



ASKER SKIKLUBB

Turløpergruppa

Årsberetning for 2016

Formål

Turløpergruppa er et tilbud om organisert trening for voksne som er glad i å trene ute, med hovedvekt på løp og ski. Treningen er variert med tilpasning til årstidene og passer for ulike nivåer. Omtrent halvparten av medlemmene deltar i ett eller flere løp eller renn i løpet av året. De resterende trener for å holde seg i form.

Turløpergruppa har eksistert i 37 år hvorav 8 år som gruppe i Asker Skiklubb.

Gruppeledelse

Leder:	Bernt Sagård
Trenerkoordinator løp:	Erik Skahjem
Trenerkoordinator ski:	Pål Hansen-Tangen
Kasserer:	Arne Häusler
Sekretær:	Morten Aas

Valgkomite: Håkon Haraldsen, Inger Willoch, Randi Häusler

Festkomite: Ålaug Skahjem, Mette Sandvik, Knut Børve

Gruppeledelsens arbeid

Det har vært avholdt 5 gruppeledermøter i perioden. To av disse møtene har vært i kombinasjon med trenermøte.

Saker på møtene har omhandlet målsettinger for året, erfaringsoppsummeringer, treningsplaner, forberede trenermøter, planlegging av arrangementer, webside, rekruttering, fellesturer, informasjon fra styremøter i Asker Skiklubb, økonomisk status og medlemslister.

Gruppen har nå god oversikt over medlemsmassen og kontingentbetalinger etter hovedklubbens innføring av on-line innbetalingsløsning. Gruppens hjemmeside og Facebook benyttes hyppig og er våre viktigste informasjonskanaler.

Trening

Turløpergruppa trener løping tre ganger i uken i sommersesongen, tirsdag og torsdag fra Solvang skole og søndag fra Nakuhel. Det har stort sett vært tre-fire trenere tilstede på tirsdager med to-tre løpegrupper samt gågruppe. Torsdager og søndager har det vært en eller to grupper/trenere. Om høsten varieres det med stavgang/elghufs som en forberedelse til skisesongen. Det er i tillegg avholdt testløp på bane (3/5000m). Løpetrening har blitt avholdt på tirsdager i vintersesongen som et tilbud til de som ikke trener på ski.

Skitreningen har foregått på Solli, i lysløypa på tirsdager og med hodelykt fra parkeringsplassen på torsdager. Treningen på tirsdager har inneholdt både en teknikkdel og en kondisjonsdel. Det har stort sett vært to trenere tilstede på tirsdager. En tirsdagstrening ble teknikkdelen tatt opp på video, med samling i etterkant på Solli gård.

Nytt høsten 2016 var rulleskitrening i Leangbukta på torsdager. Dette fungerte bra, og vil bli gjentatt i 2017.

Tirsdager, umiddelbart etter løpe- eller skitrening, har det vært tilbud om innetrening på Solvang skole med vekt på styrke og bevegelighet.

Treningen gir fine naturopplevelser, bl.a. gjennom å oppsøke ulike områder av marka, spesielt på søndager. Søndagstreningene er rolig langtur. Når det er snøfritt løper vi vanligvis i Vestmarka. Våren 2016 løp vi kyststien etappevis fra Oslo til Holmsbu, før snøen forsvant i høyden. Den tradisjonsrike fem-toppers løpeturen gikk i år i ny trase med start og mål på Nakuhel. Det var to varianter på 20/28 km.

En vintersøndag ble det arrangert langtur på ski fra Ringkollen tilbake til Asker. Det var også måneskinnstur på ski til Haveråsen. Det ble avholdt skisamling på Beitostølen en helg i begynnelsen av desember som ga godt utbytte både teknisk, treningsmessig og sosialt.

Sportslig aktivitet

Gruppens medlemmer har deltatt i mange konkurranser både i inn og utland. Av turrenn på ski nevnes Marcialonga, Vindfjelløpet, Holmenkollmarsjen, Vestergyllen, Grenaderløpet, Vasaloppet, Birkebeinerrennet og Troll Skimaraton. Til Birkebeinerrennet ble det satt opp egen buss fra Føyka til Rena (overnatting) og retur fra Lillehammer lørdag. På sommerføre var Turløpergruppa representert i verdens største rulleskiløp, Alliansløppet.

På løps-siden har det vært deltagelse i en rekke løp, bl.a. Berlin Maraton, Oslo Maraton, Hytteplanmila, Nordmarkstravern, Sentrumsløpet, Førnebuløpet, Ecotrail og Birkebeinerløpet.

Det beste resultatet fra ett av disse turløpene teller i konkurransen som klubbmester på ski og klubbmester i løping. Premieutdeling skjer på det årlige møtet.

Andre aktiviteter

Turløpergruppa arrangerte også i år motbakkeløpet Tveitersetra opp i september. Det var 76 deltagere, som er ny rekord.

Turløpergruppa stilte med 4 personer til for- og slutt-patrolje til Vestergyllen. Turløpergruppa bidro også med funksjonærer til Trekkhundklubbens arrangementer Vestmarkløpet og Semsvannet rundt.

