringer | 9 046,00 |
| + Fordring..... | 1460 | Varelager | 4 406,00 |
| + Fordring..... | : | : | |
| - Gjeld..... | 2400 | Leverandørgjeld | 32 146,50 |
| - Gjeld..... | 2990 | Avsatt stipend medaljevinnere | 6 500,00 |
| - Gjeld..... | : | : | |
| - Gjeld..... | : | : | |
| = Sum Egenkapital 31.10.08 | | 200 173,88 | => + 200 173,88 |

Endring Egenkapital (sum IB ÷ UB)

= -24 204,62

Årets resultat(underskudd)

= -24 204,62

Kontroll:

Endring Egenkapital skal være lik årets resultat

Levanger, _____
 (Underskrift kasserer)
 Revidert og funnet i orden.

Levanger, _____
 (Underskrift revisor)

Protokoll fra NTOK's 22. kretsting

- 1. Åpning av tinget**
- 2. Godkjenning av de fremmøtte representanter.**
 - a. Ingen innvendinger fra tinget
- 3. Godkjenning av innkalling, saksliste og forretningsorden.**
 - a. Ingen innvendinger fra tinget
- 4. Valg av dirigent, sekretær, samt 2 representanter til å underskrive protokollen.**
 - a. Terje Rønning valgt til dirigent
 - b. Kirsten Marie Lynum valgt til sekretær
 - c. Hans Moltzau og Bård Solberg
- 5. Behandling av beretning for 2008.**
 - a. Årsberetning gjennomgått og godkjent av tinget punkt for punkt. Alle punkt godkjent med de endringer som ble tatt inn i korrigert utgave. Årsberetning enstemmig vedtatt.
- 6. Behandling av regnskap for 2008.**
 - a. Olav Martin Indgaard gjennomgikk regnskapet kort. Noe diskusjon rundt idrettsregistreringens påvirkning på inntektene for o-kretsen
Revisjonsberetning kun signert av en revisor, noe som skal skjerpes inn til neste år. Regnskapet enstemmig vedtatt.
- 7. Behandling av innkomne forslag og saker.**
 - a. Ingen innkomne forslag eller saker.
- 8. Fastsettning av kontingent og eventuelle avgifter.**
 - a. Lagskontingenen hevet med 500 kr for store lag og 100 kroner for små lag.
Namsos OK defineres nå som lite lag. Forslaget enstemmig vedtatt.
- 9. Behandling av budsjett 2009.**
 - a. Olav Martin Indgaard fremla budsjettforslaget. Tinget ønsket økte midler til treningsrådet – 5.000 kroner flyttet fra kostnad O-galla og NOF-ting til treningsrådet. I tillegg 1.000 kr ekstra til treningsrådet. Midler til skolesprintfinale innlagt – 5.000 kr. Lagskontingent økt til 24.000 kr. Total økning av underskudd med 5.200 kr. Budsjett med endringer enstemmig vedtatt.
- 10. Bestemmelse av sted for neste kretsting.**
 - a. Jfr. rulleringssystemet skal neste ting arrangeres av Verdal OK. Verdal OK takket ja, og vil arrangere det 23. kretstinget i 2009.
- 11. Foreta følgende valg:**
 - a. Leder og nestleder**
 - i. Rune Lyngen enstemming gjenvalgt som leder.
 - ii. Olav Martin Indgaard enstemmig gjenvalgt som nestleder.
 - b. Ett styremedlem som også leder teknisk råd, med nestleder og ett rådsmedlem**
 - i. Terje Rønning enstemmig valgt som leder av teknisk råd.
 - ii. Torbjørn Sirum og Trond Ottersland enstemmig valgt som medlemmer av teknisk råd.
 - c. Ett styremedlem som også leder rekrutteringsråd, med nestleder og to rådsmedlemmer**
 - i. Egil Eriksen ikke på valg fortsetter som leder i rekrutteringsrådet.
 - ii. Kjetil Okkenhaug enstemmig valg inn som nytt rådsmedlem. Atle Dengerud, Kjersti Løvik og Bert Reistad ikke på valg.

- d. Ett styremedlem som også leder treningsrådet, med nestleder og to rådsmedlemmer**
 - i. Trond Svanøe-Hafstad enstemmig gjenvalgt som leder av treningsrådet.
 - ii. Knut Helge Haug enstemmig valgt som nytt rådsmedlem. Arild Vassenden og Kjell Kolstø ikke på valg.
- e. Ett styremedlem som også leder ungdomsrådet, med nestleder og ett rådsmedlem**
 - i. Runa Matberg enstemmig valgt som leder av ungdomsrådet.
 - ii. Carl Petter Lyngen valgt som nytt rådsmedlem. Åsta Venås Flægstad ikke på valg.
- f. Ett styremedlem med arbeidsoppgaver bestemt av styret**
 - i. Tur-o-kontakt Asgeir Brustad ikke på valg
- g. To varamedlemmer. Rådenes nestledere er personlige varamedlemmer for rådslederne**
 - i. Liv Venås ikke på valg. Arne Håkon Fiskum enstemmig valgt som 2.varamann.
- h. To revisorer og to vararevisorer**
 - i. Gunnar Romuld enstemmig valgt som revisor. Asbjørn Størn ikke på valg.
 - ii. Arne Okkenhaug og Johan Skjerve enstemmig valgt som vararevisorer.
- i. Representanter til ting for NOF og NTIK**
 - i. Rune Lyngen med personlig vara Olav Martin Indgaard enstemmig valgt.
 - ii. Berit Reistad med personlig vara Kjersti Løvik enstemmig valgt.
 - iii. Trond Svanøe-Hafstad med personlig vara Knut Helge Haug enstemmig valgt.
- j. Valgkomité med leder, to medlemmer og en varamedlem for neste kretsting**
 - i. Per Arve Hammer ikke på valg. Gunhild Bredesen og Bård Solberg enstemmig valgt som medlemmer i valgkomite.

Levanger 24.12.08
forsynt
(forsynt)

Hegra 4.1.08
Bård Ø. Solberg