

Idrettslaget Skjalg

Årsrapport 2020

Årsmøte 25. februar 2021 kl. 19:00

Digitalt, Teams



Årsmøte 19. februar 2021, kl. 19:00 Digitalt, Teams
Stavanger Stadion, Holbergs gate 70, 4009 Stavanger

Innhold

Saksliste for årsmøtet:	4
Styrets sammensetning for 2020	5
Oppsummering 2020	6
Økonomi	7
Profilering	8
Sponsorarbeid og andre inntektsbringende tiltak	8
Medlemsmassen	10
Sportslig aktivitet barn og ungdom	11
1. Klasse	12
2. Klasse	13
3. Klasse	13
4. Klasse	13
5. Klasse	14
6. Klasse	14
7. Klasse	15
8. Klasse	15
9 Klasse, til 15+ etter sommerferien.	16
Sportslig aktivitet junior, senior og veteran	16
Rapport fra de ulike gruppene	17
Albert , mellom -og langdistanse:	17
Asle, mellom -og langdistanse:	17
Gerd Lise og Atle, mellom -og langdistanse:	18
Athletixgruppen:	18
Mike Lubsen, Sprint rekrutt:	18
Terje Bredahl, Hopp Kast og Mangekamp :	18
Victor Øvregaard, sprint:	19
Veterangruppene:	20
Treningsgrupper og trenere	20

Medaljer i mesterskap i 2020	21
Hovedmesterskapet	22
NM innendørs:	22
Jr NM U20 og U23	22
NM halv maraton	22
UM innendørs	23
UM:	23
Arrangement	24
Foreldreinnsats i barne og ungdomsgruppen	25
Utsiktene fremover	27
Premiering	28

Saksliste for årsmøtet:

Sak 1 - Godkjenne de stemmeberettigede

Sak 2 - Godkjenne innkallingen, sakliste og forretningsorden

Sak 3 - Valg av ordstyrer, referent, og 2 representanter til å underskrive protokollen

Sak 4 - Idrettslaget Skjalgs organisasjonsplan

Sak 5 - Idrettslaget Skjalgs regnskap i revidert stand

Sak 6 - Fastsettelse av Idrettslaget Skjalgs medlemskontingent 2021

Sak 7 - Idrettslaget Skjalgs budsjett

Sak 8 - Idrettslaget Skjalgs Årsrapport

Sak 9 - Premiering

Sak 10 - Investering i fond

Sak 11 - Valg:

1. Leder og nestleder

2. Øvrige styremedlemmer

3. Kontrollutvalg

4. Valgkomite for 2021

5. Representanter til ting og møter i øvrige organisasjonsledd.

Styrets sammensetning for 2020

På ordinært årsmøte 19. februar 2020 ble følgende styre valgt:

Leder	Steffan Hafnor Røstvig
Sportslig leder barn og ungdom, og nesteleder	Rune Hjelle
Sportslig leder junior og senior	Heidi Tangen
Økonomiansvarlig	Julianne Benny Volline Nessler
Stevneleder, arrangement	Gunnar Neset
Leder foreldreutvalg	Anneli Elisabeth Mikalsen
Utøvernes representant	Simen Tjelta Larsen
Vararepresentant:	Mathias Hove Johansen
Revisorer	Ketil Helgevold
	Dag Øxnevad
Valgkomité	Elisabet Thuestad
	Børge Harestad
	Leiv Midthassel (fra oktober 2020)

Oppsummering 2020

2020 ble annerledes-året covid-19, nedstenging, smittevern og kohorter – alle ord som tidligere var helt fremmede for oss, er blitt dagligtale også i idretten.

Takket være alle ildsjeler i IL Skjalg har vi kunnet arrangert treninger i alle aldersgrupper. Vi har arrangert både Jærcup, banestevner, Mosvannsløpet og Siddisløpet. Og Ikke minst tatt vare på våre utøvere i en krevende tid, og bidratt til idrettsglede. Rekordmange unge har fått gleden av friidrett i regi IL Skjalg. Medlemstallet 31.12 var 586, i fjor 581, økning 17%.

IL Skjalg fortsetter å levere på mottoet sitt, friidrett for alle. Treningsgruppene er åpne, men vi ser at det er utfordrende å få nok treningsflater til alle gruppene. Spesielt i Stavanger Idrettshall som er den foretrukne hallen. Det jobbes med å legge press på Stavanger Kommune for mer treningstid. Sandnes hallen benyttes i størst grad av våre eldre utøvere, da det blir for langt unna for våre yngste medlemmer.

Utfordringen er som tidligere å holde på utøverne når de kommer i tenårene, og utgangspunktet er meget bra da vi har en stor og etablert ungdomsgruppe. Vi må sette søkelys på trening og sosiale samlinger som er viktig for å skape tilhørighet til idrettslaget og legge til rette for at utøverne vil fortsette. Athletix gruppen er et treningstilbud til ungdom som ikke ønsker å konkurrere. Denne gruppen må vi fokusere mer på i 2021 da det er mulighet for å vekst i gruppen.

Bambusa salgsdugnad; takk til foreldre, utøvere og trenere som har støttet årets salgsdugnad, det sikrer videre satsing i en krevende korona tid for klubben. “Sokke dugnaden” har gitt et tilskudd til klubben på netto kr 280.172.

I mars 2020 ble det et bytte av Daglig Leder, Jørn Arild Vika som startet i august 2019 sluttet og Marie Kloster overtok Daglig Leder rollen.

Økonomi

Overskuddet for 2020 er på kr 137.699, driftsoverskuddet er på kr 133.331. Driftsresultatet er på kr 99,631 over budsjett og kr 147.991 bedre enn i fjor. Bokført egenkapital etter årets resultat er på kr. 2.331.021.