I juni arrangerte festkomitéen sommeravslutning med båttur.

Strategiprosess

Det ble våren 2015 gjennomført en strategiprosess ledet av Håkon Haraldsen for å gå gjennom hvordan man skulle øke rekrutteringen til Turløpergruppa.

Som et resultat av prosessen, ble det i 2015 utarbeidet nye definisjoner av de ulike treningsgruppene inkludert oppdaterte beskrivelser på hjemmesiden. Det ble også utarbeidet nye treningsprogram, der det er større vekt på variasjon. I tillegg er det lagt opp til at treningene skal fungere godt for alle, selv om nivået er ulikt. Facebook ble brukt langt mer

aktivt enn tidligere for å bedre informasjonsflyten og spre kjennskapet til oss og våre aktiviteter.

I 2016 har tilbudet og kvaliteten på treningene stått i sentrum. Erfaringen er at det kan være bedre å tilby noe færre treningsalternativer og prioritere kvalitet og god deltagelse på hver treningsgruppe.

Rekruttering

Medlemstallet i Turløpergruppa per 31.12.2016 er totalt 59, herav 19 trenere. Det er god kapasitet for flere medlemmer. Nettsiden "turlop.no", Facebook og rekruttering gjennom eksisterende medlemmer, er våre viktigste rekrutteringskanaler. Innslag om Turløpergruppa i hovedklubbens medlemsblad er også tiltak for profilering og rekruttering.

Økonomi

Turløpergruppa har hatt mindre inntekter (lavere medlemskontingent) enn budsjettert i 2016, mens kostnader til trenere og aktiviteter har vært omtrent som budsjett. Underskuddet er derfor større enn budsjettert.

Det blir budsjettert med et underskudd også i 2017. Gruppeledelsen mener dette kan forsvares da man har betydelige midler stående på høyrentekonto. Det er likevel behov for å redusere underskuddet i forhold til 2016, og fra 2017 er det foreslått at også trenere skal betale medlemskontingent.

Oppsummering

Turløpergruppa har også i 2016 hatt stor aktivitet med hovedfokus på løping og ski. Gruppa aktiviserer mange voksne i alle aldre som liker å trene ute, sommer som vinter. Dette vil også i kommende år være vår hovedsatsing. I tillegg ønsker vi at Turløpergruppa fortsatt skal være en sosial arena og inneha et hyggelig treningsmiljø.

Asker, 17.02.2017

Gruppeledelsen Turløpergruppa



Morten AS
Knut Hjeltnes
Per Hjeltnes



ASKER
SKIKLUBB

Resultatregnskap

Asker Skiklubb, Turgruppe

Driftsinntekter og driftskostnader	2016	2015
Offentlig tilskudd	0	0
Salgsinntekt	0	0
Annen driftsinntekt	23 950	31 440
Sum driftsinntekter	23 950	31 440
Varekostnad	7 147	6 745
Lønnskostnad	29 200	31 750
Avskrivning av driftsmidler	0	0
Annen driftskostnad	10 990	9 594
Sum driftskostnader	47 337	48 089
Driftsresultat	-23 387	-16 649
Finansinntekter og finanskostnader		
Annen renteinntekt	-729	-1 591
Annen finanskostnad	901	3 711
Resultat av finansposter	172	2 120
Ordinært resultat før skattekostnad	-23 559	-18 769

Handwritten signatures:
Morten As
Ann Havnstad
Pål Havnstad



ASKER
SKIKLUBB

Balanse

Asker Skiklubb, Turgruppe

Eiendeler	2016	2015
Anleggsmidler:		
Andeler	<u>0</u>	<u>0</u>
Omløpsmidler:		
Fordringer		
Kundefordringer	0	0
Andre kortsiktige fordringer	<u>0</u>	<u>0</u>
	<u>0</u>	<u>0</u>
Investeringer:		
Bankinnskudd, kontanter o.l.	118 930	146 699
Sum omløpsmidler	<u>118 930</u>	<u>146 699</u>
Sum eiendeler	<u>118 930</u>	<u>0</u>
Egenkapital og gjeld		
Innskutt egenkapital:		
Egenkapital	-112 322	-135 881
	<u>-112 322</u>	<u>-135 881</u>
Sum egenkapital:	<u>-112 322</u>	<u>-135 881</u>
Andre fond	<u>0</u>	<u>0</u>
Gjeld		
Kortsiktig gjeld:		
Leverandørgjeld	-800	0
Skatter	0	0
Skyldig offentlige avgifter	0	0
Annen kortsiktig gjeld	-5 808	-10 818
	<u>-6 608</u>	<u>-10 818</u>
Sum gjeld	<u>-6 608</u>	<u>-10 818</u>
Sum egenkapital og gjeld	<u>-118 930</u>	<u>-146 699</u>

Handwritten signature: R. L. ...

Handwritten signature: ...

