



## Årsregnskap for regnskapsåret 2009

Organisasjonsnr: 984 019 041

Navn/foretaksnavn: HAKADAL IL ALPIN & FREESKI

Brønnøysundregistrene

05.09.2020

---

### Brønnøysundregistrene

Postadresse: 8910 Brønnøysund

Telefoner: Opplysningstelefonen 75 00 75 00 Telefaks 75 00 75 05

E-post: [firmapost@brreg.no](mailto:firmapost@brreg.no) Internett: [www.brreg.no](http://www.brreg.no)

Organisasjonsnummer: 974 760 673



Brønnøysundregistrene

Regnskapsregisteret

HODUNH ØYON



VEDLEGG TIL ÅRSREGNSKAP

2009

Brønnøysundregistrene  
Regnskapsregisteret  
8910 BRØNNØYSUND



HAKADAL IDRETTSLAG ALPINGRUPPA Glimmerveien 12 c/o John Melby 1487 HAKADAL	Organisasjonsnr.  984 019 041	FLI
---	-------------------------------------	-----

Registrerte opplysninger per 01.06.2010	Eventuelle endringer dette regnskapsåret
--	--

Startdato 01.01.2009	Avslutningsdato 31.12.2009	Startdato	Avslutningsdato
-------------------------	-------------------------------	-----------	-----------------

Konsernforhold Foreninger som følger regler for frivillig virksomhet, kan ikke være morselskap	Morselskap <b>NEI</b>	Endret konsernforhold <input type="checkbox"/> Morselskap <input type="checkbox"/> Ikke morselskap
---	--------------------------	---

Årsregnskapet er satt opp etter reglene for frivillig virksomhet  Avkrysning er kun aktuelt for foreninger (FLI) som er registrert i Frivillighetsregisteret

Hvis enheten ikke følger norsk regnskapslov eller frivillighetsregisterloven, kryss av  IFRS/ Forenklet IFRS selskap  IFRS/ Forenklet IFRS konsern  
Hvis enheten velger å avvike fra regnskapsloven § 6-1, kryss av  Funksjon selskap  Funksjon konsern

Følges regnskapsreglene for små foretak?  Ja  Nei

Jeg bekrefter at vedlagte årsregnskap er fastsatt av kompetent organ den Dato 14/6-10  
Sted/dato, Underskrift av representant for enheten  
Hakadal 14/6-10 Liv Mari Dahle Lierum

Vekl.

Bare til bruk for Regnskapsregisteret

G  NYVE  Admr  Kregn Ja  Nei  Utt kregn

M  Rets  Ant.s

ov.b årsb res bal e.bal gj.bal rev i-rev k-res k-bal k-n k-rev i-k-rev n

alm.n kto d.k ik-fv funk u.off brev




BR-1001-09





<b>HIL ALPIN</b>			
<b>RESULTATREGNSKAP 2009</b>			
	NOTE	2009 Regnskap	2008 Regnskap
<b>Inntekter</b>			
Salgsinntekter NM/Renn		16 585	32 865
Sponsorinntekter		97 000	26 000
Dugnad alle grupper	1		
Bruktmesse		157 915	162 709
Treningsavgift		360 250	228 100
Skiskole		262 388	251 039
Tilskudd fra HIL			16 000
annen støtte		88 477	25 287
Automat, bingo og lotteri			34 995
Startkontigenter		191 253	154 651
Salg av klær etc		29 700	28 995
<b>Sum inntekter</b>		<b>1 203 568</b>	<b>960 641</b>
<b>Kostnader</b>			
Innkjøpt utstyr for videresalg		80 260,0	
Varekjøp rennsalg			
sponsorkostnader			
Lønn instruktører skiskolen		58 600,0	51 000
Adm kostnader			
dv. NM kostnader			
Regnskapsførsel		25 759,0	11 025
Gulrotpengar		80 000,0	40 000
kontorkostnader		1 259,0	6 042
lotteri, bingo og dugn.kostn			
Porto/info		312,0	705
utgiftsgodtgjørelse trenere		373 930,0	377 394
Annonse/abonnement			18 756
Samlingskostnader		1 102 678,0	595 350
Foreldre innbet/bruk av dugnadspenger		-1 118 032,0	-605 371
Dugnadsutbetalinger			
Medlemskontigent, kretsen			1 750
gaver		2 556,0	1 048
Tilskudd NM/HL/AL deltakelse			
forsikring		6 030,0	7 385
møter		4 180,0	
Sosialkomiten		1 100,0	4 610
Driftsmateriale		30 663,0	
Idrettsutstyr, rekvisita		149 676,0	124 091
Reprasjon av idrettsutstyr			
Ekstern Trening/ROMA/KJUS		19 000,0	33 689
Intern trening/tele hall		26 200,0	
Kostnader ved å holde renn		39 528,0	20 911
Premier renn		41 104,0	55 361
Div kostn. Ved skiskolen			
Div kostn. Ved bruktmesse		103 708,5	113 172
Idrettsfaglig utdanning		5 136,0	7 608
Bankgebyr		1 975,0	2 402
Påmeldingsgebyr renn/FIS		100 123,0	119 167
Tap av kontigenter/kundefordringer			7 625
Renteinntekter		-9 346,0	-16 042
Div.kostnader		27 531,9	15 886
<b>Sum kostnader</b>		<b>1 153 931,4</b>	<b>993 564</b>
<b>ÅRSOVERSKUDD 2009</b>		<b>49 637</b>	<b>-32 923</b>



