



Årsregnskap for regnskapsåret 2006

Organisasjonsnr: 989 099 388
Navn/foretaksnavn: OPPSAL ORIENTERING
Forretningsadresse: Anne Karin Brenden Thorstensen
Nøkleveien 30
0689 OSLO

Brønnøysundregistrene
08.09.2020

Brønnøysundregistrene

Postadresse: 8910 Brønnøysund

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

E-post: firmapost@brreg.no Internett: www.brreg.no

Organisasjonsnummer: 974 760 673



Brønnøysundregistrene

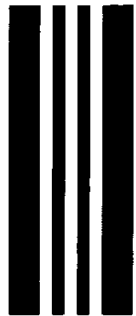
Regnskapsregisteret

Organisasjonsnr. 989 099 388

FLI

OPPSAL ALLIANSEIDRETTSFORENING
OPPSAL ORIENTERING
Postboks 5 Oppsal
Oppsal Orientering
0619 OSLO

Retur til:
Brønnøysundregistrene
Regnskapsregisteret
8910 BRØNNØYSUND



VEDLEGG TIL ÅRSREGNSKAP 2006

Registrerte opplysninger per 29.10.2007	Eventuelle endringer dette regnskapsåret
Startdato 28.11.2005	Endret startdato (dd.mm.åååå) 1.1.2006
Avslutningsdato 31.12.2006	Endret avslutningsdato (dd.mm.åååå)
Morselskap i konsern NEI	Endret konsernforhold <input type="checkbox"/> Morselsk <input type="checkbox"/> Ikke morselsk
Hvis enheten ikke følger norsk regnskapslov, kryss av	<input type="checkbox"/> IFRS selskap <input type="checkbox"/> IFRS konsern
Hvis enheten velger å avvike fra regnskapsloven § 6-1, kryss av	<input type="checkbox"/> Funksjon selskap <input type="checkbox"/> Funksjon konsern

Må fylles ut:

Følges regnskapsreglene for små foretak?	<input checked="" type="checkbox"/> Ja <input type="checkbox"/> Nei
Jeg bekrefter at vedlagte årsregnskap er fastsatt av kompetent organ den	Dato
Sted/dato, Underskrift av representant for selskapet	
Oslo, 11.12.2007 <i>Sara Elyse (LEDER)</i>	

Bare til bruk for Regnskapsregisteret *hik (TAM)*

G NYVE Admr Kregn Ja Nei Utt kregn

M Rets Ant.s

<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	
ov.b	årsb	res	bal	e.bal	gj.bal	rev	i-rev	k-res	k-bal	k-n	k-rev	i-k-rev n	
<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	
alm.n	kto	d.k									funk	u.off	brev

BR-1001-06



Oppsal Idrettsforening, Orienteringsgruppa Resultat pr. 31.12.2006

BALANSE RESULTATREGNSKAP og BUDSJETT

Resultat pr. 31.12.2005	Resultat pr. 31.12.2006	Budsjett 2006	Avvik	Budsjett 2007
BALANSE				
Eiendeler		Virkelig		
1010 Kasse	11 951,50	0,00	0,00	
1030 Nordea	7 791,05	11 050,00	-8 950,00	10 000,00
1070 Postbanken (Nettbank)	715 907,03	50 400,00	-9 600,00	60 000,00
1074 DnB (Høyrente)	127 262,93	119 932,00	119 932,00	
Sum eiendeler	862 912,51	52 450,00	-2 550,00	35 000,00
		34 226,00	7 226,00	210 000,00
		200 878,48	-9 121,52	240 000,00
		201 705,00	-38 295,00	240 000,00
		0,00	0,00	
		24 313,00	-687,00	25 000,00
		21 264,00	1 264,00	20 000,00
		45 500,00	20 500,00	25 000,00
		274 184,00	274 184,00	0,00
		3 304,93	1 304,93	20 000,00
Egenkapital pr. 31.12.2005	336 303,88	684 000,00	355 207,41	645 000,00
Driftsresultat	526 608,63	180 000,00	-74 818,35	150 000,00
Egenkapital pr. 31.12.2006	862 912,51	62 263,50	-37 736,50	80 000,00
		97 801,77	-2 198,23	100 000,00
		103 968,00	23 968,00	90 000,00
		-1 400,00	-51 400,00	50 000,00
		1 993,29	-6,71	2 000,00
		1 985,00	985,00	2 000,00
		35 358,27	15 358,27	35 000,00
		4 030,00	1 530,00	2 500,00
		7 320,00	-2 680,00	10 000,00
		2 883,00	-117,00	3 000,00
		22 043,50	7 043,50	15 000,00
		38 454,00	-46 546,00	70 000,00
		5 500,00	0,00	5 500,00
		21 070,00	1 070,00	20 000,00
		4 146,80	-5 853,20	10 000,00
		0,00	0,00	
Sum utgifter:	512 598,78	684 000,00	-171 401,22	645 000,00
Resultat:	526 608,63	0,00	526 608,63	0,00

Årsregnskap 2006 er godkjent av revisorer. 29.01.2007
 Sve Kristensen



OPPSAL ALLIANSEIDRETTSFORENING,
OPPSAL ORIENTERING

Noter til årsregnskapet 2006

Oppsal Orientering har ingen ansatte.

Det er ikke utbetalt godtgjørelse til ledende ansatte.



REFERAT FRA ÅRSMØTE I OPPSAL ORIENTERING Oppsal Arena 29. januar 2007

1. Leder Bjørg Ingunn Fjogstad ønsket velkommen til det første ordinære årsmøte i Oppsal Orientering. Antall fremmøtte var 24, alle med stemmerett.
2. Innkallingen ble godkjent. Sak "Eventuelt" skal ikke være sak på årsmøtet.
3. Valgt dirigent: Odd Byom
Valgt referent: Stein Høglund
Til å undertegne protokollen: Roar Bjordal og Anne Grete Johansen
4. Referat fra forrige årsmøte ble opplest og godkjent.

