

Årsberetning 2025 Langrennsgruppa Årvoll IL

UTØVERE OG REKRUTTERING

Klubben har stabil aktivitet som breddeklubb samtidig som vi har lovende ungdommer med gode resultater i nasjonale og internasjonale renn.

Per 16.02.2025 hadde skigruppa 134 aktive medlemmer.

De aktive medlemmene fordeler seg slik (2024-tall i parentes):

2004-2006: 5 (6)

2007-2010: 9 (9)

2011: 2 (2)

2012: 10 (14)

2013: 13 (22)

2014: 11 (17)

2015: 12 (14)

2016: 7 (13)

2017: 23 (8)

2018: 26 (13)

2019: 16 (0)

Medlemsmassen er forholdsvis stabil i de øverste aldersklassene, mens det har vært noe frafall i årgangene 2012-2016. Det er gledelig å se at rekrutteringen blant de yngre årskullene har vært svært god.

Vi har hatt fokus på å rekruttere yngre via informasjonsarbeid, nærsamling på Sletta som oppstart av barmarkssesongen, samt tidlig rekruttering av lagledere/foreldrekontakter i oppstartskull. For å hjelpe på rekrutteringen har vi også hatt en ungdomstrener som har vært med å trene den yngste årgangen.

LANGRENNSSTYRET

Styret ble endret etter vedtak ved årsmøtet i Årvoll IL i 2025:

Olga Ingrid M. Steinsholt (leder), Karin Ternsell (styremedlem) og Øyvind Gjermshus (styremedlem) tok ikke gjenvalg og gikk ut av styret. Marius Dalen (styremedlem) ble valgt inn i

styret for to år. Bo Terning Hansen, Elisabeth Rømo og Tore Bjønviolen var ikke på valg og fortsatte i styret. Bo Terning Hansen tok over som leder av styret, mens Elisabeth Rømo og Tore Bjønviolen fortsatte i de roller de hadde i det forrige styret. Styret i langrennsgruppa besto i sesongen 2025/2026 følgende av:

Leder: Bo Terning Hansen (På valg i 2026)

Styremedlem: Marius Dalen (På valg i 2027)

Styremedlem/kasserer: Elisabeth Rømo (På valg i 2026)

Styremedlem/sportslig leder: Tore Bjønviolen (På valg i 2026)

Styret bør bestå av fem medlemmer, men lyktes ikke med å rekruttere ytterligere styremedlemmer i 2025. Styret har derfor bestått av fire medlemmer i perioden. Til tross for dette har styret gjennomført sesongen 2025/2026 i tråd med planene, og samarbeidet har fungert godt. Samtidig er dette ikke en ønsket situasjon, da et redusert styre medfører økt arbeidsbelastning for de sittende medlemmene og kan innebære en risiko for redusert kvalitet i styrearbeidet over tid. Det er imidlertid fortsatt krevende å rekruttere foreldre/foresatte eller andre frivillige til verv i langrennsstyret.

Styret har hatt månedlige styremøter etter årsmøtet i 2025, samt mange runder med e-post, meldinger og annen kommunikasjon. Det er ikke utbetalt honorar til styret.

ØKONOMI

Følgende redegjørelse er basert på regnskap og budsjett styret i langrennsgruppa har oversendt Årvoll IL's hovedstyre. Vi gjør oppmerksom på at regnskapet ennå ikke er slutført av klubbens eksterne regnskapsfører.

I 2025 hadde langrennsgruppa inntekter fra GLA-samarbeidet (se eget punkt) på NOK 143.401. Tilsvarende hadde vi utgifter til GLA-samarbeidet på NOK 109.285. GLA-midlene tilfaller ikke Årvolls langrennsgruppe alene, men de administreres av oss på våre konti. Disse midlene holdes derfor utenfor i den følgende redegjørelsen om langrennsgruppas økonomi for 2025.

Vi hadde salgsinntekter på NOK 105.603 og andre driftsinntekter på NOK 507.462, som ga totale driftsinntekter på NOK 613.065. Budsjetterte inntekter for 2025 var NOK 620.000. De største inntektspostene var treningsavgifter, egenandeler, tilskudd fra hovedstyret, arrangement av Rossignolrennet og kretsmeisterskap, og salg av treningstøy.

