



Sp.kl. Freidig – O-avdelingen
Årsmelding 2020
Vedtatt på årsmøtet 09.02.2021



1 ADMINISTRASJON

Tillitsverv (styremedlemmer er **uthevet**)

Leder: **Lars Owren**
Sekretær: **Stig Berge**
Kasserer: **Elvira Marie Bergheim**

Økonomiutvalg:

Leder: **Marta Gjestvang**
Kasserer: **Elvira Marie Bergheim**
Klubbdrakter: **Margot B. Lynum**

Teknisk utvalg:

Leder: **Mattis Holt**
Arrangementskoord.: **Jon Holstad**
Materialforvalter: **Heidi Midtun**
Utvalgsmedlem: **Helge Rustad**
Utvalgsmedlem: **Geir Owren**
Utvalgsmedlem: **Pål Kittilsen**

Kartutvalg:

Leder: **Tore Angell-Petersen**
Kartforvalter: **Kjetil Ulven**
VDG-kontakt: **Stig Berge**

Tur-o-utvalg:

Leder: **Simon Lund Eikrem**
Utvalgsmedlem: **Arild Heggset**
Utvalgsmedlem: **Hilde Kath. Overvik**
Utvalgsmedlem: **Svein Terje Kolstad**
Ass. medlem: **Tore Angell-Petersen**
Ass. medlem: **Stig Berge**

Sportslig utvalg:

Leder: **Tomas Eidsmo**
Ansv. Rekrutt (8-12): **Marit Albinson**
Trener 8 år: **Kjetil Krogh/Nina Dalsaune**
Trener 9 år: **Olle Malmring**
Trener 10 år: **Erik Aalde**
Trener 11 år: **Vegard Grønli**
Trener 12 år: **Vegard Grønli**
Ansv. Ungd. (13-16): **Pål Kittilsen**
Trener: **Jens Even Storhov**
Trener: **Mari Angell-Petersen**
Trener: **Jørgen Tegdan**
Trener: **Simon Lund Eikrem**
Ansv. RETT-I (17-): **Jørgen Fiskum**
Trener: **Gro S. Eidsmo**
Trener: **Bjørnar Lynum**
Skogslek (-7): **Eivind Olsen**
UK: **Vegard Grønli**
Johan Ivarsson
Gro S. Eidsmo

Miljøutvalg:

Leder: **Trude Forsbak**

WWW-redaktør:

Grete Berge Owren

Valgkomité:

Medlem: **Stig Folgerø**
Medlem: **Randi Lillealteren**
Medlem: **André Ekra**

Styret

Alle verv er på frivillig basis uten noen form for honorar. Det er avholdt 5 styremøter siden forrige årsmøte. Løpende saker har i stor grad vært behandlet via uformelle møter og e-post.

Representasjon

Tillitsverv O-forbundet: Geir Willumsen (medlem i parautvalget)

Tillitsverv O-kretsen: Pål Kittilsen (medlem i rekruttutvalget), Sigrid Melkild (revisor)

Repr. O-kretsens ting: Mattis Holt, Heidi Arnesen og Jørgen Fiskum.

2 ÅRET SOM GIKK – OVERSIKT OVER AKTIVITETEN

Avdelingen hadde ved siste årsskifte 390 medlemmer, en reduksjon på 25 fra året før. Reduksjonen er størst blant medlemmer under 20 år. Kjønnfordelingen er praktisk talt uendret, 171 damer og 219 herrer. Den aldersmessige fordelingen er:

Alder	0 - 5	6 - 12	13 - 19	20 - 25	26 -	Totalt
Menn	5	48	35	14	117	219
Kvinner	5	39	30	9	88	171
Totalt	10	87	65	23	205	390

Året 2020 har vært veldig preget av koronapandemien som har satt en stopper for mye av aktiviteten fra midt i mars. Dette kommer tydelig frem når vi ser på aktivitetsnivået i klubben. I Eventor ble det registrert 2061 individuelle påmeldinger fra Freidig, ned fra 2865 i fjor. I tillegg ble alle store stafetter og ferieløp i utlandet i 2020 avlyst eller utsatt. Her har vi tidligere år hatt mange startende fra Freidig. Den reduserte aktiviteten har bidratt til det store overskuddet vi sitter igjen med i det økonomiske resultatet for 2020.

Vi legger i Freidig betydelig vekt på å ha en sosial profil når vi deltar på større arrangement. På tross av strenge restriksjoner gjennom året, har vi likevel klart å gjennomføre enkelte sosiale turer. Ungdomsgruppa sin Østersundstur og rekruttgruppas høsttur ble erstattet med en helg i Røros. Der deltok 42 av våre barn og ungdommer samt mange ledere og foreldre. Vi hadde også 22 startende på hver distanse i Hovedløpet og på O-landsleiren.

Når det gjelder ferieløp ble utenlandsturene for mange erstattet med en tur til Oppdal 2-dagers, der vi i Freidig strakk oss langt for å legge til rette for et koronatilpasset arrangement. Hele 400 o-løpere stilte på hver av dagene. I overkant av 100 av disse var fra Freidig. Senere på sommeren tok ca 50 av våre løpere turen til Vestlandet for å delta i Fjord-o i fire dager.

For eliteløperne våre ble NM på hjemmebane et høydepunkt. Her stilte Freidig som arrangørklubb sammen med Wing og Malvik. Også her tilpasset vi oss kononarestriksjoner mesterlig, og fikk gode skussmål for et meget godt arrangement. Sportslig sett sto våre 20-talls deltagere for Freidighistoriens beste resultater i en NM-uke, med Mari, Mats og Håvard Eidsmo, Vegard Kittilsen og Mikkel Holt i spissen.

3 ØKONOMI OG REGNSKAP

O-avdelingens økonomiutvalg har ansvar for økonomistyringen i avdelingen, herunder budsjett, regnskap, inntektsgivende tiltak og organisering av klubbdrakter. Utvalget består av fire medlemmer, hvorav kasserer er ett av medlemmene.

Inntektssiden har 2020 gått bedre enn budsjettet og utgiftene i forbindelse med løp og samlinger har vært lavere på grunn av færre arrangerte løp og reiserestriksjoner.

Driftsregnskapet ble budsjettet med et underskudd på 74 000, og resultatet gikk 380 000 i pluss. Det er følgende å bemerke til regnskapet:

- Høyre dugnadsinntekter, hele 330 000 og 190 000 mer enn budsjettet. Parkeringsvakt dugnaden i Fjellseterveien gav et stort bidrag her.
- Tur-orientering har hatt rekordsalg og salgsinntektene har bidratt med 430 000
- Inntekter fra egne arrangement har gitt 168 000 i kassa
- Grasrotandel og bingo har bidratt med 152 000
- Reiseaktivitet på løp og samlinger har vært lavere på grunn av restriksjonene. Det påvirker både inntektene i form av egenandeler men også utgiftsposten for reiser og samlinger, som har vært halvparten av budsjettet.
- På grunn av gode inntekter gikk budsjettet i pluss med omtrent 380 000

På dugnadsfronten så har det vært mindre aktivitet enn vanlig i 2020 da Tordenskioldsløpet ble avlyst. Men vi har hatt en godt betalt parkerings-vakt dugnad på Henriksåsen som ble forlenget til påske, samt teknisk ansvar for gjennomføring av Nyttårsløpet som også ga noe inntekter.

