



Årsberetning

Røros IL turn 2023

Gruppestyret

Sverre Hovind (leder)
Merethe Sommer (sportslig leder)
Gunnhild Sun Bellsli (kasserer)
Ragnhild Trønnes (sekretær)
Ida Marie Bransfjell (materialforvalter)
Anne Guri Stokkli Haugvold (styremedlem)
Sam Eidsheim (styremedlem)

Foreldreutvalg

Pål Skjeveland
Maria Irene Evenås

Valgkomite

Mari Snorheim
Anita Nordbrekken

Medlemstall :

Ca.170 medlemmer (herunder ca. 133 gymnaster og ca 40 på gymlek)

Trenere:

Gymlek: Eirunn Ose Ingebrigtsvold

2. trinn: Kari Ingeborg Grønseth

3. trinn: Jørgen Tronsmed, Christian Lien og Andreas Feumundshytten

4. trinn: Aina Stai Lien, Christer Tronsmed, Lene Smestu, Nora Nygaard-Kristiansen og Signe Hovind, Vilja Valan og Alva Schjølberg Tollan.

Mix: Wilma Wessel Dahl, Astrid Sofie Fevik Prøsch, Mia Ramsfjell Anna Wessel Skjeveland og Ane Eggen.

Konkurransепartiet- rekrutt: Karoline F. Langeng, Mia Ramsfjell, Lene Smestu, Astrid Sofie Fevik, Prøsch

Konkurransепartiet- jr./sr. : Karoline F. Langeng, Frode Selboe, Mia Ramsfjell, Jørgen Bekkos

Vi har en engasjert og fin trenerstab som bruker mye tid og energi på å trene til sammen ca 170 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. Vi setter stor pris på alle trenerne som stiller opp år etter år, og på den måten skaper både trygghet, kontinuitet og stabilitet. Det er også gjort endringer i konkurransepartiet, og det er ikke lenger opptaksprøve som tidligere. Dette er et prøveprosjekt for 2024 for å skape mer langvarig engasjement hos gymnastene. Dette har blitt godt mottatt.

Det er sportslig leder som har ansvar for trenerne og de kommuniserer jevnlig både via en felles facebook-gruppe, spond, samtaler/møter og enkelte trenermøter i fellesskap. Uansett så er trenerne pliktoppfyllende, selvstendige og flinke, og de har god kontroll både på treningsopplegg og alle gymnastene.

Resultater

Se egen beretning fra de forskjellige turnpartiene.

Økonomi

Styret har status økonomi som fast tema på hvert styremøte. Det er positiv utvikling i økonomien. Det er aldri et mål om å gå med store overskudd, men et lite handlingsrom er viktig for å holde stabil drift og ha en akseptabel likviditet til enhver tid.

Arrangement

Vi har gjennomført både våravslutning og juleavslutning. Det var godt oppmøte av publikum, og turnere/trenere fikk vist frem det de har øvd på. Vi tok inngangspenger, hadde kiosksalg og loddsalg, og det ble brukt både vipps, bankterminal (izettle) og kontanter. Vi har fått en god løsning på loddsalg, der foreldre på de eldre partiene blir satt opp med salgsansvar. Foreldre kan sende barna for å selge, men er ansvarlig for at det gjøres en innsats med salg, samt innlevering av loddbøker innen et gitt tidspunkt. Det selges fysiske lodd, og betaling på vipps eller kontant. Trekkingen skjer av styret under siste del av showet, og vinnerlodd leses opp som siste punkt på programmet. Vinnerene må selv hente premier i luka i 1 etasje. Premier er sponset av ulike bedrifter.

Våravslutning: 26. april

Juleavslutning: 14. desember

13. september arrangerte vi Kickoff for alle fra 5. trinn og eldre. Dette først å fremst for å gjøre valget lettere for de turnere som står foran valget mellom Mix og rekrutt. Det ble gitt informasjon om hva det vil si å delta på konkurransepartiet og i konkurranser. Det ble også

gitt informasjon om opplegget rundt Mix. Ungene fikk delta på en times trening med konkurransepartiet og de fikk etterpå en demonstrasjon av hvordan en konkurranse foregår og hvordan den blir bedømt. Foreldre var tilstede og fikk stille spørsmål. Meget godt oppmøte med ca 40 turnere.

Dugnader

Vi har gjennomført tulipansalg våren 2023 i samarbeid med Lions. Dette er en dugnad som gir lite penger i kassen, og tilbakemeldingene er at det er rode-avhengig om man får solgt bukkene. Det ble derfor valgt å heller øke innsatsen på tennbrikettsalg i 2023, og ikke delta på tulipanaksjon 2024.

Salgsdugnad høst 2023 var også i år tennbriketter. Hvert medlem fikk utdelt 5 esker hver (økning fra 4 esker i 2022). Max 10 esker per familie. Tilbakemeldingene har vært delte. Noen opplever det som uproblematisk, andre mener det er vanskelig med salgsdugnad av ulike årsaker. Flere ønsker seg hvite tennbriketter, i stedet for brune.

