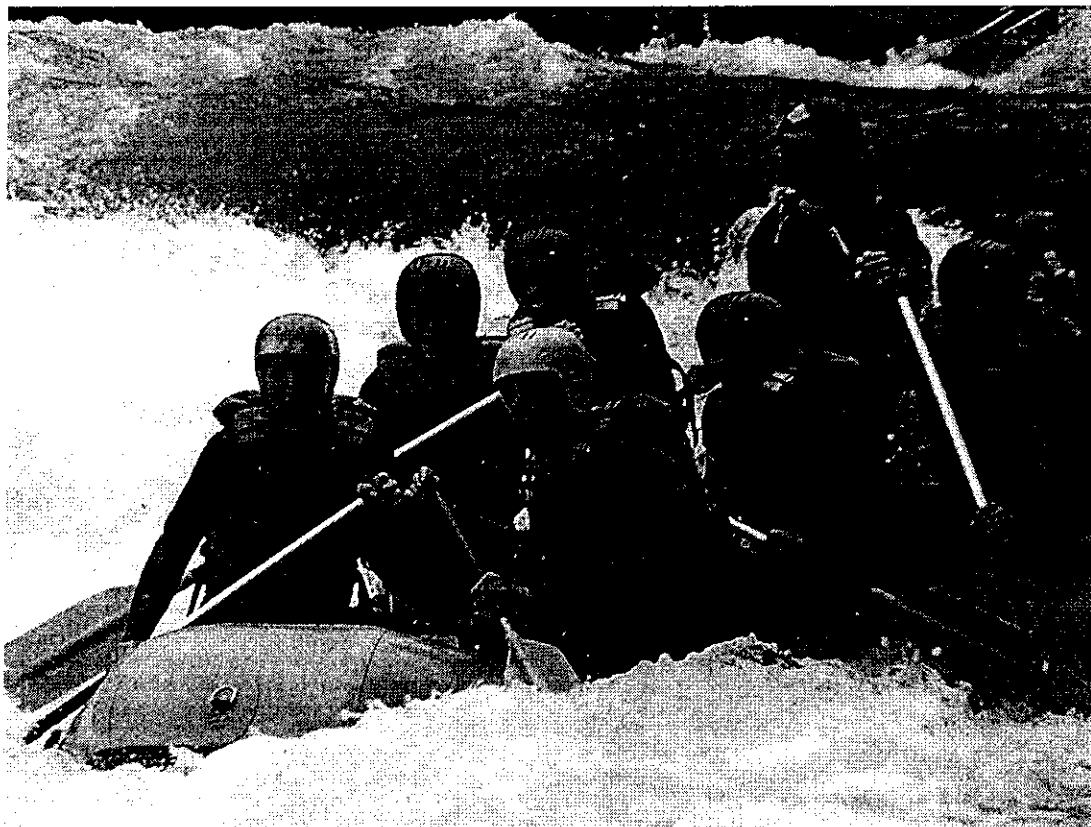


Østmarka idrettslag

Årsberetning for 2002



STYRET

Styret har bestått av:

Leder: Odin Tellesbø

Kasserer: Jan Arnt Skjølde

Sekretær: Hilde Anthonisen

Ungdomsrepresentant: Siri Strøm Engebretsen

Prosjektleder: Vidar Bøe

Representant for det forebyggende arbeidet: Thor Martin Elton

Representant for sykkelgruppa: Rune Sørheim

Representant for friidrett: Hans Håkon Ruud

Representant for triatlon: Rolf Johannessen

Representant for innebandy: Alex Andersen

Kvinnerepresentant sykkelgruppa: Rigmor Sæbø

Styret har holdt seks styremøter. Gruppene har også hver for seg foretatt samlinger og møter. Vi har nå fått lagerplass for kanoer, lavvoer, kajaker og annet utstyr på Losby besøksgård. Leasingavtalen med Citröen Norge er avsluttet og vi har bestemt oss for å leie/låne inn buss ved behov. Internett siden vår www.n3sport.no/il/ostmarka er også blitt tatt i bruk. Vi har 61 betalende medlemmer.

REPRESENTASJON

I perioden var Vidar Bøe leder av Lørenskog idrettsråd, medlem av Akershus idrettskrets, medlem av Akershus handikapidrettskrets og leder av rekrutteringsutvalget i Cykleforbundet. Siri Strøm Engebretsen benyttes som veilder for Akershus idrettskrets. Jan Arnt Skjølde sitter som medlem i NCF's rekrutteringsutvalg.

