

Årsberetning for

CK Elverum

Året 2021



Avgitt til årsmøtet 23. mars 2022

Vedlegg

- Regnskap for 2021

Årsberetning for CK Elverum, året 2021.

Styret for CK Elverum legger med dette fram årsberetning og regnskap for 2021.

Det er registrert 210 medlemmer i klubben ved utgangen av 2020. Dette er en nedgang i forhold til utgangen av 2020. Nedgangen skyldes i det alt vesentlige at medlemslistene ble «vasket» på slutten av 2021.

Styret har hatt følgende sammensetning, etter valget på årsmøtet 24. mars 2021.

Leder:	Kjell Bjertnes
Nestleder:	Morten Flobakk
Sekretær:	Ingrid Bergebakken
Kasserer:	Anita T. Svehagen
Styremedlem:	Håkon Uthus
Styremedlem:	Sivert Augustin Jakobsen
Varamedlem:	Thomas Rusten
Kontrollutvalg:	Stein Halvorsen, Siw Storsveen. Varamedlem: Solrun Flatås Risnes
Valgkomite:	Odd Erik Farstad, Gaute Risnes og Tore Bjørn Ringås

Møteaktivitet.

Det er blitt avholdt 7 styremøter.

Det ble arrangert ett (1) medlemsmøte.

Administrative forhold.

Klubbens medlemsadministrasjon vedlikeholdes gjennom NIF sitt system KlubbAdmin. KlubbAdmin er tett integrert med idrettens øvrige systemer (Min idrett, SportsAdmin, Online betaling) og den nasjonale idrettsdatabasen.

MinIdrett kan benyttes for å melde seg inn/ ut av idrettslaget, på/ av aktiviteter mv. samt betale sine forpliktelser via idrettens betalingsløsning.

Medlemskort kan lastes ned av hvert enkelt medlem.

Websiden/Hjemmesiden (www.ckelverum.no) har fått en face-lift, med statisk informativ forside med lenker og henvisninger til kontaktpersoner og aktiviteter i klubben.

Det er ønskelig at medlemmer melder inn saker som kan legges ut. Treningsgruppene som ønsker å informere om aktiviteter kan melde fra til Morten Flobakk.

FaceBook brukes som informasjons- og kommunikasjonskanal både til medlemmer og andre interessenter, for alle treningsgrupper i CKE.

Egne arrangement

Egne planlagte ritt og arrangementer ble i noen grad rammet av koronasituasjonen.

Terningen-rittet - avlyst

Mjøsa Terrengsykkel Cup - gjennomført

Tour of Norway for Kids - avlyst

Sykkelskole/sykelkarusell – gjennomført på høsten

Samarbeidsavtale med Sprek 365 med leie av Spinningssal hver tirsdag i vinterhalvåret.

Solrun Flatås Risnes har vært glimrende som instruktør.

Rapporter fra våre treningsgrupper 2021

Ungdomsgruppa

Det har vært god aktivitet i ungdomsgruppa, vi har hatt bra med tilvekst av nye medlemmer også.

Vi har trent hver mandag og onsdag, og vi har stort sett vært 8-15stk på treningene, i alderen 11-17år.

Vi har brukt områdene vi har rundt oss, som Svartholtet, Grundsetmarka, Strandbygda skistadion og rundbana på Løvberget.

Fra skolestart har Emma Risnes vært med og lagt opp og styrt noen treninger, da dette er i hennes utdannelse på Videregående skole.

Selv om vi benytter forskjellige områder, blir innholdet i treningene ganske likt, men tilbakemeldingene vi får er positive.

Fredrik Vingelsgaard har representert CK Elverum i flere ritt denne sesongen rundt om i Norges land. Nevner NM terreng rundbane i Brumunddal, NM/UM kortbane, seier i Tynsetrittet og pallplass i Mjøsa Terrengcup sammenlagt.

Emma Risnes har også representert klubben på en usedvanlig god måte. Hun har også vært rundt om i Norge og syklet landeveisritt. Hun ble plukket ut på juniorlandslaget i høst, og var med til Nederland på et ritt som gikk over 3 dager, og fikk veldig bra resultater i en internasjonal konkurranse. Det ble også en flott 3. plass i NM jr.

I desember greide vi endelig å få til en avslutning for gruppa (utsatt mange ganger pga av corona), hvor det ble servert pizza med drikke. Vi kombinerte dette med «mekke kveld», og vi var så heldige å ha med oss Bengt Arne Storsveen, som gav oss råd og tips til service og vedlikehold.

