

# **Bærum og Omegn Cykleklubb**

Saksdokumenter til årsmøte i

# **Bærum og Omegn Cykleklubb**

2025

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Innhold

SAK 1: Godkjenne de stemmeberettigede medlemmene .....	3
SAK 2: Velge Dirigent .....	3
SAK 3: Velge protokollførere.....	3
SAK 4: Velge medlemmer til å signere protokollen .....	3
SAK 5: Godkjenne forretningsorden .....	3
SAK 6: Godkjenne innkallingen .....	4
SAK 7: Godkjenne Saklisten .....	5
SAK 8: Behandle idrettslagets årsberetning .....	6
SAK 9: Behandle idrettslagets regnskap og kontrollutvalgets innstilling.....	6
Sak 9.1: Behandle idrettslagets regnskap .....	6
Sak 9.2: Kontrollutvalgets innstilling.....	7
SAK 10: Behandle forslag og saker .....	7
Sak 10.1: Mobilt Tidtakerutstyr .....	7
SAK 11: Fastsette medlemskontingent og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter.....	7
Sak 12: Vedta idrettslagets budsjett .....	8
Sak 13: Behandle idrettslagets organisasjonsplan.....	12
Sak 14: Vedta følgende valg:.....	13
Sak 14.1: Styre.....	13
Vedlegg: .....	15
Vedlegg 1: Årsberetning for 2024 .....	15
Vedlegg 2: Sak 10.1 Mobilt Tidtakerutstyr.....	15
Vedlegg 3: Sak 10.2 Vedlikehold av BMX-banen .....	15

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## SAK 1: Godkjenne de stemmeberettigede medlemmene

Styrets innstilling: De stemmeberettigede godkjennes.

## SAK 2: Velge Dirigent

Styrets innstilling: Styret foreslår at en ekstern (navn kunngjøres ved møtestart) som dirigent.

## SAK 3: Velge protokollførere

Styrets innstilling: Oppnevnes ved møtestart.

## SAK 4: Velge medlemmer til å signere protokollen

Styrets innstilling: Oppnevnes ved møtestart.

## SAK 5: Godkjenne forretningsordenen

1. Årsmøtet ledes av valgt dirigent.
2. Protokollen føres av de valgte sekretærer.
3. Talerett på årsmøtet har alle som er registrert som medlemmer ved årsmøte tidspunktet.
4. Stemmerett har alle som har betalt medlemskontingent for 2025 og har vært medlem i minst 1 måned.
5. Alle med talerett gis ordet maks 3 ganger i samme sak. Taletiden settes til 3 min. første gang og 2 min. andre og 1 min tredje gang.
6. Representanter som forlanger ordet til forretningsordenen, har 1 min. taletid.
7. Alle forslag må leveres skriftlig til dirigenten, og være undertegnet med klubbens og representantens navn. Tidligere forslag kan ikke trekkes tilbake og nye forslag kan ikke settes

# Bærum og Omegn Cykleklubb

fram etter at strek er satt, eller at saken er tatt opp til votering. Forslag kan bare fremmes i saker som står på sakslisten.

8. Med unntak av lovendringer avgjøres alle vedtak og valg ved flertall av de avgitte stemmer. Blanke stemmesedler teller ikke, og stemmene regnes som ikke avgitt.
9. I protokollen føres det inn hvem som har hatt ordet i sakene, forslag og vedtak med antall stemmer for og imot.

**Styrets innstilling: Styrets forslag til forretningsorden godkjennes.**

## SAK 6: Godkjenne innkallingen

Innkallingen ble gjennomført på følgende måter:

1. Publisert på våre web sider den 23.12.2024.
2. Arrangement i Spond Club med invitasjon til alle medlemmer (se nedenfor), invitasjon sendt 23.12.2024.

Dato for årsmøte ble satt til 12.03.2025 kl 18:00. Møtet holdes fysisk.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

BOC Årsmøte 2025

...

Detaljer Rediger

Beskrivelse

Styret innkaller herved til årsmøte i Bærum og Omegn Cykleklubb.

Årsmøtet avholdes 12.03.2025 kl 18:00 på Kommunegården i Sandvika, møterom U1C3, Arnold Haukelands plass 10, 1338 Sandvika.

Saker som et medlem ønsker behandlet på årsmøtet, må sendes styret senest 9. februar til [post@baerumock.no](mailto:post@baerumock.no). Det ønskes mal i vedlegget nedenfor brukes.

Fullstendig sakliste med alle saksdokumenter vil bli gjort tilgjengelig for medlemmene senest én uke før årsmøtet på lenke på hjemmesiden vår.

For å ha stemmerett og kunne velges til verv må man ha vært medlem av Bærum og Omegn Cykleklubb i minst én måned, fylle minst 15 år i det kalenderåret årsmøtet avholdes, og ha gjort opp sine økonomiske forpliktelser til Bærum og Omegn Cykleklubb. Alle medlemmer har uansett møterett, talerett og forslagsrett.

For mer informasjon om årsmøte samt regler om stemmerett, valgbarhet, forslagsrett mv., se Bærum og Omegn Cykleklubb vedtekter som gjelder årsmøtet, ellers kan styreleder kontaktes på mail [christian\\_adriaenssens@hotmail.com](mailto:christian_adriaenssens@hotmail.com) eller [post@baerumock.no](mailto:post@baerumock.no).

Velkommen til årsmøtet!

Med vennlig hilsen

Dato og tid


Sted

Vedlegg

Styret

12.03.2025, 18:00 - 12.03.2025, 20:30

Arnold Haukelands plass 10, 1338 Sandvika, Norge



[DOCUMENT forslagsskjema-til-arsmote-BOC.docx](#)

[DOCUMENT Innkalling-til-arsmote-BOC 2025.docx](#)

**Styrets innstilling: Innkallingen godkjennes.**

## SAK 7: Godkjenne Sakslisten

Nedenfor følger sakliste for årsmøtet:

Sak 1: Godkjenne de stemmeberettigede

Sak 2: Velge dirigent

Sak 3: Velge protokollfører(e)

Sak 4: Velge to medlemmer til å underskrive protokollen

Sak 5: Godkjenne forretningsordenen

Sak 6: Godkjenne innkallingen

Sak 7: Godkjenne sakslisten

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Sak 8: Behandle idrettslagets årsberetning, herunder eventuelle gruppeårsmeldinger

Sak 9: Behandle

Sak 9.1 Idrettslagets regnskap

Sak 9.2 Styrets økonomiske beretning

Sak 9.3 Kontrollutvalgets beretning

Sak 10: Behandle forslag og saker

Sak 10.1: Mobilt Tidtakerutstyr

Sak 10.2: Vedlikehold av BMX-banen

Sak 11: Fastsette medlemskontingent og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter.

Sak 12: Vedta idrettslagets budsjett

Sak 13: Behandle idrettslagets organisasjonsplan

Sak 14: Vedta følgende valg:

Sak 14.1 Styre

Sak 14.2 Kontrollutvalg

Sak 14.3 Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene

Sak 14.4 Valgkomité

**Styrets innstilling: Saklisten godkjennes.**

## **SAK 8: Behandle idrettslagets årsberetning**

Årsberetningen for 2024 er vedlagt som Vedlegg 1: Årsberetning for 2024.

**Styrets innstilling: Årsberetningen godkjennes.**

## **SAK 9: Behandle idrettslagets regnskap og kontrollutvalgets innstilling.**

### **Sak 9.1: Behandle idrettslagets regnskap**

Regnskap og balanserapport for 2024 er utarbeidet av styret i samarbeid med kasserer og er presentert i Årsberetningen for 2024 i Vedlegg 1.

**Styrets innstilling: Regnskapet for 2024 godkjennes.**

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Sak 9.2: Kontrollutvalgets innstilling

Kontrollutvalgets beretning er presentert i Årsberetningen for 2024 i Vedlegg 1.

**Styrets innstilling: Kontrollutvalgets innstilling godkjennes.**

## SAK 10: Behandle forslag og saker

### Sak 10.1: Mobilt Tidtakerutstyr

Innsendt forslag er presentert i Vedlegg 2: Sak 10.1 Forslagskjema Mobilt Tidtakerutstyr.

**Styrets innstilling: Forslaget godkjennes og Styret gis mandat til å innhente oppdaterte priser og gå til innkjøp av egnet løsning for gruppenes behov.**

### Sak 10.2: Vedlikehold av toppdekket på BMX-banen

Innsendt forslag er presentert i Vedlegg 3: Sak 10.2 Forslagskjema Vedlikehold av BMX-banen.

**Styrets innstilling: Forslaget godkjennes, men gruppestyret for BMX utfordres til å ta en ny gjennomgang med Velosolutions og deres eksperter når snøen er borte for å nedskalere tiltakene til problemområdene der tynt topplag og avrenninger er et gjentakende problem.**

## SAK 11: Fastsette medlemskontingent og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter.

Ved overgang til Spond Club er definerte medlemstyper videreført i størst mulig samsvar med medlemstypene i tidligere system. Spond Club gir ikke mulighet til å registrere medlemmer som Familiemedlem med lavere sats. I stedet kan familiemedlemmer gis en rabatt på 40%. Styret har, basert på regneeksempler, kommet frem til at denne rabatten gir tilnærmet lik fordel for familier som tidligere. Budsjettet for 2025 er derfor basert på denne tilpasningen i det nye systemet.

Styret foreslår å beholde medlemskontingenter for BOC uendret for 2026:

Navn	Beløp*	Merknad
Hovedmedlem Ungdom (0-16)	350	>16 år
Hovedmedlem (17-66)	600	17-66 år
Hovedmedlem Honnør (67+)	300	<67 år
Familiemedlem	350	En i familien må være

# Bærum og Omegn Cykleklubb

		hovedmedlem
Støttemedlem	300	
Rekrutt-medlemskap (3 mnd)	50	Tillater ikke lisens
Æresmedlem	Gratis	

For familiemedlemmer registrert med samme adresse og samme betalingsmottaker gis det **40% rabatt**.

\*I tillegg tilkommer administrasjonsgebyr per medlemskap fra Spond Club.

Medlems avgifter (hvis endret) får først virkning for år 2026.

Treningsavgifter for BMX-gruppen foreslås uendret som følger:

Navn	Alder fra	Alder til	Beløp
Treningsavgift Gruppe 1	0	7	800
Treningsavgift Gruppe 2	8	10	1500
Treningsavgift Gruppe 3	11	22	2500

Treningsavgifter for Terreng Barn og Unge foreslås endret til følgende verdier (økes med 200 kr):

Navn	Alder fra	Alder til	Beløp
Treningsavgift 2022 Terreng 6-10 år	6	10	1200
Treningsavgift 2022 Terreng 11 år og eldre	11	22	1800

**Styrets innstilling: De foreslåtte kontingentene vedtas.**

## Sak 12: Vedta idrettslagets budsjett

Forslag til budsjett for 2025 er utarbeidet i samarbeid med gruppestyrene og gjennomgått av gruppestyret.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

	Budsjett 2025	Note	Regnsk. 2024	Budsjett 2024
Driftsinntekter				
3000 Salgsinnt. handelsvarer, avgiftspliktig, høy sats	325 000		393 332	325 000
3020 Salgsinntekt tjenester, avg. pliktig, høysats			0	
3030 Salgsinnt. handelsvarer, avg. pliktig, middels sats			30 887	
3035 Salgsinnt. handelsvarer, avgiftspliktig, lavsats			4 763	
3100 Salgsinntekter, avgiftsfri	100 000		174 328	
3101 Salg av T-shirt Bull Ski Vipps			0	
3120 Salgsinntekt tjenester, innenlands, avgiftsfri	35 000		57 166	35 000
3200 Salgsinntekt handelsvarer, utenfor avgiftsområdet			9 500	
3205 Kiosksalg etc			20 281	
3206 Vipps innbetaling	30 000		1 670	30 000
3207 Vipps innbetalinger			0	
3208 Spond	50 000		5 506	50 000
3215 støtte sparebank 1 østlandet			15 000	
3220 Salgsinntekt tjenester, utenfor avgiftsområdet			0	
3250 Inntekter fra egne arrangementer	400 000		506 699	300 000
3400 Spesielle offentlige tilskudd			34 365	
3401 Kommunale tilskudd	20 000		0	20 000
3402 LAMmidler	50 000		78 226	50 000
3405 offentlige tilskudd knyttet til konto sykkelpark			100 000	
3430 mva kompesasjon	130 000		81 946	85 000
3440 Grasrotandel	25 000		24 620	25 000
3900 Andre driftsrelaterte inntekter			10 503	
3920 Medlemskontingenter	250 000	1	269 085	320 000
3925 Treningsavgift Terreng	100 000	1	68 200	89 000
3930 Treningsavgifter BMX	116 000	1	71 050	116 000
3931 ekstra-treninger på mandager	0		0	25 000
3932 Spinning inntekter	25 000		570	25 000
3948 Lotterier, bingo etc			0	
3970 BMXsykkelleie Vipps			6 190	
3980 BOC BMX			24 917	