## Budsjett 2010 Hakadal Alpin

Inntekter	Budsjett 2010	Regnskap 2009	Budsjett 2009
<b>Toppen salg</b>			
Salgsinntekter NM/Renn	40000	16585	40000
Sponsorinntekter	70000	97000	50000
Dugnad alle grupper	90000		130000
Bruktmesse	35000	157915	70000
Treningsavgift	430000	360250	270000
Skiskole	260000	262388	250000
Voksenkurs	10000		
Tilskudd fra HIL LAM	50000		30000
Annen støtte	60000	88477	90000
Automater, bingo og lotteri	10000		0
Startkontigenter	150000	191253	135000
Salg av klær etc.		29700	
<b>Sum inntekter</b>	<b>1205000</b>	<b>1203568</b>	<b>1065000</b>
<b>Kostnader</b>			
Innkjøpt utstyr for videresalg	5000	80260	30000
Varekjøp Toppen		0	25000
Varekjøp Rennsalg	25000		
Sponsorkostnader			
Lønn instruktører skiskolen	55000	58600	50000
Adm. kostnader			
Div NM kostnader			
Regnskapsfører	26000	25759	20000
Gulrotpenge(utbet.)		80000	
Kontorkostnader	1500	1259	1500
Lotteri, bingo, og dugnadskostnader			
Porto/info		312	
Utgiftsgodtgjørelse trenere	480000	373930	400000
Annonser/abonnement			
Samlingskostnader		1102678	
Foreldrebet. samlinger/bruk av dugnadspenger		-1118032	
Dugnadsutbetalinger	170000		210000
Medlemskontigent, kretsen	4000		4000
Gaver	2000	2556	5000
Tilskudd NM/HL/AL	35000		
Forsikring	10000	6030	6000
Møter	500	4180	500
Sosialkomiteen	10000	1100	10000
Driftsmateriale		30663	
Idrettsutstyr, rekvisita	130000	149676	100000
Reparasjon av idrettsutstyr			
Ekstern trening	50000	45200	50000
Kostnader ved å holde renn	25000	39528	20000
Premier renn	40000	41104	20000
Div. kostnader vedr skiskolen	10000		10000
Div. kostnader vedr bruktmessa	5000	103709	20000
Idrettsfaglig utdanning	20000	5136	20000
Bank/post gebyr	2000	1975	
n3sport kostnader			
Påmeldingsgebyr renn	60000	100123	75000
Tap på kontigenter/kundefordringer			
Renteinntekter		-9346	
Diverse kostnader	20000	27532	20000
<b>Sum kostnader</b>	<b>1186000</b>	<b>1153931</b>	<b>992000</b>
<b>Resultat</b>	<b>19 000</b>	<b>49 637</b>	<b>73 000</b>

**HIL ALPIN**  
**BALANSE PR. 31.12.2009**

<b>Eiendeler</b>	<b>NOTE</b>	<b>2009</b>	<b>2008</b>
<b>Omløpsmidler</b>			
Kontanter og bankinnskudd	2	758 288	562 682
Kundefordringer	3	59 506	150 124
Periodisert inntekt		25 300	
Forskuddsutbetalinger		8 000	
<b>Sum omløpsmidler</b>		<b>851 094</b>	<b>712 806</b>
<b>Anleggsmidler</b>			
Masiner, inventar og lignende			
<b>Sum anleggsmidler</b>			
<b>Sum eiendeler</b>		<b>851 094</b>	<b>712 806</b>
<b>Gjeld og egenkapital</b>			
<b>Egenkapital</b>			
Egenkapital		423 060	373 422
<b>Sum egenkapital</b>		<b>423 060</b>	<b>373 422</b>
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Leverandørgjeld		39 030	32 176
Ikke utbetalt dugnadspenger	4	137 321	83 688
Forskuddsbetalt skiskolen 2009		149 600	202 970
Ikke utbetalt trenergodtgjørelse		12 000	
Forskuddstrekk		49 684	
Skyldig arbeidsgiveravgift		6 951	
Påløpt arbeidsgiveravgift		705	
skyldige feirepenger		15 293	
Minnefond Erling Olav Fjellstad		17 450	20 550
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>		<b>428 034</b>	<b>339 384</b>
<b>Sum gjeld og egenkapital</b>		<b>851 094</b>	<b>712 806</b>

Hakadal 15.02.2009

Liv Mari Dahlen Lium  
KassererJohn Melby  
Leder



## NOTER

### 1 Fordelt på gruppene

Düdsinntekter ført i balansen

10-11 år	1 088
12-13 år	20 038
14-15 år	36 418
øvrige	57
<b>SUM</b>	<b>57 601</b>

### 2 Beløpet består av følgende:

Kasse	1 960
SPB 1, drift	1 305
SPB 1 12-13 år	37 818
SPB 1 14-15 år	779
SPB 1 Skiskolen	602 304
SPB 1 minnefond	17 723
SPB 1 øvrige konto	96 399
<b>SUM</b>	<b>758 288</b>

### 3 Beløpet består av følgende

Ubetalte treningsavgifter	42 054
Andre fordringer	17 002
<b>SUM</b>	<b>59 056</b>

### 4 Fordelt på gruppene:

12-13 år	65 480
14-15 år	69 204
øvrige	2 637
<b>SUM</b>	<b>137 321</b>



Regnskapsregisteret



**VEDLEGG TIL ÅRSREGNSKAP 2009**

Brønnøysundregistrene  
Regnskapsregisteret  
8910 BRØNNØYSUND

HAKADAL IDRETTLAG ALPINGRUPPA  
Glimmerveien 12  
c/o John Melby  
1487 HAKADAL

Organisasjonsnr.

