



## ÅRSMELDING FOR ØSTMARKA IL 2007.

### STYRET

Leder:	Vidar Bøe
Økonomi:	Jan Arnt Skjølde
Forebygging:	Harald Helgesen
Sykkel:	Rigmor Sæbø
Triatlon:	Øyvind Johannessen
Klatring:	Tom Erik Edvardsen
Styremedlem:	Sauvuer Chichirillo

### REPRESENTASJON

Styremedlem NCF:	Rigmor Sæbø
Leder Idrettsrådet:	Vidar Bøe
Styremedlem Akershus idrettskrets:	Vidar Bøe
Medlem NIF integreringsutvalg	Vidar Bøe
Leder lovkomiteen NFI:	Vidar Bøe
Sekretær Akershus cyklekrets:	Monica Guneriussen

NIF har talt. Idrettspolitisk dokument skal stå for en åpen og inkluderende idrett. Mulighetene er mangfoldige og målene forskjellige.

Østmarka har sin organisasjonsmodell i dette puslespil hvor en sak er felles uansett størrelse. Rekruttering av frivillige. Dette er den største utfordring i samfunnsutviklingen, og den vanskeligste brikken å erstatte når disse skal telles opp. Med disse ord takker vi alle i klubben som bidrar til fellesskapet og de fortia handlingene.

### KOMMUNALE TILTAK

- Losbydagen er et stort fellesarrangement for organisasjonslivet i Lørenskog. Vi har vært med i mange år og hjulpet til med forskjellige familieaktiviteter. Vikingskipet er fortsatt en stor attraksjon og et trekkplaster. Det skjer mye og folk strømmer til, men idretten glimrer dessverre med sitt fravær. Vi synes imidlertid det er viktig å støtte opp om en tradisjonsrik kommunehelg.
- Den årlige sykkeldagen på Benterud skole har også stor betydning for det kommunale tverrsamarbeidet. Politiet kommer og sjekker sykler. Dette løfter kvaliteten på sykkelmekking i forkant og skjerper barnas holdning og konsentrasjon til den praktiske oppgaven.
- Storbyprosjektet er rammen i det forebyggende arbeid. Sosial integrering med vektlegging på innvandrere er hovedmålet. Klubben samarbeider med fire andre lag, og i løpet av perioden har fire nye klubber kommet til.
- Idrettslaget har inngått en samarbeidsavtale med barnevernet for å styrke deltakelsen til de som faller utenfor organisert aktivitet.
- NRK – innsamlingsaksjon. Idrettslaget var et av få som deltok under årets HIV AIDS aksjon.

### FOREBYGGENDE

#### SOSIAL INTEGRASJON OG TVERRIDRETTSLIG SAMARBEID

Lørenskog skiklubb, Lørenskog friidrettslag, Østmarka O-klubb og Østmarka IL har fortsatt samarbeidsavtalen vedrørende Storby – sosial integrasjon. Aktivitetsutvikling og sosial integrering i foreninger rettet mot barn og ungdom med innvandrerbakgrunn, med særlig vekt på jenter er hovedmålet. Tilbudene har i løpet av året vært de samme som klubbene er gode på. Dvs friidrett, langrenn, orientering, klatring og friluftaktiviteter. Samarbeidet har høstet frukter, og flere klubber har blitt med i arbeidet. Hammer turn har etter hvert sluttet seg til samarbeidet. Vi har også et tett samspill med Lørenskog videregående skole og ungdomstrinna ved flere av de andre skolene.