# Bærum og Omegn Cykleklubb

	1 656 000		1 988 805	1 495 000
Driftskostnader				
4301 innkjøp av kiosk varer			-8 928	
4303 Varekjøp middel sats			-4 093	
4304 kostnader som viderefakureres u/mva			-10 000	
4305 Styrkeprøven kostnader			-6 123	
4306 Styrkeprøven kostnader 25%			-25 027	
5990 Annen personalkostnad			-42 400	
6300 Leie lokaler	135 000		-124 400	135 000
6305 Leie Spinningsal Gjøannes			-449	
6370 Vakt hold			-1 500	
6390 Annen kostnad lokaler	60 000		-7 742	50 000
6420 Leie datasystemer	20 000		-9 088	20 000
6440 Leie transportmidler	80 000		-82 949	25 000
6550 Driftsmaterialer	50 000		-140 949	50 000
6560 Rekvisita			0	
6580 Idrettsutstyr			0	
6590 Annet driftsmateriel	30 000		-555 539	30 000
6620 Reparasjon og vedlikehold utstyr			-2 494	
6690 Reparasjon og vedlikehold annet	50 000		0	
6700 Revisjons og regnskapshonorarer	60 000		-41 635	
6720 Honorarer for økonomisk og juridisk bistand			0	
6721 eksterne kostnader egne arrangement	250 000		-303 843	250 000
6730 Idrettsfaglig bistand	350 000	2	-181 986	250 000
6735 Kostnader knyttet til utvikling av sykkeløyper	150 000		-25 000	150 000
6750 Tidtakning			-7 726	
6800 Kontorrekvisita (Res)			-687	
6810 Datakostnad	30 000		-19 829	30 000
6840 Aviser, tidsskrifter, bøker etc				
6860 Møter, kurs, oppdatering etc.	50 000		-14 034	50 000
6890 Annen kontorkostnad			-1 173	
7090 Annen kostnad transportmidler			0	
7140 Reisekostnader, ikke oppgavepliktig			0	
7215 Sponsorkostnader	135 000		0	135 000

# Bærum og Omegn Cykleklubb

7320 Reklamekostnader	10 000		-600	
7395 Øreavrunding			1	
7412 Kontigent triatlonforbundet			-3 000	
7415 NCF kostnader	35 000		-21 170	35 000
7420 Gaver, fradragsberettigede			-10 000	
7500 Forsikringspremier	12 000		-11 267	12 000
7770 Bank og kortgebyrer	20 000		-15 431	20 000
7771 kostnader til inkasso			0	
7798 Annen kostnad, fradragsberettiget			0	
Buffer for styre å benytte i 2024	250 000			250 000
	1 777 000		-1 679 062	1 492 000
Driftsresultat			309 743	
Finansielle poster				
8051 Renteinntekt bankinnskudd	50 000		3 005	50 000
8060 Valutagevinst (Agio)			23	
8080 Verdiøkning av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi, urealisert	250 000		222 098	150 000
8110 Nedskrivning finansielle omløpsmidler			-25 000	
8160 Valutatap (Disagio)			-502	
	300 000		199 624	200 000
Ordinært resultat før skatt	179 000		509 367	203 000

## Noter til budsjettet:

1. Budsjettet er basert på forventede inntekter fra medlemskontingenter og treningsavgifter og erfaringsmessig betalingsgrad.
2. Det legges opp til en økning i posten for idrettsfaglig bistand for å styrke tilbudet til barn og unge med målsetning om å rekruttere flere medlemmer, beholde ungdommer og til oppstart av et kurstilbud under arbeidstittelen "BOC Sykkelskole", i tråd med BOC's visjoner og strategier.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Kommentarer til budsjettet:

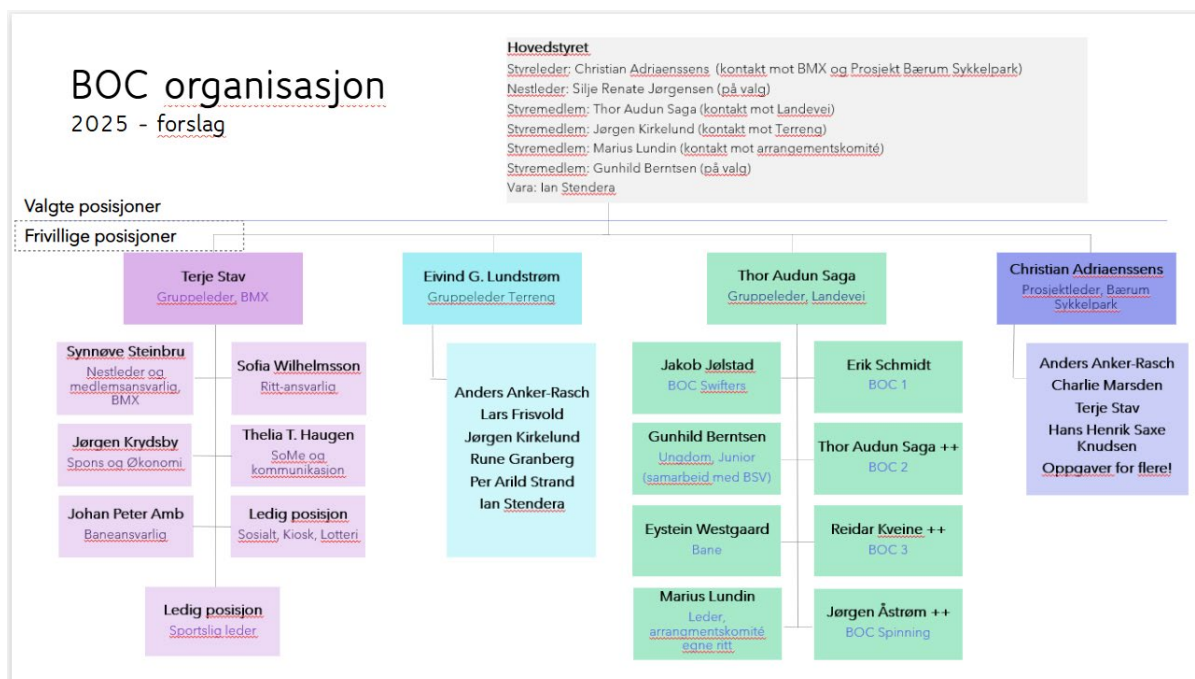
- Inntekter og utgifter knyttet til arrangement (Tyrifjorden rundt, Genus Open og BOC's ansvarsområder under Styrkeprøven, samt BMX- og Terreng ritt) er estimert basert på erfaringsdata, men vil være avhengige av antall påmeldte. Her ber styret om mandat til å håndtere variasjon i arrangementene under denne godkjenningen av budsjettet.
- Budsjettet tar ikke høyde for tildelinger av søknadsmidler til spesifikke prosjekter. Styret ber om mandat til å benytte slike øremerkede midler, der disse dekker utgiftene til tiltaket eller styret med flertall vedtar ytterligere bidrag innenfor dette budsjettets rammer, uten ny godkjenning av budsjett.

**Styrets innstilling: Budsjettet godkjennes.**

## Sak 13: Behandle idrettslagets organisasjonsplan

Med forbehold om utfall av valg i kommende punkter, foreslår styret følgende plan for organisering av klubbens aktiviteter og ansvar.

BOC er en 100% frivillig drevet klubb. Mens formelt ansvar for klubbens drift ligger på de valgte medlemmene i hovedstyret, ligger ansvaret for organisering av klubbens aktiviteter hos de frivillige foreldrene og medlemmene som melder seg for å bidra i gruppestyrene og respektive undergrupper.



Styrets fremleggelse av organisasjonsplan for BOC

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Sak 14: Vedta følgende valg:

### Sak 14.1: Styre

Valgkomiteens forslag til styre:

Styreleder: Christian Adriaenssens

Nestleder: Silje Renate Jørgensen

Styremedlem: Thor Audun Saga

Styremedlem: Jørgen Kirkelund

Styremedlem: Marius Lundin

Styremedlem: Gunhild Berntsen

Vara: Ian Stendera

**Forslag til vedtak: Valgkomiteens forslag til styre godkjennes.**

### Sak 14.2: Kontrollutvalg

Forslag til medlemmer av kontrollutvalget:

Bjørn Kåre Amdal (Leder)

Lisa Christin Axman

Jan Nagell

**Styrets innstilling: Forslaget til kontrollutvalg godkjennes.**

### Sak 14.3: Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene.

BOC er representert i flere utvalg og organisasjoner som presentert i årsberetningen, Sak 8.

**Styrets innstilling: Styrets oppgaver bør inkludere oppnevning av delegater til slike verv og gis fullmakt av Årsmøtet dette.**

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Sak 14.4 Valgkomité

Styret er takknemlige for at medlemmene av valgkomiteen ønsker å fortsette og foreslår følgende sammensetning av valgkomiteen for 2025-2026:

Leder: Ole-Jørgen Kvarsvik

Medlem: Stein Arne Lie

Medlem: \*

Vara: Kurt Tryaire Haugen

\*Styret gis fullmakt til å oppnevne en kvinnelig representant for siste plassen i valg-komiteen.

**Styrets innstilling: Forslaget til valgkomite godkjennes.**

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Vedlegg:

Vedlegg 1: Årsberetning for 2024

Vedlegg 2: Sak 10.1 Mobilt Tidtakerutstyr

Vedlegg 3: Sak 10.2 Vedlikehold av BMX-banen

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Vedlegg 1: Årsberetning for 2024

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Årsberetning til Årsmøte

Bærum og Omegn Cykleklubb

2024

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Innhold

Styrets sammensetning.....	3
Styrets arbeid .....	3
Idrettslagets organisering .....	7
Aktivitet.....	9
Landevei .....	10
BOC1 .....	11
BOC2 .....	12
BOC3 .....	12
Arrangementer og Ritt .....	13
Terreng .....	14
Nytt oppsett gruppestyre .....	15
Ritt og konkurranser .....	15
Terrengsykkelskolen .....	15
Høst og vinteraktivitet .....	15
BMX.....	16
Gruppestyrets sammensetning.....	17
Ritt og konkurranser .....	17
Treninger.....	19
Andre arrangementer .....	20
Medlemstall .....	20
Æresmedlemmer.....	23
Styrets økonomiske beretning.....	23
Kontrollutvalgets beretning .....	29
Signatur .....	30

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Styrets sammensetning

- Leder: Christian Adriaenssens
- Nestleder: Silje Jørgensen
- Styremedlem(mer): Marius Lundin, Thor Audun Saga, Gunhild Bentsen, Jørgen Kirkelund
- Varamedlem(mer): Ian Stendera

## Styrets arbeid

Styret har i 2024 gjennomført 10 ordinære styremøter. I tillegg har det vært gjennomført kortere møter digital og/eller skriftlig behandling for enkeltsaker der tidsfrister har gjort det nødvendig å behandle disse mellom planlagte styremøter.

### *Virksomhetsidé og strategier*

Styret har jobbet ut fra "Virksomhetsidé og strategier 2023-2026" dokumentet som ble lagt frem på Årsmøtet i 2023 (tilgjengelig på nettsidene). Dette har inkludert arbeid med Bærum Sykkelpark som beskrevet nedenfor og involvering av gruppeledere i forhold til utvikling av tilbudet vårt og videre rekruttering til klubben. Dette arbeidet vil videreføres i 2025.

### *Meldingsadministrasjon*

For å bedre kontrollen med inn og utmeldinger, spesielt for barneidretten hvor varigheten av medlemskap kan være kortere, har BOC byttet til Spond Club som administrasjonssystem. Overføringen til nytt system ble gjennomført i desember 2024.

Det nye medlemssystemet gir bedre muligheter for kontroll med medlemmenes status, forenkler betalinger (mindre administrasjon ved utsendelse av faktura/betalingsforespørsler) og gir bedre oversikt over hvem som har betalt og ikke, noe som er viktig blant annet for håndtering av lisenser. Systemet gir også nye muligheter for organisering av klubbens aktiviteter og kommunikasjon med medlemmene, gruppevis og felles til alle medlemmer.

Alle medlemmer oppfordres til å laste ned Spond-appen, tillate varsler og sette opp synkronisering til kalenderen på telefonen.

