



HALDEN SKIKLUBB

Årsmøte for 2009

ONSDAG 27.01.2010, kl 18.30, på Høiås

SAKSLISTE

1. Åpning
 - a. Godkjenning av innkalling
 - b. Godkjenning av saksliste
 - c. Valg av 2 repr. til å undertegne protokollen
 - d. Valg av møteleder
2. Årsberetninger
3. Regnskap for 2009 og budsjett for 2010
4. Fastsette kontingent
5. Valg
6. Godkjenning av handlingsplan dokument
7. Behandle innkomne forslag

INNHOLDSFORTEGNELSE

SAKSLISTE.....	1
INNHOLDSFORTEGNELSE	2
HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET	3
FØLGENDE BLE VALGT OG HAR FUNGERT I 2009:	3
Administrasjon.....	4
Internasjonale- og nasjonale verv:	5
Diverse klubbsammendrag.....	5
HYTTESTYRET	9
ORIENTERING FRA GUBBEGJENGEN	10
SKI- OG SYKKELGRUPPA.....	13
Resultater	14
BARNEIDRETTSGRUPPA.....	16
KAG	18
ORIENTERINGSGRUPPA.....	20
RESULTAT SAMMENDRAG	21
TRENERE OG TILRETTELEGGING	22
PROSJEKTER	23
TOPPIDRETTEEN	23
JUNIORENE.....	25
BREDDEAKTIVITETER	26
TUR-ORIENTERING	27
RESULTATER O-GRUPPA 2009	29
World Games	29
VM – Ungarn	29
NOM Finland	31
World Cup.....	32
Junior VM, Italia	33
NM	34
Pre-O NM	36
NORGES CUP	36
TIOMILA.....	37
JUKOLA	38
Andre løp.....	38
Bredde Resulater	40
25 - Manna (352 lag).....	42
UNGDOMSGRUPPA (UFO)	43
Sportslig	43
Aktiviteter	44
Trener/Styre	46
Dugnad/Økonomi.....	46

HALDEN SKIKLUBB, HOVEDSTYRET

Årsmøtet for 2008 ble avholdt på Høiås den 28. januar 2008.

FØLGENDE BLE VALGT OG HAR FUNGERT I 2009:

Hovedstyret:

Leder: Jens Erik Mjølnerød
Nestleder: Erik Hauge
Kasserer/ Økonomiansvarlig: Ola Øyen
Styremedlemmer: Hanne Lind og Erik Axelsson
Vara medlemmer: Reidun Holene og Runa Lien Backstrøm

Lederne av gruppene orientering, UFO, KAG, barneidrett og hyttestyret er medlem av hovedstyret og har deltatt på styremøtene.

Revisorer: Jon Heli Gudbrandsen og Øyvind Torp. Vara: Hilde Brattli og Grunde Varting.

Hyttestyret:

Leder: Åge Wikstøl
Medlemmer: Leif Rugsveen(teknisk), Lise Rugsveen(drift), Øivind Nielsen(vedlikehold), Ine Berit Mjølnerød (Utleie)

Orienteringsgruppa:

Leder: Beate Norsted Kildebo
Medlemmer: Bjørn Axel Gran, Sindre Saksæther, Eirik Nordbrøden, Tor Ragnar Andersen, Ann Heidi Lindhaugen, Øyvind Helgerud,

Kart- og arrangementgruppa (KAG):

Leder: Arnt Edvin Andersen
Medlemmer: Eirik Nordbrøden(EKT), Rune Holt(Grunneier), Håkon Jokstad (materialforvalter) og Joakim Carlsson(kart)

Ungdomsgruppa (UFO):

Leder: Claus Norsted
Medlemmer: Irene Felde Olaussen, Bård Laukvik, Morten Kildebo, Tommy Bunæs, Jan Granstedt, Anja Mattick, Jørn Nordbrøden, Monica Thowsen, Geir Torgersen, Kjetil Bjørlo, Malena Birkeland.

Barneidrettsgruppa:

Leder: Frauke Schmitt Gran
Medlem: Lene Larsen, Rune Offerdal, Mai-Sissel Holt

Ski- og sykkelgruppa

Leder: Knut Gustavsen
Medlemmer: Gudmund Olsen, Morten Roger Andersen, Åge Wikstøl.

Valgkomité:

Sissel Holm, Mattias Karlsson og Rune Holt

Representanter til Halden Idrettsråd: Jens Erik Mjølnerød og Erik Hauge.
Representanter til Østfold Orienteringskrets: Beate Norsted, Arnt Edvin Andersen og Morten Kildebo.
Representanter til Østfold Skikrets: Knut Gustavsen og Morten Andersen.
Representant til Østfold Sykkkelkrets: Thor Fagereng

I tillegg er det oppnevnt følgende utvalg:

UNDER HOVEDSTYRET:

Økonomi: Ola Øyen, Sindre Saksæther, Irene F Olaussen, Jens Erik Mjølnerød
Sponsor: Per Olav Andersen, Mattias Karlsson, Knut Gustavsen, Øyvind Stokseth, Morten Kildebo, Per Puck jr.

UNDER HYTTESTYRET:

Teknisk: Leif Rugsveen, Per Kåre Moe, Jon Lien, Øivind Nielsen, Pål Thowsen
Drift: Lise Rugsveen, Jon Ole Torp, June Andersen.

UNDER O-GRUPPA:

Tur-O: Hans Kurt Karlsen, Thor Palmgren, Kjell Holene, Øivind Nielsen

SELVSTENDIGE UTVALG OG FUNKSJONER:

Løype: Steffen Steffensen, Hans Olaussen, Kjell Søderquist, Jim Olaussen
Idrettsmerke: Ellen Køhn, Jorun Fagerlie
Hjemmeside: Marius Bjugan, Eirik Nordbrøden, Stine Marie Norsted Kildebo

Administrasjon

Styret konstituerte seg i møte den 12. februar.
Det har vært avholdt 9 styremøter og 2 økonomimøter. Det har vært avholdt ett medlemsmøte den 8. oktober på Høiås.

I tillegg er det arrangert kakefest den 11. september for å feire sesongens flotte prestasjoner:

Klubben har hovedtrener

Hovedtrener Kenneth Buch har i hele sesongen hatt en 100% stilling.

Klubbutviklingsprosess

Klubbutviklingen har resultert i et dokument som fremlegges for godkjenning på årsmøtet.

Økonomistyring

Regnskapsfører Jan Fremmegård har ført regnskap for hovedstyret, barneidretten og ungdomsgruppa.

Politiattester

Ansvarlig er Frauke S Gran med Erik Axelsson som vararepresentant

Internasjonale- og nasjonale verv:

Øivind Holt er leder av kontrollkomiteen i NOF.

Petter Thoresen er engasjert som landslagsleder for det norske O-landslaget samt Øystein

Kristiansen er engasjert som landslagstrener.

Diverse klubbsammendrag

Priser

Anders Nordberg ble tildelt prisen "Årets forbilde" for idrettsgallaen på Lillehammer 9.januar samt ble hedret på Norges Orienteringsforbunds O-galla i Trondheim i november.

Grotta-prisen for 2009 deles ut på årets årsmøte.

Hafsørød 17.mai

17.mai ble det avholdt bekransning og minnestund ved støtta på Hafsørød. Årets tale ble holdt av Kjetil Bjørlo og minnet her Arne Erlandsen og Erik Olsen som falt i 1944 ved Hafsørød.

Arrangementer

Norwegian Spring (Vårsprett/Vårstafetten/Solrenningen) ble vellykket gjennomført i samarbeid med Sarpsborg helgen 12. - 13. april i Sarpsborg (Kalabanen). Dette bidro til et overskudd på kr 100.000,- til klubben.

Hytta

Driften av Hytta ivaretas av hyttestyret, det vises til hyttestyrets egen rapport. På torsdagskveldene er det stor aktivitet på hytta etter at mange medlemmer har hatt sin treningsøkt. Mange medlemmer uttrykker at det sosiale samværet på Høiås på torsdager bidrar sterkt til det gode miljøet/trivselen i klubben. Søndager fra høstferie til påske er hytta åpen for turgåere. Medlemmene i klubben står for åpning og salg både på torsdager og søndager. Etter tur-sesongen er det UFO-gruppen som står ansvarlig for åpning og får inntekter av salget.

Dugnader/ vedlikehold

Seniorgruppa har som vanlig gjort en kjempejobb på hytta, anlegg og løyper. Gjengen består av 15-20 godt voksne menn som arbeider jevnt og trutt. Øivind Nielsen leder dette arbeidet.

For utfyllende informasjon om arbeidet som er utført, vises til hyttestyrets egen rapport.

Klubben setter STOR pris på alt dette arbeidet som blir gjort! Egen orientering fra gubbegjengen også i årets rapport.

Vi vil også benytte anledningen til å takke Leif Grimsrud AS for bidrag i forbindelse med Høiås-anlegget. I tillegg vil vi også takke alle medlemmer som har bidratt i regi av egne firmaer med forskjellige oppgaver for klubben. TUSEN TAKK!

Utkikkstårn på Høiåstunet

Prosjekt "utkikkstårn på Høiås" har fått tilkjent kr 100.000,- gjennom Berg Sparebanks nærmiljøpris og kr 600.000,- fra Sparebankstiftelsen DNB NOR. Ansvarlig for søknader her har vært Einar Haugen.

Byggesøknad er sendt kommunen om dispensasjon for utbygging og grunneier er positivt til prosjektet. Vi håper at tårnet blir en realitet i løpet av 2010. Klubben håper at dette vil gi motivasjon for at turgåere blir benytte marka enda mer. Tårnet er tegnet av arkitekt Ole Jørgen

Moth. Tårnutvalget med Per Puck jr, Einar Haugen og Henri Arnfinn Vangseng er ansvarlig for fremdriften i prosjektet.

Profilering

Halden SK utga i april 2009 en profileringsavis som vedlegg til Halden Arbeiderblad. Dette gav i tillegg til et positivt økonomisk bidrag til klubben, også svært nyttig informasjon om klubbens virksomhet ut til hele Haldens befolkning.

Lysløyper, skispor, skilting og barmarkspreparering

Vinteren 2009 var en fin skivinter med første sesongen hvor vi fikk utnyttet vår store løypemaskin. Vi fikk mange godord for løypene og en spesiell takk til Henri Arnfinn Vangseng som kjørte løypene for det meste.

Vi har foretatt en opprydding i lysløypene og det gir grunnlag for bedre skispor.

Det er satt opp kraftige infotavler ved Stenerød og Holmen med plass også for informasjon med siden av komplett kart over marka. Dette planlegges også ved Bjørbekk og Rahaugen. Asbjørn Svendsby har utført og lagd fine infoskilt. Jon Ole Torp har bistått med gravemaskin.

Renseanlegg

Renseanlegget er ferdigstilt og utført på dugnad av våre medlemmer. Erik Hauge har holdt i dette og sammen med seniorgjengen gjort en betydelig innsats. Se egen rapport.

Idrettsmerket

Ellen Køhn og Jorun Fagerlie har også i 2009 vært ansvarlig arrangør for at våre medlemmer skal kunne ta Idrettsmerket på Høiås i forbindelse med torsdagstreningene. Dette er et svært populært tiltak. Totalt har 23 damer og 11 menn (totalt 34 stk) fra Halden Skiklubb tatt Idrettsmerket i 2009.

Høiåstunet

Tunet har blitt videreutviklet og forskjønet med plen og fremstår i dag helhetlig og homogent sammen med bygningsmassen. Arne Norsted har vært ansvarlig for dette arbeidet.

Det er nedsatt en komite som skal vurdere utvikling av Høiåstunet i sin helhet, spesielt i forbindelse med videre prosjekter og utbygginger. Claus Norsted er leder av komiteen.

Økonomi

Regnskapet viser et overskudd på kr 213.075,-.

Prosjekt utbygging av damegarderoben belaster ikke regnskapet, da det er aktivert i balansen. Dette er et spillemiddelprosjekt og utbetaling av fylkeskommunen og kommunens andel er forventet i 2011. Garderoben fremstår som meget bra og noe arbeid gjenstår før vi kan si at hele prosjektet er ferdig. Prosjektleder har vært Claus Norsted og det har vært lagt ned en betydelig dugnadsinnsats fra våre medlemmer. Både seniorgjengen, damegjengen og andre medlemmer har vært meget aktive.

Vi har asfaltert hele strekningen fra bommen ved Demma og opp til parkeringsplassen. Dette har kostet kr 144.000,-. Veien fremstår som meget bra og det er forventet at vedlikeholdet hvert år blir redusert som følge av dette.

Utover dette, fikk vi i 2009 en gave på kr 50 000,- til klubbens ungdomsarbeid. Dette er ført som ekstraordinære inntekter. HSK er svært takknemmelig for gaven.

Det er utbetalt kr 300.000,- i utbytte fra Aktivum AS noe som er mer enn budsjettet. Aktivum bidrar med dette til et betydelig tilskudd til klubbens drift og sammen med dugnadsinntekter i forbindelse med Grenserittet, ser vi viktigheten at klubben støtter opp om arrangementet.

Det vises til detaljert regnskap og gjennomgang på årsmøtet for mer info om regnskapet for 2009.

Sponsorsalget har vært tillagt sponsorgruppen med leder Per Olav Andersen, Sponsorinntektene er på 450.000,- og er en blanding av tradisjonelle sponsoravtaler, skiltsalg i lysløypa og prestasjonsbonuser. Videre arbeid mot sponsorer er meget viktig og dette "beinet" bør klubben legge vekt på å jobbe målbevisst videre med.

Følgende søknader om støtte har blitt utarbeidet:

Type støttemidler	Anlegg/aktivitet	Søknadsbeløp	Bevilget sum/avslag
NOF	Finn Fram + UFO-Challenge	Kr 9.000,-	
NOF	Høiåsdagen (1.5)	Kr 3.000,-	Bevilget kr 5 000,- totalt for begge.
NOF	Nissedag Høiås desember (7.12)	Kr 2.000,-	
Halden Sparebank	Nisseposer	Kr 2.000,-	Kr 2 000,-
Spillemidler	Diodelykter Barn / UFO	Kr 3.465,-	
Spillemidler	Damegarderobe Høiås	* Kr 1.200.000,-	Ligger på planen – 2011
Spillemidler	O-Kart Prestebakke – NM natt	*Kr 300.000,-	Ligger på planen - 2010
Spillemidler	Merking Grenserittløypa	*Kr 435.000,-	Ligger på planen – 2010
Spillemidler	Rehabilitering av lysløypa	*Kr 2.036.000,-	Ligger på planen – 2010

* Inkludert egenandel fra klubbens side (33%). Beløpene er estimert ut fra budsjetter og tilbud fra leverandører.

Aktivum A/S

HSK har 3 styremedlemmer i Aktivum: Per Puck jr som er styreformann, i tillegg til Jens Erik Mjølnerød (leder HSK) og Ola Øyen (økonomiansvarlig HSK) som er styremedlemmer.

Aktivums viktigste omsetning og inntektskilde er sykkelarrangementet Grenserittet. Halden Skiklubb er innehaver av rittet, mens den tekniske gjennomføringen er Aktivums ansvar.

Grenserittet 2009 ble gjennomført med stor suksess med ny deltagerrekord for 11. år på rad med drøye 6000 påmeldte deltagere (det måtte settes stopp på 6 000,- for å sikre forsvarlig gjennomføring av arrangementet). Totalt har Grenserittet/Aktivum bidratt med ca kr 883.000,- i inntekter til Halden Skiklubb i 2009, delvis som dugnadsarbeid, kopi, leie- og profileringskostnader og støtte til kopimaskin. Aktivums Idrettsstipend (10.000,-) blir delt ut på årsmøtet da HSKs egen O-galla ikke har blitt arrangert i 2009.

Gjennomføring av Grenserittet har blitt en svært viktig inntektskilde for Halden Skiklubb og vi ønsker sterkt å bidra til å opprettholde nivået på arrangementet.

Thor Fagereng er daglig leder av Aktivum og i 100% stilling. I tillegg er Hanne Lund-Nilsen i 100% stilling og fra januar 2009 er Marius Bjugan ansatt i 50% stilling.

Sportslig

Det har vært en meget god sportslig sesong for HSK med bl.a. verdensmesterskap stafett til Anne Margrethe Hausken. Av stafett-klubbprestasjoner rager seier i 25-manna og 1.plass Tiomila damer høyest. Vi viser ellers til en fyldig beretning fra o-gruppa og UFO-gruppa.

Avisutklipp

Sissel Holm har hatt ansvaret for utklipp av alle reportasjer om HSK fra Halden Arbeiderblad.

Medlemstall

Medlemstallet pr 31.12.09 var 750 (693).

		2004	2005	2006	2007	2008	2009
	Totalt	783	712	715	721	693	750
Voksne	Menn	305	303	367	301	305	307
	Kvinner	155	158	137	161	164	174
Barn og ungdom	Gutter 0-16 år	185	151	116	144	123	158
	Jenter 0-16 år	138	100	95	115	101	111

Dette er en økning på 57 medlemmer fra 2008, fordelt som følger:
2 flere menn, 10 flere kvinner, 35 flere gutter og 10 flere jenter.

I løpet av året har 4 av våre medlemmer gått bort.

Medlemskontingenten er kr 200,- pr voksen og kr 100,- pr barn. I tillegg har vi en treningsavgift på kr 250,- og en badstueavgift på kr 250,- (voksne)/150,- (barn) for de aktive medlemmene. Styret foreslår at medlemskontingenten på kr 100,- for barn og kr 200,- for voksne blir uendret for kommende år.

Samarbeidspartnere for året 2009:

Halden Sparebank 1)/ Eiendomsmegler1
Bj. Kynningsrud AS
AF Brødr. Glomsrød AS
Fredriksten Utvikling AS
IFE Halden
Communicate AS
Jensen & Scheele AS
Nexans AS
Inkubator Halden
Gerisale Multitrade
Interoptik AS
Adecco AS
Spent
Trimtex AS
Leif Grimsrud AS
Kaserna

Vi takker alle våre samarbeidspartnere for god støtte og godt samarbeid gjennom året!

Halden 26. januar 2010
Styret i Halden Skiklubb

HYTTESTYRET

Hyttestyret har i siste år bestått av

Åge Wikstøl, leder

Øivind Nielsen, vedlikehold

Leif Rugsveen, teknisk

Ine Berit Mjølnerød, utleie

Hytta har vært åpen i perioden 04.01.09 - 31.12.09 på torsdager og søndager.

Hytta var stengt i sommerferien. Høstsesongen startet opp 06.09.09

I tillegg var hytta åpen på kveldstid i ski-sesongen januar-februar.

Utenfor sesongen har ungdomsavdelingen stått for servering på torsdager.

Ellers har hytta vært utleid til andre arrangement i helger og ledige ukedager etter behov.

Ine Berit Mjølnerød har vært ansvarlig for utleie.

Arrangementer

Hyttestyret stor for enkel servering som vanlig på årsmøtet, det ble arrangert kakefest høsten 2009 og juleavslutning med servering 17.12. Hyttestyret tok her ansvaret for serveringen.

Vedlikehold

Av vanlig vedlikehold på hytte og andre bygninger kan nevnes

- Vindusmaling utvendig påbegynt. Her gjenstår mye vedlikehold og vil bli tatt opp igjen på våren. Gulvene er rengjort og malt. Iliana og Lacho har overtatt den ukentlige regngjøringen av hytta, etter at Annie ville ha avløsning. Vi retter en stor takk til Annie for årelangt godt utført arbeid. Det har ellers vært en hovedrengjøring i løpet av året.
- Vinduer innvendig i herregarderoben er malt. Året har ellers vært preget av stor aktivitet i forbindelse med hovedreovering av damegarderoben m/påbygg. Dette har engasjert mange av seniorenne gjennom hele sommer og høstsesongen. Mange av de yngre og aktive har også nedlagt et kjempearbeid på anlegget. Resultatet er flott. Lekkasje i taket på hovedhytta ble observert høsten 2009. Taket ble inspisert og noen sten /skiferheller ble byttet ut. Taket vil bli gått over i 2010 og trolig vil en mer omfattende reparasjon komme ganske snart. Pipene er feid og sjekket. Hyttestyret har fremmet forslag for hovedstyret at det må avsettes penger på budsjettet til vedlikehold. Einar Haugen engasjerer seg stadig for hytta, og følger med på de muligheter som finnes og som kan søkes på for midler til hytta. Takk til han for hans engasjement.
- Flaggstanga har vært tatt ned og malt i sommer. Tusen takk for all hjelp.
- I forbindelse med utbedring/renovering av damegarderoben, ble vannrenseanlegg og kloakkrenseanlegg fullført og satt i drift. Nytt utendørs WC, mellom herre og damegarderobe er bygget og satt i drift. Bortsett fra noen innkjøringsproblemer fungerer alt nå meget bra. Det er fortsatt knapt med vann i perioder, og det vurderes stadig hva som skal til eller hvordan vi vil løse dette problemet. Det er stort sett størst i utleieperioder hvor mange oppholder seg på hytta samtidig.
- Veien opp til hytta er asfaltert. Ny parkeringsplass nedenfor bommen er fylt opp og tatt i bruk. Fritz har hatt ansvaret og gjort en flott jobb.
- Utegjengen driver stadig på med preparering av løyper, og flis og bark er kjørt ut i store mengder. Løypemaskinen fungerer bra, så vi har fått bedre skispor etter hvert.

Lysløypa

- Også i 2009 er det byttet flere armaturer og foretatt skifting av ødelagte lyspærer. Denne prosess pågår kontinuerlig. En større utskifting av armaturer og stolper kommer, og dette er behandlet og lagt under hovedstyrets ansvar. Leif Rugsveen har hatt hovedansvar for det tekniske og legger ned mye arbeid for at dette skal fungere. En stor takk til han og hans medhjelpere for dette. Leif har også hatt hovedansvaret for innkjøp av varer og utstyr til hytta i sesongen.

Tårnbygg

- Nå ser vi frem til start på prosjektet. Ansvar for dette ligger på en nedsatt komité. Tårnet vil helt sikkert bety mye for hytta og trafikken vil øke tror vi. Åpning av veien i perioder for biler til/fra hytta er vurdert og vil fortsatt være et åpent spørsmål, hvor det er mange og delte meninger. I den forbindelse vil det også fra hyttestyrets side blir forsøkt lagt opp til at handikappede kan komme seg inn på hytta. Det burde med nåtidens fremkomstmidler for de handikappede være bra muligheter for å ta seg frem til hytta, og også benytte veien mot tårnet til å komme seg frem.

Halden 2010-01-18
Hyttestyret

ORIENTERING FRA GUBBEGJENGEN

Siden **Gubbegjengen på Høiås** er det best kjente navnet brukes det heretter som felles betegnelse utad både de eldste og yngre seniorenene.

Leder for gruppa er Øivind Nielsen, og kaffemester er Gunnar Norvik.
Leder for løypegruppa er Steffen Steffensen

NYTT RENSEANLEGG FOR VANN.

Arbeider som er fullført i år.