På utgiftssiden hadde vi varekostnader (innkjøp av treningstøy) på NOK 96.457, lønnskostnader på NOK 55.455 og andre driftsutgifter på NOK 349.920. Totalt gir dette driftskostnader for 2025 på NOK 501.832. Budsjetterte totalkostnader for 2025 var NOK 571.300. De mest betydelige avvikene fra budsjett var som følger: A) Høyere kostnader for innkjøp av klubbstøy pga feil prising fra leverandør (Anton Sport); B) Høyere lønnskostnader pga økt satsing på lønnede trenere i løpet av sesongen; C) Lavere kostnader til påmelding til renn og turneringer; D) Lavere

kostnader til løperutvikling. C) og D) skyldes blant annet kun to juniorløpere i 2025 som ga lavere kostnader enn forventet, og relativt lav deltakelse på renn blant klubbens utøvere. De to juniorløperne var heller ikke med i Team Kollen, og hadde ikke smøreopplegg fra klubben på Norgescup, som var kostnadsbesparende. D) skyldes også noe lavere deltakelse på samlinger enn forventet. C) kan også skyldes sen fakturering fra Buypass som administrerer løpskontingenter – i så fall vil det vises i neste års regnskapsrapport.

Totalt årsresultat, når GLA-midlene holdes utenfor og et netto finansresultat på NOK 381 legges til, er et overskudd på NOK 111.614. Budsjettert overskudd for 2025 var NOK 49.200.

Når inntekter og utgifter knyttet til GLA-midlene inkluderes, slik det per i dag rapporteres til Årvoll ILs hovedstyre, er det totale årsresultatet et overskudd på NOK 145.730.

Sum gjeld og egenkapital per 31/12-2025 er NOK 778.286 mot NOK 785.975 i 2024. Midler øremerket GLA-samarbeidet er inkludert i disse summene da vi per dags dato ikke har mulighet til å skille dem ut i balanserapporten i vårt nye regnskapssystem. (For regnskapsåret 2024 utgjorde GLA-midlene NOK 63.879).

TRENINGSOPPLEGG

Organisering

Langrennsgruppa er organisert slik at alle aldersgrupper har en hovedtrener eller lagleder samt hjelpetrener. Hovedtrenerne er ansvarlige for henholdsvis treningsoppleggene og det å være bindeledd for informasjon mellom styret, øvrige trenere og foreldre. Treningene i de yngre årskullene er i hovedsak foreldredrevet. De eldre utøverne har også et treningstilbud gjennom GLA-samarbeidet, hvor Årvoll deltar både på trener- og utøversida sammen med de andre langrennsklubbene i Groruddalen.

Trenerteamene har gjennomført egne møter for å planlegge sesongen. I 2025 var det et organisert treningstilbud for alle årskull til og med HL alder. For de yngre gruppene var hver treningsgruppe organisert per årskull, mens noen av de eldre årskullene var slått sammen for å oppnå en hensiktsmessig gruppestørrelse. I barmarkssesongen på høsten var det et treningstilbud i hall for de som ønsket det (på Tonsenhagen, Vollebekk eller Årvoll skole). Noen kull valgte utelukkende utetrening også i barmarkssesongen. De eldre kullene trente i tillegg på rulleski i nærområdet eller på Lillomarka skiarena. Fra første snøfall har alle treninger foregått ute, på Sletta, Lillomakra arena eller i marka. De yngre kullene hadde bare én organisert trening i uka, mens de eldre hadde flere.

Til forskjell fra tidligere år hadde vi i 2025 ikke en treningsgruppe for juniorer fordi vi kun hadde to juniorløpere som fulgte sine egne opplegg. Begge disse fungerte som trenere på Team GLA i 2025.

Rekruttering av ungdomstrenere

I 2025 har vi i økende grad benyttet lønnede ungdomstrenere for å støtte treningen i flere årskull. Ungdomstrenere har fortrinnsvis blitt rekruttert fra egen klubb. De har bidratt på treninger av de eldre årskullene (2013 og eldre), samt det yngste årskullet (2019). Ungdomstrenere bidrar også i GLA-samarbeidet og på klubbens arrangementer. Formålet er både å avlaste foreldretrenere, å øke kvaliteten på treningene for våre medlemmer, og å øke trenerkompetanse og tilhørighet i klubben. Styret ser dette som en god investering for klubben.