ØKONOMI

For året 2002 har Østmarka IL søkt om en rekke midler til forebyggende arbeid, seks søknader er innvilget og prosjektene er gjennomført.
(se egen beretning fra forebyggende)

Startkontingenter og reisekostnader har også for 2002 vært stort på tross av en halvering. Selv om en viss andel av dette er dekket inn av flott dugnadsinnsats, er kostnadene for høye. I tillegg har innkjøp av sykkelklær gått med underskudd, da flere ikke har betalt sine andeler både for 2001 og 2002.

Totalt går vi med overskudd.

FOREBYGGENDE

Gruppen har holdt det gående med den samme virksomheten som tidligere. Frivillig forebyggende arbeid med ungdom mot kriminalitet, omsorgssvikt og rusmisbruk. Det kan brukes mange fine ord som dekker oppgaven om å trygge oppvekstvilkårene for barn og unge. Stortingsmeldinger, tidsskrifter, ordrapper politikere og andre "rever" er klare i sin tale, men hvem skal utføre jobben.

Flere av idrettslagets medlemmer har engasjert seg i dette spørsmålet, både gjennom leserinnlegg, annen medieomtale og prosjektbeskrivelser.

"Å bevare og utvikle frivilligheten er norsk idretts største utfordring i årene fremover". Dette mener NIF, og setningen er en av flere i et 45 siders idrettspolitisk dokument til Idrettstinget 2003.

"Å synliggjøre overfor samfunnet at idrettens fremste verdier er selve idrettsaktiviteten, frivilligheten og de sosiale arenaer den skaper", er et ønske som også er sakset fra dokumentet.

Samfunnsforskning har vist at mangel på frivillige, ledere og trenere oppleves som de viktigste hindringer for idrettslagene i å kunne gi sine medlemmer et bedre tilbud, viktigere enn økonomi i seg selv.

Norge er et paradiset for kriminalitet. Barn ruser seg tidligere enn noen gang, frafallet blant ungdom i organisert idrett øker, og kurven er den samme for foreldregenerasjon som sliter med alkoholproblemer. Mediene flommer over med humørløs lesing i denne sammenheng.

"Takk til mamma og pappa". Slik lød det fra våre toppidrettsutøvere under idrettsgallaen på Hamar for knapt en måned siden.

Er vårt samfunn og våre holdninger i ferd med å bli så hjerteløst og likegyldig at barns drømmer om en idrettskarriere brister på grunn av manglende nettverk.

En syvåring ble tatt med en hasjklump i ranselen under en ransaking. Hva kan han lokke klassekameratene med og forårsake, når de kommer sammen til fest eller samles etter skoletid?

Noen tanker rundt et samfunn i rask endring, og kan hende den største utfordring for et idrettslag fremover blir å rekruttere nok frivillige foreldre eller andre til verv som ser verdien av å trygge oppvekstvilkårene i nærmiljøet.

PROSJEKTER I 2002

HVEM

Ansvarlige for prosjektene i perioden har vært Siri Strøm Engebretsen, Halvard Berge, Thor Martin Elton og Vidar Bøe.

Laget har benyttet forskjellige ressurspersoner til gjennomføring av ulike prosjekt, både medlemmer og innleide.

MEDIA

Idrettslaget har fått god medieomtale i lokalaviser og mottatt annen oppmerksomhet i ulike tidsskrifter for sitt samfunnsengasjement. (Norsk idrett, Idrett og anlegg, Birkebeineren og Sykkelmagasinet)

Akers avis portretterte Siri Strøm Engebretsen for sitt brennende engasjement for ungdom i risikozonen og funksjonshemmede.

UTMERKELSER

Siri Strøm Engebretsen mottok Lørenskog idrettsråds stipend på kr. 5.000,- for sitt administrative arbeide i kommunen.

Vidar Bøe mottok Lørenskog kommunes miljøpris.

UTDANNING

Jan Christian Skjoldde har gjennomført dykkerkurs i regi av akershus funksjonshemmedes idrettskrets, og Monica Guneriusen har perfektionert seg i klatring. Vi håper begge kan bli til stor hjelp for tilbud til funksjonshemmede.

PROSJEKTER I SAMARBEID MED BARNEVERN.

Det er også gjennomført dagsturer i tillegg til weekendopphold. Målsettingen er å endre holdninger til vold, rus og rasisme. Flere av ungdommene er svært opptatt av å få oppmerksomhet, og mange forsøker å oppnå dette gjennom å lure - smigre lederne. Derfor stiller vi store krav til punktlighet og grensesetting for ungdommene og egen selvdisciplin om å være konsekvent i beslutningene.

