

# Signering av årsberetning 2023, regnskap 2023 og budsjett 2024

**Dokumentet er signert digitalt av følgende undertegnere:**

- Hansen, Simen Sebastian (30.04.2000), signert 07.03.2024 med Signicat Sign BANKID
- Ødegaard, Espen Kirkeby (08.04.1974), signert 07.03.2024 med Signicat Sign BANKID
- Solheim, Monica (31.12.1968), signert 08.03.2024 med Signicat Sign BANKID
- Andersen, Stian (01.02.1988), signert 06.03.2024 med Signicat Sign BANKID
- Jahren, Espen (25.04.1966), signert 08.03.2024 med Signicat Sign BANKID
- Svinø, Bodil Anthi (03.04.1963), signert 08.03.2024 med Signicat Sign BANKID\_MOBILE



## **Det signerte dokumentet inneholder**

- En forside med informasjon om signaturene
- Alle originaldokumenter med signaturer på hver side
- Digitale signaturer



## **Dokumentet er forseglet av Posten Norge**

Signeringen er gjort med digital signering levert av Posten Norge AS. Posten garanterer for autentisiteten og forseglingen av dette dokumentet.



## **Slik ser du at signaturene er gyldig**

Hvis du åpner dette dokumentet i Adobe Reader, skal det stå øverst at dokumentet er sertifisert av Posten Norge AS. Dette garanterer at innholdet i dokumentet ikke er endret etter signering.

| AKERSHUS FRIIDRETTSKRETS            |                     |                     |
|-------------------------------------|---------------------|---------------------|
| RESULTATREGNSKAP 2023               |                     |                     |
|                                     |                     |                     |
| Tekst                               | 2023                | 2022                |
| <b>INNTEKTER</b>                    |                     |                     |
| <b>Drift/administrasjon</b>         |                     |                     |
| Tilskudd Akershus Fylke             | 59 617,00           | 142 475,00          |
| NFIF - Regionstilskudd              | 186 799,00          | 161 112,00          |
| NFIF - Andre tilskudd               | -                   | 3 000,00            |
| NFIF Startkont./ lisens             | 116 578,00          | 61 340,00           |
| Lagskontingent                      | 208 000,00          | 196 500,00          |
| Bingoinntekter                      | 62 359,30           | 80 362,16           |
| Momskompensasjon                    | 146 926,00          | 130 463,00          |
| Andre inntekter                     | 210,00              |                     |
| <b>Sum adm.inntekter</b>            | <b>780 489,30</b>   | <b>775 252,16</b>   |
|                                     |                     |                     |
| <b>Aktivitetsinntekter</b>          |                     |                     |
| Ungdomsaktivitet (Lerøy/Gjensidige) | 167 170,50          | 196 276,00          |
| Felles prosjekt                     | 525 718,75          | 711 281,25          |
| Kretssamlinger                      | 95 537,50           | 173 357,50          |
| Parasamlinger                       | 8 750,00            |                     |
| Tinestafetten                       | 18 500,00           |                     |
| Utdanning                           | 24 940,00           | 23 250,00           |
| DNA u20 Spania                      |                     | 15 000,00           |
| NM 2023                             | 32 956,00           |                     |
| Nordisk u20                         | 522 540,00          |                     |
| <b>Sum aktivitetsinntekter</b>      | <b>1 396 112,75</b> | <b>1 119 164,75</b> |
|                                     |                     |                     |
| <b>SUM INNTEKTER</b>                | <b>2 176 602,05</b> | <b>1 894 416,91</b> |

Dokumentet er signert digitalt av:

- Hansen, Simen Sebastian (30.04.2000), 07.03.2024
- Ødegaard, Espen Kirkeby (08.04.1974), 07.03.2024
- Solheim, Monica (31.12.1968), 08.03.2024
- Andersen, Stian (01.02.1988), 06.03.2024
- Jahren, Espen (25.04.1966), 08.03.2024
- Svinnø, Bodil Anthi (03.04.1963), 08.03.2024