GLA-samarbeid med naboklubber i Groruddalen

For utøvere fra HL- og junioralder har det i flere år eksistert et treningssamarbeid mellom klubbene i Groruddalen, kalt Team GLA. Dette ble også gjennomført i 2025. Team GLA er et positivt tilskudd til etablerte treninger i klubben og utgjorde i 2024/2025-sesongen én trening i uka. Klubbene som deltar bidrar også med trenerressurser, og her er det viktig at Årvoll bidrar siden vi for tiden har klart flest utøvere i dette samarbeidet. Tiltaket er viktig for å gi våre eldre utøvere et større miljø og gode treningsmuligheter slik at vi kan holde dem i langrenn lengre uansett hvilke ambisjoner de måtte ha i løypa. For klubbene i Groruddalen er det også ressursbesparende at vi samles om et felles opplegg.

Ordningen ble støttet med NOK 125.000 fra Overtoppen og Baker Hansen i 2025. Høsten 2025 ble det arrangert Team GLA treningssamlinger på Rena (barmark) og Trysil (tidlig-snø) som i stor grad ble dekket av disse midlene.

Treningsarena

Lillomarka skiarena er sentral både for treninger og klubbarrangementer. I tillegg brukes nærområdene våre både til barmarks- og skitrening.

Langrennsgruppa betaler et årlig driftstilskudd og bidrar til driften av Lillomarka skiarena. Langrennsgruppa er representert i brukerrådet som er ansvarlig for koordinering og tildeling av treningstider og booking av arrangementer i arenaen. Klubben bidrar også i snøproduksjon.

AKTIVITETER I 2025

Barnas Mini-VM

Søndag 12. januar arrangerte vi Barnas Mini-VM sammen med de andre klubbene i Groruddalen og Skiforbundet. Dette var et lavterskel skirenn og skileik for de yngste, og mer enn 500 deltok. Et flott tiltak for skiglede for de yngste!

Rossignolrennet og kretsmesterskap

Den 25-26. arrangerte Årvoll Rossignolrennet og kretsmesterskap i begge stilarter sammen med Lillomarka skiklubb. 90 funksjonærer fra begge klubber deltok til sammen i arrangementet som ble en stor suksess og viktig inntektskilde for klubbene dette året. I tillegg jobbet klubbene godt for å få sponsorer til arrangementet. Rennene samlet rundt 800 deltakere hver av dagene. Det er omfattende og krevende logistikk, men vi har etter hvert god erfaring med dette og gode støttespillere i Lillomarka skiklubb som gjør at vi sammen får til et svært vellykket arrangement.

Timesløpet

Det tradisjonsrike Timesløpet ble gjennomført på Lillomarka Arena. Onsdag 11. februar samlet utøvere, trenere og foreldre på tvers av alle årskull seg for å gå så mange 1-kilometers runder som mulig i løpet av en time. 103 barn var påmeldt, og det ble gått 1025 runder – som var klubbrekord! Det var 2014-kullet som var ansvarlig for arrangementet.

Klubbmesterskapet

Klubbmesterskapet ble arrangert på Lillomarka skiarena 3. mars 2025 med ca 70 påmeldte deltagere. Det ble kåret klubbmestere i de eldre klassene og delt ut premier til alle. De yngre hadde intervallstart og de eldre fellesstart. Klubbens internasjonale toppløpere var også med.

Groruddalsmesterskapet

Sammen med de andre klubbene i Groruddalen arrangerte vi tradisjonen tro Groruddalsmesterskap på Lillomarka arena 20.mars 2025. Årvoll var klubben som stilte med flest deltakere, 43 i tallet. En utfordrende og morsom løype med diverse elementer ga mange gode løp!

Sesongavslutning

28. mai hadde vi 2024/2025 sesongavslutning i klubbhuset. Vi takket blant annet av utgående styremedlemmer og hilste nytt styre velkommen. Signe, Erik, Sander og Mons ble også intervjuet for åpen scene, og vi fikk et interesssant innblikk i våre eldre utøveres erfaringer som skiløpere oppvokst i klubben. De hadde ulike perspektiver og ambisjoner for langrenn, og viste at det er plass til alle i Årvolls langrennsgruppe, også i ungdomsårene.

