



## ÅRSRAPPORT 2008-2009 (år 5)

### Hovedmål:

### FLERE OG MER AKTIVE O-LØPERE!

Et prosjekt i Mjøs-området for å få flere og mer aktive o-løpere under 20 år

Organisert og finansiert av 11 (senere 10) klubber i Hedmark og Oppland

Mjøs-O har siden prosjektet ble fullfinansiert av Mjøs-O-klubbene hatt en person ansatt 40 % i stillingen som aktivitetskoordinator. Fra 1. august 2008 og frem til 1. august 2009 var dette Tove Bakken, mens Sondre Sande Gullord overtok fra 1. august 2009.

### Mål fra oppstart av prosjektet:

#### Rekruttering

- Utvikle interessen for orientering gjennom skolesatsing og Skolesprinten
  - Orientering i skolene
  - Opplæring av lærere i skolen
- Utvikle modeller for rekrutteringsarbeid i klubbene i tråd med NOF's utviklingstrapp – og jobbe kontinuerlig for å holde på de som er rekruttert.

#### Ungdomsarbeid 13-20 år

- Ungdomsarbeid – stimulere og hjelpe klubbene til å arrangere ville, vakre og rå treninger, samlinger og o-løp.

#### Arrangementsutvikling

- Utvikle og stimulere eksisterende klubbaktivitet i Mjøsregionen - klubbutvikling
- Utvikle arrangement i Mjøsregionen med særlig fokus på alderen 13-20, men viktig å få med de erfarne i alderen 10-12.

#### Sponsor/informasjon

- Sponsorvirksomhet og informasjonsarbeid

## REKRUTTERING:

- Årsmøtet 2007 vedtok å redusere Mjøs-Os aktivitet, og rekruttering ble da nedprioritert. Derfor har ikke rekruttnettverket vært i aktivitet verken i år eller i fjor.
- Skolesprint, rekruttkarusell og o-skole er overlatt til de enkelte klubbene til evt å gjennomføre.

## UNGDOMSARBEID 13-20 ÅR

### Samlinger:

Tid	Sted	Arrangør	Innhold	Antall deltagere
Des 08	Moelv	Mjøs-O	Gate-o-løp + kveldsmat og foredrag ved Tommy Gullord	Ca 40
Jan 09	Lillehammer/ Sjusjøen	Mjøs-O/ LOK/NOF	Ski-o m/Hovedløp på Natrudstilen og overnatting med diverse aktiviteter fra Birkebeideren skistadion på Lillehammer.	41
Feb 09	Biri	Mjøs-O/ Gjø-Vard	Gate-o-løp + bespisning og foredrag	20
April 09	Karlstad	Mjøs-o/Innlands-O og Løten	Påskesamling med treninger og deltakelse i "Tour de Värmland".	Ca 80
April 09	Tiomila, Perstorp	Mjøs-O	Reise og deltakelse i Tiomila 2009 i Skåne. Mjøs-O koordinerte eget lag for klubber i distriktet.	16
Mai 09	Østfold, Spydeberg	Mjøs-O/Innlands-O	Deltakelse i Østfold O-weekend, overnatting på skole i Spydeberg og foredrag ved Kjell Magne Nordvi (trener Innlands-O)	72
Mai 09	Drammen	Mjøs-O/ Hovedløpskontak- te ne	Hovedløpssamling for alderen 14-16 år i området rundt Drammen. Hovedløpskontaktene arrangerte samlingen.	Ca 30
Aug 09	Kvikne	Mjøs-o/ Innlands-O	Deltakelse i Midt-Norsk-Mesterskap i Kvikne, overnatting på grendehus og foredrag ved Lars Skjeset	29
Okt 09	Løten	Mjøs-O/Innlands-O	Sprintsamling med prolog og finale fra Prestrud skole. Bading i Ankerskogen, overnatting på Østvang skole og foredrag ved Carl W Kaas.	29

## Mjøs-O-treninger:

I løpet av sesongen 2009 har det blitt arrangert 8 tirsdagstreninger i regi av Mjøs-O. De fleste treningene har vært i første halvdel av sesongen. Arrangørrollen har gått på rundgang mellom klubbene i Mjøs-O, og i snitt har ca 25 personer benyttet seg av tilbudet.

Nedenfor følger en oversikt over datoer, arrangørklubber og antall deltakere på de enkelte Mjøs-O-treningene:

18. mars	Vallset/Stange	18 stk
15. april	Hamar	22 stk
28. april	Ringsaker	37 stk
5. mai	Løten	22 stk
19. mai	Lillehammer	20 stk
2. juni	Vang	17 stk
16. juni	Elverum	23 stk
25. august	Hamar	25 stk

## ARRANGEMENTS-UTVIKLING

### **ARIES-cupen:**

Ungdomscup for O-løpere opp til 20 år som er gjennomført i 2005, 2006, 2007, 2008 og 2009.