Årsberetningen for 2006 ble gjennomgått og godkjent med noen endringer og tilføyelser. Disse blir innarbeidet i den endelige årsberetning etter møtet.
5. Regnskapet for 2006 ble gjennomgått. Bent Skaug orienterte om at "sponsorinntekt" er inntekt av spilleautomat. "Tilskudd fra hovedlaget" er fordeling av egenkapital fra Oppsal IF. "Dugnad" omfatter inntekt for både 2005 og 2006.

Revisorenes beretning ble fremlagt av Ove Kristofersen. Revisorene finner at regnskapet er oversiktlig og at bilag er fullstendige. Dokumentasjon av inntektssiden er bedre enn tidligere.

Regnskapet ble enstemmig godkjent.
6. Ingen innkomne forslag mottatt.
7. Kontingentsatser 2007: Satser fra 2006 opprettholdes.
8. Budsjett for 2007. Enstemmig vedtatt med et underskudd på kr. 50.000,-



9. Valg

Styret	Leder	Lars Klyve (1 år)
	<i>Nestleder, teknisk 1</i>	<i>Tove Dalby (ikke på valg)</i>
	Styremedlem,kasserer	Bent Skaug (1 år)
	Styremedlem,aktivitet 1	Lars Anisdahl (1 år)
	Styremedlem, informasjon, inntekt	Stein Høglund (1 år)
	Varamedlem,teknisk 2	Bent Erik Skaug (1 år)
	Varamedlem, aktivitet 2	Trine Tengbom (1 år)

Revisorer

Eilert Aamodt (1 år)
Ove Kristofersen (1 år)

Valgkomite

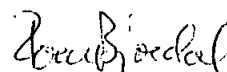
Björg Ingunn Fjogstad (1 år)
Ketil Åstebøl (1 år)

Valget av Bent Skaug forutsetter at styret internt begrenser kasserers arbeidsoppgave til regnskapsførselen.

29. januar 2007

Stein Høglund
Referent


Anne-Grete Johansen


Roar Bjørdal



Brønnøysundregistrene
Enhetsregisteret
8910 BRØNNØYSUND

Oslo, 25. november 2007

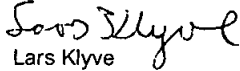
Endringsmelding og årsberetning 2006

Enhetsnavn: Oppsal Allianseidrettsforening, Oppsal Orientering
Organisasjonsnr.: 98909388

Vedlagt følger:

- Samordnet registermelding – endrede opplysninger
- Årsberetning 2006
- Resultatregnskap og budsjett m/ revisors godkjenning for 2006
- Referat fra årsmøtet 2006

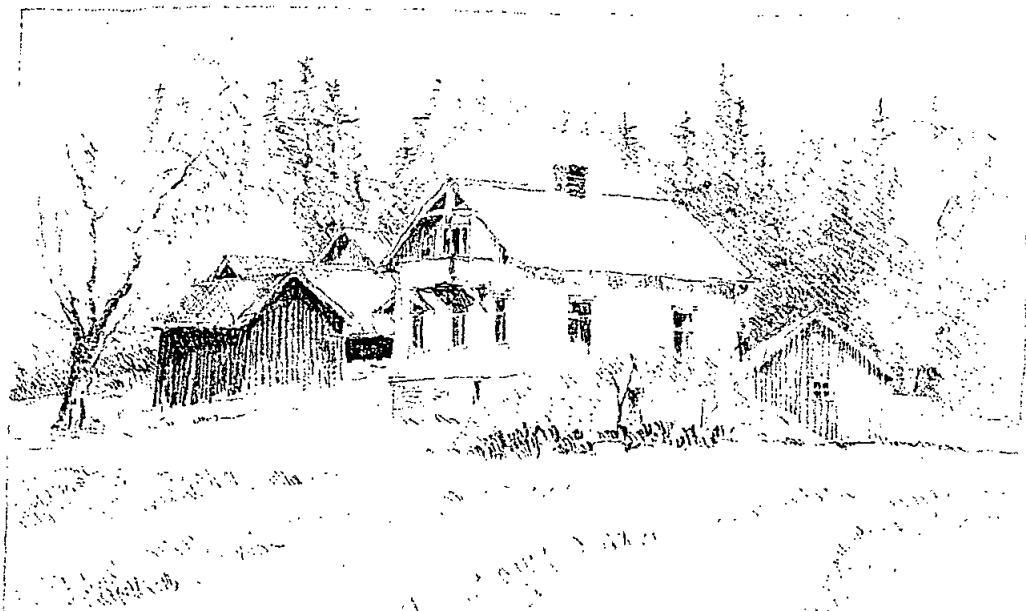
Med vennlig hilsen


Lars Klyve
Leder
Oppsal Orientering

Adresse:
Lars Klyve
Johan Castbergs vei 55
0673 Oslo



Oppsal
allianseidrettslag
Orientering
Årsberetning for 2006



SANDBAKKEN FØR UTVIDELSEN

ETTER FOTO 9.06 2006



Oppsal Orientering – årsberetning for 2006

1.0 MEDLEMMER

Medlemstall 1994-2001 etter gammel aldersfordeling

Kategori	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001
D-16	7	12	11	19	16	16	25	23
D17-25	22	17	18	15	13	8	7	7
D26-	54	52	49	48	52	50	62	61
Damer totalt	83	81	78	82	81	74	94	91
H-16	11	15	22	27	25	26	32	31
H17-25	24	18	16	14	11	7	9	9
H26-	133	145	144	137	134	125	133	131
Herrer totalt	168	178	182	178	170	158	174	171
Totalt	251	259	260	260	251	232	268	262

Medlemstall pr. 31.12.2006 etter ny aldersfordeling basert på idrettsregistreringen til NIF/kulturdep.

