

Årsberetning 2022

Akershus Friidrettskrets



1. Styresammensetning for perioden

Styresammensetning 2022		
Navn	Klubb	Rolle
Atle Guttormsen	Ski IL Friidrett	Leder, dommeransvarlig
Bodil Svinø	Ullensaker/Kisa IL	Nestleder
Espen Jahren	Asker SK Friidrett	Medlem, sportslig leder
Monica Solheim	Nesøya IL	Medlem
Simen Sebastian Hansen	Ås IL	Medlem, ungdomsrepresentant
Espen Ødegaard	Tyrving IL	Vara
Benedikte Kallåk	Tyrving IL	Vara

2. Administrasjonen

Administrasjonen 2022			
Navn	Stilling	Prosent	Periode
Stian Andersen	Daglig leder	50 %	01.01.22 - 31.12.22
Mari Sønju	Kretskonsulent	25 %	01.01.22 - 31.01.22

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 og Lerøy-leker i begge kretsene. Stian Andersen var i pappapermisjon fra 4.februar til og med 25.mai. Se oversikt under.

Arbeidsfordeling i 2022

Arbeidsfordeling Oslo friidrettskrets 2023	
Daglig leder	Kretskonsulent
Økonomi	Lerøykonseptet
- Fakturering	- Planlegge/gjennomføre
- Bilag	- Samlinger
- Budsjett	- Aktivitetskalender
- Regnskap	- Trenere
- Innkjøp	- Ledere
- Søknader	- Booking
Kontakt med NFIF	Kretssamlinger
- Arbeidsgruppe mosjon	- Planlegging/gjennomføre
- Arbeidsgruppe lisensmidler	Friidrett i skolen
- Fellesmøter	- Planlegge/gjennomføre
Kontakt med Oslo kommune	- Instruktører
Anlegg	- Kontrakter
- Befaringer	- Kontakt med skoler
- Bistå klubber	Øvelsessamlinger
Rapportering	- Planlegge/gjennomføre
- Samordnet rapportering	- Trenere
- Regionale midler	- Invitasjon
- Sparebankstiftelsen	- Påmelding
Friidrett i skolen	Arrangementer
- Følge opp økonomien	- Tinstafetten
Treningsprosjekter	- DNA u20
- Planlegging	
- Avtaler med trenerne	
- Påmeldinger	
- Booking av treningsflater	
Kurs	
- Planlegging	
- Innkalling	
- Instruktører	
- Gjennomføring	
Kretssamlinger	
- Booking	
- Budsjett/regnskap	
Arrangementer	
- Planlegge/gjennomføre	
- Oslo Sommerstevne	
- Andre stevner	
- Tinstafetten	
- DNA u20	
Styremøter	

3. Arbeid i styret og kretskontor

Oppsummering - aktiviteten

Etter to tøffe år med koronarestriksjoner og nedgang i friidrettsaktiviteten så var det store forhåpninger til at samfunnet skulle åpne helt opp i 2022. Selv om de to første månedene i 2022 var preget av noen antallsbegrensninger på store arrangement, så tok det ikke veldig lang tid før samfunnet ble åpnet helt opp. Alle de store barne- og ungdomsstevnene var tilbake på terminlisten og kunne gjennomføres som normalt, men dessverre så kan mye tyde på at korona-tiden har gjort at mange har sluttet med friidrett. Om lag 20 % nedgang i antall registrerte resultater sammenlignet med 2019 er fasiten etter endt sesong. Vi har ikke fasiten på hva som har skjedd, men mye tyder på at kombinasjonen med økte utgifter i samfunnet og korona er mye av årsaken til frafallet.

Oppsummering – arbeid/kommunikasjon

Trenden med Teams-møter, digitale kurs og hjemmekontor preget også 2022 – men i mindre grad. Det ble stadig flere fysiske møter og møteplasser. Kommunikasjonen fra kretsen har foregått via sosiale medier, felles e-poster til klubbene, nyhetsbrev og telefon. Administrasjonen håndterer de aller fleste sakene, men både sportslig utvalg og dommerutvalget har vært aktive i denne perioden.