FLI

984 019 041

Registrerte opplysninger per  
25.05.2010

Eventuelle endringer dette regnskapsåret

Startdato	Avslutningsdato
01.01.2009	31.12.2009

Startdato	Avslutningsdato
-----------	-----------------

Konsernforhold  
Foreninger som følger regler  
for frivillig virksomhet, kan  
ikke være morselskap

Morselskap  
**NEI**

Endret konsernforhold

Morselskap	Ikke morselskap
------------	--------------------

Årsregnskapet er satt opp etter reglene for frivillig virksomhet

Avkrysning er kun aktuelt for foreninger (FLI)  
som er registrert i Frivillighetsregisteret

Hvis enheten ikke følger norsk regnskapslov eller  
frivillighetsregisterloven, kryss av

IFRS/  
Forenklet IFRS selskap

IFRS/  
Forenklet IFRS konsern

Hvis enheten velger å avvike fra regnskapsloven § 6-1,  
kryss av

Funksjon selskap

Funksjon konsern

Følges regnskapsreglene for små foretak?

Ja

Nei

Jeg bekrefter at vedlagte årsregnskap er fastsatt av kompetent organ den

Dato 2010-10

Sted/dato, Underskrift av representant for enheten

*Hakadal 26/5-10*

Bare til bruk for Regnskapsregisteret

G NYVE Admr Kregn Ja Nei Utt kregn

M Rets Ant.s

ov.b årsb res bal e.bal gj.bal rev i-rev k-res k-bal k-n k-rev i-k-rev n

alm.n kto d.k ik-fv funk u.off brev

BR-1001-09



# ÅRSBERETNING

## HAKADAL IL ALPIN 2009

Årsmøte 17. februar 2010 kl. 19:00  
HIL Klubbhus, Elvetangen



*Hintertux oktober 2009 / 3250 m.o.h*

Hakadal IL Alpin Gruppen  
Glimmerveien 12, 1487 Hakadal  
Org nr 984 019 041



Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



## ÅRSBERETNING SESONGEN 2009 Hakadal IL Alpin

### Styret har hatt følgende sammensetning:

Leder: John Melby  
Sportslig leder: Andé W. Hagen  
Kasserer: Liv Mari Dahlen Lium  
Styremedlem: Kåre Myrvåg  
Sekretær: Tone H. Sørli

Valgkomité: Mari Bjerke og Ragnar Stenersen

Representant i Hakadal IL Hovedstyre er John Melby.

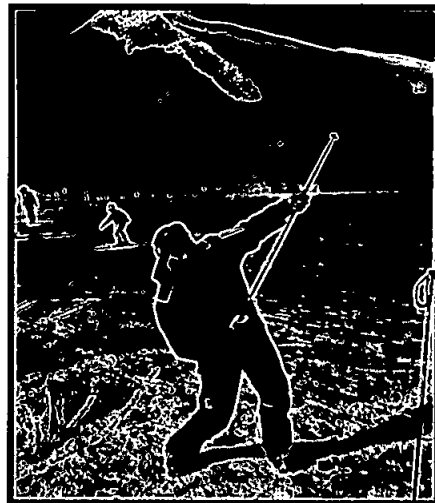
Det er avholdt 10 styremøter i perioden.

Kjære alpinvenner!

Hakadal Idrettslag er 110 år og vi i Alpin har all grunn til å feire!

Jeg har nettopp lest årsmeldingen fra i fjor og jeg kan ikke skjønne at vi går "back" på noen punkter. Også sesongen 2009-10 ser ut til å bli en meget aktiv sesong med mange aktive barn og voksne som gleder seg masse og har stort utbytte av det vi holder på med i Hakadal Alpin. Allerede de første rennene nå i januar viser gode takter..

Sesongen 2008-09 ble starten på mye nytt som har gitt forbedringer og et enda mer dynamisk "miljø". Jeg tenker da spesielt på treningsgruppene der vi jobber mye mer på tvers av gruppene og har et enda mer langsiktig fokus på utvikling av utøvere, trenere og ressurspersoner. Det er spesielt gledelig å se at jibbegruppa som ble startet i fjor er blitt så stor og aktiv og at vi nå snakker mer "oss" og mindre "de – vi".



Med hensyn på langsiktighet er jeg også meget fornøyd med planleggingen av aktivitetene i treningsgruppene og ellers. Når det gjelder årets sesong er alt klappet og klart, traseer er bestilt i god tid, overnatting på samlinger er i orden for lenge siden, ingen ting dukker opp som uforutsett... Det er en god grunn til dette, vi er PROFFE! Ja, ja, nå er det viktig å ikke bli for selvgod, men man har meget igjen for god planlegging.

Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



**Hakadal Alpin når nye høyder Med hensyn på antall medlemmer og aktive utøvere.**

Beskjeden kan vi vel si at vi er en av de mest velfungerende gruppene i Hakadal Idrettslag. En ting er at vi har flinke utøvere, men vi har et formidabelt støtteapparat i de foresatte, trenere, nøkkelpersoner og hjemmearena. Til og med krets og forbund støtter seg, og henvender seg til oss når aktiviteter skal planlegges og gjennomføres. Uten dette nettverket hadde vi ikke vært der vi er nå og det er en dynamisk utfordring å rekruttere nye "bidragsytere" inn i det gode selskap. Kjenner du noen som vil eller bør være med i klubben vår med barn og seg selv, er det bare å få de med!

Klubbens viktigste ressurs er de aktive og jeg synes vi klarer fint å ha et allsidig tilbud til de. Dette med FIS, og det å holde på de eldre utøverne et alltid en utfordring, men jeg synes vi allikevel klarer å "holde" på mange, enten som aktiv utøver eller som trenere og bidragsyter for kommende alpinister.

Ser vi på noe av den generelle målsettingen for Hakadal Alpin.....

