

# Alta Idrettsforening



**06. mars 2024**

**Thon Hotell Alta**

**Årsberetning langrenn 2023**

**Vedlegg nr. 3**





## ALTA IF LANGRENN

### Protokoll årlig møte søndag 11. februar 2024

#### Sted: Kaiskuru nærmiljøsent

#### SAKSLISTE

1. Velkommen – bakgrunnen for denne organiseringen av årlig møte
2. Presentasjon av arbeidet som gjøres i styret i Alta IF Langrenn
3. Informasjon om Hovedlandsrennet.
4. Informasjon om NNM i Nordreisa.
5. Regnskap 2023.
6. Budsjett 2024.
7. Innkomne saker.
8. Valg.

**Til stede på årlig møte: 11 av våre medlemmer.**

Sak 1: Velkommen. Årets årlige møte er satt til siste dag under Altarenn. Dette fordi det har vist seg å gi bedre oppmøte.

**Vedtak årlig møte:** Innkallingen godkjent.

Styret: Anne Synnøve Birkely (arrangement), Jessica Suhr (økonomi), Daniel Strand (sport), Karen Abrahamsen (medlem), Sigurd Beldo (medlem) og Sven-Tore Nilsen (leder).

Utvalg under økonomi og arrangement (Evy Olsen og Roger Finjord).

Sak 2: Presentasjon av styrearbeidet. Styret møtes fast, siste eller nest siste søndag, hver måned i sesongen. Tar opp ordinære styresaker, som det jobber med fram til neste styremøtet. Det fordeles oppgaver blant alle medlemmene. Styret har i 2023 behandlet 72 saker.

Sak 3: Informasjon om Hovedlandsrennet. 1. – 3 mars 2024 på Gålå Idrettsanlegg 69 km (1 time) nord om Lillehammer. Info blir lagt ut i gruppene på face.

Vedtak sak 55/2023: Egenandel kr.1.000,-. Reduseres til kr.0,- ved salg av reklame på smørehenger.

**Espen Suhr**, smøresjef for Finnmark Skikrets informerte om reise, opphold og felles smøreopplegg under HL. Våre løpere er Kaja H. Helgesen, Sanne S. Suhr og Maria Mikkelsen. Kaj Helge Helgesen er med som smører.

Sak 4: Informasjon om NNM i Nordreisa. 12. – 14. april 2024. Det blir privat transport med overnatting på skole. Info blir lagt ut på face.

Vedtak sak 55/2023: Ingen egenandel for overnatting og mat på skolen. Transport dekkes av hver enkelt.

**Anne Synnøve Birkely** informerte om reise og opphold. Det vil bli forespurt Bul om felles smøreopplegg hvor smørevogna vår og smørevogna til Bul inngår. Espen Suhr sjekker med Bjørn Stenvold i Bul.

Sak 5: Regnskap 2023. Regnskapet 2023 viser et underskudd på kr.75.244,-. Likviditeten i gruppa er god. Vi har penger på bok.

Men vi er avhengige av gode samarbeidspartnere og arrangement for å kunne opprettholde våre aktiviteter.

**Vedtak årlig møte: Ingen merknader. Regnskap 2023 godkjent.**

Sak 6: Budsjett 2024. Styret har utarbeidet og levert inn, til hovedstyret, et budsjett med underskudd på kr.115.000,-. Det begrunnes med at 2023 ble et godt år med overskudd etter NM jr. i Alta.

Budsjettet er godkjent av hovedstyret med følgende kommentar:

«Langrenn

De har budsjettet med en omsetning på kr. 610.000,- og et underskudd på kr.115.000,- I vår klubbhåndbok for økonomi godkjent av HS juni 2020 står det ikke noe om at det ikke er lov til å budsjettere med underskudd og i NIF sitt reglement gjelder følgende: § 2-13. Budsjett (3) Budsjettet skal være realistisk, og resultatet skal ikke vise underskudd med mindre det dekkes av positiv egenkapital. Langrenn hadde pr. 31.12.22 en egenkapital på kr. 675.066,- og har en god likviditet (har på konto 11/1 kr.945.000,-). HS forstår langrenn sin situasjon og ønske om å prioritere aktivitet dette året. HS vil derfor godkjenne at Langrenn budsjetterer med underskudd for 2024.»