Det ble nødvendig med et nytt borehull i håp om å få nok vann og styret fikk gjennomført det.. Det var egentlig nødvendig å sprengte grøft mellom det nye borehullet og damegarderobe, fordi det var fjell i dagen hele veien. For å slippe sprengning valgte man å legge isolerte rør så dypt som mulig og heve terrenget vesentlig. Det var derfor nødvendig å lete frem en dypest mulig traceen, samt forberede for ny inngang til damegarderobe og utvendig drenasje langs trace. Rensking for og opparbeidelse av gangtrase langs herre- og damegarderobes med singel ble opparbeidet. Pigging av betonggulv for annen framføringstrase fra borehull 1. Omlegging avløpsledninger fra herrebadstuen, samt opplegg for nytt service toalett, tilgjengelig for byens befolkning ble laget i mellombygg. Det er isolert og støpt golv for toalett over rør trasene i mellombygg. Videre er det støpt trabulant med fotrist til damebadstue og vaskerene foran herrebadstua. Begge har fått nye avløp tilkoplede anlegget. For å kunne heve terrenget tiltrekkelig det først lagt på nødvendig med fyllmasser også mellom furuene foran herrebadstua. Deretter ble det pålagt matjord og tilsådd med gress fra Jon Ole T. Arne N. utførte grave- og

planeringsarbeidene med hjelp tilkjørt gratis masser fra Leif Grimsrud A/S. Årsaken til at det er grønt skyldes Bjørn M. og Egil F.

Det gikk med mye masser, fordi man utvidet tunet der sand, pukk og singelhaugene lå. Her ble det opparbeidet parkeringsplasser (9-10 stk.) På fjellet mot tårnet ble det rensket og gir vel plass til 3-5 flere parkeringsplasser resten ble pålagt matjord og gress. Haugene er flyttet til en mer usjenert plass bak bua. Med grunneiers tillatelse har vi ryddet for en utvendig lagerplass. Det er opparbeidet ny avkjøring til garasjen, her kan det også parkeres.

RENSEANLEGG FOR KLOAKK.

Planleggingen av oppgradering av rensedelen kom som følge av at vi søkte om å utvide damegarderoben. Det startet allerede mens H.L. Rådal var leder, og Tom A. Karlsen planla en rensedel med spredergrøfter nedenfor den gamle skibakken.

Anlegget kunne godkjennes, men på betingelse av F. Jørgensen a/s fikk ubegrenset rett til å kunne rehabilitere anlegget når det måtte trenge, med regningen til oss.

Heldigvis for oss var det en som vurderte denne risikoen vi ville fått i fremtid, det var Erik Hauge. Etter et utall av møter, brever og søknad fikk han Halden Kommune til å godkjenne BLOWAC rensesanlegg. I tillegg hadde han skaffet et passende brukt anlegg til nærmest gavepris.

Ved å supplere med en av de gamle tankene våre hadde vi selve anlegget. Det ble foretatt meget store gravearbeider med til dels 2 gravemaskiner, på grunn av nødvendig masseutskifting i tidligere fylling og for å finne et egnet sted som var dypt nok for tankene uten å sprenges.

Det lagt ny infrastruktur, til det nye BLOWAC anlegget etter forskriftene og oppfylling med setningsfrie masser rundt rør og tanker, samt oppfylling til fundament for selv huset.

Huset har grunn/platefundamentering av betong, for øvrig bygget i tre med isolert bindingsverk. Takverk av tre tekket med papp. Bygningen har nødvendige rør og el. installasjoner og er utvendig malt.

Det vesentligste av dugnadsarbeide ble utført av Erik H.- Øivind N. Bjørn M. Arne N. Egil F. Bjarne G. Leif R. Tor W. Claus N. Jon Olav H. med flere.

Det anses å ha oppnådd rabatter m.m. for ca.**kr. 100.000.-**

Og det er lagt ned et betydelig antall arbeidstimer i dugnad, anslagsvis **500 timer.**

DAMEGARDEROBE

TILBYGG - REHABILITERING/OPPGRADERING.

Når rensesanlegget for vann og avløp var i orden fikk man byggetillatelsen for utvidelsen.

Prosjektleder for det hele har vært Claus Norsted. Han og Øivind Nielsen avtalte at gubbegjengen skulle ta deler av dugnaden for tilbygget og Claus N. som prosjektleder for det hele også skulle organisere rehabiliteringen/oppgraderingen av den gamle delen.

Det ble foretatt utgraving for tilbygget til fjell, rør ble kontrollert, justert og nytt røropplegg i tilbygget ble gjort. Etter at grunnmuren ble støpt og murt opp, ble det fylt opp med setningsfrie masser til golvnivå. Herfra ble det murt med 30 cm. Isoblokk i etesjehøyde, samt 25 cm. for utstikkervegg og branngravl. Taket har fått selvberende takstoler, pålagt takbord og papp.

Himlingen er isolert og panelt. Så langt gjelder det tilbygget og det alt vesentlige er utført Øivind N. og Bjørn M. med sporadisk assistanse fra Egil F. m. fl. Arne N. har vært assistent for Øivind N. og besørget oppfylling med masser og tiltransport av materialer.

Den gamle damegarderoben var jo fullt inntakt med delevegger og det hele og golvene måtte tas opp for man turte ikke oppgradere basert på 30 år gamle varmekabler. Det ble drøftet flere

forskjellige løsninger, men man valgte å rive alt innvendig, for å komme til å pigge golvene. Det var en riktig avgjørelse, da det var betydelige setninger i massene under gulvet m.m..

Det meste ble her gjort på dugnad for riving, utpiggning, utbæring bortkjøring og innfylling av nye masser, isolering og armering.

Alle rør installasjonene i golvene ble utført på dugnad av Leif R. og Erik H.

Samtidig ble det innhentet tilbud på betong, puss og flisarbeider i både gammel og ny del.

AF gruppen Glømsrød ble valgt til disse arbeidene med godt rabberterte priser.

Riis Elektro utførte el. installasjonene til netto pris og F. Jørgensen utførte røranlegg til nettopriser.

Arbeider med gulv inkl. støp ble utført før sommerferien.

Når flisleggingen var ferdig startet oppdelingen med nye vegger innvendig. Ny utforet panel ble påsatt på vegger over sokkelflis, og nye benker ble montert. Alt dette ble utført som dugnad med engasjement, ikke minst damene når de slapp til med malekosten. Mange viste stort talent.

Asbjørn stod for innredning av badstua og Øivind og Bjørn med hjelpere for suppleringer og belister m.m., Tor Wøien svingte malerkosten.

Her var innsatsen stor og utført av mange, så navn kan ikke nevnes, selv om enkelte gjorde mye mer enn andre. En stor takk er hermed fremført til dere som deltok i og dugnaden og en ekstra stor takk til dere som tok ansvaret med å organisere det hele.

Også her har det blitt oppnådd betydelige rabatter og det er lagt ned betydelig dugnadsinnsats. Timeregnskapet viser visstnok totalt **1250 timer** og egeninnsatsen anslås til et sted mellom 400-500.000,- i verdi

LØYPEGRUPPA

Den alltid tilstedeværende og godt arbeidene løypegruppa har også i år utført et stort arbeid for å holde vårt løypenett i så bra stand. Barking, klopper og generell rydding har gitt oss fine grunnforhold i løypene.

I fjor bygget vi jo GAPAHUKEN, men vi glemte jo helt å takke han som ga oss materialene, nemlig Bjørn Mo.

Det er ryddet langs kantene i Lysløypa fra Holmen til Høiås med god hjelp av Jon Olav H.

Vedlikehold

Det ble gjort et opprettingsarbeid med både senking og oppfylling av veien før asfalteringen og oppfyllingen av veikantene med subbus etter asfalteringen.

Veikantene er klippet og ryddet mellom Demma og Høiåsmasta i henhold til vår avtalefor veien.

Det er også i år som ellers lagt ned utallige timer i å holde alle bygningene på Høiås i god stand med malingsvedlikehold m.m. og det er hugget opp ved m.m.

En stor takk til alle som deltar og som dermed genererer meget store verdier til klubben vår !!

På vegne av Gubbegjengen

Arne N

SKI- OG SYKKELGRUPPA

2009 ble et bra år med nok snø til mange flotte turer til Høiås. Og i år hadde vi nok snø til å arrangere klubbmesterskap på Høiås og da har drømmen igjen blusset opp om en ny lysløype rundt 2km på Høiås.



Ski-O

Aktivitetene startet 10. januar med at noen ivrige jenter deltok på hovedløpet i ski-orientering på Sjusjøen for 14-16 åringer, og i supersprint på samme kart på søndag. Jentene som deltok var Gry Granstedt, Malena Birkeland, Frøya Andersen og Ingeborg Gustavsen. Jentene var fornøyd med opplevelsen og synes kombinasjonen ski og orientering var spennende og gøy.



Klubbmesterskap

Under skarpe men gode forhold ble det torsdag 26. februar arrangert klubbmesterskap på ski i 2km løypa på Høiås iført hodelykter. Takk til Henry Arnfinn for flotte løyper som ble kjørt opp minutter før start - nesten som i et VM på ski. Startfeltet ble delt opp i to fellesstarter. En for de yngste og en for de litt eldre. Det ble mange flott dueller og en del av dere kan nå smykke seg med tittelen HSK klubbmester på ski (se resultatliste under). Den mest bemerkelsesverdige utviklingen i løpet var når Arnt Edvin nesten sprenget Petter T. (evt. seg selv) på andre runde og for å avkrefte at han ikke var dopet så stoppet han midt i løpet for å avlegge dopingprøve (les: gå på do). Godt gjort. Han gikk allikevel inn til en plass på pallen. Vi takker alle de 42 stk som deltok og dermed holder i hevd navnet som skiklubb

Klubben har i tillegg vært representert på forskjellige skirenn utenfor Halden. Og jentene har igjen deltatt på Tjejvasan (se deltakerne under) tross sin unge alder (inkl. evigunge Guri Anne) og vi kan se en tydelig framgang på resultatene fra året før. Kunstsneanlegget har også hatt en god sesong med gode forhold fra desember til slutten av mars.

Sykkelsesongen starter som vanlig med Høiåsrittet 1. mai som første ritt i Halden-Aremerk sykkelkarusell. Og igjen kan vi notere ny deltakerrekord med 318 fornøyde syklistere. Sykkelkarusellen med fire ritt i løpet av mai måned har blitt svært populær aktivitet og er en fin start på sykkelsesongen.



Grenserittet opplever også en flott stigning både i antall deltakere og med nye arrangement. Totalt 5363 syklistere (4522 menn og 841 kvinner) fullførte årets utgave av Grenserittet og tilbakela de 80 kilometerne over riksgrensa fra Strömstad til Halden. Vi vil igjen takke administrasjonen i Grenserittet for et flott arrangement, sterk markedsføring av Halden og en unik mulighet for klubbene i distriktet til å tjene gode dugnadskroner.

Resultater

SKI:

Klubbmesterskap på ski klassisk stil på Høiås i 2km løypa

Nr	Klasse	Navn	Distanse	Tid	Nr	Klasse	Navn	Distanse	Tid
-	J 8-10	Synne Marlene Brekke	2 km	10:25	1	M Senior	Petter Thoresen	10 km	28:52
-	J 8-10	Hedda Drøyvoldsmo	2 km	13:22	2	"	Øystein Kristiansen	10 km	29:39
-	J 8-10	Nora Torgersen	2 km	12:00	3	"	Arnt E. Andersen	10 km	32:59
-	J 8-10	Karoline Aune	2 km	12:55	4	"	Håkon Jokstad	10 km	33:06
					5	"	Fredrik Eliasson	10 km	33:45
-	G 8-10	Herman Kirkebøen	2 km	20:04	6	"	Morten Kildebo	10 km	34:34
-	G 8-10	Nils Kristian Hellerud	2 km	9:42	7	"	Jens Erik Mjølnerød	10 km	34:39
					8	"	Pål Thowsen	10 km	35:37
1	J 11-12	Synnøve Gustavsen	2 km	8:57	9	"	Steinar Holt	10 km	39:07
2	J 11-12	Gina Granstedt	2 km	9:11	10	"	Olav K. Birkeland	10 km	39:34
3	J 11-12	Anne Maren N. Moth	2 km	10:50	11	"	Arild Kirkebøen	10 km	44:56
1	G 11-12	Håkon R. Bjørlo	2 km	7:50	1	D senior	Hanne L. Raadal	10 km	20:59
2	G 11-12	Petter Kildebo	2 km	8:36	2	"	Gurianne H. Andersen	10 km	30:09
3	G 11-12	Peter Nordbrøden	2 km	8:49					
4	G 11-12	Trygve B. Thoresen	2 km	8:57					
5	G 11-12	Tobias Thowsen	2 km	9:23					
1	J 13-14	Johanne Gustavsen	4 km	18:16					
2	J 13-14	Ingvald Torgersen	4 km	20:40					
3	J 13-14	Karoline Jarlsby	4 km	20:43					
4	J 13-14	Nina Birkeland	4 km	20:47					
1	G 13-14	Anders Olaussen	4 km	14:22					
2	G 13-14	Christoffer Gundersen	4 km	21:35					
1	J 15-16	Ingeborg Gustavsen	6 km	22:21					
2	J 15-16	Gry Granstedt	6 km	22:52					
3	J 15-16	Frøya H. Andersen	6 km	23:43					
4	J 15-16	Marlena Birkeland	6 km	24:16					
5	J 15-16	Maiken Kildebo	6 km	27:40					
1	G 15-16	Sander Kirkebøen	6 km	23:14					
1	G 17-18	Sindre Lindhaugen	6 km	26:15					
2	G 17-18	Gjermund Holm	6 km	27:00					

Birkebeinerrennet (54km):

Plass	Navn	Klubb	Startnr.	Tid	Pulje
<i>Klasse: K20, (Kvinner 20 - 24 år)</i>					
<i>Makstid:</i>					
61	<u>Nordbrøden, Hanna Haugen</u>	Halden SK	14060	04:55:59	12
<i>Klasse: K50, (Kvinner 50 - 54 år)</i>					
<i>Makstid:</i>					
136	<u>Haugen, Anne Julsrud</u>	Halden SK	8939	05:26:12	12
<i>Klasse: M30, (Menn 30 - 34 år)</i>					
<i>Makstid:</i>					
904	<u>Holt, Steinar</u>	Halden SK	10631	05:34:16	14
<i>Klasse: M40, (Menn 40 - 44 år)</i>					
<i>Makstid:</i>					
1069	<u>Svendsby, Ole Morten</u>	Halden SK	8567	04:54:43	11
<i>Klasse: M50, (Menn 50 - 54 år)</i>					
<i>Makstid:</i>					
67	<u>Andersen, Arnt Edvin</u>	Halden SK	2605	03:22:20	3
<i>Klasse: M65, (Menn 65 - 69 år)</i>					
<i>Makstid:</i>					
229	<u>Palmgren, Thor</u>	Halden SK	1131	05:03:47	100

Vasaloppet (90km):

Startnr	Navn	Klubb	Plass	Tid
2261	Knut Gustavsen	Halden SK	653	05:08:37
12485	Arnt Edvin Andersen	Halden SK	1090	05:24:16
11308	Per Puck	Halden SK	3704	06:36:01

TjeiVasan (30km):

Startnr.	Navn	Klubb	Plassering	Tid
1335	Ingeborg Gustavsen	Halden Skiklubb	288	2:14:16
1350	Frøya Hauan Andersen	Halden Skiklubb	372	2:20:37
1376	Gry Granstedt	Halden Skiklubb	390	2:21:48
11174	Malena Åsheim Birkeland	Halden Skiklubb	404	2:22:45
10574	Guri Anne Hauan	Halden Skiklubb	836	2:58:37

Holmenkollen skimaraton (42km):

Plassering i klasse	Navn	Klubb	Klasse	Tid	min/km	km/t
20	Knut Eirik Gustavsen	Halden Skiklubb	M40-45	2:19:54	3:20	18.01
27	Hallvard Nordbrøden	Halden Skiklubb	M20-24	2:49:10	4:02	14.90

SYKKEL:**Grenserittet 1.aug.**

StartNr	Navn	Tid	Klasse	Plass alle	Plass klasse
3014	Per Puck	03:23:35	Menn 55-59 år	1654	61
3207	Knut Eirik Gustavsen	02:57:15	Menn 40-44 år	415	93
4235	Martin Kristiansen	03:45:26	Menn 17-19 år	2784	58
5342	Thor Palmgren	03:28:04	Menn 65-69 år	1920	12
6273	Olaf Vik	03:41:02	Menn 55-59 år	2575	111
6342	Steinar Holt	03:25:31	Menn 30-34 år	1780	227
8008	Heidi Stokseth	03:39:57	Kvinner 30-34 år	140	21
8332	Runa Lien Backstrøm	03:36:44	Kvinner 35-39 år	119	26
9001	Erik Hauge	04:03:34	Menn 55-59 år	3407	154
9138	Jan Christian Andersen	03:53:44	Menn 50-54 år	3116	288
10020	Anne Kleven Andersen	04:06:22	Kvinner 45-49 år	316	48
10395	Trond Sveen	04:45:10	Menn 17-19 år	3960	70
12063	Bård Hauan Andersen	03:16:32	Menn 17-19 år	1260	31
13323	Sissel Holm	05:34:54	Kvinner 45-49 år	661	98
20074	Bjørn Thorvik	04:56:28	Turklasse (M)	297	297

Birkebeinerrittet 29.aug.

Plass	Navn	Klubb	Startnr.	Tid	Pulje
<i>Klasse: M30, (Menn 30 - 34 år)</i>		<i>Makstid: 04:06:34</i>			
533	Holt, Steinar	Halden SK	8050	04:21:30	32
<i>Klasse: M50, (Menn 50 - 54 år)</i>		<i>Makstid: 04:11:36</i>			
71	Andersen, Arnt Edvin	Halden SK	584	03:48:25	1
<i>Klasse: M55, (Menn 55 - 59 år)</i>		<i>Makstid: 04:27:00</i>			
188	Puck, Per Ø.	Halden Skiklubb	5983	04:23:28	24
<i>Klasse: M65, (Menn 65 - 69 år)</i>		<i>Makstid: 05:06:31</i>			
16	Palmgren, Thor	Halden SK	7845	04:22:22	31

Ski & Sykkel gruppa
Knut Gustavsen

BARNEIDRETTSGRUPPA

Medlemmer: Lene Larsen, Mai-Sissel Fotland Holt, Rune Offerdal, Frauke Schmitt Gran (leder).

Barneidrettsgruppa representerer barneidretten i HSK, med deltakere fra 4 år og opptil 10 år. (9- og 10-åringene har også tilbud om å være med i UFO). Barneidrettsgruppas største aktivitet er Barneidrettsskolen (heretter kalt Idrettsskolen).

Idrettsskolens konsept med base i gymsalen på Låby på kveldstid, er videreført som tidligere år. Det er ukentlige aktiviteter gjennom skoleåret, samt helgeaktiviteter. Det legges vekt på allsidighet og søkes å være innom ballspill, turn, skøyter, svømming, skyting, orientering, sykling, klatring, friidrett, dans, skogsturer etter reflekser i mørket med innlagt grilling. Aktivitetene varierer med barnas alder.

I tråd med klubbutviklings-prosessen, som har pågått siden høst 2008, har vi prøvd å legge inn flere uteaktiviteter for idrettsskolen, også i den mørke årstiden.

I året 2009 er det avholdt 3 planleggingsmøter for instruktører ved idrettsskolen og i tillegg 3 møter for barneidrettsgruppas styre.

I tillegg ble det gjennomført et koordineringsmøte med UFO-gruppa høsten 2009, hvor tilrettelegging av overgangen mellom den eldste idrettsskole-gruppa og UFO ble diskutert. Tiltak vil gjennomføres våren 2010.

Idrettsskolen vinter/vår 2009:

- 4 grupper har vært i aktivitet på Låby skole, med ca 120 deltagere.
- Ventelista kunne utover vinteren/våren reduseres betydelig, da omtrent 20 barn trakk seg fra idrettsskolen i løpet av høsten/vinteren. Plassene ble fylt opp fortløpende.
- Faste instruktører har vært: Julie Hilland Andersen, Maiken Norsted Kildebo, Stine Marie Norsted Kildebo, Lene Larsen, Trine-Lise U. Lexerød, Fredrikke Nohr Moth, Astrid Nordbrøden, Mats Nordbrøden, Max Röhnert.
- Gruppene var delt inn etter årskull, med 2 kull per gruppe. Seks- og sju-åringene fylte 2 grupper.
- I tillegg til de ukentlige aktivitetene er følgende tilleggsarrangementer avholdt:
 - Badedag for alle idrettsskolebarna med familier på Remmen søndag 1.2.
 - Skøytegang i ishallen for alle idrettsskolebarna med familier søndag 8.3.
 - Nattevandring i Høiåsmarka, en kveld i mars, for den eldste gruppa.
 - Høiåsdagen 1. mai, som aktivitetsdag for alle (dvs. ikke bare idrettsskolen). Barneidretten var medarrangør, sammen med UFO og andre grupper i HSK.
 - Avslutningen for idrettsskoleåret ble som vanlig arrangert på Høiås (6.5.) med 5-kamp, utdeling av diplomer/ T-skjorter, pølser, brus.
- Deltakeravgift for hele idrettsskole-året (høst 2008 – vår 2009) er 600.- Kr per barn og 500.- Kr for 2., 3. osv. søsken.

Idrettsskolen høsten 2009:

- 4 grupper har vært i aktivitet på Låby skole, med opp mot 135 deltagere tilsammen. I løpet av høsten har det vært noe frafall, slik at det var ca. 115 deltakere rett før Jul.
- Faste instruktører har vært: Heidi Eriksen, Frauke Schmitt Gran, Gry Granstedt, Gjermund Holm, Maiken Norsted Kildebo, Lene Larsen, Astrid Nordbrøden (to grupper).
- Gruppene var delt inn etter årskull, med 2 kull per gruppe. Grunnet få påmeldinger fra 3. og 4. klassinger besto den eldste gruppa av 3 årskull, 2. til 4. klassinger (barn født 2002, 2001 og 2000).
- Det finnes ledige plasser i den eldste gruppa, mens det er en venteliste på ca. 20 barn for de yngste gruppene.
- I tillegg til de ukentlige aktivitetene er følgende tilleggsarrangementer avholdt:
 - Badedag for alle idrettsskolebarna med familier på Remmen søndag 18.10.
 - Aktivitetsdag på Hoiås 6.12. med innlagt Nisse-besøk, som aktivitetsdag for alle (dvs. ikke bare idrettsskolen). Kombinasjonen aktivitet og Nisser ble svært godt mottatt, Nissen delte ut 150 poser, selv om det hverken var sol eller snø/akeføre denne søndagen.
 - Skøytegang utgikk denne høsten grunnet stengt ishall.
- Deltakeravgift for hele idrettsskole-året (høst 2009 – vår 2010) er uendret, 600.- Kr per barn og 500.- Kr for 2., 3. osv. søsken.
- Vi har prøvd ut et håndtegnet kart over Låby skole og skolegården som viser terrenget i bilder (f.eks. tegnet et lite hus istedenfor svart firkant der det står hus, tegnet trær, huskestativer osv.). Kartet ha blitt brukt til både dag- og nattorientering, av alle grupper. Instruktørens inntrykk er at barn forstår dette kartet bedre enn tradisjonelle O-kart.
- De nye hodelyktene ble brukt til nattorientering og reflekstur med pølsegrilling.