Det er også lagt stor vekt på med bestemmelse for å unngå konflikter og gjengdannelse. Vi har også variert programmet med ulike tilbud, hvor mestring er et stikkord i denne sammenheng.

Det er skrevet fyldige rapporter for hver tur og prosjekter. Av den grunn er denne oppsummering offentliggjort med store bokstaver og kortfattede fortellinger.

HUNDEKJØRING MED OVERNATTINGSTUR I JEPPEDALEN

Ukjent natur, frisk luft, bikkjer, glede og fysisk utfoldelse skjerper matlyst og demper aggresjon hos ungdom på jakt etter spenning.

SKITUR TIL VARINGSKOLLEN OG GEILO

Alpinanleggene svekker utspekulert tøys og annen fiksfakseri, men styrker helsa, matlysten og ikke minst nattesøvnen. Flotte tilbud som styrker lagånden.

SPEEDWAYOPPLEVELSER PÅ HAMAR

To turer til Hamar med verdensstjerner tett på. Ekstra morsomt var det å snakke med Pål Anders Ullevålseter. Overnatting i Espa på nedlagt småbruk var også fascinerende. Spesielt når skumle lyder forstyrret søvnen.

BREDVANDRING I JOTUNHEIMEN, RAPPELLERING I ØSTMARKA, FRILUFTSDAGER, BÅTTUR MED POLITIET, TRIALKJØRING, RIDNING OG BESØK PÅ KROGSRUD

Varierte og begivenhetsrike prosjekter for ungdom som trenger grensesetting og trygghet. Ekskursjoner i landskap og naturopplevelser erstatter latmannsliv, og styrker kvalitetene mot et voksenliv. Wienerpølser, kortspill og nye ansikter byttes ut med videovold, triste gatehjørner og press fra gjengen.

SJOATUR

Juving, rafting og pendelhopp innebærer kiling og sug i magen, og en fantastisk velvære når nye barrierer er brutt og månen overtar stearinlysets røyksky. Et vellykket opphold med fremmede ungdommer i nye miljøer.

KULTURUKA I LØRENSKOG

Samme opplegg som tidligere hvor ungdom deltok i rebusløp og andre fritidsaktiviteter. Vikingskipet og vikingleiren flettet seg inn i helhetsbildet hvor blant annet skoler, Krogsrud landsfengsel og handikapidrettslag var invitert.

KLATREPROSJEKT FOR FUNKSJONSHEMMEDE

Nytt tiltak i samarbeide med Akershus funksjonshemmedes idrettskrets og fysioterapeuter fra kommunen. 12 deltakere deltok i et 10 ukers kurs med Fjellhamarhallen som arena. Både foreldre og barn var meget godt fornøyd, og resultatet av prosjektet var så vellykket at støtte til nye er innvilget.

OVERNATTINGSTUR SOGNSVANN – STRYKEN

En strabasjøs skitur hvor smøring, løyper og ski var hjerteløse. Bedre ble det ikke når en erfaren orienteringsløper slurvet med kart og kompassretninger. Et forsinket kveldsmåltid og strøkne sengetøy rettet imidlertid opp skjevhetene.

HURDALSSJØEN

Et virkningsfullt opplegg for funksjonshemmede som koste seg i et sjøsatt vikingskip og påfølgende foredrag om vikingtiden. Samarbeidet med kretsen fungerer bra, og vårt innslag fletter seg godt inn i leirukas mangfoldige tilbud.

RIDETUR I AURSKOG

Med ansvar for egne hester og støle bein, hjalp det godt med kokende vann i kum og måneskinn i mørke skoger. De som ikke hadde sett troll eller hørt lyden fra skrikende ulver før, slipper nå å lese Asbjørnsen og Moe.

FOREDRAG

Flere av medlemmene har stilt opp etter ønske fra forskjellige kretser for å høre om virksomheten. Konfirmantundervisning, foreldermøter, avholdsbevegelsen, idrett, politiske partier og Lions er noen av oppdragsgiverne.

SYKKELDAG FOR BARN

Klubben har i år som i fjor samarbeidet med Benterud skole om sykkel dag for 5. klasse. Politiet kontrollerte syklene for godkjenning.

TURGRUPPA

Turgruppa besto i 2002 av fire gutter. Denne gruppen hadde til sammen to overnattingsturer og to kveldssamlinger. Gruppen ble avsluttet høsten 2002. Dette fordi guttene gikk ut av 10. klasse.

