



HALDEN SKIKLUBB - ÅRSBERETNING 2022

(fremlagt for årsmøtet 15.02.2023)

Innhold

Årsberetning HOVEDSTYRET	2
Årsberetning Draktansvarlig.....	8
Årsberetning HSK-Hus - utleie	8
Årsberetning HSK-Hus - vedlikehold	8
Årsberetning IKT-utvalg	8
Årsberetning Medlemsnettutvalg	9
Årsberetning Ski, Sykkel og Klatring.....	9
Årsberetning SPONSORGRUPPA	11
Årsberetning KAG	12
Årsberetning Stolpejakt	15
Årsberetning Tur-Orienteringsutvalget – Halden turorientering	15
Årsberetning ORIENTERINGSGRUPPA	18
Trening og Tilrettelegging.....	18
Utøvere	19
Prosjekter og Arrangementer.....	20
Toppidrett (senior).....	21
Junior	27
Bredde.....	28
Media og Synlighet.....	29
Resultater 2022 – O-gruppa.....	32
Årsberetning BARNE- OG UNGDOMSGRUPPA (UFO).....	38
Utvalgte resultater UFO 2022:	43
Årsberetning BARNEIDRETTSGRUPPA	48
Årsberetning HØIÅS ANLEGGSSTYRE	51
Teknisk	51
Drift Hytte.....	52
Vedlikehold uteanlegg og løyper.....	53

Årsberetning HOVEDSTYRET

Årsmøtet for året 2022 ble avholdt på Høiås 16. februar 2022, kl. 18.30. Grunnet koronapandemien var det også åpnet for digital deltagelse. Det møtte 23 stemmeberettigede medlemmer til årsmøtet, hvorav 3 deltok digitalt.

Følgende personer ble valgt og har fungert i styrer og verv i 2022:

Hovedstyret:

Leder: Bjørn Axel Gran (gjenvolgt for 1 år)

Nestleder: Claus Norsted (gjenvolgt for 2 år)

Økonomiansvarlig: Tor Ragnar Andersen (gjenvolgt for 2 år)

Sekretær: Runa Lien Backstrøm (valgt for 2 år i 2021)

Styremedlem med ansvar for Ski, Sykkel og Klatring: Heidi Stokseth (gjenvolgt for 1 år)

Varamedlemmer: Monica Nordbrøden (valgt for 2 år 2021)
og Bodil Helgerud (gjenvolgt for 2 år)

Lederne av gruppene Orientering, UFO, KAG, Barneidrett, Høiås anleggsstyre og Sponsor er alle medlemmer av hovedstyret.

Kart- og arrangementsgruppa (KAG): Gudmund Jensen (leder, gjenvolgt for 1 år), Eirik Nordbrøden, Jon Brevig, Øivind Helgerud, Lacho Iliev (valgt for 2 år i 2021) og Håkon Jokstad (valgt for 2 år).

Orienteringsgruppa: Anja Wingstedt (leder, valgt for 1 år), Andreas Johansson (Toppidrettsansvarlig/nestleder, gjenvolgt for 1 år), Geir Torgersen, Marius Bjugan, Irene Felde Olaussen (valgt for 2 år), Mats Haldin og Pål Backstrøm (valgt for 2 år i 2021).

Ungdomsgruppa (UFO): Ellen Kathrine Svendsby (leder, gjenvolgt for 1 år), Lene Sandvik, Miguel Valero, Guro Bryggen, Hilde Bekkevard (valgt for 2 år), Anja Wingstedt og Christian Bjørke (valgt for 2 år i 2021).

Barneidrettsgruppa: Karianne Hauge (leder, gjenvolgt for 1 år), Bodil Helgerud og Kathrine Ahlsen (valgt for 2 år i 2021).

Høiås anleggsstyre: Bård Moum (leder, gjenvolgt for 1 år), Andreas Holm, Bjørn Brække, Morten Kildebo, Leif Rugsveen og Åge Wikstøl (alle gjenvolgt for 2 år)

Sponsorgruppa: Jens Erik Mjølnerød og Thor Fagereng (valgt for 2 år). Leder av sponsorgruppa ble ikke valgt, og ingen har meldt seg i løpet av året.

Revisorer: Eli Drøivoldsmo og Gina Finsrud (gjenvolgt for 1 år)

Vara revisorer: Geir Varting og Elin Cathrine Hagen (gjenvolgt for 1 år).

Valgkomité: Anne Julsrud Hagen, Jostein Tafjord og Fredrik Eliasson.

Oppnevnt

- 3 repr. til ØOK: Ellen Kathrine Svendsby, Anja Wingstedt og Gudmund Jensen
- 2 repr. til Østfold Skikrets: Heidi Stokseth & Bjørn Axel Gran
- 1 repr. til Østfold Sykkelkrets: Vegard Halvorsen
- 1 repr. til NCF årsmøte: Vegard Halvorsen

Oppnevnt under hovedstyret:

- **Klatrevegansvarlig:** Henrik Aune
- **Draktansvarlig:** Monica Nordbrøden
- **HSK-hus - utleiansvarlig:** Iliana Ilieva
- **HSK-hus - vedlikeholdsansvarlig:** Mats Haldin
- **IKT-utvalg:** Marius Bjugan
- **Medlemsnettutvalg:** Nanna Signebøen + 1 representant fra o-gruppa og 1 representant fra UFO

Utvalg oppnevnt under Høiås anleggsstyre:

- **Teknisk:** Andreas Holm (leder) Leif Rugsveen, Per Kåre Moe, Morten Holm, Espen Olsen
- **Drift hytte:** Bård Laukvik (leder), Liv Anne Jensen, Ane S. N. Bjørgul
- **Vedlikehold uteanlegg og løyper:** Morten Kildebo (leder), Erik Hauge, Jim Olaussen, Jarle Herrebrøden, Øyvind Torp, Jon Ole Torp, Ole Aasen
- **Vedlikehold bygninger:** Leif Rugsveen (leder), Gubbegjengen.
- **Skiløyper vinter:** Åge Wikstøl, Bård Laukvik, Lacho Iliev

Utvalg oppnevnt under KAG:

- **Tur-O og Stolpejakt:** Anne Julsrud Haugen (leder), Hans Kurt Karlsen, Bård Laukvik, Gudmund Jensen, Jens Erik Mjølnørød

Utvalg oppnevnt under O-Gruppa:

- **Toppidrettsutvalg:** Andreas Johansson (leder), Emil Wingstedt, Terje Larsen, Geir Torgersen, Tore Sandvik, Kjetil Bjørlo, Thomas Natvik Årstad, Vendula Haldin

I Hovedstyremøte nr 11 ble følgende oppnevnt:

- som repr. til ØOK: Pål Backstrøm erstatter Ellen Kathrine Svendsby

Priser for 2021, utdelt på årsmøtet 2022:

- Kynningsrud-stipend ble tildelt Minna Wingstedt og Bendik Eliassen.
- Aktivum-stipend ble tildelt Herman Lien Backstrøm, Ida Marie Bjørgul Lundanes, Tore Sandvik og Anja Wingstedt
- Grotta-prisen ble tildelt Bård Moum



Faste stillinger:

- Raúl Ferra har vært ansatt som hovedtrener i 60% stilling for o-gruppa og 10% stilling for UFO.
- Magne Dæhli har vært ansatt som regnskapsfører i 15% stilling.

Midlertidig stilling:

- Svetlana Mironov har vært ansatt som Toppidrettsutøver

Nasjonale verv i 2022:

- Erik Axelsson: Teknisk leder i Østfold Orienteringskrets
- Herman Lien Backstrøm: ungdomsrepresentant Østfold Orienteringskrets
- Anja Wingstedt: medlem valgkomiteen i Østfold Orienteringskrets
- Hanne Lerche Raadal: medlem arbeidsgruppe NOF

Halden Skiklubbs Stiftelse til fremme av friluftsliv, orientering og skisport for Haldens ungdom. Styreverv HSK 2021:

Styreleder: Per Puck, Styremedlem: Kajsa Nilsson

Oppfølging av årsmøtesaker fra 2022

- **Forslag hugging av trær i lysløypetraseene:** Årsmøtets innstilling var å oversende dette til behandling av handlingsplanen. Arbeidet med ny handlingsplan pågår.

Arbeid i Hovedstyret:

Hovedstyret konstituerte seg i møte 7. mars 2022. Det har vært avholdt 11 styremøter – hvorav 9 digitalt, 1 fysisk og 1 pr e-post. UFO har vært representert av Miguel Valero, mens Irene Felde Olaussen og Mats Haldin har møtt en gang hver for o-gruppa.

De viktigste sakene og vedtak har vært:

- **Revisjon av Handlingsplan:** Det er blitt avholdt et fysisk medlemsmøte og flere digitale møter i regi av gruppene. Her har gjeldende handlingsplan blitt vurdert, og vi har diskutert hva vi gjør bra, hva som kan forbedres og hva som kan være samlede mål for klubben. Det ble besluttet at vi bruker den tiden vi trenger på en å lage en ny handlingsplan, og derfor ikke legger frem noe forslag for årsmøtet i 2023.
- **Nytt digitalt filarkiv:** Etter forslag fra IKT-ansvarlig ble det bestemt at skiklubbens digitale filarkiv flyttes til Google Drive.
- **Kostnadsreducerende tiltak - Aktivum:** Hovedstyret vedtok følgende kostnadsreducerende tiltak i Aktivum: (i) Oppsigelse av fast ansatt før 01.10.2022 (Oppsigelsestid 3 måneder), (ii) Oppsigelse av kontorarealer før 1.09.2022 (Oppsigelsestid 6 måneder), (iii) Avvikle bruk av lagerlokaler i samråd med utleier og (iv) Oppsigelse av alle øvrige tjenesteavtaler med leveranse til Aktivum AS. Vegard Halvorsen byttet jobb 1. november og vi takker han for jobben han har gjort i Aktivum under utfordrende tider med pandemi. Bård Moum tok ansvar for avvikling av lager, inkludert flytting av utstyr til Høiås, og Marius Bjugan tok ansvar for flytting/avvikling av IKT-løsninger. Nytt kontor for Halden SK er opprettet i kjelleren på HSK-Huset.
- **Grenserittet:** Ei aksjonsgruppe bestående av Vidar Backstrøm, Thor Fagereng og Jens Erik og Jon Steinar Mjølnerød la frem et forslag til budsjett for Grenserittet i 2023, med risikovurdering for underskudd og uforutsette kostnader, samt kandidater til løpsledelse og en plan for gjennomføring av rittet. Hovedstyret vedtok at vi arrangerer Grenserittet i 2023 og gir Aksjonsgruppa mandat til å jobbe videre. Styret ber om at videre avklaringer for rittet gjøres med styret i Aktivum.
- **Strømsparetiltak:** Hovedstyret vedtok følgende tiltak: (i) Vi slår av lysløypa kl. 21 på hverdager og hele lørdager. Tiltaket revideres ved skiføre: (ii) Vi kjøper inn Varmepumper til Høiås. I HSK-Huset er det innført separate målere for hver etasje, og strøm betales av

leietager i 2. etasje. For interne leietagere i 1. etasje arbeides det med sparetiltak. Søknader om strømstøtte er sendt inn regelmessig.

- **Fullmaktsmatrise:** Fullmaktsmatrise er utarbeidet i rådslag med kontrollkomiteen, vedtatt av Hovedstyret og lastet opp i Brønnøysundregisteret.
- **Nytt medlemsarkiv:** Medlemsnettutvalget og Hovedstyret har vurdert ulike løsninger for nytt medlemsarkiv. I 2023 starter vi opp testing og bruk av Spond.
- **Rent Idrettslag:** O-gruppa og UFO har gjennomført resertifisering av Halden SK.
- **Grillstue på Høiås:** En egen komité har arbeidet med saken. De er blitt enige om konstruksjon og utseende, og pristilbud er innhentet. De venter på erklæring fra grunneier og byggetillatelse. Når dette er klart, vil det bli sendt søknad om støtte til Sparebankstiftelsen.
- **Ny regnskapsfører:** Magne Dæhli slutter som regnskapsfører i klubben og Hovedstyret har engasjert Håvard Wedege som ny regnskapsfører.

Arrangementer i regi av Hovedstyret:

Hafsørød - 17. mai: Det ble avholdt tradisjonell bekransning og minnestund ved støtta på Hafsørød, reist for Arne Erlandsen og Erik Olsen som falt ved Hafsørød i september 1944. Årets tale ble holdt av Monica Nordbrøden.

Grenserittet 2022: Rittet ble gjennomført med ca. 1 000 deltagere. Sett bort fra det skuffende lave deltagerantallet og påfølgende underskudd, ble rittet gjennomført uten store problemer og med veldig få skader. Dugnadsinnsatsen fra frivillige i Halden SK og andre klubber var igjen av høy kvalitet.

Aktivum AS

Aktivum ASs eneste ansatt har vært Vegard Halvorsen, som sluttet i jobben 1. november 2022.

Styret i Aktivum har vært: Vidar Backstrøm (leder), Claus Norsted, Kari Lye Moum, Kajsa Nilsson og Bjørn Axel Gran.

Sportslige toppresultater

Det vises det til o-gruppa og UFO sine årsrapporter for en samlet oversikt. Høydepunktene var:

- EM Gull til Magne Dæhli i stafett
- 4.plass i EM stafett til Elena Roos
- 5. plass i VM til Elena Roos på sprint, og 4. plass i sprintstafett
- 6.plass i VM til Adrien Delenne i sprintstafett
- NM-sølv til Magne Dæhli på langdistanse og Martin Jullum i Temp-O
- NM-bronse i stafett til Nils Christian Hellerud, Håvard Wedege og Magne Dæhli
- Hovedløps-gull til Minna Wingstedt på lang
- Hovedløps-sølv til Sigrid Schmitt Gran på lang og Minna på sprint og ski-O
- Gull i O-Idol til Sigrid

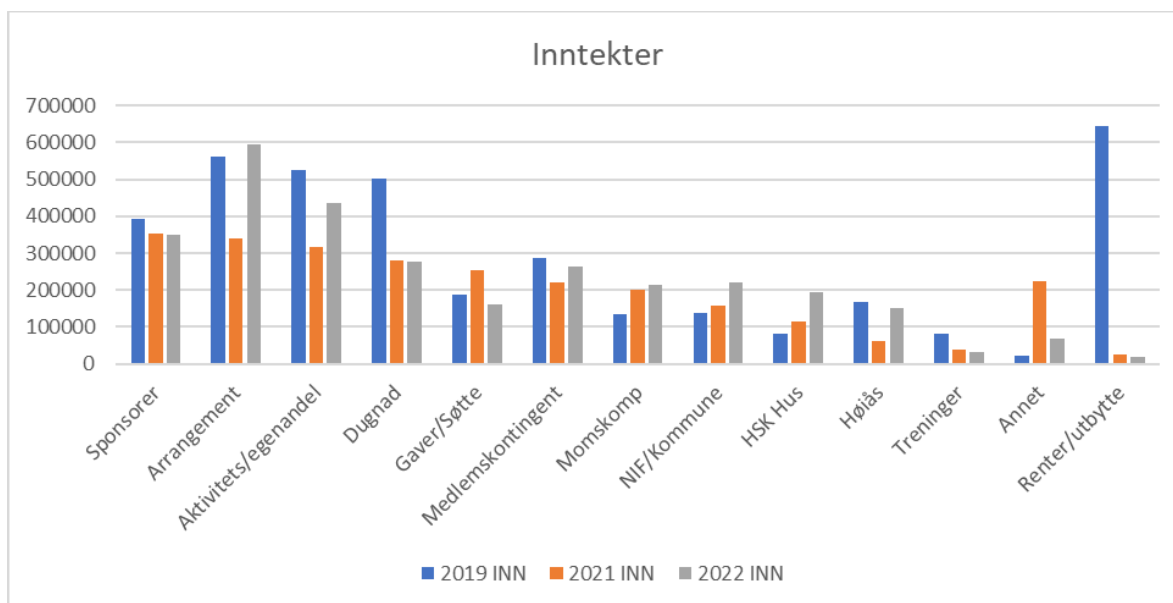
Andre priser

Halden SK ble tildelt NOF sin rekrutteringspris for 2022.