*Fikk NOFs nyskappingspris i 2005*

Stort engasjement og mange nye løpsformer prøvd:

- Fellesstart - med og uten gafling
- Parstart - to sløyfer og kartbytte
- Micr-O og Macr-O - med noe flaks og mye bom – veldig spennende
- Jaktstart – mye spenning og intense dueller

Gjennomført i flotte og for mange ukjente terreng av mange dyktige arrangører rundt Mjøsa  
**2005:** Furuberget(Hamar), Brynsåsen(Vallset/Stange), Sjusjøen(Lillehammer), Fastland (Gjø-Vard), Moskogen(Ringsaker)

**2006:** Domkirkeodden(Hamar), Byhagan(Hein), Fossmarka(Lillehammer+Mjøs-O), Budor(Løten), Starum(Toten-Troll)

**2007:** Elverum(Vang), Klevfos(Vallset/Stange), Bergsbu(Hein), Snertingdal(Snertingdal), Biri (Gjø-Vard)

**2008:** Moskogen (Ringsaker), Starum (Toten-Troll), Brummundkampen (Vang), Skumsjøen (Gjø-Vard), Presterud (Hamar)

#### **2009:**

13.05 – Fastland,	Gjø-Vard	Tempoetappen
10.06 – Netrudstilen	Lillehammer	Fjelletappen
19.08 – Brynsåsen	Vallset/Stange	Stereoetappen
02.09 – Strandbygda	Elverum	Åpningsetappen
04.10 – Løten sentrum	Løten	Jaktfinalen

Teknisk godt gjennomførte løp med gode kart og varierte løyper.

God erfaring med felles støttefunksjoner - som innbydelse, påmelding, speakertjeneste, tidtaking, premier, sponsorer, løype-kontroll og arrangementsoppfølging. Fruktserveringen etter målgang er stadig like populær. Bama refunderer 40 % av utgiftene til fruktkjøpet.

Åpningsetappen måtte i år utsettes på grunn av snø i terrenget i Elverum. Ny dato kom på plass, og arrangementet ble gjennomført på en meget tilfredsstillende måte.

Obligatorisk kvalitetssikring av løypene ble gjeninnført i år, etter erfaringer fra 2008.

Tommy Gullord har holdt foredrag på arrangørseminar på Lillehammer og lederseminar i Hedmark idrettskrets på Elverum, hvor han har fortalt om ARIES-cupen.

Aktivitetskoordinator Sondre Sande Gullord gjorde det samme på Interreg-konferanse i Kongsvinger. ARIES-cupen er uten tvil et spennende konsept som flere idrettsmiljøer er interesserte i å få vite mer om.

### ARIES-statistikk 2005-2008

	2005	2006	% endring fra 2005	2007	% endring fra 2006	2008	% endring fra 2007
Antall løpere	185	192	3,8	189	-1,6	192	1,6
Gj snitt antall løpere pr løp	104	129	24,0	112	-13,2	115	2,7
Antall klubber som har deltatt	12	15	25,0	13	-13,3	16	23,1
Totalt antall starter	519	642	23,7	562	-12,5	574	2,1
Ant løpere med 4 eller 5 løp	74	108	45,9	88	-18,5	88	0,0

### ARIES-statistikk 2009

	2009	% endring fra 2008
Antall løpere	<b>182</b>	-5 %
Gj snitt antall løpere pr løp	<b>106</b>	-8 %
Antall klubber som har deltatt	<b>13</b>	-19 %
Totalt antall starter	<b>531</b>	-7 %
Ant løpere med 4 eller 5 løp	<b>72</b>	-18 %

### Konklusjon ARIES-cup:

Det er i alle nye prosjekter en utfordring å holde fokus og aktivitet oppe ettersom årene går. Dette har ARIES-cupen klart – det er tydelig at cupen har høy stjerne og status! ARIES-cupen er uten tvil fortsatt en suksess, og definitivt Mjøs-O sitt viktigste bidrag til orienteringsaktiviteten i regionen.

Deltakerantallet vil alltid svinge litt fra år til år, og at deltakelsen i år har hatt en liten nedgang skyldes nok både at flere utøvere har flyttet ut av distriktet, værforholdene og noen uheldige datoer for løpene i cupen.

Arrangørstaben for ARIES-cupen 2009 skal ha stor takk for fem flotte arrangement i året som har gått. Dette gjelder både de som har bidratt på ett av arrangementene, men ikke minst de "faste" medhjelperne. Uten disse ville ikke ARIES-cupen 2009 vært gjennomførbare.

## **SPONSOR OG INFORMASJON**

### **Sponsoravtaler og samarbeidspartnere for 2009**

#### ARIES Sporten Rotsund:

Sponset alle trøyene i ARIES-cupen med trykk, deltakerpremier (på kr. 100,-) til alle som hadde løpt 4 eller 5 løp i cupen og uttrekkspremier blant de som hadde vært med på samtlige løp (o-sko og drikkebelter). Verdianslag samlet er kr 29.400,-

Gjenytelser fra oss: logo på innbydelse, nettside, cupnavn, logo på kart, pm, arenaseil, omtale/presentasjoner, sportsbutikk mulighet på alle cup-løpene, trøyesponsor alle gule trøyer og også logo på de andre trøyene, profilering gjennom speaker

#### Statskog SF:

De gir kr 5.000. Gjenytelse: trøyesponsor 2 oransje utfortrøyer, logo på [www.mjoso.com](http://www.mjoso.com) innbydelse, kart og PM, mulighet for arenaseil, profilering gjennom speaker.