Regnskapet for 2020 viser driftsinntekter på kr. 2.969.682, som er kr 464.518 under budsjettet og kr 440.579 mindre enn i 2019. Korona-restriksjonene har medført en nedgang i arrangements inntektene, som er vesentlig under budsjett (kr 402 800 under budsjett). Netto overskudd fra arrangementene er på kr 101.492 vs budsjett på kr 385 000. Store deler av dette er kompensert i form av økt offentlig korona støtte på kr 237.300. Avlyste arrangement og tøffe tider for deler av næringslivet har gjort det krevende å øke sponsorinntektene som budsjettert, men har også åpnet opp for ekstraordinær støtte fra aktører som er mindre påvirket av pandemien. "Sokke dugnaden" har gitt et tilskudd til klubben på netto kr 280.172.

Driftskostnadene var på kr 2.836.351, kr 564.149 under budsjett men kr 292.588 over fjoråret. Når det gjelder sportslige kostnader har økt medlemsmasse medført nødvendig innkjøp av nytt utstyr, som har økt med kr 107.389. Mye av dette er dekket inn ved tildeling av støtte fra bedrifter og andre støtteordninger. En rekke arrangement og reiser ble avlyst pga korona, noe som er grunnen til at sportslige kostnader er lavere enn budsjettert (kr 443.506 under budsjett og kr 315.365 lavere enn i 2019).

Klubbens har økt aktivitet med mange nye medlemmer og men har samtidig utfordringer på inntektssiden pga krevende mhht nye sponsorkontrakter og konsekvenser for arrangementene pga korona. En del av de økte kostnadene er "vekst-kostnader", og kostnadene i året som kommer vil ikke bli tilsvarende. Jobben med å skaffe nye sponsorer må videreføres i 2021, deriblant arbeidet med å skaffe ny hovedsponsor. Det bør legges ned ressurser i å øke oppslutningen om arrangementene og holde kostnadene under kontroll slik at tilskuddet fra disse øker. Samtidig må det må jobbes med best mulige løsninger for å holde de sportslige kostnadene under kontroll samtidig som vi opprettholder et godt sportslig tilbud.

Skjalg har i dag en økonomisk soliditet med en egenkapital på kr 2.331.021. Søknad om spillemidler til klubbhuset ble innvilget i 2020, og klubbens langsiktig rente- og avdragsfritt lån til Stavanger kommune på kr 1.150.000 er tilbakebetalt i sin helhet og har redusert den bokførte verdien av klubbhuset tilsvarende. Klubben har kr 913.126 på kapitalkonto som kan brukes som likviditetsmessig buffer.

Profilering

Profilering av klubben er viktig, både for å markere klubben utad og for å tiltrekke oss nye utøvere. Og ikke minst i forhold til sponsorer og muligens nye sponsorer.

Vi har i 2020 fått profilering i Stavanger Aftenblad, Rogalands Avis, Sandnesposten, Kondis og flere andre medier. God økning i medlemmer fra barn og unge, samt gode resultater fra utøvere i norgestoppen hjelper til med å gi klubben spalteplass og oppslag. Det samme gjør arrangementene våre og tiltak for å favne bredden, og det er viktig å jobbe aktiv med dette videre.

Sponsorarbeid og andre inntektsbringende tiltak

Dette arbeidet er i år i hovedsak utført av klubbens Daglig leder.

Sponsorutvalget tar gjerne imot innspill fra klubbens medlemmer, og ønsker flere velkommen til å ta del i markedsføringsarbeidet da samlede verdier (kroner, varer og tjenester) utgjør en høy andel av IL Skjalgs inntekter og bidrar til reduserte kostnader.

Hovedsponsor:

Det jobbes med å få på plass en ny hovedsponsor. Men korona-situasjonen i hele 2020 var dette svært vanskelig.

Klubb sponsorer for 2020:

Trimtex
Løplabbet
Stangeland Maskin AS
Helgø Meny
Hognestad Trafikkskole
Bambusa

Samarbeidspartnere Siddisløpet

Løplabbet
Stangeland Maskin AS
Helgømeny
Logtec
PS Selskapsutleie
Jobzone

Samarbeidspartnere Mosvannsløpet

Mosvangen Camping

Løplabbet

Helgø Meny

Jobzone

Samarbeidspartnere Sommerskolen

Jobzone

Blest / Event2print

Arenareklame på Stavanger Stadion

Helgø Meny

Stangeland Maskin AS

Hognestad Trafikkskole

Bambusa

Skagen Fondene

Løplabbet

Det jobbes med å få flere klubb sponsorer og arena sponsorer til Stavanger Stadion.

Andre sponsorer og støtte

Lyse Spirer

OBOS gir tilbake

OBOS Jubel

Norges Friidrettsforbund

Gjensidigestiftelsen

Sparebankstiftelsen SR-Bank

Kompensasjon for inntektsbortfall som følge av COVID-19 utbruddet fra staten

Medlemsmassen

Skjalg har fortsatt den positive veksten i antall medlemmer vi har hatt de siste årene, med en økning på 84 medlemmer (17%). Særlig er det blant de yngste antall medlemmer øker (43 medlemmer). Her er det guttene som har hatt størst økning, slik at det når er flere gutter enn jenter i denne aldersgruppen. At klubben klarer også å holde på medlemmene når de blir eldre, vises i at også gruppen 13-19 år øker (18 medlemmer). Ikke minst gledelig at jentene fortsetter, her er det de som er i flertall nå. Veksten i medlemsmassen har ikke ennå vist seg i de blant de eldste utøverne, her er antall medlemmer uendret. Økningen i medlemmer 26+ reflekterer økning i antall trenere pga økt antall unger i de nedre årsklassene.