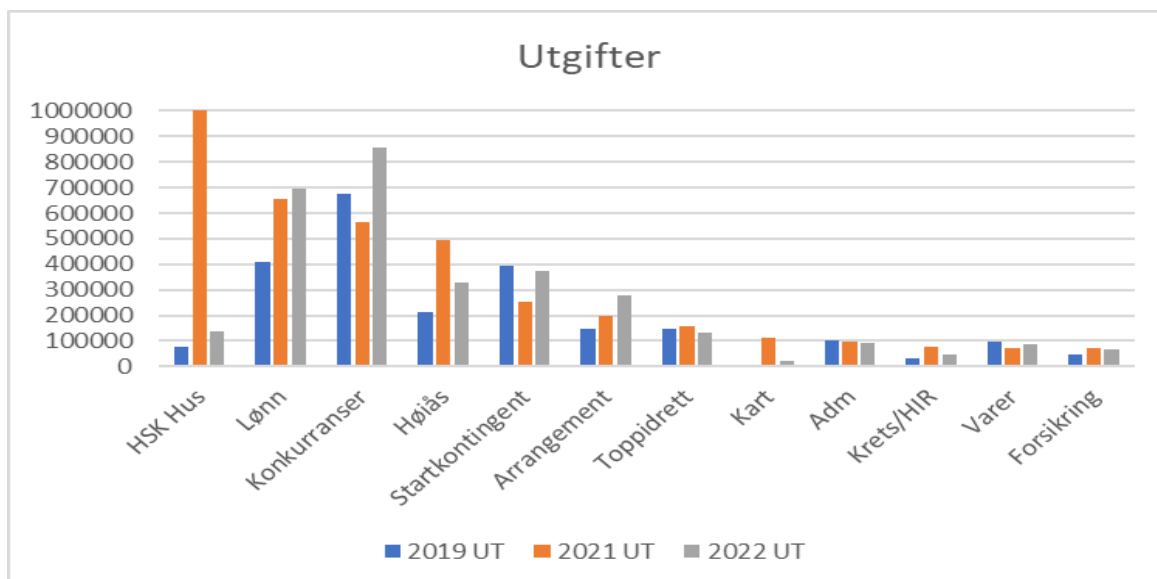
Økonomistyring

En av oppgavene til hovedstyret er å følge opp økonomien. Dette har i hovedsak blitt gjennomført som en regelmessig dialog mellom leder og økonomiansvarlig. Som en følge av god økonomistyring er også en fullmaktmatrise vedtatt.

Klubbens viktigste inntekter i 2022 er arrangementsinntekter, aktivitetsavgift/egenandeler, sponsorinntekter, dugnadsinntekter (Grenserittet) og medlemskontingent. I 2022 har vi skrevet omtrent like mange søknader om økonomisk støtte som i 2021, men fått tildelt færre midler. Sammenlignet med 2019 (før pandemien) er dugnadsinntektene i 2022 nesten halvert, vi har intet utbytte fra Aktivum, mens inntektene fra HSK-Huset, moms-kompensasjon og offentlig støtte er høyere.



De største postene på utgiftssiden var i 2022 konkurranseutgifter (reise og opphold) og lønnsutgifter. Deretter følger startkontingenter, arrangementsutgifter og drift og vedlikehold av Høiås. Dette gir tydelige signaler om at aktiviteten var tilbake til normalen. På den annen side ser man at utgiftene til drift og vedlikehold av Høiås, drift av HSK-Huset og arrangementsutgifter har økt. En betydelig faktor her er de økte strømutfittene.



Regnskapssystem, Medlemsnett og medlemstall

Medlemsnett har vært brukt til medlemsføring og utsendelse av faktura for medlemskontingent og aktivitetsavgift. Utsendelse av kontingent og avgift har vært utført av økonomiansvarlig Tor Ragnar Andersen, mens Bjørn Axel Gran har tatt ansvar for oppfølging av fakturaer og rydding i lister – blant annet oppfølging av utmeldte. Marius Bjugan har tatt ansvar for vedlikehold av listene fra barneidrett, og fakturert startavgifter og egenandeler for hele klubben.

Medlemstallet pr. 31.12. 2022 var 616 medlemmer. Dette er en økning på 87 fra 2021, og tilbake på det antallet vi hadde før pandemien. Oppgangen er stor blant barn og unge, mens mange voksne har gått fra å være aktive medlemmer til å bli støttemedlemmer.

År	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Totalt antall medlemmer	798	750	777	731	684	659	627	603	593	529	616
Antall menn	312	529	313	300	303	277	265	252	267	242	249
Antall kvinner	203		207	196	203	208	197	188	191	162	169
Gutter 0-16 år	141	221	142	118	91	101	89	92	77	73	122
Jenter 0-16 år	142		115	117	87	73	76	71	54	52	76

Følgende medlemmer er registrert gått bort i løpet av året: Espen Glomsrød og Thor Palmgren.

Medlemmene fordeler seg som aktive og støttemedlemmer slik (endring fra 2019 i parentes):

	Totalt 2022	Aktive medlemmer	Støttemedlemmer
Totalt antall medlemmer	616 (+87)	371 (+54)	245 (+33)
Gutter 0-16 år	122 (+49)	115 (+51)	7 (-2)
Jenter 0-16 år	76 (+24)	73 (+29)	3 (-5)
Juniorer (menn) 17-20 år	13 (-3)	8 (-5)	5 (+2)
Juniorer (damer) 17-20 år	13 (+6)	7 (+3)	6 (+3)
Antall menn (voksne)	159 (+5)	78 (-19)	81 (+24)
Antall kvinner (voksne)	123 (-3)	40 (-27)	83 (+24)
Pensjonister (menn) (67+ år)	67 (-5)	19 (-2)	48 (-3)
Pensjonister (damer) (67+ år)	26 (-3)	1 (-)	25 (-3)

28 medlemmer, hvorav 22 aktive og 6 støttemedlemmer, bor i utlandet.

Internkontroll for personvern

Personvernforordning (GDPR) ble satt i system i klubben i 2018. Loven fastsetter at Halden Skiklubb er ansvarlig for at personopplysninger om ansatte, klubbmedlemmer og andre frivillige som blir registrert i klubbens systemer, blir behandlet i henhold til bestemmelsene.

Årsberetning Draktansvarlig

Monica Nordbrøden har også i 2022 utført funksjonen som draktansvarlig på en utmerket måte.



Årsberetning HSK-Hus - utleie

Iliana Ileva har vært ansvarlig for utleie. I første etasje har hovedtrener Raul Ferra leid hele året, de fleste månedene sammen med kjæreste/samboer og etter hvert ektefelle Svetlana. Fra begynnelsen av 2022 til september bodd Lasse Grøn i et enkelt rom. Fra november har Guilhem Elias leid et rom. I tillegg har enkelte løpere bodd der på korttidsbasis, for eksempel Alexandra Hornik, Elena Pezzati og Ricardo Scalet.

Andre etasje stod tomt noen måneder etter at IFE-ansatt flyttet ut. Da det ikke var noen løpere som ville leie leiligheten gjorde Karianne Hauge en veldig god jobb med å finne eksterne leietakere. Et par leide fra mai til oktober. Fra november kom ny leietaker inn.

Årsberetning HSK-Hus - vedlikehold

Det har vært et titall henvendelser fra beboere og en del tilsyn og vedlikehold i løpet av året. Blant annet sluttet vaskemaskin i kjelleren å fungere, og denne ble erstattet med en ny. Komfyren i første etasje sluttet også å virke og ble reparert på garanti. Dusjkabinettet i andre etasje begynte å lekke og årsaken viste seg å være et tett sluk, som ble rensket. Mats Haldin og Bjørn Brække har bistått med uvurderlige hjelp til HSK-huset, og har fikse de mange tekniske problemene som har oppstått.

Det er satt opp nye gardinstenger og gardiner i kjøkken og soverom i 1. etasje. Disse manglet etter oppussing året før. I andre etasje er terrassemarkisen byttet ut med en ny og gardinstenger er satt opp i stua. Gruppen har hatt fokus på de økte strømprisene i 2022 og hatt jevnlig dialog med leietakere om å holde forbruket nede. Det har blitt satt opp egen strømmåler for andre etasje, for å kunne fakturere strømavgifter til eksterne leietakere.

Det ble hentet inn pristilbud på oppgradering av kjelleren i huset, med bl.a. ny inngang og større vindu som rømningsvei i kjellerstue, for å kunne bruke kjelleren som samlingsted for ungdommer og andre grupper i klubben og eventuelt som ekstra overnattingssted. Når det ble besluttet å avslutte leien av Grenserittet-kontoret og bruke kjellerstuen som kontor og sted for plotter og skrivere, ble andre oppgraderingsplaner satt på is.

Årsberetning IKT-utvalg

Filarkivet (filer.haldensk.no) levde litt på lånt tid. Plattformen burde vært oppgradert til siste versjon og den manglet også noen funksjoner som f.eks. tofaktorautentisering. Plattformen krevde også løpende drifting med oppgradering av serveren, ta backup osv. I vår fikk Marius Bjugan ordnet det slik at klubben fikk en gratis non-profit versjon av Google Workspace. Det er ikke veldig stor forskjell på den fra det vi hadde tidligere (også Google og gratis), men noe mer funksjonalitet har vi fått. Det vi også fikk var en forutsigbarhet på at vi kan fortsette gratis med Google i mange år. Google Drive vil også gjøre det enklere å samarbeide om å redigere

dokumenter, enklere å dele filer eksternt om ønskelig osv. Etter vedtak i hovedstyret ble alle filer flyttet til Google Drive.

Årsberetning Medlemsnettutvalg

Medlemsnettutvalget startet 2022 med å se etter en ny løsning for administrasjon av medlemmene, da vi har sett at det finnes mer moderne og framoverlente løsninger på markedet enn Medlemsnett. En del løsninger tilbyr tilleggstjenester som blant annet medlemskommunikasjon, hjemmesider, håndtering av politiattester med mer. Noen tilbyr også betaling med kort, noe som vil gjøre det lettere for våre utenlandske medlemmer å betale.

Da Halden SK må forholde seg til NIF sine krav, og det er et tidkrevende arbeid å sette seg inn i og vurdere de ulike systemene, samt å bytte til nytt system. Det ble derfor bestemt at klubben skulle benytte Medlemsnett også i 2022. Tidligere ansvarlige for Medlemsnett har fulgt opp medlemshåndteringen i 2022, for å unngå at utvalget først må lære seg Medlemsnett for kort tid etter å lære seg en ny løsning. Det jobbes videre med å finne en ny løsning i 2023.

Årsberetning Ski, Sykkel og Klatring

Ski: Vinteren 2022 var ikke spesielt bra sett med ski-øyne. Det var svært lite snø og løyper ble kun kjørt i romjula. Resten av sesongen kom det ikke nok snø, ei heller ble den liggende lenge nok til at det kunne kjøres opp løyper. Klubbmesterskapet utgikk derfor dessverre dette året. Det var allikevel en lengre periode med kaldt vær tidlig på året, slik at kunstsneøanlegget på Erte fikk bra spor gjennom vinteren.



Halden SK har selv med dårlige vintre hatt deltakere i de store turrennene König Ludvigslauf Vasaloppet og Birkebeinerrennet. Bra jobba til Bjørn Axel Gran, Øystein Austerheim, Morten Roger Andersen, Geir Torgersen og Martin Jullum.

Sykkel: I året som har gått har Skiklubben igjen arrangert Grenserittet i den «riktige» traseen.

Halden SK hadde i 2022 kun en deltaker i Grenserittet; Roy Atle Kobbenes. Det var ingen deltakere i Birkebeinerrittet.

Klatring: Klatregruppa er ikke den største og mest aktive gruppa, men på Høiåstårnet er det klatrevegg. Denne har vært lite benyttet det siste året, men vi har arrangert et klatrekurs for medlemmer, som gjør deltakerne på kurset egnet til å sikre andre i veggen. Skiklubben har tau, seler og sikringsutstyr, som det er bra vi får benyttet.



Årsberetning SPONSORGRUPPA

Medlemmer av utvalget var i 2022 Thor Fagereng og Jens Erik Mjølnerød.

Informasjon om våre medlemsfordeler ligger på www.haldensk.no/klubb/medlemsfordeler. På slutten av 2022 har vi fått en ny sponsor på sko og o-utstyr: Runes O-utstyr.

Det har ikke vært noen møter i sponsorgruppa, men de to medlemmene har holdt uformell kontakt og videreført arbeidet opp mot klubbens sponsorer. I tillegg har gruppa, sammen med leder av Aktivum Vidar Backstrøm og Jon Steinar Mjølnerød, dannet ei aksjonsgruppe som har arbeidet med videreføring av Grenserittet. Aksjonsgruppa har lagt frem et forslag til budsjett for arrangementet, med risikovurdering for underskudd og uforutsette kostnader, og fremmet kandidater for løpsledelse og en plan for gjennomføring av Grenserittet.

Klubbens sponsorer er:

Hovedsponsorer

- SpareBank 1 Østfold Akershus / (Eiendomsmegler1)
- Kynningsrud AS



Sponsorer

- Riis Elektro AS
- Jensen og Scheele Bil AS
- Jensen & Scheele Auto AS
- Smart Innovation Norway
- Osteopat Espen Glomsrød
- Thon Hotel Halden
- Maximus Winter O-Camp



Utstyr og tjenester

- Trimtex (o-tøy)
- Spenst (Styrketrening)
- Nordli Sport (o-sko)
- Interoptik (Briller)
- Sørby Utleie AS (maskiner)
- Lumonite (Hodelykter)
- Runes O-utstyr (sko og annet diverse o-utstyr)

Skilt sponsorer

- Advokatene Borgerskansen
- Halden Dataservice AS
- Apotek 1
- Norli Køhn
- YIT
- Haby AS
- Caspersen AS
- Halden Arbeiderblad

Årsberetning KAG

Sammensetning

Kart- og arrangementsgruppen har i 2022 bestått av Gudmund Jenssen (leder), Jon Brevig (grunneierkontakt), Eirik Nordbrøden (arrangementskontakt), Håkon Jokstad (materialforvalter), Lacho Iliev (arrangementsansvarlig) og Øyvind Helgerud (kartansvarlig).

Grunneierkontakt

For hvert arrangement blir respektive jakt- og grunneierlag kontaktet personlig av Jon Ola Brevig. I tillegg har det vært en del grunneierkontakt i.f.m. planlagte nytegninger av kart. I 2022 har det vært et tilnærmet normalt aktivitetsnivå igjen, og Jon Ola gjør en meget god og viktig jobb mot grunneierne.

Kart

1) **Syverstadvannet**: Resterende del av kartet ble tegnet i vår, slik at hele kartet på ca 17,5 km² er ferdig. Kartet ble tegnet av Jussi Silvennoinen. Kartet ble brukt til Halden O-Meeting, og dekker et stort område med flott o-terreng.

2) **Brattås**: Kartet ble utvidet med 1,3 km² i 2022, og det er planlagt ytterligere en liten utvidelse for å dekke hele det flotte terrenget i naturreservatet. Kartet tegnes av Morten Dalby.

3) **Fossby-Aremark**: Det ble tegnet et nytt sprintkart over de sentrale delene av Aremark. Kartet er først og fremst tenkt brukt til Stolpejakten, men kan også brukes av skoler og eventuelt til mindre arrangement. Skolegårdskartet rundt Aremark skole ble også oppdatert. Kartene ble tegnet av Håkon Gjerde.