Rekruttering av instruktører

Høsten 2009 har det vært uvanlig vanskelig å finne instruktører til idrettsskolen. Mange foreldre til påmeldte barn, samt foreldre til barn som kunne ha vært deltakere på idrettsskolen ble forespurt, men eneste som takket ja var Heidi Eriksen. "Kabalen" gikk opp da Astrid Nordbrøden tok på seg instruktør-rollen i to grupper, og styremedlemmene Lene Larsen og Frauke Schmitt Gran ble instruktører i tillegg.

Sponsorer/støtte

I 2009 har Barneidrettsgruppa mottatt sponsorstøtte fra AF-gruppen v/ Brødr. Glomsrød Entreprenør AS, Norsted Ing AS og Halden Arbeiderblad til T-skjorter for avslutningen 6.5., samt fra Halden Sparebank til nissens godteposer 6.12.

Fra NOF har vi mottatt støtte til Hoiåsdagen 1.5. og aktivitetsdag med nisse 6.12., som "Større rekruttarrangement – barnefestivaler".

I mars ble søknaden fra november 2008 ("Tippemidler til utstyr" fra NIF via Østfold Idretskrets) innvilliget. Vi fikk finansiert 1/3 av et gruppesett med 30 diode-hodelykter til turbruk.

Halden 15.01.10, Frauke Schmitt Gran (leder)

KAG

Sammensetning

Kart- og arrangementsgruppa har i 2007 bestått av Arnt Edvin Andersen (leder), Joacim Carlsson, Rune Holt, Håkon Jokstad og Eirik Nordbrøden.

VDG

VDG- møtet ble arrangert i samarbeid med Gimle IF og Tistedalen FL 27. januar. Det ble orientert om o-aktiviteter i kommunen (tirsdagsløp, turorientering og terminfestede løp). Direkte berørte grunneiere er også kontaktet personlig.

Kart

Kartet til natt-NM, Prestebakkefjellet er ferdigstilt. Det har også blitt utført en revisjon av Iddefjordsfjellet foran Norwegian Spring 2010

Oversikt over klubbens kart finnes på klubben sine hjemmesider, sammen med oversiktskart som viser de ulike kartenes beliggenhet.

Arrangement

Norwegian Spring:

Sarpsborg OL hadde i 2009 hovedansvaret med løpsleder, løypeleggere og samlingsplass.

Lørdag ble Vårspretten (mellomdistanse, 628 løpere) og Vårstafetten (625 løpere) arrangert.

Søndag var det som vanlige Solrenningen(1309 løpere) med langdistanse.

Det ble også arrangert presisjonsorientering begge dager, med totalt 40 deltakere.

Løpene ble i år arrangert på Kalabanen travpark i Skjeberg, med parkering på fast grunn og kort vei å gå til samlingsplass. Dette er et konsept som vi må etterstrebe i årene som kommer. Skal Norwegian Spring befeste sin posisjon som ”**vårens storløp**”, må vi finne fram til tørre samlingsplasser.

Til tross for noe færre deltakere ble overskuddet fra arrangementet som budsjettert, pga god økonomistyring og et effektivt samarbeid med SOL.

Øvrige arrangement

Høiåssuget. Et uhøytidelige nærløp med fellesstart og mål på Høiås i forbindelse med Høiåsdagen.

Løpsleder: Jens Erik Mjølnerød

Løypelegger: Magne Dæhli

Antall deltagere: 61

KM-mellomdistanse.

Mesterskapet ble arrangert på Unnebergåsen med samlingsplass og mål på vektstasjonen på gamle E6. Det faktum at Natt-NM nå arrangeres på våren var nok hoveårsaken til den svake deltakelsen.

Løpsleder: Jostein Tafjord

Løypelegger: Øivind Holt

Antall deltagere: 186

Tirsdagsløpene

Også i 2008 ble tirsdagløpene organisert i samarbeid med Gimle IF, TFL og Idefjordens SK med Eirik Nordbrøden som hovedarkitekt for terminlista. Deltakerantallet har sunket ytterligere, og

vært mellom 20 og 50 pr løp. For 2010 vil vi måtte vurdere andre opplegg, f.eks bruk av emit og tidtaking, for å heve interessen.

Halden 19.01.2010

Arnt Edvin Andersen

Leder Kart- og arrangementsgruppa

ORIENTERINGSGRUPPA

O-gruppa har i 2009 bestått av følgende medlemmer:

Leder:	Beate Norsted Kildebo
Nestleder/leder toppidrett:	Bjørn Axel Gran
Økonomiansvarlig:	Sindre Saksæther
Bredde:	Tor Ragnar Andersen
Junior:	Eirik Nordbrøden
Prosjektansvarlig:	Øyvind Helgerud
Medlem/startkontingent:	Ann Heidi Lindhaugen

Med møterett, men ikke møteplikt:

UFOs representant:	Geir Torgersen
Tillitsvalgt for løpere:	Olav Lundanes Kajsa Nilsson

Kenneth Buch var i hele 2009 fast ansatt som trener i Halden Skiklubb i 100 % stilling. Vi er veldig fornøyd med den jobben Kenneth har utført og ser frem til neste sesong.

O-gruppa har i 2009 hatt 7 møter. Dessuten har leder eller nestleder av gruppa deltatt på styre- og økonomimøter. I 2007 ble UFO tatt ut av o-gruppa og opprettet som selvstendig gruppe med representant i hovedstyret. Etter årsmøtet i 2008 fikk UFO igjen møterett i o-gruppa, men er fortsatt en selvstendig gruppe med representant i styret. Bakgrunnen for dette var å samkjøre denne delen av klubbdriften og avklare og forberede saker til hovedstyret. Dette er en ordning som begge grupper er tilfreds med og anbefales videreført. På møtene før Tiomila og Jukola var også prosjektlederne for disse aktivitetene, henholdsvis Tom Erik Sandberg og Karianne Hauge, med på møtene. Monica Nordbrøden har bistått o-gruppa med forvaltning av drakter. O-gruppa har også vært med på å gjennomføre og slutføre prosessen med klubbutvikling. Konklusjonen til o-gruppa ble diskutert fram til å være:

"Verdens beste orienteringsklubb" betyr for oss:

- Individuell verdensmester hvert år
- VM-debutant hvert år
- Vinne en av de store stafettene (Tiomila, Jukola, NM) for både herrer og damer i samme år.
- 2. lagene blant de 10 beste i Tiomila/Jukola og/eller 2 lag på pallen i NM

4 fokusområder, med stikkord:

A: **Konkurransen:** Tiomila, Jukola, NM-uke, 25-manna, VM

B: **Trening:** Treningstilbud i Halden, trener, kompetanse, kompetanse overføring, utland/ukjent terreng

C: **Miljø:** deltagelse, gøy/moro, fellesskap, dugnad, at mange bidrar

D: **Rammer:** Kart, økonomi, egne arrangement, pleie sponsor/media, tilrettelegging for trening, skadeforbygging, medisinsk støtte

Fra januar 2009 foreslo vi også å ha 2 tillitsvalgte fra løperne med møterett i o-gruppa. Kajsa Nilsson og Olav Lundanes ble enstemmig valgt av henholdsvis dame og herreløperne, og har deltatt aktivt i de fleste møtene. Dette har bidratt til at løpersynspunktene har kommet mer i

fokus, og vi anbefaler at ordningen videreføres. For 2010 er Olav gjenvalgt fra herrene, mens Kajsa og Ane Næss Bjørgul skal dele tillitsvalgtrollen for damene.

O-gruppa hadde tradisjonen tro sommeravslutningen på Høiås 18. juni med sportslig innslag og påfølgende bespisning av grillet kylling med tilbehør. Kajsa Nilsson og Magne Dæhli hadde ansvaret for planleggingen og gjennomføringen av årets utgave av Finnebusamlingen. En jobb de utførte med glans og var med på å skape positive og varige minner for deltakerne. 15. oktober ble det tradisjonen tro holdt kakefest og vi markerte årets prestasjoner og ga ros til alle medlemmer for deltakelse og bidrag til disse resultatene. Hytta var fylt til randen og det ble anslått at det var 140 små og store tilstede. Spesielt ble Anders Nordberg æret for sin opptreden på VM-stafett, hvor han sammen med Thierry Gueorgiou (Frankrike) og Michal Smola (Tsjekkia) avbrøt kampen om VM-gullet for å hjelpe en skadet Martin Johansson (Sverige). På NOFs o-galla ble Anders hedret med Fair-Play prisen og under årets idrettsgalla ble Anders også beæret med prisen "Årets forbilde 2009". Begge prisene var vel fortjent og vi er stolte av hans opptreden! På NOFs o-galla ble også Martin Jullum hedret som årets pre-o utøver. Han føler at han har blitt tatt godt i mot i miljøet og de setter også veldig pris på å ha han blant seg. Det er gledelig at han har funnet å kunne drive med orientering, om enn i en annen form enn ønskelig, så lenge han er forhindrede fra å satse for fullt pga. sykdom.

Etter å ha arrangert o-galla i 4 år lå det an til at det kunne bli en tradisjon, men en spørreundersøkelse blant medlemmene viste at det ikke var stor nok interesse for hverken å bidra til å arrangere eller til å delta. O-gallaen ble derfor lagt på is, og så får fremtiden vise om den skal gjenoppstå. Når det så var bestemt og vi gikk av med seieren i 25 manna, ble det derimot innvilget penger til julebord. Lørdag 11. desember ble det invitert til "Dansk julefrokost" i regi av trener Kenneth, som også fikk vist at han er en eminent kjøkkensjef. En stor takk til Kenneth som ivret for arrangementet fra første stund!

RESULTAT SAMMENDRAG

2009 var igjen et år med gode resultater, spesielt i stafett. Av høydepunkter nevnes:

- **Seier til damene i Tiomila.** På laget løp Celine Dodin, Vendula Klechova, Ida Marie Næss Bjørgul, Kajsa Nilsson og Anne Margrethe Hausken.
- **Seier til både damene og herrene i NM-stafetten.** Med 17 år siden sist damene vant var denne triumfen svært etterlengtet. På lagene løp: Vendula Klechova, Anne Margrethe Hausken og Kajsa Nilsson; og Emil Wingstedt, Mattias Karlsson og Olav Lundanes.
- **Halden SK vant 25 stafetten,** og forsvarte dermed seieren fra 2008.
- **Anne Margrethe Hausken vant VM gull i stafett.** Hun er dermed Halden Skiklubbs 3 løper med VM gull både individuelt og i stafett. I VM ble hun også **topp 6 i sprint.** Fra **Nordisk mesterskap** kom hun hjem med **ett sølv** (sprint), **to bronser** (lang og stafett) og var også topp 6 på middel. Hun vant også **NM natt.**
- **Kajsa Nilsson vant VM sølv og NOM gull i stafett.**
- **Emil Wingstedt vant NOM gull i stafett.** Han ble **topp 6** på VM-langdistansen og vant eliteserien. I NM fikk han 1 sølv (middel) og var topp 6 både på sprint og langdistanse.
- **Olav Lundanes vant NM langdistanse** og utklasset konkurrentene. Olav ble også **nr 4 på VM sprint**, og var topp 6 i NOM og topp 10 i VM på langdistansen. Han fikk også 2 NM bronser (sprint og middel).
- **Anders Nordberg vant 2 NM gull** (natt og ultralang), topp 10 på VM-langdistansen og vant Craft Cup.
- **Martin Jullum ble nr 5 i VM Pre-O,** og fikk dermed sitt internasjonale gjennombrudd. I lagkonkurransen besørget han, som beste norske, at laget ble nr 4.
- **I Jukola holdt herrene oppvisning gjennom natta** og ble til slutt nr 3. Damelaget ble nr 4.

- I NM-stafetten viste herrene bredde og 3-laget ble nr 5, 2-laget nr 6 og 4-laget nr 14.
- **Morten Jarvis Westergård** fikk sin landslag debut på NOM og toppet med en 11. plass i VM-jr langdistanse. I NM fikk han sølv (ultralang) og bronse (middel).
- Nevnes skal også at våre utenlands baserte løpere leverte gode resultater: **Søren Bobach** tok 2 medaljer i junior VM, og alle løp blant de 6 beste. Han fikk også en medalje i NOM. **Kiril Nikolov** ble nr 4 på VM sprint.
- Representerende sine klubber i de ulike land besørget også Emil Wingstedt 2 SM gull, Kajsa Nilsson endelig sitt første SM gull, Torben Wendler sitt første gull i Tyskland, og Mattias Karlsson SM-bronse på sprint.

Nedturene som må trekkes fram er at

- Herrene var langt utenom kampen om pallplasseringer i Tiomila.
- Ingen individuelle medaljer i VM.
- Mange løpere med lange skade/sykdom avbrekk, eller avbrekk på viktige tidspunkt, deriblant Kajsa Nilsson (Jukola og mulighetene for å kvalifisere seg individuelt for VM), Anne Margrethe Hausken (world-cup og O-Ringen, samt VM forberedelser), Anders Nordberg (NM-uka), Magne Dæhli (hele vår sesong), Marius Bjugan (meste av våren), Ida Næss Bjørgul (NOM uttak, Jukola), Mattias Karlsson og Erik Axelsson. Som en konsekvens av problemene for de "nest beste" ble antall løpere kvalifisert for NOM og VM også lavt.
- Dette gjaldt også juniorene Fredrikke Nohr Moth (vinter) og Ane Næss Bjørgul (NM-uka).

TRENERE OG TILRETTELEGGING

En stor ære for årets resultater skal vår hovedtrener Kenneth Buch ha. Kenneth Buch har fortsatt som fulltidsansatt trener. Dessuten har han vært utlånt til det danske landslaget under NOM og han hjalp New Zealand under VM. Kenneths engasjement og fulltidsansettelse bidrar til at klubben har et allsidig ukentlig treningstilbud av høy kvalitet, og Kenneth har ansvaret for at samlinger og konkurranser, som er underlagt stillingsinstruksen, gjennomføres med høy kvalitet og gode resultater. Han bidrar også med videreutvikling av et utvalg av løpere, både kortsiktig og med VM 2010 som langsiktig mål. I begynnelsen av desember la Kenneth ned en stor jobb i forbindelse med at Halden var vertsby for NOF sin Camp Norway samling. Kenneth besørget økter av høy kvalitet og også en pen inntekt til Halden SK gjennom kartsalg og mange overnattingsdøgn.

Vi hadde en evaluering av Kenneth og det som kom frem var nesten utelukkende positiv, og av tilbakemeldingene fra Kenneth var det kun detaljer å endre. Gjennom sesongen har det vært en jevnlig kontakt mellom Kenneth og o-gruppa ved Bjørn Axel og Beate.

Ved starten av 2010 har Kenneth varslet at han etter uttaksløpene til VM vil vurdere sitt videre engasjement og eventuelt gjenoppta sine studier. Dette innebærer at o-gruppa i 2010 må ha en diskusjon på hvordan vi ønsker å videreføre trenerjobben.

I tillegg til jobben Kenneth har gjort har en rekke medhjelpere bistått med postutsetting, tidtaking og bålrensing på nattøker. Uten hjelp fra spesielt Eirik Nordbrøden, Jørn Nordbrøden og Morten Kildebo ville mange night-cuper antagelig ikke blitt gjennomført til samme kvalitet.

COGITO ("jeg tenker") prosjektet ved Morten Dalby og Kjetil Bjørlo har i samarbeid med hovedtrener fortsatt sitt tilbud til klubbens løpere. Cogito-prosjektet hadde følgende spesialtreninger som supplerte klubbens ordinære tekniske treningsopplegg:

Februar: konsentrasjon og rå muskelkraft, samt Micro/Macro system for å få til den perfekte økt
Mars: bruk av kompass på natta

UK

Uttakskomiteene har i 2009 bestått av:

Dame-UK: Kenneth Buch, Anne Haugen, Kjetil Bjørlo

Herre-UK: Kenneth Buch, Pål Backstrøm, Morten Dalby, Emil Wingstedt

For 25-manna besto UK av Kenneth Buch, Tor Ragnar Andersen og en representant fra UFO.

UK-ene har fungert bra og foruten å ta ut lag, har UK medlemmene også deltatt som lagledere ved de store stafettene, samt ved enkelte spesifikke arrangement/treninger.

MASSASJE

Også i 2009 har vi hatt et godt tilbud om fysioterapi gjennom Vendula Klechova.

PROSJEKTER

For tilrettelegging av aktiviteter har Øyvind Helgerud hatt et koordineringsansvar og sørget for at så vel små som store prosjekter har hatt ansvarlige. I 2009 ble det også utarbeidet en prosjektgjennomførings-instruks med retningslinjer og tips for både prosjektledere og løpere. I 2009 har klubben organisert reise, overnatting og opplegg til følgende løp og samlinger.

Dato	Prosjekt	Prosjektleder
16-18. jan	Barmarksamling, Tidaholm	Marius Bjugan
23. febr – 3. mars	Vintersamling, Bulgaria	Kenneth Buch, Kiril Nikolov
12.-15. mars	Tiomilasamling 2, Skåne	Andreas Johansson
3.-4. april	NM natt og NC sprint, Haugesund	Jostein Tafjord
9.-10. april	7-manna, Skåne	Kajsa Nilsson
18.-19. april	Tiomila, Skåne	Tom Erik Sandberg
9.-10. mai	Svenske NOM testløp, Gävle	Mattias Karlsson
16. mai	Dagsamling NOM test, Oslo	Kenneth Buch
21.-24. mai	Uttakingsløp NOM, Oppsal Oslo	Bjørn Eriksen
11.-14. juni	Jukola, Mikkeli	Karianne Hauge
2.-5. juli	VM testløp, Dølauka	Jon Pedersen
1. august	NM ultralang, Odda	Øyvind Stokseth
29.-30. august	NM sprint og NM jr stafett, Porsgrunn	Eirik Nordbrøden
4.-9. september	NM/VM2010 samling	Bjørn Axel Gran
10.-13. september	NM-uka, Ålen	Bjørn Axel Gran
1.-5. oktober	VM2010 samling, Trondheim	Olav Lundanes
10.-11. oktober	25-manna, Stockholm	Tor Ragnar Andersen
24.-25. oktober	Smålandskavlen, Tenhult	Magne Dæhli, Morten Westergård
26.-29. november	Tiomilasamling 2010, Finspång	Erik Axelsson

TOPPIDRETTE

Ved overgangen til 2009 fikk vi en stor tilvekst av nye løpere, hvorav noen gjensyn: Olav Lundanes, Jon Pedersen, Magne Dæhli, Morten Westergård, Kiril Nikolov (BUL), Pekka Itavöu (FIN), Axel Fisher (GER), Øystein Kristiansen, Kristian Dalby og Susanna Honkanen (FIN). Dessverre har noen av løperne ikke vært så aktive som vi var forespeilet. I løpet av 2009 er tilveksten Iliana Shandurkova (BUL), Lacho Iliev (BUL), Vincent Coupat (FRA), Lea Vercellotti (FRA), Kristian Vad (DEN) og Matthias Kretschmar (GER).

Ved starten av 2010 har vi et gledelig gjensyn med Mats Haldin (FIN) i Halden drakta. Samtidig takker vi farvel til Andreas Johansson som nå skal løpe for Bækkelagets SK. Andreas har foruten å bidra til 3 Tiomila seire, ledet mange prosjekter og også vært medlem av o-gruppa i mange år.

Totalt har dermed antallet på treningene i Halden vokst etter sommeren. Det er dog et faktum at flere av klubbens løpere er bosatt i Oslo. Hvordan vi skal møte dette har derfor vært et løpende diskusjonstema både blant løperne, i o-gruppa og også i hovedstyret. Konklusjonen så langt er at vi vil fokusere på å gjøre det attraktivt å bo og løpe i Halden:

- Fortsette med fulltidsansatt trener.
- Ha flere gode kvalitetsøkter på dagtid i Halden.
- Hjelpe løperne som ønsker å bo i Halden med sponsoravtaler, jobb og studietilbud.
- Tilrettelegge for at løperne som bor i Halden også kan løpe når Halden SK arrangerer viktige løp.
- Besørge at prosjekter planlegges og gjennomføres.
- Tilrettelegge for og forvente at de som bor i utlandet oppholder seg i Halden i forbindelse med forberedelsene for de store stafettene.

Dette forutsetter dog at o-gruppa kan videreføre sine budsjetter, at Halden SK har en proaktiv sponsorgruppe og at det er tilstrekkelig med gode og motiverte prosjektledere. Dessverre står vi ved starten av 2010 med kun det første punktet i forutsetningene som oppfylt.

Tilveksten fra egen ungdomsavdeling er fortsatt stor og vi gleder oss til å ta i mot dem i fremtiden. DH17 består pr i dag av ca. 65 personer som er med på treninger og konkurranser jevnlig, hvorav 18 juniorer.

Gjennomføring av aktiviteter er utført i samarbeid med trener Kenneth Buch og resten av o-gruppa. Arbeidsoppgavene kan oppsummeres i:

- oppfølging av trener sitt arbeid ovenfor elite gruppe løperne
- tildeling av individuell økonomisk støtte og bonuser
- oppfølging av avtale for massasje/fysioterapi
- oppfølging av nye løpere

Støtte har gått til spesifikke individuelle forberedelser knyttet mot VM, EM, NM eller de store stafettene. I 2009 var tilrettelegging og individuell støtte basert på utøvere fordelt på 3 grupper. Alle løperne undertegnet en avtale som beskriver plikter og goder ved å være eliteløper i Halden.

- Elite 1: Anders Nordberg, Emil Wingstedt, Anne Margrethe Hausken og Kajsa Nilsson.
- Elite 2: Mattias Karlsson, Erik Axelsson, Marius Bjugan, Olav Lundanes og Ida Marie Næss Bjørgul
- Elite 3: Jon Pedersen, Magne Dæhli, Bjørn Eriksen, Vendula Klechova, Morten Westergård (jr), Julie Andersen (jr) og Martin Jullum (pre-O).

Som beskrevet i de sportslige resultatene, så har alle løperne i Elite 1 oppnådd nasjonale og internasjonale resultater i henhold til Halden SK sine forventninger. Av løperne i Elite 2 har Olav Lundanes tatt et langt steg framover, mens de andre har stått på stedet hvil eller manglet resultater pga skader. For løpere i Elite 3 har mer eller mindre alle hatt fremgang i 2009. For 2010 er følgende løpere gitt tilbud om elite avtale:

- Elite 1: Anne Margrethe Hausken, Kajsa Nilsson, Anders Nordberg, Emil Wingstedt, Mats Haldin og Olav Lundanes.
- Elite 2: Ida Marie Næss Bjørgul, Vendula Klechova, Erik Axelsson, Jon Pedersen, Marius Bjugan, Mattias Karlsson og Martin Jullum (pre-O).

- Elite 3: Ane Næss Bjørgul (D19), Fredrikke Nohr Moth (D19), Iliana Shandurkova, Julie Andersen (D20), Lea Vercellotti, Bjørn Eriksen, Magne Dæhli, Mats Nordbrøden (H19), Morten Westergård, Torben Wendler og Vincent Coupat.

Antallet er høyere enn i 2008 og for flere av løperne innebærer det at de må prestere og vise til resultater i 2010 for å forbli i ei gruppe i fremtiden. Løpere i 17-18 års klassen vurderes ikke for elite gruppene.

