

Årsmelding 2014

Fana IL Orienteringsgruppen



Finn frem dagen ved Fanahytten 21.aug 2014

Innhold

Verv i Fana IL Orienteringsgruppen 2014	3
Andre verv påtatt av klubbens medlemmer.....	3
Rapport fra styret.....	4
Rapport fra turorienteringskomiteen	5
Rapport fra treningskomiteen.....	6
Rapport fra kartkomiteen	8
Oversikt over O-løps utstyr på lager	10
Medlemskap pr. 31.12.2014	11
Sportslige prestasjoner 2014	11

Verv i Fana IL Orienteringsgruppen 2014

Styret	Leder	Ragnar Kayser
	Nestleder	Jan Olav Ormberg
	Kasserer	Per Vikane
	Trening	Magne Raadal
	Informasjon	Torgeir Strand
	Sekretær	Karen Clementsen Kayser
Treningskomité	Leder	Magne Raadal
		Turid Rognsvåg
		Dagrunn Daltveit Slettebø
	Rekruttering	Bjørn Batalden
Turorienteringskomité	Leder	John Olav Alvsvåg
		Tommy Sævareid
		Jan Olav Ormberg
Kartkomité	Leder	Per Vold
		Trond Døskeland
		Kirsti Lysaker
Materialforvalter		Kjell Arne Askeland
Draktsalg		Marianne Nummedal

Andre verv påtatt av klubbens medlemmer

<u>Fanavarden</u>	<u>Else Raadal</u>
<u>Fanahytten</u>	<u>Magne Raadal (medlem driftsutvalget)</u>
<u>Hovedlaget</u>	<u>Kirsti Lysaker (lovkomité)</u>
	<u>Per Vold (lovkomité)</u>
	<u>Audny Totland (hederstegnkommité)</u>
	<u>Olav Totland (stiftelsen)</u>
	<u>Håkon Mogstad (vara kontrollkommité)</u>
Hordaland Orienteringskrets	Torgeir Strand (nestleder)
	Torgeir Strand (økonomikommité og info)

Rapport fra styret

Det har vært 10 styremøter i perioden. Kartkom og Tur-O kom har deltatt på vært sitt møte der det er satt fokus på deres ansvarsområde. Treningskom er representert i styret ved Magne Raadal.

Målsettingen for 2014 har vært å aktivisere flest mulig av medlemmene og ha fokus på rekruttering. De som representerer eliten har gjort det bra på lokalt og nasjonalt nivå. Fjord-O var satsingsløpet for O-gruppen og Fana ble klubben med flest deltagere. Det er avholdt rekrutteringstreninger der mange nye rekrutter med familie dukket opp, deriblant løpere fra skigruppen. Noen av disse har også deltatt på O-løp. Dette samarbeidet mellom gruppene fungerer bra og er noe som administrasjonen i Fana IL støtter meget sterkt.

Det har vært arrangert følgende løp i 2014:

Nattcup	15.januar (Prestegardsskogen)
Bedrift	9. april - Slåtthaug, 23. april - Dyngelandsåsen, 10.sept - Orrtua/Birkelandsfjell
Pokalløp	13. mai (Fanahytten)
Sprintløp	8. april (Nesttun Idrettsplass)
KM-stafett	31. august (Orrtua/Birkelandsfjell)
Klubbmesterskap	19. juni (Søråshøgda)

Det økonomiske resultat for 2014 ble et overskudd på kr 93.579, noe som er meget bra. Da det i 2012 var underskudd, la styret i 2014 opp til en nøktern drift. En vesentlig del av inntektene er kommet fra tilskudd fra NOF knyttet til den meget gode driften av Tur-O. Dessuten har gruppen fått betydelige inntekter fra alle arrangementene, deriblant 5 bedriftsløp som bidrar med store kartinntekter. Gruppen har også fått tilskudd fra Sparebanken Vest samt at dugnadene i klubben gir gode inntekter. Det gode resultatet gjør gruppen i stand til å satse enda mer i 2015 på rekrutteringstiltak og støtte til utvalgte løp.

På slutten av 2014 fikk vi noen utmeldelser fra medlemmer som meldte overgang til den nye Os Orienteringsklubb. Det legges opp til et samarbeid mellom klubbene, spesielt på det treningsmessige. Os Orienteringsklubb har uttrykt ønske om å benytte de O-kart som Fana har i Os. Styret har gitt tillatelse til bruk av kartene til trening og annen intern bruk. Det er så langt ikke inngått avtale om inntektsbringende bruk av kartene.

