



Ringerike o-lag

www.ringerike-o-lag.no

ÅRSPLAN 2013

HOVEDARBEIDSOPPGAVER FOR STYRET OG ARBEIDSUTVALGET

Norges orienteringsforbund har utpekt 2013 til rekrutteringsår. ROL vil følge opp dette ved å ha fokus på rekruttering i 2013 med følgende **Hovedstrategier:**

1. ROL skal ha rekruttering som hovedsatsing i rekrutteringsåret 2013.
2. Alle utvalgene skal tenke rekruttering i sitt arbeid, og AU har et koordineringsansvar.
3. Vi skal holde fast ved en robust organisering av arbeidet der oppgavene deles på mange. (Vi må ikke slite ut ressurspersonene som allerede gjør en stor og god jobb med nye oppgaver, og nye ideer må ikke fortrenge velfungerende arbeid).
4. Vi skal videreføre stort aktivitetstilbud og gode tiltak og i størst mulig grad innarbeide nye tiltak og ideer i de eksisterende aktivitetene.
5. Barn og unge skal fortsatt være hovedmålgruppe, men vi skal arbeide for å rekruttere og gi tilbud til flere voksne også.
6. ROL skal støtte opp om andre idrettslag og medlemmer i ROL som tar initiativ til rekruttering og/eller trening i lokalmiljø. (Vi må erkjenne at ROL ikke makter å ha aktivt rekrutteringsarbeid i hele nedslagsfeltet vårt, og at reiseavstand til fellesaktiviteter er en barriere for mange).
7. Bedre og målretta informasjon om tilbudene våre, - samarbeid informasjonsutvalget og rekruttering-trening, arrangement og tur-o. Jf at vi allerede har stort aktivitetstilbud som "tåler" flere deltakere.

Norges idrettsforbund har vedtatt ny lovnorm for idrettslag. Styret vil legge fram forslag til ny lov for ROL i samsvar med lovnormen på neste årsmøte.

ARBEIDSUTVALGET

AU har et særlig ansvar for økonomi-oppfølging, for kontakt med o-kretsen og kommunene, for å avgi høringsuttalelser i saker som vedrører o-idretten og våre kartområder, for medlemsregister og for aktuell rapportering. AU har et ansvar for å koordinere aktivitet mellom utvalgene, eksempelvis arbeidet med skolekart og nærkart der både kartutvalget og rekrutt- og treningsutvalget er involvert.

AU vil:

- ha hovedfokus på oppfølging av hovedstrategiene for rekrutteringsåret
- arrangere oppstartsmøte for alle tillitsvalgte etter årsmøtet
- ha særlig fokus på økonomistyring og arbeid for økte inntekter i samsvar med aktivitetsøkning
- følge opp klubbens sponsoravtaler,
- samarbeide med informasjonsutvalget om dekking av o-idretten i Ringerikes Blad

REKRUTT- og TRENINGSUTVALGET

Mål

Oppretthold rekruttgruppe (-13 år), ungdomsgruppe (13-16 år) og juniorgruppe (17 – år) som har hver sin hovedansvarlige leder/trener.

Ungdom og juniorer som ønsker det, skal få opplegg og veiledning for å nå sine mål. En hovedtrening i uka for hele klubben med i snitt minst 30 deltakere, og av disse ca 10 rekrutter

Minst 10 deltagere på O-troll-leir

Arrangere skolesprint ved minst 4 skoler

Få minst 5 nye rekrutter med på o-løp

Minst 7 løpere på o-landsleiren

Treningsopplegg spesielt lagt opp med trening for Hovedløp og Tiomila.

Bevisstgjøre juniorene ansvar for egen trening.

Opprettholde antall løpere i juniorgruppa (utenom flytting), og med minst 12

juniorløpere som deltar på løp på krets nivå, og 8 i Norges-cup

Stille minst 3 lag i junior-NM stafett

1 premieplass i junior-NM stafett og 2 i junior individuelt mellomdistanse.

Øke løpsdeltakelsen til minst 1.750 starter

Delta med 1 herre-, 1 dame- og minst 2 ungdomslag i Tio-mila

Ha minst 50 deltakere på klubbmesterskap og KM langdistanse

Gjennomføre vennesamling en helg i vårsemesteret.

Sende egen invitasjon til tidligere rekrutter, til ny trening.

Gjennomføre nybegynneropplæring, med fokus på å aktivisere også de voksne som følger.

Lage opplegg som skolene kan benytte til orienteringsopplæring.

Barmark helgesamling for junior og ungdomsgruppa, gjennomføres i Vestfold.