4) **Halden Montessoriskole**: Det ble tegnet et nytt skolegårdskart rundt Montessoriskolen på Festningen. Kartet ble tegnet av Olav Lundanes.

5) **Sprintkart og skolegårdskart**: Svetlana Mironova har oppdatert flere av våre skolegårdskart og også deler av sprintkartet i Sentrum. Kartene er blitt brukt til treninger og blant annet KM sprint.

6) **Ertemarka Nord-Hauglund**: Morten Dalby jobber med synfaring i Ertemarka Nord. Dette kartet skal brukes til natt-NM våren 2023. Kartet skal også utvides og planlegges brukt til Halden O-Meeting i 2024. Det er også planlagt en nytegning av Hauglund-kartet i dette prosjektet, og vi håper å kunne komme i gang med dette i 2023.

Utstyr

Det er ikke kjøpt inn noe vesentlig utstyr i 2022. Derimot er Grenserittlageret avviklet, og mesteparten av utstyret er flyttet opp på Høiås. Dovogna og arrangementgjerdene står hos Claus.

Arrangement

2022 ble en tilnærmet normal sesong igjen etter pandemien. Østfold vintercup ble startet opp igjen fra november og HSK arrangert Halden O-Meeting for første gang. Vi prøvde også et nytt opplegg ved å arrangere 2 sprint løp samme dag.

Halden O-Meeting - 9.-10. april: Løpet ble arrangert på Mo gård i Berg på et nytegnert Syverstadvannet-kart. Det var rradisjonelt opplegg med ungdomstafett og mellomdistanse

på lørdag og langdistanse på søndag. Deltagerantall var rundt 800 begge dager på de individuelle løpene, og 32 ungdomslag på stafetten med 4 etapper. Løpsleder var Gudmund Jenssen. Ingunn Fristad og Bodil Helgerud som løypeleggere på mellomdistansen og stafetten, og Øyvind Helgerud var løypelegger på langdistansen.

Østfoldsprintløp 3 og KM sprint – søndag 15. mai: Vi arrangerte to sprintløp sammen dag med arena i sentrum. Kartene Halden sentrum og Sauøya ble brukt. Løpsledere var Kine Dæhli og Hanne Lerche Raadal. Fredrik Eliasson og Raul Ferra var løypeleggere. På KM sprint deltok 124 løpere.

KM stafett ØOK og AOOK – søndag 28. august: KM stafett ble arrangert på Hovsfjellkartet og arena ble plassert ved Hovsveien barnehage, hvor vi fikk låne strøm og toaletter. Løpsledere var Gudmund Jenssen og Frauke Schmitt Gran og Svetlana Mironova var løypelegger. Nesten 100 lag deltok totalt. Det var også et tilbud om direkteløper denne dagen.



Ungdomserieløp nr. 7 final – 17. september: Løpet ble arrangert på Høiås med ca. 130 deltagere. Anja Wingstedt var løpsleder og Emil Wingstedt løypelegger.

Treningsløp Østfold vintercup 2021/2022: Som et samarbeidsprosjekt mellom klubbene i Østfold startet en ny vintercup opp i november. HSK arrangerte 2 løp, ett i november og ett i mars. Høiås og Røsnesåsen ble brukt som område. Emil og Anja Wingstedt var arrangører.

Årsberetning Stolpejakt

Vi nådd også i år noen milepæler for Stolpejakten. Vi har fått en fin oppstart i Aremark med neste 700 registrert stolpejegere, og det ble tegnet et nytt nær o-kart til dette formålet, som blir tilgjengelig for bruk i skolesammenheng også. Vi satte ut rekordmange stolper, til sammen 114 stykker, og hadde omtrent samme antall stolpebesøk som året før. Antall stolpejegere gikk litt ned (4 553) og viser nok effekten av koronaåret 2021, med rekordhøy uteaktivitet blant folk. Gimle IF ble med som en del av arrangørstaben.

Gudmund Jenssen og Jens Erik Mjølnørød har stått for opplegget.

Årsberetning Tur-Orienteringsutvalget – Halden turorientering

Tur-orientering er som tidligere et samarbeid mellom Gimle Idrettsforening, Idd Sportsklubb, Tistedalen Friluftslag og Halden Skiklubb. Turorienteringen i Halden byttet dette året navn til **Halden turorientering**. Domenenavn er uendret og adressen er fortsatt www.Tur-O-Halden.no.

Medansvarlig for årets Tur-o-opplegg fra HSKs side har vært Hans Kurt Karlsen, Bård Laukvik og Anne Julsrud Haugen. Vi har fått god hjelp av grunneierkontakt Jon Brevik. Trykking av løyper er gjort av Eirik Nordbrøden og Anne Julsrud Haugen. Pakking av konvolutter har blitt utført av Marit Bokerød Hansen, Mayna Nossen og Sunniva Ulseth Pettersen. Marit forsyner utsalgsteder med konvolutter og holder orden på antallet.

Thorbjørn Bjørlo har blitt erstattet av Tone Albinson som kasserer i Halden turorientering.

Det var flere nyheter innenfor Tur-o i 2022. Norges orienteringsforbund har opprettet en ny plattform inklusive egen app for turorienteringen, som vi har tatt i bruk. Postene kan nå registreres direkte inn med mobiltelefonen via QR-koder. Turer kan kjøpes enkeltvis via appen, eller på nettsiden, eller i tradisjonell konvolutt. I konvolutten ble det lagt en kode som kunne brukes på nettet eller i appen. Postregistreringer på papir er nå avsluttet.

Nytt i år er også to grønne turer parallelt med Stolpejakten; Venås og Stenrød.

På turene Halden sentrum, Nybo Tistedal N og Sykkeltur rundt Halden ble det brukt naturlige elementer i terrenget som f.eks. skilt, installasjoner og tekst på statuer som koder. Man slipper da bøtter med QR-koder som kan ha lett for å forsvinne i urbane strøk. Dette ble godt tatt imot av deltagerne.

18. juni deltok vi på Frivillighetens dag i kommunens regi, med stand i Busterudparken.

22. september var Mayna og Tone med Halden Frivillighetssentral på skogstur ved Venås med personer som er nyinnflyttet og deltar på norskkurs.

Halden turorientering har i tillegg til Facebook-kontoen fått egen Instagramkonto.

Vi søkte Halden Idrettsråd og fikk 10 000 kr i LAM-midler. Det skal trykkes opp familie-barn konvolutter som deles ut gratis på Frivillighetssentralen og Kirkens Bymisjon i 2023. Kontakt er etablert, og allerede i 2022 ble det delt ut 60 kart med turene på Stenrød, Venås, Nybo Tistedal N, og 100 kart over Halden sentrum. For disse turene forlenget vi muligheten for registrering av poster til 01. november 2022.

Mange postdetaljer er plassert på spennende og flotte steder i skogen, takk til postutleggere som virkelig har brukt tid og fantasi for å få til et flott tilbud! Hovedansvaret for løyper og poster har vært Trygve Fosse for Gimle, Marit og Sunniva for Idd, Mayna og Hans for TFL. De

har hatt god hjelp av Stein Bukholm til å finne spennende GPS-poster i søndre del av kommunen. Hans Kurt og Anne/Eirik la ut for HSK. Vi har også i år brukt kart basert på MapAnt, til turen ved Ulveholtet.

Hans Kurt har vært helt sentral i tur-o i mange år, og gjør kjempeinnsats med produksjon av løyper og lister/statistikker. Første tur-o-dag i år var 9. april, og de fysiske postene lå ute til 18. september.

Kart og områder

Tur-orienteringspakka kostet kr 250,- og omfattet 62 poster på følgende kart:

- 1: Rød tur – Ulveholtet Øst (HSK) – 8 poster – Målestokk 1:10 000 – postnr. 1-8
- 2: Svart tur – Brattås (HSK) – 7 poster – Målestokk 1:10 000 – postnr. 9-15
- 3: Rød tur – Ånerødfjella (Gimle) – 8 poster – Målestokk 1:10 000 – postnr. 16-23
- 4: Blå tur – Asakåsen (Gimle) – 7 poster – Målestokk 1:10 000 – postnr. 24-30
- 5: Rød tur – Vardåsen (Idd SpK) – 10 poster – Målestokk 1:10 000 – postnr. 31-40
- 6: Blå tur – Nybo - Tistedal N (TFL) – 8 poster – Målestokk 1:10 000 – postnr. 41-48
- 7: Blå tur – Berg - Rokke (TFL) – 7 poster – Målestokk 1:15 000 – postnr. 49-55
- 8: Rød tur – Hovsfjellet (HSK) – 7 poster – Målestokk 1:10 000 – postnr. 93-99

I tillegg ble det lagt ut 6 GPS-poster, den første i hver måned fra april til september. Tistedalen FL la ut 4 poster og Halden SK la ut 2 poster.

Familie- og barnpakka kostet kr 100,- og omfattet 38 poster på følgende kart:

- 1: Grønn tur – Sentrum NØ (TFL) – 8 poster – Målestokk 1:4 000 – postnr. 70-77
- 2: Blå tur – Kornsjø (Idd SpK) – 8 poster – Målestokk 1:7 500 – postnr. 78-85
- 3: Blå tur – Prestegårdskogen (Gimle) – 7 poster – Målestokk 1:7 500 – postnr. 86-92
- 4: Grønn tur – Venås (HSK/Gimle) – 8 poster – Målestokk 1:4.000 – postnr. 100-107
- 5: Grønn tur – Stenrød (HSK/Gimle) – 7 poster – Målestokk 1:4.000 – postnr. 108-115

Alle turer var med fri postplukk uten nærmere angivelse av løypetrase eller rekkefølge. Forslag til parkering var markert minst ett sted på kartet.

Salg og deltagelse

Konvolutter kunne kjøpes på Norli Køhn, Felleskjøpet/Agri og Kiwi Risum. Nytt av året var også at man kunne bestille konvolutter som ble tilsendt i posten mot kr 50. Noen få benyttet seg av dette tilbudet.

Totalsalg konvolutter:

Tur-o: 208 konvolutter. **Familie&barne-o:** 117 konvolutter.

Økonomi

Overskudd fra 2021 var på kr 40 000 ble delt likt på de 4 arrangørklubbene.

Omsetning på nett: kr 8 025. Offline omsetning: kr 63 700. Total omsetning: kr 71 725. Avgift til NOF: kr 9 555.

Møter

Vi har hatt ett digitalt møte 12. januar for planlegging og ett fysisk møte på skianlegget på Ertemoen for oppsummering 28. september.

Årets tur-o avslutning

Avslutningen av sesongen ble avholdt på Venåshytta søndag 16. oktober. Det vanket både ros til årets opplegg og ønsker til kommende sesong. Før kaken ble servert ble det trekning av årets premier. Det var mulig å vinne flotte premier fra Norli Køhn, Felleskjøpet, Kringla, Vekst og Spiseri og Kiwi Risum. Hovedpremier fra BåtHolm. Trond Nilsen var godt fornøyd med trekningen og kunne smile bredt da han innkasserte begge hovedgevinstene.

Statistikk for Tur-O:

År	2022
Solgte konv tur-o:	218
Solgte konv familie/barn:	134
Nedlastninger:	2006
Innløste konvoluttkoder tur-o:	127/250
Innløste konvoluttkoder familie/barn:	68/185
Antall poster:	106

År	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021
Solgte konvolutter:	206	147	172	164	155	163	193	146	168	310	236
Familie & Barne-O:	69	66	55	48	92	99	135	87	97	147	76
Solgte pakker på nett:			5	5	4	10	12	7	19	32	24 (+44 enkelturer)
Registreringer på nett:	105	119	118	121	147	169	148	151	141	359	342
Antall poster:	90	90	90	90	95	90	90	90	90	91	91

Årsberetning ORIENTERINGSGRUPPA

O-gruppa har i 2022 bestått av følgende medlemmer:

Leder:	Anja Wingstedt
Leder toppidrett:	Andreas Johansson
Bredde:	Geir Torgersen
Junior:	Pål Backstrøm
Prosjektansvarlig:	Mats Haldin
Søknader, informasjon, nestleder:	Irene Felde Olaussen
Økonomi:	Marius Bjugan

Toppidrett har vært organisert gjennom et eget utvalg under ledelse av Andreas Johansson. I 2022 har øvrige medlemmer vært Kjetil Bjørlo, Emil Wingstedt, Tore Sandvik, Thomas Natvig Årstad, Vendula Haldin og Raúl Ferra (ansatt trener).

Raúl Ferra er siden mars 2020 fast ansatt som trener i Halden SK i 60%, fra sommeren 2020 ble stillingen økt til 70% for å bidra i UFO-treningsarbeidet. I 2022 ble hans kontrakt forlenget med 1 år. Årsaken til lengden er at det avventes ferdigstilling av ny handlingsplan for Halden Skiklubb. Magne Dæhli har som ansatt hatt ansvaret for å føre regnskapet til o-gruppa. O-gruppa har i perioden hatt 11 møter. Fokuset har vært på å skape aktivitet for våre løpere. O-gruppa har vært representert på styremøter i Halden SK gjennom leder Anja Wingstedt, Irene Felde Olaussen (en gang) og Mats Haldin (en gang). Anja Wingstedt stilte også på møter i ØOK.

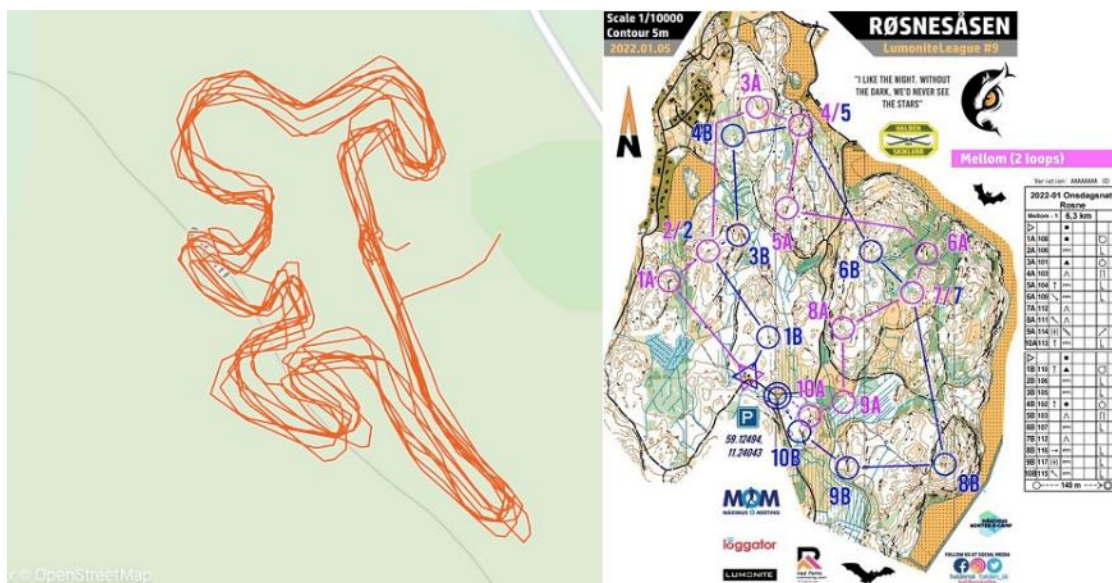
Svetlana Mironova har vært ansatt som løper i klubben dette året og også bidratt med mye inspirasjon, kunnskap og erfaring inn i løpergruppen.