Det er veldig stor aldersspredning i gruppa, men for en flott, positiv og blid gjeng ungdommer vi har med oss i skogen 😊

Trimgruppa

Det har ikke vært noe organisert trening denne sesongen grunnet Corona-pandemien.

Landeveisgruppa

I år som i fjor har sesongen vært preget av restriksjoner, hvor flere ritt har blitt avlyst. Det ble forsøkt å få til et lag styrkeprøvens Lillehammer-Oslo, men det ble dessverre avlyst før laget ble samlet. Det har vært noen fellestreninger med oppmøte på Amfi men ikke like mye som ønsket, fordi restriksjoner har satt sine begrensinger når det gjelder fellesaktiviteter her i landet.

Ellers har Strava Cup blitt arrangert i Elverum i perioden 11. juli til 18. august med 5 etapper over 5 uker med en del utøvere fra CK Elverum samt andre klubber i nærområdet. Dette ble blant annet arrangert av Solør CK i sommer med hentet inspirasjon fra utgaven i 2020. Vi har i høst og vinter hatt tilbud for både landeveisyklister og terrengsyklister i Stangehallen, hvor deltagelsen ikke har vært all verden, men vi har et tilbud stående for klubbens medlemmer igjennom vinteren.

Terrenggruppa

Første fellestrening var 20.04.2021, siste fellestrening var 28.09.2021.

Fellestreninger har blitt gjennomført i TL1, TL2 og Rundbaneløypa.

Det har vært mellom 10 -25 stk. på fellestreninger på tirsdager.

Ved følgende terrengritt har CK Elverum vært representert i år:

- **6 stk. Trysil Knut rittet/Osen sjøen rund**
- 1 plass Siw Storsveen
- 1. plass Martin Dahling
- 2 plass Stein Halvorsen
- 5 plass Håkon Uthus
- 6 plass Knut Erik Håberget
- 13 plass Bengt Arne Storsveen
- **2 stk. Kongerittet**
- 9 plass Stein Halvorsen
- 24 plass Kjell Karlsen
- **5 stk. Offroad Valdres**
- 3 plass Bengt Arne/Siw Storsveen
- 3 plass Knut Erik Håberget/Håkon Uthus
- 7 plass Martin Dahling
- **8 stk. Trans Østerdalen**
- 1 plass Bengt Arne Storsveen/Siw Storsveen
- 2 plass Stein Halvorsen/Martin Dahling
- 2 plass Kjell Karlsen
- 3 plass Odd Erik Farstad
- **4 stk. Stomperud rittet**
- 3 plass Odd Erik Farstad
- 4 plass Knut Erik Håberget
- 6 plass Stein Halvorsen
- 14 plass Øystein Tønsager
- **19 stk. Birkebeinerittet**

Endurogruppa

Klubben har laget en Down-Hill trasé. Denne benyttes til endurotrening. Mathias Fonnås og Lars «Gravhaugen» og har sammen med Martin Aasen og dugnadsgjengen, fått i stand et ypperlig nærmiljøanlegg.

Gruppa har ikke hatt faste treningsdager, bare avtalt seg imellom, og syklet noen turer sammen.

Deltakelse på ritt:

Drammenduro – 5. plass Edvin Almaas Edvardsen

Traktor enduro – 3. plass Edvin Almaas Edvardsen

Trysil enduro – 4. plass Håkon Uthus, 4. plass Edvin Almaas Edvardsen og Mathias Nyvoll

Damegruppa

Etter en positiv start i 2020 ble det på høsten konkludert med at det ikke er behov eller interesse for egen dame-/jentetreninger i CK Elverum, med bakgrunn i lavt oppmøte.

Damer og jenter ble oppfordret til å være med på treninger med terrenggruppa og landeveisgruppa.