### *Samarbeidsavtaler*

Styret har i 2024 lyktes med å fornye sponsor-avtalene med Genus AS (Hovedsponsor) og Bull Ski & Kajak AS for 3 nye år. Disse avtalene sikrer godt grunnlag for klubbens aktiviteter og videre utvikling av klubben.

Avtalen med Genus AS inkluderer samarbeid om sykkelrittet **Genus Open**.

I starten av 2024 inngikk styret en avtale med Kalas Norge AS om leveranse av klubbtøy for 2024 med opsjon for forlengelse av kontrakten med ett år. Etter dialogmøter om erfaringer og forbedringer etter årets sesong har BOC og Kalas Norge AS inngått en ny avtale for 3 år med opsjon for ett års forlengelse.

BMX gruppen har også lagt til rette for at sponsorer som ønsker å støtte klubben med øremerkede midler til vedlikehold og utvikling av Bærum Sykkelpark kan kjøpe reklameplass på gjerdene over første og tredje sving på BMX banen. Tips om aktuelle sponsorer for dette formålet kan sendes til Styreleder.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## *Sportslig samarbeid*

BOC sin gruppe for ungdom som ønsker å sykle landevei har ikke vært aktiv de siste årene. Dette ønsket vi å gjøre noe med, og som et ledd i dette har Styret inngått et samarbeid med Triatlon-gruppen til Bærumsvømmerne (BSV):

BOC Ungdommer mellom 13-23 år kan bli med BSV Triatlon på intervalløker/teknikk og langturer. BOC utøvere føres opp i BSV Triatlon sin treningsgruppe i Spond (se link nedenfor), slik at de får info om treningsøktene.

Spond link: <https://group.spond.com/SNBAU>

Mer informasjon om dette tilbudet finnes på nettsiden vår under fanen "Landevei", se "Ungdom-Junior".

Avtalen med BSV gir også øvrige medlemmer i BOC og BSV nye muligheter:

### **BOC medlemmer**

Mulighet for svømmetrening med elitetrener på kanten, bassengtid samt sesongkort på Hundsund Bad. Her vil de få samme avtaler som medlemmer i BSV.

De vil få samme rabattavtale på Swimboost Camp og treningssamlinger som andre BSV Medlemmer. Rabattavtaler hos BSVs samarbeidspartnere.

Treningsøkter, informasjon og program via Spond.

Tillatt å bruke BOC klubbteøy på treninger med BSV.

### **BSV medlemmer**

Voksne fra BSV Triatlon kan sykle sammen med gjengen fra BOC, etter BOC sine retningslinjer. Langturer og intervaller.

Bli med BOC på samlinger og annen aktivitet.

Tillatt å bruke BSV Triatlontøy.

## *Strategi for sosiale medier*

Styret i BOC har i løpet av 2024 utarbeidet en ny strategi for SoMe for klubben. Hovedelementene av strategien er som følger:

Klubben skal hovedsaklig benytte Spond Club for kommunikasjon intern klubb-og arrangement.

FB-grupper: begrenses til grupper

1. BOC tur/landevei
2. BOC Swifters
3. BOC Spinning
4. BOC Terreng
5. BOC Velodrom
6. BOC Klubb
7. Bærum og Omegn Cykleklubbs BMX-gruppe

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Resten av FB-gruppene legges ned.

Viktig å Informere om bildebruk for barn og unge. I medlemsprofilen finnes et eget punkt for å indikere om de tillater bilde at bilder dem kan deles i sosiale medier.

Vi venter med LinkedIN da dette er feil tidsbruk og en krevende kanal per nå.

BOC skal ha en overordnet ansvarlig for SoMe. Skal følge med i overlevering til nytt styre. Utnevnes av styreleder.

Gruppeledere har ansvar for å invitere til turer/ritt, samt samle inn media etter dette.

SoMe ansvarlig gir opplæring til gruppeledere om "Tone of Voice" etc.

## *Digitalisering av klubben*

Mange har medlemmer har gjort et godt stykke arbeid for klubben opp gjennom årene, men mye av det som har vært utarbeidet av planer, dreiebøker og annet som nye gruppeledere kunne hatt nytte av er ikke blitt tatt vare på. Styret har derfor åpnet en konto i NIF sin løsning Idrettens Office 365 med Teams og Sharepoint. Dette gir mulighet for å holde digitale møter og lagring av informasjon til felles nytte for videre drift av klubbens aktiviteter, både for hovedstyret og gruppestyrene.

## *Utvikling av klubben*

Styret har, i dialog med barneidrettsgruppene for BMX og terreng, sett en mulighet og et behov for å utvikle et introduksjonstilbud, en sykkelsskole, for unge og potensielt nye medlemmer. Formatet på dette er under utvikling, men målsetningen er å få til et kurstilbud med 6 til 8 ukers varighet som introduserer barna for gleden ved å beherske sykkelen. Etter kurset bør barna ha grunnleggende kontroll på sykkelen og en god forutsetning for å bli med på terreng- og BMX-gruppenes ordinære treninger, dersom de ønsker å fortsette etter kurset.

Styret ønsker å komme i kontakt med medlemmer som kan tenke seg å bidra til gjennomføringen av denne typen kurs for unge syklister.

Det arbeides også med andre muligheter som introduksjonskurs for landeveissykling, rekrutt dager og andre forslag som er spilt inn til styret fra medlemmer eller forespurt av potensielle medlemmer som har henvendt seg til klubben.

Som et ledd i utviklingen av klubben og tilbudet vi kan tilby har terrenggruppen søkt om midler for å senke terskelen for nye medlemmer og øke aktiviteten i gruppen. Styret heier på disse initiativene og synes det er gledelig at klubben dermed er blitt tildelt følgende støtte:

- 100.000 kr fra Sparebankstiftelsen DNB til utlånssykler for nye terreng-medlemmer
- 15.000 kr fra Sparebank 1 Østlandet til landingspute/airbag ved hopp trening
- 50.000 kr fra Sparebankstiftelsen DNB til sykkeltilhenger for terrenggruppen

## *Bærum Sykkelpark*

Arbeidet med Bærum Sykkelpark har vært videreført gjennom 2024. Prosjektgruppen har fulgt utviklingen i arbeidet med ny reguleringsplan og har sendt høringsinnspill, gjennomført møter med administrasjon i Bærum Kommune og informert og hatt møter med politikere for å ivareta klubbens

# Bærum og Omegn Cykleklubb

interesser i området rundt klubbhuset som vi ønsker å utvikle videre. Prosjektgruppen har rådført seg med både Bærum Idrettsråd (NIF) og Idrett og Bad (Bærum Kommune) om planene og mulighetene som ligger i dette.

Kommunens arbeid med ny skole og flerbrukshall har blitt skjøvet ut i tid, og etter rundene med budsjettkutt i høsten 2024 er ferdigstillelsesdatoen forskjøvet. Dermed har også arbeidet med reguleringsplanen tatt lengre tid enn planlagt og det har ikke vært avklart hvilke arealer BOC får tilgang på og kan prosjektere sykkelpark for.

På årsmøtet i 2024 ble det gitt tilslutning til å starte opp et forprosjekt med Velosolutions og prosjektgruppen har videreført dialogen. Med grunnlag i forsinkelsene beskrevet ovenfor er vi blitt enige om å utsette oppstart av forprosjekteringen til det er avklart hvilke arealer vi får tilgang på. Midlene som ble avsatt til dette i årsmøtet er øremerket for formålet og videreført i budsjettene for 2025.

I planene for utvikling av Bærum Sykkelpark inngår også planer for utvikling av klubbhuset, og i denne forbindelse ble BOC tildelt 100.000 kr fra Sparebankstiftelsen og Norges Idrettsforbund gjennom prosjektet "FUTT - Fra klubbhus til aktivitetshus". Disse midlene er øremerket til behovsstudier for å avklare hvilke muligheter og behov videre utvikling av klubbhuset bør ta høyde for. Prosjektgruppen har vært i dialog med en aktør som kan bistå med denne typen studie og også videre prosjektering, men har valgt å utsette oppstart av dette til det foreligger mer informasjon om hva vi kan få tilgang på av fasiliteter i nytt skolebygg og flerbrukshall kontra hva vi bør gjøre av prioriteringer for klubbhuset.

Prosjektgruppen vil følge fremdriften i prosjektet for Bryn skole, flerbrukshallen og reguleringsplanen for området og planlegger å sette i gang med neste fase når det er kommet tilstrekkelig avklaringer rundt dette til at vi kan gå videre.

Planene for sykkelparken møtes med positive tilbakemeldinger fra politikere og representanter, og oppfattes å skille seg ut i mengden av idrettsanlegg som står i planer og prioriteringslister rundt omkring. Dermed tiltrekker prosjektet seg interesse, og i forbindelse med NIFs anleggskonferanse på Fornebu med tema "Hvordan kan idretten være med å tilrettelegge for mer fysisk aktivitet i steds- og byutviklingen?" så fikk BOC besøk av to fulle busser med utsendinger fra lokale idrettsråd, politikere og idrettsfolk som fikk høre om våre planer for området på Bryn.



# Bærum og Omegn Cykleklubb

## *Representasjon*

Hvem representerer i hvilke fora fra BOC:

**Eystein Westgaard**, styremedlem NCF Region Øst

**Kurt Tryaire Haugen**, styremedlem/kasserer NCF Region Øst

**Per Christian Dæhlin**, Nestleder Styrkeprøven AS

**Arild Salte**, Styremedlem Styrkeprøven AS (fratrådt høsten 2024)

**Silje Jørgensen**, Styremedlem Styrkeprøven AS

**Arild Salte**, Medlem /kasserer i Oslo Terrengsykkel Cup (Kalas Cup) (fratrådt høsten 2024)

**Arild Salte**, Leder Norsk Sykkelrittforening (NSF) (fratrådt høsten 2024)

**Arild Salte**, leder Oslo Klassikerne (fratrådt høsten 2024)

**Per Christian Dæhlin**, Styreleder Oslo Klassikerne

## *Eierskap*

Bærum og Omegn Cykleklubb eier 20,33% (366 aksjer) av Styrkeprøven AS. Styrkeprøven arrangerer ritt fra Trondheim, Lillehammer, Hamar og Eidsvoll til Oslo og rittet Oslo-Lærdal.

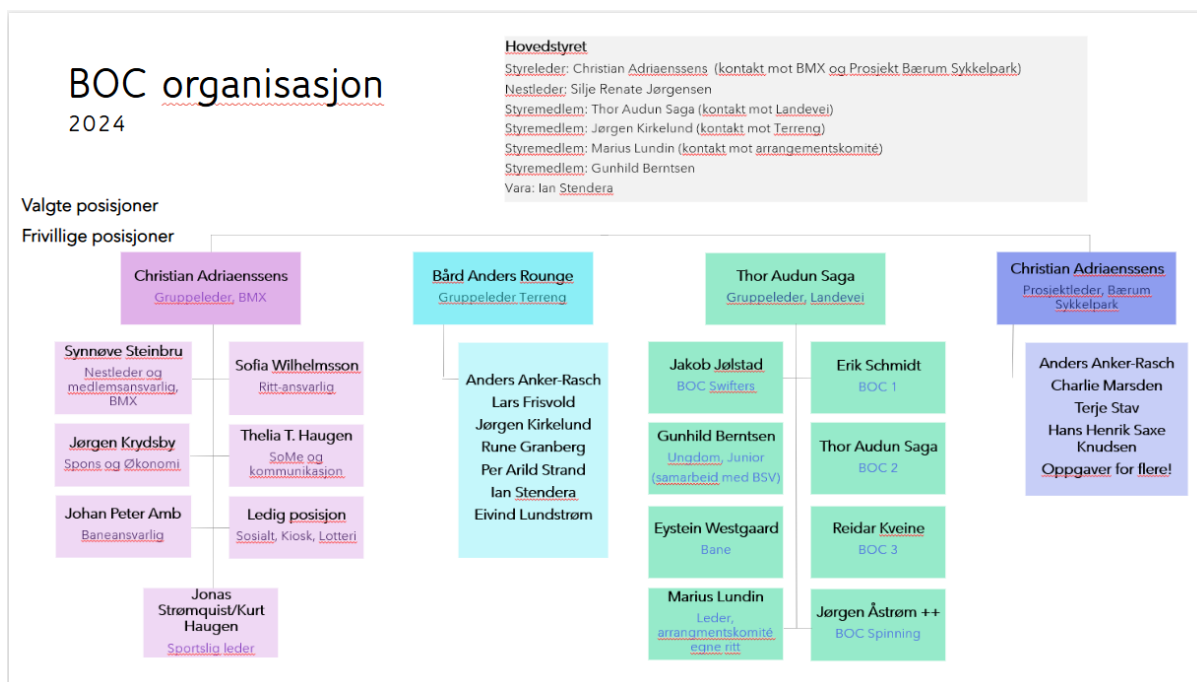
Styrkeprøven leier lokaler på klubbhuset.