I 2020 har vi hatt to sponsorkontrakter med PwC og Vianova, tilsammen kr 25 000. Avtalen med Vianova ble fornyet ved inngangen til 2020, og avtalen med PwC fornyet i desember. Begge med varighet på 2 år. På grunn av økonomisk situasjonen samfunnet har vært i det siste året har det ikke vært utført andre henvendelser til nye sponsorer utover en loddtrekning vi dessverre ikke vant i år heller. Det bør gjøres en ny runde med forespørsel i 2020.

4 TEKNISK UTVALG

Egne arrangement

O-avdelingen har i 2020 stått som arrangør av 8 løpsarrangement. Det er fortsatt litt krevende å få personer til å ta roller som hovedfunksjonærer, men gledelig mange har trofast og ivrig stilt opp som arrangør når det har blitt etterspurt. En stor takk til alle dere som har stilt opp og bidratt til gjennomføringen av arrangementene i et spesielt år.

Dessverre rakk Covid-19-situasjonen å sette preg på løpene tidlig i sesongen og både Tordenskioldløpet og KM Stafett ble avlyst som følge av de gjeldende restriksjonene. Utover det er det gledelig at vi har vært i stand til å gjennomføre alle øvrige løp på en smittevennlig måte.

Oppdal 2-dagers ble videreført med voldsom suksess i år - nesten 400 deltakere deltok på de to løpene på Oppdal like etter at de strengeste Covid-tiltakene ble lempet. Arrangementet ble gjennomført som to løp begge dager for å overholde de gjeldende begrensninger på maks 200 deltakere. Arrangementet for øvrig ble som i fjor gjort så enkelt som mulig. Det er tydelig at det ikke påvirker deltakerantallet og at mange setter pris på å muligheten til å løpe i det spennende Oppdals-terrenget.

Årets Jaktprøven ble som året før arrangert som poeng-ø istedet for den tradisjonelle 5-manns stafetten. Nytt av året var at Jaktprøven ble arrangert som et nattløp på en ukedag og inngikk som en del av NTNUIs Kaffekoppcup (KKC). Dette økte deltakerantallet fra fjoråret vesentlig blant annet gjennom stor deltakelse av studenter.

En nyvinning i 2020 var Freidigs involvering i Nyttårsløpet. Nyttårsløpet er et tradisjonsrikt gateløp i Trondheim som i 2020 ble arrangert for 52. gang. I anledning årets arrangement ble Freidig spurt om å bistå med teknisk kompetanse på tidtaking for å se om dette løpet kunne være interessant å ta over i sin helhet på sikt. Tradisjonelt arrangeres løpet som en omvendt jaktstart over 10 km der deltakerne melder seg på med sin forventede tid på distansen. Som følge av Covid-restriksjoner måtte arrangementet strekkes noe i tid i år, men fikk likevel en vesentlig økning i deltakere fra 65 i 2019 til 171 i 2020. Freidig vil også være involvert i neste års arrangement - da sannsynligvis i større grad enn i 2020. Løpet gir en meget god dugnadsinntekt til klubben.

Arild har skrevet en egen oppsummering av NM-uka i påfølgende avsnitt.

Dato	Arrangement	Sted	Løpsleder/Ansvarlig	Løypelegger	Delt.
12/5	Tordenskioldløpet	Lade	Jens Even Storhov	Ansv. O-avd: Helge Rustad og Andreas Sylte	Avlyst
20/5	Ungdomsløp	Iladalen	Grete Berge Owren	Mats Eidsmo Kristian Fredrik Lynum	90
24/5	Freidigstafetten / KM Stafett	Skogly	N/A	N/A	Avlyst
20/6	Oppdal 2-dagers	Oppdal	Vegard Grønli	Johan Ivarsson	381
21/6	Oppdal 2-dagers	Oppdal	Vegard Grønli	Johan Ivarsson	372
24/6	Klubbmesterskap	Storsvingen	Stig Berge	Magnus Landstad	93
10/9- 13/9	NM-Uka	Mostadmarka	I hovedkomiteen: Arild Holm Clausen og Stig Berge	Fra Freidig: Stig Magnar Løvås og Jørgen Tegdan	-
29/9	Jaktprøven	BSK-hytta	Heidi Arnesen	Torunn Spets Storhov	127
31/12	Nyttårsløpet	Øya	Nyttårsløpet	Ansv. O-avd: Helge Rustad og Mattis Holt	171

Pål Kittilsen og Helge Rustad har tatt de tyngste løftene innenfor tidtaking og drift/vedlikehold/utvikling av vårt tidtakings- og IT-utstyr, og de har parallelt med forberedelser til NM-uka i 2020 drevet test av utstyr og utvikling av eksisterende og ny programvare.

NM-Uka i Mostadmarka

Freidig, Malvik og Wing var vertskap for NM i orientering 10. – 13. september. Mesterskapet ble arrangert i Mostadmarka. De to første konkurransedagene foregikk på Freidigs kart «Mostadmarka sør», mens Malvik-kartet «Venna» ble benyttet de to siste dagene.

Mesterskapet var meget vellykket. Deltagerantallet var på samme nivå som i de foregående sesongene. Den tekniske gjennomføringen fungerte bra. Samarbeidet mellom de tre arrangørklubbene var også utmerket. Klubbene gikk inn med hver sin andel på ca 1/3 av nødvendige personellressurser både når det gjaldt nøkkelfunksjonærer og menig mannskap. Regnskapstallene viser at NM gikk med et overskudd på drøyt kr 700 000, som fordeles likt mellom de tre klubbene. Kartarbeidet var ikke en del av NM-regnskapet. Arrangementet kjøpte i stedet kart av de to kartklubbene. Freidigs erfaring med å arrangere NM 2020 i samarbeid med Wing og Malvik er utelukkende positiv.

I likhet med all annen orienteringsaktivitet i 2020 var NM preget av Covid-19 – pandemien og de til enhver tid gjeldende smittevernstiltak. Oppblomstring av smitte på sensommeren ga oss noe strengere føringer i september enn hva vi hadde håpet. Vi måtte begrense antall personer på arena til 200. Tidsskjema ble derfor strukket litt ut på tre av løpene. Videre måtte vi avlyse banketten, vi kunne ikke ha publikum på arena, og publikumsløpet ble det heller ikke noe av. Den sportslige gjennomføringen av NM var imidlertid svært lite påvirket. Vi fikk mange gode tilbakemeldinger fra tilreisende deltagere og ledere. Det er liten tvil om at NM var årets høydepunkt for svært mange norske o-løpere, og det var spesielt morsomt med stor sportslig suksess for Freidig.

De tre arrangørklubbene er svært godt fornøyd med og også lettet over at vi leverte et tilnærmet prikkfritt NM i en meget spesiell sesong.

Teknisk utstyr

Kun mindre innkjøp av forbruksmateriell til arrangementene våre i år, og ikke oppdatering av EKT-utstyr. En del postskjermer er satt i sirkulasjon ifbm. våre arrangementer for å erstatte etter hvert svært utslitte skjermer. I tillegg har det vært kjøpt inn en del utstyr for å kunne overholde smittevernregler på våre arrangementer.