	Kvinner	Menn	Totalt
0-5	1	1	2
fra 6 - 12	140	150	290
fra 13 - 19	69	62	131
fra 20 - 25	9	12	21
26+	62	79	141
	281	304	585

Sportslig aktivitet barn og ungdom

Det er høy aktivitet i barne- og ungdomsgruppene med fortsatt økende oppslutning. Det er nå 353 utøvere under 15 år. Denne raske blomstringen som startet i 2018 har trenere og andre i klubben ivaretatt på en fortreffelig måte også i 2020. Vi har økt trenerteamet ytterligere, og er nå 60 fantastiske trenere. de beste foreldre i hele Stavanger. Samtidig har vi aldri hatt mer kompetanse, og de nye er gode til å ta trenerkurs. Vi har i år for første gang en egen 1 klasse gruppe, og har med det egne grupper for alle klassetrinn og 2 grupper for 6 klasse. Vi ser stigende behov for friidrettstrening i distriktet, og vil vurdere å dele opp i enda flere grupper, for å unngå størrelser på over 40 utøvere pr. Gruppe i henhold til Sportsplanen.

Den raske økningen har ført til at vi i høst har benyttet Forum Expo for tre klassetrinn.

Klubbens Sportsplan for barn og ungdom skal inspirere utøvere til en unik Skjalg opplevelse på tvers av treningsgruppene. Den gir også trenerne og andre i støtteapparatet, samt foreldre rammer og forventninger til sin innsats, samt deres forventninger til klubben. Vi blir stadig minnet på verdien av fokus på utøver sin egen utvikling, og viktigheten av at dette blir sett både av trenere og foreldre for å inspirere til videre idrettsglede.

Vi har også laget en egen side på ilskjalg.no om "Friidrettsstevne for første gang", for å dele erfaringer rundt stevne deltakelse, og inspirerer enda flere til å bli med på stevner.

Lengdegropa i Stavanger idrettshall ble åpnet igjen, etter flere års nedstengning, takk til Stavanger kommune.

Vi hadde veldig god oppmøte på Lerøy samlingen i Haugesund i Mars, rett før alt stengte ned pga. Korona, og vi hadde planlagt en felles tur for å oppleve Bislett games og Tyrvinglekene, denne ble dessverre Korona avlyst.

Vi gikk så inn i en Korona periode, hvor trening ble inspirert via sosiale medier, eller live video treninger. Det ble arrangert noen stevner, og takk til de som fikk dette til under krevende smitte protokoller, for å skape idrettsglede for barn og ungdom i hele kretsen. I løpet av året har treninger endret seg etter forskrifter, og ofte på kort varsel, hvor flere grupper har trent mer ute for å redusere smitterisikoen.

Vi har i år tatt i bruk Spond for mer effektiv kommunikasjon med foreldre og utøvere, da behovet for effektiv kommunikasjonsløsning ble påtrengende med raskt skiftende Korona regimer og behov for sporing av deltakelse på trening. Det har gått over all forventning, og er blitt et nyttig verktøy for trenere, foreldre og ledelse i klubben.

Nissestevnet ble i år avlyst og vi arrangerte i stedet en Nissetrening til stor jubel og entusiasme for barna som deltok. Takk til Marie Kloster - daglig leder og Stine Houge Bastiansen - hovedtrener 3 kl. for at det ble en suksess.

Vi har i år gjort en større oppgradering av utstyr ute på Stadion og inne i Stavanger idrettshall, struktur ved lagring av utstyr har blitt betydelig bedre, ved at vi nå har flere dedikerte utstyrskasser til de yngste trinnene. Dette trigger også et behov for mer utstyr, og vi takker alle som har bidratt til å få midler til dette. Behovet er fortsatt tilstede for ytterligere forbedringer på utstyr fronten. Nye "hyle spyd" som lager lyd når man "kaster riktig" har økt kaste gleden i gruppene. Samtidig har en ny type magisk myk men stiv høydelist redusert listangsten i Høyde.

Det ble det tatt ut hele 20 utøvere på kretslaget til Lerøy lekene fra 7-8 klasse, langt over snittet for tidligere år, og Skjalg var for andre år på rad største klubb fra Rogaland på kretslaget.

Vi er også veldig fornøyd med å ha rekruttert flere trenere til 15+ gruppene i år. Det har sikret et lavere frafall blant de som har tatt steget opp.

Det ble i år satt 6 solide klubbrekorder for barn og unge under 15 år.

En siste takk til de trenere som har takket av i klubben, og velkommen tilbake hvis de unge håpefulle finner veien tilbake til Friidrettsbanen, en spesiell takk til Erik Baller som har avsluttet trener rollen i 2020, han ledet Skjalg igjennom vårt fantastiske comeback i 17 mai toget i 2019 hvor vi ble kåret til beste idrettslag!

1. Klasse

Antall treningsdager: 1 pr. uke, torsdag kl 17:00 -

18:00 Treningssted: Stavanger idrettshall og

Stavanger stadion Hoved trener: Runar Bie

Aanestad

Trenere: Elisabeth Meling, Henriette Aarrestad, Per Gunnar Maaland, Malin

Nessa, Eirik Duesten

Vi fortsatte i år med å benyttet ekspertise fra idrettsfag ved UIS representert ved Gro Nesvik Bjørkheim for å coache og sikre kompetansen til trenerne i gruppa fra start. Dette har fungert over all forventning, og med engasjerte trenere har de klart å holde små barn i god aktivitet, samt rekruttert flere nye trenere.

Treningen er lekbetont, og varierende, med friidretts forberedende øvelser, og utstrakt bruk av Fun Athletix. Treningen har et bestemt mønster: Velkomst, oppvarmingslek, Stasjonstrening, avslutningslek og avslutning

Nissetreningen var et solid høydepunkt for gruppa.

Antall utøvere: **26** Antall Trenere: 6 (3 utført "Friidrett for bam kurs)

2. Klasse

Antall treningsdager: 1 pr. uke, torsdag kl 17:00 -

18:00 Treningssted: Stavanger idrettshall og

Stavanger stadion Hovedtrener: Leif Madsen

Bærheim

Trener: Kjersti Solem, Mina Torsteinsbø, Espen Swan-Rørvik, Ole Dolven,

Inger Johanne Bergerød, Frode Kristoffersen

Treningen er lekbetont, og varierende, med friidretts forberedende øvelser, og utstrakt bruk av Fun Athletix. Treningen har et bestemt mønster: Velkomst, oppvarmingslek, Stasjonstrening, avslutningslek og avslutning

Hovedtrener for denne gruppa har bidratt til å løse 2 klasse treningene til et nytt nivå som en egen gruppe. Det har fått til rekordøkning, og gruppen har økt fra 20 utøvere på vår sesongen til over det dobbelte etter jul.