Det har vært treningsopplegg for alle typer løpere. Satsingsgruppen har trent torsdager fra Fana Stadion under ledelse av Jan Fjærestad med motbakk løp og individuell veiledning i O-teknikk etter treningen. Rekruttene har hatt ukentlige treninger under ledelse av Kristine Grønlund hele året etter påske, for det meste på Søråshøgda. Resten av løperne har hatt tilbud om trening fra Fanahytten på Totland på torsdager der Magne Raadal har satt ut løyper med ulik vanskelighetsgrad. Dette er et godt og sosialt treningsopplegg. Flere medlemmer oppfordres til å delta. Kartene fra disse løpene blir lagt i O-gruppens postkasse i garasjen ved Fanahytten for løpere som vil løpe på egenhånd en annen ukedag.

26. oktober ble det avholdt sesongavslutning med basar på Fanahytten. Bestemannspremie for jente- og gutteklassen gikk til Hanne Daltveit og Jacob Eikner. Det ble også gitt ut premie for

deltagelse i klubbmesterskap samt til de med flest løp i Pokalkampen. 23 personer møtte opp på basaren. Dette var overraskende lavt spesielt da det var meget godt fremmøte i 2013, også det på Fanahytten. Styret legger derfor opp til at det i 2015 blir avholdt en klubbkveld, som eventuelt kan inneholde basar, i etterkant av klubbmesterskapet som legges til området ved Fanahytten.

Rapport fra turorienteringskomiteen

Komiteen er takknemlig for samarbeid med grunneierne i tur-o områdene.

Vi har i år som tidligere år hatt 60 poster ute i terrenget; 20 poster på henholdsvis Myrdal, Orrtua og Lyshornet. Alle kart med poster ble i år skrevet ut på O-gruppen sin skriver. Alle tur-o flaggene har hatt «out-door» etiketter med trykte bokstaver, tall og QR kode.

På websiden [TUR-O PÅ NETT](#), som laget tok i bruk i 2008, ble alle funksjonaliteter tatt i bruk og i år har 128 personer registrert seg, som er dobling fra i fjor, men vi ønsker at flere registrerer sin tur-o aktivitet på dette vis. Det internasjonale turkodebegrepet med grønn, rød, blå og svarte [turer](#) ble videreført i 2014. Tilsammen har vi hatt 17 turer som kunne lastes ned fra internett som betalingstjenester. Bedrifter og grupper i Fana IL er invitert til uhøytidelig konkurranse på denne siden uten at dette har fått særlig stor oppslutning.

Som tidligere år ble det opprettet en egen tur-o side på Fana IL sin webside med linker til [TUR-O PÅ NETT](#). Kulturminnepostene og GPS koordinater var i 2014 presentert på [TUR-O PÅ NETT](#).

Tur-o komiteen deltok i et NOF prosjekt om utvikling av [TUR-O PÅ NETT](#) og har fått tilskudd fra NOF til dette arbeidet. Fana sitt bidrag har vært utvikling av rabatt- og produktkuponger. Jan Kocbach har vært direkte involvert i dette prosjektet av NOF. Utsiktene videre for prosjektet er usikker.

I 2014 ble det arrangert Foto-orientering på Totland kartet med 2 (grønn+blå) turer. Komiteen har hatt nært samarbeid med "Smøråsfjellets venner", dette gjelder blant annet laminering av A3 plakater med info om tur-o på oppslagstavlen på Nøttveit. Tur-O plakater har vært hengt opp på en rekke utfartssteder i Fanabygden og Os kommune. Fana Historielag har også vært en god bidragsyter til kulturminnepostene og omtale av områdene våres.

Tur-o har også i år vært annonsert i Fanaposten når det har vært fulldistribusjon (6) fra april til august. Videre har det vært annonsert 4 ganger i Os & Fusaposten. I juni 2014 fikk vi stor reportasje med omtale av tur-o i Fanaposten. Vinnere (barn/ungdom opp til 15 år) av månedens post har fått Gilde-sprint T-skjorten "Vilt, Vakkert, og Rått", samt bilde av en av de i Fanaposten med bildetekst som omhandler hvor neste månedens post blir etc.

Det har vært annonsering av tur-o på intranett hos CMR og Haukeland sykehus.

Det vært utdelt endel tur-o brosjyrer i bedriftspostkasser.