Det ble i 2020 søkt til Gjensidigestiftelsen om støtte til kjøp av en tilhenger til oppbevaring av utstyr som et supplement til boden på Fjellseter. En slik tilhenger vil dessuten senke terskelen for å arrangere løp da alt nødvendig materiell for gjennomføring enkelt oppbevares og fraktes med hengeren. Støtten ble ikke innvilget og styret vurderer om klubben skal gå videre med anskaffelse av henger på egen regning.

Annet

Oppfordrer fortsatt de som har ideer til forbedringer av innhold og layout på våre websider til å ta kontakt!

5 SPORTSLIG AKTIVITET OG INNSATS



Selv om 2020 kanskje vil huskes best for koronapandemi og en rekke avlyste o-løp, så ble det sportslig sett et historisk godt år for Freidig.

For første gang i historien fikk vi en individuell senior norgesmester i herreklassen da Håvard Sandstad Eidsmo vant NM-gull på mellomdistansen og for det også ble belønnet med Kongepokalen. Dagen etter løp Håvard på nytt inn til en historisk gullmedalje da han med Mats Eidsmo og Vegard Kittilsen på laget tok klubbens første stafettgull for herrer.



I tillegg til disse to gullmedaljene fikk vi tre andre individuelle norgesmestere i løpet av sesongen. Mikkel Holt vant gull på NM mellomdistansen i H17-18, Vegard Kittilsen vant gull på NM mellomdistanse i H19-20 og Mats Eidsmo vant gull på NM knockoutsprint i H19-20. I tillegg til de fire gullmedaljene vi fikk

under NM-uka i Mostadmarka ble det et nytt NM-gull på Simen Spets Storhov, Vegard Kittilsen og Mats Eidsmo da de helga etter vant NM junior stafett i Bergen.

Under Hovedløpet for yngre vant Kristoffer Strømdal Wik langdistansen i H15. Så til sammen kan altså herrene i Freidig vise til fem forskjellige individuelle vinnere i nasjonale mesterskap i 2020, en eksepsjonell innsats.

Også jentene i klubben markerte seg med to bronsemedaljer til Mari Eidsmo på NM ultralang og NM langdistanse. Sammen med Mathea Spets Storhov og Ane Malene Kolstad ble de unge jentene på 16, 17 og 17 år nummer 6 under NM junior stafett. Og under hovedløpet nord for Oslo knallet Nora Halvorsen til med sølvmedalje i D14 under sprinten.

I tillegg til at Freidig dominerte norsk herreorientering i 2020, så viste vi nok en gang en stor bredde og var største juniorklubb på en rekke løp i sesongen som gikk. Vi var også største klubb på Hovedløpet for ungdommer.

Årets sportslige høydepunkter som bør trekkes fram spesielt er:

- NM seniorklasser
 - 1. plass til Håvard Sandstad Eidsmo, NM mellomdistanse
 - 1. plass NM stafett for herrer
 - 3. plass til Håvard Sandstad Eidsmo, NM sprint
 - 6. plass til Håvard Sandstad Eidsmo, NM knockoutsprint
 - 7. Plass til Hanne Sandstad, NM langdistanse
 - 10. plass til Håvard Sandstad Eidsmo, NM langdistanse

- NM juniorklasser
 - 1. plass til Mikkel Holt, H17-18, NM mellomdistanse
 - 1. plass til Vegard Kittilsen, H19-20, NM mellomdistanse
 - 1. plass til Mats Eidsmo, H19-20, NM knockoutsprint
 - 1. plass, NM stafett junior for herrer
 - 2. plass til Mats Eidsmo, H19-20, NM mellomdistanse
 - 3. plass til Mats Eidsmo, H19-20, NM ultralang
 - 3. plass til Mari Eidsmo, D17-18, NM ultralang
 - 3. plass til Mats Eidsmo, H19-20, NM langdistanse
 - 3. plass til Mari Eidsmo, D17-18, NM langdistanse
 - 4. plass til Vegard Kittilsen, H19-20, NM langdistanse
 - 4. plass til Mats Eidsmo, H19-20, NM sprint
 - 4. plass til Mikkel Holt, H17-18, NM knockoutsprint
 - 6. plass til Mikkel Holt, H17-18, NM sprint
 - 6. plass, NM stafett junior for damer
 - 7. plass til Jonas Grønli, H19-20, NM knockoutsprint
 - 8. plass til Jonas Grønli, H19-20, NM mellomdistanse
 - 8. plass til Mari Eidsmo, D17-18, NM sprint
 - 9. plass til Simen Spets Storhov, H19-20, NM langdistanse
 - 9. plass til Simen Spets Storhov, H19-20, NM mellomdistanse
 - 9. plass til Vegard Kittilsen, H19-20, NM sprint
 - 10. plass til Jonas Grønli, H19-20, NM ultralang
 - 10. plass til Jonas Grønli, H19-20, NM sprint

- Hovedløpet og O-Idol
 - 1. plass til Kristoffer Strømdal Wik, H15, langdistanse
 - 2. plass til Nora Halvorsen, D14, sprint
 - 4. plass til Mathea Spets Storhov, D16, sprint
 - 4. plass til Tristan Halvorsen, H15, sprint
 - 5. plass til Tristan Halvorsen, H15, langdistanse
 - 5. plass til Kristoffer Strømdal Wik, H15, sprint
 - 6. plass til Nora Halvorsen, D14, langdistanse
 - 6. plass til Anna Aurora Nolte, D16, sprint
 - 7. plass til Mathea Spets Storhov, D16, langdistanse
 - 9. plass til Vegard Lereim Storli, H15, sprint
 - 9. plass til Una Kittilsen, D15, sprint
 - 10. plass til Juni Hagelid Norheim, D14, langdistanse
 - 10. plass til Maria Strømdal Wik, D15, sprint

Mats Eidsmo vant norgescupen sammenlagt i H19-20. I Norgescupen sammenlagt ble Håvard Sandstad Eidsmo nummer 5 i H21, i U23-cupen ble han nummer 3. Håvard vant også Sprintliga 2020 sammenlagt.

6 TRENING, INSTRUKSJON, SAMLINGER OG LØP

Klubbtreninger

Gjennom vinteren fra oktober til mars var o-avdelingens treningsopplegg fordelt på tre økter: Mandager løpetrening og styrke fra Nyborg skole, fredager intervall i Ranheimshallen og langtur på lørdager. Treningene var i hovedsak rettet mot aldersgruppen 13+.

Fra april til oktober har det vært arrangert treninger for gruppene rekrutt, ungdom og junior/senior. Rekruttene har hatt treninger på onsdager med BSK-hytta som utgangspunkt. Ungdommene og juniorene har gjennomført to treninger per uke. Mandager løpetrening og o-teknisk trening onsdager på forskjellige kart i og rundt Trondheim.

Tilbudet om skogslek for aldersgruppen 4-7 år har blitt videreført i 2020. Denne aktiviteten ble gjennomført i området rundt BSK-hytta samtidig med rekrutttreningene på onsdagene.