Gjennomføre en sosial aktivitet (felles løp, eller annet arrangement hver måned).

Totalt oppnå 4 premieplasser på sprint- og langdistanse på Hovedløpet.

Aktiviteter

Vintertrening for hele klubben hver uke fra Ullerål med differensiert opplegg for gruppene
Sommertrening for hele klubben, men med differensierte opplegg for gruppene
Minst en sosial aktivitet i måneden for rekruttgruppa
Fortsette å arrangere skolesprint på minst 4 skoler.
Arrangere Finnfram-dagen sammen med Ringblad
Arrangere minst ett nybegynnerkurs
Spesialtrening/samling i forkant av hovedløp/o-landsleir for ungdomsgruppa
Utarbeide treningsprogram og gi veiledning til ungdom og juniorer som ønsker det
Ytterligere treningsdager med bl.a. intervall, langturer og o-teknisk trening for junior- og ungdomsgruppa, der klubbens voksne løpere også er velkomne
Arrangere treningsamling en helg for D/H 13- tidlig i sesongen.
Utvalget vil fortsette arbeidet med å få utarbeide flere skolegårdskart/skolekart i samarbeid med kartutvalget.
Løpende arbeid med hjelp til påmelding, uttak av lag til stafetter og statistikkføring vil bli fulgt opp
Gjennomføre sommer o-skole i en uke i skoleferien.

ARRANGEMENTSUTVALGET

ROL skal arrangere Tyrinatta, Ringerike 2-dagers, 7-karuselløp og Klubbmesterskap i 2013.

Tyrinatta arrangeres på Mosmoen på Jevnaker med Ellen Grønlund som løpsleder og Anders Beyer Brattli som løypelegger.

Ringerike 2-dagers med innlagt KM mellomdistanse og langdistanse arrangeres på Eggemoen med Morten Dåsnes som løpsleder og Lars Fjeldstad og Trine Disch Kihle/Kristian Kihle som løypeleggere.

Det skal arbeides for fornying av tidtakingsopplegg i Ringerikskarusellen.

Materiell skal fornyes og suppleres etter behov, rutiner for ettersyn lager etableres og vareopptelling foretas ved årsslutt 2013.

Det skal sendes informasjon til kommunene, viltneimnd og grunneierorganisasjoner i samsvar med NOFs regler om kartarbeid, tur-orientering og løpsarrangement.

KARTUTVALGET

Kartprosjekter

Hovedkartprosjekt - Eggemoen

Leif Roger Hultgren har kommet godt i gang med prosjektet, og arbeidet med synfaring er godt over halvferdig. Slutføring av kartprosjektet skjer våren/forsommeren 2013. Med laserdata som grunnlag, blir kvaliteten på det nye kartet vesentlig forbedret, noe som spesielt gir seg utslag i Vågårdsåsen.

Nærkart / skolegårdskart

Følgende nærkart/skolegårdskart er ferdig synfart og planlegges reinteigna/klargjort i løpet av første kvartal i 2013. Synfarerne innkalles til korrektur/oppretting i løpet av vinteren:

- Eikli skole
- Schongstangen
- Veien skole
- Veienmarka ungdomsskole

Vik

Synfaring vil fortsette i 2013, og en tar sikte på reintegning/slutføring i løpet av 2013.

Nye skolegårdskart som prioriteres i 2013

- Sundvollen oppvekstsenter
- Toso skole
- Jevnaker skole
- Bergerbakken skole eller Kirkeskolen

Øvrige kartprosjekt som foreslås i 2013

- Moesmoen – resynfaring til Tyrinatta 2013
- Utsnitt Ringkollen resynfaring – Ringeriksløpet 2014
- Sprintkart Schongstangen og nordover

Damtjern – Løvli

I utgangspunktet er kartet tenkt slutført våren/forsommeren 2014 til Ringerike 2 dagers. Modum OL skal arrangere O-festivalen i 2014, og vi har fått foreløpige signaler på at Modum OL neppe ønsker å arrangere både O-festivalen og Modum 2 dagers på samme år. Siden Ringerike 2 dagers og Modum 2 dagers går hvert annet år, vil det kunne åpne for at Ringerike 2 dagers kan arrangeres også i 2014 hvis vi ønsker og har mulighet, og at eventuelt Modum arrangerer i 2015? Damtjern – Løvli kan i så fall være et aktuelt område, siden grunnlaget foreligger og er klart for igangsetting.

Andre prosjekter:

Opplæring

Vi skal stimulere og undervise interesserte ungdommer til synfaring / reintegning av vanlige o-kart og skolegårdskart. Arbeidet og erfaringene fra 2012 videreføres i 2013.