Forseglet av



Posten Norge

| AKERSHUS FRIIDRETTSKRETS              |                      |                      |
|---------------------------------------|----------------------|----------------------|
| RESULTATREGNSKAP 2023                 |                      |                      |
| Tekst                                 | 2023                 | 2022                 |
| <b>KOSTNADER</b>                      |                      |                      |
| <b>Drift/administrasjon</b>           |                      |                      |
| Personalkostnader                     | -592 989,00          | -487 315,00          |
| Driftskostnader                       | -125 097,48          | -126 209,78          |
| Tap på fordringer                     |                      | -12 125,00           |
| Kostnader styremøter                  | -16 334,06           |                      |
| Kostnader kretsting                   | -3 360,00            |                      |
| Kostnader andremøter / representasjon | -10 969,00           | -12 113,00           |
| <b>Sum adm.kostnader</b>              | <b>-748 749,54</b>   | <b>-637 762,78</b>   |
| <b>Aktivitetskostnader</b>            |                      |                      |
| Ungdomsaktivitet (Lerøy/Gjensidige)   | - 194 896,96         | -159 710,51          |
| Fellesprosjekt                        | - 680 534,79         | -657 995,50          |
| Kretssamlinger                        | - 91 994,45          | -163 819,80          |
| Øvelsessamlinger                      | - 25 477,16          | -21 527,00           |
| Parasamlinger                         | - 4 477,90           |                      |
| Tinestafetten                         |                      |                      |
| Utdanning                             | - 25 989,28          | -22 213,25           |
| Friidrett i skolen                    | - 49 130,10          | -55 752,00           |
| Egne stevner                          | - 5 731,75           | -20 311,00           |
| Delt.stevner / andre aktiviteter      | - 7 000,00           | -5 441,50            |
| DNA u20 Spania                        |                      | -100 574,36          |
| NM 2023                               | - 2 310,45           |                      |
| Nordisk u20                           | - 451 986,07         |                      |
| <b>Sum aktivitetskostnad</b>          | <b>-1 539 528,91</b> | <b>-1 207 344,92</b> |
| <b>SUM DRIFTSKOSTNADER</b>            | <b>-2 288 278,45</b> | <b>-1 845 107,70</b> |
| <b>Driftsresultat</b>                 | <b>-111 676,40</b>   | <b>49 309,21</b>     |
| FINANSPOSTER                          | 35 099,00            | 14 267,62            |
| <b>RESULTAT ETTER FINANSPOSTER</b>    | <b>-76 577,40</b>    | <b>63 576,83</b>     |

Dokumentet er signert digitalt av:

- Hansen, Simen Sebastian (30.04.2000), 07.03.2024
- Ødegaard, Espen Kirkeby (08.04.1974), 07.03.2024
- Solheim, Monica (31.12.1968), 08.03.2024
- Andersen, Stian (01.02.1988), 06.03.2024
- Jahren, Espen (25.04.1966), 08.03.2024
- Svinnø, Bodil Anthi (03.04.1963), 08.03.2024

Forseglet av



Posten Norge

| AKERSHUS FRIIDRETTSKRETS                               |                     |                     |
|--------------------------------------------------------|---------------------|---------------------|
| BALANSE 2023                                           |                     |                     |
|                                                        |                     |                     |
| Tekst                                                  | 2023                | 2022                |
| <b>Utestående fordringer</b>                           |                     |                     |
| 1500 - Kundefordringer                                 | 290 513,00          | 259 550,00          |
| 1590 - Mellomeregning Oslo FIK                         | 32 018,10           | -142 639,60         |
| <b>Sum Utestående fordringer</b>                       | <b>322 531,10</b>   | <b>116 910,40</b>   |
| <b>Forskuddsbetalte utgifter/påløpne inntekter</b>     |                     |                     |
| 1700 - Forskuddsbetalte kostnader                      | 14 836,25           | -                   |
| 1750 - Påløpte inntekter                               | 50 709,15           | 325 884,75          |
| <b>Sum Forskuddsbetalte utgifter/påløpne inntekter</b> | <b>65 545,40</b>    | <b>325 884,75</b>   |
| <b>Kasse, bank</b>                                     |                     |                     |
| 1900 - Kasse                                           | 770,00              | 770,00              |
| 1920 - Driftskonto 1286.52.52828                       | 304 213,40          | 366 666,33          |
| 1921 - Sparekonto 1286.51.15103                        | 1 036 272,30        | 871 173,30          |
| <b>Sum Kasse, bank</b>                                 | <b>1 341 255,70</b> | <b>1 238 609,63</b> |
| <b>Sum Eiendeler</b>                                   | <b>1 729 332,20</b> | <b>1 681 404,78</b> |
|                                                        |                     |                     |
| <b>Egenkapital</b>                                     |                     |                     |
| 2050 - Egenkapital                                     | 1 348 708,70        | 1 285 131,87        |
| Årets resultat                                         | -76 577,40          | 63 576,83           |
| <b>Sum Egenkapital</b>                                 | <b>1 272 131,30</b> | <b>1 348 708,70</b> |
| <b>Leverandørgjeld</b>                                 |                     |                     |
| 2400 - Leverandørgjeld                                 | 324 200,90          | 324 190,08          |
| <b>Sum Leverandørgjeld</b>                             | <b>324 200,90</b>   | <b>324 190,08</b>   |
| <b>Annen gjeld</b>                                     |                     |                     |
| 2960 - Påløpte kostnader                               | 133 000,00          | 8 506,00            |
| <b>Sum Annen gjeld</b>                                 | <b>133 000,00</b>   | <b>8 506,00</b>     |
| <b>Sum egenkapital og gjeld</b>                        | <b>1 729 332,20</b> | <b>1 681 404,78</b> |

Bærum 15.02.24

\_\_\_\_\_  
Bodil Anthi Svingø  
Leder

\_\_\_\_\_  
Espen Jahren  
Nestleder

\_\_\_\_\_  
Simen Sebastian Hansen  
Styremedlem

\_\_\_\_\_  
Espen Kirkeby Ødegaard  
Styremedlem

\_\_\_\_\_  
Monica Solheim  
Styremedlem

\_\_\_\_\_  
Stian Andersen  
Daglig leder

Dokumentet er signert digitalt av:

- Hansen, Simen Sebastian (30.04.2000), 07.03.2024
- Ødegaard, Espen Kirkeby (08.04.1974), 07.03.2024
- Solheim, Monica (31.12.1968), 08.03.2024
- Andersen, Stian (01.02.1988), 06.03.2024
- Jahren, Espen (25.04.1966), 08.03.2024
- Svingø, Bodil Anthi (03.04.1963), 08.03.2024

Forseglet av



Posten Norge

# Årsberetning 2023

## Akerhus Friidrettskrets



## Innhold

|                                                                               |   |
|-------------------------------------------------------------------------------|---|
| Styresammensetning for perioden .....                                         | 3 |
| Kontrollkomité.....                                                           | 3 |
| Valgkomité.....                                                               | 3 |
| Administrasjonen.....                                                         | 3 |
| Arbeid i styret og kretskontor.....                                           | 4 |
| Oppsummering - aktiviteten .....                                              | 4 |
| Oppsummering – arbeid/kommunikasjon .....                                     | 4 |
| Arbeidssted og administrasjon.....                                            | 4 |
| Styremøter .....                                                              | 5 |
| Klubbmøter.....                                                               | 5 |
| Kontakt med klubbene og utøvere .....                                         | 5 |
| Klubber og aktivitetstall .....                                               | 5 |
| Stevneresultater 2023 .....                                                   | 5 |
| Utviklingen av stevneresultater 2013-2023 (11-19 år).....                     | 6 |
| Utviklingen av stevneresultater 2013-2023 (11-19 år) – Oslo og Akershus ..... | 6 |
| Kretsens prosjekter.....                                                      | 6 |
| Friidrett i skolen (SFO 1.-4.trinn).....                                      | 6 |
| Stavsamlinger (10-14 år) .....                                                | 6 |
| Kastsamlinger (10-14 år).....                                                 | 7 |
| Lerøy-samlinger (13-14 år) .....                                              | 7 |
| Lerøy-lekene.....                                                             | 7 |
| Gjensidige-samlinger (15-19 år) .....                                         | 7 |
| Treningsprosjekter .....                                                      | 7 |
| Kurs .....                                                                    | 8 |
| Friidrett for barn.....                                                       | 8 |
| Kretsdommer.....                                                              | 8 |
| Forbundsdommer.....                                                           | 8 |
| Trener 1 .....                                                                | 8 |
| Tidtakerkurs.....                                                             | 8 |
| Økonomi .....                                                                 | 9 |



## Styresammensetning for perioden

| Styresammensetning 2023 |                    |           |
|-------------------------|--------------------|-----------|
| Navn                    | Klubb              | Rolle     |
| Bodil Anthi Svinø       | Ullensaker/Kisa IL | Leder     |
| Espen Jahren            | Asker SK           | Nestleder |
| Espen Ødegaard          | Tyrving IL         | Medlem    |
| Monica Solheim          | Nesøya IL          | Medlem    |
| Simen Sebastian Hansen  | Ås IL              | Medlem    |
| Egil Holmeide           | Romerike Friidrett | Vara      |
| Ågot Aakra              | Ski IL Friidrett   | Vara      |

Dessverre så klarte ikke valgkomiteen eller årsmøtet å få på plass ungdomsrepresentant og et ekstra varamedlem. Etter årsmøtet skulle valgkomiteen komme med nye forslag. Dette har dessverre ikke blitt gjort.

Det er blitt gjennomført 5 styremøter for OFIK, og 2 fellesmøter med AFIK sitt styre i 2023. Alle møtene har vært fysisk. Styret har ingen tildelte oppgaver, men yter sin innsats der det er behov. Hilde Osnes har vært involvert i en del dommerkurs, samt vært stevneleder for NM innendørs. Åse Wikshåland har representert Oslo Friidrettskrets på en rekke møter i regi av Oslo Idrettskrets. Thor Gjesdal har hatt et ansvar inn mot Nordisk U20 og mange andre arrangementer i kretsen. Kjetil Myrtun har utført oppgaver med kretsens arkiv, og Willy Bjørndal har sendt søknader til bedrifter om økonomisk støtte.

### Kontrollkomité

| Kontrollkomité |            |        |
|----------------|------------|--------|
| Navn           | Klubb      | Rolle  |
| Kirsten Larsen | Tyrving IL | Leder  |
| Morten Nordli  | Lørenskog  | Medlem |

### Valgkomité

| Valgkomité      |       |       |
|-----------------|-------|-------|
| Navn            | Klubb | Rolle |
| Jo Egil Aalerud | Ås IL | Leder |
| --              | --    | --    |

### Administrasjonen

| Administrasjonen 2023 |                |         |               |
|-----------------------|----------------|---------|---------------|
| Navn                  | Stilling       | Prosent | Periode       |
| Stian Andersen        | Daglig leder   | 50 %    | Hele perioden |
| Mari Sønju            | Kretskonsulent | 25 %    | Hele perioden |