*"Hakadal Alpin skal ivareta alpin skiløping på alle nivåer. Det skal skapes bredde via tidlig rekruttering og målrettet utvikling. Det skal skapes inspirasjon og idretts glede gjennom variasjon, entusiasme og kompetanse. Det skal skapes et sunt og godt miljø hvor løpere, foreldre og trenere trives og ønsker å bruke fritiden sin."*

...så synes jeg vi også lykkes ganske bra, men det er hele tiden rom for forbedringer. Generelt ligger det mye i hvordan vi omgås med hverandre. Inniblant kan det bli noen "harde" holdninger eller utsagn om hverandre. Jeg føler dette er en generell utfordring i vårt samfunn, nemlig å respektere hverandre og vise "vanlig folkeskikk". Vi har lite problemer med dette i vår klubb, men noen ganger merker også vi denne tendensen. Mitt råd og henstilling når "ting drar seg til" – trekk pusten og søk dialog med hverandre. Vi har alle en god intensjon og vi ønsker det beste for våre barn og hverandre.

Til slutt vil jeg appellere til at man leser videre i årsberetningen om hva som foregår mer spesielt i de ulike treningsgruppene, og jeg vil også rette en stor takk til alle som bidrar til at klubben vår fungerer så godt som den gjør.

*Hilsen John Melby  
Leder Hakadal Alpin*

Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



## Skiskolen 2009

Skiskolen 2009 startet som vanlig opp i begynnelsen av januar. Nok en gang var det stor pågang på plassene og vi fylte opp mange av kursene. I alt var det rundt 250 barn på skiskolen også dette året. Spesielt var det mange som ønsket å gå på knøtte-partiene for barn på 4-5 år. I underkant av 30 instruktører stilte trofast og motivert opp på treningene over i alt ni uker. Igjen var skiskolen avhengig av en del unge instruktører. Mange av dem fikk veldig gode tilbakemeldinger, men det er nok fortsatt viktig at vi forsøker å kombinere unge instruktører sammen med voksne. Dette gir en større trygghet hos foreldrene som sender barna til skiskolen.



For første gang delte vi denne gangen opp kursene i aldersbestemte grupper. Det var en god løsning som vi har tatt med videre til kursene for 2010.

Vi fikk også gitt instruktørene en kort briefing både med og uten ski før skiskolen startet. Dette må utvikles ytterligere til mulig omfatte et obligatorisk minikurs for samtlige instruktører. Erfaring viser igjen at det er veldig mange barn som ønsker å gå videregående parti og det må derfor settes opp flere kurs her. Det trengs også minimum to instruktører på hvert kurs fordi barna stadig blir yngre på skiskolen. Knøttekursene for 4- og 5-åringene var igjen fulle.

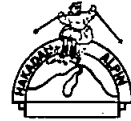


Skiskolens avslutningsrenn ble i tradisjonens tro arrangert den niende kurskvelden. Denne gangen i et flott vær også. Stor glede var det å se at stort sett alle kjørte den oppsatte løypa for egen maskin. I mål ventet jubel og tilrop, boller, saft og ikke minst en velfortjent medalje. Varingen var selvsagt til stede. For årets skiskole vil vi forsøke å gjøre enda mer ut av avslutningsrennet og blant annet fyre opp grillen slik vi pleier å gjøre på andre renn.

For skiskolen 2010 meldte det seg igjen en del nye instruktører. Vi er nå godt i gang og det meste ser ut til å fungere godt. Det er ingen tvil om at det er behov for Hakadal Alpin Skiskole også i årene som kommer. Vi skal være der for barna og vårt motto er "Å skape skiglede". Det føler vi at vi klarer.

*Hilsen Mona Adolfsen  
Leder skiskolen*

Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal iL Alpin



## Treningsgruppe 7-9 år

Det har vært over 20 barn innom trening i gruppe 7-9 år. Gruppen teller 22 barn fordelt på 9 gutter født 2001, 6 gutter født 2002, 3 jenter født 2002 og 4 jenter født 2003. Dette er en gledelig dobling av utøvere fra forrige sesong. Veksten i alle årskullene kan tilskrives en rekrutteringskampanje gjennom Varingen og mot skoler som ble gjennomført før høstferien 2009.



### Trening

Treningen startet opp rett etter høstferien uke 41 med inne- /barmarkstrening på Hagen Skole. Her var balanse, koordinasjon sammen med elementære styrkeøvelser i fokus mens en ventet på vinteren og at Varingskollen skulle åpne. Introduksjonen til balansebrett har vært meget populær.

Gruppen hadde sin første trening på snø i Varingskollen i midten av desember. Gruppen trener 2 ganger per uke, mandag og torsdag kl 1700-1900. Det er fokus på elementær alpineteknikk. Gruppen har gjennomført noen treninger hvor det er satt storslalomløype. I tillegg har det vært gjennomført enkle slalomtreninger. Flere av utøverne fra 2001 kullet har hospitert på slalomtreninger i gruppa 10-11 år.



### Familiesamling i Trysil

I desember ble det arrangert familiesamling for gruppa i Trysil fredag til søndag (11.-13. desember). Her deltok 9 barn sammen med 9 voksne og trener. Trysil kunne by på fine forhold. Gruppen var i bakken til sammen 10 timer i løpet av lørdag og søndag. Det var lagt inn en treningsøkt lørdag og en treningsøkt søndag. Lørdag ettermiddagen tilbrakte gruppa i svømmebassenget før vi avsluttet med pizza på Peppes. Et sosialt høydepunkt og en samling som skapte et supert samhold blant både barn og foreldre.

### Konkurranser

Deltagelsen i renn har vært god. Flere av utøverne startet sesongen på Hafjell i romjulen. Videre sto Kongsberg på agendaen på nyåret før sesongen startet med renn i nærområdet. Gledelig er det å se at de fleste utøverne i gruppa deltok i Karusellrenn og Hakkebakkerennet som ble arrangert i januar. Her er det flere debutanter som har fått smaken på gode opplevelser med startnummer og pokal.

Vi er midt i rennsesongen og trenerne har satt opp en terminliste hvor de er til stede for å hjelpe utøverne med å gjøre forberedelser og gjennomføring av renn.