Antall utøvere: **41**, antall Trenerer: 7 (4 utført "Friidrett for bam" kurs)

3. Klasse

Antall treningsdager: 1 pr. uke, torsdag kl 17:00 -

18:00 Treningssted: Stavanger idrettshall og

Stavanger stadion Hovedtrener: Stine Houge

Bastiansen

Trener: Veronica Sjøthun Pedersen, Nina Espedal, Bente Mellegård, Ingrid

Hodneland, Frode Modalsli, Frode Pedersen, Lene Bokn.

Treningen er lekbetont, og varierende, med friidretts forberedende øvelser, og utstrakt bruk av Fun Athletix. Treningen har et bestemt mønster: Velkomst, oppvarmingslek, Stasjonstrening, avslutningslek og avslutning. Vi har kjørt 4 Kohorter med separate trenere i år.

Nissetreningen ble årets høydepunkt!

Antall utøvere: **46**, Antall trenere: 8 (5 utført "Friidrett for bam" kurs)

4. Klasse

Antall treningsdager: 2 pr. Uke, mandag og torsdag kl 17-18

Treningssted: Stavanger idrettshall og Stavanger stadion

Hovedtrener: Steffan Hafnor Røstvig

Trenere: Guro Hafnor Røstvig, Anne Cathrine Dyrli, Jonas Høivik, Turid

Reiersen, Runar Bie Aanestad, Siri Margaretha Egset-Olsen, Ingve Henriksen
Erling Bergerød, Eli Falnes.

Dette trinnet øker med 1 time trening på mandager, hvor fokus på litt mer utholdenhets type aktiviteter er i fokus. Bredde er alltid tilstede, med fokus uker innenfor hopp, kast, lange og korte løp.
Antall utøvere **53**, trenere 10 (5 med Friidrett for barn kurs).

5. Klasse

Antall treningsdager: 2 pr. uke, mandag og torsdag kl. 17:00-18:00
Treningssteder: Stavanger Idrettshall, Forum Expo og Stavanger Stadion

Antall utøvere: 46 Hovedtrener Tore Rønneberg
Antall trener: 8 (7 med Friidrett for barn kurs) Trenere: Kristine Berg, Asle Furumo, Veslemøy L. Fykse, Denise Wilhelmsen, Siri Nøttåsen Gabrielsen, Ivar Fadnes, Theo Bergsvik.

Type trening: Friidrettslek og grunnleggende friidrettstrening (løp, hopp og kast). Gruppen har igår begynt å trene en dag i Forum Expo i vinterhalvåret, pga. få arrangement har det fungert veldig bra. Gruppen har også hatt en trener fra 15+ gruppene, og det har fungert veldig bra.

Nissetreningen var årets høydepunkt for denne gruppa.

Treningsgruppen: Jenter og gutter på 10 år, basisgruppe på ca 30 barn på hver trening. Veldig god stemning på treningen, til tross for at barna har svært ulike ferdigheter og varierende motivasjon. Leken står helt sentralt på alle treninger, men alle økter har også stasjonstrening bygget opp rundt løp, hopp og kast. Aktivisering prinsippet blir tungt vektlagi.

Antall utøvere: **46**

6. Klasse

Antall treningsdager: Tre pr. uke, mandag, tirsdag og torsdag.
Treningssteder: Stavanger Idrettshall, Sandneshallen og Stavanger Stadion.
Hovedtrener jenter: Silje Myrvang Tjelta
Hovedtrener gutter: Kenneth Stensland

Trenere: Dag Øxnevad, Elise Hay Opsahl, Malin Flor Helgesen, Frode Kristoffersen, Mina Torsteinbø, Espen Ekeland, Øystein Larsen, Odd-Rune Nilsen, Mari Norheim (5 har Friidrett for barn kurs)

Trening med fokus på utholdenhet, hurtighet, spenst og styrke.
Introduksjon til alle aldersbestemte tekniske friidrettsøvelser.
Utøverne i gruppen er trenings- og læringsvillige. God disiplin og god trivsel.
Jenter og gutter hver for seg mandager og torsdager, sammen på tirsdager.
Gruppen har relativt god utholdenhet, og liker litt lengre løpeturer.

Antall utøvere: **55** (30 gutter og 25 jenter)

7. Klasse

Antall treningsdager: Tre per uke. Mandager, tirsdager og torsdager, ute på sommeren og i Stavanger idrettshall, Sandneshallen og Forum Expo på vinteren.

Hovedtrener: Christina Hatleskog Carlsen
Trenere: Lene Falnes Wedø, Trond Flordalen, Rune Hjelle Jarand Indrelid (Høst), Olav Meling (vår)

Treningen er variert og fokus i denne aldersklassen er å lære å trene. Selve treningen preges av fokus på balanse, koordinasjon, fart, styrke og utholdenhet for en allsidig utøver.

Vi deltok på innendørs stevner i vinter før alt ble stengt ned, samt noen Jærcup i sommerhalvåret til stor glede for de som stilte.

Juleavslutningen i år ble en tur til opplevelsparken Air By Bolder, hvor utøverne kunne utfordre balanse, styrke og koordinasjon.

Utøvere: **30**, 4 Trenere med "Friidrett for barn kurs"

8. Klasse

Antall treningsdager: Tre per uke og en egentrening på lørdager. Mandager, tirsdager og torsdager fellestreninger. Ute på Stavanger stadion sommerhalvåret, og i Stavanger idrettshall, Sandneshallen og Forum Expo og Ute i vinterhalvåret.

Hovedtrener May Karin Mannes
Trenere: 4 (3 med Friidrett for barn kurs) Trenere: Christina Myhre(Vår), Elin Soma, Frode Thorsen(Vår), Gjert Gjerstad

Antall utøvere: **31** utøvere.