Selv om noen treninger har blitt innstilt på grunn av koronapandemien, har dyktige, dedikerte og oppfinnsomme trenere greid å holde aktivitetsnivået oppe og sørget for at det stort sett har vært tilbud om treninger og en sosial arena for både de yngste og eldste barna.

Se også under respektive gruppe om aktivitet, treninger og samlinger.

Skogslek (alder 4–7 år)

Skogslek er en aktivitet for barn i alderen fire til syv år. Ansvarlig har vært Eivind Olsen. Treningene har blitt gjennomført samtidig som rekrutttreningene ved BSK-hytta på onsdager. Fokuset på treningene har vært lek med innslag av diverse orienteringsmoment. Vi har introdusert deltakerne i kartets farger og karttegn. Deltakerne blir gjennom aktivitetene i skog og mark vant med å bevege seg i skog og mark. Ved en del av treningene har vi gjennomført et opplegg med småtrolløype.

Rekruttgruppa (8–12 år)

Sesongen 2020 ble et annerledes år også for rekrutt gruppa. Pga. koronasituasjonen måtte vi endre og tilpasse opplegget i forbindelse med sesongstart. I stedet for faste treninger på BSK hytta hver onsdag, tilbydde vi “ukens løype”. For å gjøre det enklere å delta, hang vi opp en postkasse med ferdig printede kart ved start. I tillegg var det mulig å delta på “månedens jakt” som vi i år hang ut tidligere enn normalt. Vi reklamerte også ekstra for Freidig sin tur-orientering, og da særlig mini-tur-o.

Vi gjennomførte første ordinære trening fra BSK hytta 13. mai, og opplevde rekordhøy deltakelse (60 rekrutter, hvorav 18 fra den yngste gruppa).

Gjennom sesongen har vi hatt en fin gjeng med rekrutter som med stor iver har deltatt både på treninger og løp. Spesielt hyggelig er det at rekrutteringen blant de minste har vært god, og at det også har kommet til nye rekrutter i de eldre gruppene. Gruppen født 2008 har hele tiden vært liten, og mot slutten av fjorårssesongen slo vi denne gruppen sammen med 2009 på trening slik at barna skulle få et større miljø. Denne ordningen har vi videreført i år.

Antall deltakere på rekrutt treningene har ligget på tilsvarende nivå som i fjor. I 2020 har 91 barn (89 i 2019) mellom 8 og 12 år vært inntatt rekrutt trening minst én gang. Enda mer gledelig er det at gjennomsnittlig antall deltakere på treningene har vært over 50, noe som er det høyeste siden 2015. Se tabell under for ytterligere statistikk.

Sesong	Antall unike løpere	Antall deltatt minst fire ganger på trening					Antall deltatt minst ett u-løp
		12 år	11 år	10 år	9 år	8 år	
2020	91	2	20	15	15	16	41
2019	89	7	4	20	17	19	69
2018	64	12	14	5	20	17	93
2017	78	17	12	15	5	15	87

Alle treninger har hatt utgangspunkt fra BSK-hytta klokka 18.00 på onsdager. Vi har arrangert 13 treninger. Barna har vært delt inn i grupper etter årsklasse, med én trener og én til to assistenter på hver gruppe. I tillegg har flere foreldre vært faste hjelpere. Normalt har både klubbmesterskap og Freidig sitt ungdomsløp erstattet ordinære treninger, men disse to arrangementene falt i år ikke på onsdag. Grete Berge Owren har tradisjonen tro gjennomført nybegynnerkurs for rekrutt foreldrene over to kvelder i september med god deltakelse.

Lavvoleiren ble i år avlyst som følge av koronasituasjonen.

Høstsamling for 10-12 åringene ble erstattet med kretsen sin samling på Røros inkl. deltakelse på o-løp på Røros og Os. Her deltok hele 20 barn (mot 17 barn på fjorårets høstsamling på Oppdal) og 5 trenere. I tillegg deltok mange foreldre. Samlingen ble en stor suksess med vekt på både orientering, andre aktiviteter og sosialt samvær.

Totalt 41 ulike Freidig-rekrutter i alderen 8-12 år har gjennom sesongen deltatt på kretsens ungdomsløp. På grunn av korona ble Freidig sitt ungdomsløp forbeholdt de eldste rekruttene, noe som sannsynligvis forklarer at vi i år ser en nedgang i antall startende rekrutter på ungdomsløp. Vi har som ambisjon å øke deltakelsen på løp, og vil jobbe aktivt med dette fremover.

Også i år hadde rekruttene ekstratilbudet «Postjakta». Dette er et tiltak for å få flere rekrutter ut i o-løypa også utenom treningsdagene. Med Postjakta ønsker vi også å involvere hele familien i o-aktivitet. Vi har brukt deler av Tur-o-opplegget i tillegg til at vi setter ut et nytt opplegg hver måned (april/mai, juni, august og september) i ulike nærterreng. Rekruttene som oppfyller kravet om et visst antall opplegg, blir premiert på sesongens avslutningskveld. Vi solgte også i år mange tur-o-konvolutter (22 stk.) og rekrutt pakker med kompass og brikke (23 stk.). Rekruttene fikk en litt redusert pris på tur-o-konvoluttene og betalte 250 kr i stedet for 325 kr.

Det har de siste årene gått fint å skaffe nok trenere og assistenter. Flere foreldre som ikke har egen bakgrunn som o-løpere engasjerer seg, noe vi er svært glade for. Samtidig ønsker vi i enda større grad å engasjere flere foreldre, og særlig de som ikke selv har drevet aktivt med orientering. Videre er det svært gledelig at antallet barn i gjennomsnitt på hver trening holder seg stabilt, og at vi de siste to årene har hatt det høyeste antallet deltakere siden 2015.

Ungdomsgruppa (13–16 år)

Generelt

Vi har en fin, inkluderende og aktiv gruppe ungdommer som trives godt med hverandre og med orientering som aktivitet. Totalt har 28 ungdommer vært innom minst en trening, og av disse var 27 med på tre onsdagstreninger eller mer. Dette er en liten nedgang fra i fjor, og følger den generelle nedgangen vi har hatt de siste årene, se forøvrig tabellen under. Det er gledelig å se at en stor andel av gruppa er aktive på kretsløp og ungdomsløp, og vi hadde bare én mindre deltager i årets HL sammenlignet med rekordåret 2019. På HL var vi også i år den største klubben. Det kan vi som klubb være stolte av.

År	Unike løpere	Antall med minst 3 oppmøte					Tot ant pers.økter	Ant mist ett u-løp	Ant på HL
		13	14	15	16	Totalt			
2016	48	19	12	11	4	46	499		14
2017	47	11	12	10	8	41	394		20
2018	41	12	8	10	9	39	444	39	17
2019	37	6	10	7	7	30	336	33	23
2020	28	2	7	10	8	27	368	28	22

Vintertrening

Gjennom vinteren var mandagstreningen på Nyborg og intervaller i Ranheimshallen basistilbudet til ungdomsgruppa. Oppmøte på mandager fra ungdomsgruppa lå på 10-20.