Utviklingen har i løpet av noen uker vært formidabel. Mange av utøverne er å se i Varingskollen også flere kvelder i uka samt i helgene. Dette vitner om en stor skiglede hos mange.



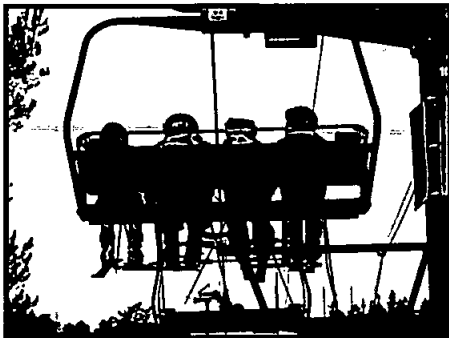
Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



Hovedtrener: Mathias With Sundby  
Trener: Kristian Bjerck  
Trener: Marte Dalen Lium  
Foreldrekontakt: Bjørn Erik Graff  
Rennpåmelder: Odd Rune Moltu

*Hilsen Bjørn Erik Graff  
Foreldrekontakt 7-9 år*

### Treningsgruppe 10–11 år



Denne gjengen består i dag av 14 barn, 6 jenter og 4 gutter i gruppe 10 år, og 4 jenter i 11 års gruppen. De blir trent av Stian Sande og Thomas Sigvartsen som gjør en fantastisk jobb med barna våres.

Sesongen startet etter høstferien med innetrenting på Hagen skole. Her ble det fokusert mye på balanse, smidighet og uttøyning. Barna har benyttet de nye balanse Brettene, og dette ser ut til at barna har hatt utnytte av. De hadde sin første trening på snø i begynnelsen av desember, og da ble treningen utvidet til to dager i uken. To foreldre er med på treningene, og hjelper trenerne med det

som trens. Denne ordningen går på omgang, og ser ut til å fungere tilfredsstillende.

I tillegg til treningene i Varingskollen har denne gruppen vært på sin første samling. Samlingen denne gangen ble i Havsdalsgrenda på Geilo, og det ble en fantastisk opplevelse. Drømmeforhold i bakken, nydelig vær, og barna koste seg i bakken. Det var mange slitne barn på vei hjem på søndagskvelden.

Vi har flinke og entusiastiske trenere for denne gruppen, og de har satt opp et fint rennprogram hvor de selv møter og hjelper de lovende alpinistene til rette i bakken. Dette har så langt fungert meget bra.

Hovedtrener: Stian Sande  
Trener: Thomas Sigvartsen  
Foreldrekontakt: Oddbjørg Isene  
Rennpåmelder: Kathrine Harstad

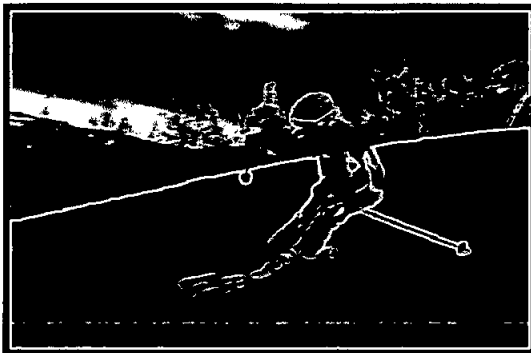
*Hilsen Oddbjørg Isene  
Foreldrekontakt 10-11 år*

Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



## GRUPPE 12 - 13 ÅR

Gruppen består per i dag av 21 aktive utøvere. Ti 13-åring, ni 12-åring og to som aldersmessig ligger i 14-15årsgruppa. 4 utøvere gikk opp i 14-15 årsgruppa. 6 nye kom opp fra 10-11årsgruppa. 7 utøvere har sluttet, 2 er tilbake etter hvile, 3 er nye og 2 er kommet fra andre klubber. Ytterligere 5 utøvere fra andre klubber har fulgt barmarkssesongen i denne gruppa, men gikk over til 14-15 årsgruppa da snøsesongen startet.



Oppsummering av siste del av forrige sesong for 12-13 årsgruppa:  
Som vanlig står kvalikrennene på programmet i februar. Både Madeleine og Rebekka kvalifiserte seg til landsfinalen i Mo i Rana. I vinterferien ble det avholdt treningsøker både morgen og kveld i Olaløypa. Sesongen sluttet med Kvitfjellrennet. Og helt til slutt, premieutdeling for klubbmesterskapet, 23.april. Foreldremøter ble avholdt i denne perioden, for å få på plass neste års gruppe/sammensetning. Alltid en utfordring å gå fra noe trygt til noe nytt, og med andre å forholde seg til. Men gruppen er blitt en flott gjeng.

18. mai var første dagen med barmarkstrening. Sesongen ville bli lagt opp med sykling mandager, turn onsdager og løping torsdager. 20. mai var det avreise til den første skisamlingen på Juvass. Planlegging av Hintertux-tur startet. Nye utøvere kom til gruppa fra Lørenskog, og Strømmen og Lillestrøm. Egentrening gjennom sommeren. Barmarkssamling helgen 15.-16.aug, med henholdsvis sykling lørdag (mange foreldre var med), og uteaktiviteter på Kirkeby Skole søndag (blant annet enhjulsykling). Så startet samlingssesongen i september, Men den første samlingen til Juvass ble avlyst på grunn av dårlige forhold for skikjøring. Neste samling på Juvass i september ble gjennomført. I høstferien ble det en uforglemmelig opplevelse for alle, en hel uke i Hintertux bestående av bare pent vær. Et reisefølge av utøvere, søsken, foreldre og trenere på 26 personer. Fra oktober endret man en av treningsdagene til tirsdager, med innetrening på Kirkeby skole med Pilates og etter hvert balanse Brett. Kun en samling til Juvass i oktober, den siste ble avlyst på grunn av stengning. Raskt erstattet man denne med en turn og balanse treningshelg. Nytt av året var å få en ernærings ekspert til å foredra om kosthold og aktive idrettsutøvere. Geilo huset oss i de to neste samlingene, mens den siste samlingen i 2009 gikk til Trysil. Hakkebakken viste seg å ikke være noe alternativ for skitrening, og vi måtte vente til Olaløypa åpnet etter nyttår. Nå kjøres det storslalom på mandager og torsdager i Olaløypa, mens vi kjører slalom i Marikollen på tirsdager. En dagstur til Hurdal ble gjennomført før et av





Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



kvalikrennene som ble arrangert der. Videre er årets andre kvalikrenn i Super-G lagt til Ål med treningssamling i forkant.