Klubben har også eierskap i Oslo Terrengsykkel Cup (Kalas Cup) som arrangerer 7 terrengsykkelritt i "Oslo/ Akershus" BOC Terreng arrangerer ett av disse på Gullhaug i Bærum.

## **Idrettslagets organisering**

- Medlemmer i valgkomité: Ole-Jørgen Kvarsvik (Leder), Stein Arne Lie, Kurt Tryaire Haugen (vara)
- Medlemmer i kontrollutvalg: Bjørn Kåre Amdal (Leder), Lisa Christin Axman, Jan Nagell
- Rgnskapsfører: Salma AS v/Arild Salte
- Prosjektgruppen for Bærum Sykkelpark: Christian Adriaenssens (Leder), Anders Anker-Rasch, Hans Henrik Saxe Knudsen, Terje Stav, Charlie Marsden.

# Bærum og Omegn Cykleklubb



Christian Adriaenssens og Bård Rounge trer av som gruppeledere for BMX og terreng etter 2024 sesongen. Eivind Lundstrøm trer inn som ny leder for Terreng og ny leder for BMX er Terje Stav.

Organisasjonsplanen behandles også i egen sak på årsmøtet.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Aktivitet

BOC sin aktivitet organiseres på frivillig basis av gruppestyrene (med bidrag fra ytterligere nøkkelpersoner) og er fordelt på fire hovedgrupper: Landevei, Terreng, BMX og Triatlon. Disse gruppene er videre organisert i undergrupper og treningsgrupper som presentert i tabellen nedenfor. Noen av disse gruppene er utelukkende basert på egenorganisert aktivitet, mens andre i større grad har jevnlig fellestreninger og faste treningstider.

Styret oppfordrer medlemmer i gruppene med egenorganisert aktivitet og som kan tenke seg å bidra til større grad av organisert aktivitet til å melde seg så vi kan få dette på plass.

Tabellen viser også tilhørende kategorisering i NIF-gren og medlemstall fra Spond Club pr 04.02.2025.

Gren/Gruppe	Spond gruppe(r)	Antall	NIF-gren	Spond-kode (for registrering/innmelding)
<b>BMX</b> /BOC BMX	BOC BMX Racing	87	BMX	AHBTC
<b>Landevei</b> /BOC Bane	BOC Velodrom	10	Bane	OHNOO
<b>Landevei</b> /BOC Landevei	BOC Landevei	398	Landevei	SKUOD
<b>Landevei</b> /BOC Sykkelkross	BOC Sykkelkross	20	Sykkelkross	GSGLC
<b>Landevei</b> /BOC eSykling (Zwift)	BOC Zwifters	41	E-sykling	LFODS
<b>Terreng</b> /BOC Terreng barn og ungdom	BOC Terreng Barn og Ungdom	116	Terreng	XRVJM
<b>Terreng</b> /BOC Terreng og Gravel Voksne	BOC Terreng/Gravel Voksne	353	Terreng	ILDWY
<b>Terreng</b> /BOC Utfor/Enduro	BOC Utfor og Enduro	32	Utfor	ABYAW
<b>Triatlon</b> /BOC Triatlon	BOC Triatlon	16	Triatlon	XHWFH

I tillegg kommer BOC Spinning (UCBIE), som sorterer under BOC Landevei, og som med 160 registrerte medlemmer er en av klubbens største grupper i medlemstall. Disse 160 er både BOC-medlemmer og medlemmer av andre klubber som benytter seg av tilbudet og er derfor ikke innlemmet i BOC i Spond Club enda.

I Spond Club er gruppene organisert som vist i bildet nedenfor.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Avdelinger og grupper	
NAVN	ANTALL
Bærum og Omegn Cykleklubb	617 medlemmer
▼ BMX	86 medlemmer
▼ BOC BMX	86 medlemmer
● BOC BMX 10-pluss, fra 2014	26 medlemmer
● Cruisere/foreldresykling	8 medlemmer
● Gruppe 1 (2018 og yngre)	6 medlemmer
● Gruppe 2 (2015-2017)	18 medlemmer
● Gruppe 3 (2014 og eldre)	28 medlemmer
● Jentegruppa	6 medlemmer
● Trenerer/Aktivitetsledere	15 medlemmer
▼ Landevei	409 medlemmer
▼ BOC Bane	12 medlemmer
● Ungdom-Junior	2 medlemmer
▼ BOC Landevei	398 medlemmer
● BOC1	17 medlemmer
● BOC2	23 medlemmer
● BOC3	41 medlemmer
● Ungdom-Junior	1 medlem
BOC Sykkelkross	20 medlemmer
eSykling (Zwift)	41 medlemmer
▼ Terreng	473 medlemmer
> BOC Terreng barn og ungdom	115 medlemmer
BOC Terreng og Gravel Voksne	353 medlemmer
BOC Utfør/Enduro	32 medlemmer
▼ Triathlon	16 medlemmer
BOC Triathlon	16 medlemmer
BOC Vintertrening BMX og Terreng	34 medlemmer

## Landevei

Landevei er i BOC delt inn i 3 grupper + en gruppe for Velodrom som ledes av Eystein Westgaard. Gruppe 1 består av de presumtivt raskeste landeveisrytterne i klubben. BOC2 er i utgangspunktet et lag som tradisjonelt har satsset på lagkonkurransen i Trondheim-Oslo, men som i 2024 også stilte lag på Lillehammer-Oslo. Gruppe 3 er innstegsgruppen i klubben, med flere veldig erfarne ryttere som vet å sykle rulle. Alle gruppene (-Veldodrom) organiserer trening fra Bekkestua torv klokken 18 på tirsdager og torsdager.

I tillegg har BOC en gruppe for e-sykling – BOC Zwifters som ledes av Jakob Jølstad. Dette er en gruppe for BOC'ere som vil avtale group rides, kjøre virtuelle ritt og ellers skryte og jule om virtuelle sykkelopplevelser.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## BOC1

BOC1 startet opp som gruppe igjen etter noen års fravær av organisert trening. Hovedfokus for sesongen var å kartlegge interessen for en BOC1 gruppe og finne en treningsmodell som passer. Grunnet få syklister i gruppe og klubben som er på øverste klubbnivå har deltakelsen på treningene vært relativt lav med 2-8 syklister som typisk oppmøte med et snitt på 3-4. Det har vært deltakere i alle ritt som ble satse noe på, også her ble forskjellige modeller for deltakelse prøvd. BOC 1 syklet 5 ritt i 2024 som følger:

### RITT

**Enebakk Rundt 01 mai 2024:** 8 manns rullelag som holdt en snittfart på 38,9 km/t snittfart frem til den siste bakken opp mot mål.

**Nordmarka Rundt 19 mai 2024:** 4 BOC1 i fellesstart som fullførte med varierte gjennomføringer.

**Tyrifjorden Rundt 02 juni 2024:** 6 BOC1 på fellesstart. Gruppen ble delt opp i Hvalstadbakken men samsyklet delvis som mindre lag gjennom rittet.

**Jotunheimen Rundt 28 juni 2024:** 6 Manns lag som fullførte sammen i det som sies være de dårligste værforhold på 20 år.

**Øyeren Rundt 11 august 2024:** 4 Mann på fellesstart som syklet sammen så langt som mulig, 2 kom i mål sammen.

### TRENING

BOC1 gjennomført ukentlige 40/20 intervaller fortrinnsvis på tirsdager. Varierte andre økter med langintervaller med tekniske innslag eller samsykling med BOC2.

Variert deltakelse med 2 til 8 syklister (snitt 3-4)

Gode tilbakemeldinger på treningstilbudet tross relativ lav deltakelse. Det må bemerkes at det er ikke stort mer enn et titalls syklister i klubben som kan regnes som BOC1 og treningstider passer ikke alltid for alle.

En erfaringsbasert treningsmodell er blitt satt sammen som inneholder en stor variasjon med intervaller, teknisk sykling, bakke drag, lag tempo og spurt. Denne vil bli kalt BOC tivoli runden. Det er en hard runde for selv meget drevne syklister, men som allikevel er strukturert slikt at alle kan delta. OPPSUMMERING og 2025

Det ble gjort masse god erfaring på gruppetrening or ritt gjennomføring. BOC tivoli modellen er satt og ritterfaringer med forskjellige lag formasjoner avhengig av antall deltakere er gjort. Det vil bli gjennomført et BOC1 møte på nyåret der 2024 sesongen vil bli drøftet og 2025 sesongen planlagt. Etter dette møtet vil mer detaljerte planer bli tydelig. Per nå er det planlagt at BOC Tivoli runden vil bli syklet fast hver torsdag klokken 18 fra Bekkestua. Alle BOC1 er blitt oppfordret til å melde seg på Oslo klassikerne før nyttår, annen trening og ritt vil bli diskutert på det kommende møtet.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## BOC2

Gruppe 2 bestod i utgangspunktet av to lag, ett Trondheim-Oslo lag ledet av Thor Audun Saga og ett Lillehammer-Oslo lag ledet av Esten Øversjøen.

Vi startet utendørssesongen i mars, og arrangerer fellestreninger på tirsdag og torsdag fra Bekkestua, samt lengre søndagsturer rundt om i distriktet. Det var generelt veldig godt oppmøte på treningene.

Vi vekslet mellom bakkeintervaller, lagtempo og rullekjøring i varierende løyper, både på vest- og østsiden av fjorden.

Vi kjørte følgende oppkjøringsritt:

- Enebakk Rundt – ca. 12 personer med tid på 2.13
- Nordmarka Rundt – ca. 4 personer med tid på 4.31
- Randsfjorden Rundt – ca. 10 personer med tid på 4.10
- Tyrifjorden Rundt – ca. 5 personer – varierende tider

Vi har opplevd at det har vært veldig vanskelig å få folk til å være med på ritt etter Covid, og aller vanskeligst ble det å samle lag til Trondheim-Oslo – her var det bare 3 som møtte fra BOC2. Det var en ny, tyngre trase over Venabygdsfjellet, og tiden ble rundt 19 timer.

Lillehammer-Oslo samlet flere ryttere, og her deltok 13 personer og laget fikk en meget hederlig sluttid på 4.58.

5 BOC'ere fra gruppe 2 deltok også på Jotunheimen Rundt. Dette ble et meget hardt ritt med mye motvind over Sognefjellet, og laget endte på ca. 21 timer.

Det ble også arrangert Mallorca-tur i mars og i oktober, begge i fantastisk vær og godt oppmøte

## BOC3

Gruppen har vært ledet av:

- Reidar Kveine
- Steinar Hillestad
- Erik Haga

Hadde vår første fellestrening 9.april og hadde frem til LO stort sett trening tirsdag og torsdag pluss en langtur i helga

Noen få treninger også etter ferien – siste fellesøkt i midten av september.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Har gjennom sesongen hatt en relativt stabil deltakelse på treningene på mellom 8-10 ryttere.

Få nye ryttere denne sesongen, men fremdeles en stabil kjerne av erfarne ryttere.

Deltok med lag på følgende ritt:

Enebakk rundt – 8 i gruppa

Randsfjorden rundt – 13 i gruppa

Lillehammer-Oslo -7 i gruppa

Årets beste rittopplevelse var nok RR, både pga flott trase, fint vær og at vi var såpass mange i rulla!

Vi har lyktes med å skape en gruppe der folk synes det er hyggelig å være med å sykle. Vi har en veldig god tone oss imellom.

Kan tidvis være en utfordring å tilpasse treningene til deltakernes ulike nivå – dette skal vi forsøke å bli bedre på i 25-sesongen.

## Arrangementer og Ritt

### *Genus Open*

Genus Open arrangeres av Bærum OCK og hovedsponsor Genus AS. Rittet i 2024 ble det sjette rittet i rekken Genus AS avholder i samarbeid med Bærum OCK.

Genus Open er et ettermiddags ritt med start i Sørkedalen og målgang på Tryvann! I fasjonabel stil sykles det på blandevei. Rittet starter på asfaltert vei inn/ut Sørkedalen og opp til Tryvann på grusvei fra Bogstad Gård

Det var et tøft og slitsomt ritt, med et sterkt snev av syre, men også veldig morsomt!

Genus Open 2023 ble gjennomført i den 14. august 2024. Suksessen gjentas i august 2025.

### *Tyrifjorden Rundt:*

Tyrifjorden Rundt er et trim- og turritt arrangert av Oslo Klassikerne. Rittet består av to ulike distanser, den korteste på 64 km og «normaldistansen» på 145 km.