Beskrivelse	Konto/ art.	regnskap 2015	budsjett 2016	regnskap 2016	budsjett 2017
Inntekter					
Aktivitetskontingent	3925	28 100	27 000	19 950	33 500
Overskudd/bidrag arrangement	3965	3 340	3 500	4 000	4 000
Sum inntekter		31 440	30 500	23 950	37 500
Driftsutgifter					
Trenergodtgjørelse	5008	-31 750	-25 000	-29 200	-26 000
Utgifter ved arrangement	6860	-5 945	-13 500	-10 347	-8 000
Arr kostnader	4140			0	
AnnONSE/medlemsverving ol	7320				-5 000
Premier/påskjønnelser	7420	-6 594	-2 000	-6 990	-2 000
Idrettsmateriell (bålpanne tilskudd)	6550	-3 000			0
Kretskontigent	4130	-800	-800	-800	-800
Sum kostnader		-48 089	-41 300	-47 337	-41 800
Renter	8050	1 591	1 400	729	300
Gebyrer (bank)	8170	-3 712	-3 000	-901	-1 000
Sum		-2 121	-1 600	-172	-700
Driftsresultat		-18 770	-12 400	-23 559	-5 000








Protokoll Årlig møte i Turløpergruppa

I henhold til innkalling distribuert til alle medlemmer ble det gjennomført Årlig møte i Asker Skiklubb's turløpergruppe den 6. mars 2017 kl. 19.00 på Føyka. Det var 22 fremmøtte. Følgende saker ble behandlet:

1. Innkalling og sakliste ble godkjent.
Bernt Sagård ble valgt til møteleder.
Morten Aas ble valgt til referent.
Inger Willoch og Gro Reinhardt Aas ble valgt til å signere protokollen
2. Årsberetningen ble gjennomgått og godkjent.
3. Revidert regnskap 2016 ble presentert og godkjent.
4. Budsjett for 2017 ble presentert og godkjent.
5. Det var ingen innkomne forslag til møtet.
6. Valg
Valgkomiteens leder, Håkon Haraldsen, la frem valgkomiteens innstilling til ny gruppeledelse. Erik Skahjem var på valg og ønsket ikke gjenvalg. Bernt Sagård var på valg, men ønsket å fortsette. Pål Hansen-Tangen, Arne Häusler og Morten Aas var ikke på valg. Cecilie Hoxmark ble foreslått som nytt medlem i gruppeledelsen.

Den nye gruppeledelsen ble enstemmig valgt og ser slik ut:

Bernt Sagård leder 2 år
Pål Hansen-Tangen 1 år
Arne Häusler 1 år
Morten Aas 1 år
Cecilie Hoxmark 2 år
Gruppen konstituerer seg selv på første møte.

Festkomiteen ble gjenvalgt og består av:

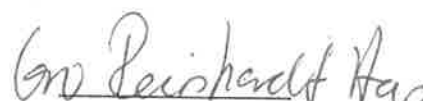
Knut Børve
Mette Sandvik
Ålaug Skahjem

Ny valgkomite ble valgt:

Håkon Haraldsen
Inger Willoch
Erik Skahjem

Asker 07.03.2017


Inger Willoch


Gro Reinhardt Aas

Innstilling fra valgkomiteen.

Valgkomiteen ved Randi Häusler, Inger Willoch og Håkon Haraldsen har flg kommentarer og innstilling til nytt styre, festkomite og valgkomite i Turløpergruppa:

- Styremedlemmer velges normalt for en periode på to år av gangen
- Det søkes kontinuerlig å oppnå en ulik uttreden av styret mht tidspunkt, slik at minimum to representanter blir sittende i minst et år etter hvert årsmøte.
- Det er ønskelig med kvinnelig representasjon i styret.
- Erik Skahjem er på valg. Han ønsker å tre ut av styret.
- Morten Aas og Pål Hansen-Tangen er ikke på valg. Begge ble valgt for to år på forrige årsmøte.
- Bernt Sagård er på valg, men kan tenke seg å sitte en periode til. Han forslås å fortsette som leder.
- Arne Häusler erstattet Randi Häusler som kasserer etter årsmøtet i fjor og posisjonen/Arne betraktes og ha sittet en periode på to år. Arne er dermed på valg, men kan tenke seg å fortsette en periode til.
- Cecilie Hoxmark stiller til valg som nytt styremedlem.

Innstilling til nytt styre: (Styret konstituerer seg selv, bortsett ifra leder som velges på årsmøtet)

- Cecilie Hoxmark, *på valg, ny*
- Pål Hansen-Tangen *ikke på valg*
- Morten Aas *ikke på valg*
- Arne Häusler *på valg*
- Bernt Sagård, leder *på valg*

Festkomite

Det foreslås gjenvalg av hele komiteen

- Ålaug Skahjem
- Mette Sandvik
- Knut Børve

Valgkomite

- Inger Willoch
- Håkon Haraldsen (Randi Häusler følger i rekken, men ønsker ikke å fortsette)
- Erik Skahjem

Asker 26.02.2017

Valgkomiteen v/ Håkon Haraldsen