Sykkelskolen

Evaluerings av Sykkelskolen høsten 2021 – v/ Gaute Risnes

Før gjennomføring: Emma, Solrun og meg meldte oss som instruktører til sykkelskolen, og sa at vi kunne bidra enkelte kvelder. Vi fikk relativt raskt et oppdrag fra Kjell med å tenke ut et opplegg for gjennomføring. Å lage en plan for en slik sykkelskole er en krevende eksersis. Det er mange faktorer vi ikke hadde kontroll på. Opplegget vi landet på var å dele barna inn i tre grupper, basert på alder. Gruppene ble 4 - 6, 7 – 8, og 9 -10 år. Vi ønsket å ha et felles opplegg ved oppmøte, deretter gruppene for seg selv og en felles avslutning. Martin Åsen, som også hadde meldt seg som instruktør, var slik vi oppfattet det, den som skulle stå ansvarlig for gjennomføring. Kjell (mener jeg det var) sendt ut e-post til alle medlemmer om behov for instruktører. Dette var bra, siden mange ble informerte om sykkelskolen. Videre ble det produsert et infoark som ble sendt ut til alle barnehager og barneskoler i Elverum. Jeg er usikker på hvem som sørget for dette. Thomas Rusten ble kontaktet og skulle sørge for støtte fra ungdomsgruppa. I forkant av første kveld med barna vi samlet flere instruktører for å gå gjennom opplegget vi så for oss å gjennomføre. Verken Martin og meg hadde erfaring som trenere for denne aldersgruppa, og brukte i stor grad materiell fra NCF for å forberede øvelser.

Gjennomføring: Første kvelden for sykkelskolen kom, og vi var spente på hvor mange som skulle dukke opp. Våre antakelser om antall var 15 – 20 barn, som ville være særs bra. Til alles store overraskelse kom det ca 50 barn første kvelden. Dette førte til at vi egentlig hadde lite kontroll, men alle ble registrert og vi kom i gang i de ulike gruppene. Første kvelden (23. august) var vi nok litt for få trenere, men flere foreldre ble med og støttet. Selv om vi startet litt for seint ut på høsten var vi veldig heldige med været. Det var ikke før siste kvelden (4. oktober) at det var litt nedbør og vind. Totalt var det ca 75 barn innom sykkelskolen denne høsten.

Det som fungerte bra:

- ✓ Støtte fra styret i klubben med invitasjon og info til skoler og barnehager. Dette være seg saft og boller etter treningene, t-skjorter til barna og grilling på siste kvelden. Vedkommende er den som leder av sykkelkolen kan kontakte om det er noe som må ordnes. Ut fra oppmøte og det jeg kunne se antar jeg at Ingrid B. hadde det ansvaret i 2021. Viktig at dette fortsetter.
- ✓ Engasjement fra medlemmer i klubben var helt topp. Ikke vanskelig å skaffe trenere som kunne stille opp.
- ✓ Løberg Sykkelpark – fantastisk område med uendelige muligheter. Med de nye sløyfene som er lagt blir dette enda bedre i 2022.
- ✓ Det er etter min vurdering et betydelig potensial for sykling blant barn og unge i Elverum. Dette må utnyttes videre. Foreslår gjennomføring av sykkelkole også i 2022, med noe justeringer – se under.
- ✓ At selve sykkelkolen er gratis, er viktig. Må se på forsikringer – se under.

Det som kan bli bedre eller kan endres på:

- ✓ Usikker på hvor vi som klubb hadde stått om det hadde skjedd en alvorlig skade på et barn i forbindelse med sykkelkolen. Noen må se på om det er formålstjenlig med «tvungen» innmelding i klubben slik at barna er dekket gjennom NIF/ NCF sine forsikringsordninger. En mulighet kan være å tilby et rimelig familiemedlemskap, si 300,- i forbindelse med sykkelkolen.
- ✓ Leder av sykkelkolen bør ikke ha ansvar for noen av gruppene. Vedkommende er den som tar imot barn og familier, sørger for registrering, og deretter følge opp instruktørene i de ulike gruppene. I 2021 fikk ikke jeg gjennomført noe av dette, og tror nok at noen av ungdommene var litt frustrerte.
- ✓ Vi startet for seint høsten 2021. Siste kveld med sykkelkole ble gjennomført alt for seint på året, og vi kan ikke forvente å være like heldige med været ved neste gjennomføring. Min anbefaling for 2022 er at sykkelkolen blir gjennomført med fire kvelder i mai / juni og fire kvelder i august/september.
- ✓ Bli flinkere til å finne relevante øvelser tilpasset de ulike gruppene. Det kan være fornuftig å sykle i løypene, men å trene på basisferdigheter vil de fleste ha god nytte av. For å få til dette må det kanskje kjøpes inn noe materiell, som kjegler, stativ og pinner, osv. Jeg skal følge opp dette og kontakte ansvarlig fra styret før innkjøp.

Høstsamling

Årets samling ble, som de to siste årene, planlagt til Trysil og alle gruppene i klubben ble invitert.

Grunnet veldig lav interesse/ påmelding, ble samlingen avlyst.

Håper 2022 byr på større interesse og at vi igjen får ei fin samling for klubbens medlemmer.