Lars Halvorsen hadde ansvaret for styrketreningen på mandager. Det ble arrangert 2 mandager med knock-out sprint i nærområdet til Nyborg skole.

Etter at korona-restriksjonene slo inn i slutten av mars, ble mandags-styrken avholdt via video-streaming på Facebook. Det anslås at på det meste deltok over 50 personer på denne treningen.

Sommertrening

I 2020 ble det arrangert 18 (16) onsdagstreninger inkludert ungdomsløp og klubbmesterskap som trening. Klubbtreningene har vært stort sett vært gjennomført med direkte oppmøte (pga korona) på ulike steder rundt om i Trondheim og omegn og en miks mellom sprintøkter, stafett-trening og «vanlig» o-teknikk. De fleste treningene har vært gjennomført sammen med junior-gruppa, men ungdomsgruppa har også hatt noen egne treninger med litt mer lekbetonte opplegg.

Trenere har vært Jens Even Storhov, Jørgen Tegdan, Mari Angell-Petersen, Simon Lund Eikrem og med Pål Kittilsen som leder for gruppa i tillegg. Gruppa har i tillegg hatt god hjelp av en rekke hjelpe-trenere og assistenter fra foreldregruppa.

Treningssamlinger

Det ble en del færre samlinger og turer enn planlagt grunnet korona. Men når det var mulig har våre ungdommer vært aktive og deltatt på det som ble tilbudt. Kretsens HL-prosjekt rakk å ha to kveldssamlinger gjennom vinteren med 19 Freidig-ungdommer på deltakerlista begge ganger.

HL-prosjektet med Freidig som medarrangør arrangerte en dagsamling på Lian med 21 ungdommer fra Freidig. Øvrige samlinger som påskesamling (TRI organisert) og HL samling på Oppdal ble avlyst grunnet korona-restriksjoner.

10-mila

Vårt høydepunkt på våren ble dessverre avlyst i år.

Hovedløpet og O-landsleir i Lørenskog 31. juli - 4. august

Freidig stilte med 22 deltagere og var for andre året på rad største klubb på årets Hovedløp i Lørenskog nord for Oslo. Østmarka med tidligere Freidig-medlem Hans Olav Hygen i spissen gjorde en fantastisk innsats og fikk tilrettelagt arrangementet innenfor de gjeldende korona-restriksjonene. For våre utøvere ble dette årets høydepunkt!

Langdistansen gikk i et relativt typisk Oslo-terreng som gjorde det spesielt krevende for ungdommer fra andre deler av landet. Sprinten inneholdt mange gode veivlagsstrekker, men hadde også en arenapassering som skapte mye forvirring. Våre ungdommer taklet utfordringene særdeles godt. Kristoffer Strømdal Wik vant den krevende langdistansen i H15 og Nora Halvorsen tok en strålende sølvmedalje i D14 under sprinten søndag.

På langdistansen fikk vi ytterligere topp 10 plasseringer ved Tristan Halvorsen (5 - H15), Nora Halvorsen (6 - D14), Mathea Spets Storhov (7 - D16) og Juni Hagelid Norheim (10 - D14). Det ble premieplass til Alf Petter Lynum, Tora Kittilsen, Vegard Lereim Storli, Emil Grønli og Solveig Louise Nissen.

Sprinten, søndag ga ytterligere topp 10 plasseringer ved Mathea Spets Storhov (4 - D16), Tristan Halvorsen (4 - H15), Kristoffer Strømdal Wik (5 - H15), Anna Aurora Nolte (6 - D16), Vegard Lereim Storli (9 - H15), Una Kittilsen (9 - D15) og Maria Strømdal Wik (10 - D15). Gode plasseringer og premieplass under sprinten ble det på Ine Bohnhorst Tegdan, Solveig Louise Nissen, Alf Petter Lynum, Emil Grønli, Emil Reinertsen Leroyer, Tora Kittilsen og Hallvard Hellevik.

Det ble ikke krets-stafett pga korona.

Mari Angell-Petersen, Jørgen Tegdan, Jens Even Storhov og Pål Kittilsen var med som ledere for klubbens ungdommer under HL og/eller OLL.

Kretstur

Den tradisjonelle kretssturen til Østersund ble byttet ut med en helgetur til Røros 28 til 30 august. Ungdomsgruppa stilte med 22 ungdommer og flere foreldre og ledere. Vi deltok på to o-løp og det var sosialt opplegg som felles bading og måltider. Simon Lund Eikrem var vår ansvarlige koordinator for samlingen.

Øvrige sportslige høydepunkter

Årets O-idol og jr NM stafett ble arrangert av Fana utenfor Bergen. Det ble topp 10 plasseringer i O-idol på Mathea Spets Storhov (8 - D16), Iver Dalsaune Thun (9 - H16). Under stafetten bidro ungdomsgruppa med Mathea Spets Storhov på laget som ble nr 6 i jenteklassen og det rene ungdomslaget bestående av Iver Dalsaune Thun, Emil Grønli og Emil Reinertsen Leroyer tok premie og 13. plass i gutteklassen!

I STOK sin ungdomscup tok Freidig 10 av 12 mulige topp 3 plasser sammenlagt i D/H13-14 og D/H15-16.

Team Rett I (alder 17–25 år)

Generelt

Denne gruppen har i 2020 bestått av totalt 15 aktive utøvere. 18 løperne har deltatt i NC løp/ NM i løpet av sesongen (+ noen ekstra seniorer og ungdommer i stafettene). Vi har hatt 13 aktive gutter og 2 aktive jenter. Trenerne for denne gruppa har vært Gro Sandstad Eidsmo, Bjørnar Lynum og Jørgen Fiskum (leder), disse trenerne har fordelt lederansvaret under samlinger og NM/NC arrangementene.

Av våre juniorer går/gikk de fleste på Heimdal videregående skole og har treningstilbud på dagtid tirsdager, torsdager og fredager. Resterende går på videregående skole, studerer i Sverige eller er i jobb. Håvard løper fortsatt for Freidig når han konkurrerer i Norge og på alle NM-distansene. Det samme gjelder Oskar, men han fikk i år ikke løpt særlig mye i Fredigdrakta pga. reiserestriksjoner og skader.

Treninger

Vintertreninger:

Fram til midten av mars er det som vanlig gjennomført vintertreninger på mandager, fredager og lørdager. Mandager er vi sammen med resten av klubben og trener styrke i gymsalen på Nyborg skole, her har oppmøtet som alltid vært bra. Fredager har det vært intervall i Ranheim friidrettshall. Fredagstreningene er et samarbeid med de øvrige klubbene i kretsen og blir ledet av Terje Maroni som representerer kretsen. Det er lagt opp til langturer på lørdager gjennom hele vinteren. Det har vært bra oppmøte på fredagsintervallene, men litt mer variabelt på lørdager.

Nytt av året var at juniorene tok initiativ til en felles terskelintervall på søndager. Denne ble gjennomført med godt oppmøte hele vinteren.

Etter at koronarestriksjonene stoppet all felles treningsaktivitet fra midten av mars ble siste del av vintertreningsperioden bestående av mye egentrening, men vi klarte å få til en slags «felles» styrketreningen på mandager streamet via Facebook av Pål som leder for ungdomsgruppa.