Treningen har fokus på å lære å trene, og ta ansvar for egen utvikling hvor man har invitert hver enkelt til å få et bevisst forhold til treningen og hva de ønsker å få ut av denne.

Mandager har fokus på løp, tirsdager teknikk og torsdager intervaller og styrke.

Selv under Korona har vi fått til å bygge videre for å sveise sammen gjengen i gruppa, hvor kveldsmat i klubbhuset, Lerøy samlinger og juleavslutning i klubbhuset var høydepunktene.

Gruppa var også godt representert under Lerøy lekene i Haugesund.

9 Klasse, til 15+ etter sommerferien.

Antall treninger.: 4 per uke. Mandager, tirsdager, onsdager og torsdager. Egentrening (valgfri) lørdager.

Hovedtrener: Denise Wilhelmsen

Trenere:6 (6 med friidrett for barn kurs, 4 med Trener 1 kurs)

Christer Fossan, Monica Pedersen Stoltenberg. Elise Hay Opsahl, Kristian Rønneberg. Borge Harestad. Even Hansen, Jarand Indrelid

Antall utøvere: **36** personer.

På kretskampen Lerøy lekene i Haugesund, ble hele 20 Skjalg utøvere fra 2006-2007 tatt ut til å representere Rogaland og markerte seg bra under stevnet.

Sportslig aktivitet junior, senior og veteran

Det har vært et annerledes år rent sportslig pga pandemien. Korona Restriksjoner førte til avlysning av mange arrangement bl.a NM terrengløp kort løype og NM stafetter.

Heldigvis tok NFIF grep slik at resten av de norske mesterskapene ble arrangert. Andre kjente stevner som Tyrvinglekene og VU spelen ble det heller ikke noe av. NM stafetter skulle vært arrangert på hjemmebane, og skuffelsen var stor da det ikke ble noe av. Vi satser på at det blir avholdt i 2021.

I 15+ gruppene er det både stor bredde og utøvere på høyt regionalt og nasjonalt nivå. Vi har også utøvere som skulle ha representert Norge i EM og Jr VM.

Det er i 2020 sesongen satt 5 nye klubbrekorder for senior, 6 rekorder for junior og 6 rekorder i årsklassene 15-18 år. Når det gjelder lagserien så rykket vi ned i klassen for menn. Her manglet vi to resultater. Kvinnene klarte å beholde plassen så vidt i toppdivisjonen. Vi får relativt bra med poeng i løpsøvelsene, men vi henger etter i tekniske øvelser.

Vi har god trener kapasitet i alle gruppene, og det var ca 36 utøvere som rykket opp til 15+gruppene i høst. Målet er å tilrettelegge for utfordringer tilpasset den enkeltes ferdigheter og ambisjonsnivå. Terje Bredahl og Kristian Rønneberg fullførte trener 2 kurs med spesialisering i kast og sikret oss dermed god kompetanse innen kastøvelsene. Det er flere av utøverne som har tatt grunnkurset Trening for barn og fortsatt videre på trener 1 kurs.

Det har blitt avholdt massasjekurs for trenerne, og det ble gått til innkjøp av massasjebenk, slik at trenerne også kan bidra til å forebygge skader blant utøverne sine. Ny tredemølle og div utstyr er også på plass i styrkerommet.

For at utøverne skulle bli bedre kjent på tvers av gruppene ble det arrangert en sosial samling i klubbhuset for mesterskap utøverne med matservering og faglig innhold. Her fortalte Mathias om hvordan han forberedte seg til mesterskap og om sine erfaringer. Gerd Lise Nordbotten hadde et foredrag om kosthold og ernæring for idrettsutøvere.

Rapport fra de ulike gruppene

Albert , mellom -og langdistanse:

Treningsgruppen har gjennom sesongen 2020 bestått av 10 utøvere og mange av disse har trent meget bra. Har hatt fellestrening tirsdag, torsdag og lørdag. Som alle vet, ble dette en merkelig sesong. Noen konkurranser ble det og her er de beste resultatene:

Salim Bukari, (2002) fikk sølv på 800M i jr NM i Kristiansand, 16/8-2020, med tiden 1:54:78. Dermed klarte han kravet for hoved NM. Der løp han på 1:56:18

Johannes Tørlen (2002) satte pers på 800M på Sandnes 15/6-2020 med tiden 1:57:52.

Nikolai Gundersen (2003) satte pers på 3000M med tiden 8:44:97 i UM , 28/8-2020.

På oppstart til nye sesong består treningsgruppen av 15 utøvere. Vi har endelig fått opp fem gutter fra BU-avdelingen – fem 2007 modeller. Treningsiveren til disse guttene er meget bra!! Det er totalt sett en meget bra treningsgruppe nå der nivået på trening er meget bra.

Asle, mellom -og langdistanse:

Det har vært en fin fremgang for mellom og langdistanse gruppen i IL Skjalg. Sesongen startet bra med to medaljer under innendørs UM. Marius Ingebrigtsen tok bronse på 800m og Erik Tangen Gundersen tok bronse på 1500m. Under årets Jr NM i Kristiansand hentet gruppen hjem hele 4 medaljer på mellom og langdistanse.

Erik Tangen Gundersen løp inn til bronse på henholdsvis 1500m og 5000m i U20 klassen, mens Sara Basic tok to sølv på 1500m og 800m i U20 klassen. Sara klarte kravet for jr. VM i Kenya på 1500m som ble utsatt pga pandemien. Hun satte ny kretsrekord og

norsk juniorrekord på 1000m med tiden 2.48.1. Tiden til Sara er 5. beste tid i verden i år. Det ser forøvrig ut som Skjalg kan få med flere spennende mellom og langdistanseløpere til fremtidige mesterskap dersom gruppen fortsetter utviklingen.