På begynnelsen av 2009 tok vi i fellesskap med en rekke andre klubber med landslagsløpere, et initiativ ovenfor NOF for å få til en bedre dialog, avklaringer om egenandeler, og bedre betingelser for bl.a. personlige sponsorer på landslagsdrakter. De signalene som kom fra NOF i form av skriv og landslagskontrakter for løperne ble da oppfattet som en forverring av både løpernes og klubbens hverdag. Det ble avholdt et møte med NOF hvor Jens Erik Mjølnerød var tilstede, og hvor synspunkter ble utvekslet. Møtet førte ikke til noen direkte endringer, men kommunikasjonen med NOF har bedret seg utover i 2009. Det er dog fortsatt områder hvor vi har ulike syn, for eksempel med hensyn til landslagsløpernes muligheter for å markedsføre individuelle sponsorer, og betydningen av klubbaktivitetene og klubbmiljøet i forberedelsene mot de store mesterskapene. Emil påpekte dette meget treffende i en Skogsport artikkel med å vise til at løperne tilbringer ca 6/7 av sine treninger og forberedelser i et klubbmiljø!

JUNIORENE

Ansvarlig for juniorgruppa har vært Eirik Nordbrøden sammen med trener Kenneth Buch.

Vi har fortsatt en relativt stor juniorstall med både topp og bredde. I 2009 har hovedfokuset blant juniorene selvfølgelig vært NM arrangementene. I tillegg har det blitt satset på Craft Cupen (Norgescupen) og for noen også NOM og VM junior. Samlinger har vært i fellesskap med seniorene.

I NOM var vi representert med 2 juniorløpere Morten Jarvis Westergård på det norske landslaget og Søren Bobach på det danske landslaget. Søren gjennomførte igjen et godt mesterskap med 2. plass på mellomdistansen som beste resultat. Øvrige plassering ble 7 på sprint og langdistanse og 6 i stafetten. Dette var Morten sitt første internasjonale mesterskap og han gjorde en fin innsats med plasseringen 17 på sprint, 29 på mellomdistanse, 21 på langdistanse og 11 i stafett. Viktig for Morten var at han gjennom blant annet disse plasseringene kvalifiserte seg for det norske laget til VM junior.

De samme 2 løperne var med i VM junior som gikk i Italia midt på sommeren. I tillegg løp Matthias Kretschmar på det tyske laget. Mange Haldensere hadde i tillegg tatt turen for å se på konkurransene. I sitt siste mesterskap som junior imponerte Søren igjen med 2 medaljer, 2. plass og sølv i langdistansen og 3. plass og bronse i stafett. I tillegg ble det to 5. plasser i sprint og middel. Søren har med det totalt tatt 5 medaljer i VM junior. Morten løp som Søren en god langdistanse og ble nummer 11. I tillegg ble det 30. plass på sprint, 36. plass på middel og 9. plass med det norske 2. laget i stafett. Matthias fikk sin beste plassering med 73. Plass på langdistansen, ellers ble det 79. plass på sprinten og en 35 plass i B finalen på middel. Ingen andre juniorer har hatt representasjonsoppgaver internasjonalt, men både Julie Hilland Andersen og Fredrikke Nohr Moth har deltatt på samlinger i NOFs regi.

I NM har juniorene fått 2 medaljer, begge ved Morten Jarvis Westergård. Han ble nummer 2 på NM ultralang og nummer 3 på NM mellomdistanse. Han ble dessuten nummer 5 på NM natt, 6 på NM sprint og 10 på NM langdistanse. Andre gode NM plasseringer blant de 10 beste kom ved Julie Hilland Andersen nummer 6 på NM sprint, 7 på NM ultralang og 8 på NM natt, Hallvard Haugen Nordbrøden nummer 7 på NM natt, Fredrikke Nohr Moth og Mats Nordbrøden nummer 7 og Ane Sofie Næss Bjørgul nummer 9 på NM sprint. I NM junior stafett var det herrenes 1.

Lag med Hallvard Haugen Nordbrøden, Mats Nordbrøden og Morten Jarvis Westergård som gjorde den beste innsatsen med en 7 plass ca 3,5 minutter fra medalje. Ellers gledelig innsats av 2. Laget for jentene som med 3 16 åringer ble nummer 12. På laget løp Frøya Hauan Andersen, Maiken Norsted Kildebo og Malena Birkeland. Det var også viktig at vi i år greide å stille 2 fulle lag i hver klasse.

I Craft Cupen fikk Morten Jarvis Westergård den beste sammenlagtplasseringen med sin 6. plass. Ingen av de øvrige kom blant de 10 beste. De beste plasseringene i individuelle løp kom i NM konkurransene og det var bare Morten som greide plasseringer blant de 6 beste i noen av de øvrige Craft Cup løpene. Han fikk 3, 5 og 6 plass i uttakingsløpene til NOM.

Av andre aktiviteter kan vi nevne at en del av juniorene deltok på DH17 treningsleir i Bulgaria, vi hadde 4 deltakere på NOFs sommerleir og vi har hatt flere møter/samlinger med informasjon om trening og annet.

For neste år ser situasjonen for juniorene også lovende ut. Vi mister 3 løpere som rykker opp i seniorklassen, men får også 3 nye juniorer fra egne rekker. Håpet er igjen å kunne stille med 2 lag i hver klasse under NM junior stafett. Vi vil passe på å ønske de nye juniorene velkommen i gruppa og takke juniorene som rykker opp i seniorklassen for tiden som har vært.

BREDDEAKTIVITETER

Breddegruppa hadde i 2009 to høydepunkter, italiensk 5- dagars og 25-manna. Italiensk 5-dagers ble arrangert i Dolomittene i Nord Italia og gikk samtidig med Junior VM hvor vi var representert med 3 løpere. Halden Skiklubb hadde med ca 40 løpere og supportere, som både løp selv i 5-dagers og heiet fram Søren og Morten i junior VM. Selv om det var mye dårlig vær hadde vi en veldig fin uke både sosialt og sportslig. På en av etappene løp vi i 2000 meters høyde.

Interessen for å være med på 25-manna var i år rekordstor og totalt var vi 70 som dro bortover. Selv om ikke alle løp var det konkurranse om plassene også på 2. laget, og for første gang hadde vi mange reserver. Som forberedelser hadde vi tre spesialtreninger og med unntak av noen få skader, stilte vi med vårt beste lag.

Kiril Nikolov åpnet med å komme inn i tetklynga og med Emil Wingstedt på 2. etappe var vi med helt framme. Deretter var vi stort sett med i teten hele veien og glimrende og jevn løping av våre 7. etappe løpere gjorde at Hans Huseby løp ut som nr. 3 på 23. etappe. Hans løp opp en plass og sendte ut Olav Lundanes halvannet minutt bak Tampeeren Pyrintö. Olav tok ganske kjapt igjen Tampeeren og rykket direkte. Etter en kjempeløp fikk Anne Margrethe Hausken tre minutters forsprang. Med et sånt utgangspunkt var det aldri tvil om hvor seieren ville havne. Dette var Halden Skiklubs tredje seier i 25-manna (2004, 2008 og 2009) og tre løpere har vært med på alle seirene: Emil Wingstedt, Helmer Westlund og Hans Huseby.

2. laget hadde som målsetting å bli beste 2. lag. Det klarte vi ikke, men god og jevn løping gjorde at det ble ny klubbekord, 52. plass. Spesielt løp Andreas Johansson, Fredrik Eliasson og Torben Wendler gode løp. 2. laget satset på en ungdomsprofil og hadde fire D 16 som løp dameetappen og fire D/H 12 som løp den korte etappen. Verd å merke seg her er at Håkon Raadal Bjørlo hadde bedre etappetid enn alle på førstelaget. Som vanlig hadde vi felles tur inn til Stockholm lørdag kveld og vi hadde ca 50 som løp 25-mannakorten søndag.

Pga av kollisjon med testløp til nordisk både for senior og junior ble 15- stafetten redusert til 12. etapper i 2009. Deltagelsen ble derfor mye dårligere enn vanlig og i tillegg ble de to siste etappene annullert. Vi satser på at Oppsal kommer sterkere tilbake 2010.

I Klubb KM stafett pleier vi å stille med mange lag. I år var interessen dårlig og vi klarte bare fire lag. Disse løp til gjengjeld meget bra og Halden SK fikk 1.-, 3.- 5., og 7. plass. Det holdt til

en klar seier sammenlagt. På vinnerlaget løp: Irene Felde Olaussen, Jim Olaussen, Fredrik Eliasson og Anders Felde Olaussen.

Breddegruppa arrangerte også sommeravslutning på Høiås med totalt 52 deltagere. Først hadde vi en prolog og deretter en tomannsstafett med tre etapper på hver. Hver etappe var ca 1 km og det var vanlig orientering, speilvendt kart og kart med bare svart. Lagene ble tatt ut etter resultatene på prologen og etter en spennende innspurt vant Tor Andreas Andersen og Anders Felde Olaussen. Anders har dermed vist seg som en glimrende stafettløper, med seier i alle våre tre breddestafetter: 25-manna, Klubb KM og sommeravslutningen.

TUR-ORIENTERING

Tur-O opplegget er som tidligere et samarbeid mellom Gimle Idrettsforening, Idd Sportsklubb, Tistedalen Friluftslag og Halden Skiklubb.

Sesongen startet i år sent på grunn av en del snø i marka og postene var først på plass i skogen fra 24. april og lå ute til 20. september.

Årets Tur-orientering kostet kr 250,- og omfattet følgende kart:

Strupe-Bislingen	O-kart - 9 poster - ansvarlig Halden SK
Lommetjern	O-kart - 6 poster - ansvarlig Halden SK
Venås-Ulvås	O-kart - 8 poster - ansvarlig Gimle IF
Venås-Rahaugen	O-kart - 7 poster - ansvarlig Gimle IF
Hovsfjellet	O-kart - 10 poster - ansvarlig Idd SK
Eivindsætre	O-kart - 15 poster - ansvarlig Tistedalen FL

I tillegg har HSK hatt ansvar for å legge ut 5 "Månedens GPS post" fra mai til september. Det ble ikke avviklet noen nattorientering i år.

Felleskjøpet Agri, Køhn Libris, Sport Senteret og Statoil Kirkebakken har også i år vært behjelpelige med å selge Tur-O konvoluttene.

Årets salg fordeler seg slik:

Køhn Libris:	82 konvolutter + 24 kontrollkort
Sport Senteret:	10 konvolutter
Felleskjøpet Agri:	10 konvolutter
Statoil Kirkebakken:	28 konvolutter
Høyåsdagen:	4 konvolutter
Nexans :	20 konvolutter
Andre:	1 konvolutt

Totalt: 155 konvolutter

Årets tur-o avslutning ble avholdt på Venås, søndag 18 oktober. Fremmøtet var upåklagelig og i god tradisjon ble det servert marsipankake og kaffe til de fremmøtte. Det store høydepunktet var trekking av premier blant alle dem som hadde levert klippekort med minst 25 klipp samt utdeling av bestilte merker.

Vinnerne ble: GPS-mottaker:

Thor-Harald Korpås

Gavekort fra Køhn Libris: Anne Grethe Bremnes, Olav Schmitt Gran,
Thore Hein Kristiansen, Jon Lien,
Fleming Pettersen
Gavekort fra Felleskjøpet Agri: Tor Palmgren, Magnar Andersen
Gavekort fra Statoil Kirkebakken: Roy Nyberg, Anette Lillestrand

Her må vi takke Køhn Libris, Felleskjøpet Agri og Statoil Kirkebakken for subsidierte gavekort, samt Båt Holm som også i år sponset hovedgevinsten.

Ellers fikk vi en del tilbakemeldinger på årets opplegg og deltagerne var stort sett veldig fornøyde.

Det ble også i år enstemmig konkludert med at o-kart var best å orientere etter da turkartet hadde litt for stor skala og litt for lite detaljer. Det var også ønske om å få et tur-o område egnet for sykkel neste år. Ellers ønsket noen flere nære o-poster, mens andre ønsket flere på lang avstand.

Vi er rimelig fornøyd med antall innleverte kort og at antall solgte konvolutter i år økte med 20 i forhold til fjoråret og at vi derved har snudd den fallende trenden fra de siste årene.

Ansvarlig for årets Tur-O opplegg fra HSKs side har vært Øyvind Nielsen, Kjell Holene, Thor Palmgren og Hans Kurt Karlsen.

	2005	2006	2007	2008	2009
Solgte konvolutter:	391	153	146	134	155
Solgte tilleggs kort:	33	33	33	38	24
Innleverte kort:	40	54	62	56	59
Antall poster:	64	61	64	60	60

Resultatet i år ble på kr. 23.061,- hvorav kr. 20.000,- fordeles likt til klubbene.

Halden, 11.januar, 2010
Hans Kurt Karlsen

RESULTATER O-GRUPPA 2009

World Games	29
VM – Ungarn	29
NOM Finland	31
World Cup.....	32
Junior VM, Italia	33
NM	34
Pre-O NM	36
NORGES CUP	36
TIOMILA.....	37
JUKOLA	38
Andre løp.....	38
25 - Manna (352 lag).....	42
Andre Bredde Resulater	40

World Games

Kaohsiung, Chinese Taipei, 16-26 July 2009

Sprint distance Women

1)	Minna Kauppi FIN	14:17,7
2)	Hanny Allston AUS	14:40,0
3)	Elise Egseth NOR	14:53,8
4)	Rahel Friederich SUI	15:05,1
5)	Linnea Gustafsson SWE	15:06,8
6)	Sarah Rollins GBR	15:25,4
18)	Kajsa Nilsson SWE	16:32,3

Sprint Distance Men

1)	Andrey Khramov RUS	13:11,2
2)	Daniel Hubmann SUI	13:12,8
3)	Tero Föhr FIN	13:46,5
4)	Øystein Kvaal Østerbø NOR	13:49,1
5)	Matthias Mueller SUI	14:00,7
6)	Lars Skjeset NOR	14:07,2

Ingen løpere fra Halden SK deltok

Middle distance Women

1)	Hanny Allston AUS	27:01
2)	Minna Kauppi FIN	28:17
3)	Linnea Gustafsson SWE	28:44
4)	Signe Søes DEN	28:49
5)	Aija Skrastina LAT	29:17
6)	Dana Brozkova CZE	29:18
11)	Kajsa Nilsson SWE	30:07

Middle Distance Men

1)	Daniel Hubmann SUI	27:43
----	--------------------	-------

2)	Dmitriy Tsvetkov RUS	28:17
3)	Andrey Khramov RUS	28:52
4)	Tero Föhr FIN	29:00
5)	Mattias Millinger SWE	29:01
6)	Øystein Kvaal Østerbø NOR	29:32

Ingen løpere fra Halden SK deltok

Relay

1)	Russia (Dmitriy Tsvetkov, Yulia Novikova, Andrey Khramov, Galina Vinogradova)	1:55:07
2)	Finland (Pasi Ikonen, Bodil Holmström, Tero Föhr, Minna Kauppi)	1:56:38
3)	Norway (Lars Skjeset, Mari Fasting, Øystein Kvaal Østerbø, Elise Egseth)	1:56:48
4)	Australia	1:57:11
5)	Denmark	1:59:15
6)	Latvia	1:59:19
8)	Sweden (Mattias Millinger, Kajsa Nilsson , Peter Öberg, Linnea Gustafsson)	2:00:09

VM – Ungarn

Mellomdistanse Herrer

1	Thierry Gueorgiou FRA	37:14
2	Daniel Hubmann SUI	37:42
3	Matthias Merz SUI	38:10
4	Matthias Mueller SUI	38:45
5	François Gonon FRA	38:48
6	David Andersson SWE	39:08
9	Emil Wingstedt SWE	39:19

13 Anders Nordberg NOR 40:37
Torben.Wendler (GER) kvalifiserte ikke til finalen

Mellomdistanse Damer

1	Dana Brožková	CZE	37:09
2	Marianne Andersen	NOR	37:19
3	Simone Niggli	SUI	37:58
4	Minna Kauppi	FIN	38:21
5	Merja Rantanen	FIN	38:59
6	Helena Jansson	SWE	39:07
17	Vendula Klechová	CZE	42:41
36	Iliana Shandurkova	BUL	48:20

Langdistanse Herrer

1.	Daniel Hubmann	SUI	1:36:31
2.	Thierry Gueorgiou	FRA	1:38:26
3.	Mikhail Mamleev	ITA	1:40:40
4.	Mats Haldin	FIN	1:41:57
5.	Dmitry Tsvetkov	RUS	1:42:27
6.	Emil Wingstedt	SWE	1:42:39
7.	Olav Lundanes	NOR	1:43:23
8.	Anders Nordberg	NOR	1:43:27
19.	Kiril Nikolov	BUL	1:46:33

Torben.Wendler (GER) kvalifiserte ikke til finalen

Langdistanse Damer

1.	Simone Niggli	SUI	1:17:26
2.	Marianne Andersen	NOR	1:19:17
3.	Minna Kauppi	FIN	1:19:36
4.	Dana Brozkova	CZE	1:19:47
5.	Linnea Gustafsson	SWE	1:20:48
6.	Anne Margrethe Hausken	NOR	1:21:51
14.	Celine Dodin	FRA	1:25:16

Iliana Shandurkova (BUL) kvalifiserte ikke til finalen

Sprint Herrer

1.	Andrey Khramov	(RUS)	15:10.6
2.	Fabian Hertner	(SUI)	15:36.2
3.	Daniel Hubmann	(SUI)	15:38.2
4.	Olav Lundanes	(NOR)	15:52.7
5.	Martin Johansson	(SWE)	15:57.3
6.	Kiril Nikolov	(BUL)	16:03.8
11.	Emil Wingstedt	(SWE)	16:21.2

Damer Sprint

1.	Helena Jansson	(SWE)	15:07.9
2.	Linnea Gustafsson	(SWE)	15:49.7
3.	Simone Niggli	(SUI)	15:54.7
4.	Signe Soes	(DEN)	15:58.4
5.	Kathryn Ewels	(AUS)	16:01.0
6.	Anni-Maija Fincke	(FIN)	16:01.5
7.	Anne Margrethe Hausken	(NOR)	16:04.9
17.	Celine Dodin	(FRA)	16:40.4

Iliana Shandurkova (BUL) kvalifiserte ikke til finalen

Menn Stafett

De 4 lagene i tet ble involvert i et skade tilfelle (Sverige) og påfølgende assistance (Norge, Frankrike, Tsjekia). Anders Nordberg mottok for sin hjelp bl.a. prisen som Årets Forbilde

på Norges idrettsgalla. IOF valgte å ikke annullere, og resultatlista over fullførende lag kan finnes der.
Fra Halden SK løp: Anders Nordberg (NOR), Kiril Nikolov (BUL) og Torben Wendler (GER).

Damer Stafett

1	Norway NOR		2:13:10
	1.1 Nilsen Betty Ann Bjerkrei	32:57	4
	2.1 Hausken Anne Margrethe	50:19	4
	3.1 Andersen Marianne	49:54	1
2	Sweden SWE		2:13:28
	1.1 A.Höjsgaard Karolina	32:28	1
	2.1 Nilsson Kajsa	50:01	3
	3.1 Jansson Helena	50:59	2
3	Finland FIN		2:15:25
	1.1 Holmström Bodil	33:33	6
	2.1 Rantanen Merja	47:51	1
	3.1 Kauppi Minna	54:01	3
4	Switzerland SUI		2:16:12
5	Czech Republic CZE		2:16:26
6	Russia RUS		2:20:10
8	France FRA		2:31:05
	1.1 Vercellotti Capucine	36:58	13
	2.1 Chataing Amélie	56:26	9
	3.1 Dodin Céline	57:41	8
19	Bulgaria BUL		3:03:19
	1.1 Shandurkova Iliana	36:41	12
	2.1 Nikolova Eleonora	1:00:52	14
	3.1 Dimitrova Nataliya	1:25:46	19

Pre-O individuelt, Åpen klasse

1	Kirichenko Vitaliy, UKR	38p	233s
2	Kontkanen Lauri, FIN	36p	245s
3	Kimura Haruo, JPN	36p	366s
4	Tashiro Masayuki, JPN	36p	378s
5	Jullum Martin, NOR	35p	125s
6	Rusanen Antti, FIN	35p	232s

Pre-O lagkonkurranse

1	UKR	56p	625s
	Chernysh Tetiana, Open	13p	182s
	Kulikova Iryna, Parolimpiai	11p	239s
	Kirichenko Vitaliy, Open	18p	102s
	Surkov Yegor, Parolimpiai	14p	102s
2	SWE	56p	662s
	Fredholm Martin, Open	15p	129s
	Gerdman Stig, Open	17p	164s
	Jansson Ola, Parolimpiai	13p	217s
	Johansson Michael, Parolimpiai	11p	152s
3	CZE	55p	693s
	Hülka Bohuslav, Parolimpiai	9p	241s
	Dudik Pavel, Parolimpiai	14p	153s
	Glabaznová Jana, Open	14p	162s
	Holas Tomáš, Open	18p	137s
4	NOR	54p	504s
	Ask Arne, Parolimpiai	12p	181s
	Jullum Martin, Open	15p	70s
	Ovesen Knut Terje, Parolimpiai	11p	164s
	Waalder Kjetil, Open	16p	89s
5	FIN	51p	583s
6	DEN	47p	516s

NOM Finland

Long Distance M21 15,3 km (Started 73)

1)	Daniel Hubmann	Switzerland SUI	1:24:53
2)	Matthias Merz	Switzerland SUI	1:25:11
3)	Thierry Gueorgiou	France FRA	1:26:04
4)	Peter Öberg	Sweden SWE	1:26:11
5)	David Andersson	Sweden SWE	1:27:03
6)	Olav Lundanes	Norway NOR	1:27:31
32)	Emil Wingstedt	Sweden SWE	1:35:23
55)	Torben Wendler	Germany GER	1:49:59
57)	Philipp Müller	Germany GER	1:55:37

Long Distance W21 10,4 km (Started 51)

1)	Minna Kauppi	Finland FIN	1:08:22
2)	Merja Rantanen	Finland FIN	1:09:34
3)	Anne Margrethe Hausken	NOR	1:11:24
4)	Helena Jansson	Sweden SWE	1:11:37
5)	Signe Søres	Denmark DEN	1:13:48
6)	Katri Lindeqvist	Finland FIN	1:13:53
21)	Vendula Klechova	Czech R. CZE	1:20:20
31)	Celine Dodin	France FRA	1:24:32

Long Distance M20 11,3 km (Started 41)

1)	Gustav Bergman	Sweden SWE	1:04:33
2)	Anton Tynong	Sweden SWE	1:05:15
3)	Johan Runesson	Sweden SWE	1:06:10
4)	Albin Ridefelt	Sweden SWE	1:06:46
5)	Olli-Markus Taivainen	Finland FIN	1:06:53
6)	Olle Boström	Sweden SWE	1:07:29
7)	Søren Bobach	Denmark DEN	1:09:14
21)	Morten Jarvis Westergård	Norway NOR	1:16:03

Middel, M21 : 6,0 km (Lähti: 121)

1.	Peter Öberg	SWE	32.34
2.	Thierry Gueorgiou	FRA	32.59
3.	Valentin Novikov	RUS	33.14
4.	Topi Anjala	FIN	33.47
5.	Martin Johansson	SWE	33.51
6.	Mattias Millinger	SWE	34.34
6.	Tero Föhr	FIN	34.34
6.	Matthias Merz	SUI	34.34
13.	Olav Lundanes	NOR	35.37
13.	Mattias Karlsson	SWE	35.37
22.	Anders Nordberg	NOR	36.05
59.	Torben Wendler	GER	38.56
97.	Philipp Müller	GER	43.59
115.	Axel Fischer	GER	53.34

Middel, W21 : 5,2 km (Lähti: 91)

1.	Helena Jansson	SWE	36.22
2.	Marianne Andersen	NOR	37.00
3.	Minna Kauppi	FIN	37.30
4.	Merja Rantanen	FIN	38.16
5.	Anne Margrethe Hausken	NOR	38.34
6.	Inga Dambe	LAT	38.39
6.	Vroni König-Salmi	SUI	38.39
27.	Celine Dodin	FRA	41.53

53.	Vendula Klechova	CZE	46.29
	Kajsa Nilsson	SWE	DSQ.

Middel M20 : 3,7 km (Lähti: 42)

1.	Albin Ridefelt	SWE	22.24
2.	Søren Bobach	DEN	22.41
3.	Anton Tynong	SWE	23.10
4.	Johan Runesson	SWE	23.14
5.	Gustav Bergman	SWE	23.18
6.	Kalle Johansson	SWE	23.22
29.	Morten Jarvis Westergård	NOR	26.36

Sprint M21 : 3,0 km (Lähti: 34)

1.	Daniel Hubmann	SUI	14.23,4
2.	Andrey Khramov	RUS	14.32,7
3.	Thierry Gueorgiou	FRA	15.01,0
4.	Matthias Merz	SUI	15.06,2
5.	Matthias Müller	SUI	15.07,1
6.	Tero Föhr	FIN	15.08,3
9.	Mattias Karlsson	SWE	15.22,4
13.	Anders Nordberg	NOR	15.26,5
21.	Olav Lundanes	NOR	15.49,1
	Emil Wingstedt	SWE	DSQ

Sprint W21 : 2,8 km (Lähti: 33)

1.	Minna Kauppi	FIN	15.37,7
2.	Anne Margrethe Hausken	NOR	15.46,0
3.	Marianne Andersen	NOR	15.48,4
4.	Simone Niggli	SUI	15.56,1
5.	Helena Jansson	SWE	16.05,2
6.	Galina Vinogradova	RUS	16.09,1
28.	Vendula Klechova	CZE	17.57,9
	Kajsa Nilsson	SWE	Hyl.