Trening og Tilrettelegging

Raúl Ferra har vært hovedtrener med ansvar for tilrettelegging og gjennomføring av alle treninger i Halden og han har jobbet tett sammen med Emil Wingstedt (senior), Tore Sandvik (junior) og Anja Wingstedt (UFO) for å tilby et meget godt tilbud til klubbens løpere. Raúl har også hatt ansvaret for samlinger i utlandet, forberedelser til viktige løp og tilrettelegging av spesialtilpassede o-tekniske økter for de beste løperne i klubben. I tillegg har han laget det meste av opplegg til treningspakkene som klubben har tilbudt medlemmene og andre i løpet av året.

Vinteren 2021/2022 ble det sammen med flere andre Østfold-klubber arrangert Østfold vintercup med totalt 6 løp, fordelt på 3 natt- og 3 dagløp. Hensikten var å kunne tilby løperne i distriktet konkurranselignende treninger med god matching. I begynnelsen av året var det grunnet koronapandemien fortsatt begrensninger rundt hvordan våre treninger kunne gjennomføres. Heldigvis ble disse restriksjonene hevet i Norge i løpet av februar, og vi kunne gå tilbake til en normal treningshverdag. En typisk treningsuke på høsten har bestått av:

Ukedag	Aktivitet
Mandag	Egen trening
Tirsdag	Intervaller
Onsdag	Onsdagsnatt
Torsdag	Høiås o-teknikk
Fredag	Egen trening
Lørdag	O-teknikk
Søndag	Langtur



Bildet til venstre viser GPS-spor av en intervall-løype. Bildet til høyre viser løypa til årets første Onsdagsnatt - på Røsnæsåsen.

UK-ene har bestått av:

Dame-UK: Vendula Haldin (leder), Raúl Ferra og Ida Marie Bjørgul Lundanes

Herre-UK: Kjetil Bjørlo (leder), Thomas Natvig Årstad, Emil Wingstedt, Tore Sandvik (junior) og Raúl Ferra.

Utøvere

Antall aktive utøvere i 2022:

Juniorer	Elite	Bredde
16	27	25

Nye løpere i 2022:

Fra UFO: Henrik Julian Fontes Aarbu, Sebastian Bøhn Bryntesen og Elias Thoresen.

Seniorer: Olav Lundanes bestemte seg i løpet av vinteren for å avslutte sin internasjonale satsning. Bendik Eliassen tok i år steget opp fra junior til senior. Meget gledelig besluttet Håvard Wedege å flytte til Halden for å satse, og meldte overgang fra Kristiansand OK i starten av sesongen.

Av utenlandske løpere ble det i løpet av høsten 2021 klart at flere unge lovende løpere med internasjonal erfaring ville løpe for oss i 2022. Hanna Wey (Sveits), Tino Tantanini (Sveits), Maëlle Beauvir (Frankrike) og juniorene Inès Berger (Sveits), Lea Martanova (Tsjekia), Alina Niggli (Sveits) og Michaela Dittrichová (Tsjekia) har alle løpt for klubben i år.

I tillegg hadde vi gleden av å ha Hanna Wisniewska og Dawid Stefanski i stallen i 2022. Hanna som løper og Dawid som både løper og som leder. Grunnet tilbud om trenerjobb for Dawid i den latviske klubben IGTISA ble det bare én sesong i HSK-drakten.

Håkon Raadal Bjørlo, som nå bor i Oslo, byttet klubb til Oppsal i løpet av sommeren.

Prosjekter og Arrangementer

Etter to sesonger med pandemi kunne vi i 2022 igjen tilby et stort antall aktiviteter i form av treningssamlinger og konkurranseturer.

Det ble arrangert tre treningssamlinger. For våre eliteløpere arrangerte Raúl en trenings-samling i Madrid i februar og en VM-23-samling i Sveits i oktober. I månedsskiftet mars-april ble det holdt en tiomilasamling i Örebro/Ånnaboda, der Viktor gjorde en stor jobb som prosjektleder.

Tiomila i Örebro ble en skikkelig klubbturn med tre herrelag, fem damelag og to ungdomslag pluss ledere og supportere på plass.

Jukola- og Venla-kaveln gikk i Mynämäki, litt nord for Åbo. HSK var representert med tre lag i Venla og tre lag i Jukola, hvor det tredje var et juniorlag. Juniorturen tok Tore ansvar for.

Skiklubben har vært representert i alle landets nasjonale mesterskap, som alle gikk på Østlandet i år. NM sprint (junior sprint, knockout-sprint og stafett) i Oslo, NM individuell sprint senior i Skien, NM ultra i Toten, NM uka i Asker og NM junior stafett på Konnerud.

Det ble igjen busstur og to lag til 25-manna i Flemmingsberg. Sist gang var i 2019. Med litt hjelp utenfra var begge lag fulltallige.

Oppgaver for arrangement og opplegg til de store stafettene, NM uka, pinseløp og O-festivalen ble stort sett fordelt i styret i o-gruppa, men også andre bidrog. Stor takk til alle som har vært med og bidratt til årets prosjekter.

Årets prosjekter:

Aktiviteter	Sted	Dato	Prosjektledere
Vintersamling	Madrid, Spania	18 - 27. februar	Raúl Ferra
Tiosamling	Örebro	30. mars – 3. april	Viktor Wassén
NM sprint (jr sprint, knock out, stafett)	Oslo	29. april - 1. mai	Jo Shepard
Tiomila	Örebro, Sverige	4 – 8. mai	O-gruppa
Pinseløp (EM/JWOC-test)	Hamar/Løten	4 – 6. juni	Marius Bjugan
Jukola	Mynämäki, Finland	16 – 19.juni	Mats Haldin
Jukola, juniortur	Mynämäki, Finland	17 – 19.juni	Tore Sandvik
NM sprint	Skien	22. juni	
O-festivalen, NC	Kongsvinger	24 – 26. juni	Irene Felde Olaussen
NM Ultra + NC mellom	Toten	13 – 14. august	
NM-uka	Asker	8 – 11. september	Marius Bjugan
NM jr stafett og NC-finale	Konnerud	23 – 25. september	Pål Backstrøm
WOC-23 samling	Flims, Laax, Sveits	4 – 7. oktober	Raúl Ferra
25-manna	Flemingsberg, Sverige	8 – 9. oktober	O-gruppa

Toppidrett (senior)

Vi gikk inn i året med økt optimisme om at koronapandemien var på hell og at vi endelig kunne få en vanlig nasjonal og internasjonal sesong. Grunnlaget i vårt tilbud til løperne har alltid vært «verdens beste treningsopplegg i Halden», men etter koronapandemien og med en løperstall spredt på ulike steder i både Norge, Sverige og Europa ble det i år i tillegg satt ekstra fokus på aktiviteter som både kunne bygge samhold i laget og forberede oss så godt som mulig inn mot klubbens store mål dette året Tiomila.

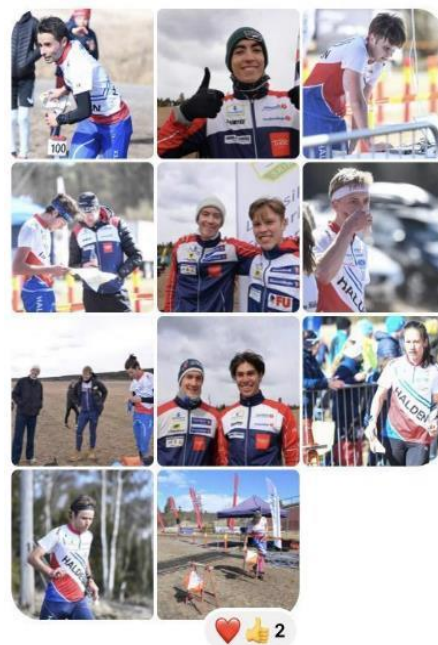
Mange av løperne benyttet anledningen til å bli med på vintersamlingen i Spania, og etter Tiomila-samlingen i Örebro bli med til Halden for en uke med trening og sosialt samvær, toppet med deltagelse i Halden O-Meeting. Dessuten har det vært gjennomført et stort antall online-møter for å bli kjent med hverandre, dele kunnskap og erfaring samt spesifikt forberede oss inn mot Tiomila og Jukola.

Gledelig viste det seg at vi skulle få oppleve en tilnærmet vanlig sesong hvor vi har fått vise hva vi kan både i de store klubbstafettene og i de internasjonale mesterskapene og verdenscupen.

En fullstendig resultatrapport finnes i slutten av denne årsberetningen fra o-gruppa.

Vintersamling

14 løpere reiste på en opptil 10 dager lang samling til Burgohondo, vest for Madrid i Spania, hvor doble økter og deltagelse i Maximus O-Meeting (med Raúl som løypelegger og arrangør) stod på programmet. Terrenget rundt Burgohondo er tidvis lettløpt, men med komplekse steinformasjoner. Våre spanske løpere Alvaro og Ana fikk på treningene vist hvor fort det er mulig å løpe i slikt terreng. I løpene med internasjonal konkurranse ble det seier til både Alvaro og Riccardo, og flere pallplasseringer på Eliska og Svetlana.





Tiomila

Årets store klubbmål ble fastlagt allerede etter sommeren i 2021, etter et initiativ fra Kjetil Bjørlo. For å fyre opp motivasjonen i klubben og i løpergruppen ble det hårete målet om å vinne både dame- og herrestafetten i Tiomila lansert. Det ble satt i gang en rekke aktiviteter for å muliggjøre dette. Vi dro senhøsten i 2021 på en første Tiomila-samling i Örebro og i begynnelsen av april var det tid for en ny runde. Vi klarte å tiltrekke oss flere nye dame- og herreløpere og vi fikk en ny lyktsponsor i Lumonite. Dame- og herre-UKene gjennomførte en rekke online-møter med ulike temaer rettet mot best mulig prestasjon. I løpet av vinteren og våren ble det som vanlig gjennomført mange dag- og natt-treninger, stafettøker og testløp.



Satsingen på Tiomila ble en suksess sett til antall deltakere. Nærmere 100 HSK-ere deltok på arrangementet i Ånnaboda i Örebro: som løpere, i støtteapparatet og som supportere. Vi stilte med til sammen 10 lag, fordelt på 3 ungdomslag, 4 damelag og 3 herrelag. Så stor var interessen at prosjektlederne måtte bestille overnatting på tre ulike hotell for å få plass til alle!



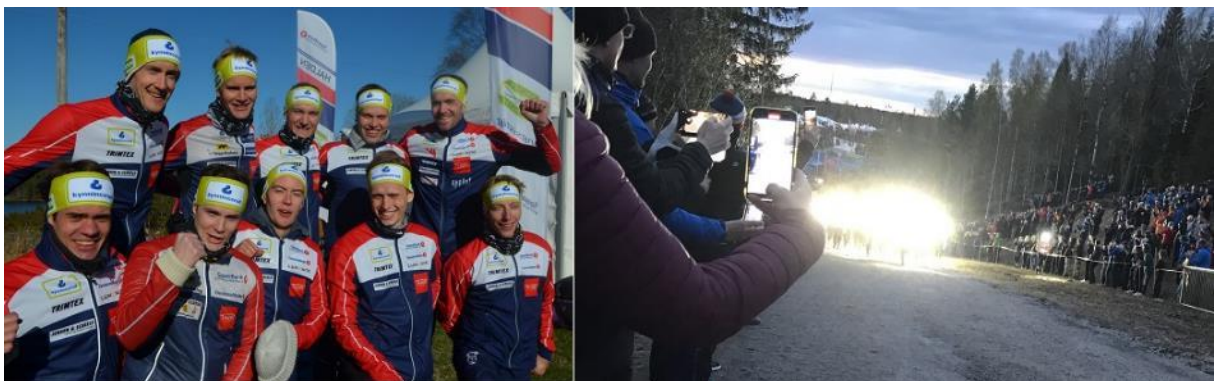
I damestafetten ble førstelaget tredje beste norske lag. Her vant Nydalen overlegent. Vi tapte en del tid allerede i starten og klarte ikke å snu trenden på de etterfølgende etappene. God stemning var det likevel, spesielt når HSK-lagene hele veien duellerte om hvem som skulle bli

nest beste HSK-lag. Våre lag kom til slutt på henholdsvis 19., 37., 43. og 57. plass av ca. 330 lag. På førstelaget løp Ana Isabel Toledo Navarro, Eliška Siegllová, Maëlle Beauvir, Svetlana Mironova og Elena Roos.



I herrestafetten ble det en 8. plass og beste norske lag, etter en duell med NTNU på sisteetappen. Vant gjorde OK Linné. Vi fikk en god start og var aldri langt bak (åååh, det var spennende å følge trackingen), men klarte heller aldri å komme oss helt opp i teten.

Magne, som løpte siste etappe, beskrev stafetten på følgende måte for orientering.no: «Det var litt stang ut på avgjørende tidspunkt i stafetten. Blant annet var det små marginer som gjorde at vi ikke «ble med» i den kjappeste klyngen på «långa natten», og dermed ender vi opp med å tape en del tid. Men totalt er det greit med 8. plass.»



På laget løp Elias Bäcklund Ekvall, Mats Nordbrøden, Håkon Raadal Bjørlo, Viktor Wassén, Martin Roudny, Håvard Wedege, Thomas Natvig Årstad, Riccardo Scalet, Niels Christian Hellerud og Magne Dæhli. Andrelaget, som var helt oppe på 14. plass etter to etapper, ble dessverre disket, da vi mistet lyset på en av nattetappene og måtte bryte løpet. Tredjelaget unngikk fellesstarten, som er et mål i seg selv, og løp inn til en flott 110. plass av om lag 300 lag.

Jukola

Vi stilte med 3 dame- og 3 herrelag i Lukkari-Jukola, som gikk i Mynämäki, ikke så langt fra Åbo. Det var en offensiv innstilling hos alle og et ønske om å prøve å forbedre resultatene fra Tiomila.

I Venla-kavlen startet Maëlle med å veksle som nr. 5 på 1. etappe. I det raske, men også krevende terrenget, tapte vi deretter noe tid underveis og endte på 19. plass, drøyt 15 minutter bak vinnerlaget BIFK Göteborg. På laget løp Maëlle Beauvir, Lizzie Ingham, Eliska Siegllova, Svetlana Mironova

Herrene ble nr. 9 etter å ha vært med i teten de 2 første etappene og deretter jevnt mistet tid til seierslaget Stora Tuna OK. Med en god avslutning fra Magne berget vi plasseringen som nest beste norske lag og reddet oss fra å bli slått av 2 NTNU-lag. Vi endte knapt 20 minutter

bak seierslaget. På laget løp Guilhem Elias, Elias Backlund, Håkon Raadal Bjørlo, Viktor Wassén, Håvard Wedege, Niels Christian Hellerud og Magne Dæhli.



VM

Det var i år VM i sprintdistanser i Danmark og klubben var godt representert med løpere tilhørende 7 landslag:

- Damer: Elena Roos (SUI), Hanna Wisniewska (POL), Ana Isabel Toledo Navarro (ESP), Lizzie Ingham (NZL), Maëlle Beauvir (FRA) – reserve
- Herrer: Adrien Delenne (FRA), Riccardo Scalet (ITA), Alvaro Casado (ESP), Martin Roudny (CZE) - reserve

Elena Roos fikk de beste plasseringene med 4. plass på sprintstafett, 5. plass på sprint og 7. plass på knockout-sprinten. Adrien og Ana fikk sitt gjennombrudd i mesterskapsammenheng med henholdsvis 8. og 9. plass i knockout-sprinten, samt at Adrien fikk en 6. plass på sprintstafetten. Fantastisk!

Riccardo løp meget stabilt og fikk 13. og 15. plass på henholdsvis knockout-sprinten og sprinten. Alvaro fikk 2 19. plasser og Hanna fikk en 8. plass i stafetten. Lizzie og Martin kvalifiserte seg ikke til finalene.



EM

Mesterskapet ble arrangert i Estland med kun skogsdistanser. Våre beste resultater kom på stafetten, der Magne løp første etappen for Norge, som tok gull, og Elena Roos fikk en 4. plass med Sveits.