Kategori	2001	2002	2003	2004	2005	2006
D 0-5	1	3	4	2	1	3
D 6-12	13	7	9	8	10	8
D 13-19	11	17	18	15	18	12
D 20-25	5	1	0	0	3	4
D 26-	61	74	72	76	70	51
Damer totalt	91	102	103	101	102	78
H 0-5	3	1	2	6	5	1
H 6-12	6	6	11	11	10	13
H 13-19	26	22	20	20	18	15
H 20-25	5	5	5	4	9	11
H 26-	131	132	126	123	117	88
Herrer totalt	171	166	164	164	162	126
Totalt	262	268	267	265	264	206

36 av medlemmene var støttemedlemmer ved utgangen av 2006



2.0 TILLITSVALGTE

2.1	O- leder	Bjørg Ingunn Fjogstad
2.2.	Nestleder	Tove Dalby
2.3	Kasserer	Bent Skaug
2.4	Teknisk	Magnus Zachariasen
2.5	Aktivitet	Lars Anisdahl
2.6	Dugnad	Ketil Åstebøl
2.7	Informasjon	Stein Høglund
2.8	Revisor	Eilert Aamodt Ove Kristoffersen
2.9	Vararevisor	Lars Klyve
2.10	Valgkomite	Frøde Rystad Siri Flatekval
2.11	Representant o-kretsting	Bjørg Ingunn Fjogstad Stein Høglund

3.0 OPPNEVNTE

3.1	Kartotekforvalter	Stein Høglund
3.2	Kontaktpersoner	
	D/H <16	Trine Tengbom
	D/H 17-20	Siri Flatekval
	D/H 21-39	Grete Skaug
	D/H 40- Ski-o	Inger Skaug Ketil Åstebøl
3.3	Ungdomsansvarlig	Trine Tengbom
3.4	Rekruttansvarlig	Trine Tengbom, Kjersti Høglund
3.5	U.K.	Morten Mosland, Anders Fjogstad
3.7	Løpsleder	Morten Mosland, Bent Erik Skaug
3.8	Ola Dilt	Torgeir Stenstad
3.9	Kartkomite	Lars Granum, Tor Valstad
3.10	Materialforvalter	Erling Skjelbek
3.11	O-kontor	Tove Dalby
3.12	Draktansvarlig	Tove Dalby
3.13	Løpskontrollør	Roar Bjordal

4.0 MØTER

4.1	Arbeidsutvalgsmøter	Løpende kontakt
4.2	Styremøter	5 stk
4.3	Årsmøte	1 stk
4.4	Klubbmøter	1 stk
4.5	Temakvelder	3 stk



5.0 IDRETTSAKTIVITETER

5.1 Arrangementer

5.1.1	Oslo City Cup Løpsleder/løypelegger Antall deltakere	18. april Morten Kristoffersen 321
5.1.2	15-Stafetten Løpsleder Løypelegger Antall deltakere	20. mai Morten Mosland Bent Erik Skaug 55 + 23 rekrutter
5.1.3	Knut Valstads Minneløp Løpsleder Løypelegger Antall deltakere	21. mai Morten Mosland Lars Granum 742 fullførte
5.1.7	Skolesprinten/Gildesprinten Løpsleder/løypelegger Antall deltakere	24. mai Jon Morten Mosand/Ungdomsgrupper 718
5.1.4	Klubbmesterskap Sprint Løpsleder/løypelegger Antall deltakere	15. juni Roger Mostue 32
5.1.5	Klubbmesterskap Normal Løpsleder/løypelegger Antall deltakere	31. august Roger Mostue 46
5.1.6	Klubbmesterskap Natt Løpsleder/løypelegger Antall deltakere	28. september Petter Fure 29
5.1.7	Klubbmesterskap Lang Løpsleder/løypelegger Antall deltakere	14. oktober Michal Glowacki 20

5.2 Rekruttering og ungdomsarbeid

Rekruttarbeid

I mai/juni gjennomførte vi rekruttkurs med 5-15 deltagere. Et par av rekruttene fortsatte å trene utover høsten. Høstens høydepunkt var rekruttsamling med overnatting som Østmarka orienteringsklubb arrangerte. Det var full aktivitet hele helgen. Våt-o, med poster på myrtafter ute i vannet, var det mest populære. Oppsal stilte med mange rekrutter på samlingen. Det hele endte på Rekruttene dag i Holmenkollen.

Da vintertreningen startet opp fikk rekruttene det samme tilbudet som resten av O-gruppen. Rekruttene trener nå sammen med de andre. Det er kjempetrivelig. Treningsopplegget er tilpasset så alle kan delta.

Ansvarlige for gruppen har vært Kjersti Høglund, Bo Emilsson og Trine Tengbom.

Ungdomsarbeid

Til tross for noen utmeldinger blant aktive ungdommer og at juniorene i klubben var lite aktive i 2006, ble året ganske bra for resten av gjengen. To vintertreninger pr. uke, samling i Danmark samt deltagelse på kretssamling i Oslo gjorde at ungdommene sto godt rustet for sesongstart da vinteren omsider tok slutt. Deretter var vi i gang med o-løp i inn- og utland.



Våre egne treningsløp ble hovedsakelig arrangert fra Ulsrudvann med tydelig fokus på ø-teknikk. Dette førte til meget godt oppmøte blant ungdommene. Vi hadde også bra deltagelse på klubbens egen helgesamling på Ringkollen i juni, og det var meget imponerende at 7 stykker ble med på hovedløp og ø-landsleir. 10 andre tok ferdighetsmerket i bronse. Ungdommene under 17 år deltok ivrig på treninger og løp i sesongen. Spesialtreningene som var rettet inn mot ferdighetsmerket var populære.

Vi har hatt deltagere på alle de store lokale løpene, 10-mila, Sørlandsgaloppen, ø-ringen, Zermatt, 25-manna, trimtex-cup og en deltager på interkretskampen i Göteborg.