JENTEGRUPPA

November 2002 ble det startet opp en jentegruppe med totalt åtte jenter fra 7. og 8. klasse på Haugen skole. Gruppen er et samarbeid mellom Østmarka IL, Bydel Furuset og Haugen skole. Gruppen har hatt en overnattingstur og to kveldssamlinger (på Furuhuset). I tillegg har vi hatt et foreldermøte.

INNEBANDYLAGET 2002

SESONGAVSLUTNING

Vi rykket opp fra tredje til andre divisjon, etter en meget vellykket sesong. Vi klarte til og med den bragd å gå ubeseiret igjennom alle kampene (18 stk).

TRENINGSSOPPLEGG

Vi fikk tildelt treningstid slik:

Mandager:	18:00 - 19:00	Kjenn gymsal
Tirsdager:	20:00 - 22:00	Flatebyhallen
Onsdager:	18:00 - 19:00	intervalltrening (løp og kondisjon)
Torsdager:	18:30 - 20:30	Skårerhallen

Fornøyd siden vi "overtok" trening i Flateby. Lørenskog kommune gav oss 2 timer + 1 time gymsal, og Lørenskog innebandy 8 timer + x antall timer gymsal. Dette har vi følt vært blodig urettferdig, men vi har kjempet hardt for å få mer treningstid neste omgang. Håper at flere lag vil hjelpe med dette.

SAMMENSLÅING

Sommeren 2002 ble det bestemt at vi grunnet opprykk til 2. divisjon, og stor spillermasse ønsket å starte et lag også i 3. divisjon. Vi ble kontaktet av Flateby Innebandy, som igjen hadde for lite folk og rykket ned til 3. divisjon. Vi overtok deres spillermasse, og løste derfor to problemer samtidig.

Sammenslåingen har ikke gått uten problemer, både sportslig og sosialt, da to vidt forskjellige mentalt innstilte lag ble slått sammen, og uttak til første/andrelag var heller ikke problemfritt. Og mye brumming rundt laguttak til trener ble etter hvert et problem. Styret, som består av 3 stk Østmarka og 2 stk Flateby spillere, gav trener full tillitt og hadde spillermøte der problemene ble tatt opp i plenum. Og situasjonen roet seg.

Sportslig har det heller ikke gått slik en skulle håpe, da førstelaget sliter nest nederst på tabellen, og ligger i dag an til nedrykk. Mens andrelaget ligger langt oppe på tabellen i tredje divisjon, men ikke klarer opprykk denne sesongen.

Dette er også noe av grunnen til den spente situasjonen.

Etter at vi brå bestemte en treningstur til Gothia med representanter fra begge lag, ble vi imidlertid mye mer spleiset, og i dag virker det som om forholdene er langt bedre enn tidligere. Noen gnisninger finnes der, men ikke noe ledelse og trener ikke kan håndtere.

MÅLSETNINGER

Vi har fortsatt målsetning om å beholde plassen i andre divisjon, samt å hevde oss i tredje divisjon. Og dette er langt fra umulig. Spillestilen har ikke helt vært så effektiv som vi hadde håpet, og derfor har resultatene uteblitt. Vi går en enormt spennende vår i møte, der sjebnen skal avgjøres.

Vi ønsker også neste år å kunne stifte damelag og juniorlag i tillegg til de to lagene vi har. Damelag er nesten allerede stiftet, juniorlag/guttelag må det derimot jobbes litt for å få til.

ØKONOMI

Vi har fremdeles lagt oss på filosofien: "Vi betaler først, spiller og kjøper etterpå". Dette har resultert i at vi ikke har hatt råd til å kjøpe shorts, og noen spillere har måttet stå over kamper da de ikke betaler for seg. Styret er veldig fornøyd med denne ordningen, og nekter å sette oss i gjeld og purre på penger til ettertid. Litt uenighet om dette i spillergruppen, men styret er definitive i sin avgjørelse.

KONKLUSJON

Vi var klar over at det kom til å bli en vanskelig sesong, og er for så vidt fornøyd med hvordan situasjonen har utviklet seg. Vi ønsker å forbedre den sportslige situasjonen mer, og har derfor utnevnt en ekstra trener for å ta vare på andrelaget.

TRIATHLON

I fjor var det bare 1 aktiv utøver, Øyvind Johannessen. Det var dessverre en nedgang fra året før, da vi klarte å stille med lag i NM, og vant NM junior for kvinner.