Gerd Lise og Atle, mellom -og langdistanse:

Vienna Søyland Dahle hadde en veldig god sesong i 2020. I februar kvalifiserte hun seg til EM i friidrett på halvmaraton med tiden 1.13.20 i Barcelona Halvmaraton. Dessverre ble EM avlyst på grunn av Korona-pandemien. Hun prioriterte da baneløp som gav gull på 10000 m, med personlig rekord på 33.28.38, og sølv på 5000 m under NM på Fana. Etter banesesongen fortsatte hun med gull på NM halvmaraton og personlig rekord på 10 km gateløp med 33.18 på Hytteplanmila. Vienna ble også kåret som nummer tre bak Karoline Bjerkeli Grøvdal og Therese Johaug i Kondis sin kåring av årets kvinnelige langdistanseløper.

Mellom- og langdistanse gruppa for jenter har vist stor vekst i løpet av 2020 og teller nå ca 25 utøvere. Gruppa har fått nye medlemmer både gjennom opprykk internt og overganger fra andre klubber. Det har vært godt oppmøte på fellestreningene med 12 -16 jenter på de aller fleste treningene, noe som lover godt for 2021-sesongen. Sportsleg har mange av jentene vist fin fremgang og satt mange personlige rekorder trass i en noe amputert sesong. Et sportslig høydepunkt for gruppa var 3 deltakere på 5000 og 10000 m for kvinner i NM da både Ida Tjørsvåg og Elise Hay Opsahl løp under kravet på 5000 m. Ane Bakstad Andreassen tok gull under UM på 2000m kappgang.

Athletixgruppen:

Dette er et treningstilbud til ungdom som ønsker å trene og ikke konkurrere. Fokus er morsom og allsidig trening. Det er ca 14 ungdommer med i gruppen, og de trener to ganger i uken. Trener er Daniel Pedersen.

Mike Lubsen, Sprint rekrutt:

I denne gruppen er det 9 utøvere i alderen 14-17 år. De har treninger fem dager i uken fordelt på to sprint dager og tre dager med styrke, spenst og kondisjon.(vinterhalvåret)

Sarah Safaa Al-Saiddi tok en bronsemedalje under UM på 300m hekk for jenter 15 år.

Terje Bredahl, Hopp Kast og Mangekamp :

Gruppen ble etablert høsten 2019 og teller for tiden rundt 30 utøvere i alderen 15-17 år, omtrent like mange jenter som gutter og godt sosialt samhold. Gruppa har 6 trenere . Med bakgrunn i god trenerkompetanse kan gruppen tilby trening i de fleste friidrettsøvelsene (sprint, hopp, hekk og kast) flere dager i uka og utøverne har anledning til å prioritere eventuelle favorittøvelser. Det legges ukentlig ut felles treningsprogram som etter avtale med trener tilpasses den enkeltes nivå og ambisjoner.

På tross av en noe spesiell sesong der vi ikke fikk trent på tekniske øvelser i den viktige forberedelsesperioden (mars/april) ble det likevel for gruppa hele 10 gull, 4 sølv og 2 bronse i KM. 3 utøvere kvalifiserte seg til UM og disse har også satt flere aldersrekorder i klubben (kule, slegge og hekk). Både Eivind (G15 Slegge) og Andreas (G16 Tresteg) kom seg til finale i UM der begge endte på 7 plass.

Med en god tilførsel av yngre utøvere i 2020, der flere ble tatt ut til å representere kretsen på Lerøy lekene, er mulighetene store for at flere utøvere fra gruppa vil kunne kvalifisere seg til UM i 2021.

Victor Øvregaard, sprint:

Sprint Utøverne trener fra tre ulike miljøer: Elisabeth Slettum har Leif Olav Alnes som trener, Mike Lubsen har sprint rekrutt mens Victor Øvregaard er trener for senior og junior.

Korona restriksjonene gjorde det spesielt vanskelig for sprinterne. Idrettshallen var stengt for trening, i lang tid fikk man ikke lov til å trene på utendørsbane og i tillegg var våren kald. Dermed fikk man ikke trent skikkelig sprint overhodet. Sesongstarten kom tidligere enn antatt, men utøverne konkurrerte seg i form etter hvert.

I løpet av sesongen har sprinterne satt to kretsrekorder og tangert tre av rekordene. For menn topper vi årets norgesstatistikk på 100 m, 150 m, 200 m, 300 m og 200 m innendørs, for kvinner 300 m. På innendørs-NM tok Mathias Hove Johansen gull på 200 m og sølv på 60 m. Tiden 6.85 var tangering av kretsrekorden. På denne distansen ble Simen Tjelta Larsen nummer 5. Elisabeth Slettum løp inn til bronse på 200 m mens Oscar Alm Harestad fikk 5. plass på 60 m hekk. Nathalie Ommundsen Johnsen og Sergejs Kononovs gikk videre til semifinalen på 60 m.

Under den nordiske innendørslandskampen vant Mathias Hove Johansen 200 m hvor han tangerte sin egen kretsrekord. Også Elisabeth løp 200 m der hun var kun 9 hundredeler fra seier.

Junior-NM ga to suverene NM-gull til Mathias på 100 m og 200 m. Oscar Alm Harestad tok 4. plass på 200 og 7. plass på 400 m mens Nathalie Ommundsen Johnsen løp inn til 8. plass på 100 m.

Marin Stray Gautadottir vant 300 m hekk under UM hvor hun med tiden 43.17 satte ny mesterskapsrekord.

I senior-NM var Mathias Hove Johansen var favoritt både på 100 m og 200 m da han hadde årsbeste i Norge på begge distansene. På 100 m ble det ikke fullklaff, men var likevel kun ett hundredel bak vinneren i mål. På 200 m parkerte Mathias konkurrentene fullstendig. I tillegg til Mathias sine to medaljer, fikk Elisabeth fjerdeplass på 200 m og 400 m. På 200 m var hun kun 5 hundredeler fra bronse og på 400 kun to tideler fra medalje. Tonje Nedberg løp 100 m hekk i forsøket på 14.61, som var kun 11 hundredeler fra klubbrekorden. I finalen var hun uheldig på første hekk og ødela resten av løpet. I forsøket på 400 m hekk løp Marin Stray Gautadottir inn til 62.78, det fjerde beste Skjalg-

resultat noensinne. I finalen ble det 7. plass. Samme plassering fikk Mike Lubsen på 200 m, Sergejs Kononovs kvalifiserte seg til semifinale både på 100 m og 200 m. Oscar Alm Harestad ble utslått i forsøket på 400 m, men gikk videre til semifinalen på 200 m etter å ha satt pers med 22.57. På 1000m stafett ble det sølv i klassen for menn, kun 16 hundredeler fra seier. På laget løp Sergejs, Mike, Mathias og Oscar. Kvinnelaget vant gull i fjor, men i år ble det 5. plass.