Sommertreninger:

Sommertreningene var i stor grad preget av koronatiltak. Fra og med mai ble det derimot åpnet for fellestrening igjen og vi satte da i gang med intervaller på fredager, hvor juniorene fikk ansvaret for å planlegge hver sin fredagsintervall. Vi hadde også felles langturer på lørdager. I tillegg startet vi med ukas løype, en løype med poster som hang ute i en uke og som kunne løpes når det passet hver enkelt best.

I slutten av mai begynte vi også med o-tekniske treninger på onsdagene i samarbeid med ungdomsgruppa. Samarbeidet med ungdomsgruppa fungerer bra på disse øktene.

I mangel på orienteringsløp ble det også arrangert o-tekniske høyøkter på søndagene, her var juniorene ansvarlige for opplegget hver sin søndag. I juni kom vi også igang med rolig langtur fra Ferista på mandager.

Etter sommeren og fram mot NM i Mostadmarka ble onsdagsøktene arrangert i NM-relevant terreng, med forskjellige momenter for å terpe de tekniske og taktiske egenskapene fram mot NM på hjemmebane.

Samlinger

I år ble det lite med samlinger. Vintersamlingen rett før påske ble avlyst pga. Covid-19 utbruddet. Vi rakk derimot å arrangere en vintersamling i Meråker 31. januar til 2. februar. Her fikk vi gått flere fine skiturer, samt sett litt fram mot det vi da trodde skulle bli en innholdsrik sesong. Det var 13 løpere og 2 ledere med på denne samlingen.

Reiser og NC løp

Team Rett I har ikke hatt så mange fellesturer i år, men noen har det blitt. Vi har vært på NM ultra og NC i Drammen, sprint NM i Haugesund, og NC, o-idol og jr. NM stafett i Bergen. Det har vært med minst to ledere på alle NM og/eller Norgescup løp.

Stafetter

Alle de store stafettene ble i år avlyst pga. Covid-19.

Møter

Det ble avholdt et evalueringsmøte i oppstarten 2020-sesongen i november 2019. Her så vi tilbake på året som har vært og prøvde å se hva vi ønsket å ta med oss og forbedre inn mot årets sesong. Under koronaperioden med lite aktivitet avholdt vi møter online, og det ble til slutt 3 møter i perioden 19-april til 25. mai.

Sportslige høydepunkter

Selv om det ikke ble like mange løp som forventet, og den internasjonale o-sesongen uteble, har dette resultatmessig vært en veldig god sesong for våre juniorer og seniorer.

Vi fikk full klaff under NM på hjemmebane. På torsdagens langdistanse ble det bronse på Mats Eidsmo og Mari Eidsmo. På mellomdistansen på lørdag vant vi alle de tre herregullene, med Mikkel Holt og Vegard Kittilsen i juniorklassene, mens Håvard Sandstad Eidsmo tok hjem kongepokalen for sin seier i seniorklassen. I tillegg sørget Mats Eidsmo for dobbelt Freidig i eldre junior. Det hele ble søndag toppet med at Mats Eidsmo, Vegard Kittilsen og Håvard Sandstad Eidsmo sørget for at Freidig tok gull i herrestafetten. Damene ble nr. 12. på stafetten.

Helga etterpå gjentok guttene suksessen når de vant NM junior stafett. På laget løp Simen Spets Storhov, Vegard Kittilsen og Mats Eidsmo. I tillegg tok jentene en sterk 6. plass, og det med et lag som kan stille på denne stafetten i 3 år til. På dette laget løp Mathea Spets Storhov, Ane Malene Kolstad og Mari Eidsmo. Guttenes andrelag ble dessverre disket, men 3. og 4. laget løp inn til henholdsvis 22. og 13. Plass.

Ellers ble det løpt godt både under NM Ultralang hvor Mari og Mats Eidsmo tok hver sin bronsemedalje, på NM sprint hvor det ble bronse på Håvard Sandstad Eidsmo, på NM knockout sprint hvor Mats Eidsmo tok gullmedalje. På NM sprint stafett endte Freidigs lag på 8. plass og 17. plass.

I Norgescupen sammenlagt ble herrer eldre junior vunnet av Mats Eidsmo. I tillegg hadde vi 3 løpere som var blant de 10 beste sammenlagt i junior. Håvard Sandstad Eidsmo ble nr. 3 sammenlagt i U23 herrer og nr. 5 blant samtlige senior herrer.

7 KART

Sprintkart og skolekart

Deloppdatering av Freidigs sprintkartbase er gjort rundt Trondheim spektrum, i Ilsvika og ved BSK-hytta. Området mellom Fjellseterveien og Theisendammen er nysynfart og lagt inn i basen. Den dekker tettbebyggelsen vest for Nidelva fra Prinsensgt gjennom Ila og Sverresborg til Kyvatnet.

Etter ønske fra Trondhjems Turistforening har vi laget et instruksjonskart i målestokk 1: 2000 rundt turistforeningens serveringssted på Rønningen. Til dette ble det gitt tilskudd fra o-forbundet. Arbeidet ble utført av Jonas Grønli. Kartet er innlagt på skoleorienting.no.

Vanlige o-kart

NM-kartet **Mostadmarka sør** ble gjort ferdig i løpet av sommeren, og brukt under NM-uka i september. Det dekker 11 km² av det gamle kartet på 16 km² som ble tegna til stafett-NM i 1990.

I kostnadsoverslaget for kartet på kr 450 000 inngår 199 000 i betalte utgifter og 251 000 i verdi av dugnad. Spillemidler kr 150 000 er tildelt og ventes utbetalt i 2021. I tillegg får vi forhåpentligvis refundert merverdiavgift kr. 34 000,-.

På kartet **Bymarka nord** (Iladalen –Geitfjellet) er det med lasergrunnlag nysynfart 0,5 km² i Ilabergan og 0,6 km² vest for Tømmerdalen, dessuten ajourført på enkelte gjengrodde hogster. Etter VM i 2010 gjensto 8 km² nysynfaring på dette kartet. Det gjenstår nå knapt 1,5 km² som ventes synfart og tegna i 2021.

Kartet **Leinstrandmarka** er oppdatert i området rundt Rønningen, dessuten nye hogstfelt.

På kartene Gorsetsætra, Stortjønna, Garli øst og Gjevingåsen er det ikke gjort arbeid i 2019. For Stortjønna i Oppdal er er mottatt spillemidler kr. 60 000,-.

Turkart Bymarka

Arbeidet med distribusjon og salg av kartet er som vanlig utført av Freidig. Det er ikke utført nytrykk eller ajourføring av betydning.

Kr. 40 000 i årsutbytte er overført til hver av karteierne Freidig og NTNUI, pluss kr. 5000,- til Freidig for det løpende arbeidet med kartet.

Kartsalg

Til sammen er det solgt ca. 1200 o-kart i løpet av året, til en salgspris på ca. 25 000,- . Av disse var 600 kart salg av Mostadmarka sør til NM-arrangementet for kr. 10 pr. kart.

Bare 2 ordinære bedriftsløp gikk på våre kart i år. Det lave antallet skyldes delvis at vårløpene ble avlyst grunnet korona. 5 av NTNU bedrift sine internløp gikk på våre kart.