**Vedtak årlig møte: Ingen merknader. Budsjett 2024 godkjent.**

Sak 7: Innkomne saker. **Ingen innkomne saker.**

Orienteringssak om styrevedtak 21. januar 2024.

Sak 09/2024 Status møte, Klubbavtale Kautokeino Sport og Fritid As.

Evy og leder hadde møte 11. januar med Roger Karlsen og Ole Einar Hætta fra Kautokeino Sport og Fritid AS. (KSF). 18. januar kom det forslag til klubbavtale på ett (1) år med gunstige priser (30 %) på langrenns utstyr. KSF vil vurdere å støtte Alta IF langrenn med sponsormidler eller produktdonasjoner, etter gjensidig avtale.

Vedtak: Enstemmig at avtalen signeres.

**Avtalen er signert og inngått.**

Sak 8: Valg.

Følgende i styret er ikke på valg før i 2025: Leder: Sven-Tore Nilsen, Økonomi: Jessica Suhr og Sport: Daniel Strand.

På valg: Arrangement Anne Synnøve Birkely. Medlem: Sigurd Beldo og Karen Abrahamsen.

Markedsansvarlig: Utvalg under økonomi og arrangement: Evy Olsen og Roger Finjord.

Valgkomite: Knut Suhr.

Valgkomiteen: har bestått av Knut Suhr og han har gjort et godt arbeide. Anne Synnøve har takket ja til ett år som ansvarlig for arrangement og Sigurd Beldo har takket ja til ett nytt år som medlem.

Karen Abrahamsen tar ikke gjenvalg.

**Ingen andre forslag.**

**Vedtak på årlig møte: Enstemmig vedtatt.**

Som nytt medlem for to år er foreslått Simon Helsvig.

**Ingen andre forslag.**

**Vedtak på årlig møte: Enstemmig vedtatt.**

Markedsansvarlig utgikk i 2023 og inn kom Utvalg under økonomi og arrangement. De tar hånd om Hold Alta Rent, smørehenger og fremheving av samarbeidspartnere i sosiale medier og på arrangement. Samt oversikt over kontrakter som må reforhandles.

Dette ble gjort fordi Alta IF skal forhandle alle store avtaler på vegne av undergruppene. SoMe vil bli en oppgave som fordeles mer utover ungdommene. Utvalget kan bidra med litt veiledning.

Alta IF hovedstyret kom aldri i gang med å jobbe med de store avtalene for undergruppene.

Langrenn sitt utvalg under økonomi og Arrangement har nå jobbet i ett år og har gjort en god jobb. De ønsker nå å bli erstattet med et styremedlem med ansvar for marked.

Valgkomiteen har ikke klart å finne markedsansvarlig.

Ingen forslag mottatt.

**Vedtak: Styret gis fullmakt å konstituere et medlem fra styret som markedsansvarlig.**

Valgkomiteen har ikke funnet nye medlemmer til valgkomiteen.

**Forslag: Kom inn forslag på Espen Suhr og Kaj Helge Helgesen, begge takket nei. Ingen andre forslag.**

**Styret gis fullmakt til å finne ny valgkomite.**

**Andre saker som ble diskutert møtet:**

- Sponsor og markedsaktiviteter.
- Rekrutteringsarbeid.
- Nordlysbyen ski, utvide til også å gjelde 11 – 16 år?
- Vårt trenersamarbeidet med Bul og Tverrelvdalen IL i 2024. Hva har fungert og hva har ikke fungert.
- Felles samarbeid på arrangement med Bul og Tverrelvdalen for gjennomføring av Altarenet, TIL-rennet og Bul samlingen.
- Bæskades. Hva gjør vi med satsingen på arrangementet. Styret jobber med arrangementet og vil gjøre det som skal til for å gjennomføre Bæskades.