#### Johansen trevarefabrikk AS:

De gir kr 5.000. Gjenytelse: trøyesponsor 2 grønne spurttrøyer, logo på [www.mjoso.com](http://www.mjoso.com) innbydelse, kart og PM, mulighet for arenaseil, profilering gjennom speaker.

#### Visma aut. regnskapsbyrå:

De gir kr 5.000. Gjenytelse: trøyesponsor 2 røde sprinttrøyer, logo på [www.mjoso.com](http://www.mjoso.com) innbydelse, kart og PM, mulighet for arenaseil, profilering gjennom speaker.

#### Syljuåsen AS, entreprenør,

De gir kr 5.000. Gjenytelse: trøyesponsor 2 kvite klatretrøyer, logo på [www.mjoso.com](http://www.mjoso.com) innbydelse, kart og PM, mulighet for arenaseil, profilering gjennom speaker.

#### Oktan Hamar AS:

De gir arbeidstid av Øystein Melby, grafisk utforming av innbydelsen til ARIES-cupen. Gjenytelse fra oss: logo på innbydelsen.

#### Kleppes salong AS:

De gir kr 2.500. Gjenytelse: Logo på startnummer på de 3 siste løpene i ARIES-cupen 2009 og profilering gjennom speaker og PM.

#### NOF:

Støtte gjennom barne- og ungdomsmidler til ARIES-cupen 2009: kr 6.000,-

#### Hedmark o-krets:

Aktivitetmidler utdelt til klubbene etter rapportering av alle opplegg Mjøs-O har arrangert som har minst 4 timers varighet og for målgruppen under 20 år. Dette vil for Hedmarks-klubbene dekke mange av egenandelene ved samlinger.

Oppland o-krets

Støtte gjennom aktivitetsmidler: kr 10 000,-

### **Informasjon:**

Mjøs-O har fortsatt egen nettside [www.mjoso.com](http://www.mjoso.com) og egen side for ARIES-cupen [www.aries.mjoso.com](http://www.aries.mjoso.com). Dette er Mjøs-Os informasjonskanal nummer en. Forøvrig går mye av informasjonen via mail.

Hver Mjøs-O-klubb har også sin egen Mjøs-O-kontakt som blant annet skal koordinere påmeldinger i forbindelse med Mjøs-Os aktiviteter.

### **STYRETS BETRAKNINGER:**

Mjøs-O er i ferd med å avslutte sitt femte år med klar videreføring av de aktiviteter som har vært suksessfaktorer gjennom årene, Aries-cup, fellestreninger og samlinger. Dette bærer frukter i form av styrkede miljø på tvers av klubbene samt resultater i de aldersbestemte klassene. Parallelt har Mjøs-O satt spor med sin organisering og fokus på aktivitet og arrangement mot barn og ungdom. Idrettens kompetansesenter Innlandet (IKI) har bevilget Mjøs-O og orienteringsmiljøene i Innlandet økte ressurser i to år. Dette er en todelt finansiering hvor NIF og Norges Orienteringsforbund bidrar. Målet er å styrke "satellitt"-miljøer omkring Mjøs-O. Dette er midler som styrker aktivitetslederen i Mjøs-O (med 20 %) og trener ressurser i orienteringsmiljøet. Dette for å skape et bredt trenings- og samlingsmiljø, samle og styrke treningsressursene på tvers av kretsene. I tillegg er en treningsressurs dedikert å ta tak i enkelte klubbmiljøer for å styrke disse for barn og ungdom.

Mjøs-O har i løpet av året også skiftet aktivitetsleder. Tove Bakken ga i august stafettpinnen som aktivitetsleder for Mjøs-O over til Sondre Gullord. Med ungdommelig innsats og pågangsmot har han allerede tatt en rekke grep som aktivitetsleder, som vil komme Mjøs-O, klubbene og orienteringsmiljøet i regionen til gode.

Aries-cupen har holdt stand og videreutviklet ungdomskonkurransen. Dette takket være en fantastisk speaker og tidtakertjeneste. Det er denne innsatsen sammen med hver enkelt klubb sin planlegging og gjennomføring av arrangementet som hever Aries-cupen.

Det vil alltid være ønske om større ressurser, hvor Mjøs-O har et potensiale i forhold til sponsorer og samarbeidspartnere. Styret i Mjøs-O vil se nærmere på dette med sponsorer i sammenheng med klubbens bidrag for å trygge Mjøs-O og orienteringsungdommen for framtiden. Mjøs-O driftes med små ressurser og med nøktern bruk av midler. Tross de knappe ressurser som Mjøs-O disponerer, hevder styret at prosjektet med Mjøs-O er berettiget sin eksistens med sitt fokus på orienteringsidretten og ungdom på tvers av klubbmiljø og krets.

For Styret i Mjøs-O:

oktober 2009

Bernt Bjørnsgaard, leder