I år er det delt ut 24 gull, 10 sølv og 15 bronsemerker, som er 49 stk. totalt.

Tur-o deltakerne var invitert til årsavslutning/basar på Fanahytten og tildelt tur-o merker. Det ble også utdelt et gavekort sponset av Intersport, Nesttun a kr 500 og et gavekort sponset av MX sport a kr 1000. Salg av tur-o konvolutter fordeler seg som vist i tabellen nedenfor.

Samlet har vi solgt 131 tur-o konvolutter fra 7 salgssteder, som vi skylder stor takk. Tur-o har

vært solgt pr. stk for kr 200, men for kr 100 fra 1. september etter oppmoding for NOF. Avgiften til NOF ble fra 2013 endret til 15 % av salget. Det har vært solgt 15 enkelt turer og 2 tur-o konvolutter via internett.

Brutto inntekten av tur-o produkter rapportert i 2014 var kr 29.744 (inkluderer også 50 tur-o kart over Myrdal til Nordahl Grieg VGS). NOF-avgift kr 4.462.

Kontrakt med frisklivscentralen i Os ble inngått, mens Bergen kommune nektet.

Det har vært foretatt 466 nedlastinger av våre grønne/blå gratisturer.

Det ble arrangert Finn Fram dag i Fana IL regi ved Fanahytten i august 2014.

Det totale tilskuddet på kr 34.000 frå NOF fordeler seg slik: Generell turorientering: kr 1.000, Grønne Turer: kr 20.000, FINN FRAM-dag: kr 3.000, Turorientering.no: kr 10.000.

Bergen Turlag	Mx Lagunen	Intersport	Esso Skjoldskiftet	Er-An	MX Os	Butikk Buane	Medlemmer	Solgt av medlemmer	Diverse	Sum
12	26	20	17	4	10	1	70	12	29	201

Rapport fra treningskomiteen

Komiteen har hatt 3 møter i løpet av 2014.

Handlingsplanen for 2014, slik den fremkom på gruppens årsmøte, ble lagt til grunn for komiteens planer. Rekruttering skulle prioriteres. Men komiteen ønsket også å etablere et helhetlig treningstilbud både på elitenivå, mellomnivå og for veteraner.

Basert på dette ble det i vårsesongen lagt opp til trening hver torsdag på 3 steder:

- o Rekrutter alternerende på Søråshøgda, Nesttun idrettsplass og Slåtthaug
- o Elitegruppen på Fana stadion
- o Mosjonister og veteraner på Fanahytten.

Kristine Grønlund ble hovedtrener for rekruttene. Hun kommer opprinnelig fra Ringerike OL og er jusstudent i byen, med erfaring fra rekruttering og som medlem i NOFs ungdomsutvalg. Erling B. Lysaker ble assistenttrener, og Bjørn Batalden hadde organisatorisk ansvar.

Rekruttene samlet til sammen bortimot 40 barn i alderen 8-13 år og med foresatte som deltok aktivt i treningen.

Jan Fjærestad var trener for elitegruppen. Sammen med løpere fra andre idretter var det intervalltrening i Krohnåsen. Deretter ledet han o-teknisk trening i form av diskusjon av løyper for o-løperne på Fana stadion.

For mosjonister og veteraner var det lagt opp til o-løyper fra Fanahytten med sosialt samvær i hytten etterpå.

Treningssamarbeidet med Gular for rekrutter fortsatte på Storetvedt skole i vinter og vår.

I høstsesongen (august og september) ble treningen startet opp igjen torsdag den 21. august.

Målsetningen var da å samle medlemmene i kun to grupper, nemlig rekrutter og mosjonister i en gruppe mens elitegruppen fortsatte på Fana stadion hos Jan Fjærestad. Det ble lagt o-løyper på forskjellige kart, Totland, Myrdal, Smøråsen, Stendafjellet og Nordvik. Oppslutningen blant rekruttene varierte, men 10-15 barn med foresatte deltok hver gang. Få mosjonister deltok. I elitegruppen på Fana stadion var antallet varierende mellom 1-6.