Foto (NTB Scanpix)



Verdenscup

I verdenscupen var det først og fremst Elena Roos som stod for topplasseringer, med gode plasseringer både på sprint-helgen i Borås i Sverige og på hjemmebane i Sveits i sesong-avslutningen. Totalt i verdenscupen kom Elena på en 7. plass.

Blant herrene fikk Magne med sin 25. plass den beste individuelle sammenlagt-plasseringen. Han tok dessuten en 2. plass i den avsluttende stafetten i Sveits. Ellers var det Adrien som fikk den individuelt beste plasseringen med en 16. plass.



NM

Knockout-sprint:

Niels Christian viste at han er en av landets beste sprintere når formen er god. Han var hele tiden i toppen i de meget tette duellene frem til finalen og der ble det en delt 5. plass, kun 3 sekunder bak Oskar Størmer, NTNUI. Med mange gode løp på våren ble Niels Christian tatt ut til Student-VM i august, men grunnet sykdom måtte han dessverre melde frafall. Veldig bra løp også Jo og Iliana i dameklassen, hvor de ble hhv. nr. 9 og 11.

Individuell sprint:

Niels Christian fikk med seg en 12. plass i herreklassen og Jo ble nr. 16 i dameklassen.

Sprintstafett:

Vårt lag med Jo, Niels Christian, Herman og Iliana ble nr. 16. Vant gjorde NTNUI.

Langdistanse:

NM-uka begynte med langdistanse på Løvli på Krokskogen. Magne løp godt og var i ledelsen underveis, men et uheldig veivalg på et langstreck gjorde at han tapte mye tid og måtte til slutt se seg slått av Lukas Liland, Nydalen SK. Det ble allikevel en god 2. plass foran Kasper Fossler på bronseplassen. Litt lengre ned på resultatlisten var det en Haldenduell mellom

Håvard Wedege og Niels Christian Hellerud. De løp jevnt lenge, men etter passering av samlingsplass gjorde Niels Christian flere småfeil og Håvard løp ifra. Håvard endte på 23. plass og Niels Christian på 28. plass. Som i herreklassen var det en Haldenduell også i dameklassen, her om å bli beste Haldenløper. Iliana Ilieva og Jo Shepherd løp jevnt med litt forskjellige veivalg. Iliana ble nr. 19 og Jo nr. 20.

Mellomdistanse:

Fra Solli skiarena nord for Asker ventet et kupert og krevende terreng. Håvard Wedege behersket dette best av Halden-løperne og løp inn til en flott 12. plass, kun 2 minutter bak bronseplassen. Niels Christian Hellerud løp også brukbart og endte på 22. plass, etter å ha blitt nr. 3 i kvalifiseringen. I D21 løp HSKs eneste løper Bodil Helgerud inn til en god 26. plass.



NM-stafett:

Det var mange sterke lag på startstreken, og Halden Skiklubb var én av disse. Niels Christian og Håvard gjorde gode etapper, og sendte Magne ut som 6. mann, 2.53 minutter bak lederen. I en lang periode lå NTNUI med tre lag på topp, men heldigvis klarte Magne å passere og riste av seg noen lag helt på slutten og sikret dermed bronzen, 2.11 minutter bak vinneren NTNUI 2. Haldens øvrige lag i herreklassen ble nr. 23, 36 og 61. I dameklassen stilte vi med et rutinet lag. Jo åpnet godt og vekslet på en 7. plass, Bodil vekslet som nr. 9 og Iliana løp laget inn til en 16. plass. Vant gjorde Nydalen. 2.laget ble nr. 26.



Olav Lundanes

Det må nevnes spesielt at 2022 var det året da Olav Lundanes avsluttet sin karriere som internasjonal toppløper, etter å ha vært i verdenstoppen i mange år og etter å ha vært en stor bidragsyter til klubbens resultater i alle årene fra han flyttet til Halden i 2009.

Olav har vunnet hele ti VM-gull, fire EM-titler og gått til topps i NM 25 ganger. Seks av VM-triumfene kom på langdistanse - fra en av de største utøverne i Halden og Norge gjennom tidene.



Foto: Erik Borg

Junior

Juniorgruppa har i år bestått av 16 utøvere hvorav 13 stykker har deltatt på ett eller flere terminfestede o-løp. Det er en stabil gruppe som også deltar hyppig på klubbens treninger.

Gruppa har bestått av: Henrik Julian Fontes Aarbu, Herman Lien Backstrøm, Inès Berger (bosatt i Sveits), Linus Bjørke, Peder Bryggen, Sebastian Bøhn Bryntesen, Jonathan Eylertsen, Peder Aabogen Haugaard, Balder Hasvik Larsen, Lea Martanova (bosatt i Tsjekkia), Alina Niggli (bosatt i Frankrike), Emma Helene Olsen, Sigurd Saxe Sandvik, Elias Thoresen, Michaela Dittrichová (bosatt i Tsjekkia) og Jakob Torgersen.

Trenerteamet for juniorene har bestått av Raúl Ferra og Tore Sandvik, med Pål Backstrøm som juniorleder.

Etter et par år med begrensninger p.g.a. pandemien, har juniorene endelig hatt en normal sesong. Dessverre har noen av løperne slitt med skader og sykdom, men likevel har det blitt oppnådd mange gode plasseringer og prestasjoner. Fra norgesmesterskapene bør nevnes Herman Lien Backstrøms 9. plass i NM Knockout sprint, Sigurd Saxe Sandviks 12. plass i NM mellomdistanse og Peder Bryggens 18. og 20. plass i henholdsvis NM Knockout sprint og NM mellomdistanse. Alle plasseringene kvalifiserte til NM-premier.

I Norgescupen for juniorer, som i år besto av 14 konkurranser, fikk følgende juniorer en sammenlagt plassering: Herman Lien Backstrøm (H17-18) nr. 28, Peder Bryggen (H17-18) nr. 32, Henrik Julian Fontes Aarbu (H17-18) nr. 54, Balder Hasvik Larsen (H17-18) nr. 61, Sigurd Saxe Sandvik (H19-20) nr. 31, Inès Berger (D19-20) nr. 38, Lea Martanova (D19-20) nr. 45 og Alina Niggli (D19-20) nr. 58.



I NM junior stafett stilte Halden SK ett lag i jenteklassen og to lag i gutteklassen. Dessverre fikk bare ett av lagene et godkjent resultat. Likevel lover det godt for fremtiden, ettersom alle som løp på lagene også er juniorer neste år. Spesielt må det nevnes at hele jentelaget og to av gutteløperne var 16-åringer. De som løp på lagene var Sigrid Schmitt Gran (D 16), Inger Anne Svendsby Braarud (D 16), Åse Kjerkerit Valero (D 16), Peder Bryggen (H 18), Sigurd Saxe Sandvik (H 19), Herman Lien Backstrøm (H 18), Martin Bryggen (H 16), Sverre Sandvik (H 16) og Henrik Julian Fontes Aarbu (H 17).

Med økonomisk hjelp fra Halden Skiklubb stiftelse til fremme av friluftsliv, orientering og skisport i Halden, ble det i år arrangert en egen juniortur til Jukola. Arrangementet gikk i år like utenfor Aabo. Med felles base i militærtelt like ved arena, ble det en lærerik og vellykket tur. Stor takk til Tore Sandvik som var prosjektleder og Bjørn Aarbu som stilte opp som sjåfør. Følgende juniorer deltok på turen: Henrik Julian Fontes Aarbu, Herman Lien Backstrøm, Peder Bryggen, Jonathan Eylertsen, Peder Aabogen Haugaard og Sigurd Saxe Sandvik.

Treningstilbudet i klubben har vært godt gjennom hele året og juniorene har deltatt sammen med seniorløperne på de ukentlige treningene. De tekniske øktene har vært laget av Raúl Ferra. Tore Sandvik har fulgt opp juniorene på treningene.

Også i år har det via Haldens SKs hjemmeside vært mulig å laste ned treningsløyper. Juniorgruppa har hatt det totale ansvaret med å lage løypene (B- og C- nivå) og henge ut og ta inn postene. Løypene har vært tilgjengelige i gitte perioder og har også blitt benyttet som en del av treningsopplegget til UFO.

Følgende løyper har blitt laget:

Uke	Sted	Tema	Ansvarlig
17 - 19	Kjeøya	Mellomdistanse	Peder Aabogen Haugaard
21 – 23	Asakåsen	Mellomdistanse	Sigurd Saxe Sandvik
35 – 36	Berg	Sløyfer	Peder Bryggen
37	Hovsfjellet	Mellomdistanse	Balder Hasvik Larsen
38	Strupesbogen	Mellomdistanse	Sigrid Schmitt Gran

Herman Lien Backstrøm har vært ungdomsrepresentant i Østfold Orienteringskrets og har deltatt på kretsstyremøtene.

Fra neste sesong vil to løpere (Jacob Torgersen og Linus Bjørke) gå over til seniorklassen. Samtidig vil følgende 16-åring rykke opp i juniorklassen: Martin Bryggen, Sigrid Schmitt Gran, Åse Kjerkreit Valero, Sverre Sandvik og Inger Anne Svendsby Braarud. Det lover med andre ord godt for en stor og stabil juniorgruppe også i 2023.

Bredde

Det har vært en rekke aktiviteter som er knyttet til breddegruppa i året som har gått. Følgende trekkes fram:

Nybegynnerkurs ble arrangert over to torsdager på Høiås, 21. og 28. april. Kurset var vellykket. Det deltok 12 personer på kurset, mange av dem foreldre av barn i UFO. Irene Felde Olaussen var kursleder og fikk hjelp av 3-4 hjelpeinstruktører.



15-stafetten ble arrangert ved Skullerudstua i Oslo i mai. Klubben deltok med 2 lag (2. laget med noen løpere lånt fra andre klubber). 1. laget vårt fikk 5. plass mens 2. laget ble nr. 19 av totalt 32 lag som deltok.

Klubb-KM-stafett ble arrangert i Trøgstad av Indre Østfold OK 12. juni. Fra HSK deltok fire lag som oppnådde hhv. 3., 11. 12. og 14. plass. Laget som ble nr. 3 og som besto av Jens Erik Mjølnerød, Øyvind Helgerud og Bodil Helgerud, var bare 38 sekunder bak Fredrikstad SK som vant, og tapte spurtoppgjør med OK Moss om 2. plassen.

Haldenmesterskapet gikk av stabelen 14. juni i nydelig sommervær. HSK var arrangør og løpet gikk ved Stenklopp i Berg. Det ble løpt 3 løyper i de fleste klasser; 500 meter, 1000 meter og 1500 meter. I tillegg var det egen nybegynnerløype. Totalt var det nærmere 50 deltakere.



25-manna ble som vanlig avholdt i starten av oktober. Endelig kunne igjen busser fra Halden sette kursen mot Stockholm for verdens største klubbstafett, som pga. korona ikke hadde vært avholdt siden 2019. I år stilte vi med to lag. 1. laget fikk en flott 15. plass, mens 2. laget løp inn til 113. plass.

Skolleborgturen ble arrangert i tradisjonell stil siste helgen i november. I alt 25 deltakere fordelte seg mellom løypelengdene 20 og 25 km, som startet på Skolleborg, og 12 km, som startet på Hjortsberg. Det ble mat og drikke til alle som kom seg til Høiås.

Halden SK har en stor gruppe aktive breddeløpere som hevder seg i internasjonale, nasjonale, og regionale konkurranser. Vi viser til resultatdelen i slutten av o-gruppas årsberetning, for noen av resultatene.



Media og Synlighet

Etter noen år med lite aktivitet har o-gruppa i 2022 hatt fokus på synlighet, og sosiale media har blitt benyttet aktivt til dette. Ansvar for publisering har blitt fordelt ut på både medlemmer i o-gruppa og andre medlemmer (aktive, ledere, supportere), som alle har vært positive til

forespørslene om å bidra. I tillegg til planlagte publiseringer har medlemmer med tilgang til HSKs nettsider, Facebook og Twitter publisert på egenhånd. Vi ønsker i denne sammenheng å trekke fram Raúl sine mange innlegg fra treninger på Twitter, som har vært sentralt for å synliggjøre treningstilbudet i klubben. Sammen med artikler og innlegg skrevet av klubbens andre grupper, har dette ført til en levende nettside og mange oppslag på Facebook og Twitter.

I vintermånedene, men relativt få konkurranser, ble nye klubbmedlemmer presentert. I tillegg ble det publisert artikler fra alle treningssamlinger og enkelttreninger i Halden. Etter at konkurransesesongen startet opp for fullt, har det vært skrevet kortere eller lengre artikler fra flertallet av konkurransene denne sesongen.

Lokalavisa HA-Halden er viktig i Halden, og har i perioder fått tilsendt tips og artikler fra våre aktiviteter. Mange av disse har kommet på trykk under Lokalsporten på ha-halden.no, men langt færre er funnet verdig en plass i papiravisa. O-gruppa synes dette er litt leit, med tanke på det høye nivået som er på orienteringsidretten i Halden og de oppslagene man tidligere har fått.

Vi registrerer også at innlegg og artikler fra våre sosiale medier har blitt delt på orientering.no, noe vi synes er svært positivt.

Halden skiklubb har de siste årene fått mange nye medlemmer fra utlandet, men færre har kommet fra andre norske klubber. For å gjøre tilbudet og det gode orienteringsmiljøet mer kjent for norske topp- og breddeløpere, ble det i forkant av Blodslitet laget en flyer som beskrev dette. Flyeren ble første gang delt ut på Blodslitet.

Har du høye ambisjoner som o-løper – eller bare ønsker å være i et sosialt og inkluderende orienteringsmiljø – KOM TIL HALDEN!



Høye sportslige mål og unikt klubbmiljø
Halden SK har høye sportslige mål og en historikk av toppresultater vi er stolte av. Vi har blant annet 15 ulike verdensmestre, 10 medaljer i junior-VM, 12 seire i Tiomila, 12 seire i og 7 seire i 25-manna.

Mange aktiviteter og treningstilbud favner flere treningsgrupper (ungdom, bredde, elite) og skaper et unikt klubbmiljø. Ved klubbhytta Høiås møtes store og små, bredde og elite til hver sine treningsopplegg. Etter trening er det dusj og badstu, og avslutning med vaffel og prat inne på hytta.

Hva kan vi tilby?