Av turkart Bymarka er det i år levert 525 vinterkart og 942 sommerkart for salg, til sammen 1467 kart - ca. 100 flere enn i fjor. Dette er bra tatt i betraktning at Turistinformasjonen i Trondheim var stengt i sommer og at NTNUI hadde nok kart fra i fjor til gjennomføring av Hu & Hei.

Diverse

Mangfoldiggjøring av o-kart. NM-kartene i Mostadmarka ble trykt sammen med Malviks NM-kart. Kart til øvrige o-løp er i hovedsak laserprinta av Fagtrykk AS, kart til trening på o-avdelingas fargeprinter.

Som vanlig er o-kartene våre lagt ut til Trondheimslagene på o-kretsens googledriveområde, for vederlagsfri bruk til trening og instruksjon.

Grunneierkontakt (VDG) er ivarettatt av Stig Berge. Det har ikke vært spesielle problemer.

8 TURORIENTERING

Administrasjon

Medlemmer av Tur-O – utvalget har vært Arild Heggset, Svein Terje Kolstad, Hilde Kathrine Overvik og Simon Lund Eikrem (leder). Stig Berge har fungert som medlem av utvalget etter at han gikk av som O-gruppas leder i 2019. Tore Angell-Petersen har bidratt med kart-teknisk assistanse. I tillegg har flere ildsjeler i klubben fortsatt hjulpet til med pakking av konvolutter, utsetting og innhenting av poster – samt mye annet.

Årets opplegg har vært:

1. Salg av Tur-O-konvolutter for Bymarka, som inneholdt 3 ordinære O-kart med i alt 105 avmerkede poster, pluss 3 kart for Mini-Tur-O med i alt 30 poster tilrettelagt for barn (og nybegynnere).
2. Salg av Tur-O-konvolutter for Oppdal med 2 O-kart med i alt 50 avmerkede poster, inkludert en mini-tur (10 poster) tilrettelagt for barn og nybegynnere.
3. Oppstart av salg i april 2020.
4. Nyhetsoppdateringer via Facebook og Instagram samt turbloggen på turorientering.no, fra både brukere, utvalget og NOF. [Freidig idrett.no](http://Freidig.idrett.no) ble benyttet til oppstart og ikke minst publisering av Adelskalenderen etter sesongslutt.
5. Rekrutteringsutvalget videreførte et opplegg der Tur-O konvolutter pluss ekstra kart ble brukt i treningsopplegget. De bidro også til salg av 40 Tur-O-konvolutter til rekruttforeldre.

Vi registrerte det største konvolutt salg i Trondheim noensinne (i alle fall så lenge vi har statistikk) med 843. Samtidig økte salget av turorientering for Oppdal til 99.

Kart og poster, Bymarka

Alle 4 kartene i den ordinære Tur-O-pakka var i særtrykk og fargekopi med målestokken 1:10000. De

som ble brukt i år var: Geitfjellet, Gråkallen og Rønningen. I tillegg var det 3 kart med i alt 30 Mini-Tur-O poster, fordelt ved Sverresborg, Kyvannet og Granåsen. Mini-Tur-O-kartene hadde målestokk 1:7500. Mini-Tur-O-postene telte med i total poengsum (30 av totalt 430 poeng). I tillegg kom en «grønn» tur i Ilsvika, tilrettelagt for rullestolbrukere og andre med funksjonshemming, som også var tilgjengelig for gratis nedlasting fra nettet.

Som vanlig fikk vi mange positive tilbakemeldinger via blogg, fra turorienterere vi møtte i skogen, på kontrollkortene og ved overlevering av premier. I Coronaåret 2020 ser vi svært mange helt ferske turorienterere i alle aldre. Det lover godt for både rekrutteringen og for salget av turorientering til neste sesong.

Omsetning, Bymarka

Utsalgsprisen for konvoluttene var kr 325. Klubben solgte totalt **843** konvolutter av 2020-utgaven. 40 er internsalg i Freidig via Rekruttgruppa (se ovenfor). Som nevnt ovenfor, er dette det høyeste salgstallet vi har registrert.

Våre utsalgssteder har i år vært hos Shell Granåsen, Axel Bruun, Scushi sykkelforretning på Byåsen Butikksenter, Spar Kyvannet, Trondheim Turistforening i Sandgata og Hank Sport. Dessverre har Shell Granåsen byttet eiere siden 2019 og de nye eierne gikk konkurs i starten av mai 2020. Vi har estimert et salgstepå ca 100 konvolutter der. Vi har en tett oppfølging med våre utsalgssteder og vi regner med at alle ønsker å fortsette med samarbeidet. Vi har i år også gitt et spesialtilbud til bedrifter ved kjøp av et større antall turorienteringskonvolutter til sine ansatte. NTNU IT-avdelingen og NTE kjøpte til sammen 40 konvolutter.

Utmerkelser

Vi har mottatt 190 kontrollkort i posten, som er oppdatert i langtidsstatistikken. I tillegg var det 70 barn (45 i 2019, 46 i 2018) som ønsket diplom for gjennomført Mini Tur-O. De fleste av disse kjøpte også merker. For ordinær Tur-O ble det i tillegg til utmerkelsene i tabellen nedenfor sendt ut 65 gull/sølv og bronsemerker. Som vanlig er det er betydelig flere deltakere enn de som registrerer seg og etterspør premier ved sesongslutt.

Turorientering, Oppdal

Freidig arrangerte O-festivalen 2017 i Oppdal, og lanserte i den sammenheng en Tur-Orienterings-pakke for Oppdal. Tilbudet vil fortsette i 2021.

Tur-O pakken for Oppdal 2020 inneholdt 2 kart i målestokk 1:10000 (Stortjønna og Skytebanen) med i alt 50 poster. Inkludert var en «grønne tur» (barnevennlig, egnet for nybegynnere, og ikke spesielt fysisk krevende) med 10 poster. Utsalgsprisen var 150 kr pr konvolutt.

Vi hadde 3 salgssteder: InterSport og VPG i Oppdal sentrum, samt Axel Bruun og Trondheim Turistforening. Til sammen ble det solgt 99 konvolutter (79 i 2019, 65 i 2018).

Det har ikke vært praktisert premiering for Tur-O Oppdal, men det har vært anledning til å kjøpe deltakermerker.

Oppslutningen er altså økende, og tilbakemeldingene fra deltakerne er kjempe positive.

Sommer tur-o/ungdoms tur-o

var et «koronatiltak» for barn og unge som i år har måttet holde seg mer hjemme i sommerferien. Opplegget var turorientering i to bynære terreng-områder med grei tilgang via buss eller sykkel og med 50 poster tilpasset målgruppen (nivå N/C). I tillegg to Miniturer (grønne, nivå N), til sammen 70 poster. Med støtte fra Gjensidigestiftelsen var dette et gratis-tilbud. Informasjon om tiltaket ble spredt over sosiale medier, og tilbakemelding viser at dette var effektivt. I tillegg brukte vi kommunens aktivitetsportal (nettportal). Konvoluttene ble delt ut på våre faste salgssteder, og tilbakemeldingen er at ca. 300 konvolutter ble delt ut til målgruppen. Vi har fått tilbakemelding fra personer som etter å ha forsøkt Ungdomstur-o har kjøpt konvolutt for den ordinære turorienteringen.

