

# Årsberetning

Røros IL Turn

2021

### **Gruppestyret**

Lena Christin Lindgren (leder)  
Johanne Stensaas (sportslig leder)  
Carl Henrik Prøsch (kasserer)  
Hege Strickert (sekretær)  
Tomas Svensson Kvistad (materialforvalter)  
Malin Kulseth Kirkvold (styremedlem)  
Ingrid Marie Løvnes Vedum (styremedlem)

### **Foreldreutvalg**

Stein Klemmetvold  
Maria Irene Haugen  
Sadmira Buljubasic / Pål Wessel Skjeveland

### **Valgkomite**

Mette Grytbakk  
Anette Myran

**Medlemstall** : 152 i de ulike partiene (+ 27 med trenere og styret)

### **Trenere:**

**Gymlek:** Mari Grønnerøe

**2. trinn:** Vigdis W. Wiggen, Aina Stai Lien, Christer Tronsmed

**3. trinn:** Lena Christin Lindgren, Tonje Sjøvold

**4. trinn:** Karoline Fæmundshytten Langeng

**10-13 MIX:** Maren Grytbakk Tronsane og Aurora Sandnes

**Konkurranspartiet:** Karoline Fæmundshytten Langeng, Frode Selboe, Halvor  
Sirnes og Mia Ramsfjell

**Voksentrim:** Mari Grønnerøe

Vi har en engasjert og fin trenerstab som bruker mye tid og energi på å trene til sammen over 150 gymnaster. Det er fantastisk å se at det rekrutteres godt til sportsgrenen, noe som er motiverende for både styret, trenere og forhåpentligvis gymnastene selv. Vi har en god miks i alder på trenerne og mange har også lang erfaring med å turne selv. I tillegg har vi også fått med en del yngre hjelpetrenere som er turnere selv, eller som har vært turnere tidligere. Det er både fint og viktig å ha med de i trenerstaben. Vi setter stor pris på alle trenerne som stiller opp år etter år, og på den måten skaper både trygghet, kontinuitet og stabilitet. I tillegg har vi også i år kunnet ønske 5 nye trenere velkommen inn i gjengen, noe vi er veldig fornøyd med. De trener i partiene gymlek, voksentrim, 2. trinn og 3. trinn.

Det er sportslig leder som har ansvar for trenerne og de kommuniserer jevnlig både via en felles facebook-gruppe, samt samtaler og møter både i fellesskap og hver for seg. I år har de fleste møtene blitt avholdt digitalt via teams grunnet pandemien, men det har fungert greit. Uansett så er trenerne veldig pliktoppfyllende, selvstendige og flinke, og de har god kontroll både på treningsopplegg og alle gymnastene. Det som savnes er en del kursing, spesielt med tanke på sikring. Grunnet covid-19 har de fleste kurs blitt avlyst og disse kan ikke utføres digitalt. Håper at 2022 kan føre til at flere får gjennomgått viktige kurs og opplæring i trenerstaben.

Turnåret har vært nesten som normalt, bortsett fra enkelte avlysninger av treninger grunnet større smitteutbrudd og restriksjoner. Vi fikk dessverre ikke arrangert juleavslutning i 2021, men turnerne fikk heldigvis vise seg frem i turnhallen både live og via digital overføring i april 2021. Vi delte opp i 2 forestillinger slik at flest mulig familiemedlemmer fikk med seg fremføringen av sine turnere, samt at vi overførte våravslutningen digitalt via Youtube. Det fungerte godt og ble en stor suksess!

## **Resultater**

Se egen beretning fra de forskjellige turnpartiene.

## **Økonomi**

Styret har status økonomi som fast tema på hvert styremøte. Det er god kontroll på økonomien, selv om årsresultatet viser et lite underskudd for 2021. Dette er misvisende, da omtrent 40.000 kroner i lønnsutgifter fra høst/vinter 2020 ble ført på 2021 regnskapet. Hadde regnskapet blitt ført korrekt hadde årets resultat havnet på om lag 25.000 kroner i overskudd.

## **Arrangement**

Våravslutningen i 2021 ble gjennomført innenfor de rammene som smitteverntiltakene tillot, samtidig som vi streamet forestillingen digitalt. Dette tror vi førte til litt ekstra gode billettinntekter og loddsalginntekter, noe vi er svært godt fornøyd med. Juleavslutningen måtte dessverre avlyses grunnet Covid 19-pandemien, men via idrettens støtteordninger som følge av pandemien fikk vi litt økonomisk støtte på grunn av denne avlysningen, noe som kom godt med regnskapsmessig.

## **Dugnader**

I samarbeid med Sport1 hadde vi også dette året «sokkedugnad» før jula 2021.

Vi har også hatt tilsynsvakter i verket som har generert litt inntekter.