- ✓ Individuell oppfølging, tilrettelegging og skadeforebyggende tiltak til toppløpere og satsende juniorer
- ✓ Et sosialt og inkluderende treningsmiljø for alle! Bredde og elite
- ✓ Gode treningssamlinger både i og utenfor Halden, og gode reiseopplegg til prioriterte konkurranser
- ✓ Ansatt hovedtrener som sammen med øvrig støtteapparat gir deg topp kvalitet på alle treninger, både innenfor individuelle løp og stafetter, sprint og skogsorientering
- ✓ Matching med toppløpere på daglige treninger og samlinger
- ✓ 5 fellestreninger i uka
- ✓ Mange løyper tilgjengelig utenom fellestreningene
- ✓ Halden-huset og Høiåshytta som utgangspunkt for sosiale aktiviteter



Frå det øyeblikket vi kontaktet klubben har jeg blitt møtt med omsorg, nysgjerrighet og varme. Jeg føler virkelig at hele klubben heier på meg.
Håvard Wedege

I Halden SK er det lett å føle seg inkludert uansett nivå. Amalie Wedege

Resultater 2022 – O-gruppa

Internasjonalt

VM

Topp 6	Sprint: 5. Elena Roos Sprintstafett: 4. Elena Roos, 6. Adrien Delenne
Topp 20	Sprint: 15. Riccardo Scalet, 16. Adrien Delenne, 17. Ana Isabel Toledo Navarro, 19. Alvaro Casado Knockout Sprint: 7. Elena Roos, 8. Adrien Delenne, 9. Ana Isabel Toledo Navarro, 13. Riccardo Scalet, 19. Alvaro Casado Sprintstafett: 14. Ana Isabel Toledo, Alvaro Casado, 16. Riccardo Scalet

EM

Gull	Stafett: Magne Dæhli
Topp 20	Lang: 12. Magne Dæhli Mellom: 19. Elena Roos Stafett: 4. Elena Roos

World Cup

Sammenlagt herrer	25. Magne Dæhli, 57. Riccardo Scalet, 61. Adrien Delenne
Sammenlagt damer	7. Elena Roos, 30. Hanna Wisniewska, 67. Jo Shepherd, 91. Eliska Sieglova
Topp 20-plasseringer utenom VM/EM	Elena Roos: 3, 6, 7, 13 Magne Dæhli: 18 Adrien Delenne: 16

Junior-VM

Topp 20	Stafett: 4. Alina Niggli Middle: 6. Alina Niggli Lang: 19. Alina Niggli
---------	---

Junior-VM Ski-o

Topp 6	Lang: 3. Alina Niggli Sprint: 3. Alina Niggli Middle: 4. Alina Niggli Stafett: 6. Alina Niggli
--------	---

Veteran-VM (topp 3)

Lang	3. Tore Sandvik (H 50)
------	-------------------------------

NORGESMESTERSKAP

NM sprint D/H 21

D21E	16. Jo Shepherd
H21E	12. Niels Christian Hellerud
H 17-18	22. Herman Lien Backstrøm, 51. Peder Bryggen

NM knockout sprint

D 21-	11. Jo Shepherd, 18. Iliana Ilieva
H 17-18	9. Herman Lien Backstrøm, 18. Peder Bryggen
H 21-	6. Niels Christian Hellerud

NM sprint stafett

DHHD	16. Halden SK 1 (Jo Shepherd, Niels Christian Hellerud, Herman Lien Backstrøm, Iliana Ilieva)
------	---

NM langdistanse

D 21-	19. Iliana Ilieva, 20. Jo Shepherd
H 17-18	29. Peder Bryggen
H 21-	2. Magne Dæhli , 23. Håvard Wedege, 28. Niels Christian Hellerud, 40. Øyvind Helgerud

NM mellomdistanse

H 17-18	20. Peder Bryggen, 28. Herman Lien Backstrøm, 33. Balder Hasvik Larsen, 40. Henrik Julian Fontes Aarbu
H 19-20	12. Sigurd Saxe Sandvik
D 21 A-finale	26. Bodil Helgerud
H 21 A-finale	12. Håvard Wedege, 22. Niels Christian Hellerud
H 21 B-finale	45. Bendik Eliassen

NM stafett

H 17	3. Halden SK 1 (Niels Christian Hellerud, Håvard Wedege, Magne Dæhli) 23. Halden SK 2 (Markus Holter, Thomas Natvig Årstad, Bendik Eliassen) 36. Halden SK 3 (Mats Haldin, Tore Sandvik, Øyvind Helgerud) 56. Halden SK 4 (Peder Bryggen, Sigurd Saxe Sandvik, Henrik Julian Fontes Aarbu)
D 17	16. Halden SK 1 (Jo Shepherd, Bodil Helgerud, Iliana Ilieva) 25. Halden SK 2 (Vendula Haldin, Karianne Hauge, Elin Cathrine Hagen)

NM junior stafett

H 17-20	16. Halden SK 2 (Martin Bryggen, Sverre Sandvik, Henrik Julian Fontes Aarbu)
---------	--

NM ultralang med publikumsløp

H 17-18 NM	30. Peder Bryggen
H 21-NM	16. Øyvind Helgerud

NM Pre-o

PreO	4. Martin Jullum
TempO	5. Martin Jullum

Veteranmesterskap sprint

D 35-	1. Iliana Ilieva
D 40-	1. Heidi Stokseth
H 40-	2. Lacho Iliev
H 50-	1. Øyvind Stokseth
H 65-	9. Tor Ragnar Andersen

Veteranmesterskap langdistanse

D 35-	1. Iliana Ilieva
D 40-	1. Bodil Helgerud , 4. Heidi Stokseth
H 45-	1. Øyvind Helgerud
H 50-	9. Øyvind Stokseth, 10. Kjetil Bjørlo
H 60-	2. Jon Steinar Mjølnerød
H 65-	5. Eirik Nordbrøden

Veteranmesterskap mellomdistanse

D 35-	2. Iliana Ilieva
H 40-	5. Lacho Iliev
H 60-	6. Jon Steinar Mjølnerød

STAFETTER

Tiomila

Tiomilakavlen	8. Halden SK 1 (Elias Bäcklund Ekvall, Mats Nordbrøden, Håkon Raadal Bjørlo, Viktor Wassén, Martin Roudný, Håvard Wedege, Thomas Natvig Årstad, Riccardo Scalet, Niels Christian Hellerud, Magne Dæhli) 111. Halden SK 3 (Andreas Johansson, Raúl Ferra, Lacho Iliev, Peder Haugaard, Øyvind Helgerud, Peder Bryggen, Lasse Grøn, Magnus Nordbrøden, Hanna Wey, Bjørn Axel Gran)
Damkavlen	19. Halden SK 1 (Ana Isabel Toledo Navarro, Eliška Siegllová, Maëlle Beauvir, Svetlana Mironova, Elena Roos) 37. Halden SK 2 (Alina Niggli, Jo Shepherd, Elena Pezzati, Kine Dæhli, Hanna Wey)

Tiomila	
	43. Halden SK 3 (Lea Martanova, Bodil Helgerud, Ingrid Bronebakk, Iliana Ilieva, Vendula Haldin)
	57. Halden SK 4 (Michaela Dittrichová, Sigrid Schmitt Gran, Hanna Wisniewska, Ida Marie Bjørgul Lundanes, Minna Wingstedt)
Jukola	
Damer	18. Halden SK 1 (Maelle Beauvir, Lizzie Ingham, Eliska Sieglova, Svetlana Mironova)
	46. Halden SK 2 (Ana Isabel Toledo, Hanna Wey, Kine Dæhli, Alina Niggli)
	DSQ Halden SK 3 (Ines Berger, Bodil Helgerud, Sigrid Schmitt Gran, Lea Martanova)
Herrer	9. Halden SK 1 (Guilhem Elias, Elias Backlund, Håkon Raadal Bjørlo, Viktor Wassen, Havard Wedege, Niels Christian Hellerud, Magne Dæhli)
	67. Halden SK 2 (Timo Tantanini, Mats Nordbrøden, Csaba Gerber, Bendik Eliassen, Herman Lien Backstrøm, Øyvind Helgerud, Dawid Stefanski)
	262. Halden SK 3 (Raúl Ferra, Peder Haugaard, Tore Sandvik, Henrik Aarbu, Marieluise Schmitt Gran, Peder Bryggen)
25manna	
25manna	15. Halden SK 1 (Hanna Wisniewska, Niels Christian Hellerud, Tore Sandvik, Kjetil Bjørlo, Bodil Helgerud, Sverre Karenus Sandvik, Ellen Kathrine Svendsby, Ville Wingstedt, Minna Wingstedt, Sigrid Schmitt Gran, Dawid Stefański, Csaba Gerber, Bendik Eliassen, Viktor Wassén, Ingrid Bronebakk, Karoline Aune, Kine Dæhli, Hedda Raadal Bjørlo, Emil Wingstedt, Mats Nordbrøden, Elias Bäcklund Ekvall, Håvard Wedege, Martin Bryggen, Jo Shepherd, Magne Dæhli)
	113. Fredrikstad SK / Halden SK / NTNUI 2 (Hanne Vassend, Herman Lien Backstrøm, Andrei Zhuravlev, Mathias Pedersen Holmskau, Jens Erik Mjølnørød, Jørn Nordbrøden, Amalie Wedege, Johan Fredrik Svendsby Braarud, Håkon Bryggen, Joel Bronebakk Johansson, Peder Bryggen, Sigurd Saxe Sandvik, Lasse Grøn, Øyvind Helgerud, Guro Bryggen, Vika Zhuravleva, Hanne Lerche Raadal, Ingrid Pedersen Holmskau, Henrik Julian Fontes Årbu, Raúl Ferra, Andreas Johansson, Jonas Sand, Inger Anne Svendsby Braarud, Malin Sand, Bjørn Brække)
Night Hawk	
Masters Women	1. Halden SK (Bodil Helgerud, Ellen Kathrine Svendsby, Ingrid Kronborg Bronebakk)

NORGESCUP

Norgescup sammenlagt (topp 20)

H21- 17. Håvard Wedege, 18. Niels Christian Hellerud

Norgescup individuelt (topp 3, ink. NM)

Magne Dæhli: 2

KRETSMESTERSKAP

Inkludert klasser uten KM-status

KM Sprint

D 21- 2. Jo Shepherd, 3. Iliana Ilieva

D 50- 2. Inger Helene Kjerkreit

H 17-20 1. Herman Lien Backstrøm, 3. Peder Bryggen, 5. Henrik Julian Fontes Aarbu

H 50- 2. Øyvind Stokseth

H 60- 1. Tor Ragnar Andersen, 2. Jan Granstedt

KM Mellom

D 17- 1. Svetlana Mironova, 4. Kine Dæhli, 6. Iliana Ilieva

D 40- 1. Ingrid Kronborg Bronebakk, 2. Vendula Haldin, 3. Malin Sand, 6. Heidi Stokseth

D 50- 1. Ellen Kathrine Svendsby, 4. Frauke Schmitt Gran

D 60- 6. Anne Julsrud Haugen

H 17- 1. Magne Dæhli, 3. Håvard Wedege, 7. Mats Haldin, 8. Bendik Eliassen, 11. Tore Sandvik, 15. Raúl Ferra, 16. Peder Bryggen

H 40- 1. Marius Bjugan, 3. Øyvind Stokseth, 4. Lacho Iliev, 5. Andreas Johansson

H 50- 10. Bjørn Axel Gran

H 60- 6. Tor Ragnar Andersen, 7. Eirik Nordbrøden

KM stafett

D 17- 1. Halden SK 1 (Kine Dæhli, Bodil Helgerud, Iliana Ilieva)

H 17- 1. Halden SK 1 (Markus Holter, Håvard Wedege, Bendik Eliassen)

KM-natt

D 40- 1. Anja Wingstedt

H 40- 5. Lacho Iliev, 12. Eirik Nordbrøden

H 50- 5. Bjørn Axel Gran

KM Lang

D 40- **2. Vendula Haldin, 3. Bodil Helgerud**, 5. Guro Bryggen

D 50- **1. Ellen Kathrine Svendsby, 2. Runa Lien Backstrøm**

H 17-20 **3. Henrik Julian Fontes Aarbu, 4. Peder Bryggen**

H 40- **1. Fredrik Eliasson**

H 50- **2. Øyvind Stokseth**

H 60- **3. Tor Ragnar Andersen**

D 21- **1. Iliana Ilieva, 2. Jo Shepherd**

H 21- **2. Øyvind Helgerud**

Klubb KM Stafett

3. Halden SK

Årsberetning BARNE- OG UNGDOMSGRUPPA (UFO)

Sammensetning/ansvar:

UFO-styret for 2022 har bestått av Ellen Kathrine Svendsby (leder), Anja Wingstedt (sportslig leder), Miguel Valero (økonomiansvarlig), Lene Sandvik, Guro Bryggen, Christian Nicolai Bjørke og Hilde Bekkevard. Det har vært avholdt 7 UFO styremøter i 2022, alle på Teams. Arbeidsoppgaver har blitt jevnt over fordelt på alle medlemmene i styret.

Trening, treningsgrupper og tilrettelegging

Første halvdel av 2022 var preget av korona. Det var derfor nødvendig med tilpasninger av treningstilbud underveis, etter gjeldene retningslinjer fra FHI. Forhåndspåmelding til alle treningene har gjort at vi har kunnet planlegge inndeling i de ulike gruppene på forhånd. Denne strukturen fortsatte vi med også etter at restriksjoner var opphevet, da vi så at det også ga et kvalitetssikret utbyttet av våre treninger for det enkelte barn/den enkelte ungdom.

Vi har hatt godt oppmøte på alle våre treninger. Spesielt torsdager på Høiås har vært populære og det har i snitt møtt opp mot 60 UFOer hver uke. På slutten av 2022 telte vi i alt 89 innmeldte barn/ungdom fordelt på våre tre grupper. Til sammenligning var vi på slutten av 2021 77 aktive. Det har vært bra rekruttering dette året, med tanke på at det er flere som har sluttet underveis og at det har vært naturlig frafall blant de største som går over til juniorgruppa. Det har vært størst økning av antall barn i alderen 10-12 år. Antallet fordeler seg slik i år:

- Gruppe 7-9 år - UFO-mikro (42 stk.)
- Gruppe 10-12 år (33 stk.)
- Gruppe 13-16 år (14 stk.)

Oversikt over treningstilbud som har vært gitt i løpet av året

Mandag: Innendørstrening på Gimle skole for de som er 10-16 år. Innetreningen har oppstart etter høstferien og varer frem til påskeferien. Dette er en aktivitet som klubbens juniorer/eldre ungdom har ansvar for. Det legges opp til styrke, ballspill og diverse leker. Og for noen en løpetur ute først. Fra nyttår og frem til påske var treningen delt i to grupper (10-12 år og 13-16 år) med trening til 2 ulike klokkeslett. Fra høstferien og til jul, har det vært et treningstilbud for alle aldre (10-16 år).

Tirsdag: Intervaller sammen med resten av klubben. Sted: Festningen, Rødsparken, Venås, Bratner eller Halden Stadion. Treningen er først og fremst rettet mot 13-16 år, men det er mulighet for alle å bli med. Det har vært bra fremmøte av UFO-ungdommer gjennom hele året. En trener er alltid til stede og samler gjengen.

Onsdag: Treningsløp ulike steder i Halden med løype for alle grupper (B og C nivå). Oppstart etter påskeferien, med varighet frem til sommerferien, og etter sommerferien frem til høstferien. Treningen er for alle grupper. Det er alltid en trener til stede for veiledning. Gjennom vinteren tilbys det o-teknisk natt-trening for 15-16-åringene denne dagen sammen med resten av klubben.

Torsdag: Trening på Høiås for alle aldre med varighet fra 1-1 ½ time. Fokus på lek, moro og løpstrening med innslag av ulike orienteringsmomenter. Denne treningen har størst oppmøte av barn og ungdom. I løpet av vinterhalvåret har vi benyttet skolekartene i Halden som en erstatning til Høiåstreningene, dette for å skape litt variasjon og fordi det ofte er bedre treningsforhold i bynære områder.

Lørdag: Lørdagstrening med o-teknisk økt i terreng i Haldenområdet, i samarbeid med resten av klubben. Primært for 13-16 år, men alle kan delta. Enkelte ganger i samarbeid med andre Østfoldklubber, lagt opp som trening eller løp med tidtaking.

Søndag: Langtur med resten klubben fra Hjortsberg Skole. Primært for 15-16-åringer.

Hovedtrener dette året har vært Anja Wingstedt. Hun har hatt med seg følgende personer fordelt på de ulike aldersgruppene (noen kun vår eller høst, andre både vår og høst):

- 1) Gruppen 6-9 år:** Vendula Haldin, Heidi og Øyvind Stokseth, Bodil og Øyvind Helgerud og Malin Sand.
- 2) Gruppen 10-12 år:** Guro Bryggen og Fredrik Delås, Malin Sand, Marius Bjugan og Øivind Stokseth
- 3) Gruppen 13-16 år:** Anja Wingstedt og Ellen Kathrine Svendsby

UFO har i løpet av 2022 benyttet 10% av Halden skiklubb sin trenerressurs til å legge o-løyper og planlegging av enkelte treningsøkter. Det har vært til hjelp som en kvalitetssikring av treningsopplegget til våre barn og ungdom i klubben.