Mathias løp 100 m på 10.43 under et stevne i Finland, en tid som var tangering av kretsrekorden. På 150 m forbedret han kretsrekorden til 15.51, som er den tredje raskeste tiden av en nordmann noensinne. På samme distanse fikk Nathalie Ommundsen Johnsen 18.62 og Marin Stray Gaustadottir 18.77, kun Elisabeth Slettum har løpt raskere i Rogaland.

Elisabeth satte kretsrekord på 300 m med 37.9, som er nest beste tid i Norge gjennom alle tider. På samme distanse fikk Lubsen 33.40, bestetid i Norge i 2020-sesongen.

Veterangruppene:

Herrene har treninger 7 ganger i uken fordelt mellom langtur, intervall og styrketrening. Denne gruppen består av ca 10 medlemmer.

Kvinnene har to faste treninger i uken med langtur og intervall. I tillegg møtes gruppen for langtur i helgene. Størrelsen på gruppen har variert fra 5-10 på treningene. Veteranene har deltatt på lite stevner og konkurranser pga korona.

Ansvarlig for gruppene er Johanne Karlsen og Leif Midthassel.

Treningsgrupper og trenere

Gruppe	Trenere
Sprint / hekk / hopp	Victor Øvregaard (hovedtrener) Mike Lubsen
Mellom- og langdistanse jenter	Atle Nordbotten Gerd Lise Nordbotten
Mellom- og langdistanse gutter	Albert Mosdal Børge Harestad
Athletix	Daniel Nikolai Pedersen
Hopp, kast og mangekamp	Terje Bredahl Kristian Rønneberg Raymond Wikre Monica Stoltenberg

	Kristian Hokstad Jarand Indreliid
Mellom- og langdistanse jenter og gutter	Asle Rønning Tjelta

Klubben har i 2020 hatt et **sportslig utvalg** bestående av:

- Victor Øvregaard
- Asle R. Tjelta
- Gerd Lise Nordbotten
- Heidi Tangen (leder)
- Ida Tjørsvaag

Utvalget har hatt som oppgave å legge rammer for og følge opp klubbens sportslige aktivitet.

Medaljer i mesterskap i 2020

	Gull	Sølv	Bronse	Utøvere
Hoved-NM	1	3	2	14
Jr NM U20 og U23	2	3	2	8
UM	2	1	1	9
NM innendørs	1	1	1	6
UM innendørs			2	4
NM terrengløp korte løyper Ble ikke avholdt				
NM terrengløp lange løyper	0	0	0	4
NM halvmaraton	1			1
NM stafett Ble ikke avholdt				
Sum	7	8	8	46

Hovedmesterskapet

Gull: Mathias Hove Johansen 200 m

Gull: Vienna Dahle 10 000 m

Sølv: Mathias Hove Johansen 100 m

Sølv: Sølv: Vienna Dahle 5 000 m

Sølv:1000m stafett herrer: Sergej Kononov , Mike Lubsen , Mathias Hove Johansen og

Oscar Alm Harestad

NM innendørs:

Gull: Mathias Hove Johansen 200m

Sølv: Mathias Hove Johansen 60m

Bronse: Elisabeth Slettum 200m

Jr NM U20 og U23

Gull: Mathias Hove Johansen 100m

Gull: Mathias Hove Johansen 200m

Sølv: Sara Busic 800m og 1500m

Sølv: Salim Bukari: 800m

Bronse : Erik Tangen Gundersen 1500m og 5000m

NM halv maraton

Gull: Vienna Dahle

UM innendørs

Bronse: Erik Tangen Gundersen 1500m

Bronse: Marius Ingebrigtsen 800m

UM:

Gull: Marin Stray Gautadottir J17 300m hekk

Gull: Ane Bakstad Andreassen 2000m kappgang

Sølv: Marin Stray Gautadottir J17 400m

Bronse: Sarah Safaa Al-Saiddi J 15 300m hekk

Arrangement

Det har vært et år preget av korona, med vi sitter allikevel igjen med sterke leveranser. Vi har arrangert flere små stevner på stadion og 2 mosjonsløp, samt 2 uker med sommerskole, alt under strenge strene korona regler.

Mosvannsløpet gikk som planlagt i september, normale høstlige forhold møtte deltakerne denne onsdagskvelden, litt vind, litt regn og småkjølig. Arrangementet var strukket ut over 3 timer for å passe gjeldende smittevernregler. Først av gårde gikk 90 ivrige barn i barneløpet.

Totalt 217 deltagere fullførte runden rundt Mosvannet, en betydelig nedgang fra fjorårets løp. Vi sier oss likevel fornøyd; det viktigste var å få i stand et løp.

Siddisløpet ble flyttet fra april til oktober grunnet korona situasjonen. Tross strenge korona regler/tilpasninger ble den 35. utgaven av Siddisløpet arrangert i nydelig høstvær. Riktignok et halvt år senere enn planlagt, men det stoppet ikke de 458 deltakerne. Det ble en lang dag, der første pulje av 4 dro av gårde 10:30 og de siste kom i mål ca 17:00. Barneløp og "Det Litla" ble det dessverre ikke anledning til å avvikle.