I vintersesongen før jul har vi hatt en ukentlig fellestrening. Det var større oppslutning på vintertreningene i slutten av 2006 enn det har vært på lenge.

Ved utgangen av året har vi fått strukturert vår ungdomssatsing der Bjørg Ingunn Fjogstad er treningsansvarlig, Lars Klyve er faglig treningsansvarlig og Lars Anisdahl er treningskoordinator. For øvrig er Lars Granum og Michal Glowaki også en del av trenerteamet.

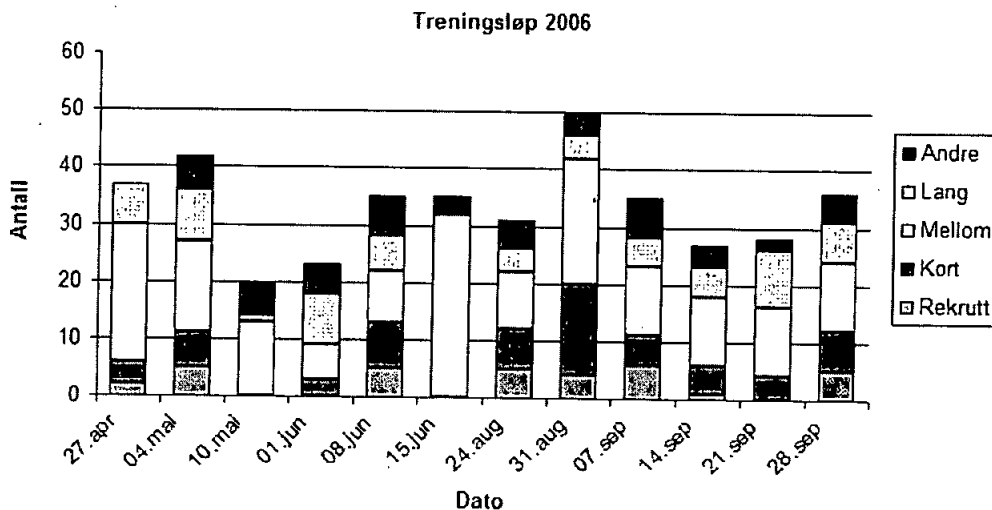
5.3 Treningsløp

Det ble arrangert 12 treningsløp (inkl. klubbmesterskap) på torsdager i perioden april til september. I gjennomsnitt var det 34 oppmøtte på løpene, inkl. arrangører og følge. Totalt hadde 118 personer minst én start, av disse var 6 gjesteløpere fra andre klubber.

Gjennomsnittlig deltakerantall i de ulike løypene:

Rekruutt	4
Kort	5
Mellom	15
Lang	6
Andre møtte	4
Sum	34

Følgende graf illustrerer deltakerantallet gjennom sesongen:



Tilbud gjennom kretsen

Oslo orienteringskrets arrangerte 12 kretstreninger for juniorer på tirsdager gjennom sesongen. Oppsal arrangerte veivalgsøkt 10. mai v/ Petter Fure. Kretsens tilbud kompletterte Oppsals eget opplegg. Det er ingen oversikt over hvor mange av klubbens løpere som deltok på opplegget.



5.4 Fellestrening

Januar-april:

Tirsdager: Kvalitetstrening med suppe og treningsteori etterpå

Torsdager: Løping og aerobic/styrketrening/balls spill

November-desember:

Tirsdager: Kvalitetstrening

5.5 Turorientering

TURORIENTERING I 40 ÅR!

Vi gratulerer!

"Minidilten", innført som et gratis tur-o opplegg for de yngste i 2001, fortsatte med suksess også i år.

Responsen på dette rekrutteringsopplegget er fremdeles meget positiv og ca. 1000 personer har deltatt, enten fra skoler, barnehager, speidergrupper o.l. Tilbudet bestod i 10 poster på Ulsrudvann-kartet, som stod ute april-oktober. Et eget deltagermerke utdeles for "Minidilten".

Det totale antall poster var som tidligere (85 m/fjernposter).

5 stk. "historiske poster" fortsatte som i 2005, der en egen info.plakat fortalte om stedet (for eksempel den nedlagte plassen "Dalbak v/Mariholtet".) Dette er blitt godt mottatt av Dilterne og vil fortsette i 2007.

Konvoluttene ble solgt for kr. 200- og ekstraheftet ble solgt for kr.25-, (uforandret).

Salg av poser (konvolutter) i 2006 viste ca 10% nedgang fra året før, men fremdeles er salgstallene gode. Brosjyren med prøveposter på Puttåsen og Ulsrudvann ble trykket i alt ca. 8 000 eksemplarer.

1200 hefter og tilsvarende 7 x 1200 kart ble trykket.

SALG

Vi hadde 15 utsalgssteder i 2006 (Gresvig i Storgt. stengt pga ombygging).

Åpningsdagen var søndag 23. april med salg og utdeling av brosjyrer ved Rustadsaga og Østmarksetra. I tillegg har vi hatt salg med eget personell på Rustadsaga ytterligere noen søndager.

ÅR	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991	1990	1989	1988	1987	1986
Poser	895	1047	1011	1060	1117	982	829	833	851	761	684	660	710
Ekstra	406	513	516	524	608	549	365	367	330	293	259	230	200
Sum	1301	1560	1527	1584	1725	1531	1194	1200	1181	1054	943	890	910

ÅR						2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999
Poser						926	1043	985	1059	1017	955	815	901
Ekstra						323	387	355	370	392	453	470	497
Sum						1249	1430	1340	1429	1409	1408	1285	1398

MERKER OG STATUETTER

Av 1249 (1430) diltere sendte 474 (548) inn sitt deltakerbevis til registrering,

Lista viser hvor mange som har oppnådd krav til de forskjellige merker og statuetter.