M20 : 3,0 km (Lähti: 41)

1.	Jerker Lysell	SWE	13.22
2.	Jonas Leandersson	SWE	13.34
3.	Martin Hubmann	SUI	13.45
4.	Kalle Johansson	SWE	13.46
5.	Olle Kalered	SWE	13.50
6.	Matthias Kyburz	SUI	13.52
7.	Søren Bobach	DEN	13.56
17.	Morten Jarvis Westergård	NOR	14.40

NOC2009 - Relay M21 (6,1+6,1+6,1)

1)	Sweden SWE		1:31:21
	David Andersson	31:24/6.	
	Emil Wingstedt	30:47/3.	
	Peter Öberg	29:10/1.	
2)	Switzerland SUI		1:32:45
	Babstiste Rollier	32:15/11.	
	Daniel Hubmann	29:46/1.	
	Matthias Merz	30:42/2.	
3)	Finland FIN		1:32:56
	Mats Haldin	30:59/1.	
	Jörgen Wickholm	31:11/2.	
	Tuomas Tervo	30:45/3.	
4)	France FRA		1:34:36
5)	Sweden 2 SWE		1:35:45
	Mattias Karlsson	31:17/5.	

	Mats Troeng	33:10/11.	
	Martin Johansson	31:17/5.	
6)	Czech Republic CZE		1:35:56
9)	Norway NOR		1:36:31
	Carl Waaler Kaas	33:16/17.	
	Olav Lundaner	32:40/14.	
	Anders Nordberg	30:35/9.	
27)	Germany 2 GER		2:16:59
	Philipp Müller	40:40/25.	
	Torben Wendler	41:44/26.	
	Roman Schulte-Zurhausen	54:35/27.	

NOC2009 - Relay W21 (4,9+4,9+4,9)

1)	Sweden SWE		1:31:39
	Linnea Gustafsson	30:10/1.	
	Kajsa Nilsson	31:04/2.	
	Helena Jansson	30:24/1.	
2)	Finland FIN		1:33:03
	Anni-Maija Fincke	31:16/2.	
	Minna Kauppi	30:56/3.	
	Merja Rantanen	30:50/2.	
3)	Norway NOR		1:33:13
	Mari Fasting	31:40/4.	
	Marianne Andersen	29:23/1.	
	Anne Margrethe Hausken	32:10/3.	
4)	Finland 2 FIN		1:36:26
5)	Switzerland SUI		1:36:40
6)	Finland 3 FIN		1:39:45
13)	France FRA		1:53:59
	Melanie DHarreville	42:29/14.	
	Capucine Vercellotti	34:08/14.	
	Celine Dodin	37:21/13.	

NOC2009 - Relay M20 (5,6+5,6+5,6)

1)	Sweden 3 SWE		1:31:46
	Jerker Lysell	30:59/4.	
	Jonas Leandersson	31:40/3.	
	Kalle Johansson	29:07/1.	
2)	Sweden SWE		1:32:01
	Anton Tynong	32:14/8.	
	Gustav Bergman	28:33/1.	
	Johan Runesson	31:14/2.	
3)	Finland 2 FIN		1:32:31
	Einari Heinaro	31:55/7.	
	Tuomo Istolahti	30:54/4.	
	Vili Niemi	29:40/3.	
4)	Norway NOR		1:33:58
	Mathias Bjugan	30:12/1.	
	Ulf Forseth Indgaard	31:26/2.	
	Torgeir Nørbech	32:20/4.	
5)	Finland FIN		1:34:08
6)	Denmark DEN		1:35:26
	Rasmus Thrane	30:59/5.	
	Marius Thrane Ødum	33:36/7.	
	Søren Bobach	30:50/6.	
11)	Norway 3 NOR		1:46:01
	Vegard Ruttenborg	32:58/10.	
	Vette Ruud Braaten	38:32/11.	
	Morten Jarvis Westergård	34:30/11.	

World Cup

Event 1-2: se NOM

O-festivalen / Event 3 - Middle M21

1	Carl Waaler Kaas, NOR	35:31
1	Peter Öberg, SWE	35:31
3	Anders Nordberg, NOR	35:52
4	Emil Wingstedt, SWE	36:09
14	Olav Lundanes, NOR	38:03
53	Torben Wendler, GER	43:43

O-festivalen / Event 3 - Middle W21

1	Minna Kauppi, FIN	34:34
2	Marianne Andersen, NOR	35:21
3	Helena Jansson, SWE	36:32
31	Vendula Klechová, CZE	43:15
33	Iliana Shandurkova, BUL	43:56
57	Celine Dodin, FRA	53:21

Jaktstart Herrer

1	2:05:33	Johanson, Martin	Sweden
2	2:05:55	Nordberg, Anders	Norway
3	2:05:56	Wingstedt, Emil	Sweden
14	2:16:06	Lundanes, Olav	Norway
56	2:35:25	Wendler, Torben	Germany

Jaktstart Damer

1	1:56:47	Kauppi, Minna	Finland
2	2:00:24	Andersen, Marianne	Norway
3	2:01:42	Niggli, Simone	Switzerland
29	2:19:45	Klechova, Vendula	Czech Rep.
41	2:26:50	Shandurkova, Iliana	Bulgaria
44	2:33:56	Dodin, Celine	France

Event 8: Middle distance Women

1)	Simone Niggli-Luder SUI	35:12
2)	Helena Jansson SWE	35:20
3)	Dana Brožková CZE	35:55
5)	Kajsa Nilsson SWE	36:20
6)	Anne Margrethe Hausken NOR	36:55
28)	Celine Dodin FRA	41:14

Event 8: Middle distance Men

1)	Daniel Hubmann SUI	31:50
2)	Mikhail Mamleev ITA	32:38
3)	David Andersson SWE	32:53
9)	Emil Wingstedt SWE	33:37
13)	Olav Lundanes NOR	34:01
22)	Anders Nordberg NOR	34:53
27)	Søren Bobach DEN	35:16
45)	Kiril Nikolov BUL	37:29

Finale, Sveits, Damer

1	Simone Niggli-Luder SUI	14:03
2	Anne Margrethe Hausken NOR	14:22
3	Marianne Andersen NOR	14:26
4	Kajsa Nilsson SWE	14:50

23 Celine Dodin FRA 16:15

Finale, Sveits, Herrer

1	Daniel Hubmann	SUI	14:22
2	David Schneider	SUI	14:38
3	Andrey Khramov	RUS	14:43
8	Olav Lundanes	NOR	15:09
15	Emil Wingstedt	SWE	15:32
27	Anders Nordberg	NOR	16:06
28	Søren Bobach	DEN	16:23

World Cup sammenlagt Damer

1	630	Simone Niggli-Luder	SUI
2	553	Marianne Andersen	NOR
3	425	Helena Jansson	SWE
5	402	Anne Margrethe Hausken	NOR
18	153	Kajsa Nilsson	SWE
26	121	Celine Dodin	FRA
49	59	Vendula Klechová	CZE
86	13	Iliana Shandurkova	BUL

World Cup sammenlagt Herrer

1	680	Daniel Hubmann	SUI
2	465	Thierry Gueorgiou	FRA
3	368	Peter Öberg	SWE
7	298	Emil Wingstedt	SWE
8	279	Anders Nordberg	NOR
10	267	Olav Lundanes	NOR
40	62	Kiril Nikolov	BUL
42	61	Mattias Karlsson	SWE
54	40	Søren Bobach	DEN
116	0	Axel Fischer	GER
116	0	Philipp Müller	GER
116	0	Torben Wendler	GER

World Ranking Men 2009 (top 300)

1	5888	Daniel Hubmann, SUI
2	5814	Thierry Gueorgiou, FRA
3	5794	Andrey Khramov, RUS
6	5631	Emil Wingstedt, SWE
10	5603	Anders Nordberg, NOR
13	5581	Olav Lundanes, NOR
38	5318	Kiril Nikolov, BUL
59	5206	Mattias Karlsson (HALDEN SK), SWE
105	4801	Torben Wendler, GER
1244661		Jon Pedersen, NOR
1854170		Philipp Müller, GER
219	3837	Lachezar Iliev, BUL
2753401		Øyvind Helgerud, NOR

World Ranking Women 2009 (top 300)

1	5917	Simone Niggli-Luder, SUI
2	5876	Marianne Andersen, NOR
3	5868	Minna Kauppi, FIN
4	5804	Anne Margrethe Hausken, NOR
13	5430	Kajsa Nilsson, SWE
32	5216	Celine Dodin, FRA
55	5010	Vendula Klechová, CZE
91	4567	Iliana Shandurkova, BUL

122 4166 Ida Marie Ness Bjørgul, NOR

Junior VM, Italia

Sprint Men

1.	Kyburz Matthias	1990 SUI	14:43
2.	Nykodym Milos	1990 CZE	14:56
3.	Hubmann Martin	1989 SUI	14:58
5.	Bobach Søren	1989 DEN	15:01
30.	Westergård Morten Jarvis	1989 NOR	16:19
79.	Kretzschmar Matthias	1990 GER	17:26

Sprint Damer

1)	Jenny Lönnkvist	SWE	13:34
2)	Ida Bobach	DEN	14:02
2)	Tereza Novotna	CZE	14:02

Mellom Herrer

1.	Taivainen Olli-Markus	1989 FIN	26:21
2.	Sauter Philipp	1989 SUI	27:00
3.	Indgaard Ulf Forseth	1989 NOR	27:39
5.	Bobach Søren	1989 DEN	28:24
36.	Westergård Morten Jarvis	1989 NOR	33:20

Mellom Damer

1)	Tove Alexandersson	SWE	23:24
2)	Britt Ingunn Nydal	NOR	23:42
3)	Ida Bobach	DEN	23:59

Lang Herrer

1.	Bergman Gustav	1990 SWE	1:05:55
2.	Bobach Søren	1989 DEN	1:09:19
3.	Hubmann Martin	1989 SUI	1:09:25
11.	Westergård Morten Jarvis	1989 NOR	1:17:49
73.	Kretzschmar Matthias	1990 GER	1:39:13

Lang Damer

1)	Ida Bobach	DEN	54:12
2)	Jenny Lönnkvist	SWE	55:33
3)	Marika Teini	FIN	56:28

RELAY Men

1.	Sweden 1, (Boström, Ridefelt, Bergman)	2.08.51
2.	Schweiz 1, (Thrane Ødum, Thrane Hansen, Søren Bobach)	+0.43
3.	Denmark 1, (Bjugan, Nørbech, Forseth Indgaard)	+3.12
5.	Norway 1, (Bjugan, Nørbech, Forseth Indgaard)	+6.53
9.	Norway 2, (Ruttenborg, Juveli, Morten J. Westergård)	+8.16

RELAY Women

1)	Switzerland (Kirk, Tritschler, Gross)	1:44:42
2)	Norway (Nydal, Skjerve, Jevne Arnesen),	1:46:29
3)	Denmark (Klingenberg, Bobach, Signe Klinting),	1:46:39

NM

NM Natt H21

1	Nordberg, Anders Halden SK	1:08:26,9
2	Lucasen, Håvard Ås-UMB Orientering	1:08:55,2
3	Østerbø, Øystein Kvaal Wing OK	1:08:55,4
6	Lundanes, Olav Halden SK	1:09:09,1
8	Pedersen, Jon Halden SK	1:09:14,9
32	Helgerud, Øyvind Halden SK	1:18:12,0
51	Stokseth, Øyvind Halden SK	1:30:03,8

NM Natt D21

1	Hausken, Anne Margrethe Halden SK	1:06:09,0
2	Ulvestad, Siri Heming/Njård OL	1:17:39,6
3	Egseth, Elise Wing OK Trondheim	1:18:15,5
4	Bjørgul, Ida Marie Næss Halden SK	1:18:20,6

NM Natt D19-20 Løypelengde: 5,38 KM

1	Arnesen, Mari Jevne Hamar OK	1:06:02
2	Nummedal, Agnete Fana IL	1:06:08
3	Hokholt, Linn Kolbotn & Skimt	1:06:15
8	Andersen, Julie Hilland Halden SK	1:17:44

NM Natt H19-20 Løypelengde: 7,88 KM

1	Bråten, Vette Ruud Raumar OL	1:06:08
2	Bjugan, Mathias Wing OK	1:08:22
3	Ruttenborg, Vegard Løten O-Lag	1:08:27
5	Westergård, Morten Jarvis Halden SK	1:08:54
7	Hallvard, Nordbrøden Halden SK	1:09:24

NM Natt D17-18 Løypelengde: 4,18 KM

1	Wennemo, Oda Raumar OL	1:04:12
2	Fjeldheim, Annette Konnerud IL	1:04:14
3	Maurset, Silje Uhlen Ås-UMB	1:04:15
15	Moth, Fredrikke Nohr Halden SK	1:14:22

NM Natt H17-18 Løypelengde: 6,43 KM

1	Kinneberg, Eskil Raumar OL	1:01:05
2	Aamodt, Simen Sandnes IL	1:01:13
3	Lundanes, Ivar Frol IL	1:03:49
41	Lindhaugen, Sindre Halden SK	1:47:13

NM ultralang, H21

1	Nordberg, Anders Halden SK	2:34:57
2	Lucasen, Håvard Ås-UMB Orientering	2:47:12
3	Duncan, Jon Kristiansand OK	2:49:04
4	Pedersen, Jon Halden SK	2:52:59
7	Helgerud, Øyvind Halden SK	2:58:15
DSQ	Stokseth, Øyvind Halden SK	

NM ultralang, D21

1	Wigemyr, Tone Bækkelagets SK	2:07:32
2	Ragvin, Nicole Nydalens SK	2:23:23
3	Arnevik, Irene Beate Øhrn Kristiansand	2:26:34

Ingen fra Halden SK deltok

NM ultralang, D17-20

1	Myhre, Ingjerd Kongsberg OL	1:40:24
2	Skjerve, Elen Katrine Frol IL	1:40:38

3	Wennemo, Oda Raumar OL	1:40:58
7	Hilland Andersen, Julie Halden SK	1:50:14

NM ultralang, H17-20

1	Juveli, Jonas Sommerstad Lillomarka OL	1:56:03
2	Westergård, Morten Jarvis Halden SK	1:57:21
3	Nørbech, Torgeir Tyrving, IL	1:57:23
43	Næss Bjørgul, Petter Halden SK	2:34:33
44	Nordbrøden, Mats Halden SK	2:35:44

NM lang, H21

1	Olav Lundanes Halden SK	1:36:40
2	Øystein Kvaal Østerbø Wing OK	1:43:26
3	Håvard Lucassen Ås-UMB Orientering	1:43:58
4	Emil Tobias Wingstedt Halden SK	1:44:09
5	Jon Pedersen Halden SK	1:45:42
21	Øyvind Helgerud Halden SK	1:57:52
23	Torben Christian Wendler Halden SK	1:59:03
28	Bjørn Eriksen Halden SK	2:01:47
39	Øyvind Stokseth Halden SK	2:07:59

NM lang, D21

1	Marianne Andersen Konnerud IL	1:11:51
2	Heidi Østlid Bagstevold Kongsberg OL	1:13:03
3	Anne Margrethe Hausken Halden SK	1:13:29
7	Ida Marie Næss Bjørgul Halden SK	1:16:53
10	Vendula Klechova Halden SK	1:18:25

NM lang, H19-20

1	Bjugan, Mathias Wing OK	1:14:20
2	Bråten, Vette Ruud Raumar OL	1:16:29
3	Wellzien, Espen Hultgreen Tyrving, IL	1:16:41
10	Westergård, Morten Halden SK	1:21:17
30	Andersen, Bård Hauan Halden SK	1:39:30
31	Nordbrøden, Hallvard Haugen Halden	1:39:46

NM lang, D17-18

1	Myhre, Ingjerd Kongsberg OL	57:10
2	Haare, Therese Konnerud IL	58:29
3	Haverstad, Maren Jansson Konnerud IL	59:25
16	Moth, Fredrikke Nohr Halden SK	1:16:34

NM lang, H17-18

1	Indgaard, Jo Forseth Frol IL	51:41
2	Westergård, Håkon Varegg Fleridrett	57:07
3	Saue, Morten Tyrving, IL	57:26
16	Bjørgul, Petter Næss Halden SK	1:05:22
17	Nordbrøden, Mats Halden SK	1:06:08

NM mellom, H21

1	Anders Skarholt Asker SK	40:20
2	Emil Tobias Wingstedt Halden SK	40:54
3	Olav Lundanes Halden SK	41:24
10	Jon Pedersen Halden SK	44:41
19	Marius Bjugan Halden SK	46:43
24	Øyvind Helgerud Halden SK	48:12
33	Bjørn Eriksen Halden SK	49:56
40	Torben Christian Wendler Halden SK	52:34
DNS	Magne Dæhlie Halden SK	

NM mellom, D21

1	Marianne Andersen Konnerud IL	36:28
2	Ingunn Hultgreen Weltzien Tyrving, IL	36:55
3	Hanne Sandstad Freidig, SPK	38:07
5	Ida Marie Næss Bjørgul Halden SK	38:33
9	Anne Margrethe Hausken Halden SK	40:16

NM mellom, H19-20

1	Steiver, Gaute Hallan Lillomarka OL	28:43
2	Skaare, Rasmus Korvald Lillomarka OL	28:45
3	Westergård, Morten Halden SK	29:24
20	Nordbrøden, Hallvard Haugen Halden SK	34:18

NM mellom, D17-18

1	Myhre, Ingjerd Kongsberg OL	27:34
2	Haverstad, Maren Jansson Konnerud IL	29:16
3	Maurset, Silje Uhlen Ås-UMB Orientering	30:48
15	Bjørgul, Ane Sofie Næss Halden SK	35:48
20	Moth, Fredrikke Nohr Halden SK	37:06

NM mellom, H17-18

1	Lundanes, Ivar Frol IL	26:46
2	Mathisen, Hans Petter Porsgrunn OL	27:39
3	Lillevold, Mathias Kolbotn & Skimt OL	28:25
13	Nordbrøden, Mats Halden SK	31:11
60	Lindhaugen, Sindre Halden SK	40:52
71	Bjørgul, Petter Næss Halden SK	45:20

NM sprint, Porsgrunn, D21

1	Andersen, Marianne Konnerud IL	15:19
2	Egseth, Elise Wing OK	15:24
3	Hausken, Anne Margrethe Halden SK	15:25
12	Bjørgul, Ida Halden SK	17:53

NM sprint, Porsgrunn, H21

1	Østerbø, Øystein Kvaal Wing OK	15:10
2	Skjeset, Lars NTNUI	15:29
3	Lundanes, Olav Halden SK	15:33
4	Wingstedt, Emil Halden SK	15:42
8	Pedersen, Jon Halden SK	16:34
11	Dæhli, Magne Halden SK	16:41
14	Bjugan, Marius Halden SK	16:57
23	Helgerud, Øyvind Halden SK	17:42
24	Wendler, Torben Halden SK	17:48
28	Eriksen, Bjørn Halden SK	18:05

NM sprint, Porsgrunn, D19-20

1	Nydal, Britt Ingunn Lillomarka OL	15:02
2	Hokholt, Linn Kolbotn & Skimt OL	16:05
3	Tiltnes, Ida Arnesen Tyrving IL	16:32
6	Andersen, Julie Hilland Halden SK	16:48

NM sprint, Porsgrunn, H19-20

1	Steiver, Gaute W. Hallan Lillomarka OL	14:53
2	Bjugan, Mathias Wing OK	15:18
3	Bakke, Morten Urdal Kongsberg OL	15:49
6	Westergård, Morten Jarvis Halden SK	16:11

NM sprint, Porsgrunn, D17-18

1	Myhre, Ingjerd Kongsberg OL	15:36
---	-----------------------------	-------

2	Bakken Rognstad, Audhild Lillehammer	15:47
3	Wennemo, Oda Raumar OL	15:57
7	Moth, Fredrikke Nohr Halden SK	16:47
9	Næss Bjørgul, Ane Sofie Halden SK	17:40

NM sprint, Porsgrunn, H17-18

1	Kinneberg, Eskil Raumar OL	16:10
2	Lundanes, Ivar Frol IL	16:28
3	Indgaard, Jo Forseth Frol IL	16:41
7	Nordbrøden, Mats Halden SK	17:29

Stafett H17-20

1	Lillomarka OL lag 1 (41)	1:57:21
	Jan Andreas Edstrøm	45:40 1 45:40 1
	Jonas Juveli	29:22 1 1:15:02 1
	Gaute Hallan Steiver	42:19 3 1:57:21 1
2	Frol IL lag 1 (38)	1:59:07
	Jo Forseth Indgaard	46:58 7 46:58 7
	Ivar Lundanes	32:23 4 1:19:21 4
	Ulf Forseth Indgaard	39:46 1 1:59:07 2
3	Raumar OL lag 1 (42)	2:05:05
	Eskil Kinneberg	47:33 9 47:33 9
	Vetle Ruud Bråten	31:48 3 1:19:21 4
	Eirik K Hovind	45:44 10 2:05:05 3
7	Halden SK lag 1 (51)	2:08:47
	H. Haugen Nordbrøden	51:24 21 51:24 21
	Mats Nordbrøden	33:22 8 1:24:46 12
	Morten j. Westergård	44:01 7 2:08:47 7