I oktober, november og desember ble medlemmene atter en gang delt i 3 grupper, der eliten fortsatte hver torsdag på Fana stadion med Jan Fjærestad, rekruttene hadde trening på Søråshøgda skole med Kristine Grønlund og Erling B. Lysaker som trenere, mens mosjonister og veteraner var på Fanahytten med Treningskomiteen som ansvarlig for opplegget. På Søråshøgda var det innledningsvis 5 - 10 rekrutter pluss foreldre hver gang, men tallet sank frem mot jul. De hadde først o-trening på kart ute med hodelykt og deretter lekpreget trening inne i gymsalen. På Totland la Magne Raadal ut ca. 50 poster med reflekser, og disse ble kombinert i nye løyper nesten hver uke. Kart over løypene ble lagt ut på gruppens hjemmeside, og de ble også lagt i en egen postkasse for O-gruppen i boden utenfor hytten. Det var mest veteraner på treningen om torsdagene, men ettersom kart har forsvunnet fra postkassen tyder det på at løypene har vært benyttet også andre dager.

I handlingsplanen for 2014 var en av målsettingene å skape et enda bedre sosialt miljø. For de etablerte løperne har de faste treningene på Fanahytten med sosialt samvær etterpå vært viktig for dette. Også deltagelse i store nasjonale løp har vært viktig, f.eks. hadde Fana flest deltagere i 4-dagers Fjord-O Vest, der hele 48 av våre vel 100 medlemmer deltok. Deltagelse i NM stafettene bidro også i så måte.

På HOK's treningsamling for ungdommer på Voss i juni deltok 5 løpere og med Bjørn Batalden som leder.



Rekrutt trening på Søråshøgda skole 8. mai

Rapport fra kartkomiteen

Kartet over Orrtua/Birkelandsfjell ble ferdig våren 2013. Det har tatt sin tid å få regnskapet revidert. Det ble gjort i høst og de resterende kr. 10000 ble utbetalt. Med et samlet budsjett på kr. 178.000, (kr.160.000 i kontantutgifter, inklusive kr. 16.500 til tonere og papir), har vi fått totalt kr. 138.000 i støtte til dette kartet. Det innebærer at vi tilnærmet har fått dekket alle utgiftene før vi begynte å bruke kartet. Det var en stor risk å ta og skrive en kontrakt på ca. kr. 140.000 før vi visste om vi ville få tildelt spillemidler og kommunal støtte. Men det gikk bra.

Magne Raadal har revidert Totlandskartet flere ganger; i praksis fortløpende. Nylig er området nord og vest for den nye skogsveien synfart og tegnet inn, samt de nye veiene fra Bontveit og Frotveit. Han har også resynfart og tegnet inn søndre delen av Svartevatnskartet i område Norvik-Lysekloster. Ellers har han også gjort noen endringer på Orrtua før KM stafett i fjor, bl a tegnet den nye vegen fra Orrtua og sørover. Han har også revidert delvis Skjold-Nordås og Slåtthaug ifm løp. Han har også startet arbeidet med å tegne inn Bybanetraseen med omliggende områder på Nesttunkartet basert på *bergenskart.no* med koter.

Kartkomiteen er meget takknemlig for arbeidet Magne gjør på dugnad med å synfare og revidere kart.

Kartkomiteen har undersøkt mulighetene for å få nye grunnlagsdata fra kommunen for å kunne oppdatere og utvide sprintkartene Nesttun/Skjold til også inkludere bebyggelsen på Apeltun og vestover mot Rådalslien.

Kartkomiteen starter arbeidet med å få nytt kart over området Totlandsfjell. Videre å utvide Livardenskartet ned til Svartevatn på nordsiden. Først steg er å skaffe data fra kommunen; laserkurver og FKB data over området. Neste steg er å generere OCAD filer fra disse dataene. Dersom det skal engasjeres ekstern synfarer og tegner, er det nødvendig med spillemidler. Det vil det tatt stilling til når OCAD filene foreligger.

Kirsti Lysaker har deltatt på synfaringskurs og Per Vold har deltatt på NOFs kartmøte.

Kartbeholdning

Tabellen viser de digitale OCAD filene. Løyper i OCAD må lages i samme målestokk som målestokken på kartfilen. Ordinære O-kart skrives ut i 1:10000 eller 1:7500, mens sprintkart skrives i hovedsak ut i 1:4000/5000.