Innetreningen på mandager har følgende juniorer/eldre ungdom hatt ansvar for i 2022: Liam Wingstedt, Jacob Eylertsen, Sverre Sandvik, Jonathan Eylertsen, Marie Lien Backstrøm og Josefine Eylertsen.

I tillegg har vi hatt god hjelp av foreldre på torsdagstreningene. Det er en bistand vi er avhengig av for å kunne gjennomføre treningen. Med så mange barn og ungdommer til stede på hver trening, og med begrenset trenerressurser, må vi dele dem inn i små grupper ut fra nivå og interesser. Vi ønsker at alle skal føle seg trygge i skogen, samtidig som de skal få passe med utfordringer slik at de utvikler de o-tekniske ferdighetene.

Kveldsmat: Hver torsdag kan alle barn og ungdommer spise kveldsmat inne på hytta etter treningen. Dette ser vi er et svært populært tilbud som er viktig for UFO-gruppen. Her skapes det samhold, man blir bedre kjent med hverandre, og det blir en fin avslutning på treningen. Det serveres enkel kveldsmat med brød, pålegg, vann og frukt. I vårens koronatid, serverte vi noen ganger vafler (pga. stengt hytte), og det har vært grilling av pølser ved spesielle anledninger som erstatning til ordinær kveldsmat.

Dugnader: I år har UFO hatt ansvar for bemanning av kiosken på Halden O-Meeting og Grenserittet. På disse arrangement har flere UFO-foreldre stilt opp med salg av diverse kioskarer som pølser, hamburger, kaker, kaffe, brus og lignende.

Rekrutteringsprisen 2022

Halden Skiklubb fikk tildelt Norges Orienteringsforbunds rekrutteringspris for 2022. I begrunnelsen står det at klubben etter nedgang i antall ungdommer over flere år fram til 2020 bestemte seg for at ungdomsavdelingen skulle gjøre en helhjertet satsing på barne- og ungdomsidretten. Deretter har det vært et solid og målrettet rekrutteringsarbeid, som har resultert i mange nye rekrutter og økt deltakelse blant barn og unge. Dette har de kombinert med fokus på opplæring og oppfølging av nye foreldre. Samtidig som de hele veien har jobbet bevisst med sosiale og miljøskapende tiltak for å skape samhold. Juryen i kåringen gir Halden SK ros for at de har klart å engasjere ressurspersoner i klubben over tid, for det tar tid og krever kontinuitet om en skal lykkes med godt rekrutteringsarbeid i praksis!

Oppsummering aktiviteter og turer i 2022

Dato	Aktivitet	Alders- gruppe	Deltakere fra UFO	Prosjektleder
17. mars	Foreldremøte	Alle – fordelt på 2 møter	14 + 20	Ellen Kathrine Svendsby/ Anja Wingstedt og Heidi Stokseth/ Vendula Haldin
19. mars	Sesongoppstart	13-16 år	10	Anja Wingstedt, Fredrik Delås og Ellen Kathrine Svendsby
13.-18. april	JK	15-16 år	6	Emil Wingstedt
7. mai	Tio	10-16 år	17	O-gruppa
26. mai	Kvist Kvaset	13-16 år	7	Anja Wingstedt
27.-29. mai	Unionsmatch sammen med kretsen	13-16 år	10	Ellen Kathrine Svendsby
4.-6. juni	Pinsetur – Hedmarken	Alle	13	Marius Bjugan
17.-18. juni	Overnattingstur	10-12 år	8	Hilde Bekkevard, Guro Bryggen
20.-21. aug.	NightHawk	12-16 år	8	Ingrid Bronebakk og Ellen Kathrine Svendsby
17.-18. sept.	Ungdomsseriefinale med etter finale på Høyås	13-20 år	6	Anja Wingstedt og Ellen Kathrine Svendsby
23.-24. sept.	O-troll leir	9-13 år	26	Vendula Haldin, Ingrid Bronebakk, Karianne Hauge
26. sept.	Barneidrettens dag	For alle i Halden		Bodil Helgerud og Karianne Hauge, Fredrik Signebøen
20. okt.	Foreldremøte	Alle foresatte – 2 møter	12 og 15	Guro Bryggen/ Ellen Kathrine Svendsby og Vendula Haldin og Heidi Stokseth
3. nov.	Skrekk og gru	6-16 år	32	Vendula Haldin
27. nov.	Skolleborgtur	10-16 år	7	Trenerne
11.-13. nov.	o-event	Alle	20	Anja Wingstedt
15. des.	Nissejoggen/ juleavslutning	Alle		Bodil Helgerud og Vendula Haldin

Arrangement som kan nevnes spesielt er:

- I påsken reiste 6 ungdommer sammen med 2 ledere til Wales for å løpe JK. Det var en spent gjeng som dro for å teste nytt og annerledes terreng. De kom hjem med gode erfaringer fra nye steder og bekjentskap på tvers av nasjonaliteter. Flere gode prestasjoner ble det også. Det kan nevnes at en tur innom London ble et av høydepunktene.
- Sommer o-skole ble arrangert også i år, denne gangen med base på Høyåshytta 1.-3. august. Anders Felde Olaussen som sto for opplegget, og han hadde med seg Inger Anne Svendsby Braarud og Åse Valero Kjerkreit til å hjelpe til. Lene Sandvik holdt i trådene og organiserte det hele. 26 deltagere mellom 9 og 12 år, med og uten o-erfaring, deltok på o-skolen.

- Hovedløpet og O-landsleiren var i år lagt til Sandnes, og ble arrangert av Sandnes Idrettslag 6.-10. august. Halden SK hadde med 7 løpere: Sigrid Schmitt Gran, Inger Anne Svendsby Braarud, Åse Valero Kjerkreit, Sverre Sandvik, Martin Bryggen, Minna Wingstedt og Fredrik Signebøen. Disse kom hjem med mange gode prestasjoner og mange erfaring rikere, og knyttet forhåpentligvis nye vennskap på tvers av klubber og kretser. Emil Wingstedt og Tore Sandvik stilte opp som ledere på Hovedløpet og Guro Bryggen på o-landsleiren.
 - I ungdomsserien har det vært meget god deltagelse fra våre UFOer dette året. Halden SK vant også i år sammenlagtseieren, og i finalen stilte vi med i hele 60 HSK-ere! I gjennomsnitt stilte vi med over 40 løpere på hvert løp. I tillegg til klubbkonkurransen vant vi klassene N-åpen, D/H9-10 og delte seier med Fredrikstad i klassen D/H11-12
- 
- Night Hawk ble arrangert på Ringerike 20.-21. august. Halden SK stilte med ett jentelag og to guttelag. Jentelaget med Sigrid Schmitt Gran og Inger Anne Svendsby Braarud stakk av med seieren. Guttelaget med Martin Bryggen, Sverre Sandvik og Ville Wingstedt ble nr. 10 og laget med Joel Bronebakk, Johan Fredrik Svendsby Braarud og Fredrik Signebøen endte på 21. plass.
 - O-troll-leiren for 9-13-åringene ble arrangert av Fredrikstad Skiklubb, med Skihytta som base. Denne gangen med overnatting, og hele 26 HSK-barn som deltok. Det var lagt opp til en o-aktivitet, andre aktiviteter og masse sosialt.
 - Halden skiklubb hadde ansvar for å arrangere årets siste ungdomsserieløp, og i etterkant en etterfinale for alle i kretsen mellom 13 og 20 år. 23 ungdommer fra ulike klubber ble igjen på Høiåshytta, der ungdomsserien ble arrangert, og hvor overnattingen ble gjennomført. Myr fotball, øvelser for å styrke samhold, kortspill, gjemsel var ulike aktiviteter som ble gjennomført på og rundt hytta. Og masse god mat og snacks etter hvert.
 - 17.-18. juni ble det arrangert overnattingstur til Ulveholtet for 10-12-åringene. 8 barn pakket sekken med sovepose og liggeunderlag og tok turen innover til overnattingsstedet. På veien og vel inne på Ulveholtet var det ulike oppgaver som skulle løses.
 - O-idol, uoffisielt norgesmesterskap for 16-åringene, gikk av stabelen 24. september. Her fikk Sigrid Schmitt Gran med seg seieren hjem. Våre 16-åringene deltok også i NM junior stafett dagen etter, der de fikk prøvd seg i krevende løyper i tøft terreng.
 - O-Event i Borås 11.-13. november ble en flott avslutning på en lang sesong for de 20 UFOene som deltok. Her ble det Sprint By Night, Downhill Sprint og Zoorientering. Fartsfylte etapper som alle syntes var gøy. Flere av våre ungdommer bet godt fra seg og fikk med seg noen premier og gode erfaringer. Bussturen kan nevnes som et høydepunkt for flere.
 - Martin Bryggen vant Innsatsprisen for 2021. Han valgte å ta med seg alle som var med på O-Event i Borås på bowling.

Årsberetning Halden Skiklubb 2022





Utvalgte resultater UFO 2022:

HOVEDLØP

Hovedløpet lang

D15	1. Minna Sofie Wingstedt
D16	2. Sigrid Schmitt Gran, 26. Åse Valero Kjerkreit
H14	19. Fredrik Signebøen
H16	15. Sverre Sandvik, 17. Martin Bryggen

Hovedløpet sprint

D15	2. Minna Sofie Wingstedt
D16	7. Inger Anne Svendsby Braarud, 14. Åse Valero Kjerkreit
H14	16. Fredrik Signebøen
H16	23. Martin Bryggen, 25. Sverre Sandvik

Hovedløpet ski-orientering

D15	2. Minna Sofie Wingstedt
D16	4. Sigrid Schmitt Gran

KRETSMESTERSKAP (Inkludert klasser uten KM-status)

KM Sprint

N1-åpen	Kristine Hauge Bjugan, Eira Bronebakk Johansson, Tobias Haldin, Stian Iliev, Jo Henrik Kitterød Pettersen, Maren Signebøen, Athene Victoria Stokseth
D 11-12	1. Hanna Haldin, 6. Åsne November Bjørke
D 15-16	1. Sigrid Schmitt Gran, 4. Åse Kjerkreit
H 9-10	Elias Hauge Bjugan, Haakon Günther Fritzen, Magnus Ramfjord Holtan
H 11-12	1. Joel Bronebakk Johansson, 2. Håkon Bryggen
H 13-14	1. Ville Emil Wingstedt
H 15-16	3. Martin Bryggen, 6. Sverre Sandvik
H 13-16C	1. Sondre Signebøen

KM Mellom

N1-åpen	Kristine Hauge Bjugan, Eira Bronebakk Johansson, Frida Haldin, Tobias Haldin, Julian Iliev, Sven Sand, Maren Signebøen, Athene Victoria Stokseth
D 11-12	1. Hanna Haldin
D 15-16	1. Sigrid Schmitt Gran
H 9-10	Elias Hauge Bjugan, Stian Iliev, Troy Victor Stokseth
H 11-12	1. Joel Bronebakk Johansson, 2. Sixten Sand
H 13-14	1. Ville Emil Wingstedt, 4. Fredrik Signebøen, 5. Johan Fredrik Svendsby Braarud
H 15-16	1. Martin Bryggen, 8. Sverre Sandvik

KM stafett

D 13-16	4. Halden SK 1 (Inger Anne Svendsby Braarud, India Haavaldsen, Sigrid Schmitt Gran)
H 13-16	2. Halden SK 1 (Martin Bryggen, Ville Emil Wingstedt, Sverre Sandvik)

KM-natt

H 15-16	3. Martin Bryggen
D13-14	5. India Haavaldsen
H13-14	1. Ville Emil Wingstedt, 6. Johan Fredrik Svendsby Braarud, 7. Sean Christian Berget, 8. Hans Elias Moen, 9. Noah Ekstrøm

KM Lang

N1-åpen	Tobias Haldin, Eldar Helgerud, Ivar Helgerud, Felix Iliev, Julian Iliev, Athene Victoria Stokseth
D 9-10	Maren Signebøen
D 11-12	1. Hanna Haldin, 2. Kristine Bekkevard
D 15-16	1. Sigrid Schmitt Gran, 3. Inger Anne Svendsby Braarud
H 9-10	4. Stian Iliev, 5. Troy Victor Stokseth
H 11-12	1. Håkon Bryggen
H 13-14	1. Ville Emil Wingstedt, 3. Fredrik Signebøen, 5. Johan Fredrik Svendsby Braarud
H 15-16	1. Martin Bryggen

STAFETTER

Tiomila

Ungdomskavlen	32. Halden SK 1 (Sigrid Schmitt Gran, Sverre Karenus Sandvik, Sondre Signebøen, Minna Wingstedt, Martin Bryggen) 149. Halden SK 2 (Fredrik Signebøen, Kristine Bekkevard, Hanna Haldin, Inger Anne Svendsby Braarud, Ville Wingstedt) 214. Halden SK 3 (Joel Bronebakk Johansson, India Haavaldsen, Erle Grip, Håkon Bryggen, Johan Fredrik Svendsby Braarud)
---------------	---

Night Hawk

Jenter	1. Halden SK (Inger Anne Svendsby Braarud, Sigrid Schmitt Gran, Inger Anne Svendsby Braarud, Sigrid Schmitt Gran) 10. Halden SK (Sverre Sandvik, Martin Bryggen, Ville Emil Wingstedt, Martin Bryggen)
Gutter	21. Halden SK (Fredrik Signebøen, Joel Bronebakk Johansson, Johan Fredrik Svendsby Braarud, Fredrik Signebøen)

ANNET

Ungdomsserien (6 løp)

Topp 3 sammenlagt	1. Hanna Haldin, Joel Bronebakk Johansson, Ville Emil Wingstedt, Sigrid Schmitt Gran, Henrik Julian Fontes Aarbu 2. Håkon Bryggen, Fredrik Signebøen 3. Ole Christian Løchen, Johan Fredrik Svendsby Braarud
Klubbkonkurransen	1. Halden SK

Norsk O-Festival Sprint - Alle klasser

N1-åpen Athene Victoria Stokseth, Troy Victor Stokseth

D 16 1. Sigrid Schmitt Gran

H 16 22. Sverre Sandvik

Norsk O-Festival Vanlige klasser, mellomdistanse

N1-åpen Athene Victoria Stokseth, Troy Victor Stokseth

Norsk O-Festival DH 15 og 16

D 16 1. Sigrid Schmitt Gran

1. Sigrid Schmitt Gran

H 16 18. Sverre Sandvik, 24. Sverre Sandvik

Blodslitet

N1-åpen Kristine Hauge Bjugan, Tobias Haldin, Eldar Helgerud, Ivar Helgerud, Athene Victoria Stokseth, Troy Victor Stokseth

D 9-10 Eira Bronebakk Johansson

D 11-12 21. Kristine Bekkevard, 22. Erle Grip Kvalvik, 34. Hanna Haldin

D 15-16 4. Sigrid Schmitt Gran, 11. Minna Sofie Wingstedt, 12. Inger Anne Svendsby Braarud

H 9-10 Elias Hauge Bjugan, Haakon Günther Fritzen, Assar Sand

H 11-12 1. Joel Bronebakk Johansson, 11. Håkon Bryggen, 12. Sixten Sand

H 13-14 6. Fredrik Signebøen, 14. Ville Emil Wingstedt, 24. Johan Fredrik Svendsby Braarud

H 15-16 28. Sverre Sandvik

Priser

For 2022 er det delt ut tre priser til ungdomsløpere som har framhevet seg:

- *Petters pris* (beste plassering i hovedløpet): Minna Wingstedt
- *Arnestatuetten* (beste HSK'er 11-12 år på kretsranking): Joel Bronebakk Johansson og Hanna Haldin
- *Interoptiks innsatspris* (mest deltagelse på treninger og løp i 2022): Ville Wingstedt

Friskusmerke

I år ble det delt ut 20 Friskusmerker for barn i alderen 10-12 år. Valørene bestemmes ut fra deltakelse på forhåndsbestemte løp og aktiviteter gjennom året.