Lørenskog har en stor utfordring mot å nå flerkulturelle miljøer. Dette er en samfunnsmessig stor betydning ikke minst fordi idretten spiller på åpenhet og inkludering. Tilrettelagte aktiviteter med gode og varierte tilbud, er en vinst for alle. Målgruppen har vært de som faller utenom den tradisjonelle aktiviteten. I de aktivitetene som her beskrives er det også lagt vekt på det sosiale fellesskapet, men ikke noe krav om f. eks deltagelse i konkurranser. Ressurssterke ledere styrker idrettens verdimålestokk og troverdighet mot politikere og lokalbefolkningen for øvrig. Slik sett er dette arbeid et godt utstillingsvindu og en døråpner for arbeid mot rasisme, rus, homofili, likeverd og mobbing. Et av målene er å få de med som medlemmer i idrettsorganisasjonen. Det er skrevet en utfyllende prosjektrapport dersom noen ønsker ytterligere opplysninger.

#### **VERDIFOREBYGGENDE SEMINAR**

Verdiskapende møter og seminar skaper forventning og personlig påfyll i en oppjaget hverdag. Idrettslaget ser den tverrfaglige nytteverdien av å samarbeide med andre interesseorganisasjoner som har det samme målet. Rusmiddelkonsulenten og Lørenskog videregående skole er to viktige partnere. Den kommunale økonomiske støtten hever kvaliteten på å få fatt i gode foredragsholdere. Økende rusproblematikk er sammensatt, men henger nøye sammen med lav terskel på rusbruk, omsorgssvikt og ensomhet. En tryggere oppvekst for barn er et delmål, russetidas farer et annet, samt en generell holdningsendring fra de voksne om å bry seg mer. Næringslivsleder Olaf Olsvik og VM mester Torbjørn Løkken har vært to av våre foredragsholdere.

#### **DEN SKJULTE TRUSSEL**

Prosjektet er et lavterskeltilbud innen fysisk aktivitet i lokalmiljøet med økonomisk støtte fra Akershus fylkeskommune. Frivillighet og den ressurs dette innebærer har stor samfunnsøkonomisk og sosial betydning for lokalbefolkningen. Trygge oppvekstvilkår med gode tilbud i form av lek var et av målene. Å styrke verdikompetansen til ledere og foreldre et annet. Egen evalueringsrapport er skrevet.

#### **BARNEVERNENSGRUPPA**

Tomas, Odin og Harald tar et solid samfunnsansvar og bidrar med sin kunnskap for å bedre livskvaliteten og ungdomsgrunnlaget til de som kanskje trenger oss mest. Barn og unge vil alltid være en viktig målgruppe, og barnevernet er meget godt fornøyd med tilbud og samarbeid. Lederne besitter masse kunnskap knyttet til friluftsliv, og det er i naturen aktivitetene foregår. Tur til Solobservatoriet med omvisning på området og undervisning om verdensrommet. Pilketur til Romeriksåsen huskes godt når fisken biter. Kanefart i Hurdal, skøyting på naturis, pannekaker i Røkleivhytta samt besøk hos Robert Sørli og hans hunder var stort når du selv var boss og fører av sleden.

#### **ALLIDRETTS DAG FOR FUNKSJONSHEMMEDE**

Integreringspolitikken for funksjonshemmede rammes, styrkes og måles etter idrettlagenes lokale innsats. Særforbunda har overtatt ansvaret, og det er udelte oppfatninger hvorvidt sentrale ledd tar ansvaret på alvor. Vi forsøker, og dro av gårde med 25 psykisk utviklingshemmede til Algarheim på Jessheim en desemberdag. Dette er en gruppe mennesker som er svært inaktive. Uteforholdene var ufysiske, men regn og snøslaps hindret ingen av dem i jakten på å finne orienteringsposter satt ut i området. Jubelutbruddene og ekte idrettsglede er en opplevelse i seg selv når poster finnes og premier deles ut. Her kan den minste svette dråpe veies og måles mot hver eneste investeringskrone.