Tyrifjorden, som ligger i Buskerud fylke, er Norges femte største innsjø i utstrekning. Fra starten ve Bryggetorget i Sandvika sentrum følger rittet veien mot Asker, Liertoppen, Tranby, Sylling, Vikersund, Røysehalvøya, Vik og over Sollihøgda for deretter å kjøre ned til Gamle Ringeriksvei som følges til målgang ved Kirkerudbakken. Kort løype tar av etter Sylling mot Sollihøgda og følger deretter traseen til lang løype.

Tyrifjorden Rundt byr på varierte omgivelser og terreng. Rittet går på riks- og fylkesveier som omkranser Tyrifjorden. Her er det både tung asfalt og flott natur. Rittet passer både for deg som

# Bærum og Omegn Cykleklubb

ønsker en utfordring på sykkelsetet og deg som ønsker en flott sykkelstur sammen med familie og venner.

Den 2. juni 2024 ble Tyrifjorden rundt gjennomført med rundt 300 deltakere. Rittet settes opp igjen 8. Juni 2025.

## Terreng

### *Terreng Barn og Unge*



Terreng gruppa hadde sin årlige tur til Smögen i starten av sesongen 2024, noe mindre gruppe enn året før, men alt i alt en bra tur for alle oppmøtte.

Det har vært treninger på mandager for alle årstall, med utgangspunkt i Eineåsen som startpunkt for alle gruppene. Her har vi hatt fokus på mestring og sykkelglede, i tillegg til litt stafetter og tempobasert trening i terrenget.

10 år og oppover har i tillegg hatt treninger hver torsdag med litt forskjellige utgangspunkt ut ifra hvor og hva vi trener. Mye av treningen for 10 år + har blitt noe enduro rettet etter ønske fra flertallet, og en del av dette har foregått på Steinsskogen med de stiene som ligger tett i tett innover i skogen.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Vi har pr nå ca 90 barn som er aktive i gruppa, men plass til flere og et stort ønske om å få med flere ungdommer i alder 13+ som har hatt et større frafall de siste årene. For å bedre tilbudet har klubben fått støtte til innkjøp av utlånssykler (100 000,-) og vi jobber nå finne noen som kan levere sykler som vi selv kan holde og låne ut der det er ett behov. Dette igjen slik at de unge som ikke har eget utstyr skal få prøve å være med på treninger før de evt. må gå til anskaffelse av egnet sykkel selv.

Vi har vært og er videre avhengig av foreldre som stiller opp som trenere og som støtte på treninger. Vi har hele tiden et behov for rekruttering her også, både som trenere og som baktropp for å sørge for at alle henger med.

Bård A. Rounge har gått av som gruppeleder for terreng og Eivind Lundstrøm har påtatt seg oppgaven å lede gruppestyret videre.

## Nytt oppsett gruppestyre

- Gruppeleder: Eivind Lundstrøm
- SoMe: Ian Stendera
- Styremedlem, støtte for spond, treninger etc: Jørgen Kirkelund
- Styremedlem, støtte for spond, treninger etc: Anders Anker-Rasch
- Arrangementskomite: Per Arild Strand
- Arrangementskomite: Kenneth Haaland
- Arrangementskomite: Kristian Müller
- Arrangementskomite: Lars Frisvold
- Arrangementskomite: Anders Gerner

## Ritt og konkurranser

Vi arrangerte Kalas Cup på Eineåsen, Gullhaug 14. September. Vi hadde strålende sol og et bra oppmøte tatt i betraktning at det gikk andre ritt samme dag på andre plasser.

Fin innsats fra BOC i norgescupavslutningen for utfor i Kjerringåsen. Martin Harlem Henriksen fikk en 3. plass i klassen M13-14, og også sammenlagt i Norgescupen. Alma Ølund Gerner fikk en 3. plass i klassen J15-16 også sammenlagt. Ulrik Ølund Gerner fikk en 4. plass i klassen Junior.

Vi hadde en runde hvor vi leide inn trenere fra Upscale Gravity og sendte de eldste ut på teknikkbasert trening, dette ga veldig god respons og er noe vi kommer til å se på muligheten for å gjøre igjen.

## Terrengsykkelskolen

Terrengsykkelskolen, for 9-13 år ble avholdt siste uke før skolestart, der klubbens egne ungdommer jobber som instruktører.

## Høst og vinteraktivitet

Etter høstferien fikk vi tilbud om å være med på trening sammen med BMX gruppa på banen, dette er det noen som har benyttet seg av og synes det har vært morsomt og lærerikt. Videre har BMX og terreng hatt styrketrening i BIP hallen på torsdager.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Vi har også søkt og fått tilskudd (15 000,-) til innkjøp av airbag landingspute for de som ønsker å lære seg å hoppe med sykkel, arbeidet med å bygge hopp og kjøpe pute vil utarbeides av gruppestyret i terrenggruppa.



## BMX

For BMX gruppen har 2024 vært et svært innholdsrikt år. Vi har arrangert både RegionsCup ritt i mai og Norges Cup ritt i august med god deltakelse av egne medlemmer.

Rekrutteringen gjennom sesongen har lavere enn de siste årene og har gitt en netto nedgang i medlemsmassen ved slutten av året. Vi gjennomførte to fulle rekruteringsdager i overgangen april/mai. Senere i sesongen tok vi inn nye medlemmer etter hvert som vi mottok forespørslers. Ved sesongslutt i 2024 var det ca 50 aktive barn som har vært på BMX-treninger, ned fra ca 70 de foregående to årene.

Det har vært et godt engasjement i foreldregruppen også i 2024. Dette gjelder alt fra dugnad på banen før løpene til gjennomføring av dugnader som har gitt ekstra midler til gruppen og kioskarbeid. Gruppestyret ønsker å takke foreldregruppen og vi ser frem til like god innsats i 2025.



# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Gruppestyrets sammensetning

Gruppestyret har heller ikke i 2024 vært fullt ut bemannet som vi skulle ønske, og oppgavene har blitt fordelt på de navngitte medlemmene (med god hjelp fra bidragsytere utenfor styret også).

## Gruppestyrets sammensetning

<b>Leder</b> Christian Adriaenssens	Administrativ leder, kontakt mot hovedstyret, NCF (region øst), GU BMX og andre grupper i BOC.
<b>Nestleder</b> Synnøve Steinbru	Medlemsregister (inn og utmelding), rekruttering, oppfølging av treningsgruppene via gruppekontakter. Rapportering (idrettsforsikring) og oppfølging av skader.
<b>Sportslig Leder</b> Stilling Ledig	Sportslig ansvarlig (årshjul, treninger, kontakt mot og utvikling av trenerteam), sportslig kontakt mot NCF (region øst), GU BMX og andre grupper i BOC.
<b>Styremedlem</b> Sofia Wilhelmsson	Løps- og arrangementsansvarlig. Rittansvar på egen bane (kontakt mot løpsgruppen).
<b>Styremedlem</b> Thekla Tryalre Haugen	SoMe og kommunikasjon.
<b>Styremedlem</b> Jørgen Krydsby	Økonomi, spons og støtte, materialforvalter.
<b>Styremedlem</b> Stilling Ledig	Sosialt, Kiosk, Lotteri, Sosial Høstsamling (Trysil-tur) (?).
<b>Styremedlem</b> Johan Peter Amb	Banevedlikehold og –utvikling, organisere banemannskap og dugnader

Det er lagt ned mye frivillig arbeid både i organisering av gruppens aktiviteter, men også i dugnader og vedlikeholdsarbeid for å holde banen i stand til treninger og løp. I løpet av året har også foreldregruppen foretatt en større overhaling av klubbens park av utlåns sykler slik at disse skal være i god stand når nye ryttere trenger å låne dem for å komme i gang med treninger med gruppen.

Det er også satt opp gjerder over første og tredje sving med tanke på å kunne bruke disse som stativ for reklameskilt for sponsorer. Det er avhold plass for hovedsponsorene våre, men åpnes for salg av øvrig reklameplass der inntektene vil øremerkes vedlikehold og videre utvikling av anlegget.

For neste sesong planlegges en større overhaling av banen for å sette den tilbake til den standarden den hadde da den var ny. Slitasje fra bruk, men ikke minst fra kraftige regnskyll, begynner å ta på og en større oppgradering må vurderes.

## Ritt og konkurranser

Våre ryttere har representert klubben på imponerende 25 løp gjennom sesongen, både på regionalt, lokalt og på Europa nivå, inkludert Nordisk Mesterskap.

Vi er ekstremt stolte av alle rytterne som har reist rundt i Norge, fra Østfold til Rogaland, gjennom hele året. 3 ryttere deltok også på EuropaCup 9 og 10 i Valmiera i Latvia sammen med Club Team Norway.



# Bærum og Omegn Cykleklubb

I klassene med rangering fra 11 år må vi understreke de gode resultatene BOC-rytterne har hatt denne sesongen, med en imponerende total på **28 førsteplasser, 21 andreplasser og 18 tredjeplasser**.

I tillegg var det imponerende resultater på Nordisk Mesterskap, hvor **Nikolai Houge Haaland** klatret opp til andreplass. På Norgesmesterskapet ble **Marcus Tryaire Haugen** norgesmester, mens **Nikolai Houge Haaland** og **Kurt Tryaire Haugen** tok tredjeplass i sine klasser.

I serier med sammenlagt rangering oppnådde disse rytterne pallplasseringer i sine respektive klasser:

## SuccéCup 2024:

- Marcus Tryaire Haugen 1.plass,
- Ludvig Lier Tønne 3.plass,
- Victor Tryaire Haugen 3.plass
- Kurt Tryaire Haugen 3.plass,

## NorgesCup 2024:

- Marcus Tryaire Haugen 1.plass,
- Kurt Tryaire Haugen 1.plass
- Jørgen Lillemoen 3.plass,

## RegionsCup Øst 2024:

- Jørgen Lillemoen 1.plass,
- Ludvig Lier Tønne 2.plass,
- Marcus Tryaire Haugen 3.plass,
- Valters Zabelis 3.plass

## Treninger

Når det gjelder treninger har disse i hovedsak foregått i på BMX banen tirsdager og torsdager i henhold til planen som ligger ute på infosidene for BMX på hjemmesiden: [Gruppeinfo BMX](#).

Nytt i år var at vi mot slutten av sesongen fikk arrangert et introkurs for terrenggruppens medlemmer og at flere av disse ble med på BMX-gruppens treninger når det ble for mørkt å sykle i skogen. Det er noe vi gjerne gjentar kommende sesonger også!

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Andre arrangementer

I tillegg til treninger og ritt har det også blitt tid til sosiale arrangementer, og i september inviterte BMX-gruppen med seg foreldre og barn fra Terreng Barn og Unge til Trysil for en helg med mye sosialt og spennende sykling.



Ca 60 barn og voksne fra BMX og Terreng reiste sammen til Trysil for en helg.

## Medlemstall

BOC hadde i 2024 739 registrerte medlemmer innom klubben. Av disse var 558 betalende medlemmer som fordeles på følgende aldersgrupper.

	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner	0	9	5	2	32	48
Menn	4	78	46	3	379	510
Totalt	4	87	51	5	411	558

Tabellen nedenfor viser utvikling i betalende medlemmer over tid:

	2017	2018	2019	2020	2021	2022*	2023
Kvinner	117	121	105	78	91	213	72
Menn	706	711	725	642	689	696	603
Totalt	823	832	830	720	780	909	675

\*Det mistenkes at NIF sin statistikk for dette året har blandet medlemstall og aktivitetstall da totalt antall medlemmer rapportert i årsberetningen den gang var 708.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Dette viser at det har vært en markant reduksjon i antall betalende medlemmer i 2024 sammenlignet med tidligere år. Dette skyldes primært to forhold:

- Det har vært en økning i antall utmeldelser i 2024 sammenlignet med tidligere år.
- Betydelig flere registrerte medlemmer enn normalt har ikke betalt medlemsavgiften.

Dette går ut over klubbens økonomi, ikke bare på grunn av bortfallet av inntekter fra medlemsavgiften, men også ved at offentlige tilskudd kun utbetales basert på aktivitetene blant de betalende medlemmene. Spesielt for barneidretten er dette viktig da offentlig støtte og aktivitetsmidler per betalende medlem under 19 år er vesentlig høyere enn for øvrige medlemmer.

Ved overgangen til Spond Club i desember ble det tydelig at det var flere titalls medlemmer som hadde vært registrert i barneidrettsgruppene Spond-grupper, men som ikke var innmeldt i klubben og dermed utenfor tallene rapportert til NIF. Disse er nå registrert i Spond Club og vil bli en del av rapporteringen til NIF for 2025 (alle medlemmer som har vært innom og betalt medlemsavgift, selv om de eventuelt melder seg ut igjen, teller med i statistikkene).