Stian Andersen jobbet som daglig leder i 100% stilling fordelt mellom Oslo og Akershus, og Mari Sønju jobbet kretskonsulent i 50 % stilling i denne perioden, hvorav 25 % i hver krets. I stillingen som kretskonsulent har hovedoppgavene vært tiltak og oppfølging knyttet til Lerøy-samlinger, Lerøy-leker, Friidrett i skolen, NM 2023, Nordisk U20 og øvelsessamlinger i begge kretsene. Stian Andersen har det overordnede ansvaret for drift og aktiviteter.

| Arbeidsfordeling 2023   |                         |
|-------------------------|-------------------------|
| Daglig leder (50%)      | Kretskonsulent (25%)    |
| Økonomi                 | Lerøy-leker             |
| Styremøter/kretsting    | Lerøy-samlinger         |
| Rapportering            | Friidrett i skolen      |
| Treningsprosjekter      | Øvelsessamlinger        |
| Innendørs NM            | Innendørs NM            |
| Nordisk U20             | Nordisk U20             |
| Alle kurs               | Rapportering prosjekter |
| Rapportering prosjekter | Tinestafetten - Bislett |
| Tinestafetten - Bislett | Booking av treningstid  |
| Søknader                | Samarbeid NFIF          |
| Samordnet rapportering  | Gjensidige-samlinger    |
| Kontakt med kommunen    |                         |
| Booking av treningstid  |                         |
| Samarbeid NFIF          |                         |
| Handlingsplaner         |                         |

## Arbeid i styret og kretskontor

### Oppsummering - aktiviteten

I 2023 har administrasjonen jobbet for det meste med aktivitet for aldersgruppen 10-19 år. Dette har vi gjort gjennom Lerøy-konseptet, treningsprosjektene og øvelsessamlinger. Kretsen har også hatt for vane å arrangere et eller annet mesterskap, og 2023 var definitivt intet unntak. I samarbeid med IK Tjalve, IL i BUL og SK Vidar arrangerte vi innendørs NM i Bærum Idrettspark helgen 18.-19.februar. I tillegg arrangerte kretsen, i samarbeid med Oslo FIK, Nordisk U20 Match på Bislett 22.-23.juli.

### Oppsummering – arbeid/kommunikasjon

Kretsen kommuniserer for det meste på e-post og telefon, og har jevnlig møter med klubbledere, trenere, ansatte, utøvere og fra forskjellige klubber. En del møter har blitt gjennomført på Teams, men ikke i like stor skala som under korona-perioden. Mari har vært til stede på så å si alle Lerøy-samlinger og øvelsessamlinger, og har opparbeidet seg et stort nettverk av foreldre, trenere og utøvere. Dette har kommet veldig godt med ved at klubbene har fått et støtte eierskap til Lerøy-konseptet. Kretsen jobber mye med å synliggjøre våre ulike tiltak og prosjekter, og dette gjøres mye via kretsens hjemmeside, hovedsiden på Facebook, klubbenes medlemside på Facebook, Instagram, e-post-lister og telefon. Alle saker som publiseres på SoMe lenkes til en egen sak på vår hjemmeside på friidrett.no.

### Arbeidssted og administrasjon

Akershus Friidrettskrets har hatt felles administrasjon med Oslo Friidrettskrets, og har vært lokalisert på



Osloiddrettens Hus i Brynsveien 13. Buskerud Friidrettskrets v/Mari Sønju har også delt administrasjon med både AFIK og OFIK.

### Styremøter

I 2023 ble det avholdt 2 styremøter på Brynsveien 13 for Oslo Friidrettskrets, og 2 fellesmøter sammen med Oslo friidrettskrets.

### Klubbmøter

Terminlistemøte ble avholdt 9.oktober i Brynsveien 13 med 24 deltakere fra klubber i Oslo og Akershus. I tillegg til fastsettelse av terminlisten, ble det presentert saker om bl.a. Friidrett i skolen, øvelsessamlinger, Lerøy, statistikk for 2023, treningsprosjekter, status Mortensrud friidrettshall og informasjon om nye approberingsregler fra World Athletics.

### Kontakt med klubbene og utøvere

Kretsen har i perioden hatt jevnlig kontakt med de aller fleste friidrettsklubbene, og da spesielt med klubber som driver med friidrett på bane.. Det har vært mange henvendelser på aktiviteter som Lerøy-konseptet, kurs, diverse samlinger, treningsprosjekter, våre egne arrangementer og terminlisten.

Kommunikasjonen har stort sett foregått via e-post og telefon, men også via nyhetsbrev Teams-møter og fysiske møter. Av sosiale medier var det Facebook som ble benyttet i størst grad, men vi hadde også en delvis aktiv Instagram-konto. Betalte innlegg på Facebook ble promotert på Instagram. De fleste utøverne er ikke aktive FB-brukere, og i den anledning styrket vi vår tilstedeværelse på Instagram. Betalte innlegg på FB hadde opp mot 10x så stor rekkevidde som organiske innlegg.