Stafett D17-20

1	Kongsberg OL lag 1 (7)	1:44:24
	Christina Kasin	43:15 6 43:15 6
	Mari Jellum Helgerud	24:54 4 1:08:09 3
	Ingjerd Myhre	36:15 1 1:44:24 1
2	Konnerud IL lag 1 (6)	1:46:35
	Therese Haare	43:14 5 43:14 5
	Synne Baklid	22:56 1 1:06:10 1
	Anette Baklid	40:25 3 1:46:35 2
3	Frol IL lag 1 (9)	1:47:43
	Gøril Rønning Sund	42:10 3 42:10 3
	Inga Sirum	26:05 11 1:08:15 4
	Elen Katrine Skjerve	39:28 2 1:47:43 3
12	Halden SK lag 2 (16)	2:04:43
	Frøya H. Andersen	48:13 19 48:13 19
	Maiken N. Kildebo	28:16 18 1:16:29 18
	Marlena A. Birkeland	48:14 12 2:04:43 12
19	Halden SK lag 1 (4)	2:07:32
	Fredrikke Nohr Moth	50:03 21 50:03 21
	Ane S. Næss Bjørgul	25:51 8 1:15:54 17
	Julie Hilland Andersen	51:38 16 2:07:32 19

NM Stafett H17

1	Halden SK lag 1 (5)	2:34:30
	Emil Wingstedt	57:06 1 57:06 1
	Mattias Karlsson	37:45 3 1:34:51 1
	Olav Lundanes	59:39 3 2:34:30 1
2	NTNUI lag 1 (11)	2:39:26
	Jostein Nørbech	1:00:5 17 1:00:51 7
	Rune Strandberg	39:33 6 1:40:24 5
	Lars Skjeset	59:02 1 2:39:26 2

3	Wing OK lag 1 (6)	2:40:55
	Ola Berger	1:01:10 12 1:01:10 2
	Mathias Bjugan	39:33 6 1:40:43 6
	Øystein Kvaal Østerbø	1:00:12 4 2:40:55 3
6	Halden SK lag 3 (15)	2:42:42
	Torben Wendler	1:00:34 3 1:00:34 3
	Morten Westergård	39:36 8 1:40:10 4
	Bjørn Eriksen	1:02:32 10 2:42:42 6
8	Halden SK lag 2 (9)	2:44:42
	Marius Bjugan	1:06:34 35 1:06:34 35
	Magne Dæhli	37:50 4 1:44:24 10
	Jon Pedersen	1:00:18 5 2:44:42 8
14	Halden SK lag 4 (40)	2:50:11
	Øyvind Helgerud	1:08:41 46 1:08:41 46
	Øyvind Stokseth	40:52 14 1:49:33 30
	Andreas Johansson	1:00:38 6 2:50:11 14
42	Halden SK lag 5 (41)	3:10:45
	Petter Næss Bjørgul	1:06:40 38 1:06:40 38
	Hallvard Nordbrøden	47:31 43 1:54:11 36
	Mats Nordbrøden	1:16:34 45 3:10:45 42
dsq	Halden SK lag 6 (42)	
	Bård Hauan Andersen	1:12:14 56 1:12:14 56
	Grunde Varting	53:30 60 2:05:44 56
	Sindre Lindhaugen	

NM Stafett D17, Tromsø

1	Halden SK lag 1 (204)	2:06:41
	Vendula Klechova	48:34 7 48:34 7
	Anne M. Hausken	31:33 1 1:20:07 1
	Kajsa Nilsson	46:34 6 2:06:41 1
2	NTNUI lag 1 (214)	2:08:48
	Line Hagman	48:26 5 48:26 5
	Mali Fjogstad Nielsen	35:18 2 1:23:44 2
	Mari Fasting	45:04 2 2:08:48 2
3	Konnerud IL lag 1 (215)	2:11:24
	Maren J. Haverstad	52:05 13 52:05 13
	Anette Baklid	38:25 6 1:30:30 7
	Marianne Andersen	40:54 1 2:11:24 3
22	Halden SK lag 2 (209)	2:41:42
	Ida Marie N. Bjørgul	45:58 2 45:58 2
	Fredrikke Nohr Moth	44:47 21 1:30:45 8
	Ane Sofie N. Bjørgul	1:10:57 32 2:41:42 22

Pre-O NM

1	Tor Andreas Andersen, NTNUI	19	34
2	Lars Jakob Waaler, Porsgrunn O-lag	18	12
3	Martin Jullum, Halden SK	18	14
4	Egil Sønsterudbråten, OL Vallset/Stange	18	89
5	Kjetil Waaler, Porsgrunn O-lag	17	17
6	Geir Myhr Øien, Tynset IF	17	39

NORGES CUP

H21

1	Anders Nordberg	Halden SK	574
2	Øystein Kvaal Østerbø	Wing OK	445
3	Olav Lundanes	Halden SK	415
8	Emil Wingstedt	Halden SK	268
9	Jon Pedersen	Halden SK	266

14	Øyvind Helgerud	Halden SK	183
28	Marius Bjugan	Halden SK	111
29	Bjørn Eriksen	Halden SK	103
39	Torben Wendler	Halden SK	95
45	Mattias Karlsson	Halden SK	69
64	Kiril Nikolov	Halden SK	44
78	Magne Dæhli	Halden SK	30
101	Fredrik Eliasson	Halden SK	20
112	Øyvind Stokseth	Halden SK	13
126	Lacho Iliev	Halden SK	9
128	Sindre Saksæther	Halden SK	8
140	Kristian Dalby	Halden SK	5

D21

1	Marianne Andersen	Konnerud IL	420
	Anne Margrethe Hausken	Halden SK	398
2	Ida Marie Næss Bjørgul	Halden SK	190
10	Iliana Shandurkova	Halden SK	51
30	Kajsa Nilsson	Halden SK	50
31	Vendula Klechova	Halden SK	21
58	Maria Hoffman	Halden SK	3
92			

D19-20

1	Britt Ingunn Nydal	Lillomarka	393
2	Linn Hokholt	Kolbotn & Skimt	360
3	Elen Katrine Skjerve	Frol I	286
13	Julie Hilland Andersen	Halden SK	146

H19-20

1	Ulf Forseth Indgaard	Frol IL	472
2	Jonas Juveli	Lillomarka OL	365
3	Mathias Bjugan	Wing OK	355
6	Morten Jarvis Westergård	Halden SK	307
25	Hallvard Nordbrøden	Halden SK	107
70	Bård Hauan Andersen	Halden SK	11
75	Matthias Kretzschmar	Halden SK	6

D17-18

1	Ingjerd Myhre	Kongsberg OL	410
2	Oda Wennemo	Raumar OL	288
3	Maren Haverstad	Konnerud IL	279
21	Fredrikke Nohr Moth	Halden SK	82
35	Ane Sofie Næss Bjørgul	Halden SK	38

H17-18

1	Jo Forseth Indgaard	Frol IL	500
2	Eskil Kinneberg	Raumar OL	440
3	Ivar Lundanes	Frol IL	384
21	Mats Nordbrøden	Halden SK	155
44	Petter Næss Bjørgul	Halden SK	44

Pre-O

1	Lars Jakob Waaler	Porsgrunn O-lag	92
2	Kjetil Waaler	Porsgrunn O-lag	77
3	Ole-Johan Waaler	Porsgrunn O-lag	68
4	Martin Jullum	Halden SK	67

TIOMILA

HERRER

1	Kristiansand OK 1			9:51:12
	Andreas Høye	1:12:02	11	1:12:02 11
	Audun Bjerkreim Nilsen	1:13:41	18	2:25:43 6
	Eirik Svensen	42:17	13	3:08:00 11
	Rasmus Djurhuus	1:46:38	8	4:54:38 1
	Øystein Petersen	40:25	8	5:35:03 2
	Jostein Andersen	55:25	10	6:30:28 7
	Baptiste Rollier	53:14	2	7:23:42 2
	Christian Bobach	34:11	8	7:57:53 2
	Holger Hott	31:38	8	8:29:31 1
	Daniel Hubmann	1:21:41	4	9:51:12 1
2	Kalevan Rasti 1			9:55:30
	Jan Prochazka	1:12:05	14	1:12:05 14
	Hannu Airila	1:13:27	10	2:25:32 2
	Miika Hernelahti	41:32	10	3:07:04 6
	Tommi Tölkö	1:47:58	17	4:55:02 10
	Aaro Asikainen	41:13	10	5:36:15 5
	Simo Martomaa	53:37	6	6:29:52 5
	Philippe Adamski	57:30	23	7:27:22 7
	Antti Nurmonen	35:19	23	8:02:41 5
	Fabian Hertner	33:36	25	8:36:17 5
	Thierry Gueorgiou	1:19:13	2	9:55:30 2
3	OK Linné 1			9:55:41
	Csaba Gösswein	1:12:06	15	1:12:06 15
	Jörgen Ohlin	1:13:42	19	2:25:48 10
	Liutauras Bilevicius	41:19	6	3:07:07 8
	Tomas Stenström	1:47:54	14	4:55:01 9
	Albin Ridefelt	40:52	9	5:35:53 3
	Jan Troeng	51:57	3	6:27:50 2
	Mats Troeng	57:57	26	7:25:47 4
	Johan Höij	38:13	66	8:04:00 6
	Mattias Millinger	30:07	1	8:34:07 4
	Henrik Löfås	1:21:34	3	9:55:41 3
4	Vehkalahden Veikot 1			9:56:04
5	IFK Göteborg 1			9:56:10
6	Halden Skiklubb 1			10:06:06
	Bjørn Eriksen	1:13:42	31	1:13:42 31
	Jon Pedersen	1:20:26	63	2:34:08 48
	Øyvind Helgerud	45:23	37	3:19:31 28
	Erik Axelsson	1:52:26	47	5:11:57 23
	Pekka Ilävu	39:43	3	5:51:40 20
	Anders Nordberg	55:43	12	6:47:23 18
	Olav Lundanes	54:18	6	7:41:41 15
	Mattias Karlsson	33:14	2	8:14:55 12
	Kiril Nikolov	33:30	24	8:48:25 11
	Emil Wingstedt	1:17:41	1	10:06:06 6
42	Halden Skiklubb 2			10:59:00
	Andreas Johansson	1:15:40	56	1:15:40 56
	Torben Wendler	1:23:07	82	2:38:47 70
	Tore Sandvik	45:09	32	3:23:56 63
	Morten Westergård	2:06:10	118	5:30:06 72
	Hallvard Nordbrøden	47:27	53	6:17:33 64
	Kristian Dalby	1:00:20	32	7:17:53 57
	Sindre Saksæther	59:24	30	8:17:17 51
	Mats Nordbrøden	40:02	100	8:57:19 50
	Andrei Zhuravlev	33:16	21	9:30:35 47
	Søren Bobach	1:28:25	31	10:59:00 42
108	Halden Skiklubb 3			12:20:16

Christian Schive	1:38:19	276	1:38:19	276
Lancho Iliev	1:26:33	119	3:04:52	208
Øystein Kristiansen	45:29	40	3:50:21	156
Max Röhnert	2:16:36	148	6:06:57	152
Steinar Holt	1:05:26	236	7:12:23	157
Kjetil Bjørlo	1:02:17	46	8:14:40	131
Fredrik Eliasson	1:02:48	61	9:17:28	124
Martin Kristiansen	43:14	153	10:00:42	127
Sindre Lindhaugen	40:11	103	10:40:53	121
Slava Zhuravlev	1:39:23	70	12:20:16	108
Halden Skiklubb 4				DNF
Axel Fisher	1:36:33	254	1:36:33	254
Tor Andreas Andersen	1:37:33	221	3:14:06	237
Tom Erik Sandberg	1:47:39	341	5:01:45	296
Bjaxel 25 Gran	3:38:42	327	8:40:27	305
Geir Torgersen	52:09	97	9:32:36	297
Eirik Nordbrøden	1:30:47	304	11:03:23	296
Plamen Ivanov	1:18:30	236	12:21:53	290
Gjermund Holm	1:02:25	313	13:24:18	290
Kenneth Buch	Ej start		Omstart	
Trond Sveen	2:37:05	Oms 165	Ej start	

DAMER

1	Halden Skiklubb 1			03:51:15
	Celine Dodin	44:56:00	2	44:56:00 2
	Vendula Klechova	46:08:00	8	01:31:04 3
	Ida M. Næss Bjørgul	34:46:00	1	02:05:50 2
	Kajsa Nilsson	46:37:00	9	02:52:27 2
	Anne M. Hausken	58:48:00	1	03:51:15 1
2	Domnarvets Golf 1			03:55:45
	Karolina A Höjsgaard	46:39:00	6	46:39:00 6
	Dana Brozkova	44:17:00	2	01:30:56 2
	Eva Jurenikova	34:53:00	2	02:05:49 1
	Lena Eliasson	45:18:00	5	02:51:07 1
	Lina Bäckström	01:04:38	35	03:55:45 2
3	Turun Suunnistajat 1			03:58:11
	Fiona Kirk	46:44:00	8	46:44:00 8
	Bodil Holmström	44:10:00	1	01:30:54 1
	Sarina Jenzer	34:57:00	3	2:05:51 3
	Vroni König-Salmi	47:54:00	18	02:53:45 4
	Seline Stalder	01:04:26	33	03:58:11 3
4	Sävedalens AIK 1			03:59:40
5	KOO-VEE 1			04:02:23
6	Södertälje-Nykvarn 1			04:02:25
43	Halden Skiklubb 2			04:19:28
	Iliana Shandurkova	48:30:00	43	48:30:00 43
	Fredrikke Nohr Moth	52:43:00	75	01:41:13 61
	Runa Lien Backström	40:54:00	84	02:22:07 59
	Julie Andersen	52:38:00	50	03:14:45 55
	Maria Hoffman	01:04:43	37	04:19:28 43
232	Halden Skiklubb 3			05:46:37
	Hanna Raadal	01:11:19	296	01:11:19 296
	Irene Olausen	01:05:45	232	02:17:04 273
	Frøya Hauan Andersen	48:12:00	169	03:05:16 247
	Maiken Kildebo	01:08:43	213	04:13:59 234
	Gry Granstedt	01:32:38	229	05:46:37 232

JUKOLA

Mikkeli-Jukola 2009, Venlojen Viesti

1	Ulricehamns OK SWE		3:08:18
	1 Ida Bobach	48:36	
	2 Maja Alm	43:05 1:31:41	
	3 Jenny Johansson	38:32 2:10:14	
	4 Simone Niggli	58:04 3:08:18	
2	Hellas SWE		3:11:13
	1 Capucine Verdelotti	48:48	
	2 Anastasia Trubkina	47:49 1:36:37	
	3 Irina Nyberg	40:32 2:17:09	
	4 Tatiana Ryabkina	54:04 3:11:13	
3	Tampereen Pyrintö FIN		3:12:05
	1 Heidi Haapasalo	48:40	
	2 Riina Kuuselo	42:00 1:30:41	
	3 Saila Kinni	43:47 2:14:29	
	4 Anni-Maija Fincke	57:36 3:12:05	
4	Halden SK NOR		3:12:13
	1 Celine Dodin	47:20	
	2 Vendula Klechova	44:44 1:32:04	
	3 Iliana Shandurkova	45:14 2:17:19	
	4 Anne M. Hausken	54:54 3:12:13	
5	OK Linne SWE		3:12:48
6	Turun Suunnistajat FIN		3:13:00
66	Halden SK 2 / NTNUI NOR		3:42:18
	1 Maria Hoffman	49:42	
	2 Fredrichke Wöhr Moth	56:03 1:45:45	
	3 Susanna Honkanen	47:09 2:32:54	
	4 Hanna Nordbröden	1:09:23 3:42:18	

Mikkeli-Jukola 2009, Men

1	Kristiansand OK NOR		8:02:43
	1 Jon Duncan	1:08:04 4.	
	2 Nilsen Audun B.	1:17:51 25. 2:25:55 8.	
	3 Baptiste Rollier	1:26:50 6. 3:52:46 6.	
	4 Jostein Andersen	52:37 3. 4:45:24 3.	
	5 Damien Renard	50:43 3. 5:36:07 2.	
	6 Holger Hott	1:00:10 4. 6:36:18 3.	
	7 Daniel Hubmann	1:26:25 4. 8:02:43 1.	
2	Kalevan Rasti FIN		8:03:06
	1 Jan Prochazka	1:08:12 5.	
	2 Tommi Tölkö	1:15:43 10. 2:23:55 4.	
	3 Hannu Airila	1:26:18 4. 3:50:14 4.	
	4 Miika Hernelahti	55:33 15. 4:45:47 4.	
	5 Simo Martomaa	51:16 6. 5:37:04 4.	
	6 Fabian Hertner	59:12 1. 6:36:17 2.	
	7 Thierry Gueorgiou	1:26:49 6. 8:03:06 2.	
3	Halden SK NOR		8:05:47
	1 Kiril Nikolov	1:08:48 15.	
	2 Mattias Karlson	1:11:51 3. 2:20:39 1.	
	3 Anders Norberg	1:22:03 1. 3:42:43 1.	
	4 Erik Axelsson	56:42 25. 4:39:25 1.	
	5 Pekka Itävuo	52:58 13. 5:32:23 1.	
	6 Olav Lundanes	1:00:28 5. 6:32:52 1.	
	7 Emil Wingstedt	1:32:55 25. 8:05:47 3.	
4	IFK Göteborg SWE		8:06:43
5	Vehkalahden Veikot FIN		8:13:13
6	Malungs OK Skogsmårdarna SWE		8:15:25
23	Halden SK 2 NOR		8:32:54
	1 Sören Bobach	1:09:36 30.	

2 Björn Eriksen	1:19:07 44. 2:28:44 24.	
3 Jon Pedersen	1:29:26 19. 3:58:10 12.	
4 Morten Westergård	56:01 20. 4:54:12 16.	
5 Kristian Dalby	54:37 23. 5:48:49 12.	
6 Torben Wendler	1:06:26 36. 6:55:16 18.	
7 Öivind Helgerud	1:37:38 41. 8:32:54 23.	
dsq	Halden SK 3 NOR	disk
1 Andreas Johansson	1:10:16 36.	
2 Lacho Iliev	1:24:15 103. 2:34:31 68.	
3 Mats Nordbröden	1:55:52 423. 4:30:23 151.	
4 Halvard Nordbröden	1:04:25 134. 5:34:48 138.	
5 Sindre Lindhaugen		disk
6 Axel Fischer		
7 Phillip Müller		

Andre løp

Eliteserie

1.	Mattias Millinger	OK Linné	39:48
11.	Mattias Karlsson	Halden SK	40:50
1.	Kajsa Nilsson	Halden SK	41:52
2.	Emma Engstrand	Stora Tuna OK	42:17

Vårstafetten

1	Halden SK lag 1 (205)	2:02:27
	Vendula Klechova	25:15 1 25:15 1
	Iliana Shandurkova	26:46 1 52:01 1
	Fredrikke Nohr Moth	32:01 5 1:24:02 1
	Anne Margrethe Hausken	38:25 1 2:02:27 1
2	Bækkelaget SK lag 1 (202)	2:08:40
3	Nydalens SK lag 1 (213)	2:10:56
1	Halden SK lag 1 (109)	2:24:00
	Kiril Nikolov	26:02 1 26:02 1
	Anders Nordberg	26:23 1 52:25 1
	Morten Westergård	28:33 1 1:20:58 1
	Jon Pedersen	26:55 2 1:47:53 1
	Olav Lundanes	36:07 1 2:24:00 1
2	Nydalens SK lag 1 (115)	2:33:33
3	Halden SK lag 2 (110)	2:35:42
	Sindre Saksæther	27:44 4 27:44 4
	Andreas Johansson	30:30 9 58:14 5
	Andrei Zhuravlev	29:24 3 1:27:38 4
	Kristian Dalby	29:30 5 1:57:08 4
	Bjørn Eriksen	38:34 4 2:35:42 3

Lørdagskajappen

1	Andersen, Marianne	Konnerud IL	38:53
4	Bjørgul, Ida Marie Næss	Halden SK	43:05
6	Shandurkova, Iliana	Halden SK	43:38
1	Lundanes, Olav	Halden SK	34:11
2	Rollier, Baptiste	Kristiansand OK	35:53
8	Pedersen, Jon	Halden SK	37:34

NOM uttak

Sprint

1	Andersen, Marianne	Konnerud IL	14:04
2	Hausken, Anne Margrethe	Halden SK	14:07

16 Bjørgul, Ida Marie Næss Halden SK 16:03
 26 Shandurkova, Iliana Halden SK 16:44

Mellom

1 Anne Margrethe Hausken Halden SK 35:22
 2 Kajsa Nilsson Halden SK 36:50
 3 Simone Niggli Swiss Orien 36:54
 13 Ida Marie Næss Bjørgul Halden SK 42:01
 26 Iliana Shandurkova Halden SK 44:31
 28 Maria Hoffman Halden SK 44:48

Lang

1 Hausken, Anne Margrethe Halden SK 1:13:37
 2 Andersen, Marianne Konnerud IL 1:15:29
 22 Shandurkova, Iliana Halden SK 1:31:40
 27 Bjørgul, Ida Marie Næss Halden SK 1:32:48

Sprint

1 Skarholt, Anders Södertälje Nykvarn 13:59
 2 Nordberg, Anders Halden SK 14:15
 4 Lundanes, Olav Halden SK 14:21
 8 Karlsson, Mattias Halden SK 14:41
 10 Pedersen, Jon Halden SK 14:50
 17 Eriksen, Bjørn Halden SK 15:11
 23 Wendler, Torben Halden SK 15:40
 33 Saksæther, Sindre Halden SK 16:10
 42 Helgerud, Øyvind Halden SK 16:31
 55 Iliev, Lacho Halden SK 17:52

Mellom

1 Carl Waaler Kaas NTNUI 37:15
 2 Olav Lundanes Halden SK 38:22
 12 Anders Nordberg Halden SK 41:34
 13 Jon Pedersen Halden SK 41:39
 15 Emil Wingstedt Halden SK 42:01
 24 Kiril Nikolov Halden SK 43:02
 25 Øyvind Helgerud Halden SK 43:20
 26 Mattias Karlsson Halden SK 43:24
 36 Bjørn Eriksen Halden SK 45:22
 47 Torben Wendler Halden SK 46:45
 62 Sindre Saksæther Halden SK 49:56
 68 Øyvind Stokseth Halden SK 55:41

Lang

1 Nordberg, Anders Halden SK 1:32:08
 2 Kaas, Carl Waaler NTNUI 1:32:33
 4 Lundanes, Olav Halden SK 1:33:55
 9 Wingstedt, Emil Halden SK 1:38:00
 14 Nikolov, Kiril Halden SK 1:41:47
 17 Pedersen, Jon Halden SK 1:43:50
 30 Wendler, Torben Halden SK 1:49:46
 32 Helgerud, Øyvind Halden SK 1:50:36
 45 Stokseth, Øyvind Halden SK 1:56:13
 DSQ Eriksen, Bjørn Halden SK