<u>Kartnavn</u>	<u>Målestokk</u>	<u>Km2</u>	<u>År</u>	<u>Revidert</u>
	<u>OCAD</u>			
Livarden-Austefjellet	20000	40	1980	Turkart
Svartevatn	15000	17	1995	Nordre del: Kismul, 2004,2013 Vestre del: Fanaset: 2001 Søndre del: Norvik, 2014
Solbakkefjell-Totland	15000	22	1995	Søndre del: Havet 2005, Midtre og vestre del: 2009-2014
Nordås	5000	1,1	2000	2013, Kartet er utvidet ned til Nordåsvatnet, delvis revidert 2014
Halhjem	10000	6,7	2001	
Røttingen	7500	3,5	2001	
Smøråsen-Stend	15000	9,6	2002	Smøråsen delvis 2011-2012
Slåtthaug	5000	0,7	2005	Delvis revidert 2014
Ulsmåg	3000	3	2007	
Bulko	10000	9	2008	
Dyngeland	15000	2,5	2009	Delvis 2010-2011
Myrdal	15000	4	2009	
Nesttun	4000	1,5	2009	
Skjold-Nordås	4000	3	2013	Delvis revidert 2014
Prestegardsskogen	7500	3	2009	
Orrtua-Birkelandsfjell	10000	7	2013	2014: Ny vei tegnet inn

Kartutskrifter

Det har vært arrangert 5 bedriftsløp på Fana sine kart i 2014. Slåtthaug, Dyngelandsåsen og Orrtua (alle Eikner), Totland (Skogsselskapet), og Norvik (UBIL).

I tillegg til kart til egne løp er det skrevet ut kart til Tur-O, til Viking, Tyin/Filefjell og Gneist til skoler, samt diverse treninger. Totalt antall ca. 5200 kart.

Oversikt over 0-løps utstyr på lager

<p>Startklokke 4 Mini Time Rekorder (en gammel og tre nye) 1 Radio/CD-spiller 1 Pc-skjerm 1 Pose div. datakabler 50m kabel på snelle m/4 uttak 1m kabel m/6 uttak(mangler)</p> <p>12 tomme postbukker 20 gamle postenheter 40 nye postenheter 1 signalpostbukk??? Ca. 30 stiftklemmer +4 på bukk</p> <p>2 Tunnel telt 4 Telt/stenger(Fanahytten) 2 Små plastbord 1 Trebord 4 Campingstoler 1 Blå tøysekk 2 Målseil 1 Fana IL vimpel/skjerm 1 Teleskopstang m/klubbmerke 1 O-flagg i tøy 3 Stk velkommenseil 1 Stk tur-o-seil 1 Fana flagg 30 nye- og 46 gamle Postskjermer 4 Sammenleggbare bukker</p> <p>2 Plastdunker 10 Plastbøtter(Fanahytten) 16 Vaskevannsfat(Fanahytten) Plastband til merking</p> <p>Avfallssekker Papirposer Plastikk poser Plastglass(Fanahytten) Plastbestikk(Fanahytten)</p> <p>Kaffetrakter Vannkoker Vaffeljern</p>	<p>1 Stort førstehjelpskrin 1 Lite førstehjelpsk</p> <p>550 A4-plastlommer</p> <p>6 Refleks vester Småtrøllkasse/premier Kasse med t-skjorter Div premier</p> <p>6 Ruller papir til MTR Ca 1000 A4-ark 1 ruller papir til brikker Plastlommer A4-ark 11 Kompass Sikkerhetsnåler Gummistrikk Stiftemaskiner Kulepenner Div kontormateriell Reflekser til nattløp, ca 50 sylindre og 40 bånd</p> <p>3 Papp toalett Toalettpapir Treskilt div merking Strømaggregat Lamineringsmaskin Oppladbar motorsag(hos Ormberg)</p> <p>Laserprinter (hosPer Vold) Laserprinter (hos Magne Raadal) PC(hos Frode Oldervoll)</p> <p>Koder postenheter 0=5stk 100 til137 2 av110og128 Mangler nr. 109 120 132 136</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Medlemskap pr. 31.12.2014

	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år +	Sum
Kvinner	10	7	2	38	57
Menn	9	8	2	67	86
	19	15	4	105	143

Sportslige prestasjoner 2014

Hovedløpet sprint

- 7 Hanne Daltveit
- 27 Julie Roll Tørnqvist
- 57 Runa Almeland

Hovedløpet langdistanse

- 15 Julie Roll Tørnqvist
- 16 Hanne Daltveit
- 62 Runa Almeland

Vestlandsmesterkapet, individuelt

- H11-12 1 Birk Bell Lysaker
- H17-18 1 Jacob Eikner
- D21 1 Dagrunn Daltveit Slettebø
- D70 1 Else Lerche Raadal
- D70 2 Ingvild Vold
- H50 2 Sigurd Eikner
- H70 3 Magne Raadal