### Klubber og aktivitetstall

Per 31.12.2022 var det registrert 46 klubber og 4138 aktive medlemmer. Dette er ca på samme nivå som i 2021 da tallet var på 4245. Som i årene før, opplevde vi 2023 at det var utfordrende for klubbene å registrere korrekt iht de grenene som er knyttet til friidrett. Friidretten består av 4 grener; Friidrett på bane, løp utenfor bane, mosjon og øvrig friidrett. I teorien kan ett medlem i en friidrettsgruppe frembringe fire aktivitetstall, dersom vedkomne er aktive innenfor disse fire grenene. Vi opplever, dessverre, at en del klubber ikke er innforstått med dette og at det slurves. For majoriteten av klubbene mistenker vi at det underrapporteres, da medlemstallene i mange tilfeller er identiske med aktivitetstallene.

| Aktivitetstall Akershus Friidrettskrets per 31.12.2022 |     |      |       |       |     |      |
|--------------------------------------------------------|-----|------|-------|-------|-----|------|
| Alder                                                  | 0-5 | 6-12 | 13-19 | 20-25 | 26- | Sum  |
| Kvinner                                                | 19  | 601  | 473   | 98    | 666 | 2741 |
| Menn                                                   | 24  | 723  | 461   | 113   | 960 | 3607 |
| Sum totalt                                             |     |      |       |       |     | 4138 |

### Stevneresultater 2023

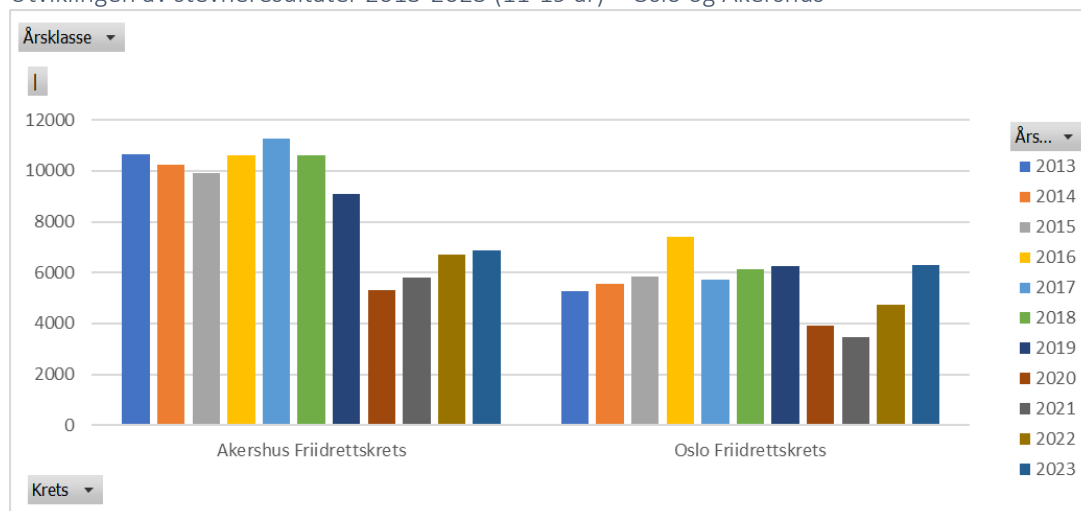
Etter noen tøffe korona-år var vi tilbake til normalen i 2023. Antall stevneresultater var fortsatt langt under normalåret 2019, men det var en positiv utvikling. Aktivitetstallene er relativt stabile, så det kan være at færre ønsker å konkurrere, eller at utøvere konkurrerer i færre øvelser enn før. De aller fleste store stevnene var tilbake på terminlisten i 2023.



## Utviklingen av stevneresultater 2013-2023 (11-19 år)

| Utvikling stevneresultater for 11-19 år – Akershus Friidrettskrets |       |       |      |       |       |       |      |      |      |      |      |
|--------------------------------------------------------------------|-------|-------|------|-------|-------|-------|------|------|------|------|------|
| Årstall                                                            | 2013  | 2014  | 2015 | 2016  | 2017  | 2018  | 2019 | 2020 | 2021 | 2022 | 2023 |
| Antall resultater                                                  | 10661 | 20360 | 9897 | 10606 | 11287 | 10629 | 9102 | 5294 | 5822 | 6714 | 6858 |

## Utviklingen av stevneresultater 2013-2023 (11-19 år) – Oslo og Akershus



## Kretsens prosjekter

### Friidrett i skolen (SFO 1.-4.trinn)

«Friidrett i skolen» er et prosjekt med formål om å styrke friidrettens tilstedeværelse og posisjon i skole. Prosjektet går ut på at kretsen legger til rette for et samarbeid mellom skole og en tilhørende lokal friidrettsklubb. Kretsen koordinerer og finansierer trenere/instruktører som har friidrett i SFO-tiden en gang i uka, og prosjektet er kostnadsfritt for både skole og klubb. Gjennom 2023 har vi kun hatt et samarbeid med Neskollen skole på Nes og Levre skole i Sandvika.