Merke/år	1998	1997	1996	1995	1994	1993	1992	1991
Gullmerke	335	371	388	357	398	398	285	351
Sølvmerke	153	147	131	128	166	170	115	97
Bronsemerke	105	73	76	52	99	101	70	69
Kun diplom	20	40		14	22		22	22
5-års plakett	32	38	46	22	22		10	21
10-års statuett	16	8	11	19	11		10	8



20-års statuett	8	7	6	8	7		7	12
25-års statuett	2	6	8	7	3		13	11
30-års statuett	5	7	11					

Merke/år	2006	2005	2004	2003	2002	2001	2000	1999
Gullmerke	322	371	313	317	364	319	360	375
Sølvmerke	89	113	124	140	123	130	149	173
Bronsemerke	52	50	58	75	66	67	79	75
Kun diplom	11	14	12	22	16	20	16	39
5-års plakett	28	25	28	25	20	42	23	28
10-års statuett	15	13	8	10	13	16	16	13
20-års statuett	4	5	2	2	2	8	10	6
25-års statuett	5	9	2	2	3	5	6	5
30-års statuett	2	2	1	1	4	5	4	1
40-års statuett	5							

AVSLUTNING

Avslutningsdag ble avholdt på Oppsal samfunnshus torsdag 9. november med godt oppmøte. I anledning 40 års jubileet, ble o-gruppa v/Tullik Valstad overrekket blomster og gratulasjoner fra NOFs president Bjørn Berntsen.

Trygve Christensen kåserte m/lysbilder over temaet: "Skogfinner og Finnskoger".

I tillegg var det salg av merker, kaffe og kaker som vanlig.

Reportasjer fra avslutningen ble gjengitt i Nordstrand Blad og Avis 1 "Groruddalen".

O-gruppa hadde også egen stand med rekruttinformasjon (ansv. Trine Tengbom og Bo Emilsson).

KART

Kartene "Puttåsen", "Haukåsen" (ny utgave), "Lutvann", "Slett fjell", "Skullerudåsen" og "Spinnern" benyttes til Ola Dilt-postene.

I tillegg benyttes utsnitt av "Ulsrudvann" og "Puttåsen" til prøvepostene i brosjyren og Oppsals "Turkart over Østmarka" til fjernpostene.

Farge-kopier av "Ulsrudvann" benyttes til Minidiltten.

MEDHJELPERE

Foruten alle post-utsettere og salgskontakter, har arbeidsgruppen bestått av Espen Bergh, Morten Åserud, Hans Zachariassen (registrering) og Tullik Valstad. Diplomtegnere er Stein Høglund og diplomskriver Ann Gregersen.

6.0 ANDRE AKTIVITETER.

- | | | | |
|-----|--------------|----------|--|
| 6.1 | Medlemsavis | 2 nummer | Karoline Anisdahl og Henrikke Emilsson |
| 6.2 | Årsberetning | | Styret |



- 6.3 Dugnader
- Hallvakt i Oppsal Arena i hele november måned. Til sammen 53 vakter a 5-7,5t.
Ansv. Stein Høglund.
- 6.4 O-festivalen 2006. Dugnadsinnsats på til sammen 47 "skift". Ansvarlig Bjørg Ingunn Fjogstad.
Vital-turen.
- Oppsal o-gruppe deltok i arrangement av Vital-turen. Det ble utarbeidet egen brosjyre, og 4 spesielle poster ble satt ut. Historiske steder var tema for arrangementet; samme poster som i 2005. Ansvarlig: Torgeir S og Hans Z.

7.0 REPRESENTASJON, UTNEVNELSER, UTMERKELSER

- 7.1 Tillitsvalgte i kretsen
Rekrutteringsrådet: Anne Marie Åstebøl
Anleggsrådet: Tor Valstad
- 7.2 Representasjon
Kretslag: Karoline Anisdahl
- 7.3 Stipender
Ingen

8.0 DELTAKELSE I ÅPNE INDIVIDUELLE LØP I NORGE

8.1 Orientering

Aldersgruppe:	Løpere 2002	Løpere 2003	Løpere 2004	Løpere 2005	Løpere 2006
D 6-12	12	6	5	5	8
D 13-19	9	12	12	12	9
D 20-25	0	0	0	0	0
D 26-	27	29	21	23	24
Sum damer	48	47	38	40	41
H 6-12	13	7	7	6	7
H 13-19	16	17	15	17	8
H 20-25	1	0	0	1	6
H 26-	48	42	42	40	35
Sum herrer	78	66	64	64	56
Sum	126	113	102	104	97

Aldersgruppe:	Starter 2002	Starter 2003	Starter 2004	Starter 2005	Starter 2006
D 6-12	69	69	53	54	56
D 13-19	174	199	193	190	85
D 20-25	0	0	0	0	0
D 26-	167	218	150	156	118
Sum damer	410	486	396	400	259
H 6-12	69	72	34	27	55
H 13-19	245	243	172	112	55
H 20-25	3	0	0	3	16
H 26-	334	328	309	252	210
Sum herrer	651	643	515	394	336
Sum	1061	1129	911	794	595



8.2 Skiorientering

Aldersgruppe:	Løpere 2001-2002	Løpere 2002-2003	Løpere 2003-2004	Løpere 2004-2005	Løpere 2005-2006
D 6-12	4	1	1	1	1
D 13-19	2	5	6	6	0
D 20-25	0	0	0	0	0
D 26-	1	1	2	4	2
Sum damer	7	7	9	11	3
H 6-12	2	0	0	0	1
H 13-19	8	9	8	6	1
H 20-25	0	0	1	1	1
H 26-	5	4	6	5	1
Sum herrer	15	13	15	12	4
Sum	22	20	24	23	7

Aldersgruppe:	Starter 2001-2002	Starter 2002-2003	Starter 2003-2004	Starter 2004-2005	Starter 2005-2006
D 6-12	15	3	3	4	6
D 13-19	9	17	22	16	0
D 20-25	0	0	0	0	0
D 26-	1	1	5	8	3
Sum damer	25	21	30	28	9
H 6-12	7	0	0	0	2
H 13-19	47	39	37	10	2
H 20-25	0	0	1	4	7
H 26-	15	15	18	12	4
Sum herrer	69	54	56	26	15
Sum	94	75	86	54	24