Hovedtrener: Jon Anderssen  
Trener: André Hagen  
Trener: Simen Lund Svindal  
Foreldrekontakt: Leif-Åge Sørli  
Økonomiansvarlig: Liv Mari Dahlen Lium  
Rennpåmelder: Aasmund Drolsum  
Samlingsansvarlig: Andre Joteig

*Hilsen Leif-Åge Sørli,  
Foreldrekontakt 12-13 år*

### Gruppe 14 -15 år

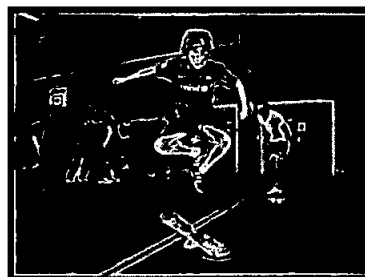
For denne gruppen er det nesten som vi ikke vet når den ene sesongen slutter og den neste begynner. Begge deler skjedde i mai. Denne gruppen består av 18 ungdommer; 9 jenter og 9 gutter. Hovedtrener er entusiastiske Petter Ønvik sammen med like entusiastiske Vegard Ekstrøm. Hva mer kan denne gjengen ønske seg av erfaring, kunnskap, entusiasme og pågangsmot!



Vi ble presentert opplegget på vårparten, et spenstig og morsomt program som inneholdt variert trening fra løping og styrke til sykling og selvfølgelig den vanlige barmarkstreningen, "Ironman"-testene og til slutt selve ski kjøringen. I år som i fjor ble det gjennomført en heldags samarbeids oppgave fra Lillestrøm til toppen av kollen. Dette er en oppgave som utøverne synes

er morsom og meget krevende, sykling, rollerblades og til slutt løpe opp Varingskollen. De har deltatt på "Varingskollen opp" og syklet ørtten runder rundt i den nordlige delen av bygda.

Denne gruppen har trent sammen i mange år og er flinke til å oppmuntre hverandre når det røyner på med kreftene, det være seg etter femte runden oppover på sykkel, på slutten av 3000m under "Ironman"-testen eller hvis man har vært så uheldig å kjøre ut i et renn. Dette er viktige egenskaper, og noe vi er glade for at de lærer. Vi har i år fått mange nye løpere til gruppen fra blant annet Strømmen og Lillestrøm. Disse har glidd fint inn i gruppen, og blitt en naturlig del av 14-15.



Ski samlingene startet på Juvas i mai, etterfulgt av en ukes samling på Juvas og nesten 10 dager i Hintertux i Østerrike hvoretter det har gått slag i slag høsten og vinteren igjennom. Det er i alt gjennomført 10 skisamlinger fra mai til desember. Disse samlingene har vært kjempebra gjennomført, og det toppet seg når vi i høst leide en minibuss til alle samlinger.

Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



Rennsesongen er også i full gang for denne gruppen, og vi har noen gode resultater nå i starten. Det er mange i gruppen som kjører fort, og håpet om å få med flere løpere i Hovedlansfinalen på Hafjell er stor. Vi krysser fingrene og håper på mange deltagere fra Hakadal Alpin.

Hovedtrener: Petter Ønvik  
Trener: Vegard Ekstrøm  
Trene: Bjørn Paulsen  
Foreldrekontakt: Tommy Holter  
Rennpåmelder: Anne Karin Måløy  
Samlingsansvarlig: Bjørn Haakenstad Nilsen

*Hilsen Tommy Holter  
Foreldrekontakt 14-15 år*

## FIS

Første års FIS er alltid en utfordring, mange vil gjerne bli med fra 14-15 års gruppa på vårparten, men når man nærmer seg sesongstart faller ofte mange ut på tampen

I årets sesong ble løsningen å ha FIS i vår egen klubb, sammen med 14 -15 års gruppa, og ikke samarbeide med andre klubber slik som før. Vi har også fått med både Patrick Ruud og Marius Bentzon som trenere og begge var aktive i FIS i 2008-09. Målsetningen for FIS i år er å få ski- og

treningsgleden til løperne og å ta med seg prioriterte FIS renn i "nærområdet". Således fikk flere av våre første års FIS løpere fine resultater på FIS Jr-rennene på Geilo før jul. FIS-punkter ble etablert og retten til å komme med i nye FIS-renn styrket

Aktivitets- og innsatsnivået har vært/er tilpasset det faktum at mange av løperne nå prioriterer skole/flere aktiviteter høyere enn samlinger og skidager. Det ble et relativt sammensatt opplegg i barmarksperioden, mens det har vært tre treningsdager pr uke i Varingskollen. Samlingsopplegget har i hovedsak vært samkjørt med 14-15 års gruppa og høstferien ble gjennomført i Hintertux.

Jeg tror at dette med FIS i egen klubb er viktig og bygge opp et FIS-miljø rundt dette. Klarer vi å beholde ski-gleden blant de aktuelle FIS-løpere er jeg sikker på at vi vil hevde oss godt i FIS fremover og ikke minst - holde lenger på de eldre alpinistene.