### Stavsamlinger (10-14 år)

I samarbeid med Yoann Rouzieres, Lucas Gjesdal og Cathrine Larsåsen gjennomførte vi tre stavsamlinger i Bærum Idrettspark for barn i alderen 10-14 år. Dette er samlinger som egner seg for både nybegynnere og de som har hoppet en del tidligere. Alle tre samlingene ble arrangert i Bærum Idrettspark i løpet av høsten (24.september, 15.oktober og 12.november), og ble en skikkelig suksess. Vi hadde en begrensning på 21 utøvere pr. samling pga. plass og kapasitet, men endte dessverre opp med en lang venteliste på hver av dem. På den siste samlingen valgte vi derfor å prioritere de som kun hadde vært med på en eller ingen av de to første samlingene, slik at flere skulle få sjansen til å prøve seg. Samlingene ble arrangert sammen med Oslo Friidrettskrets og hadde i år stort sett kun deltakere fra disse to kretsene pga. den store pågangen.



### Kastsamlinger (10-14 år)

Etter stor suksess med stavsamlinger, så ønsket vi på tampen av 2023-sesongen også å prøve oss på noen kastsamlinger for samme aldersgruppe. Den 12.november inviterte vi til diskos- og kulesamling med trenerne Magnus Røsholm Aunevik-Berntsen, Hanna Emilie Hjeltne og Mette-Elise Vaskinn og fikk hele 33 påmeldte. Vi rakk en ren diskossamling til den 16.desember med 24 deltakere. Begge samlingene foregikk i Bærum Idrettspark og hadde deltakere fra Oslo, Akershus og Buskerud Friidrettskrets.

### Lerøy-samlinger (13-14 år)

Totalt i løpet av 2023 hadde vi 9 samlinger, hvor 6 av dem var sammen med Oslo Friidrettskrets. Vi startet sesongen med kick-off søndag 22.januar, og avsluttet med pizza og Kahoot på Bislett 20.september. Den ene samlingen i mars ble en storsamling hvor vi også inviterte Buskerud Friidrettskrets, og på den siste samlingen før selve Lerøy-lekene prøvde vi ut et nytt konsept som vi kalte Lerøy Team Match. Det ble et meget vellykket arrangement med et konsept som ble godt tatt imot av utøverne. I tillegg til de ordinære samlingene, gjennomførte vi også et treningsstevne i stav for våre Lerøy-utøvere i slutten av april.

Vi økte snittet på antall utøvere pr. samling fra 41 deltakere i 2022 (68% av Oslo sin kvote til Lerøy-lekene) til 44 deltakere i 2023 (73 % av kvote). Totalt hadde vi 80 unike personer fra vår krets som deltok på en eller flere av samlingene. Samlingene hadde et variert innhold med en god blanding av ren friidrettstrening og sosiale aktiviteter. Med oss som hovedledere denne sesongen, hadde vi Solveig Hernandez Vråle og Mauritz Kåshagen. Meget dyktige ledere som fulgte deltakerne gjennom hele sesongen. Vi følte vi nådde godt ut til klubber og utøvere med informasjon, og at konseptet også denne sesongen fungerte meget godt.

### Lerøy-lekene

Lekene ble i 2023 avholdt på Rjukan stadion 2.-3.september. I 2022 gikk vi helt til topps, men i år havnet vi litt lenger ned på lista. Vi fikk dessverre mange sykdomsforfall de siste dagene før avreise, men klarte likevel å klore oss fast på pallplass (delt 3.plass) etter endt førstedag. På dag to raknet det litt pga. mange skader og vi endte til slutt på en 5.plass, 1 poeng bak Vestfold. I etterkant så vi at vi manglet poeng for to kappgang-jenter, så egentlig så havnet vi vel egentlig på en 4.plass. For utøverne som var med, så la ikke plasseringen en demper på humøret. Det var en herlig gjeng som var minst like blide som etter seieren i 2022!

Vi hadde en kvote på 60 personer, men klarte kun å melde på 54 utøvere dette året. I tillegg kom det noen forfall pga. sykdom og skader i siste liten, så vi endte med totalt 49 deltakere. Vi hadde med oss 27 jenter (12 stk. 13-åringer/15 stk. 14-åringer) og hadde en eller flere deltakere i absolutt alle øvelser. På guttesiden hadde vi med oss hele 18 gutter i 13 års-klassen, og her klarte vi også å dekke opp absolutt alle øvelser. Som i fjor, var det gutter født 2009 vi manglet. Her hadde vi dessverre bare med oss 4 utøvere og da blir det vanskelig å dekke alle øvelsene. Nesten alle utøverne var med både på felles busstransport og overnatting. I tillegg til hovedlederne Solveig Hernandez Vråle og Elias Søvik (vikar for Mauritz), hadde vi med oss Carolina Hernandez Vråle og Nicolas A. Baranyi Eriksen som gjorde en meget god lederjobb. Alt i alt, en meget vellykket helg dette året også!

### Gjensidige-samlinger (15-19 år)

For våre ungdommer på 15-19 år har det i løpet av sesongen blir gjennomført to supersamlinger sammen med de andre Østlandskretsene. Den 7.mai arrangerte vi en dagssamling på Marienlyst stadion i Drammen hvor vi hadde totalt 82 deltakere fra Oslo, Akershus, Buskerud, Vestfold, Østfold, Telemark og Innlandet. Vi kunne tilby trening i ti forskjellige øvelser, foredrag med Antidoping Norge og felles Lerøy-lunsj.