Sprint

1 Indgaard, Jo Forseth Frol IL 13:55
 1 Indgaard, Ulf Forseth Frol IL 13:55
 5 Westergård, Morten Jarvis Halden SK 14:54
 65 Nordbrøden, Mats Halden SK 17:58
 75 Lindhaugen, Sindre Halden SK 18:37

Mellom

1 Ulf Forseth Indgaard Frol IL 26:43
 7 Morten Jarvis Westergård Halden SK 29:24
 43 Mats Nordbrøden Halden SK 36:46

Lang

1 Indgaard, Ulf Forseth Frol IL 1:10:54
 7 Westergård, Morten Jarvis Halden SK 1:18:07
 33 Nordbrøden, Hallvard Halden SK 1:31:37
 35 Nordbrøden, Mats Halden SK 1:32:56

Sprint

1 Nydal, Britt Ingunn Lillomarka OL 13:29
 43 Andersen, Julie Hilland Halden SK 17:27

Mellom

1 Ingjerd Myhre Kongsberg OL 27:20
 34 Julie Hilland Andersen Halden SK 36:48

Lang

1 Nydal, Britt Ingunn Lillomarka OL 1:08:27
 24 Andersen, Julie Hilland Halden SK 1:20:21

KM lang Gimle IF 22.08.2009

H21-Gull Jon Pedersen
 H21 Sølv Marius Bjugan
 H21 Bronse Øyvind Helgerud
 H19-20 Gull Morten Jarvis Westergård
 H19-20 Sølv Matthias Kretzschmar
 H17-18 Gull Petter Næss Bjørgul
 H17-18 Sølv Mats Nordbrøden

KM stafett Asker SK/Røyken OL 23.08.2009

H17- Gull Halden SK 1.lag
 Andreas Johansson
 Øyvind Helgerud
 Jon Pedersen
 H17 Sølv Halden SK 2.lag
 Marius Bjugan
 Morten Jarvis Westergård
 Kristian Dalby
 H17 Bronse Halden SK 3.lag
 Øyvind Stokseth
 Magne Dæhli
 Mats Nordbrøden
 D17-Gull Halden SK 1.lag
 Ane Sofie Næss Bjørgul
 Gry Granstedt
 Fredrikke Nohr Moth

KM mellom Halden SK 19.09.2009

H17-Gull Vincent Coupat
 H17 Bronse Morten Jarvis Westergård
 D17-Bronse Ida Marie Næss Bjørgul

KM natt OK Moss 25.09.2009

H21-Gull Øyvind Helgerud
 H21 Sølv Jon Pedersen
 H21 Bronse Vincent Coupat
 D21-Gull Iliana Shandurkova

H19-20Gull	Kristian Vad
D19-20Gull	Lèa Vercellotti
H17-18Gull	Mats Nordbrøden
D17-18Gull	Ane Sofie Næss Bjørgul

Prøve-VM

1	Andersson,David	Svenska o	1:03:53
4	Lundanes,Olav	NOF / Halden SK	1:05:16
5	Morten,Westergård	Halden SK*	1:05:35
11	Wingstedt,Emil	SOFT/Halden SK	1:07:48
15	Bjugan,Marius	NOF / Halden SK	1:09:31
20	Pedersen,Jon	Halden SK*	1:10:36
29	Bobach,Søren	DOF / Halden SK	1:13:01
1	Weltzien,Ingunn	Norges o	58:07
2	Nilsson,Kajsa	SOFT/ Halden SK	59:18
11	Bjørgul,Ida Marie	NOF / Halden SK	1:01:03
1	Swiss Orienteering lag 2 (36)		1:46:55
	Daniel Hubmann	38:10 1 38:10 1	
	Andreas Kyburz	31:31 16 1:09:41 6	
	Fabian Hertner	37:14 2 1:46:55 1	
2	NOF lag 1 (15)		1:47:19
	Magne Dæhli	40:31 6 40:31 6	
	Holger Hott	28:31 4 1:09:02 1	
	Audun Weltzien	38:17 4 1:47:19 2	
3	Sverige lag 1 (30)		1:48:22
	Mattias Millinger	41:28 17 41:28 17	
	Emil Wingstedt	27:44 1 1:09:12 4	
	David Andersson	39:10 7 1:48:22 3	
4	NOF lag 3 (17)		1:48:50
	Jonn Are Myhren	41:00 13 41:00 13	
	Anders Skarholt	31:56 18 1:12:56 15	
	Olav Lundanes	35:54 1 1:48:50 4	
10	French Orienteering lag 2 (50)		1:51:24
	Francois Gonon	38:30 3 38:30 3	
	Vincent Coupat	33:24 22 1:11:54 13	
	Thibaut Poupard	39:30 8 1:51:24 10	
11	Halden SK lag 1 (12)		1:51:31
	Jon Pedersen	40:52 12 40:52 12	
	Morten Westergård	30:23 11 1:11:15 9	
	Marius Bjugan	40:16 14 1:51:31 11	
16	Team Denmark lag 1 (42)		1:54:40
	Søren Bobach	42:02 23 42:02 23	
	Emil Folino Nielsen	31:47 17 1:13:49 17	
	Mikkel Lund	40:51 15 1:54:40 16	
1	Sverige lag 1 (75)		1:36:45
	Linnea Gustafsson	34:31 6 34:31 6	
	Helena Jansson	29:48 7 1:04:19 3	
	Kajsa Nilsson	32:26 2 1:36:45 1	
2	NOF lag 1 (65)		1:36:52
	Ida Marie Bjørgul	35:53 10 35:53 10	
	Kine Hallan Steiwer	29:41 6 1:05:34 7	
	Heidi Bagstevold	31:18 1 1:36:52 2	
18	French Orienteering Team lag 1 (88)		2:02:02
	Melanie D'harreville	44:14 21 44:14 21	
	Amelie Chataing	37:40 17 1:21:54 19	
	Celine Dodin	40:08 14 2:02:02 18	

Blodslitet D21

1	Hausken,Anne Margrethe	Halden SK	1:44:15
2	Sand,Malin	IFK Lidingø	1:50:03
19	Shandurkova,Iliana	Halden SK	2:22:11

Blodslitet H21

1	Østerbø,Øystein Kvaal	Wing OK	2:29:10
2	Wingstedt,Emil	Halden SK	2:29:13
7	Bjugan,Marius	Halden SK	2:37:13
8	Nordberg,Anders	Halden SK	2:38:51
11	Wendler,Torben Christian	Halden SK	2:42:53
14	Helgerud,Øyvind	Halden SK	2:43:37
19	Pedersen,Jon	Halden SK	2:47:17
21	Eliasson,Fredrik	Halden SK	2:53:12
31	Stokseth,Øyvind	Halden SK	3:05:52
38	Iliev,Lacho	Halden SK	3:08:28

Blodslitet D17-20

1	Klingenberg,Emma	OK Pan Århus	1:37:52
22	Vercellotti,Léa	Halden SK	1:50:54

Blodslitet H17-20

1	Indgaard,Ulf Forseth	Frol IL	1:45:55
19	Westergård,Morten Jarvis	Halden SK	1:52:16
65	Nordbrøden,Mats	Halden SK	2:21:18
69	Kretschmar,Matthias	Halden SK	2:26:01
90	Lindhaugen,Sindre	Halden SK	3:13:33

Bredde Resultater

15- STAFETTEN

Se årsberetning

Klubb KM Stafett (20 lag)

1.	Halden SK 2. lag		2.07.40
	Irene Felde Olausen	14	25.16
	Jim Olausen	2	30.41
	Fredrik Eliasson	2	41.10
	Anders Felde Olausen	6	29.33
2.	Indre Østfold 1. lag		2.07.48
3.	Halden SK 3. lag	2.10.22	
	Maiken N Kildebo	1	22.57
	Morten Kildebo	15	34.41
	Øyvind Helgerud	1	40.13
	Tor Ragnar Andersen	10	32.31
5.	Halden SK 1. lag		2.13.09
	Hanne Lerche Raadal	3	23.15
	Kjetil Bjørlo	1	28.38
	Christian Schive	13	56.24
	Arnt Edvin Andersen	1	24.52
7.	Halden SK 4. lag	2.16.34	
	Malena A Birkeland	2	23.02
	Øyvind Stokseth	6	32.41
	Petter Næss Bjørgul	7	45.01
	Ane Næss Bjørgul	11	35.50

Sommeravslutning Høiås (16 lag)

1	Tor Andreas Andersen		
	Anders Felde Olausen	46.32	
2	Mats Nordbrøden		

	Iliana Shandurkova	46.33
3	Kenneth Buch	
	Hanna Haugen Nordbrøden	46.37
4	Marius Bjugan	
	Frøya Hauan Andersen	47.52
5	Eirik Nordbrøden	
	Fredrik Eliasson	49.17
6	Hans Kurt Karlsen	
	Olav Lundanes	49.40

KM VINNERE (H/D 35 +)

KM Lang

D35	Runa Lien Backstrøm
D50	Anne Julsrud Haugen
H35	Joakim Carlsson
H45	Morten Kildebo
H50	Morten Dalby
H55	Hans Huseby
H65	Thor Palmgren
H70	Øyvind Nielsen

KM Nat

D45	Anne Julsrud Haugen
-----	---------------------

Veteranmesterskapet Mellomdistanse:

H55	Hans Huseby	3
H65	Thor Palmgren	8

Blodslitet

D35	Runa Lien Backstrøm	6
D40	Hanne Lerche Raadal	7
D55	Eva Irene Moe	6
H55	Hans Huseby	4
H65	Thor Palmgren	7

O-ringen

H35	Tore Sandvik	9
-----	--------------	---

5-dagers Italia

H40	Kjetil Bjørlo	5
-----	---------------	---

25 - Manna (352 lag)

1.	Halden SK 1. lag	5.13.34
2.	Tampeeren Pyrintö 1. lag	5.16.51
3.	IK Hakarpspojarna	5.21.35
4.	Angelniemen Ankurri 1. lag	5.21.56
5.	Leksands OK 1. lag	5.21.57
36.	IK Hakarpspojarna 2. lag	5.57.39
52.	Halden SK 2. lag	6.11.04

På Halden SK's 1. lag løp:			
1. et	Kiril Nikolov (H21)	6	34.28
2. et	Emil Wingsted (H21)	2	33.39
3. et	Ida Næss Bjørgul (D21)	32	27.13
	Celin Dodin (D21)	75	28.20
	Lea Verdelotti (D20)	134	29.37
	Iliana Shandurkova (D21)	163	30.01
4. et	Ane Næss Bjørgul (D20)	196	19.35
	Gina Granstedt (D12)	391	21.56
	Anders Felde Olausen (H14)	422	22.14
	Gry Granstedt (D16)	514	23.16
5. et	Jon Pedersen (H21)	7	33.34
	Magne Dæhli (H21)	10	33.40
	Anders Nordberg (H21)	18	34.14
	Morten Westergård (H20)	115	37.05
6. et	Kjetil Bjørlo (H40)	9	24.48
	Helmer Westlund (H45)	58	27.15
	Jan Granstedt (H45)	113	28.25
	Morten Kildebo (H45)	368	32.35
7. et	Marius Bjørgan (H21)	1	24.00
	Søren Bobach (H20)	5	24.23
	Erik Axelsson (H21)	5	24.23
	Pekka Iltävuo (H21)	26	25.52
23. et	Hans Huseby (H55)	9	21.41
24. et	Olav Lundanes (H21)	1	40.53
25. et	Anne Margrethe Hausken (D21)	12	31.04

På Halden SK's 2. lag løp:			
1. et	Andreas Johansson (H21)	27	37.05
2. et	Vincent Coupat (H21)	55	37.26
3. et	Malena Asheim Birkeland (D16)	254	31.41
	Drøya Hauan Andersen (D16)	381	33.32
	Maiken Norsted Kildebo (D16)	479	34.54
	Ingeborg Gustavsén (D16)	77	38.52
4. et	Håkon Raadal Bjørlo (H12)	157	19.12
	Peter Nordbrøden (H12)	553	23.41
	Synnøve Gustavsén (D12)	623	24.20
	Petter Nordsted Kildebo (H12)	667	24.51
5. et	Lacho Iliev (H21)	146	37.42
	Øyvind Helgerud (H21)	175	38.25
	Bård Hauan Andersen (H20)	258	39.31
	Mats Nordbrøden (H20)	269	40.07
6. et	Eirik Nordbrøden	570	35.37
	Tor Ragnar Andersen	833	40.12
	Anja Wingstedt	879	41.05
	Jørn Nordbrøden	1054	45.34
7. et	Fredrik Eliasson	29	25.57
	Hallvard Nordbrøden	202	30.24
	Kristian Vad	275	31.42
	Sindre Lindhaugen	632	37.13
23. et	Hanne Lerche Raadal	161	28.03
24. et	Torben Wendler	27	45.20
25. et	Julie Hilland Andersen	117	39.47

UNGDOMSGRUPPA (UFO)

Ungdomsaktiviteten i Halden Skiklubb har også i 2009 vært preget av stor aktivitet og mange fine sportslige framganger. Vil spesielt nevne at vi har aktivisert mellom 40 og 50 barn og ungdom i sesongen 2009.

Sportslig

I Norwegian Spring i Sarpsborg fikk vi 6. og 21. plass i jentestafetten. Guttene ble nr 24 og 28. Individuelt ble Gry Granstedt nr. 1 i D15, Gina Granstedt nr. 3 i D11-12, Maiken N. Kildebo nr 9 i D16, Petter Kildebo nr 3 i H 11-12, Peter Nordbrøden nr 4 i H 11-12 og Håkon Raadal Bjørlo nr 8 i H11-12.

I Kvistkvaset ble det en flott seier i D13-16 med Maiken Norsted Kildebo, Gry Granstedt og Malena Asheim Birkeland på laget.

Et av vårsesongens store mål var Tio-mila, og vi stilte med 3 lag i ungdomsklassen. Siden vi i år hadde mange debutanter, hadde vi ikke toppede lag. Dette fordi vi ønsket å sette opp lagene slik at flest mulig kunne delta. Lagene fra HSK plasserte seg på 67.plass (Gry Granstedt, Håkon Raadal Bjørlo, Nina Asheim Birkeland, Anders Felde Olaussen), 120.plass (Frøya H. Andersen, Ingvild Torgersen, Gina Granstedt, Sander kirkebøen) og 187. plass (Maiken Norsted Kildebo, Anne Maren Nohr Moth, Peter Nordbrøden, Malena Asheim Birkeland) Totalt deltok ca 250 ungdomslag.

I 15 stafetten den 23 mai ble Halden Skiklubb nr 11. På laget deltok Gry Granstedt, Maiken N. Kildebo og Anders Felde Olaussen.

Unionsmatchen for alder 13-16 år gikk 2009 på Setskog, Akershus fra 13-14 juni. Fra HSK ble 9 ungdommer tatt ut for å representere Østfold. Individuelt løp på lørdagen med avsluttende stafett på søndagen. Beste plasseringene ble i D 15-16 Gry Granstedt ble nr 8 og Malena Asheim Birkeland nr 12. Øvrige som deltok var Maiken Norsted Kildebo, Frøya Hauan Andersen, Ingeborg Gustavsen, Nina Asheim Birkeland, Anders Felde Olaussen, Sander F Kirkebøen og Espen Bjørk.

O-Festivalen ble arrangert på Fossum i Oslo den 26.- 28. juni. Jentelaget (Frøya H. Andersen, Malena Asheim Birkeland, Gry Granstedt) vant stafetten og 2. laget ble nr. 18 (Ingeborg Gustavsen, Ingvild Torgersen, Nina Asheim Birkeland). Individuelt ble Gry Granstedt nr. 3 og Ingeborg Gustavsen nr 12 i D 15, Malena A. Birkeland nr. 11 og Frøya H. Andersen nr 15 i D 16, Gina Granstedt nr 11 i D 11-12, Håkon Raadal Bjørlo nr 11 i H 11-12 og Anders Felde Olaussen nr. 14 i H 14.

I lagkonkurransen (patrulje) for de yngste ungdommene hadde vi 2 lag som fullførte i fin stil i en spektakulær løype med motbakkestrekk i bush, strekk gjennom en splæsjemyr og strekk nedover elvestryk. På HSK's 2 lag løp Tobias Thowsen, Håkon Raadal Bjørlo, Peter Nordbrøden, Gina Granstedt og Synnøve Gustavsen (Lag A) + Hedda Raadal Bjørlo, Nora Torgersen og August Birkeland (Lag B)

O-ringen i Eksjø deltok 9 ungdommer. De beste plasseringer ble; 12. Gina Granstedt i D12, Gry Granstedt nr 39 i D15, Anders Felde Olaussen nr 42 i H14 og Idun Felde Olaussen nr 46 i D10.

Årets hovedmål var for 14-16 åringene var Hovedløpet i som gikk i Konnerud, med Konnerud IL som arrangør. Vi hadde med 8 deltagere.

HSK fikk en medalje ved Gry Granstedt, bronse i D 15 Sprint, nr. 6 på langdistanse. Andre bra resultater var Anders Felde Olaussen med en 5. plass (H14) Sprint, Malena A. Birkeland nr. 5 (D16) langdistanse.

I kretsstafetten ble Østfolds 1. lag nr. 2 i jenteklassen med 1 HSKer på laget.-
Gry Granstedt.

I KM lang fikk vi følgende blant de 3 beste, Synnøve Gustavsens nr. 2 (D 11-12) Gina Granstedt nr. 3 (D11-12), Nina A. Birkeland nr. 3 (D 13-14), Gry Granstedt nr 1 (D15-16), Petter N. Kildebo nr 1 (H11-12), Håkon Raadal Bjørlo nr. 2 (H11-12), Anders F. Olaussen nr.2 (H 13-14)

I KM stafett ble det 2 plass i jenteklassen. HSKs lag (Malena Asheim Birkeland, Maiken Norsted Kildebo og Frøya Hauan Andersen)

I KM mellomdistanse fikk vi følgende bland de 3 beste, Gina Granstedt nr. 1 (D11-12), Nina Asheim Birkeland nr. 2 (D13-14), Håkon Raadal Bjørlo nr. 1 (H11-12), Peter Nordbrøden nr.2 (H11-12), Petter N. Kildebo nr 3. (H11-12), Maiken Kildebo nr 2 (D15-16) og Malena A. Birkeland nr.3 (D 15-16)

I KM natt ble det gull til Gry Granstedt og sølv til Malena Asheim Birkeland i D15-16.

Ungdomsserien som i år bestod av 4 løp ble arrangert uten lagkonkurranse til mange UFO'ers misnøye. Dette kommer dog tilbake neste år. Halden Skiklubb har deltatt med bortimot 40 ungdommer opp til 16 år, med mange god prestasjoner.

I 25-manna 12. oktober ble Halden Skiklubb nr 1. På laget deltok Gry Granstedt, Gina Granstedt og Anders Felde Olaussen.

I Smålandskavelen ble det en 4.e plass i D16 med Gry Granstedt, Frøya Hauan Andersen, Maiken Norsted Kildebo og Malena Asheim Birkeland på laget.

Aktiviteter

Det har også i år vært flere turer og arrangementer. Den tradisjonelle skituren til Budor i Hedmark, ble i år arrangert i mars pga sammenfall med årsfest. 46 deltagere var godt fornøyde. Det ble mye langrennstrening, og på søndagen skistafett samt kjelkekjøring i slalombakken. Hovedansvarlig for turen i år var Tommy Bunes. Marlena Birkeland tok ansvar for konkurranser på lørdag kveld.

Det var foreldremøte på en torsdag etter treningen i mars med informasjon om årets sesong.

Vi har hatt ansvar for tirsdagstreningssløpene og Haldenmesterskapet, i alt 10 løp er arrangert av HSK. De eldste ungdomsløperne har hver sin gang sammen med en eliteløper vært hovedansvarlig for løypelegging og postuthenging.

Årsberetning Halden SK 2009

UFO 96-97 hadde 21-22.mars treningssamling i Kämpersvik i Tanums kommun sør for Grebbestad. Der var 12 barn og 3 voksne innlosjert på Raadal Bjørlos hytte. I tillegg til 2 o-tekniske økter, var aktivitetene: Bading på badeland i Tanumstrand, pizza i Grebbestad, fotballkamper på hyttetunet og kortspilling innendørs.

I år har det vært prosjekt hvor de eldste ungdomsløperne hatt trening med samme eliteløpere og deretter foredrag av en eliteutøver inne på hytta etter treningen (for alle).

1.mai ble Høiåsdagen arrangert med bra deltagelse, også i år bra vær. Hovedansvarlig var Bård Laukvik.

Gildesprinten ble arrangert i festningen 5.juni med ca 500 deltagere i 4. til 7. klasse. Ansvarlig for arrangementet var Jørn Nordbrøden.

Treningsleir til hovedløpet ble arrangert på Konnerud. 6-8 juni. Ledere for turen var Iliana og Lachlo.

UFO challenge ble i år ikke arrangert, da kretsen hadde en O-troll leir på Klubbhytta til OK Moss. Vi deltok med 21 barn og 3 voksne og var faktisk 1/3 av alle deltakerne. Det ble en fin helg med mye trening og mange nye bekjente.

24. juni var det sommeravslutning med o-løp og grilling på Høiås.

En mørk fredagskveld i november samlet ca. 30 barn, ungdom og foreldre seg på Kjeøyå for å delta på "Skrekk-o-gru". De eldste ungdommene var med på å lage det ekstra spennende for de små.

23 november ble det arrangert langtur fra Skolleborg til Høiås i sammen med eliten.

Sesongavslutning på Rollin Bowlin ca. 45 ungdommer. Vi lekte med de forskjellige aktivitetene med bowling og radiobiler som de mest spennede aktivitetene. Ungdommer som hadde flere enn 10 tirsdagstreningsløp fikk premie, en flott boks med eget navn og bilde av Høiåshytta på og de som hadde det fra før fikk lommebok..

Nissejogg var avslutningen på en lang sesong, god hjelp av Ellen og Fritz Køhn ved bålet.

Yngste UFO gruppe, også kalt "UFO-friskus", er for barn mellom 9 og 11 år (født mellom 1998 og 2000), men noen yngre enn dette er også med på gruppa.

Torsdagstreningene har vært på Høiås, der vi har vært ute i all slags vær. Det har vært refleksløyper, rebusoppgaver, stafetter, leker og flere o-tekniske øvelser. Innimellom har det vært noen orienteringsøvelser inne. Det har i snitt vært 20 barn som har møtt på treningen, men totalt har det vært ca 30 barn innom.

Det har i år vært spesielt gledelig at så mange av barna også har vært med på o-løp. 20 barn deltok i ungdomsserien. I tillegg var det 6 kretsløp der barna ble spesielt oppfordret til å delta. Her fikk de være med på ordentlig o-løp, i klasse N-åpen der de kunne løpe i grupper sammen med voksne. På slutten av sesongen var det flere som ble trygge nok til å løpe uten voksne.

Det har vært sykkelturne med overnatting til Ørsjøen 5.-6.juni, O-kretsleir i Moss 4.-5. sept., Mens det tidligere år nesten bare har vært jenter på gruppe, er det gledelig at det også har begynt flere gutter i høst. Fordelingen er på slutten av året omtrent 50/50.