Nærsamling

Barmark nærsamling er godt etablert som tradisjon og ble arrangert for niende gang 19-20. september på Sletta/Grefsenkleiva (løpsøvelser etc.), og på Lillomarka skiarena (rulleski). Det var svært godt oppmøte begge dager. Styret arrangerte i samarbeid med trenere fra de enkelte kull. Samlingen hadde fokus på øvelser og treninger på tvers av årskull og ferdighet. Nye første- og andreklassinger og deres foreldre var særlig invitert for å få et inntrykk av langrennsgruppa.

Årlig klubbsamling

For å komme i enda bedre stemning til skigåing arrangerte vi også i år en samling på Skeikampen, som fant sted 28-30. november. Det hadde vært kaldt nok til å produsere en god runde med kunstsno på forhånd, og det hadde også kommet noe villsno, så man fikk trent på ski. Det var god deltakelse, men noe lavere enn tidligere år, med 74 foreldre og barn totalt. Styret besluttet å subsidiere samlingen på samme nivå som tidligere. Thon Hotel Skeikampen er ble reservert for tilsvarende samling 4-6. desember 2026.

Deltakelse på øvrige skirenn

Ved sesongstart 2024/2025 og 2025/2026 sendte sportslig leder ut en oversikt over aktuelle skirenn til alle trenere. Det arrangeres renn de fleste helger i vintersesongen, i tillegg til enkelte renn på hverdager, så mulighetene for deltakelse er mange. Klubben oppfordrer til deltakelse på skirenn i kretsen samt i nasjonale renn for eldre utøvere, og dekker påmeldingsavgifter. Trenere informerer gjennom SPOND sine utøvere om renn som er anbefalt for deres kull. På renn med Årvoll-deltakere stiller vi med klubbflagg slik at det er enkelt for alle å samles med klubbvenner. På denne måten sikrer vi også at det sosiale aspektet ved langrennsgruppa blir ivaretatt på renn.

Generelt var deltagelsen på skirenn relativt lavt i budsjettåret 2025, basert på påmeldingsavgifter betalt av klubben. Dette skyldes nok i hovedsak lavere aktivitet og frafall i de eldre årsklassene, samt en økning i medlemsmassen blant de aller yngste årskullene som ennå ikke er fortrolige med å gå skirenn. Likevel var det mange som deltok og forhåpentligvis gledet seg med det! Mange fine plasseringer ble det også. Årvoll deltok også i flere stafetter i regionen.

Årvoll fortsetter å hevde seg i langrennstoppen nasjonalt og internasjonalt.

Klubben har i 2025 flere ungdommer som har begynt å delta i nasjonale renn. Til hovedlandsrennet i Holmenkollen stilte Årvoll med hele 6 utøvere, og fikk mange gode plasseringer. Iver Fjeld Bjonviken gikk inn til en meget sterk sølvmedalje i 7.5 kilometer klassisk. I tillegg stilte 8 utøvere på 54 kilometer i Birkebeinerrennet fra Rena til Lillehammer.

Juniorsatsningen var mindre for klubben i 2024/2025-sesongen enn den har vært se senere år. Kun to utøvere konkurrerte i Norgescupen, Erik Rømo og Mons Melbye. Erik og Mons oppnådde mange gode resultater, blant annet bronse i NM sprint og fjerdeplass totalt i Norgescupen. Mons ble tatt ut til juniorlandslaget i 2024/2025, og deltok i junior-VM i Schilpario (Italia) i februar 2025 med godt resultat.

Sander Haukvik-Jensen ble tatt ut til Team Elon Oslofjord for sesongen 2024/2025, og igjen for 2025/2026. Team Elon Oslofjord er et regionalt satsningslag som kun tilbyr de beste seniorenene i regionen plass. Sander ble også tatt ut til U23-VM i Schilpario i februar 2025, hvor han oppnådde en sterk femteplass på skøyte-distansen.

RESSURSER OG SAMARBEID

Utstyr og lager

Alle årskull har tilgang til felles utstyrlager i klubbhuset ved Årvoll skole. Enkelte kull har også tilgang til lager på Lillomarka skiarena.