**Evaluering skisesong 2023/2024 gruppe 11-12 år Alta IF:Trenere:  
Arne Mortensen og Kaj Helge Helgesen**

**Positivt:**

- Oppstart 16.oktober med 16 stk i Spond-gruppa. Snitt på ca 8-12 stk på treninger, noe som er en solid økning fra tidligere. Pt 25 medlemmer i gruppa.
- Økt antall utøver som fortsetter fra gruppa under, antas at hospitering opp og forberedelse til denne gruppa har hatt positiv effekt på rekruttering.
- Ca 7 stk fra Alta IF som har deltatt på skirenn denne sesongen, økning i denne gruppa!
- Mer fokus på skiteknikk og introduksjon styrketrening (sirkeltrening), men fortsatt fokus på lek og lystbetont aktivitet (leker, ulike stafetter, ballspill mv)
- Aktiv bruk av Spond med utfyllende info om økt/treningsmål og planlegging av aktiviteter antas å ha hatt positiv effekt vs tidligere bruk av FB.
- Treningssamarbeid med BUL og Tverrelvdalen, etter gjentatte initiativ fra Alta IF. TV-dalen med frem til jul. Fortsatt samarbeid med BUL etter jul – fungerer bra og en fin avveksling for både utøver og trenere. Muligens noen aktiviteter med TV-dalen fremover.
- Fordeling av treninger mellom Alta og BUL, annenhver uke – god løsning?
- Invitering av foreldre på onsdagstreningene, både ute og inne. Positive tilbakemeldinger fra foreldre og utøvere.
- Kveldsmat viktig sosialt bidrag som etterspørres av utøverne

**Utfordringer:**

- Stort spenn i ferdighetsnivå – tilpasning av aktivitet og kontinuerlig fokus kreves
- Utstyrsnivå – minimumskrav til utstyr, eks skøyteski, stavlengde mv. Kanskje burde klubbene hatt en del komplette skipakker til utlåns? «Feil» utstyr fører til økte forskjeller i ferdighetsnivå. Kanskje kan klubbene bidra her?
- Lav involvering av foreldregruppe generelt i klubben, også i denne gruppa. Hvordan få inkludert foreldrene mer, spesielt de «nye» som ikke kjenner miljøet?
- Fortsatt fokus på å ufarliggjøre deltakelse i skirenn, fjerne barrierene for å stille opp i skirenn. Foreldreinvolvering sentralt, men hvordan?!

**Forslag «tiltak»:**

- 1-2 «samlinger» pr sesong. En barmarkssamling høst og en på vår/avslutning inkl sosial aktivitet som klubben dekker, evt med egenandel. Saariselkä-samling viktig oppstartssamling. Her bør klubben få til et felles opplegg med transport/overnatting uavhengig av kretsopplegg. Viktig sosialt møtepunkt for alle skiløpere i Finnmark!
- Felles klubbturn skirenn (eks Kautokeino-rennet u/overnatting), gjerne med buss (sosialt). Fra 8 år? Klubben dekker reiseutgifter, evt med mindre egenandel. Fokus på det sosiale og inkludere nye utøvere og foreldre i miljøet. Felles ansvar. Info og påmelding via Spond god tid i forveien. Publisering av «klubbturn» i alle kanaler.
- Betydelig rimeligere klubbklær til aldersgruppen 5-15 år. Kanskje burde alle som er registrert medlem i de minste gruppene få utdelt en klubbgenser, buff og hue uten kostnad. Fellesskapsfølelse, lag og sosialt + mer sponsoreffekt.
- Møtepunkter på tvers av klubber, kretser og fylkesgrenser. Eks samling med Skjervøy.

Foreldretiltak; fellesmøte høst (info om sesong, treninger og skirenn mv) og evt evaluering etter sesong? Foreldre inviteres med på noen treninger. Smørekvelder før

- skirenn etc. med enkel opplæring. Tilbakemeldinger til klubb og trenere er viktig og må etterspørres av foreldre i gruppa, eks evalueringsskjema fra klubben etter sesong.

- Positivt om vi i år også hadde fått juniorene i klubben til å stille som «trenere» en eller to økter, hvor de lager sitt opplegg for økta, evt i samråd med de faste trenerne. Dette vet vi slår ann fra tidligere erfaring!
- Fortsatt fokus på hospitering mot slutten av sesongen, både opp fra minste gruppe og videre opp til 13-14 år. Tar ned barrierer, ufarliggjør og utøverne blir kjent med hva de går til – dette har vi positive erfaringer med nå.
- I tillegg til hospitering kan samarbeid med gruppe 13-14 år vurderes på enkelte økter, eks felles oppvarming og aktiviteter som stafetter o.l.

## **Evalueringspunkter 23/24**

### **13-14 år**

#### **Gjennomføring:**

Treningssamarbeid med BUL og Tverrelvdalen. Totalt 12 utøvere i gruppa på spond. Oftest 4-8 på oppmøte.