Vi har også hatt tilsynsvakter i Verket som har generert noe inntekter.

Styremøter

Det er avholdt 10 styremøter i 2023 i tillegg til årsmøtet.

Årsmøte: 6 mars 2023

Styremøter 2023: 3 januar, 26 januar, 6 mars, 30 mars, 15 mai, 5 juni, 14 september, 16 oktober, 21 november, 11 desember

Møteplan, årshjul og dokumentlagring og referat legges på facebook-siden til Styret. Vi har en mulighet å bruke Sharepoint/Idrettens Office, men opplever store problemer med å få innlogging her. Det er ikke en optimal løsning. Per i dag er det kun Sverre og Merethe som har tilgang, og Merethe slutter nå.

Medlemmer

Alle medlemmer må melde seg på turn via Min Idrett og alt organiseres og faktureres fra Klubbadmin/MinIdrett. Vi opplever noen utfordringer med å få folk til å melde seg på/av. Dette medfører at vi ikke alltid har oversikt over medlemmer. Det er svært uheldig mtp forsikringer.

Spond er aktivt i bruk til organisering av informasjon og aktiviteter. Dette gjør det enklere for både medlemmer og trenere. Det er noen tilbakemeldinger på at Spond ikke fungerer optimalt.

Foreldreutvalget

Foreldreutvalget har satt opp dugnadslister og hatt dialog med foreldre/ medlemmer rundt disse. Disse kan med fordel brukes mer aktivt.

Informasjon fra de ulike partiene

Gymlek

Medlemmer: Ca 45 men antallet varierer

Trenere: Denne gruppa har vært organisert med foreldreliste oppsatt med rullerende ansvar. I år har det vært én hovedansvarlig (Eirunn Ose Ingebrigtsvoll) med ansvar for å drive/organisere det hver gang. Hun har fått med seg én til siste halvdel. Eller er også andre foreldre flinke til å hjelpe til med opprigget av hinderløype etc og alle er behjelpelige med rydding.

Fokus: Jeg har fokusert på mye frilek og lite felles lek, dette med bakgrunn i at jeg ser barna som kommer finner sine venner og aktiviserer/leker seg veldig bra selv. Siden vi har hele hallen til disposisjon blir det mange ulike stasjoner å være på. Hinderløype, balansetrening, klatring, løping, turning.

Ser også at alle foreldre som kommer er flinke til å aktivisere sine egne barn eller ta med flere barn på felles lek.

Ett herlig nettverk av små og store som samles hver onsdag.

Kommunikasjon skjer innad på facebook siden vår og der prøver jeg å legge ut info og terminliste for gymlek.

Annet: Ønske om innkjøp av myke baller, risposer, byggeklosser mm

2. Trinn

Medlemmer: Omtrent 38 turnere. Stabilt oppmøte.

Trenere: Hovedtrener er Kari Ingeborg Grønseth med god hjelp fra foreldre. 5 – 6 foreldre stiller opp hver sin gang, og dette byttes etter oppsatt liste, slik at alle foreldre på bidra. Vi ønsker oss gjerne aktive/tidligere turnere med som hjelpetrener.

Fokus: Fokus på treningene har vært grunntrening som enkle basisøvelser samt å bli kjent med ulike turnelementer. Vi har også hatt fokus på å ta imot beskjeder, forsøke å være konsentrert og lære å stå i kø. Litt innslag av enkel disiplin og kroppsholdning. Treningene skal være lekinspirert og jeg prøver å legge de opp slik at det ikke blir for mye køståing men mest mulig aktivitet i løpet av timene. Vi deltok på juleavslutning med en enkel dans samt turning i ei appartløype. Vi starter det nye turnåret med ca. like mange turnere. Vi fortsetter å jobbe med det samme og legger gjerne inn et ønske om å delta på BKTS i 2024.

Annet: Vi ønsker oss gjerne aktive/tidligere turnere med som hjelpetrener.

3. Trinn

Medlemmer: Omtrent 32 turnere. Stabilt oppmøte.

Trenere: Hovedtrener er Jørgen Tronsmed, med bistand av Christian Lien, Andreas Femundshytten og Karoline Langeng, samt Mirja og Mia fra konkurransepartiet.

Fokus: Har hatt mye fokus på Basic på tramp og tumbling. Jobbet mye med salto men det trengs fortsatt mye trening. Har nå startet litt med flikk-flakk. Stort sprik i ferdighetsnivå.

Annet: Bruker overraskende mye tid på å få turnerne til å høre etter. Er nødvendig med såpass mange trenere. Fortsatt høy grad av lek-preg.

4.Trinn

Medlemmer: Omtrent 22 (inkl 4 fra Glåmos)

Trenere: det er to treninger i uka. Mandag (stort sett alle medlemmer møter) og onsdag (10-15 oppmøtte). Hovedtrenere er Aina Stai Lien og Christer Tronsmed. Hjelpetrener er Nora og Signe (mandager) og Vilja og Alva (onsdag)

Fokus: Tumbling: vi terper en del på rulle, hjul, håndstående, araber og noe flikk flakk. Tramp: vi fokuserer på innsteg på tramp, strekkhopp, salto, noen holder på med strak salto og salto med skru.