Ut fra tallene kan vi også lese at antall kvinnelige medlemmer har gått betydelig ned, og mer enn blant menn. I 2017 var kvinneandelen i klubben 21,5%, mens den i 2024 er på kun 8,6%.

Når man ser på aldersfordelingen blant klubbens medlemmer i tabellen ovenfor kan det se ut som vi har litt lave tall mellom 20 og 26 år. Ser man dypere i medlemstallene er realiteten at dette i stor grad gjelder alle alderstrinn mellom 20 og 40 år, og at hovedvekten av medlemmer i gruppen "26 og eldre" pluss også ville vært med i en "50 og eldre" gruppering.

Terrenggruppen hadde i 2024 en netto økning i antallet aktive medlemmer, mens BMX-gruppen hadde noe nedgang. Samlet gir dette en økning av antall et registrerte aktive medlemmer for 3. året på rad, som er gledelig, men av grunnene forklart ovenfor er det registrert en liten nedgang i antall betalende medlemmer.

Vi håper at overgangen til Spond Club, der registrering i treningsgruppene også betyr registrering i medlemsregistre som rapporteres til NIF, og som gir muligheter for enklere betaling av både medlemsavgifter og treningsavgifter, vil føre til økt andel av betalende medlemmer i alle grupper.

Vi har også forventninger til at innføringen av Spond Club og oppsett av alle gruppene i Spond vil føre til økt synlighet av de tilbudene vi har i klubben, og dermed økt aktivitet totalt sett. Det blir spennende å se om dette slår til når vi neste år sammenligner med **aktivitetstall for betalende medlemmer registrert for 2024:**

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Org navn	Kjønn	0 - 5	6 - 12	13 - 19	20 - 25	26	Total	Kjønn	0 - 5	6 - 12	13 - 19	20 - 25	26+	Total	Total org
Bærum og Omegn Cykleklubb - Landevei	Kvinner	0	1	2	1	25	29	Menn	0	0	14	3	359	376	405
Bærum og Omegn Cykleklubb - Terreng	Kvinner	0	5	5	1	29	40	Menn	3	51	46	2	333	435	475
Bærum og Omegn Cykleklubb - Sykkelcross	Kvinner	0	0	0	1	0	1	Menn	0	0	1	0	26	27	28
Bærum og Omegn Cykleklubb - Bane	Kvinner	0	0	1	1	0	2	Menn	0	0	0	0	8	8	10
Bærum og Omegn Cykleklubb - Utfor	Kvinner	0	1	3	0	1	5	Menn	0	11	14	1	12	38	43
Bærum og Omegn Cykleklubb - Triatlon	Kvinner	0	0	0	0	2	2	Menn	0	0	1	0	16	17	19
Bærum og Omegn Cykleklubb - Duatlon	Kvinner	0	0	0	0	1	1	Menn	0	0	0	0	2	2	3
Bærum og Omegn Cykleklubb - Vintertriathlon	Kvinner	0	0	0	0	0	0	Menn	0	0	0	0	2	2	2
Bærum og Omegn Cykleklubb - BMX	Kvinner	0	5	3	1	6	15	Menn	2	47	20	0	23	92	107
Bærum og Omegn Cykleklubb - Akvatlon	Kvinner	0	0	0	0	0	0	Menn	0	0	0	0	1	1	1
Bærum og Omegn Cykleklubb - Trial	Kvinner	0	0	0	0	0	0	Menn	0	0	1	0	2	3	3
Bærum og Omegn Cykleklubb - Terrengtri	Kvinner	0	0	0	0	0	0	Menn	0	0	0	0	1	1	1
Bærum og Omegn Cykleklubb - E-sykling	Kvinner	0	0	0	0	0	0	Menn	0	0	0	0	6	6	6

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Æresmedlemmer

Våre æresmedlemmer per 01.01.2025:

Viser totalt 8 av 615 medlemmer.			
<input type="checkbox"/>	FORNAVN ▾	ETTERNAVN ↑	MEDLEMSTYPE ▾
	Stig Andreas	Dalen	Æresmedlem
	Nils Adolf	Enger	Æresmedlem
	Knut Brynjulf	Eriksen	Æresmedlem
	Jon	Gravdal	Æresmedlem
	Jon Pelle	Mekjan	Æresmedlem
	Jan Ketil	Omberg	Æresmedlem
	Arild	Salte	Æresmedlem
	Frank	Solberg	Æresmedlem

## Styrets økonomiske beretning

Økonomien i BOC er solid. Driften er lagt opp til å gå mer eller mindre i null. Takket være god kontroll på utgifter og høyere inntekter enn budsjettert, blant annet fra egne arrangementer, ender vi med et positivt resultat. I tillegg kommer finansinntekter fra oppsparte midler og samlet gir dette et godt bidrag til våre planer for videre utvikling av klubben og investeringer i anlegg.

Midler øremerket for spesifikke prosjekter og tildelte støtte-midler beskrevet i avsnittene "Utvikling av klubben" og "Bærum Sykkelpark" ovenfor er i regnskapet avsatt til disse formålene under "annet driftsmateriell" i resultatrapporten og under "Annen kortsiktig gjeld" i balanserapporten.

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Resultatrapport		
BÆRUM OG OMEGN CYKLEKLUBB		
	984061501	
Gjelder periode 01.01.2024 - 31.12.2024		
		Budsjett 2024 2024
Driftsinntekter		
3000 Salgsinnt. handelsvarer, avgiftspliktig, høysats	393 332	325 000
3020 Salgsinntekt tjenester, avg. pliktig, høysats	0	
3030 Salgsinnt. handelsvarer, avg. pliktig, middels sat	30 887	
3035 Salgsinnt. handelsvarer, avgiftspliktig, lavsats	4 763	
3100 Salgsinntekter, avgiftsfri	174 328	
3101 Salg av T-shirt Bull Ski Vipps	0	
3120 Salgsinntekt tjenester, innenlands, avgiftsfri	57 166	35 000
3200 Salgsinntekt handelsvarer, utenfor avgiftsområdet	9 500	
3205 Kiosksalg etc	20 281	
3206 Vipps innbetaling	1 670	30 000
3207 Vipps innbetalinger	0	
3208 Spond	5 506	50 000
3215 støtte sparebank 1 østlandet	15 000	
3220 Salgsinntekt tjenester, utenfor avgiftsområdet	0	
3250 Inntekter fra egne arrangementer	506 699	300 000
3400 Spesielle offentlige tilskudd	34 365	
3401 Kommunale tilskudd	0	20 000
3402 LAMmidler	78 226	50 000
3405 offentlige tilskudd knyttet til konto sykkelpark	100 000	
3430 mva kompesasjon	81 946	85 000
3440 Grasrotandel	24 620	25 000
3900 Andre driftsrelaterte inntekter	10 503	
3920 Medlemskontingenter	269 085	320 000
3925 Treningsavgift Terreng	68 200	89 000
3930 Treningsavgifter BMX	71 050	116 000
3931 ekstra-treninger på mandager	0	25 000
3932 Spinning inntekter	570	25 000
3948 Lotterier, bingo etc	0	
3970 BMXsykkelleie Vipps	6 190	

# Bærum og Omegn Cykleklubb

3980 BOC BMX	24 917	
	1 988 805	1 495 000
Driftskostnader		
4301 innkjøp av kiosk varer	-8 928	
4303 Varekjøp middel sats	-4 093	
4304 kostnader som viderefakureres u/mva	-10 000	
4305 Styrkeprøven kostnader	-6 123	
4306 Styrkeprøven kostnader 25%	-25 027	
5990 Annen personalkostnad	-42 400	
6300 Leie lokaler	-124 400	135 000
6305 Leie Spinningsal Gjøannes	-449	
6370 Våkthold	-1 500	
6390 Annen kostnad lokaler	-7 742	50 000
6420 Leie datasystemer	-9 088	20 000
6440 Leie transportmidler	-82 949	25 000
6550 Driftsmaterialer	-140 949	50 000
6560 Rekvisita	0	
6580 Idrettsutstyr	0	
6590 Annet driftsmateriel	-555 539	30 000
6620 Reparasjon og vedlikehold utstyr	-2 494	
6690 Reparasjon og vedlikehold annet	0	
6700 Revisjons og regnskaps honorarer	-41 635	
6720 Honorarer for økonomisk og juridisk bistand	0	
6721 eksterne kostnader egne arrangement	-303 843	250 000
6730 Idretts faglig bistand	-181 986	250 000
6735 Kostnader knyttet til utvikling av sykkeløyper	-25 000	150 000
6750 Tidtakning	-7 726	
6800 Kontorrekvisita (Res)	-687	
6810 Datakostnad	-19 829	30 000
6840 Aviser, tidsskrifter, bøker etc		
6860 Møter, kurs, oppdatering etc.	-14 034	50 000
6890 Annen kontorkostnad	-1 173	
7090 Annen kostnad transportmidler	0	
7140 Reisekostnader, ikke oppgavepliktig	0	
7215 Sponsorkostnader	0	135 000
7320 Reklamekostnader	-600	
7395 Øreavrunding	1	

# Bærum og Omegn Cykleklubb

7412 Kontigent triatlonforbundet	-3 000	
7415 NCF kostnader	-21 170	35 000
7420 Gaver, fradragsberettigede	-10 000	
7500 Forsikringspremier	-11 267	12 000
7770 Bank og kortgebyrer	-15 431	20 000
7771 kostnader til inkasso	0	
7798 Annen kostnad, fradragsberettiget	0	
Buffer for styre å benytte i 2024		250 000
	-1 679 062	1 492 000
Driftsresultat	309 743	
Finansielle poster		
8051 Renteinntekt bankinnskudd	3 005	50 000
8060 Valutagevinst (Agio)	23	
8080 Verdiøkning av finansielle instrumenter vurdert til virkelig verdi, urealisert	222 098	150 000
8110 Nedskrivning finansielle omløpsmidler	-25 000	
8160 Valutatap (Disagio)	-502	
	199 624	200 000
Ordinært resultat før skatt	509 367	203 000

# Bærum og Omegn Cykleklubb

<b>Balanserapport</b>				
BÆRUM OG OMEGN CYKLEKLUBB			984061501	
Gjelder periode 01.01.2024 - 31.12.2024				
Periode fg år: 01.01.2023 - 31.12.2023				
	Ved periodens start	Endring	Ved periodens slutt	Periode fg år:
<b>EIENDELER</b>				
Omløpsmidler				
1500 Kundefordringer	197 500,00	-187 500,00	10 000,00	197 500,00
1800 Aksjer	26 000,00	-25 000,00	1 000,00	26 000,00
1889 Andre finansielle instrumenter	3 538 085,00	1 422 098,12	4 960 183,12	3 538 085,00
1920 Bankinnskudd	129 336,40	24 870,75	154 207,15	129 336,40
1930 Inntektskonto NIF	395 299,89	-287 314,69	107 985,20	395 299,89
1935 sparekonto	66 078,32	405 165,38	471 243,70	66 078,32
1970 Terreng ungdom	92 008,65	-88 287,53	3 721,12	92 008,65
1985 BMX	475 439,52	-371 346,39	104 093,13	475 439,52
1990 Tyrifjorden	112 160,40	-112 160,40	0,00	112 160,40
	5 031 908,18	780 525,24	5 812 433,42	5 031 908,18
SUM EIENDELER	5 031 908,18	780 525,24	5 812 433,42	5 031 908,18
<b>EGENKAPITAL OG GJELD</b>				
Egenkapital				
Egenkapital (innskutt og opptjent)				
2050 Annen egenkapital	-4 719 274,65	0,00	-4 719 274,65	-4 719 274,65
Udisponert resultat				
Udisponert resultat	0,00	-509 366,72	-509 366,72	0,00

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Sum egenkapital (inkl, udisp. resultat)	-4 719 274,65	-509 366,72	-5 228 641,37	-4 719 274,65
Gjeld				
Kortsiktig gjeld				
2400 Leverandørgjeld	-283 567,53	303 224,64	19 657,11	-283 567,53
2700 Utgående mva, høy sats	0,00	-19 000,00	-19 000,00	0,00
2710 Inngående mva, høy sats	47,00	4 055,40	4 102,40	47,00
2740 Oppgjørskonto merverdiavgift	-29 113,00	11 736,00	-17 377,00	-29 113,00
2990 Annen kortsiktig gjeld	0,00	-555 000,00	-555 000,00	0,00
2995 Forskudd ritt 2025	0,00	-16 174,56	-16 174,56	0,00
	-312 633,53	-271 158,52	-583 792,05	-312 633,53
Sum gjeld	-312 633,53	-271 158,52	-583 792,05	-312 633,53
SUM EGENKAPITAL OG GJELD	-5 031 908,18	-780 525,24	-5 812 433,42	-5 031 908,18
Avvik	0,00	0,00	0,00	0,00

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Kontrollutvalgets beretning

### BERETNING FOR 2024 – KONTROLLUTVALGET BÆRUM OCK – TIL ÅRSMØTET I 2025

Iht. NIFs lov §2-12 avgir herved Kontrollutvalget (KU) i Bærum OCK sin beretning.