#### **TRIATLON**

Øyvind Johannessen støttes fortsatt økonomisk for sin satsing. Han bor i Australia, trener og konkurrerer der, og vi fikk i sommer stor glede av kunnskapen. Multisportuka ble tilrettelagt for alle. Her kunne hvem som helst møte opp for å lære svømming prøve sykkel og utfordre løpsteget i en annen situasjon. Øyvind skriver fra tid til annen reisebrev, og når disse tar slutt, håper vi selvsagt på at han preger norske resultatlistene. Øyvind tok for øvrig en ny NM tittel før han igjen dro av gårde.

#### **SYKKELGRUPPA**

Fellestreningene holder vennekretsen samlet. Lena Aune hadde ansvaret for treningene dette året. De tradisjonelle løpene som Birkebeinerrittet, Grenserittet og Styrkeprøven forener til kamp og samkjøringer. Som vi nevnte i fjor. Det er bevegelser på flere områder. Jentene får barn, nye ansikter har møtt opp og kjente fjes forsvinner. Slik sett er det også sirkulasjoner i konkurransebildet. Vi lar statistikken fra Birkebeinerrittet fortsatt være et skrytealbum for jentene og klubbutviklingen. Ingvild Rasmussen har igjen syklet meget sterkt, og med 4. plass i sin klasse står hun for den beste prestasjonen.

Kirsti Ruud er en av landets fremste ungdomsyklister og klubben har lovet å hjelpe til for at hun skal utvikle seg videre. Hun hadde flere langslagsrepresentasjoner i utlandet i fjor.

Tahir Hussain fortsetter der han slapp sist sesong. Ambisjonene er store, men det krever mye av pilotene. Harald og Sauveur bytter på. Eidsvoll Oslo og NM på tempo med Sauveur var over evne. Med nesten 40 km/t i snitt forteller dette at tittelen var fortjent. Turen til Belgia, et firedagersritt for blinde, med Harald som pilot var også en stor opplevelse.

#### OSLO SYKKELFESTIVAL

Vi påtok oss medansvaret for approbering og gjennomføring i samarbeid med Egen Kraft. Løpet gikk for andre år på rad med start og innkomst ved på Rådhusplassen, i høljende regnvær, konsekvensfravær av syklistene men tilstedeværelse av NRK TV SPORTEN.

#### KVINNEPROSJEKTET "FRA KJØKKENBENK TIL SYKKELSETE"

Kvinneprosjektet fortsetter med støtte fra Sosial og helsedirektoratet. Denne gang i en ny versjon. Målet var å dra i gang nye regionsgrupper etter Østmarkamodellen, og det har nå grodd opp to nye. Andre har også henvendt seg, og vi regner med flere igangsettelser. Dette bekrefter betydningen, men også gjennomføringen av dette. Rigmor har som tidligere beskrevet eid og styrt dette med følsomt hjerte og solide tråkk. Flere av jentene har fullført Birkebeinerrittet med gode resultater, noe som bevitner at treninga også gir helsefremmede effekter. Egen evalueringsrapport er skrevet i prosjektet.

Sportslig sett er Eidsvoll Oslo den store utfordringen, men flere av kvinnene fant turen til Hamar og startstreken der. Til mål talte vi 57 fullførte. Her er det liten tvil om at Rigmor har lyktes. Dette sykkeltoget har kommet for godt, og treningene er en skue når det fremtrer med sin lengde rundt og i Romerikes gater.

#### STATISTIKK BIRKEBEINERRITTET

Resultatene dokumenterer både topp og bredde. Jentene, klubbens "reklameplakat" legges merke til. Her kan du lese bestetidene, samt klasserekorder.