9.0 DELTAKELSE I STAFETTER

Stafett	Klasse	Plassering 2004	Plassering 2005	Plassering 2006
Vårstafetten	D 16	6,30	3	Ikke arrangert
	D Åpen	23,38	12	
	D 120	5	13	
	H 16	34,43	43	
	H Åpen	63	Disk	
	H 130	15,31	28	
Tiomila	Ungdom	139	133	89, 197
	Damer	79, 221	61	209, 283
	Herrer	179	192	206



Kvistkvaset	D 13-16	7	-	8
	H 13-16	8	-	14
	D 120	8	-	2
	D 17	-	-	-
	H 17	10, 15	-	12, 25
	H 130	14	-	18
O-Festivalen	HD12		11	11
	Par/Lag			
	D 13-16	-	20	19
	HD 13-16	-	-	-
	D 17	7	12	41
	D120	6	8	-
	H 13-16	56	43	43
	H 135			82
	H160	49	29, Disk	-
H 17	42	22	69	
25-manna		131	144	209
Jokula		163	199	277

10.0 DELTAKELSE I MESTERSKAP OG HOVEDLØP

10.1	NM senior, noen resultater			
	Langdistanse	H 21	75	Rune Rystad
	Mellomdistanse	H21	23 i kvalik	Rune Rustad
			32 i kvalik	Lars Granum
	Natt	H 17	36	Rune Rystad
	Stafett	H 17	70	Rune Rystad Bent Erik Skaug Lars Granum
10.2	NM junior – ingen deltakere			
10.3	Internasjonale løp, noen resultater			
	Sykkelorientering EM mellom	H 21	29	Michal Glowacki
	EM lang	H 21	42	Michal Glowacki
	Sykkelorientering VM mellom	H 21	27	Michal Glowacki
	VM lang	H 21	37	Michal Glowacki
10.4	Hovedløp 6/8			
	D 14	30		Henrikke Emilsson
	D 16	22		Karoline Anisdahl
		32		Åshild Kapperud
	D14-16C	6		Heide Jægtnes
	H14	49		Steinar Tofte Haugen
	H15	57		Andreas Stenstad
	H14-16C	14		Eivind Jægtnes



10.5 Kretsmesterskap, noen resultater

Langdistanse 19/8

D11-12	7	Hedvig Åstebøl
D15-16	9	Karoline Anisdahl
	11	Åshild Kapperud

D19-20	5	Mari Ourom
--------	---	------------

D45	11	Siri Flatekval
D50	1	Bjørg Ingunn Fjogstad
H13-14	19	Steinar Tofte Haugen
H15-16	28	Andreas Stenstad
H21	34	Rune Rystad
H40	19	Lars Granum
H50	9	Anders Fjogstad
H55	5	Lars Klyve

Stafett

20/8	D 13-16	11
	D 17	25
	H 13-16	34
	H 17	30
	H150	16

Mellomdistanse 10/9

D11-12	5	Hedvig Åstebøl
H13-14	12	Steinar Tofte Haugen
H21	21	Lars Granum
H50	9	Lars Klyve

KM Sprint - avlyst

KM Natt

DH11-14 par	8	Hedvig Åstebøl
H50	3	Anders Fjogstad

10.6 Veteranmesterskap

Normal	D 60	30	Inger Lise Bjordal
	H 60	19	Roar Bjordal
Kort	D 60	52	Tore Langaard
	H 60	27	Inger Lise Bjordal
		51	Roar Bjordal

10.7 Norgescup sammenlagt

Orientering	D 19-20	32	Mari Ourom
-------------	---------	----	------------

10.8 Trimtex Cup

D15-16	5	Karoline Anisdahl
--------	---	-------------------



10.9 Klubbmestere

Sprint
Bråten, Nøklevann

Damer
Herrer

Karoline Anisdahl
Rune Rystad

Normaldistanse
Grønmo

D 15-16
D 17-20
D 21
D 40
D 50
H 10-12
H 13-14
H 15-16
H 17-20
H 21
H 40
H 50
H 60

Karoline Anisdahl
Mari Ourom
Trine Tengbom
Trude Klyve
Gunn Grønlie
Anders Emilsson
Steinar Haugen
Andreas Stenstad
Thomas Zachariassen
Rune Rystad
Jan Karl Andersen
Anders Fjogstad
Tore Langaard

Natt
Solbergliveien

Parløp 2 km
D-16 2,5 km

Ingrid Skarholt og Kristin Skarholt
Henrikke Emilsson og Karoline Anisdahl

H-16 4 km
H-Åpen 6 km
H-Trim 4 km
D-Trim 2,5 km

Andreas Stenstad
Anders Storbråten
Lars Granum
Torill Andersen

Langløp
Sandbakken

Kort løype
Mellom løype
menn
Mellom løype
kvinner

Anders Emilsson og Steinar Tofte Haugen
Kjell Winther
Mila Zaharinoва

11. KARTARBEID

11.1 Utført kartarbeid i 2006

Ulsrudvann

Ulsrudvann (2006) ble trykket våren 2006 og brukt til 15-stafetten/Knut Valstads Minneløp.

Nærkart/skolekart/sprintkart

NOF har også i 2006 hatt gående et skolekartprosjekt med formål å rekruttere nye synfarere og karttegnere og å sørge for flere skolekart. Man håper gjennom dette også å legge grunnlag for videre vekst av skoleaktiviteten Gildesprinten. Oppsal søkte om og fikk tildelt støtte til utarbeidelse av ett nærkart/skolekart med navn Furuset skole. Dette kartet har blitt ferdigstilt i løpet av høsten 2006. Kartet har blitt synfart og rentegnet av Magnus Zachariassen.