Utstyrlager omfatter blant annet rulleski til utlån, utstyr til gjennomføring av klubbens egne renn og samlinger, skileikutstyr til trening. Klubben kjøpte i 2025 inn 18 par kombisko, primært tiltenkt bruk på rulleski for de som ikke har egne sko som egner seg for dette. De kan selvsagt brukes om vinteren også! Øvrig supplerte vi lageret med nødvendig utstyr til treningene men gjorde ingen større investeringer.

Sponsorer

Vi videreførte sponsoravtaler med Krogsvæn og Rema 1000. Årvoll IL sentralt prøver nå å inngå avtaler på vegne av klubben, og vi bør ta dette med i betraktning ved eventuell fornyelse av sponsorer neste år. For øvrig ordnet vi god sponsorhjelp til Rossignolrennet og KM fra Servicegrossisten Øst. Kiwi Tonsenhagen bidro også med ad hoc sponsering av mat og drikke på noen av våre arrangementer. Stor takk til våre sponsorer i 2025!

Klubbttøy og rabatter

Det er mye organisering i forbindelse med innkjøp og salg av klubbttøy. Dette er en oppgave styret dekket tidligere, men som vi i 2025 fikk hjelp utenfra for å løse fordi styret har blitt mindre. Takk Bente Fjeld for den jobben! Klubbttøyet må spesialbestilles fra leverandøren som for tiden er Craft og knyttet til Årvoll ILs sin felles utstyrsavtale med Anton Sport. Vi bestilte ttøy slik at vi har et lite lager av de mest aktuelle modellene. I bestillingsprosessen ble vi dessverre feilinformert om pris, slik at innkjøpet ble dyrere enn forutsett og annonsert for våre medlemmer. Vi fikk derfor noe høyere kostnader ved innkjøp og lavere margin på salg enn budsjettet.

Trenere får refundert 50% av kostnad til eget klubbttøy og 25% av kostnad på klubbttøy til egne barn. Alle barn som melder seg inn i langrennsgruppa får enten en lue eller en ørevarmer fra klubbkolleksjonen.

Gjennom våre avtaler får våre medlemmer rabatter og fordeler ved kjøp av enkelte kategorier av utstyr hos Anton Sport og hos langrennsspesialisten Milslukeren, som informert om via langrennsgruppa Facebook og nettside.

Dugnader

Klubben er helt avhengig av dugnadsinnsats fra foreldre/foresatte. All innsats av styremedlemmer og foreldretrenere er dugnadsbasert, og i tillegg kreves innsats fra øvrige foreldre/foresatte ved alle klubbens arrangementer. Styret ba i 2025 alle årskull om å utnevne en dugnadsansvarlig slik at jobben med rekruttering til dugnad skal gå lettere og for at dugnadsbelastningen ikke skal bli for stor for styret og foreldretrenerne. Det oppleves likevel

fremdeles som utfordrende å rekruttere nok frivillige til våre dugnader, og ordningen med høy grad av frivillighet for deltakelse på dugnader bør vurderes av kommende styrer. Langrennsgruppa har et årshjul som er tilgjengelig på våre nettsider. Det beskriver hvem som er ansvarlig for å arrangere klubbens ulike arrangementer.

ADMINISTRATIVE SAKER

- En eller flere av styremedlemmene har deltatt på gruppemøtene som arrangeres av hovedstyret.
- Årvoll IL sentralt har ansatt daglig leder. Dette skal avlaste gruppestyrene.
- Årvoll IL har lagt om sitt regnskapssystem (skiftet til Tripletex), som har gitt endringer i hvordan budsjett og regnskap føres og følges opp for alle gruppene i idrettslaget. Dette har medført noen utfordringer i overgangsfasen. Vi har mestret det.
- Spond er langrennsgruppas viktigste informasjonskanal til medlemmene. Facebook-siden er også viktig, og vi anbefaler medlemmer å også følge denne.
- Spond benyttes også til kommunikasjon mellom styret og trenerne, og mellom trenere.

Oslo 20. februar 2025

På vegne av Styret i langrennsgruppa,

Bo Terning Hansen

Leder