Den andre storsamlingen ble arrangert over to dager i Bærum Idrettspark 9.-10. desember. Denne samlingen ble tidlig fullbooket med hele 120 utøvere, hvor totalt 16 var fra Oslo Friidrettskrets. Begge dagene var fullspekket med trening i 12 ulike øvelser, basistrening med Quincy Douglas, utøversamtale med Eivind Henriksen, foredrag med MOT, lunsj begge dager, pizza og hotellovernatting.

### Treningsprosjekter

Kretsens treningsprosjekter er et samarbeid mellom Oslo og Akershus. Vi tilbyr ukentlige treninger i forskjellige øvelser og treningsperioden er delt i to; Innendørs sesong (1.september til 1.april) og utendørs sesong (1.april til 1.september). Før påmeldingen til utendørs sesongen valgt vi å redusere egenandelen med 50% på



kretsprosjektene. Det hadde kommet flere reaksjoner på at treningsprosjektene var blitt for kostbare, og vi valgte derfor å gjøre nevnte justering. Det gledelige var at vi hadde flere påmeldte enn på lenge. Innendørsperioden hadde en øking på 20 påmeldinger fra 2022. Vi utvidet tilbudet i hekk, slegge, stav og diskos foran innendørssesongen som startet 1.september.

| Kretsens treningsprosjekter 2023 |                         |                  |                  |                      |
|----------------------------------|-------------------------|------------------|------------------|----------------------|
| Prosjekt                         | Trener                  | Antall treninger | Påmeldte 1.4-1.9 | Påmeldte 1.9 - 31.12 |
| Høyde                            | Adrian Proteasa         | 2 ganger per uke | 7                | 12                   |
| Lengde/tresteg                   | Dan Simion              | Annenhver uke    | 6                | 8                    |
| Stav Bærum                       | Yoann Rouzieres         | 2 ganger per uke | 14               | 15                   |
| Stav Nes                         | Yoann Rouzieres         | Annenhver uke    | -                | 9                    |
| Hekk Bærum                       | Petar Vukicevic         | 2 ganger per uke | 6                | 14                   |
| Hekk Nes                         | Vladimir Vukicevic      | Annenhver uke    | -                | 8                    |
| Diskos                           | Magnus Aunevik-Berntsen | Hver uke         | 10               | 6                    |
| Spyd                             | Åsmund Martinsen        | Annenhver uke    | 8                | 9                    |
| Slegge                           | Eivind Henriksen        | Hver uke         | 9                | 10                   |
| <b>Totalt</b>                    |                         |                  | <b>60</b>        | <b>91</b>            |

## Kurs

### Friidrett for barn

Vi gjennomførte fire Friidrett for barn kurs i 2023. Alle kursene var et samarbeid med Akershus FIK.

- 30.april, Nes Arena, 34 deltakere
- 24.september, Bærum Idrettspark, 11 deltakere
- 22.oktober, Bærum Idrettspark, 27 deltakere
- 26.november, Nes Arena, 8 deltakere

Totalt 79 deltakere.

### Kretsdommer

I 2023 gjennomførte vi to kretsdommerkurs. Alle kursene var et samarbeid med Akershus FIK. Vi skulle gjerne arrangert flere, men vi måtte avlyse to kurs på grunn av dårlig påmelding og lite mobilisering blant klubbene.

- 28.jan, Bærum Idrettspark, 11 deltakere
- 13.november, Bislett, 5 deltakere

Totalt 16 deltakere.

### Forbundsdommer

I 2023 ble det besluttet fra å avvikle forbundsdommer-graden, og erstatte den med et internasjonalt kurs fra World Athletics som heter NAR. Alle som har fått godkjent forbundsdommerkurs må også ta dette nye kurset. Dette kurset er nettbasert og tilgjengelig for alle.

### Trener 1

Det ble arrangert ett Trener 1 kurs samtidig med Supersamlingen 8.-10.desember. Kurset er et samarbeidsprosjekt mellom de syv østlandskretsene

- 8.-10.desember, Bærum Idrettspark, 18 deltakere

### Tidtakerkurs

Vi arrangere ingen tidtakerkurs i 2023.



## Økonomi

Årsregnskapet for 2023 viser et underskudd på kr – 76.577,40. Årsaken til underskuddet skyldes i hovedsak:

1. Lavere tilskudd fra Viken fylkeskommune enn budsjettet
2. Nedjustering av egenandeler for treningsprosjektene
3. Økt aktivitet i Friidrett i skolen