**KU har utført følgende handlinger:**

KU har i perioden bestått av Bjørn Kåre Amdal (leder), Lisa Axman (medlem) og Jan Nagell (varamedlem).

KU har gjennomgått protokoll for årsmøtet 2024, styrets protokoller fra styremøtene i 2024 og 2025, styret årsberetning for 2024 og det styrebehandlede årsregnskapet for 2024.

KU har gjennomført revisjons- og regnskapskontroll inkl. protokoller fra styremøtene ved «stikkontroller» av uttrekk fra regnskapssystemet samt foretatt analyser.

KU har ikke funnet vesentlige avvik i gjennomgått regnskapsinformasjon.

**KU har følgende bemerkninger til det fremlagte regnskapet:**

KU mener styret har god kontroll på både regnskapsføring opp mot bokføringsforskriften og bokføringslovens krav.

**Konklusjon:**

KU anbefaler at styrets beretning og årsregnskap for 2024 godkjennes av Årsmøtet.

Bærum, 28.02.2025

-----  
Sign Bjørn Kåre Amdal  
Leder

-----  
Sign Lisa Axman  
Medlem

2025-03-04 04:31:54

**Bjørn Kåre Amdal**

 bankID

NO BankID - 1b40325e-7dd7-4c24-b607-326c19e2d3ee

2025-03-04 05:08:19

**Lisa Christin Axman**

 bankID

NO BankID - 450003a7-6789-4d80-a284-b553095aad6c

# Bærum og Omegn Cykleklubb

## Signatur

Beretningen er signert digitalt i styreløsningen Orgbrain, se neste side.

*C. Adriaenssens*

Christian Udø Adriaenssens

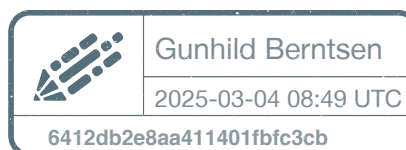


Forhindret fra å signere pga andre forpliktelser.

Silje Renate Jørgensen

*Gunild Berntsen*

Gunhild Berntsen



*Jørgen*

Jørgen Kirkelund



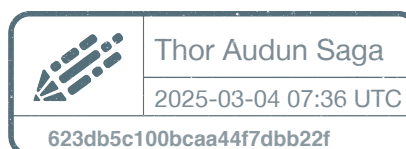
*Johan Marius Lundin*

JOHAN MARIUS Lundin



*Thor Audun Saga*

Thor Audun Saga



# Bærum og Omegn Cykleklubb

Vedlegg 2: Sak 10.1 Mobilt Tidtakerutstyr

<b>Forslag til årsmøte i:</b>	<b>Bærum og Omegn Cykleklubb 2025</b>
<b>Fra:</b>	<b>Jon Amundsen, Christian Adriaenssens</b>
<b>Tittel på forslag:</b>	<b>Mobilt tidtakerutstyr</b>

#### Forslag:

Innkjøp av (mobilt) tidtakersystem for bruk i sykkelritt for Landevei og Terreng, og som kan komplettere anlegget på BMX-banen.

Komponenter med veiledende priser:

	<b>Antall</b>	<b>Stykkpris (u/mva)</b>	<b>Total</b>
MyLaps ProChip Smart Decoder with Mat with detection loop for start/finnish and connection box with coax cable	2 stk	4422,73 EUR	8845,46 EUR
Spare connection box with coax cable, 5m	2 stk	222,73 EUR	445,46 EUR
Spare detection loops	4 stk	175,99 EUR	703,96 EUR
<b>Totalt:</b>			<b>9994,88 EUR</b>
Ca pris i NOK (kurs februar 25: 11,69):			<b>116 840,15 NOK</b>
Rabatt i forhold til veiledende er forventet basert på tidligere innkjøp, i størrelsesorden 10 til 25%.			Ikke inkludert.
Estimert refusjon, Spillemidler:			38 557 NOK
Investering for BOC:			<b>78 283 NOK</b>

Priseksempel ovenfor inneholder ikke kostnader for brikker (privat eide ProChip Flex eller engangs ProChip Go kan brukes) og lisenskostnader for timing software.

Eksempel: Oppsett for terrengsykkelritt.



#### Begrunnelse:

BOC kan med dette utstyret lettere kunne arrangere alt fra uformelle treningsritt med tidtaking til offisielle ritt på terminlisten uten å måtte leie inn eksternt utstyr.

BMX-banen er utstyrt med permanent tidtaker-utstyr som i dag oppfyller behovene når det arrangeres ritt, men som ikke er komplett og dermed ikke gir fullt utbytte for bruk i treningssammenheng.

[Dokumentet er utarbeidet av NIFs juridiske avdeling, og sist oppdatert 20.01.2022. Ved hvert årsmøte bør idrettslaget sjekke <https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/> for eventuell ny versjon av dokumentet.]

Med eget utstyr vil vi unngå kostnader for å leie inn utstyr til ritt som Genus Open, Bull Tempo'n og lignende, noe som vil bidra til nedbetaling av utstyret.

Utstyret kan også benyttes til flere idretter og kan dermed leies ut, med eller uten tidtaker-personell.

Bærum, 09.02.2025

---

[signatur]  
Jon Amundsen

---

[signatur]  
Christian Adriaenssens

**PROFESSIONAL  
TIMING FOR HIGH  
SPEED SPORTS  
WITH PERSONAL  
TRANSPONDERS**



# **PROCHIP** *for CYCLING*



# ***THE TIMING STANDARD FOR ACTIVE SPORTS***

***MOST ACCURATE  
TIMING SYSTEM  
FOR HIGH-SPEED  
ACTIVE SPORTS***

**THE PROCHIP SYSTEM IS THE MYLAPS SOLUTION FOR PROFESSIONAL AND HIGH-SPEED SPORTS TIMING WITH PERSONAL TRANSPONDERS.**

- ▶ Suitable for fixed and one off cycling tracks
- ▶ High-speed accuracy of up to 75 km/h and 0.003s
- ▶ Detection loop can cover roads of up to 16 meters
- ▶ The highest read-rates in the industry
- ▶ Detection rate: >99.80%
- ▶ Athlete identification with the unique personal transponders
- ▶ Eliminates maintenance of rental chips
- ▶ All personal practise and race results for free on Sporthive

## ***TRUSTED TIMING SYSTEM FOR PROFESSIONAL TIMERS***



# ***THE NUMBER 1 CHOICE FOR HIGH-SPEED SPORTS TIMING***

**The MYLAPS ProChip System has been developed on proven technology and is the number one choice for timing high speed sports. The MYLAPS ProChip System is an accurate timing system optimized for professional to small-scale high-speed active sports events and offers an excellent solution for permanent training locations. The system requires the use of only one personal transponder per athlete. It is a reliable system even in the most extreme weather conditions, at any race length and whether on a fixed or one off track.**



The system works with battery-powered timing chips, a decoder, a detection loop and timing software. The detection loop makes it easy to set up the timeline. Like all MYLAPS timing systems, the ProChip Timing System collects data, including athlete identification; and exports it to the timing software in order to process, print, and publish the results.

Because of its accuracy, the ProChip System is especially suitable for high-speed active sports, including (inline) skating, triathlon and cycling.

All the athlete has to do is attach their ProChip to their bike. After the race, the athlete takes his or her ProChip home – which means organizers no longer have to own and manage a big set of rental chips – to re-use in their next race and find their results in the personal profile on Sporthive.

The uniqueness of the MYLAPS ProChip System is characterized by a combination of the user-friendly and personal transponders that detect racers on high speed, the high quality and reliability, the free timing software and many years of experience with existing MYLAPS products.

“ With the ProChip transponder system, we were always able to create a full classification. With ProChip this is much faster than creating the classification using the Photo Finish. ”

**Henrik M. Kristensen**  
Danmarks Cykle Union

# SYSTEM SETUP - FIXED TRACKS

The ProChip System with the table-top decoder is designed for fixed tracks and training locations.

## PROCHIP TABLE-TOP DECODER



Attached to the detection loop, the table-top decoder decodes the transponder signal into the athlete's ID at the exact time at which the athlete crossed the time line. The table-top decoder needs to be attached to an external power source.

- Easy system set-up with simple wire antennas
- Intuitive operation
- Highly accurate GPS synchronization
- Connectivity through Ethernet

### SPECS

Dimension: 180 x 160 x 45 mm / 7 x 6.3 x 1.8 in  
Weight: 720 g / 1.6 lb  
Time of day clock synchronization: via GPS receiver to UTC  
Track width: 2-16m / 10-52ft



## DETECTION LOOP



The detection loop emits an activation signal to activate the ProChip transponder and acts as the system antenna for receiving all ProChip signals. The detection loop is embedded at the finish line and intermediate timing points installed on the course.

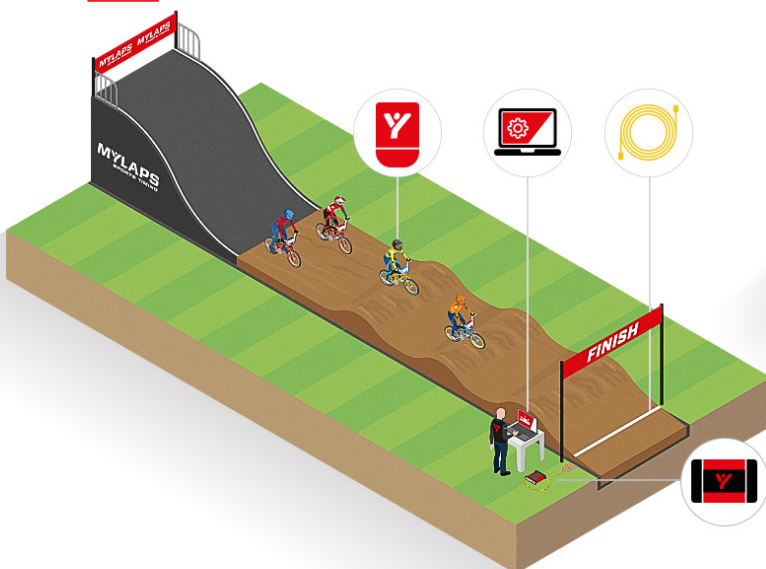
Embedded in the asphalt, snow, ice or any other surface the loops can cover tracks of between 2 and 16 meters (10-52 ft) wide.

### SPECS

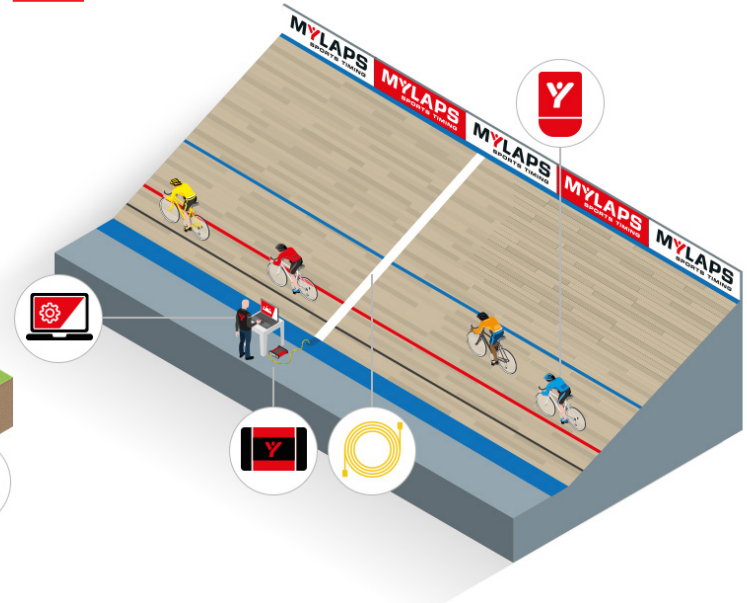
Track width: 2-16m / 10-52ft  
Loop width: 60cm / 2ft  
Coax to decoder: max. 100m (330ft) double shielded  
Loop wire: d=3 mm (1/8 in), tinned copper, 0.75 mm<sup>2</sup> (18 AWG)



## BMX



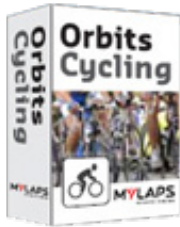
## TRACK CYCLING



# SYSTEM SETUP - ONE-OFF TRACKS

The ProChip System with the portable decoder is designed for one-off tracks and events.