Dugnadsgruppa for CK Elverum sitt anlegg på Løvbergsmoen

Bakgrunn:

Laget har de siste tre årene bruket mye ressurser i form av egeninnsats og oppsparte midler for å få til et godt, spennende og sikkert anlegg i Elverum. Anlegget er plassert på Løvbergsmoen, rett før avkjøringen til Hernes. Klubben har en 20 års leieavtale med Elverum Kommuneskoger, som har stilt arealet til disposisjon. Laget har investert 1,5 Mill i et anlegg som er åpent for alle som ønsker å benytte det.

- Første del av anlegget som er tilpasset barn ble ferdigstilt i 2019. I løpet av 2020 hadde vi over 20.000 passeringer i denne løypen (vi har plassert ut en teller). Det er typisk små barn, barnehager og familier på utflukt en ettermiddag/ helg som bruker anlegget. Skoleklasser har benyttet området til aktivitetstimer.
- Andre del av anlegget ble ferdigstilt sommeren 2020. Dette er en rundløype på ca. 3 km. Løypen inneholder alle elementer en slik løype skal ha. Vi snakker da om stier, doserte svinger, «rock-garden», hopp/dropp og rene stier.
- Tredje del av anlegget er nå ferdigstilt. Dette er en forlengelse av rundbanen med 2,3 km. Med enkelte justeringer kan vi tilby et anlegg som kan benyttes til Ranking-ritt og større konkurranser som f.eks. Norges-Cup. Rundetid på Norges elitesyklistar vil være ca 15 min.
- Fjerde del av anlegget består av en utforløype samt en utvidelse av anlegget for barn. Utforløypa ble ferdigstilt høsten 2021, og utvidelse av Bikeparken (Pump-track) starter opp vår 2022.