Videreutvikling av Route Gadget

Kartutvalget vil undersøke muligheten for å benytte Route Gadget ut over det vi gjør i dag.

Felles o-kart database

Kartdatabasen er etablert i 2012 og det tas sikte på tilgjengeliggjøring for de tre klubbene Viul OK, Fossekallen IL og Ringerike O-lag i 2013. Leif Roger Hultgren er ansvarlig for etableringen.

Ocad-filer

Jobbe videre med å finne sikrere lagringsplass for originale kartdatafiler. Kan ses i sammenheng med felles O-kartdatabase.

TURORIENTERINGSUTVALGET

Det planlegges turorientering i hovedsak som tidligere. Vi legger imidlertid vekt på at 2013 er «**rekrutteringsåret**».

Vi setter ut 80 poster i 4 kartområder. Kartområdene er fordelt på nær-og fjernområder, de dekker kommunene Ringerike og Hole og Jevnaker. Vanskelighetsgrad både for den erfarne turoløper og for nybegynnere og barn.

Kartområdene er Ringkollen, Oppenåsen, Hovsmarka og Bergermoen.

Det er ferdigtrykte poster på kartene.

VDG kontakt og leder for kartutvalg **informeres** om kartvalgene, samt Fossekallen.

Markedsføring av ROLs turorientering er basert på oppdateringer på ROLs nettside, Orientering.no, ut.no, Ringerikes Blad annonsering og vinnere av månedens post. Samt Trollposten. Vi tenker å lage et infoskriv som kan legges på parkerte biler ved mosjonsløp og eks på Eggemoen.

Det vil bli profilert **kulturminne** poster der det er naturlig.

Salg av tur-o konvolutter på samme utsalgsstedet som 2012, samt O-løp, distriktets null-løp og løssalg på arbeidsplasser som Kartverket og Spenncon og Ringerike sykehus.

Utsalgssteder annonseres på nettsiden.

Utsalgsstedet City sport vurderer om de vil fortsette utvalg, da kontanter fra konvoluttsalget er blitt borte.

Postpåtrykking vil foregå på Menova.

Folderen inneholder deltakerinfo, månedens poster, områdebeskrivelse, klippekort, info om O-laget, naturvett, lynkurs i kart og kompass, poeng og merkekrav og adelskalender.

Det investeres i **nye «kasser»** som tur-o konvoluttene ligger i på utsalgsstedet.

Kartområdene, med lett gjenkjennelig område navn, skal komme tydelig frem på kassen.

Prisen for tur-o konvolutten kan evt. oppjusteres.

DUGNADSUTVALGET

Berammede dugnader i 2013:

16. Februar 2013	Grenaderløpet. ROL har ansvar for matstasjonen på Løvli i forbindelse med gjennomføring av Grenaderløpet. Dugnaden krever 12 funksjonærer. Forventet inntekt kr. 35 000,-
Mai 2013	Rydding av stier i Hole kommune. Oppdrag for Hole kommune. Utføres av ungdomsgruppa med foreldre. Forventet inntekt kr. 5000,-
17. August 2013	Ringeriksmaraton. ROL er teknisk arrangør. Arrangementet krever ca. 60 funksjonærer. Forventet inntekt kr. 70 000,-
Oktober 2013	Eggemomila. Terrengløp arrangeres av ROL på Eggemoen. Krever ca. 20 funksjonærer. Forventet inntekt kr. 20 000,-
26. Desember 2013	Ribbemarsjen. Turmarsj som arrangeres av ROL 2.juledag. Krever 8 funksjonærer. Forventet inntekt kr. 30 000,-

Dugnadsutvalget er forberedt på andre dugnader kan dukke opp.

UNGDOMSUTVALGET

De to valgte representantene vil ha plass i treningsutvalget og styret, og ha som oppgave å tale ungdommenes sak. Det legges opp til klubbkvelder der ungdommene kan drøfte opplegg og prioriteringer. Vi planlegger å gjennomføre et sosialt arrangement enten en kveld eller en helg i løpet av 2013.

INFORMASJONSUTVALGET

- Teknisk og innholdsmessig vedlikehold av klubbens nettside.
- Utlegging av minst 150 notiser, nyheter og reportasjer på klubbens nettside.
- Bistå utvalgene med å få ut informasjon på klubbens nettside.
- Sørge for at sidene på klubbens nettside til enhver tid er oppdatert.
- Utgi et nummer av Trollposten, gis ut etter sesongslutt..
- Sammen med AU bidra til at ROLs aktivitet dekkes av Ringerikes Blad
- Bidra til å markedsføre ROLs tilbud i rekrutteringsåret 2013