Arbeidssted og administrasjon

Akershus Friidrettskrets har hatt felles administrasjon med Oslo Friidrettskrets, og har vært lokalisert på Osloidrettens Hus i Brynsveien 13. Buskerud Friidrettskrets v/Mari Sønju har også delt administrasjon med både AFIK og OFIK.

Styremøter

I 2022 ble det avholdt 2 styremøter fordelt på 1 fysisk møte og 1 på Teams. I tillegg har det blitt avholdt fellesmøte for Oslo og Akershus.

Klubbmøter

Terminlistemøte ble avholdt på Bislett stadion 24.oktober med over 30 deltaker fra klubber i Oslo og Akershus.

Representasjon

- Høstmøte NFIF: Bodil Svinø og Atle Guttormsen
- Kretsledermøte, NFIF: Bodil Svinø og Atle Guttormsen
- Friidrettskonferansen, NFIF: Bodil Svinø
- Personal-samling vår: Stian Andersen og Mari Sønju
- DL-samling sommer: Stian Andersen
- Personal-samling vinter: Stian Andersen og Mari Sønju
- Arbeidsgruppe for mosjon, NFIF: Stian Andersen
- Arbeidsgruppe for lisens, NFIF: Stian Andersen
- Arbeidsgruppe for Lerøy-lekene, NFIF: Mari Sønju
- DNA U20, Castellon: Mari Sønju og Espen Ødegaard

4. Kontakt med klubbene og utøvere

Kretsen har, som tidligere nevnt, hatt en god og jevnlig kontakt med de aller fleste klubbene. Det har vært mer kontakt med de klassiske friidrettsklubbene, men også med nye og mindre klubber. 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 hadde vi et ønske om å styrke vår tilstedeværelse på Instagram med det ble ikke helt som vi trodde. Betalte innlegg på FB hadde opp i mot 10x så stor rekkevidde som organiske innlegg.

	Kvinner						Menn						Sum
	0-5	6-12	13-19	20-25	26-	Sum	0-5	6-12	13-19	20-25	26-	Sum	
☐ Akershus Friidrettskrets (47/49)	23	593	499	96	732	1943	29	676	466	123	1008	2302	4245

Klubber og aktivitetstall

Per 31.12.2021 var det 47 registrerte lag og 4245 aktive medlemmer. Per 31.12.2019 var det registrert 4644, så det er en nedgang på ca 10% fra 2019 til 2020.

Det er naturlig å anta at koronasituasjonen har hatt sin innflytelse på aktivitetstallene, men det er ikke til å stikke under en stol at det skjer en del feilregistreringer hvert år.

5. Stevneresultater 2022

Friidrettsstevnene og mosjonsløp ble i stor grad påvirket av de strenge begrensningene i starten av året, men etter påske var det restriksjonsfritt.

Utviklingen av stevneresultater 2013-2022 (11-19 år)

Antall resultater	År											
Radetiketter	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	Totalsum	
Akershus Friidrettskrets	10661	10250	9897	10606	11287	10629	9102	5294	5822	6714	90262	

2020 og 2021 gikk naturlig mye ned pga korona. Selv om antall resultater har økt fra 2021 til 2022 så er det veldig overraskende at det ikke har økt mer. Tallene er langt bak siste normal-år 2019. Det er nok mange som har falt av etter koronaperioden, men det kan også være andre årsaker som økonomi som gjør at det er mange færre resultater enn i 2019.

Utvikling stevner

Summer av Antall	Kolonneetiketter											
Radetiketter	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	Totalsum	
Akershus Friidrettskrets	98	101	115	124	115	116	117	106	130	94	1116	

Selv om det var korona så klarte vi å holde stevnetrykket relativt greit opp i både 2020 og 2021. Det er derfor litt overraskende at det kun var 94 stevner som ble arrangert i 2022. Dette er også en av årsakene til at det har vært færre stevneresultater i 2022.