Gruppa har i år bestått av følgende løpere:

- John Magne Melby
- Sindre Moltu
- Silje Ekstrøm
- Vilde Sørliie Paulsen (Ute med skade siden sommer 2009, men snart tilbake)
- Stefan Jacobsen - Lørenskog





Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



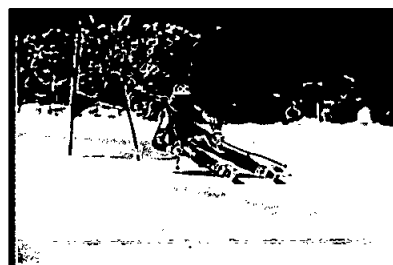
- Ingar Bolkesjø - Hurdal

Elever ved Hovden Skigymnas (Deltar sporadisk i treninger)

- Torgrim Stenersen
- Kristin Andersen

Det har vært varierende deltakelse i FIS-renn, men Torgrim har som førsteårsløper forsøkt å få med seg de renn han har fått lov til å starte i. Miljøet i gruppa er svært bra - og selv om det er få som satser veldig aktivt er det nok ikke usannsynlig at mange ønsker å være med på et opplegg også neste år.

Hovedtrener: Patrick Ruud  
Trener: Marius Bentzon  
Trener: Trenerne i 14-15 års gruppen  
Foreldrekontakt: John Melby  
Rennpåmelder: John Melby  
Samlingsansvarlig: Gjennomføres sammen med 14-15 års gruppen



Hilsen John Melby  
Foreldrekontakt FIS (16-17 år)

## Jibbegruppa



Jibbegruppa ble etablert i 2009 som skulle være et prøveår/oppstartsår. Vi ble etter hvert 12 deltagere i gruppa, bestående av 2 jenter og 10 gutter. Vi trente 2 dager i uka hvor formålet var å ha det gøy på ski, samtidig som utøverne skulle pushe egne grenser.

Sesongen ble avsluttet med en samling i Hemsedal hvor alle 12 var med, gøy! Etter evalueringen av sesongen 08/09 fant vi raskt ut at dette var noe å jobbe videre med. Det ble derfor besluttet at vi skulle starte opp igjen etter høstferien med barmarkstrening. Vi skulle da trene 2 dager i uken frem til parken i Varingskollen åpnet.

Vi har hatt en stor vekst i gruppa og pr dags dato er vi 36 utøvere. (flere som står på venteliste for å komme inn i gruppa) Fordelingen er nå 1 jente og 35 gutter, så vi ønsker oss flere jenter inn i gruppa.

Det er Emil Øygard, Mathias With Sundby og Terje Nummedal som har vært trenere under barmarkstreningene i høst. Vi retter en stor takk til Mathias som sporty stilte opp da Emil ble syk!



Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



Barmarkstreningene har foregått i hovedsak i Hakadalslabben og på Lahaugmoen. Fokus på disse treningene har vært hopping på trampoline, trampet, styrketrening og trening på balanse Brett. Tilbakemeldinger fra utøverne har vært at dette har vært kjempefine treningsøkter, til tross for at det til tider har vært trangt/dårlig luft i Hakadalslabben med over 30 stykker på trening. Det hjalp at vi hadde Hakadalshallen til disposisjon i november. Barmarkstreningene ble avsluttet med at vi leide Heminghallen før jul, noe som var MEGET populært og nyttig! Det er slike treningsforhold som gir glade og gode utøvere. Vi ønsker oss mer tid på Lahaugmoen til neste år da Hakadalslabben er lite egnet i forhold til plassmangel og dårlig utstyr.

Vi er nå i full gang med utetreningen og har også i år fått et samarbeid med Heming Adrenalin som fungerer meget bra. Det er Emil Øygard som er hovedtrener godt hjulpet av Stevje Sandlie. Terje Nummedal bidrar også så godt han kan.

Vi deler oss inn i 3 grupper etter ferdighetsnivå når vi trener, noe som fungerer bra. Det er en gruppe på 7-8 utøvere som er aktive på konkurranser som også gjør det bra rent sportslig. Vi har et stort spenn i forhold til nivået, men felles er det at ALLE har det gøy!

Vi har som mål at alle skal være med i en eller 2 konkurranser i løpet av sesongen. Jibbegruppa skal arrangere en egen konkurranse i Varingskollen 24 mars 2010. I tillegg legger vi også opp til å gjenta fjorårets suksess med en samling i Hemsedal på slutten av sesongen. Dette er en viktig bit for at vi skal klare å holde på utøverne. Det er slikt som skaper godt miljø og GODE minner.

Det skal også nevnes at vi har fått et godt samarbeid med Ragnar Stenersen som har bidratt til at vi har fått levende og aktiv hjemmeside, bra! Gruppa har i tillegg laget egen gruppe på Facebook hvor det ligger mange bilder og filmer. Gruppa har snart 200 tilhengere på facebook, stilig!

Vi gleder oss til fortsettelsen både sportslig og sosialt!

Hovedtrener: Emil Øygard  
Trener: Stevje Sandlie  
Trenerassistent: Terje Nummedal  
Foreldrekontakt: Terje Nummedal  
Oppmann/kvinne: Annica Øygard

Hilsen Terje Nummedal  
Foreldrekontakt Jibbegruppa



Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



## Sportslig oppsummering 2009

Året 2009 er ferdig. Det kan oppsummeres med at vi hadde utøvere i både alpin Landsfinale, Hovedlandsfinalen og NM Junior. Vi har flere gode alpinister som viser jevn fremgang, over flere år og vi er med på mange renn rundt om i Norge og er en stor klubb i forhold til aktive utøvere.