Kartet Skøyenparken-Godliaparken i sprintnorm og 1:5000 er blitt utvidet i syd til Østmarkveien og i vest til Østensjøvannet. Kartet kan brukes til sprintløp, gateløp og o-tekniske treninger.

Det er laget et kart i sprintnorm i 1:5 000 over området Haraløkka-Nøklevann skole. Dette er gjort på bakgrunn av kartet Ulsrudvann.

Kart	Konstruksjon	Synfaring	Rentegning	Trykking
34 Ulsrudvann 2006				5000 eks
27 Slettfjell 2001				4000 eks
Nærkart/Skolekart		1 stk synfart	1 stk rentegnet	
Sprintkart Haraløkka		Synfart	Rentegnet	



11.2 Kartbeholdning pr. 31. 12 2006.

Kart nr. og kartnavn	Utgitt	Beholdning 2005	Trykt 2006	Beholdning 2006	Forbruk 2006
24 Ulsrudvann	1994	1 145		860	285
25 Lutvann**	1988	330		0	330
25 Lutvann*	1995	603		250	353
28 Skullerudåsen	2002	3 915		2 279	1 636
30 Østensjøvannet	1989	1 235		1 235	0
31 Skullerud	1994	36		36	0
32 Puttåsen	1990	320		320	0
33 Haukåsen	1990	242		240	2
38 Spinnern (1:10 000)	1993	150		150	0
38 Spinnern (1:15 000)	1993	304		404	-100
38 Spinnern 1999	1999	3 336		1 770	1 566
39 Manglerud	1995	3 420		3 199	221
43 Durud-Rausjø	1996	100		100	0
43 Durud-Rausjø	1997	371		385	-14
Ski o-kart Østmarka**	1987	735		0	735
Fredag	1998	2 960		3 320	-360
27 Slettfjell	2001	907	4 000	3 642	1 265
Grønli	2004	1 540		1 480	60
32 Puttåsen	2004	1 646		340	1 306
33 Haukåsen	2005	4 000		2 640	1 360
34 Ulsrudvann 2006	2006	0	5 000	1 940	3 060
Beholdning/Forbruk 2005		27 295	9 000	24 590	11 705

* Ca 600 kart kopiert til Ola Dilt

** Avskrevet

11.3 Kartforbruk de siste 5 årene

	Beholdning ved inngangen til året	Trykt i løpet av året	Forbruk i løpet av året	Beholdning ved utgangen av året
Kartforbruk 2006	27 295	9 000	11 705	24 590
Kartforbruk 2005	19 705	20 530	12 940	27 295
Kartforbruk 2004	21 465	10 400	13 160	19 705
Kartforbruk 2003	24 574	8 200	11 059	21 715
Kartforbruk 2002	25 329	11 100	11 855	24 574

11.4 Forbruk av kart i 2006

Vi har brukt ca 12 000 kart i 2006 noe som er ca 1 000 færre enn året før. Det er blitt trykket 9 000 kart.

- 7 200 kart er brukt til Ola Dilt (6 kart, 1 200 av hvert)
- Anslagsvis 1 500 kart av Ulsrudvann, trykt i 2006, er brukt i forbindelse med 15-Stafetten/KVM.
- 1 065 kart er blitt avskrevet fordi de er blitt så gamle at de med stor sannsynlighet ikke vil bli solgt eller brukt.
- Ca. 1 975 kart er solgt utenfor klubben, brukt på treningsløp eller klubbmesterskap osv.



11.5 Offentlig støtte

Oppsal ble tildelt midler i forbindelse med skolekartprosjektet. Midlene vil bli formidlet videre til synfarere/rentegnere.

Vi fikk i 2006 49 000 kroner i offentlig støtte for Lutvann/Ulsrudvann.

11.6 Kartaktivitet

Lars Granum og Tor Valstad deltok på NOFs kartmøte høsten 2006.

12.0 DRAKTBEHOLDNING

12.1 I 2006 er det foretatt etterbestilling av Trainer Extreme sommerbluser og overtrekksjakker fra Trimtex. Noe er supplert for lager som ansees å være tilstrekkelig stort før 2007-sesongen starter.

O-gruppa har et lager av løpstøy til en verdi av kr 28.094,-. Løpstøy er delt inn i løpstøy heldekkende blå bluse og bukse samt sommerbluser og knekorte bukser. I tillegg noen få Extreme sommerbluser.

Lageret på overtrekksdrakter har en verdi av kr 15.117,- som er siste versjon fra Trimtex. I tillegg noen få Trainerjakker.

Resterende beholdning av gamle overtrekksdrakter er dels delt ut gratis/solgt for kr 50,-/del.

13.0 Måloppnåelse:

Nedenstående tabell viser styrets vurdering i hvilken grad o-gruppas mål for sesongen 2005 er oppnådd. Vurdering av måloppnåelse er gjort etter følgende skala:

Nei		Middels		Ja
1	2	3	4	5

Visjon: Skape et godt sosialt og sportslig miljø med tilbud til alle på ulike ambisjonsnivåer. Fremme o-idretten i vårt distrikt.