6. Anlegg

Akershus har fortsatt en god anleggsdekning utendørs. Det er komplette friidrettsbaner i de aller fleste kommune. Det finnes også noen delanlegg som har egner seg godt til rekruttering. 2022 sitt høydepunkt var ferdigstillelse av friidrettsbanen på Rud. Det store åpningsstevnet ble junior NM med over 500 deltakere. Et annet høydepunkt fant sted i Ås, hvor den flott flerbrukshallen ble ferdigstilt. Stavgrup, sprintbaner, kastområdene og lengdegrop er noen av nøkkelpunktene for denne hallen. Eller så har kretsen følgende anlegg:

Akershus friidrettskrets har ved 31.12.2022 12 stadionanlegg med 6 eller flere rundbaner.

- Nadderud (1981, sist rehabilitert 2009), Ski (1986, sist rehabilitert 2005), Bjørkelangen (1987), Sofiemyr (1987), Asker (1998), Nesodden (2004), Ås (2005), Lillestrøm (2007) og Jessheim (2011), Nittedal (åpnet september 2013), Drøbak (2016) og Rud (2022)

Kretsen har fire Friplasser:

- Gommerud/Bærums Verk (2009), Fedrelandet/Fet (2012), Lørenskog (2012), Vestby (2012), Vollen (2018)

Kretsen har delanlegg uten rundbaner.

- Fossum (flate bak en fotballbane med lengdegrop og inndelte sprintbaner). Storøya (sprintstriper), Nesøya (sprintstriper samt en egen flate med to lengdegroper, høydematter, kulering og spydbane), Heggedal Friidrettsklubb har et komplett kastanlegg (grus), med kulering, 2 kast bur og spydtilløp. Banen heter Heggedal kastarena (åpnet i 2008)

Kretsens idrettshaller med rundbane og friidrettsdekke:

- Bærum Idrettspark (2013)
- Nes Arena (2015)

Kretsen har idrettshall med rundbane og med kombinasjonsgulv

- Skedsmohallen

Kretsen har en idrettshall uten rundbane og med friidrettsdekke

- Gjønneshallen

Kretsen har fem idrettshaller uten rundbane og med kombinasjonsgulv

- Holmenhallen, Kløftahallen, Skihallen, Tærudhallen og Bjørnemyrhallen (kombinasjonsgulv med Plurastik)

Kretsen har en rundbane hvor det holdes banestevner

- Årnes stadion, Mjær stadion, Storebrand stadion, NMBU, Ås

7. Kretsens prosjekter

Lerøy-samlinger (13-14 år)

På grunn av pandemien, så kom vi først i gang med Lerøy-sesongen i starten av mars. Vi hadde 8 samlinger, hvor 6 av dem var sammen med Oslo Friidrettskrets. Vi hadde et snitt på 42 deltakere (53% av Akershus sin kvote til Lerøy-lekene), men det var totalt 76 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 Marianne Rabbe Huseby og Hallgeir Martinsen. Meget dyktige ledere som fulgte deltakerne gjennom hele sesongen. Vi følte vi nådde ganske godt ut til klubber og utøvere med informasjon, og at konseptet denne sesongen fungerte meget godt.

Lerøy-lekene

Lekene ble avholdt på Rjukan stadion 3.-4.september, og Akershus tok en fin 2.plass. Vi hadde en kvote på 80 personer, men hadde 76 påmeldte og klarte ikke å fylle hele kvoten. Dessverre var det noen som takket nei til å delta, og i tillegg kom det noen frafall pga. sykdom og skader i siste liten. Vi endte til slutt opp med totalt 61 deltakere på årets leker. I jenter 13 år og gutter 14 år, manglet vi kun en utøver i stav. I jenter 14 år og gutter 13 år, manglet vi utøvere på flere øvelser. De aller fleste utøverne var med både på felles busstransport og overnatting. I tillegg til hovedlederne Marianne og Hallgeir, hadde vi med oss Fanny og Hampus Åstrand som gjorde en god lederjobb. Alt i alt, en meget vellykket helg både idrettslig og sosialt.