Vi arrangerte sommerskole på Stavanger Stadion i uke 26 og 33 begge i nydelig sommervær. Vi fylte så godt som opp de 2 x 60 plassene i sommerskolen, i forhold til fjorårets 1 x 90, som var 75 barn mer enn 2018. Dette er ikke er like mye som i fjor pga. mengden trenere og vi måtte sette et tak på antall deltakere som var nødvendig pga. strenge korona regler.

Skjalgstafetten ble kansellert og NM Stafett ble utsatt til 2021.

Foreldreinnsats i barne og ungdomsgruppen

Foreldreutvalget har ikke hatt så mange arrangementer som ønsket i 2020 pga korona situasjonen.

Siste trening før sommerferien fikk alle utøvere utdelt is, og før jul fikk de medalje, kakemann og klementin.

De sosiale samlingene har det ikke blitt noe av pga korona situasjonen.

Kiosken var åpen under Jærcup før sommeren, da bidro foreldre med kaker.

Foreldre fra 1 og 2 klasse har bidratt under trening i Idrettshallen ved å være korona dørvakter utenfor hallen. De har passet på at kun foreldre for 1 og 2 klasse er publikum og at utøvere kun kan gå inn og ut av hallen med sin gruppe. Her har vi brukt Spond til å melde seg på.

Sokkedugnad med salg av Bambusa sokker gikk veldig bra i høst. Foreldre og utøvere var flinke til å hente sokker ved oppgitte tider, og til å selge. Veldig bra innsats!

Foreldremøte ble avholdt digitalt på høsten, og vi fikk noen nye foreldre inn i foreldregruppa.

Foreldregruppa består av:

Leder: Anneli Mikalsen

1 klasse:

2 klasse: Amalie Voll Haaland
Espen Tonning Otterlei

3 klasse: Anne Blomberg
Kari Nordbø

4 klasse: Trude Haugsgjerd
Cecilie R Larsen

5 klasse: Annenita Schøyen
Astrid Hansen
Edona Nordhagen
Bent Rugsveen

6 klasse: Karianne Malmo
Kristin Hidle
Mari Lode Norheim

7 klasse:

8 Klasse: Lene Kauffmann
Elin Svensen

Målsetting for 2021 er å fortsette med å øke kommunikasjonen og samarbeidet mellom trenere og foreldrekontakter. Målet vil være at foreldrekontaktene i større grad kan være hjelpelige på treninger.

Et annet mål er å arrangere noe sosialt for hver gruppe to ganger i løpet av året, der foreldrekontaktene tar kontakt med trenerne og avtaler.

Tusen takk til utøvere og foreldre som stiller opp på frivillig innsats, uten dere er det ikke mulig å drive Skjalg.

Utsiktene fremover

På det sportslige området er utfordringen å opprettholde og bygge videre på de flotte sportslige resultatene klubben hadde i 2019. Vi må klare å opprettholde klubbens aktivitetsnivå, ivareta de utøvere og trenere som klubben har og være klar til å ta imot og håndtere alle de nye medlemmene klubben har fått. Vi har klart å rekruttere mange nye trenere til de yngre årsklassene, det må fortsatt være fokus. Men det er også viktig at klubben kan sette av nok ressurser til de utøverne som har et høyt nasjonalt nivå.

Selv om det er mange ivrige frivillige som bidrar med mye, er det fremdeles en utfordring å fylle de posisjonene som må besettes for å ha en velfungerende klubb. Det er vanligvis ikke den store utfordringen å få nok folk til å stille på dugnad, mens utfordringen er å få med flere til å ta på seg ansvar for avvikling av arrangement eller andre oppgaver som krever mer enn å stille opp et visst antall timer. Med den positive utviklingen vi ser i antall medlemmer i de yngre årsklassene, mange foreldre som bidrar som trenere og en fin utvikling i antallet som tar dommerkurs må vi kunne håpe at dette vil bedre seg framover.

Sponsormarkedet har tatt seg opp noe, men klubben står fremdeles uten hovedsponsor. Dette er en utfordring og betyr at klubbens kostnader må i større grad enn tidligere dekkes av klubbens medlemmer. Vi har i 2019 hatt en markant økning i deltakere på våre mosjonsløp. Dette og en voldsom økning i antall medlemmer bedrer den økonomiske situasjonen. Samtidig har klubben påtatt seg større utgifter ved å gå fra en ansatt i 20% stilling til en 100% administrativ stilling. Dette var vi nødt til å gjøre for å avlaste frivillige og gi medlemmene et godt tilbud.

Fremover blir det viktig å forvalte ressursene klubben disponerer på en best mulig måte, samt å øke inntektene slik at vi på en god måte kan ivareta alle de aktive. Klubbens viktigste inntektskilde er medlemmene. Medlemstallet må opprettholdes.

Tross økonomiske utfordringer, er styret optimistisk med tanke på fremtiden sett i lys av den flotte rekrutteringen vi har hatt, økte antall deltagere på Mosvannsløpet og Siddisløpet og de gode sportslige resultatene.

Premiering

Styret har besluttet at det vil bli delt ut følgende premier:

Årsmøte premier:

Årets utøver:	Mathias Hove Johansen
Skjalg-jenten:	Nora Sofie Kvanvig – 4336 poeng*
Skjalg-gutten:	Andreas Nedrebø Nesse – 4046 poeng*

* Løp, Hopp, Kast + valgfrie øvelser (totalt 5 øvelser) for årsklassene 13-18 år.

Andreas Nedrebø Nesse

949+770+562+897+868=**4046**

100m(12,00), Tresteg (11,00), Kule 5kg(9,49), 200m(24,71), 300mh(44,66)

Nora Sofie Figved Kvanvig

969+754+820+959+834=**4336**

60mh(9,86), Lengde(4,08), Kule 3kg(8,22), 300mh(49,02), 400m(65,96)

Mathias Hove Johansen

100 m 10.39

Stavanger, 14. februar 2021

Steffan Hafnor Røstvig

Rune Hjelle

Heidi Tangen

Julianne Benny Volline Nessler

Gunnar Neset

Anneli Elisabeth Mikalsen

Simen Tjelta Larsen