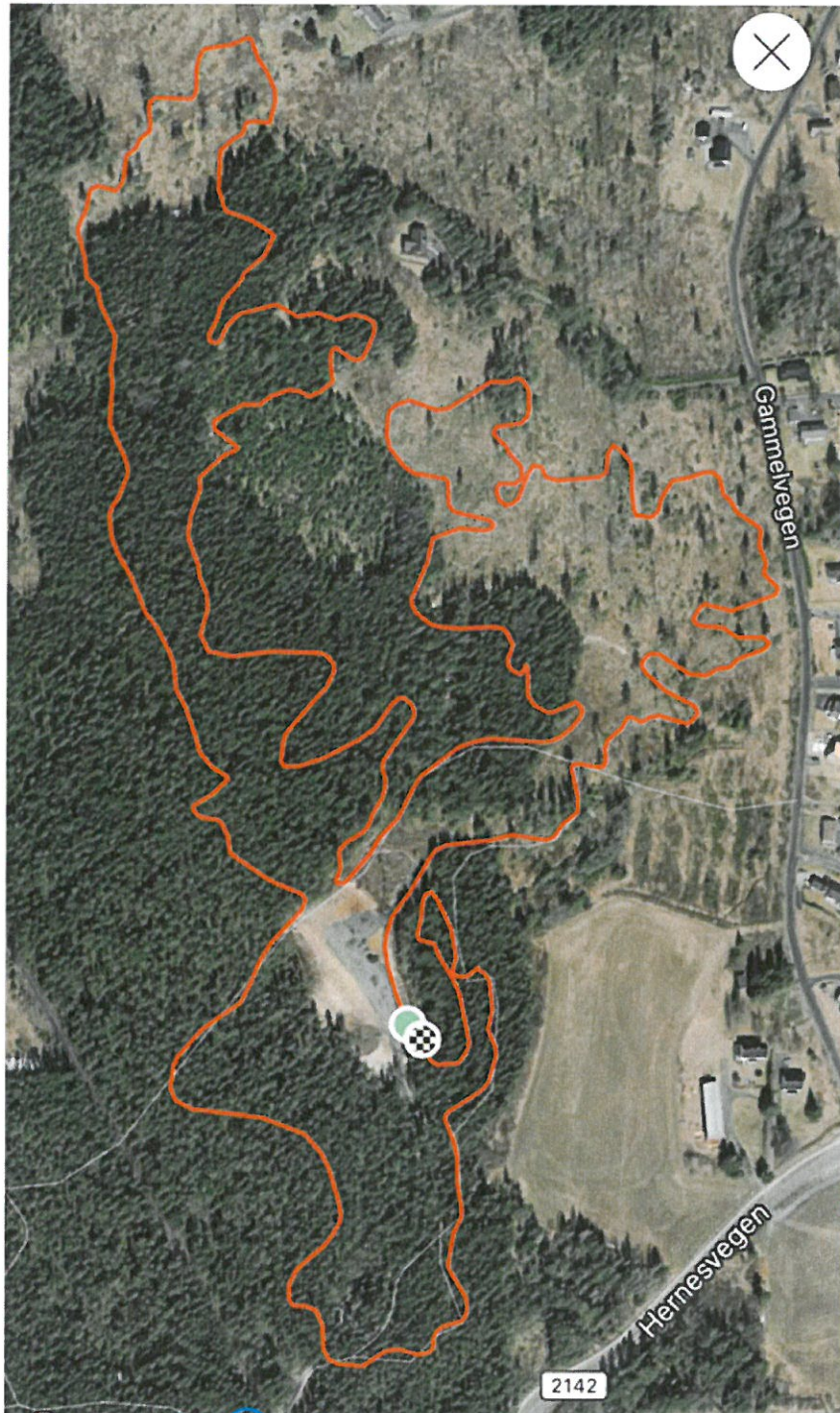




En rundbane består av en rekke elementer. Noen blir «konstruert» og bygd fra bunnen av. Dette er typisk hopp/ dropp, doserte svinger, «rock-gardens» (steinur), klopper mm. Vi forsøker også i stor grad å bruke de muligheter naturen gir. De ulike elementene skal sette krav til utøverne. Ved elementer av stor vanskelighetsgrad har vi som regel flere alternativer. Dette kalles A og B spor. I praksis betyr dette at løypen gir muligheter for de fleste ferdighetsnivåene. Samtidig har man noe å strekke seg etter. En rundbane gir gode opplevelser i form av fysisk aktivitet der fart, moro og spenning er viktige ingredienser. Sykling i rundbane er en hurtig voksende idrett.



Foreløpig rundbaneløype



Kostnader:

Anlegget har til nå kostet ca. 1.5 Mill i «rene kontanter». Dette er finansiert gjennom støtte fra Norsk Tipping og ulike bidrag fra sentrale samfunnsaktører. Videre har CK Elverum selv brukt 250.000 av oppsparte midler. Ved siden av rene kontanter er det lagt ned et betydelig antall dugnadstimer gjennom de siste tre årene. I verdi utgjør dette et beløp svarende det som er benyttet i kontanter.

Vedlikehold:

For å holde anlegget i god stand er vi avhengig av at vi hvert år har midler til både vedlikehold og utbedringer. Vi regner med at dette koster oss ca. 50.000 pr år. Vi har da mulighet til å leie inn maskinell hjelp. Alt arbeidet i forbindelse med vedlikehold vil bli gjort på dugnad.

For å ha tilstrekkelig med midler til dette arbeidet er vi avhengige av gode støttespillere. Vi ønsker derfor å profilere/ selge deler av løypa. Med ti løypesponsorer á 5000,- pr år, så vil vi ha mulighet til å gjennomføre dette viktige arbeidet. For å skape en viss forutsigbarhet håper vi på å inngå avtaler over tre år.

I et slikt samarbeide kan vi tilby:

- Profilering på virksomhetens hjemmeside.
- Arenaprofilering ved våre egne arrangement.
- Reklame på velkomst- og oversiktskart ved anlegget
- Skilt i rundbaneløypa som markerer det området som er kjøpt. Her kan vi gi området som velges navn etter den enkelte sponsor.

Velkommen som god støttespiller til CK Elverum sitt flotte anlegg på Løvbergsmoen. Som klubb skal vi gjøre det vi kan for å promotere din bedrift!

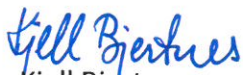
Økonomi

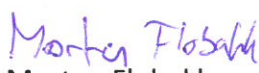
Regnskapet for 2021 er vedlagt og er en del av denne årsberetningen.

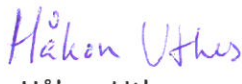
Klubben har en god økonomisk plattform. Våre samarbeidspartnere bidrar på en meget positiv måte slik at vi kan følge opp og utvikle våre aktiviteter, spesielt overfor barn og unge.

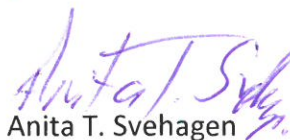
Elverum 16.3.2022

Styret i CK Elverum


Kjell Bjertnes

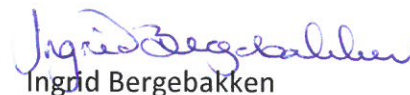

Morten Flobakk


Håkon Uthus


Anita T. Svehagen


Thomas Rusten

Sivert A. Jacobsen


Ingrid Bergebakken