Det er veldig positivt at så mange av utøverne våre har postnummer utenfor Nittedal. Dette viser at vi har godt omdømme og utøverne ønsker å være en del av vårt miljø. Vi har som mange andre klubber en utfordring med å beholde utøverne etter aldersbestemt trinn. Dette har vi også strevd med i år, og det må jobbes med videre fremover. Men her har vi fått en viktig brikke på plass dette året, nemlig Bjertnes Videregående Skole.

De har nå en linje som heter toppidrettslinjen. Denne er for de utøverne som ønsker å trene samtidig som en satser på skolen. Tanken er å gi elevene mulighet til å gjøre det meste av treningen i skoletiden. Da har en mulig til å kombinere skole og trening med å bo hjemme, og få støtte av "serviceteamet" hjemmet.

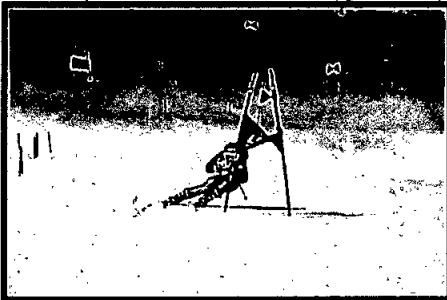


Pr dags dato har vi to utøvere på Hovden Skigymnas og fem FIS løpere. Dessverre har vi hatt en langtids sykemelding, så FIS har kjørt et opplegg mye sammen med 14-15.

Vi har kjørt en tradisjonell gruppeinndeling i 2009, med noen små unntak.

Vi ser at gruppene blir så store at dette kan gi nye utfordringer og det er positivt.

Det er positivt at vi blir flere, og det er positivt at vi blir tvunget til nytenkning. Vi har også opplevd å måtte si nei til utøvere i 2009. Dette gjelder Jibbegruppen. Denne gruppen er blitt så stor, og utdanning av nye trenere tar tid, så vi har måtte sette utøvere på venteliste. Etter en nøye vurdering måtte vi gjøre det av sikkerhetshensyn. Jibbegruppen har hatt et veldig godt treningsopplegg, med topp motiverte trenere og utøvere, og uttellingen har kommet i konkurransene. En flott gjeng!



At gruppene kan jobbe sammen har vært viktig i året som har gått, både økonomisk, sportslig utnyttelse av ressursene og utøvernes evne til å gi hverandre anerkjennelse. Hakadal Alpin er en klubb for alle, der alle skal få et opplegg som passer. Dette gjør at vi hele tiden må se på vårt tilbud ut ifra hvor mange utøvere vi har, alder og ferdighet. At vi har så mange utøvere i alle alderstrinn, og kjønn, er fenomenalt og vi er veldig takknemlig for det. Hovedmålet vårt er jo å rekruttere utøvere, og gi utøverne best mulig opplegg. Da er det takknemlig at våre yngre grupper øker, at vi er en av klubbene med høyest likefordeling av gutter og jenter.



Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



2009 har vært et år der vi har hatt alt fra skiskole til FIS tilbud, via jibbing.

De sportslige utfordringene fremover vil være å kunne gi et godt tilbud til alle, når gruppene blir større, og skaffe nok gode trenere. Dette gjør at vi må ty til nytenkning, og det kommer det ofte noen godt ut av, siste eksempel er jibbegruppen.

Med det vil jeg takke alle utøvere, trenere og frivillige foreldre for all hjelp i 2009



*Hilsen André W. Hagen  
Sportslig leder*

### Økonomi 2009

Regnskapet for 2009 viser et positivt resultat med kr. 49.637,-. Vi arrangerte 9 renn og 3 karusellrenn i 2009, ( 2 FIS renn + 1 kvalik SG ble avlyst pga dårlige forhold) dette ga gode inntekter både i startkontingenter og arenasalg. Dette er en viktig inntektskilde for alpingruppa og det er derfor viktig at alle stiller opp og hjelper til på disse arrangementene.

Styret ser det som viktig at de midler som alpingruppa har til rådighet, brukes på de som til enhver tid er aktive utøvere. Likevel er det nødvendig med en buffer for å takle økonomiske utfordringer som sikkert vil dukke opp i fremtiden. Egenkapitalen vår dekker likevel ikke mer enn drift i 3-4 måneder, om inntekter skulle utebli

Likviditeten til Alpingruppa er fremdeles meget bra.





Årsberetning sesongen 2009  
Hakadal IL Alpin



## Budsjett 2010

I budsjettet for 2010 har vi lagt oss på stort sett de samme inntekter/kostnader som for 2009, Vi har økt utgifter til trenerlønninger da vi ser at antall utøvere i alpin gruppa har økt i 2009, og vi har fått en stor treingsgruppe i Jibbegruppa. Vi har inngått avtale med OK Bingodrift AS - Kløfta Bingo for 2010. Da vi ikke vet hvor stor inntekt dette vil gi Alpingruppa har vi valgt å ikke ta dette med i budsjettet for 2010. Hovedinntektene til Alpingruppa kommer fra: skiskolen, rennarrangement, bruktmessa og treningsavgifter (foreldrebetaling).

Vi fortsetter som i tidligere år med at alle utøvere må dekke 50% av påmeldingsgebyret ved deltakelse i renn.

Budsjettet for 2010 er gjort opp med et overskudd på kr 19.000,-.

Hilsen Liv Mari Dahlen Lium  
Kasserer

### Til slutt minner vi om vår visjon:

*Hakadal Alpin skal ivareta alpin skiloping på alle nivåer. Det skal skapes bredde via tidlig rekruttering og målrettet utvikling. Det skal skapes inspirasjon og idretts glede gjennom variasjon, entusiasme og kompetanse. Det skal skapes et sunt og godt miljø hvor løpere, foreldre og trenere trives og ønsker å bruke fritiden sin.*

Visjonen og resten av sportsplanen finner dere på nettsidene våre [www.hakadal-il.no](http://www.hakadal-il.no)