Treninger 2 ganger i uka, mandag og onsdager fra oktober. Mandag kun trening ute, onsdager en time ute (med alt fra lek, intervaller til langkjøring med teknikk øvelser) og en time styrketrening og ballspill inne, kveldsmat fra januar inne på KNS.

Hva har vært bra, hva har vært mindre bra?

Treningene:

Det er positivt med klubb samarbeid. Uten dette hadde denne gruppa vært meget tynn. Fra i år gikk vi også fra å ha samlet 11-16 år i samme gruppe til å splitte opp i to års intervaller.

Dette gir en mer homogen gruppe, mindre forskjell i ferdighetsnivå.

På trenersiden har vi også delt ansvar mellom 3 trenere. (Simon, Atle og Daniel)

Vi bruker Spond som kommunikasjonskanal. Det har fungert godt.

#### **Neste sesong.**

Organisering

Videreføre klubb samarbeid.

Gjøre overgangen fra 12 år mest mulig myk ved å invitere 12 år på hospitering i gruppa på slutten av sesongen.

Det bør gjennomføre en sosial tur/samling på slutten av sesongen med både nye og gamle utøvere. Her må også foreldre delta (klubbsamarbeid)

#### **Trenere:**

Daniel Strand

Simon Helsvig

Atle Skjørestad

#### **Utøvere:**

Anna Kvammen Masvik

Casper Helgesen (tilhører egentlig 12 år)

Kristianne Bakken (TIL)

Magnus Finjord

Magnus Mortensen

Marie Eliassen (TIL)

Marie Olaussen (ASSL)

Patrik Lund Suhr

Pernille Holten (ASSL)

Reidun Skjørestad (BUL)

## Evaluering sesongen 23/24

torsdag 8. februar 2024

14:27

Treningsgruppe 15-16 år

Trener:	Espen Suhr	
Utøvere:	Maria Mikkelsen	16 år
	Mari Emaus Christoffersen - BUL	16 år
	Kaja Helgesen	15 år
	Sanne Sandberg Suhr	15 år

### Evaluering

Denne sesongen har vi samlet alle 4 jentene i Alta uavhengig av klubb i denne aldersgruppen i en treningsgruppe. Vi har valgt å kalle gruppen "15-16 år Treningsgruppe Langrenn i Alta". Sesongen startet i August, med Altasamlingen som første samling. Vi har hatt 2 faste treninger i uka i tillegg har vi hatt en eller annen form for langtur i helgene.

Så lenge det var mulig å gå på rulleski hadde vi en rulleski økt i uka i tillegg til en intervalløkt. Langturene har stort sett vært på bena, rulleski og sykkel. Etter at skisesongen startet har vi fortsatt med samme opplegg. På onsdagene har vi hatt felles intervalltrening med Nordlysbyen ski.

Det har vært meget godt oppmøte på trening og jentene har vist stor iver og har hatt fremgang både fysisk og teknisk. I all hovedsak har fokus vært effektivitet på trening, teknikk, hurtighet, spenst og å øke kapasiteten med en relativt liten treningsmengde.

Vi har deltatt på Altasamlingen, Kirkenessamlingen, Saariselkasamlingen, Dagsamlingen i Hammerfest og BUL samlinga. I tillegg arrangerte vi en samling i egen regi sammen med 15-16 åringene fra Øst Finnmark. Tilfeldigheten ville det slik at de fleste øktene ble gjort sammen med NB ski.

At vi har samlet alle utøverne i Alta uavhengig av klubb har vært en viktig suksessfaktor for miljøet og ikke minst for den sportslige utviklingen utøverne har hatt. Hva det endelige resultatet blir ser vi vel ikke før sesongen er over, men de holder stort sett nivået til juniorjentene i NB ski som gjør at gruppen ikke har noen utfordringer med å henge med på intervaller. Samarbeidet med NB ski har vært positivt for oss og for utøverne i NB ski.

Å være alene med treneransvaret er helt greit, det gjør at jentene må ta litt mer ansvar for egen trening i de perioder jeg har mye reising pga. jobb. Jeg opplever at de har endret seg fra å komme på trening for å bli trent til å komme på trening for å trene. Det bidrar til at de



gjennomfører gode økter selv når jeg ikke er til stede. Jeg er heldig som får lov til å være sammen med, og trene, en så flott gjeng med ungdommer.

**Vedlegg: Regnskap og budsjett.**