- *Gull*: Erle Grip Kvalvik, Hanna Haldin, Håkon Bryggen, Kristine Bekkevard, Silas Håkonseth, Åsne November Bjørke.
- *Sølv*: Edwin Flinth Rakstad, Joel Bronebakk Johansson, Ole Christian Løchen, Peder Vold, William Berget.

- *Bronse:* William Myklestad, Synne Holm Breda, Sixten Sand, Oliver Myklestad, Magnus Ramfjord Holtan, Håkon Gunther Fritzen, Gellert Endre Karosi, Cornelia og Aurora Sørensen Vinje.

Skaukarenes krus

I klassen D 11-12 ble Hanna Haldin (Halden SK) vinner med 49 poeng.

I klassen H 11-12 ble det en trippel til Halden SK. Vinner ble Joel Bronebakk Johansson (Halden SK) med 50 poeng, og full pott. Han vant foran Håkon Bryggen (Halden SK) med 48 poeng. Tredjeplassen gikk til Ole Christian Løchen (Halden SK) med 41 poeng.

I klassen H 13-14 ble Ville Emil Wingstedt (Halden SK) vinner med full pott og 50 poeng. Han vant en tett duell med klubbkamerat Fredrik Signebøen (Halden SK), som endte kun 1 poeng bak med 49 poeng.

Tusen takk til alle som har vært med på å gjøre en innsats for UFO i året som har gått!

Årsberetning BARNEIDRETTSGRUPPA

Medlemmer i barneidrettsgruppas styre for 2022 var: Kathrine Ahlsen Thoresen, Bodil Helgerud og Karianne Hauge Bjugan (leder)

Instruktører: Sigrid Schmitt Gran (vår og høst), Åse Valero Kjerkreit (vår), Emma Helene Olsen (vår), Sofie Hauge-Johansen (vår), Inger Anne Svendsby Braarud (høst), Emilie Wibe (høst) og Mathea Falch (høst).



Generelt:

Barneidrettsgruppa er et tilbud for barn fra 4 år til 10 år. Barna deles inn i grupper etter alder og aktivitetene tilpasses hver gruppe. Hver gruppe har 50 min treningstid i uken – de yngste fra kl. 17-17.50 og kl. 18-18.50 på mandager (2 grupper), og de eldste gruppene til samme tid på onsdager.

Opplegg:

Vi har jobbet med å videreføre, men samtidig fornye noe av opplegget fra tidligere år i 2022. Vår base er gymsalen på Låby skole hvor vi gjennomfører ulike innendørsaktiviteter. I tillegg legger vi opp til aktiviteter på de ulike sportsyttene samt andre gode oppholdsplasser for barn. De stedene vi har besøk i år er Høiås, Erte, Tistedal Skole, Venås, Gimle skole, Festningen, Rødsparken, Klatreparken og Halden stadion.

Det legges vekt på allsidighet slik at barna får mulighet til å prøve seg på diverse uteaktiviteter som orientering, sykling, klatring, friidrett og skogsturer etter reflekser i mørket. Inne på Låby legges det vekt på lekbasert tilnærming til ulike aktiviteter, alt fra sisten til hinderløyper, stafetter og ball-lek. Vi har også hatt dans. Vi har startet smått med å invitere noen eksterne instruktører i 2022. Våre instruktører er veldig allsidige og har gjennomført mange av øvelsene selv.

Barneidretten og UFO-mikro har også et godt samarbeide hvor barneidretten deltar på en UFO-mikrotrening på Høiås hver høst og vår og avslutter med kveldsmat inne på hytta. Dette har vært veldig populært og vi tror dette også kan være en god måte å rekruttere nye barn til HSK.

Tall:

Årsberetning Halden Skiklubb 2022

I 2022 er det avholdt 28 ordinære treningsøkter, en familietur til Ystehedeneset og en aktivitetsdag/juleavslutning på Høiås. På juleavslutningen på Høiås ble det delt ut ca. 70 juleposer til barn som var på Høiås (dette var ikke bare barn fra barneidretten). Planlegging i Barneidrettsgruppas styre foregår fortløpende med møter etter behov. 5-6 møter er avholdt. Kommunikasjon med trenere foregår før treningsstart eller på Messenger- eller mail-korrespondanse.

Aktivt deltagende barn var 66 på våren 2021/22, mens for sesongen 2022/23 er det 64 påmeldte barn. Det er hyggelig at barna kommer tilbake til oss igjen etter nedgangen i korona-perioden. Vi har brukt Facebook og HSK sine nettsider til markedsføring. Deltakeravgiften (betalt ved påmelding i høstsemesteret) har vært kr. 900 per barn; kr. 800 fra og med barn nr. 2 i samme familie. Barn i gruppe 1 betaler 500,-. Instruktørene har i år fått en lønn på 140,- i timen.



Program:



HALDEN SKIKLUBBS BARNEIDRETTSSKOLE
Ukeplan vår 2022. Gruppe 2 - Født 2016

Uke	Dato	AKTIVITET	Sted	Klokkeslett	Kommentarer
1	03.01	Aktivitet i ski/aking	Høiås	18.00-18.50	Uteaktivitet. Dersom det er snø vil vi gå på ski/ ake på Høiås. Ta med utstyr til begge aktivitetene.
2	10.01	UTE: Ski	Skianlegget på Erte	18.00-18.50	Oppmøte ved klubbhuset. Foreldre/foresatte må være til stede, og gjerne delta. Ta med eget skiutstyr.
3	17.01	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
4	24.01	UTE: Aking	Festningen	18.00-18.50	Oppmøte ved Festningskroa. Ta med akebrett. Foreldre/foresatte må være til stede. Dersom ikke snø, utelek på festningen.
5	31.01	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
6	07.02	Aktivitet i Gymsal /Ski/Aking/Skøyter	Låby/Høiås/ alternativt sted	18.00-18.50	Om vær og føreforhold tillater går vi på ski, aker og går på skøyter på Høiås eller et annet passende sted. Info sendes per e-post.
7	14.02	Aktivitet i gymsal/Ski/Aking/ Skøyter	Låby/Høiås/ alternativt sted	18.00-18.50	Om vær og føreforhold tillater går vi på ski, aker og går på skøyter på Høiås eller et annet passende sted. Info sendes per e-post.
8	21.02	Vinterferie			
9	28.02	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
10	07.03	UTE: Uteaktiviteter	Høiås	18.00-18.50	Oppmøte på plenen mellom hytta og utkikkstårnet. Ta med hodelykt selv. Vi har noen få lykter til utlån.
11	14.03	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
12	21.03	UTE: Orientering	Tistedal skole	18.00-18.50	Oppmøte ved ny parkeringsplass ved skolen.
13	28.03	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
14	04.04	UTE: sykling	Berg skole	18.00-18.50	Oppmøte i skolegården på Berg. Ta med sykkel og hjelm.
15	11.04	Påskeferie			
16	18.04	Påskeferie			
17	25.04	UTE: Orientering	Festningen	18.00-18.50	Oppmøte ved Festningskroa.
18	02.05	UTE: Klatring	Klatreparken	18.00-18.50	Oppmøte ved resepsjonen i «Klatring på grensen», Berg.
19	11.05 Onsdag	FELLES AVSLUTNING	Høiås	17.30-19.30	Felles avslutning for hele familien og for alle partier på idrettsskolen.



HALDEN SKIKLUBBS BARNEIDRETTSSKOLE
Ukeplan høst 2022. Gruppe 2 - Født 2017

Uke	Dato	AKTIVITET	Sted	Klokkeslett	Kommentarer
35	29.08	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	Oppstart med enkel info.
36	05.09	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
37	12.09	UTE: Postplukk og brikkeløp	Høiås	18.00-18.50	Oppmøte på plenen mellom hytta og utkikkstårnet.
38	19.09	UTE: Sykling	Låby	18.00-18.50	Oppmøte i skolegården på Låby. Ta med sykkel og hjelm.
39	26.09	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
40	03.10	Høstferie			
41	10.10	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
42	17.10	UTE: Friidrett	Halden stadion	17.00-17.50	Benytt inngangen fra Roald Amundsens gate.
43	24.10	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
44	31.10	UTE: Kveldsorientering	Gimle	18.00-18.50	Oppmøte skolegården (lekeapparater) på Gimle. Ta med hodelykt.
44	Søndag 06.11	Familietur til Ystehedeneset	P-plassen ved Skriverøya	11.00	For hele familien. Barn må være i følge med voksne. Ta med mat og drikke. Vi tenner bål, og det blir mulighet for grilling for dem som ønsker det. Mer info lenger nede på siden.
45	07.11	Dans	Låby	18.00-18.50	
46	14.11	UTE: Refleksløype	Venås	18.00-18.50	Møt opp ved p-plassen ved Venåshytta. Ta med drikke og godt fottøy, og hodelykt.
47	21.11	Aktivitet i gymsal	Låby	18.00-18.50	
48	28.11	Aktivitet i gymsal/Ski/Aking	Låby/Høiås	18.00-18.50	Om vær og føreforhold tillater går vi på ski og aker på Høiås. Info sendes per e-post.
48	Søndag 04.12	Aktivitetsdag på Høiås	P-plassen ved Demma.	11.00	For alle. Aktiviteter på vei opp til Høiås. Kanskje kommer Nissen?
49-52		Juleferie			
1	02.01	Aktivitet i gymsal/Ski/Aking	Låby/Høiås	18.00-18.50	Om vær og føreforhold tillater går vi på ski og aker på Høiås. Info. sendes per e-post.

Årsberetning HØIÅS ANLEGGSTYRE

Sammensetning/ansvar:

Anleggsstyret har i 2022 bestått av:

Bård Moum (leder),

Leif Rugsveen (Gubbegjengen, vedlikeholdsutvalg)

Bård Laukvik (hytteutvalg, drift)

Ane Sofie Næss Bjørgul (hytteutvalg, innkjøp)

Åge Wikstøl (løypeutvalg, vinter),

Morten Kildebo (løypeutvalg, sommer)

Andreas Holm (teknisk utvalg)

Anleggsstyret har avholdt 2 møter i 2022.

Gubbegjengen:

Gubbegjengen har vært ledet av Leif Rugsveen. Gubbegjengen har som vanlig stått for det daglige tilsynet og vedlikeholdet av Høiåsanlegget. Det er blitt klippet gress og en betydelig mengde med ved er blitt kappet og kløyvd.

I forbindelse med avvikling av lageret til Grenserittet har vi ryddet i kjelleren under annekset og i den store garasjen. Reoler fra det gamle lageret har blitt flyttet og installert på Høiås. Alt arrangementsutstyr som ikke er blitt avviklet er blitt flyttet til Høiås med unntak av do-vogna og arrangementsgjerdene, som står hos Claus.

Av øvrig vedlikehold vi har utført i 2022 kan nevnes:

- De tre vinduene mot sør-øst i peisestua er blitt byttet.
- Gulvene i hytta er blitt skuret og lakkert på ny.
- Peis i lille peisestue er blitt malt.
- De store grantrærne ved renseanlegget er blitt felt.
- Det er kjørt ut ved til gapahuk ved Blytjern

Teknisk

Utvalget har bestått av Andreas Holm (leder), Leif Rugsveen, Morten Holm, Per Kåre Moe og Espen Olsen.

Det største enkelttiltaket på anlegget i 2022 har vært å installere varmepumpe i Høiåshytta.

Selv med en betydelig dugnadsinnsats av Morten

Holm og Leif Rugsveen ble dette en investering til 40 000 kr, som vil betale seg tilbake med redusert strømregning i årene som kommer. 2022 har utmerket seg med høye strømpriser og vi har totalt betalt 232 953 kr i strøm til hytta, garderober og lysløype. Vi har fått 50 227 kr i



statlig strømstøtte. Dette gir en strømkostnad på 182 726 kr. I 2021 var strømkostnaden 128 637 kr og i 2020 54 461 kr.

Som et strømspareiltak er lysløypa slått av på lørdager og lysløypa slås nå av på hverdager kl. 21, mot kl. 22 tidligere. 2 km-løypa på Høiåsplatået er kun tent når det er snø. Alt dette er koordinert med lysløypa til Gimle IF.



Vannrenseanlegget er vedlikeholdt i henhold til rutine.

Det har blitt byttet 2 lyskilder lysløypa i løpet av året. Vi har også i år jordet lysløypa når den har vært avslått for å begrense skader ved tordenvær.

ATV har vært i Fredrikstad på service da vi fikk et rembrudd, og det er foretatt service på løypemaskin. Per Kåre har gått over alle gresstrimmere, motorsager og gressklippere. Nødvendige deler er byttet, slipt og rengjort slik at de fungerte til løypedugnaden.

Vi måtte som et ledd i flyttingen av lageret til Grenserittet rydde plass på Høiås. I den forbindelse ble den lille ATVen og snøskuter solgt. Snøskjæret fra den gamle ATVen er blitt bygd om slik at det passer på den nye ATVen med belter.

HSK har nå solgt seg ut av stillasjehengeren, men har avtale om gratis lån om klubben har behov.

Drift Hytte

Utvalget har bestått av Bård Laukvik (leder), Ane Sofie Næss Bjørgul (innkjøp) og Liv Anne Jensen.

I 2022 har vi endelig etter 2 år med pandemi kunne ta hytta og anlegget i bruk som vanlig. Hytta har vært åpen for besøkende fra 1. september til 18. desember.

Utleie:

Høiåshytta har vært utleid 9 ganger til medlemmer og lånt ut 2 ganger til sponsorer. Annekset har vært utleid 2 ganger.

Eline Myklestad har vasket hytta i første halvår, og Anna Helle i andre halvår.

Vedlikehold uteanlegg og løyper

Utvalget har bestått av:

Sommerpreparering: Morten Kildebo (leder), Erik Hauge, Jim Olaussen, Jarle Herrebrøden, Ole Aasen, Jon Ole Torp og Øyvind Torp.

Vinterpreparering: Åge Wikstøl (leder), Bård Laukvik og Lacho Iliev.

På årets løypedugnad fikk vi ryddet resten av strekningen mellom Fjell og Ekelimoen som vi ikke fikk tatt i fjor. Med en gjeng på bakken, og en gjeng i traktor med kurv (samt elektrisk grensag) har vi fått gjort en god jobb. Lysløypa langs Høiåsveien ble slått midt på sommeren og under løypedugnaden. Da ble det samtidig ryddet med ryddesag under linjene. Under løypedugnaden fikk vi også kjørt ut det vi hadde av subbus og pyntet på veien mellom Høiåshytta og tårnet.

Claus Norsted har også i år ved flere anledninger kjørt kantklipperen (traktor) i lysløypa og langs veien.

I tillegg til å hjelpe til med flytting av Grenserittlageret har løypegruppa (med Morten Dalby i spissen) ryddet i blåløypa og flaggløypa, samt byttet noen klopper i blåløypa.

I vintersesongen 2022 ble det preparert skiløyper én gang i februar og én gang før jul.

Halden xx.01.2023

For styret i Halden Skiklubb

Bjørn Axel Gran
Leder

Bård Moum
Hytte og anlegg styre

Karianne Hauge
Barneidrettsgruppa

Claus Norsted
Nestleder

Anja Wingstedt
for Orienteringsgruppa

Heidi Stokseth
Ski, Sykkel og Klatreansvarlig

Tor Ragnar Andersen
Økonomiansvarlig

Ellen K. Svendsby
UFO gruppa

Gudmund Jenssen
KAG

Runa Lien Backstrøm
Styremedlem / Sekretær

Sponsorgruppa