Vi har tatt kontakt med Gjensidigestiftelsen og forespurt om vi kan få midler til et tilsvarende opplegg neste år, med et forbedret opplegg på informasjonsspredning med aktiv bruk av skolene.

Oppsummering

2020 ble et nytt meget godt turorienteringsår for Freidig. Antallet solgte konvolutter så vel som antall registrerte postbesøk er større enn noen gang, både i Trondheim og i Oppdal. Som tidligere nevnt har 2020 gitt oss mange nye tur orienterere som vi skal følge opp slik at de kommer tilbake i mange år fremover.

Vi har et stort antall trofaste deltakere, samt et par-tre bedrifter som årvisst benytter vårt tilbud for sine ansatte. Via mini-Tur-O og bruk i rekruttarbeidet, kommer det også nye deltakere med. Salget gir et solid bidrag til O-gruppas økonomi.

9 MILJØUTVALGET

Fellestur og reiser

Årets fellestur skulle gå til O-festivalen på Kongsberg i juni. Dessverre ble dette arrangementet avlyst grunnet Koronaepidemien. Nytt forsøk på fellestur for deltager fra ~12 og opp ble også planlagt. Denne gangen til Tiomila i Sverige, men dette arrangementet ble også avlyst på grunn av Koronasituasjonen. Resultatet var dessverre derfor ingen fellestur for Freidig 2020, men vi håper på at planlagt fellestur til O-festivalen på Kongsberg kan gjennomføres i 2021.

Arrangement

Det var ingen dugnader ol arrangert fra miljøutvalget 2020.

Informasjonsspredning og internett

Freidig sin hjemmeside er fortsatt en viktig kanal, både for informasjonsspredning og rapporter fra ulike aktiviteter. Grete Berge Owren er vår web-redaktør og står for de fleste innleggene og bidrar til at nettsida er oppdatert med bilder og reportasjer.

Facebook dekker behovet for kjapp og oppdatert informasjon om treninger, samkjøring og konkurranser, og er dessuten en arena for korte diskusjoner og fine bilder av Freidigløpere både i skogen og på pallen. Det er både en åpen gruppe og en lukket gruppe til mer intern informasjon. De ulike

aldersgruppene har i tillegg egne facebookportaler. En siste informasjonskilde er e-post, der ulike e-postlister dekker ulike behov.

Freidigsvømming

Før Korona-epidemien slo inn over landet, leide vi Husebybadet 2 ettermiddager. Det blir benyttet av mange Freidigmedlemmer, både små og større barn som leker, og ungdommer og voksne som kan ta seg en svømmetur, spille ballspill, stupe eller bare være sosial i varmebassenget. Med mellom 30-40 deltakere er dette et flott tiltak! Styret holdt fortsatt fast på at Freidigsvømmingen skulle være et gratis tilbud også for sesongen 2020-2021. Dette begrunnes med at tiltaket favner mange av våre medlemmer, utgiften er moderat, og vi har erfart at det er mye arbeid forbundet med å kreve inn de relativt små beløpene i egenandel. Dessverre har Koronaepidemien satt en stopper for Freidig svømming så langt denne sesongen, dette pga restriksjonene som gjelder i Husebybadet. Om antall deltagere økes senere i vinter, vil det tilbys svømmekvelder.

10 KONKLUSJON

På tross av et veldig annerledes år hvor mange av aktivitetstilbudene forsvant, har o-avdelingen fortsatt klart å opprettholde stor aktivitet. Takket være dyktige og ivrige arrangører har vi gjennomført nesten alle planlagte arrangement, riktignok noe begrenset. I tillegg har turorienteringsgruppa stått på med imponerende innsats for å gripe mulighetene som åpnet seg når andre aktiviteter stengte. Når vi i tillegg dominerte nærmest alle nasjonale mesterskap i både junior- og senior-klasser, må vi kunne se tilbake med stolthet på hvordan vi har håndtert dette året.

Man kunne forventet redusert aktivitet på treninger i et år som dette. Det er derfor gledelig å se at vi tvert imot har økt antall utøvere i den yngste treningsgruppen. I ungdomsgruppen har riktignok antallet minket litt i år, men vi ser at deltakelsen på både trening, Hovedløp og Ungdomsløp fortsatt holder seg stabil. Team Rett I holder seg også stabilt i antall utøvere. Det er nok en viktig suksessfaktor for vår sportslige framgang at vi klarer å holde et høyt og stabilt antall aktive løpere i alle aldre.

Resultatmessig har Freidig i 2020 overgått alle forventninger. Under NM på hjemmebane dominerte vi særlig på herresiden med gull i alle herreklassene på mellomdistansen, som også resulterte i Kongepokal for Håvard Eidsmo. Stafettlaget vårt fra senior-NM går inn i historiebøkene som et av de yngste vinnerlagene noen sinne. I tillegg til NM-uka kan vi vise til historisk gode resultater i flere andre nasjonale mesterskap. På NM stafett for junior imponerte både herrene og damene med henholdsvis 1. og 6.plass. Kristoffer Strømdal Wik har virkelig stabilisert seg i toppen, og tok steget opp til gullmedalje i årets langdistanse på Hovedløpet. Nora Halvorsen fulgte opp med sølv på sprinten. I den nye NM-disiplinen knockoutsprint vant Mats Eidsmo gull. Ellers er det veldig gledelig å se stabiliteten blant løperne våre gjennom sesongen. Mats Eidsmo vant Norgescupen for eldste juniorklasse, mens Håvard Eidsmo ble nr 5 (3 i U23) i Norgescupen for senior. I tillegg vant Håvard årets sprintlige sammenlagt.

Da koronapandemien rammet hardest i første del av sesongen ble vi nødt til å avlyse både Tordenskioldløpet og KM Stafett. Ellers ble både Ungdomsløp, Oppdal 2-dagers og Jaktprøven arrangert med egne smittevernstiltak for å overholde myndighetenes retningslinjer. Alle løpene ble takket være dyktige løpsledere og arrangørstaber gjennomført på en trygg måte. På tampen av året ble vi også utfordret til å hjelpe med det tekniske på Nyttårsløpet, og muligens ta over hele arrangementet på sikt. Dette løpet ble også en suksess med mange deltakere og full kontroll på tidtaking.

Økonomisk sitter vi etter 2020-sesongen igjen med et stort overskudd, til tross for et budsjettert underskudd. Redusert aktivitet, og særlig færre fellesturer bidro til langt lavere utgifter enn tidligere år. Inntektene endte omtrent på likt nivå som tidligere, til tross for mindre egenandeler. Dette skyldes flere ting, men turorienteringen, ny dugnad som parkeringsvakt, nyttårsløpet og kompensasjonsordningen fra myndighetene har alle gitt uforutsette inntekter.

På anleggssida er vi også styrket idet vi har fått et tidsmessig, oppdatert kart over et av de fineste og teknisk mest krevende terrengene i nærheten av Trondheim. NM-kartet i Mostadmarka vil være godt egnet både til trening og o-løp.