Meritter Øyvind Johansen 2002 :

1 NM gull i junior triathlon, som også var godt nok til en 3. plass medregnet alle klassene
1. plass Norges cup i triathlon for juniorer
4. plass i nordisk juniormesterskap i triathlon.

Øyvind deltok også i junior EM i duathlon og triathlon, der det ble plasseringer litt under midten av resultatlisten.

Alt i alt var sesongen godkjent, med muligheter for forbedringer.

SYKKELGRUPPA

FELLESTRENING

Følgende fellestreninger er gjennomført i regi av sykkelgruppa:

- 1) Gjennom vår, sommer og høst har det hver mandag vært ukentlige fellestreninger på terrengsykkel.
- 2) Fra høsten 2002 har jentegruppa hatt ukentlig spinning hos SATS Lillestrøm

Trener terreng : Hilde Anthonisen

SYKKELRITT

Det har vært en imponerende deltagelse og innsats fra medlemmene i Østmarka på sykkelritt i løpet av sesongen.

Styrkeprøven og Birkebeinerrittet er de to store for også våre medlemmer. Løpene stiller store krav til støtteapparat, og innsatsen og kvaliteten på deltakerne synliggjøres gjennom en rekke rekorder.

Nanna Rykken og Monica Guneriussen deltok i NM i tempo i Brummundal.

JENTEGRUPPA

Jentegruppen har gjennom sesongen 2002 gjennomført fellestreninger i egen regi og deltatt på fellestreninger med jentene i sykkelklubben Ceres. Klubbene har også samarbeidet og syklet sammen på ritt. Jentene deltok på mange ritt, både terrengritt og landeveisritt, og oppnådde mange gode resultater. Resultatene fins i arkivet, og klubben fører statistikk for de fleste løpene.

Det har blitt holdt en treningssamling på langrenn ski på Venabygdsfjellet 22 – 24 februar, med 24 deltagere fra Østmarka og Ceres. Lena Aune holdt smørekurs og underviste i ski teknikk. Nanna Rykken og Hilde Anthonisen var på trener kurs/seminar på NIMI lørdag 09. mars. Kurset omhandlet alt fra treningspsykologi til doping problematikk.

RESULTATER

Det er ikke bare jentene som har oppnådd gode resultater, og bra plasseringer. Sykkelguttene har også vært aktive, fortrinnsvis i terrengritt, og spesielt på Birkebeineren. Espen Aune deltok også i NM i terrengsykling, og NM i sykkelcross. Hans Håkon Ruud og Vidar Bøe deltok under NM i tempo.

EGNE RITTARRANGEMENT

Vasshullet.25km langt terrengritt som stiller krav til topputøver som mosjonist. Rittet arrangeres for åttende gang, og har de siste årene blitt gjennomført i en trase i naturskjønne omgivelser med start og innkomst ved Mønevann i Lørenskog.

KLUBBMESTERSKAPET

Idrettslaget betrakter klubbmesterskapet som et av de viktigste arrangement. Det er flere grunner til det. Her samles alle til kappestrid. Duellene og de påfølgende samtaler knytter og styrker det sosiale fellesskapet i fordomsfrie rammer. Serien som omfatter flere løp hvor vinneren kåres med flest poeng har også vært en fulltreffer. Tove Ausen ble klubbmester i dameklassen og Øyvind Johannessen i herreklassen. 2002 var dessverre preget av lav deltagelse på klubbmesterskapet, og litt dårlig organisering. Tiltak er gjort for å rette dette til neste år.

TILLITSVERV UTENFOR KLUBBEN

Jan-Arnt Skjolde og Vidar Bøe, rekrutteringsutvalget i NCF.

OMTALE I MEDIA

Idrettslaget har fått god omtale i dagsaviser og andre tidsskrifter. Sykkeljentene vekker nysgjerrighet for filosofien og målsettingene. Modellen bør avgjørt markedsføres for å rekruttere og bygge opp nye miljøer. Cykleforbundet er også opptatt av at sykkel sport skal være en breddeidrett.

MÅLSETTING FOR 2003

Sykelgruppens målsettinger er som tidligere. Gi et tilbud til alle som liker å trene. Enten det er i terrenget eller på landeveien. Treningstilbudet og støtteapparatet rundt legger forholdene til rette både for mosjonist som eliteutøver. Idrettslaget ønsker også å styrke rekrutteringsarbeidet ved å legge forholdene til rette for dem som ønsker å videreutvikle kunnskapene både faglig og administrativ.