Trener/Styre

O-teknisk trening er hver torsdag på Høiås med ferdig trykte kart og ny teknisk trening hver uke. Gruppeansvarlige har vært:

Irene Felde Olaussen og Geir Torgersen (f før 1997) I høst har Bjørn Brække, Gjermund Holm og Martine Andersen vært gode hjelpere
Morten Kildebo, Jørn Nordbrøden, og Kjetil Bjørlo (f. 1996-97), Jan Granstedt og Morten Roger Andersen (f 1993-94-05).

Fra høstferie til påske har vi hatt tilbud om løpeteknikk og innetrening på Remmen for de eldste. Trenere har vært Ingunn og Gøril Fristad. På Låby skole har det vært innetrening for de yngste, ansvarlig for gjennomføring har vært Stine Marie Norsted Kildebo. Høsten 2009 fortsatte Stine Marie med de yngste på Strupe. Ingunn Fristad og Stine Kildebo har trent de fra 12-16 inne på Strupe.

UK og stafettansvarlige har vært Morten Kildebo, Jan Granstedt og Jørn Nordbrøden.

Malena Birkeland har vært ungdomsrepresentant i UFO

Ungdomsgruppen har i 2008 bestått av Claus Norsted, Jan Granstedt, Morten Kildebo, Irene Felde Olaussen, Monica Thowsen, Geir Torgersen, Jørn Nordbrøden, Kjetil Bjørlo, Arild Kirkebøen, Malena Birkeland og Anja Wingstedt.

Dugnad/Økonomi

Vi har hatt en god økonomistyring og prosjektoppfølgning med Claus Norsted som ansvarlig. Det har også vært en god dugnadsinnsats i gruppa. Mange har deltatt i arrangementet som Høiåsdagen, arrangert tirsdagsløp og KM på den gamle Veistasjon på Svinesund og Grenserittet. Ungdommen har solgt lodd i skilotteriet, hatt hyttevakt i sommerhalvåret.

Halden, 20. januar 2010

Claus Norsted, leder UFO-gruppa

Resultater UFO 2009.

Solrenningen:

D 11-12:

3 Granstedt,Gina 20:09 +02:45

11 Gustavsen,Synnøve 29:10 +11:46

D 13-14:

39 Gustavsen,Johanne 41:47 +20:03

45 Birkeland,Nina Asheim 45:13 +23:29

D 15:

1 Granstedt,Gry 28:31 +00:00

21 Gustavsen,Ingeborg 42:08 +13:37

D 16:

9 Kildebo,Maiken Norsted 37:23 +06:08

11 Birkeland,Malena Asheim 38:23 +07:08

D 13-16C:

13 Bjørlo Karlsen,Solveig 51:12 +26:56

H 11-12:

3 Kildebo,Petter Norsted 20:31 +02:22

4 Nordbrøden,Peter 21:06 +02:57

8 Bjørlo,Håkon Raadal 22:35 +04:26

9 Gran,Olav Schmitt 22:41 +04:32

21 Thowsen,Tobias 28:54 +10:45

H 13-14:

16 Olaussen,Anders Felde 30:21 +07:42

H 15:

32 Kirkebøen,Sander 58:30 +22:49

Lørdagskjappen:

D 11-12:

2 Granstedt,Gina 18:52 +02:58

D 13-14:

30 Birkeland,Nina Asheim 40:37 +18:13

D 15-16:

5 Birkeland,Malena Asheim 40:13 +03:02

Årsberetning Halden SK 2009

8 Kildebo, Maiken Norsted 42:04 +04:53

H 11-12:

9 Bjørlo, Håkon Raadal 19:39 +04:34

12 Nordbrøden, Peter 20:19 +05:14

17 Kildebo, Petter Norsted 22:37 +07:32

21 Thowsen, Tobias 24:00 +08:55

H 13-14:

10 Olaussen, Anders Felde 27:12 +06:18

H 15-16:

60 Kirkebøen, Sander 57:00 +27:14

KvistKvaset 2009

01.05.09

Stafett D13-16

Rank	Navn	Etapetid #	Total tid #
1	Halden SK lag 1 (8)		1:19:55
	Maiken Nordsted Kildebo	30:51 6	30:51 6
	Gry Granstedt	24:14 1	55:05 1
	Malena Asheim Birkeland	24:50 1	1:19:55 1
2	Ås-UMB Orientering lag 1 (1)		1:20:18
	Ane Blomseth Johnsen	28:31 2	28:31 2
	Kaja Winsnes Nordhagen	26:45 2	55:16 2
	Malin Eijsink	25:02 2	1:20:18 2

Smaalenenløpet:

D 11-12:

4 Granstedt, Gina D11-12 21:06 +02:04

D 15-16:

6 Kildebo, Maiken Norsted 1:03:09 +07:09

7 Birkeland, Malena Asheim 1:04:21 +08:21

D 13-16C:

5 Torgersen, Ingvild 26:33 +03:10

H 11-12:

Årsberetning Halden SK 2009

2 Nordbrøden, Peter 19:50 +02:25
5 Kildebo, Petter Norsted 21:07 +03:42
6 Bjørlo, Håkon Raadal 21:14 +03:49
17 Thowsen, Tobias 28:13 +10:48

H 13-14:

6 Olaussen, Anders Felde 46:05 +09:11

H 15-16:

46 F Kirkebøen, Sander 1:50:17 +1:06:03

O-festivalen, mellomdistanse, fredag:

D 11-12:

2 Granstedt, Gina 14:10 +01:09
28 Gustavsen, Synnøve 22:56 +09:55

D 13:

8 Birkeland, Nina Asheim 24:40 +04:43
18 Gustavsen, Johanne 28:27 +08:30

D 15:

4 Granstedt, Gry 24:45 +02:07
13 Gustavsen, Ingeborg 29:16 +06:38

D 16:

7 Andersen, Frøya Hauan 29:31 +03:21
15 Birkeland, Malena Asheim 33:15 +07:05
16 Kildebo, Maiken Norsted 33:19 +07:09

H 11-12:

10 Bjørlo, Håkon Raadal 16:05 +03:17

O-festivalen, langdistanse, lørdag:

D 11-12:

11 Granstedt, Gina 25:18 +04:31
21 Gustavsen, Synnøve 29:03 +08:16

D 13:

18 Birkeland, Nina Asheim 34:26 +07:28
27 Gustavsen, Johanne 45:09 +18:11

D 15:

3 Granstedt, Gry 35:25 +03:39
12 Gustavsen, Ingeborg 44:19 +12:33

D 16:

11 Birkeland, Malena Asheim 51:30 +09:24

Årsberetning Halden SK 2009

15 Andersen,Frøya Hauan 54:48 +12:42

D 13-16C:

22 Jarlsby,Karoline 30:10 +14:54

16 Torgersen,Ingvild 24:31 +09:15

H 11-12:

11 Bjørlo,Håon Raadal 23:30 +04:26

47 Thowsen,Tobias 40:08 +21:04

H 14:

14 Olaussen,Anders Felde 38:23 +10:08

O-festivalen, stafett, søndag:

Stafett D13-16

Rank	Navn		Etappetid #		Total tid #
1	Halden SK lag 1 (411)				1:14:55
	Frøya Hauan Andersen	27:07	10	27:07	10
	Malena Asheim Birkeland	20:38	9	47:45	2
	Gry Granstedt	27:10	1	1:14:55	1
2	Lillomarka OL lag 1 (408)				1:17:52
	Siri Kollerud	28:17	11	28:17	11
	Ingvild Brekke	19:43	3	48:00	4
	Andrine Benjaminsen	29:52	5	1:17:52	2
3	Fredrikstad SK lag 1 (418)				1:19:56
	Sigrid Alexandersen	28:25	14	28:25	14
	Fredrikke Fürst Aas	19:48	5	48:13	7
	Nikoline Bromander	31:43	8	1:19:56	3

18	Halden SK lag 2 (410)				1:31:21
	Ingeborg Gustavsen	26:59 7	26:59	7	
	Ingvild Torgersen	23:38 18	50:37	12	
	Nina Asheim	40:44 22	1:31:21	18	

H 13-16:

11	Moss, OK lag 1 (364)				1:29:31
	Anders Felde Olaussen	33:36 19	33:36	19	
	Markus Holter	19:47 13	53:23	12	
	Thomas Schive	36:08 16	1:29:31	11	

Lagkonkurransen:

DNS	Halden SK lag 1 (1013)				54:14
	Håkon Raadal Bjørlo	54:14	54:14	DNS	
	Peter Nordbrøden	00:00	54:14	DNS	

Årsberetning Halden SK 2009

Tobias Thowsen	00:00	54:14	DNS
Gina Granstedt	00:00	54:14	DNS
Synnøve Gustavsen	00:00	54:14	DNS

Unionsmatchen:

D 13-14:

30 Asheim Birkeland, Nina 47:46

D 15-16:

8 Granstedt, Gry 48:22

12 Birkeland, Malena Asheim 49:56

23 Kildebo, Maiken Norstedt 53:21

29 Andersen, Frøya Hauan 54:16

40 Gustavsen, Ingeborg 56:54

H 13-14:

38 Olaussen, Anders Felde 53:20

H 15-16:

37 Kirkebøen, Sander F. 1:07:08

43 Bjørk, Espen 1:17:27

Unionsmatchen, stafett:

1 Akershus og Oslo O-krets lag 1 (1)

2:04:55

Magne Haga	31:57	15	31:57	15
Andrine Benjaminsen	27:30	1	59:27	1
Vetle Christiansen	25:04	3	1:24:31	2
Gunvor Hov Høydal	40:24	5	2:04:55	1

22 Østfold O-krets lag 1 (45)

2:27:55

Thomas Schive	34:39	21	34:39	21
Sigrd Ottestad Hansen	35:52	20	1:10:31	18
Anders Felde Olaussen	32:19	25	1:42:50	18
Gry Granstedt	45:05	17	2:27:55	22

35 Østfold O-krets lag 3 (47)

3:04:06

Andreas Vingerhagen	52:56	43	52:56	43
Anneli Grindstad	38:43	27	1:31:39	40
Markus Holter	44:10	41	2:15:49	38
Malena Aasheim Birkeland	48:17	23	3:04:06	35

38 Østfold O-krets lag 2 (46)

3:04:26

Sander F. Kirkebøen	53:32	44	53:32	44
Sigrd Alexanderssen	38:01	25	1:31:33	38
Håkon Kindem	41:52	38	2:13:25	37
Maiken Norsted Kildebo	51:01	32	3:04:26	38

39 Østfold O-krets lag 4 (48)

3:14:30

Espen Bjørk	49:32	40	49:32	40
Marthe Kristensen	1:04:28	43	1:54:00	44
Lasse Simonsen	30:56	19	2:24:56	43
Frøya Hauan Andersen	49:34	29	3:14:30	39

Pinseløpene:

Hamar:

Elgsprinten:

D 15-16:

11 Andersen,Frøya Hauan 43:38 +14:22

Elgdilten:

D15-16:

5 Andersen,Frøya Hauan 1:07:48 +15:58

Løvspretten:

D 15-16:

6 Andersen,Frøya Hauan 44:30 +06:31

Kongsberg:

Dag 1:

D 13-14:

8 Nina Asheim Birkeland 25:53

D 15-16:

4 Maiken Norsted Kildebo 27:27

23 Malena Asheim Birkeland 37:10

D 13-16C:

3 1058 Ingvild Torgersen 20:59

H 13-14:

7 Anders Felde Olaussen 19:23

Dag 2:

D 13-14:

13	Nina Asheim, Birkeland	Halden SK	0:51:24	+25:31	43:32
----	------------------------	-----------	---------	--------	-------

D 15-16:

9	Maiken Norsted, Kildebo	Halden SK	0:48:44	+07:42	46:00
---	-------------------------	-----------	---------	--------	-------

H 13-14:

5	Anders Felde, Olaussen	Halden SK	0:34:31	+09:05	30:19
---	------------------------	-----------	---------	--------	-------

Dag 3:

D 13-14:

12 Nina Asheim Birkeland 41:52

To-dagers, Gimle:

Årsberetning Halden SK 2009

Dag 1:

D 11-12:

2 Granstedt,Gina 25:39 + 00:30

D 13-14:

6 Birkeland,Nina Asheim 50:48 + 22:59

D 15-16:

2 Granstedt,Gry 52:47 + 01:26

3 Kildebo,Maiken Norsted 53:30 + 02:09

4 Andersen,Frøyan Hauan 53:46 + 02:25

5 Birkeland,Malena Asheim 56:51 + 05:30

H 11-12:

1 Nordbrøden,Petter 23:56 + 00:00

3 Gran,Olav Schmitt 33:44 + 09:48

H 13-14:

1 Olaussen,Anders Felde 28:16 + 00:00

H 15-16:

2 Kirkebøen,Sander F. 1:27:28 + 30:24

Dag 2:

D 11-12:

1 Granstedt,Gina 20:25 + 00:00

5 Hellerud,Margrethe 1:10:35 + 50:10

D 13-14:

2 Birkeland,Nina Asheim 40:30 + 10:12

D 15-16:

1 Birkeland,Malena Asheim 47:48 + 00:00

2 Andersen,Frøyan Hauan 49:40 + 01:52

3 Granstedt,Gry 1:18:46 + 30:58

H 11-12:

2 Nordbrøden,Petter 20:01 + 00:15

3 Gran,Olav Schmitt 23:25 + 03:39

H 13-14:

1 Olaussen,Anders Felde 29:56 + 00:00

H 15-16:

3 Kirkebøen,Sander 1:47:08 +1:00:11

Hovedløp:

Hovedløpet sprint 2009

Konnerud IL. Drammen

08.08.09

Resultatliste Halden SK

Return

Plass	Navn	Klasse	Land	Tid
5	Anders Felde,Olaussen	H14	ØF	13:17 +01:08
27	Andersen,Frøya Hauan	D16	ØF	17:24 +02:58
24	Birkeland,Malena Asheim	D16	ØF	17:03 +02:37
67	Bjørk,Espen	H15	ØF	17:43 +04:57
3	Granstedt,Gry	D15	ØF	13:23 +00:25
45	Gustavsen,Ingeborg	D15	ØF	18:36 +05:38
26	Kildebo,Maiken Norsted	D16	ØF	17:11 +02:45
66	Kirkbøen,Sander Finsrud	H15	ØF	17:36 +04:50

Langdistanse:

Hovedløpet langdistanse 2009

Konnerud IL. Konnerud skiarena

09.08.09

Resultatliste Halden SK

Return

Plass	Navn	Klasse	Land	Tid
17	Andersen,Frøya Hauan	D16	ØF	55:18 +14:05
5	Birkeland,Malena Asheim	D16	ØF	45:50 +04:37
76	Bjørk,Espen	H15	ØF	1:06:59 +32:00
6	Granstedt,Gry	D15	ØF	42:04 +06:48
27	Gustavsen,Ingeborg	D15	ØF	53:09 +17:53
21	Kildebo,Maiken Norsted	D16	ØF	1:01:24 +20:11
69	Kirkbøen,Sander Finsrud	H15	ØF	1:02:22 +27:23
17	Olaussen,Anders Felde	H14	ØF	41:15 +10:34

Stafett:

H 13-16:

31 Østfold lag 2 (91)		1:15:55	
Anders Felde Olaussen	22:03 15	22:03	15
Patrik Mørkeseth	24:27 53	46:30	36
Stian Jensen	29:25 26	1:15:55	31
57 Østfold lag 3 (92)		1:53:07	
Jens Nandrup Nielsen	47:18 61	47:18	61

Årsberetning Halden SK 2009

Sander Finsrud Kirkebøen	22:07	47	1:09:25	58
Espen Bjørk	43:42	57	1:53:07	57

D 13-16:

1 Vestfold lag 1 (214)		1:10:19		
Anna Ulvensøen	28:25	4	28:25	4
Marthe Gløersen	16:21	2	44:46	3
Runa Fremstad	25:33	1	1:10:19	1
2 Østfold lag 1 (215)		1:12:17		
Gry Granstedt	27:37	2	27:37	2
Sigrid Ottestad Hansen	17:07	3	44:44	2
Kamilla Olaussen	27:33	5	1:12:17	2
3 Buskerud lag 1 (203)		1:12:20		
Kristine Berglia	26:59	1	26:59	1
Therese Åsheim	18:06	4	45:05	4
Synne Ildahl Svendsen	27:15	4	1:12:20	3
6 Østfold lag 2 (254)		1:21:42		
Malena Asheim Birkeland	30:55	12	30:55	12
Sigrid Alexandersen	19:59	8	50:54	11
Frøya Hauan Andersen	30:48	8	1:21:42	6
11 Østfold lag 3 (255)		1:24:54		
Maiken Norsted Kildebo	32:23	18	32:23	18
Johanne Solhaug	20:33	13	52:56	14
Ingeborg Gustavsen	31:58	10	1:24:54	11

KM:

Lang:

D 11-12:

2 Gustavsen, Synnøve	23:13	+ 03:46
3 Granstedt, Gina	25:19	+ 05:52

D 11-12N:

1 Olaussen, Indrid Felde	29:19	+ 00:00
2 Brække, Synne Malene	31:13	+ 01:54

D 13-14:

3 Birkeland, Nina Asheim	37:24	+ 09:59
11 Gustavsen, Johanne	57:19	+ 29:54

D 15-16:

1 Granstedt, Gry	47:43	+ 00:00
4 Birkeland, Marlena Asheim	51:49	+ 04:06
6 Gustavsen, Ingeborg	52:27	+ 04:44

Årsberetning Halden SK 2009

7 Kildebo, Maiken Norsted 54:11 + 06:28

H 11-12:

1 Kildebo, Petter Norsted 18:35 + 00:00

2 Bjørlo, Håkon Raadal 21:50 + 03:15

4 Nordbrøden, Peter 22:37 + 04:02

5 Thowsen, Tobias 24:29 + 05:54

8 Gran, Olav Schmitt 27:02 + 08:27

H 13-14:

2 Olaussen, Anders Felde 25:20 + 00:19

Mellom:

D 11-12:

1 Gina Granstedt 24:45 +00:00

D 13-14:

2 Nina Asheim Birkeland 35:14 +02:07

D 15-16:

2 Maiken Norsted Kildebo 36:27 +02:02

3 Malena Asheim Birkeland 36:44 +02:19

4 Frøya Hauan Andersen 37:45 +03:20

5 Gry Granstedt 42:48 +08:23

H 11-12:

1 Håkon Raadal Bjørlo 20:34 +00:00

2 Peter Nordbrøden 20:41 +00:07

3 Petter Norsted Kildebo 21:30 +00:56

H 15-16:

5 Sander Kirekbøen 49:38 +21:44

Stafett:

D 13-16:

8 Halden SK lag 1 (7) 1:25:30

Malena Asheim Birkeland 30:51 13 30:51 13

Maiken Norsted Kildebo 22:18 8 53:09 8

Frøya Hauan Andersen 32:21 8 1:25:30 8

Blodslitet:

D 11-12:

6 Granstedt, Gina 30:49 + 00:36

7 Gustavsen, Synnøve 30:58 + 00:45

D 13-14:

43 Torgersen, Ingvild 1:07:07 + 17:11

Årsberetning Halden SK 2009

49 Bjørgul,Astrid Næss 1:07:51 + 17:55
 50 Jarlsby,Karoline 1:07:53 + 17:57
 51 Birkeland,Nina Aasheim 1:07:57 + 18:01
 D 15-16:
 23 Birkeland,Malena Asheim 1:27:45 + 13:02

H 11-12:

8 Bjørlo,Håkon Raadal 32:31 + 02:16
 12 Kildebo,Petter Norsted 33:19 + 03:04
 15 Nordbrøden,Peter 34:21 + 04:06
 21 Thowsen,Tobias 36:05 + 05:50
 28 Gran,Olav Schmitt 39:46 + 09:31

H 13-14:

8 Felde Olaussen,Anders 44:53 + 03:05

Tiomila: (lagoppstilling er ikke riktig)

67	1037	Halden Skiklubb 1				02:52:42	
		Gry Granstedt	0:39:51	86	AABA	6	00:39:51 86
		Håkon Raadal Bjørlo	0:30:04	109		109	01:09:55 98
		Nina Asheim Birkeland	0:58:41	144	BBAB	21	02:08:36 110
		Anders Felde Olaussen	0:44:06	28		28	02:52:42 67
120	1106	Halden Skiklubb 2				03:12:40	
		Frøya Hauan Andersen	0:44:57	165	BAAB	10	00:44:57 165
		Ingvild Torgersen	0:28:41	91		91	01:13:38 134
		Gina Granstedt	0:51:33	78	ABBA	18	02:05:11 83
		Sander Kirkebøen	1:07:29	218		218	03:12:40 120
187	1108	Halden Skiklubb 3				03:42:06	
		Maiken Norsted Kildebo	0:45:35	175	BBAB	9	00:45:35 175
		Anne Maren Nohr Moth	0:45:01	236		236	01:30:36 206
		Peter Nordbrøden	1:03:29	171	AABA	24	02:34:05 192
		Malena Asheim Birkeland	1:08:01	222		222	03:42:06 187

Smålandskavelen:

D16 (38)

1	442	Sävedalens AIK 1				2:14:12	
		Erika Lindkvist	93	34:19	3 A	3	34:19 3
		Emmeli Axmalm	94	32:59	13 AB	5	1:07:18 2
		Amanda Claesson	94	27:53	4 B	2	1:35:11 2
		Amilia Björklund	93	39:01	1 A	1	2:14:12
2	441	Attunda Orientering 1				2:19:23	
		Laura déAngelo	94	33:05	2 A	2	33:05 2
		Tove Forshällen	94	34:44	20 AA	5	1:07:49 4
		Eva Gustafsson	94	25:52	1 B	1	1:33:41 1
		Linnea Daniels	93	45:42	11 B	9	2:19:23

Årsberetning Halden SK 2009

3	420 Vimmerby OK 1					2:24:23		
	Sofie Svensson	93	34:44	4 A	4	34:44	4	
	Eva Adolfsson	93	32:50	12 BB	5	1:07:34	3	
	Emilia Andersson	94	27:41	3 A	2	1:35:15	3	
	Agnes Adolfsson	93	49:08	16 A	6	2:24:23		

4	444 Halden SK 1					2:26:49		
	Gry Granstedt	94	46:54	27 A	27	46:54	27	
	Frøya Hauan Andersen	93	29:09	2 BB	1	1:16:03	13	
	Maiken Norsted Kildebo	93	28:02	7 A	3	1:44:05	9	
	Malena Asheim Birkeland	93	42:44	4 A	2	2:26:49		

Vårstafetten:

D 13-16:

6 Halden SK lag 1 (408)				1:32:56			
Gry Granstedt	31:46	13	31:46	13			
Frøya Hauane Andersen	23:00	4	54:46	6			
Maiken Nordsted Kildebo	38:10	11	1:32:56	6			

21 Halden SK lag 2 (409)				2:09:40			
Malene Birkeland	30:44	9	30:44	9			
Ingvild Torgersen	49:53	26	1:20:37	21			
Nina Birkeland	49:03	21	2:09:40	21			

H 13-16:

24 Halden SK lag 1 (311)				1:31:03			
Anders Olausen	27:11	13	27:11	13			
Espen Bjørk	21:27	9	48:38	11			
Sander Kirkebøn	42:25	32	1:31:03	24			