1. Monica Guneriusen	3.42.44	25-29	2002
2. Ingvild Rasmussen	3.44.23	35-39	2005
3. Nanna Rykken	3.46.46	25-29	2001
4. Lena Aune	3.53.58	25-29	2001
5. Hilde Anthonissen	3.54.20	25-29	2001
6. Tove Ausen	3.59.04	25-29	2001
7. Rigmor Heggstad Sæbø	4.00.15	40-44	2001
8. Renate Martinsen	4.01.12	30-34	2003
9. Elisabeth Kristiansen	4.08.56	30-34	2002
10. Karianne Borge	4.15.08	35-40	2007
11. Siri Strøm Engebretsen	4.18.20	20-24	2001
12. Ashild Barkhall Mømb	4.22.55	50-54	2007
13. Torill Kalfoss	4.22.25	25-29	2003
14. Bente Røsten	4.23.11	35-39	2002
15. Cecelie Smeby	4.30.46	30-34	2003
16. Anita Helene Hansen	4.35.11	35-39	2003
17. Linda Halvorsen	4.35.38	30-34	2004
18. Anita Grosso	4.36.41	35-39	2000
19. Katrine Lie Støverud	4.36.53	30-34	2005
20. Unn Britt Slåttsveen	4.30.38	40-44	2007
21. Stine Karlstad	4.41.12	20-24	2004
22. Liv Krogseth	4.53.42	35-39	2002
23. Grete Kleven	5.06.04	60-64	2007
24. Bente Nybakken Berge	5.05.56	50-54	2007
25. Grete Brandt	5.13.30	40-44	2007
26. Hege Johansen	5.16.28	40-44	2007
27. Kjersti Lande Bøe	5.18.58	40-44	1997
28. Tonje Johansen	5.26.31	40-44	2007
29. Mette Synøve S Hoel	5.33.58	40-44	2007
30. Wenche Didriksen	5.44.50	40-44	2002
31. Ranveig Wessel Tofte	5.56.36	40-44	2007
32. Grete Berntzen	5.59.37		2007
33. SisseL Heggstad	6.02.27		2007

Monica Guneriussen	3.49.50	20-24	2001
Monica Guneriussen	3.42.44	25-29	2002
Ingvild Rasmussen	3.49.49	30-34	2002
Ingvild Rasmussen	3.44.23	35-39	2005
Rigmor Heggstad Sæbø	4.00.15	40-44	2001
Rigmor Heggstad Sæbø	4.35.51	45-49	2004
Ashild Barkhall Mømb	4.22.55	50-54	2007
Grete Kleven	5.06.04	60-64	2007

Menn:

1. Espen Aune	3.00.32	35-39	2005
2. Øyvind Johannessen	3.10.59	16-19	2002
3. Jan Sjøshagen	3.11.33	30-34	1999
4. Claes Unger	3.20.12	40-44	1999
5. Hans Håkon Ruud	3.20.53	50-54	2002
6. Rune Sørheim	3.23.21	40-44	2002
7. Ivar Morken	3.26.15	40-44	2002
8. Franco Grosso	3.28.53	35-39	2005
9. Lars Christian Unger	3.29.06	16-19	2002
10. Roger Østlie Sandum	3.37.42	35-40	2007
11. Sauveur Circhirillo	3.39.19	45-49	1999
12. Tore Olav Moe	3.39.19	40-44	2005
13. Terje Sandhalla	3.41.27	40-44	2005
14. Lars Nordeng	3.43.26	45-49	2005
15. Pål Benkø	3.49.51	45-49	2002
16. Vidar Bøe	3.59.23	45-49	1996
17. Thomas Borge	4.07.14	30-34	2007
18. Kjell Retterholt	4.08.57	40-44	2003
19. Tom Erik Edvardsen	4.19.13	40-44	2000
20. Morten Stabell Hansen	4.23.40	40-44	2001
21. Øyvind Røen	4.26.30	50-54	2002
22. Kenneth Gundersen Bjørneseth	4.27.36	30-34	2005

Øyvind Johannessen	3.10.59	16-19	2002
Espen Aune	3.01.00	30-34	2002
Espen Aune	3.00.32	35-39	2005
Claes Unger	3.20.12	40-44	1999
Rune Sørheim	3.34.06	45-49	2003
Hans Håkon Ruud	3.20.53	50-54	2002
Hans Håkon Ruud	3.22.21	55-59	2005