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, og en samling som kun var for Oslo og Akershus sine utøvere. Den 24.april arrangerte vi en dagssamling på Marienlyst stadion i Drammen hvor vi hadde totalt 61 deltakere fra Oslo, Akershus, Buskerud, Vestfold, Østfold, Telemark og Innlandet. Vi kunne tilby trening i ni forskjellige øvelser og felles lunsj, hvor Henriette Jæger fortalte litt om sin karriere og hvordan hun forberedte seg til stevner. Den andre storsamlingen ble arrangert over to dager i Bærum Idrettspark 19.-20-november. Denne samlingen ble tidlig fullbooket med hele 120 utøvere, hvor totalt 22 var fra Akershus Friidrettskrets. Dette var en stor økning i antall deltakere fra vår krets sammenliknet med året før. Begge dagene var fullspekket med trening i 12 ulike øvelser, basistrening med Quincy Douglas, utøversamtale med Vladimir Vukicevic, foredrag med Sunn Idrett, Lerøy-lunsj begge dager, pizza og hotellovernatting. I tillegg til disse to storsamlingene, så hadde vi en samling kun for Oslo og Akershus Friidrettskretser på NIH 2.november. På denne samlingen var det et opplegg med MOT, sushi og basistrening med Line Kloster. Vi ønsker å beholde flest mulig lengst mulig, og har et mål om å skape et enda bedre friidrettsmiljø for denne aldersgruppen i vår krets. Vi har derfor planer om flere samlinger hvor vi legger til rette for at utøverne våre skal bli bedre kjent på tvers av klubb og øvelse.

Stavsamlinger (10-14 år)

I samarbeid med Yoann Rouzieres, Andreas og Lucas Gjesdal, 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 (16.oktober, 13.november og 16.oktober), og ble en skikkelig suksess med over 60 deltakere totalt. Det var utøvere fra både Oslo FIK, Akershus FIK og Buskerud FIK som deltok. Vi måtte sette en begrensning på 21 utøvere pr. samling pga. plass og kapasitet. Samlingene arrangeres i samarbeid med Oslo Friidrettskrets, og planen er å gjennomføre flere av disse i fremtiden.

DNA u20

Oslo og Akershus friidrettskretser ble forespurt av friidrettsforbundet om å stille et regionslag til det nye konseptet fra European Athletics. Stevnet fant sted i Castellon i Spania 17.-18.september og var for utøvere i alderen 15-19 år. Det var kretsens sportslige utvalg som stod for uttaket. Stian Andersen stod for planlegging og kommunikasjonen i forkant av stevnet. Mari Sønju, Thor Gjesdal, Marianne Husby og Espen Ødegaard var reiseledere. Konseptet ble veldig godt mottatt av utøvere og ledere. Laget fra Oslo og Akershus klarte å kvalifisere seg til finale-gruppen.

Treningsprosjekter

Holdt bra kok gjennom året med 58 deltakere (lengde, høyde, tresteg, kule, stav, diskos, spyd, slegge og hekk) for periode 1 og 54 i periode 2. I 2022 hadde vi følgende trenere på prosjekter:

- Hekk: Petar Vukicevic (1 gang per uke)
- Høyde: Adrian Proteasa (2 ganger per uke)
- Lengde: Dan Simion (Annenhver uke)
- Tresteg: Dan Simion (Annenhver uke)
- Kule: Eivind Henriksen og Magnus Aunevik-Berntsen (Annenhver uke)
- Diskos: Magnus Aunevik-Berntsen (Annenhver uke)
- Slegge: Eivind Henriksen (Annenhver uke)
- Spyd: Åsmund Martinsen (Annenhver uke)
- Stav: Yoann Rouzieres (2 ganger per uke)

8. Kurs

Friidrett for barn

Det ble i 2022 avholdt 2 Friidrett for barn i Bærum Idrettspark. Totalt hadde alle kursene 44 deltakere.

Kretsdommer

I 2022 ble det kun arrangert 1 kretsdommerkurs. 17 deltakere var med og ble avholdt på Teams.

Forbundsdommer

Ingen kurs i 2022.

Trener 1

Samtidig med Supersamlingen 19-20.november, ble også del 1 av trener1-kurset avholdt. 22 deltakere hvorav 6 av dem fra Oslo.

Tidtakerkurs

Ingen kurs i 2022.

9. Økonomi

Resultatet viser et overskudd på kr 63.576,83.