## **Styremøter**

Det er avholdt omtrent månedlige styremøter i 2021. Møteplan, årshjul og dokumentlagring i Idrettens Office 365 / Sharepoint har vært nyttige hjelpemidler for å holde oversikt over styrevirksomheten.

## **Medlemmer**

Medlemssystemet som benyttes til organisering og fakturering fra Klubbadmin/MinIdrett. Dette fungerer godt og er enklere og oversiktlig både for medlemmene, trenere, styret og hovedlaget. Vi har ca. 150 medlemmer totalt, noe vi er svært fornøyd med.

## **Foreldreutvalget**

Foreldreutvalget har organisert store deler av dugnadene til turngruppa, i samarbeid med styret. Foreldreutvalget har satt opp dugnadslister og hatt dialog med foreldre/medlemmer rundt disse. Foreldregruppa hjelper også til når konkurransepartiet skal delta på stevner eller om det trengs annen hjelp til organisering i gruppa.

## **Informasjon fra de ulike partiene**

### **Gymlek 2021/22**

Etter en lang koronarelatert pause, startet Gymlek 2021/22 opp 20.oktober 2021. Tilbudet er i år for 2017- og 2018 kullene, og har blitt ledet av Mari Grønnerøe (ulønnet). Vi startet opp med ukentlige treninger på onsdager i turnhallen, til stor glede for mange. Deltakerlistene viser til ca. 30 møtende barn (+30 foreldre). Vi har hatt en kombinasjon av organisert lek og frilek, og noen turnelement har blitt introdusert under hinderløype.

På grunn av koronasituasjonen ble gymlek avlyst noen ganger. Etter nasjonale restriksjoner ble treningen flyttet utendørs (lek og aking ved Doktortjønna, Aasgjerdet og Øra) fra desember 2021 til slutten av januar 2022. Betydelig lavere oppmøte utendørs, anslagsvis kun 8-10 barn.

Facebooksiden Gymlek Røros f.2017-2018 har blitt brukt som informasjonskanal ut til foresatte. Instruktør har hatt hovedansvaret for at aktivitetene til enhver tid har blitt gjennomført i henhold til de gjeldende smittevernanbefalingene fra FHI og NIF.

Rapport medlemstall pr. 27.01.22 for Gymlek i Røros idrettslag basert på tall fra klubbadmin: 32 barn (her ser jeg dessverre at ikke alle fortsatt har meldt seg inn, jeg har 40 stk. på min oppmøteliste).

Trener: Mari Grønnerøe

## **2. trinn**

På 2. trinn har vi hatt størst fokus på lek og at det er morsomt å være i aktivitet. Det er stor forskjell på hva de "kan" turnmessig, så vi har prøvd å fokusere på det som er baseøvelser, samt hatt variasjon og oppdeling så også de som "kan mer" kan øve på noe nytt. Vi har vært flere trenere og det har vært positivt med tanke på oppdeling i flere grupper. Synes ungene har vært tålmodig og flink, og mange gleder seg til mandagene og turntrening!

Trenere: Vigdis W. Wiggen, Aina Stai Lien, Christer Tronsmed

Hjelpetrenerne: Lene Smestu, Astrid Sofie Fevik Prøsch, Emma Kristine Heidtmann

## **3. trinn**

Vi har fortsatt med de fleste turnerne fra forrige sesong, fint å se at så mange har valgt å fortsette. Nytt i denne sesongen er at vi har fått med tre hjelpetrenerne, som noen er nåværende turnere på konkurransepartiet. Dette gjør at vi ikke trenger foreldrevakter på treningene. Før jul øvde vi på en oppvisning til juleavslutningen. Har lagt ut oppvisningen på Facebook, men håper å få vise den LIVE snart. Mange av turnerne har blomstret veldig etter vi fikk inn hjelpetrenerne som er flinke turnere som kan vise triks og taktikker som skaper enorm motivasjon. De fleste barna behersker nå hjul, rulle og salto på trampolinen. Til tider er det en del urolige barn som sliter med å ta imot beskjeder og sitte rolig når det er forventet, men vi syns at dette er blitt mye bedre. I år har vi vært litt strengere mht. at vi prøver å få gode rutiner for de som ønsker å videreutvikle seg som turnere. Dette er ikke noe stort problem, men greit at foreldre vet at kravene er litt høyere i år. Det er fortsatt en arena for å ha det gøy, dette har vi fokus på.

Trenere: Lena Christin Lindgren, Tonje Sjøvold

Hjelpetrenerne: Anne Wessel Skjeveland, Ella Myran og Ingvild Moen Selboe

## **4. trinn**

4. trinn består av 33 ivrige turnere, med en god blanding av jenter og gutter, fra både Røros og Glåmos. Vinter/vårsesongen var det Karoline Fæmundshytten Langeng og Oda Lundli som hadde ansvar for treningene. Høst/vinter sesongen fortsatte Karoline som hovedtrener, med hjelpetrenerne Vilja Valand, Sara Ryttervold og Alva Tollan. 4. klasse jobber mye grunnleggende turn, rettet mot troppsturn. Vi går grunnstigen i håp om å få til gode, sterke turnere med god grunnteknikk.