Vestlandsmesterkapet, stafett

- D17 3 Dagrunn Daltveit Slettebø, Turid Rognsvåg og Silje Reistad

NM, langdistanse

- H17-18 18 Jacob Eikner

NM, mellomdistanse

H17-18 31 Jacob Eikner

NM, stafett

D17 39 Dagrunn Daltveit Slettebø, Rannveig Nordhagen, Kirsti Lysaker

H17 50 Jan Kocbach, Jacob Eikner, Anders Daltveit

H17 90 Anders Tønnesen Rød, Sigurd Eikner, Håkon Sandven

HOK rankingvinnere

H11-12 Birk Bell Lysaker 4000 poeng

D17 Dagrunn Daltveit Slettebø 3961 poeng

H50 Sigurd Eikner 4000 poeng

D70 Ingvill Vold 1940 poeng

Klubbmesterskapet

Vårsesongen lokalt ble avsluttet med klubbmesterskap på Søråshøgda 19. juni med 60 deltakere + noen ledsagere som ikke registrerte seg. Magne Raadal hadde laget spennende løyper med fellesstart og gafling, Silje Reistad styrte det tekniske, og Karen Kayser koordinerte.

Vel i mål var det pølser fra grillen til alle fremmøtte.

Resultater

DN

1. Olina Norheim 14:43
2. Kristin Hopsnes 16:16
3. Tuva Liaset 16:54
4. Hanne Sofie Wollan 16:56
5. Iselin Garverhaugen 19:03
6. Aud Jorunn Mjelstad 19:07
7. Annlaug Norheim 22:01
8. Helene Alvheim 22:34
9. Sunniva Bendixen 26:49
10. Amanda Daltveit Slettebø 26:49
11. Malina Hauge 27:40
12. Sofia Daltveit Slettebø 38:56
13. Ane Faugstad Aare 45:32

HN

1. Ivar Norheim 14:45
2. Vegard Årdal 14:55
3. Eirik Saure 19:13
4. Ulrik Lilletvedt 21:20
5. Bo Oscar Lilletvedt 21:23
6. Knut Indrehus Vikane 23:33

7. Sebastian Hauge	26:04
8. Erlend Wollan	28:56
9. Mats Tesdal	31:16
10. Eivind Lilletvedt	35:04
11. Memund Daltveit Slettebø	38:14

D-12

1. Tuva Lilletvedt	18:49
2. Marie Roll-Tørnqvist	22:38
3. Eyvor Nora Aarø	25:20
4. Kristine Bog Vikane	28:35
5. Therese Sundal	28:40
6. Tone Roll-Toft	diskvalifisert
6. Victoria Roll-Toft	diskvalifisert

H-12

1. Brage Bell Lysaker	20:31
2. Sondre Batalden	22:37
3. Birk Bell Lysaker	diskvalifisert

D13-16

1. Hanne Daltveit	29:38
2. Julie Roll Tørnqvist	46:08

D17-

1. Dagrund Daltveit Slettebø	37:41	
2. Ingunn Rognsvåg	39:41	utenfor konkurranse
3. Turid Rognsvåg	47:06	
4. Silje Gulbrandsen Wollan	47:58	
5. Marianne Nummedal	51:44	
6. Anne Kjersti Daltveit	53:40	
7. Silje Reistad	57:54	
8. Solveig Hopsnes	1:00:35	

H17-

1. Anders Daltveit	29:34
2. Jakob Eikner	30:29
3. Anders Tønnessen Rød	32:59
4. Sigurd Eikner	36:22
5. Stian Solheim	42:09
6. Ole Tørnqvist	46:35
7. Håkon Mogstad	46:48
8. Torgeir Strand	46:53
9. John Olav Alvsvåg	53:29

10. Roald Hopsnes diskvalifisert

D60-

- | | |
|-----------------------|----------------|
| 1. Astrid Ormberg | 48:37 |
| 2. Herdis Alvheim | 51:32 |
| 3. Audny Totland | 51:37 |
| 4. Ingrid Roll | 1:30:43 |
| 5. Else Lerche Raadal | diskvalifisert |

H60-

- | | |
|---------------------|-------|
| 1. Per Vold | 37:55 |
| 2. Jan Olav Ormberg | 51:08 |