Annet: vi har en veldig varierende gruppe ferdighetsmessig. Før jul brukte vi mange øvinger til juleshow.

Mix:

Medlemmer: Vår 2023:15 turnere. Høst 2023: 9 turnere.

Trenere: Wilma Wessel Dahl, Astrid Sofie Fevik Prøsch, Mia Ramsfjell Anna Wessel Skjeveland og Ane Eggen.

Fokus: De som har mye motivasjon går over til rekrutt, og de som bare vil være på turn for gøy, blir igjen på mix. Det er ganske stor variasjon i ferdigheter blant utøverne. Derfor øver vi på alt fra grunnleggende rulle og hjul, opp til salto med skru og araber flikkflakk.

Annet: Utfordringer med oppmøte på treninger. Frafall blir ikke meldt i spond og det er vanskelig å planlegge og gjennomføre treningen. Det er også vanskelig å vite om turneren fortsatt er medlem eller har slutta. Kan man se på muligheter for å løse dette? Kan det være en løsning å trene sammen med rekrutt?

Rekrutt:

Medlemmer: Høst 2023: sammen med konkurransepartiet

Trenere: Karoline F. Langeng, Mia Ramsfjell, Lene Smestu, Astrid Sofie Fevik Prøsch

Fokus: Rekruttpartiet har blitt(og blir) forberedt på det å være konkurranseturner. Fire turnere fra partiet skal delta i sin første konkurranse i januar 2024, og ytterligere fem til har planer om å delta på sin første konkurranse i april. De blir kjørt litt hardt, og får ofte påminnelser fra oss trenerne om hvordan ting fungerer i en konkurranse og at de trenger å ha mer fokus, disiplin og trua på seg selv. For å være konkurranseturner må man ha mentaliteten til det. Pr nå føler jeg at flere av turnerne på partiet har denne mentaliteten, mens andre trenger mer tid.

Turnmessig har vi brukt mye tid på tramp, og over halvparten av turnerne kjører overslag på pegasus, noe jeg syns er imponerende. Det er fortsatt stor forskjell på nivå. Noen tar nesten 1,5 skru, andre sliter med å få begge beina på trampen.

På tumbling har vi jobbet mest fremover. Mye stift og salto. Der har vi sett mye fremgang. Fem av utøverne tar salto araber flikk, noe som er imponerende ifht hva som forventes av dem i 10-11 års alderen. Flere begynner også å forstå hvordan stift salto fungerer, noe som også er ganske vanskelig. Alle jentene tar stillestående flikkflakk, noen med litt mer støtte en andre, og noen av dem kjører lett araber flikk og araber back helt selv.

Annet: Fra i høst til nå har vi sett stor fremgang generelt på partiet og gleder oss til å være med på fortsettelsen

Konkurranspartiet:

Vår 2023: Startet med få gymnaster 10-11 juniorer og 3 rekrutter. Pga få rekrutter måtte vi kjøre et tidlig opptak til konk.partiet for å kunne stille i konkurranse. Derfor ble det kjørt opptak i januar, der det ble plukket inn 8 gymnaster fra miks.

Høst 2023: Vi åpnet konkurranseturn for alle og gjorde slutt på opptak. Slik at alle som ønsker å konkurrere fra året de fyller 11 får lov til det. Dette blir et prøveprosjekt i 2024 som jeg håper på vil generere flere turnere som driver på lenger i selve idretten. Så nå har vi konkurranseparti rekrutt og konkurranseparti junior/senior. I overgangsperioden valgte vi å ikke flytte ned igjen rekruttene som allerede var på konkurransepartiet, men etterhvert blir det en ren deling på rekrutt og Junior/senior.

Trenere: Vi er fire trenere på konkurransepartiet. Mia Ramsfjell, Karoline Femundshyten Langeng, Frode Selboe og Sara Ramsfjell. Vi har fordelt treningene slik at Karoline og Sara har hovedansvar på én trening hver i uka. Dette har funket bra.

Konkurranser: Deltok på Opplandspokalen i mars, der det endte med en god 6. plass til junior på tumbling. Det var også en fin treningssamling på Orkanger før sommeren. På Midtnorsk Mesterskap stilte vi med en rekruttropp, en junior, og for første gang på lenge en egen seniortropp. Både junior og senior tok med hjem 3. plass.

Annet: Vi gleder oss til 2024 der det ser ut som Røros kan stille med hele 2 kanskje 3 rekrutt-tropper, 2 juniortropper og 1 seniortropp

Sverre Hovind
(leder)

Merethe Sommer
(sportslig leder)

Ragnhild Trønnes
(sekretær)

Gunnhild Sun Bellsli
(kasserer)

Ida Marie Bransfjell

(materialforvalter)

AnneGuri Stokkli Haugvold

(styremedlem)

Sam Eidsheim

(styremedlem)