Ulik utvikling på så små turnere, derfor har vi alt fra rulle ut i tjukkas til strake saltoer med halv skru på trampett, samt alt fra rulle til araber flikk flakk på tumbling. Våravslutningen ble den store happeningen for denne gruppen. De trener nå to ganger i uka à 1 time.

Trenere: Karoline Fæmundshytten Langeng

Hjelpetrenerne: Vilja Valand, Sara Ryttervold og Alva Tollan

## **10-13 MIX**

Antall: 16

Halvåret 2021 har vært et innholdsrik og fint turnår for både trenere og utøvere. Vi ser stor fremgang hos gymnastene, i både turningen og holdningen. Treningene foregår med samme komposisjon omtrent hver gang. Oppvarming, hoveddel og avslutning. Likevel har treningene hatt forskjellige elementer og vi prøver å variere på hva vi gjør. Oppvarming foregår på tumbling eller frittstående og brukes for å varme opp alle ledd i muskulaturen. Hoveddelen har variert, men vi har valgt å legge mye fokus på basisøvelser i tillegg til tumbling og tramp. Avslutning har basert seg på styrkeøvelser og uttøying. Vi øver på å få de rette basis-øvelsene på plass, samt å øke styrke og kroppsbeherskelse. Engasjementet hos turnerne har vært ganske bra, og de hører som regel etter på hva vi sier. Til neste år vil vi jobbe med øvelser og spesielle «triks» som turnerne vil få til. Vi ser fremgang og utøverne har lært seg nye ting på kort tid. Vi trener er fornøyd med halvåret og ser frem til neste halvår.

Trenere: Maren Grytbakk Tronsane og Aurora Sandnes

## **Konkurransепartiet**

Vinter/vår 2021:

Karoline Fæmundshytten Langeng er fremdeles hovedtrener, med Mia Ramsfjell og Frode Selboe som hjelpetrenerne. 2021 sesongen startet med MNM (Midt-Norsk Mesterskap) der vi for aller første gang stilte med seniortropper! For første gang i historien hadde Røros én rekrutt-tropp, to juniortropper og to seniortropper. Senior dro inn to 3. plasser (hvis jeg husker riktig, evt. én 2. plass). Rekruttene som kjørte sin alle første konkurranse kom på en fantastisk 6. plass! Konkurransen ble avholdt på en litt annen måte, siden vi måtte filme inn det vi gjorde og videresende filmen til dømming. Ellers ble det mye dødtid frem til våravslutning, med lite konkurranser. Til høsten mistet vi 8 av de eldste turnerne og sto kun igjen med rekruttene.

Høst/vinter 2021:

Delt ansvar mellom Karoline Fæmundshytten, Mia Ramsfjell, Frode Selboe og Halvor Sirnes. Karoline har hovedansvar for tumbling, Halvor for trampett og Mia for det generelle. Under MNM (Midt-Norsk Mesterskap) i november tok gjengen sitt første sølv! Utrolig bra! Eller jobber vi med å høyne seriene for å stille enda sterkere til Opplandpokalen i mars 2022.

## Voksentrim 2021/22

Voksentrim 2021/22 startet opp 20.oktober 2021. Trener er Mari Grønnerøe (ulønnet). Nytt av året var at treningene ble flyttet til torsdager, samt at vi flyttet treningen til Unicare.

Bakgrunnen for dette var at vi var sist ut til å velge halltid (mye var opptatt), pris (Unicare kunne tilby lavere leiepris) samt at trener anså treningsfasilitetene hos Unicare som bedre egnet til denne gruppen (de kunne tilby både sal, basseng og spinningsal). Nytt av året var også at vi forsøkte å møte deltakerne ved å tilby klippekortordning. Facebooksiden Røros IL Voksentrim har blitt brukt som informasjonskanal ut til deltakerne.

For å kunne gå i «null» var jeg hele veien åpen på at vi måtte være 10-15 deltakere. Dessverre var det kun 4-6 deltakere som møtte opp, og 22.november ble det besluttet å avslutte tilbudet med Voksentrim. 10 deltakere ble fakturert, halleie betalt og sagt opp, og vi ble til slutt sittende igjen med et lite underskudd på -312,-.

Inntekt	1600,-
Utgift	1912,-
Differanse	-312,-

Lena Christin Lindgren  
(leder)

Johanne Stensaas  
(sportslig leder)

Hege Strickert  
(sekretær)

Carl Henrik Prøsch  
(kasserer)

Tomas Svensson Kvistad  
(materialforvalter)

Malin Kulseth Kirkvold  
(styremedlem)

Ingrid Marie Løvnes Vedum  
(styremedlem)