| BUDSJETT 2024                         |                     |                     |
|---------------------------------------|---------------------|---------------------|
| Tekst                                 | Regnskap 2023       | Budsjett 2024       |
| <b>INNTEKTER</b>                      |                     |                     |
| <b>Drift/administrasjon</b>           |                     |                     |
| Sponsorinntekter                      |                     |                     |
| Tilskudd Viken Fylke                  | 59 617,00           | 60 000,00           |
| NFIF - Regionstilskudd                | 186 799,00          | 170 000,00          |
| NFIF - Andre tilskudd                 | -                   | 20 000,00           |
| NFIF Startkont./ lisens               | 116 578,00          | 120 000,00          |
| Lagskontingent                        | 208 000,00          | 250 000,00          |
| Bingoinntekter                        | 62 359,30           | 65 000,00           |
| Momskompensasjon                      | 146 926,00          | 150 000,00          |
| Andre inntekter                       | 210,00              | 20 000,00           |
| <b>Sum adm.inntekter</b>              | <b>780 489,30</b>   | <b>855 000,00</b>   |
| <b>Aktivitetsinntekter</b>            |                     |                     |
| Ungdomsaktivitet (Lerøy/Gjensidige)   | 167 170,50          | 180 000,00          |
| Felles prosjekt                       | 525 718,75          | 500 000,00          |
| Kretssamlinger                        | 95 537,50           | 110 000,00          |
| Parasamlinger                         | 8 750,00            | 10 000,00           |
| Tinestafetten                         | 18 500,00           | 20 000,00           |
| Friidrett i skolen                    |                     | 24 000,00           |
| Utdanning                             | 24 940,00           | 30 000,00           |
| Egne stevner                          |                     | -                   |
| Delt.stevner / andre aktiviteter      |                     | 15 000,00           |
| NM terreng 2024                       |                     | 25 000,00           |
| NM 2023                               | 32 956,00           | -                   |
| Nordisk u20                           | 522 540,00          |                     |
| <b>Sum aktivitetsinntekter</b>        | <b>1 396 112,75</b> | <b>914 000,00</b>   |
| <b>SUM INNTEKTER</b>                  | <b>2 176 602,05</b> | <b>1 769 000,00</b> |
| <b>KOSTNADER</b>                      |                     |                     |
| <b>Drift/administrasjon</b>           |                     |                     |
| Personalkostnader                     | -592 989,00         | -615 000,00         |
| Driftskostnader                       | -125 097,48         | -90 000,00          |
| Tap på fordringer                     |                     | -                   |
| Kostnader styremøter                  | -16 334,06          | -10 000,00          |
| Kostnader kretsting                   | -3 360,00           | -                   |
| Kostnader andremøter / representasjon | -10 969,00          | -10 000,00          |
| Kostnader dommersamling               |                     | -5 000,00           |
| <b>Sum adm.kostnader</b>              | <b>-748 749,54</b>  | <b>-730 000,00</b>  |
| <b>Aktivitetskostnader</b>            |                     |                     |
| Ungdomsaktivitet (Lerøy/Gjensidige)   | - 194 896,96        | -190 000,00         |
| Fellesprosjekt                        | - 680 534,79        | -630 000,00         |
| Kretssamlinger                        | - 91 994,45         | -95 000,00          |

Dokumentet er signert digitalt av:

- Hansen, Simen Sebastian (30.04.2000), 07.03.2024
- Ødegaard, Espen Kirkeby (08.04.1974), 07.03.2024
- Solheim, Monica (31.12.1968), 08.03.2024
- Andersen, Stian (01.02.1988), 06.03.2024
- Jahren, Espen (25.04.1966), 08.03.2024
- Svinø, Bodil Anthi (03.04.1963), 08.03.2024

Forseglet av



Posten Norge

|                                    |                      |                      |
|------------------------------------|----------------------|----------------------|
| Øvelsessamlinger                   | - 25 477,16          | -35 000,00           |
| Parasamlinger                      | - 4 477,90           |                      |
| Tinestafetten                      |                      |                      |
| Utdanning                          | - 25 989,28          | -30 000,00           |
| Frilidrett i skolen                | - 49 130,10          | -45 000,00           |
| Egne stevner                       | - 5 731,75           | -40 000,00           |
| Delt.stevner / andre aktiviteter   | - 7 000,00           | -10 000,00           |
| DNA u20 Spania                     |                      | -                    |
| NM 2023                            | - 2 310,45           | -                    |
| Nordisk u20                        | - 451 986,07         | -                    |
| <b>Sum aktivitetskostnad</b>       | <b>-1 539 528,91</b> | <b>-1 075 000,00</b> |
|                                    |                      |                      |
| <b>SUM DRIFTSKOSTNADER</b>         | <b>-2 288 278,45</b> | <b>-1 805 000,00</b> |
|                                    |                      |                      |
| <b>Driftsresultat</b>              | <b>-111 676,40</b>   | <b>-36 000,00</b>    |
| FINANSPOSTER                       | 35 099,00            | 40 000,00            |
|                                    |                      |                      |
| <b>RESULTAT ETTER FINANSPOSTER</b> | <b>-76 577,40</b>    | <b>4 000,00</b>      |

Dokumentet er signert digitalt av:

- Hansen, Simen Sebastian (30.04.2000), 07.03.2024
- Ødegaard, Espen Kirkeby (08.04.1974), 07.03.2024
- Solheim, Monica (31.12.1968), 08.03.2024
- Andersen, Stian (01.02.1988), 06.03.2024
- Jahren, Espen (25.04.1966), 08.03.2024
- Svinnø, Bodil Anthi (03.04.1963), 08.03.2024

Forseglet av



Posten Norge