## ORBITS CYCLING



The ProChip system works with Orbits Cycling and with Timing & Scoring software. Both software packages allow you to:

- Set up the system
- Prepare entry lists for each race
- Process, print and publish official event results
- Upload event results to results.sportive.com



### FEATURES

- Event Setup & Timing
- Registration
- Results processing
- Results distribution
- Championship management

## PROCHIP PORTABLE DECODER



The MYLAPS ProChip decoder is the beating heart of the system. It receives passing times from the detection loop and translates this into data the software can work with.

The Prochip decoder sends this data to the timekeeper's computer. The decoder has a built-in practice mode that allows automated uploads of practice results to the internet, without the need of a timekeeper.



### SPECS

Dimension: 180 x 160 x 45 mm / 7 x 6.3 x 1.8 in  
Weight: 720 g / 1.6 lb  
Time of day clock synchronization: via GPS receiver to UTC  
Track width: 2-16m / 10-52ft

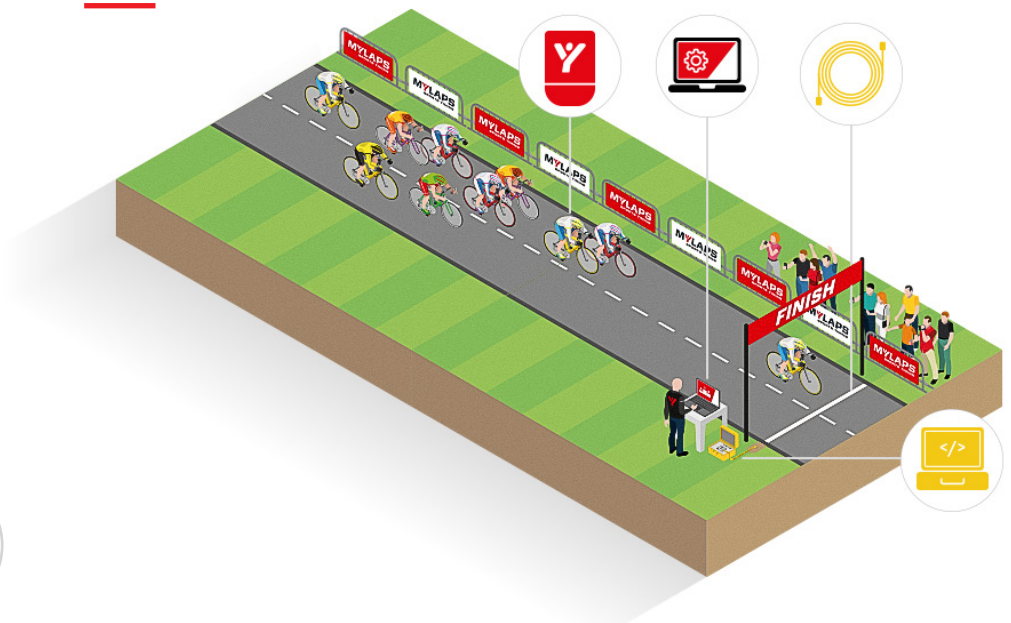
## PERSONAL PROCHIP FLEX



See next page



## ROAD CYCLING



# BENEFITS OF A PERSONAL PROCHIP

## PERSONAL PROCHIP FLEX

Each athlete buys their own personal ProChip FLEX to enter your competition or race. Because each ProChip is unique it's easy to identify the race participant and create classifications. No more manual creating of start lists before each race.

Benefits of athletes having their personal ProChip:

- No more chip management, the racer is responsible for their own timing chip
- Unique identification of every athlete
- High speed accuracy up to 0.003 seconds

### SPECS

Max. speed: 75 km/h / 47 miles/h  
Timing accuracy: 0.003s  
Signal transfer: magnetic induction  
Detection Height: max. 120 cm / 4 ft



## PROCHIP TIMER

If you want a rental pool of ProChip we have our ProChip Timer, with the benefits of a ProChip FLEX and with easy bulk activation and management. A great solution for one off events.

### SPECS

Same performance as the ProChip FLEX.



---

***PROCHIP  
GIVES A  
WHOLE NEW  
PERSPECTIVE  
TO RACING***

---

# INTERMEDIATE TIMING SYSTEM

THE MYLAPS INTERMEDIATE TIMING SYSTEM PROVIDES YOU WITH DETAILED RACE FEEDBACK. A DETECTION LOOP AND A DECODER ARE NEEDED TO ADD AN EXTRA TIMING POINT.

## Speed Measurement

You can measure the speed of racers by simply setting up two timing points, one at the beginning and one at the end of a section of the course. The broadcasting of speed data, such as the maximum speed, enhances the audience's experience of the race.

## Athlete location

You can identify the exact location of the athletes by placing timing points at sector borders. This allows you to track the position of athletes along the course.

## Split times

By adding timing points along the course, you can easily measure split times. This information gives the event organizer and the audience detailed race feedback, which enhances the entire race experience.

## Online Results

If you upload event or practice results to the MYLAPS Sporthive platform, all intermediate times are included automatically, providing your members with more detailed statistics for further analysis.

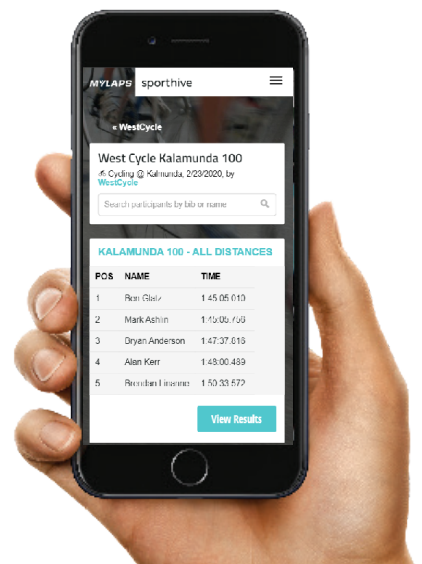


## **SPORTHIVE**

### THE PLATFORM FOR ACTIVE SPORTS RESULTS

MYLAPS Sporthive is the practice and event results platform for running, cycling, triathlon, skating, mud and fun runs and all other forms of active sports. Results from ProChip-timed events will be uploaded to MYLAPS Sporthive.

Athletes can create a free account, register their ProChip to their name and find an overview of their training and event results. Through their account, they can analyze, compare and share all lap time data.



# REFERENCES



“ Die Genauigkeit, die wir für die Zeitbeobachtungen und Rennergebnisse über Mylaps erhalten, wird unter anderem für Streckensprints, Hochgeschwindigkeit und Massenankünfte bei Straßenrennen angegeben.

Das Verleihsystem der Pro-Chips hat teilweise dazu geführt, dass wir von den Athleten keine Kommentare zu "hohen Kosten" erhalten haben, da diese aufgrund der Verleihstruktur im Vergleich zu anderen Anbietern relativ günstig und wettbewerbsfähig sind. ”

- Henk van Beusekom, Competition & Race Secretary

“ Seit wir als Cycling Vlaanderen mit MYLAPS zusammenarbeiten, hat sich eine neue digitale Welt in der Fahrradlandschaft geöffnet. Das zugängliche und genaue Prochip-System stellt sicher, dass unsere Beamten vor Ort professionell arbeiten können. ”

- Massimo van Lancker, Sports Technical Competition Coordinator



“ Cycling Australia verwendet Mylaps seit zehn Jahren im täglichen Trainingsumfeld. Die Genauigkeit, Zuverlässigkeit und Benutzerfreundlichkeit der MyLaps-Systeme gewährleisten, dass die Trainer alle Athleten, von der Elite bis zur Akademie, während jeder Sitzung monitoren können, um sicherzustellen, dass jede Leistungsverbesserung quantifiziert und validiert wird. ”

- Andrew Warr, Performance Systems Manager

“ Im Allgemeinen würde ich sagen, dass die Ergebnisse, die wir nach dem Wechsel zu ProChip erstellen, viel schneller und zuverlässiger erfolgen.

Der Einsatz von Transpondern hat sich auch für die Fahrer und die Öffentlichkeit insgesamt enorm verbessert. Wir liefern nicht nur die Klassifizierung schneller, sondern auch mehr Informationen. Jetzt können wir die Steh- und Rundenzeiten jedes Mal angeben, wenn ein Fahrer die Ziellinie überquert. An der Anzahl der Besucher auf der Website mit Live-Aktualisierung der Rennen können wir sehen, dass es eine ganze Menge Leute gibt, die das Rennen verfolgen.

- Henrik M. Kristensen



---

# ABOUT MYLAPS

---

We support athletes, racers and events in creating their ultimate sports experience. Every year we capture the performance of over 20 million people all over the world. And turn their data into insights, progress and fun. We offer them a better understanding of their performance and help them with their best next steps. Founded in 1982, we have revolutionized the world of sports timing with groundbreaking innovations and set the standard ever since. Our products and platforms are used at professional events like the Olympics and major marathons to countless local events around the corner.

MYLAPS has offices in The Netherlands, USA, Australia, China, Japan and Malaysia.

You can find our contact details on  
**[mylaps.com](https://mylaps.com)**



EXPERIENCE **PROGRESS**

# Bærum og Omegn Cykleklubb

Vedlegg 3: Sak 10.2 Vedlikehold av BMX-banen

Forslag til årsmøte i: **Bærum og Omegn Cykleklubb 2025**

Fra: **Gruppestyret for BMX**

Tittel på forslag: **Vedlikehold av BMX-banen**

#### Forslag:

Siden BMX-banen stod ferdig i 2017 har vedlikehold blitt gjennomført på dugnad av foreldre med stort engasjement for klubben, men ikke nødvendigvis nøkkelkompetanse. Over tid har slitasjen fra bruk, kraftig regnvær og til dels også hærverk ført til at toppdekket er tynt noen steder. Større stein som kommer gjennom og renner fra regnvann gjør det farlig å sykle, og tiltak er nødvendig for å få banen godkjent for løp.

Gruppestyret for BMX har derfor innhentet tilbud fra Velosolutions på gjennomføring av vedlikehold:

Bærum BMX - Rebuild work quote (per week)					Work & machinery	Work
Nr.	Works	Unit	NOK per unit	Amount	Total costs, NOK	Total costs, NOK
1	Consultation and buildup - team leader	hours	1 250,00	40	50 000,00	50 000,00
2	Consultation and buildup team (3 specialists).	hours	1 100,00	120	132 000,00	132 000,00
3	Hotel costs, 1 night, 4 persons **	nights	4 000,00	6	24 000,00	24 000,00
4	Travel costs (fixed day rate, flights, etc)	days	60 000,00	1	60 000,00	60 000,00
5	Daily allowances (on site and travel days) ***	days	940,00	24	22 560,00	22 560,00
6	Excavator 12-15t, rotortilt, fuel**	days	6 600,00	5	33 000,00	0,00
7	Wheel loader 5-7t, fuel**	days	5 600,00	5	28 000,00	0,00
8	Compactors 400-500kg and 100-120kg, fuel**	days	1 900,00	5	9 500,00	0,00
9	Transportation of machinery**	times	10 000,00	4	40 000,00	0,00
10	Small compactors and hand tools	days	2 900,00	5	14 500,00	14 500,00
					<b>Total excl. VAT:</b>	<b>413 560,00</b>
					<b>VAT 25%:</b>	<b>103 390,00</b>
					<b>TOTAL incl. VAT 25%:</b>	<b>516 950,00</b>

\* Estimation, Client will be charged as per fact

\*\* can be organised by client. As per VS requirements


\*\*\* Can be reduced if Client supplies meals - breakfast/lunch (hot meal)/dinner (hot meal).

Gruppestyret har vært i kontakt med Franzefoss i forhold til spons av grusmasser til påfyll der massene må skiftes ut mot reklame på BMX-banen. Gruppestyret vil kontakte lokale aktører for leie av maskiner for å få ned kostnaden, og søke støtte fra fond og stiftelser hvis mulig.

#### Begrunnelse:

Banen trenger større vedlikehold, inkludert bytte av dekke, noe som krever profesjonell hjelp. Dette er viktig for å sikre at banen er trygg og egnet for trening og konkurranser. Et godt vedlikeholdt anlegg er avgjørende for å opprettholde barnas interesse og motivasjon for BMX-sykling.

Bærum, 08.02.2025



[signatur]

Terje Stav, Gruppeleder BMX