Mål:

1. Overordnet	Skape et godt sportslig og sosialt utviklingsmiljø på ungdomsiden.	3
2. Sportslig	a) Tilby et utviklende og spennende miljø med treneroppfølging for aldersgruppen 13-20 år.	4
Snitt 2,6 (2005: 2,5)	b) Tilby tilpassede utviklingsmuligheter og oppfølging med egne trenere/kontakt-personer for aldersgruppen 10-12 år	5
	c) Tilby alle medlemmer et sportslig tilbud.	3
	d) To blant de ti beste, derav en blant de fem beste i Hovedløpet.	1
	e) Fire blant de ti beste, derav to blant de fem beste og 1 medalje i Junior NM individuelt.	1
	Medalje til både jentene og guttene i stafetten.	1
	f) 3 herrelag i NM senior stafett, derav 2 premier. 2 damelag i NM senior stafett, derav 1 premie 1 premie i NM senior individuelt	1 3 5
	g) Tio-mila: Ungdomslag, 3 stk derav 1 blant de 100 beste 2 Herrelag, derav 1 blant de 100 2 Damelag, derav 1 blant de 50 beste.	4 1 3



	h) 25.-manna: 2 lag, derav 1 blant de 75 beste	1
3. Rekruttering	a) Gjennomføre nybegynner kurs med minst 25 deltagere h.2.år	3
Snitt 3,0 (2005:3,7)	b) Av disse skal minimum 10 fortsette etter endt nybegynnerkurs, og minst 7 skal fortsette neste år.	2
	c) Derav skal minimum 5 nybegynnere og 2 foresatte ha deltatt i minst 3 åpne løp.	4
4. Sosialt (2005:5)	a) Tilby aktiviteter som skaper trivsel for o-gruppas medlemmer	4
5. Turorientering	a) Tilby et optimalt produkt med god variasjon i terrengtype, vanskelighetsgrad, fjern- og nærposter samt kart.	5
Snitt 5,0 (2005: 5,0)	b) Tilby gode kart som følger de kravspesifikasjoner som er satt.	5
	c) Eget gratis tilbud til barn i form av Minidilten.	5
	d) Øke antall deltakere	5
6. Kart (2005: 5)	a) O-gruppa skal til enhver tid ha tidsmessig standard på sine kart	5

Handlingsplan:

1. Sportslig	a) Arrangere 1-2 treningsløp pr. uke gjennom hele sesongen med vekt på o-teknisk trening minst 1 gang pr. uke. Variere sted og terreng. Gjerne samarbeide med andre klubber. Alle vanskelighetsgrader og aldersgrupper skal tilgodeses.	4
Snitt 3,7 (2005: 4,1)	b) I vinterhalvåret spesielt skal det legges vekt på variert trening som utvikler spenst, styrke og koordinering i tillegg til tradisjonell kondisjonstrening. Samarbeide evt. med andre idretter.	3
	c) Arrangere klubbmesterskap ordinært, sprint, natt og lang samt ski-o om mulig .	4
	d) Oppfordre medlemmer til deltakelse på løp. Plukke ut viktige løp hvor alle oppfordres til å være med.	3
	e) Tilby økonomisk støtte etter klubbens gjeldene regler ved deltakelse i stafetter, junior- cup, senior-cup, NM, hovedløp, samlinger og andre representasjonsoppgaver for klubb, krets eller NOF. Oppfordre alle aktuelle løpere til å delta i ovenfornevnte arrangement.	5
	f) Jobbe aktivt for å øke deltakelsen i Ungdomskonkurransen og rankingløp for 13-16 år] samt samlinger. Invitere andre klubbers 13-16 åringer og juniorer til å delta på noen av våre arrangementer for å skape godt ungdomsmiljø på tvers av klubbene.	3
	g) Gi alle i aldersgruppen 13-25 år tilbud om treneroppfølging.	5
	h) Etablere en gruppe for 10-12 åringer med egne trenere/kontaktpersoner. Gi utviklingsmuligheter ved å tilrettelegge et opplegg med tilpasset skolering og oppfølging for hver enkelt = O-skole.	5
	i) Gi målbeviste løpere i aldersgruppen 17-25 år tilbud om personlig treningsplanlegging og -oppfølging.	3
	j) Gjennomføre et faglig opplegg for å skolere ungdomsløpere. <ul style="list-style-type: none">• O-teknisk• Treningslære• Mentalt	3



	k) Skape engasjement blant klubbens seniorløpere M.h.p oppfølging av ungdomsløpere	1
	l) Avholde 2 treningssamlinger, fortrinnsvis høst og vår	4
	m) Tilby de beste løperne i klubben deltagelse i større stafetter.	5
	n) Tilby alle klubbens medlemmer et godt variert treningstilbud gjennom vinteren.	5
	o) Arrangere minimum en fellestrening pr. uke hvor alle aldersgrupper kan være tilsteds. Etter trening tilbys enkel servering samt div. aktiviteter.	3
2.Rekruttering Snitt 4,3 (2005: 4,0)	a) Etablere O-skole for 10-12 åringer, hvor Nybegynnerkurset 2. hvert år innlemmes .	4
	b) Markedsføre tilbudet bredest mulig. Opprette kontaktpersoner på skolene. Egen informasjon til Diltere.	4
	c) Engasjere foreldre, tilby opplæring.	3
	d) Ved et variert opplegg med sosiale aktiviteter skape et hyggelig og utviklende miljø hvor på de unge blir i sporten.	4
	e) Utenom sesongen skal det tilbys minst et arrangement pr. mnd. Tilrettelegge fellestreningen på tirsdagene slik at Rekruttene kan være med fra januar.	4
	f) God oppfølging og motivering, samt vise hver enkelt oppmerksomhet vil gi alle en følelse av å bli ivaretatt spesielt.	5
	g) Oppmuntre til deltagelse på Kretsens Rekruttarrangement, deriblant O-Troll-leir og Rekruttdag i Holmenkollen.	5
	h) Oppmuntre til deltagelse på klubbmesterskap og samlinger	5
3.Sosialt Snitt 3,4 (2005: 3,4)	a) Tilrettelegge for miljøløp vår og høst. Plukke ut 2 løp som alle klubbens medlemmer oppfordres til å løpe og organisere bevertning.	3
	b) Oppfordre alle til deltagelse på sprintklubbmesterskap med påfølgende grilling/bading og organisere bevertning etter klubbmesterskap ordinært	4
	c) Arrangere minst 2 klubbkvelder pr. år samt 1 temakveld.	5
	d) Arrangere O-gått og ungdomsfest årlig og Juletefest/nissefest hvis interesse.	5
	e) Oppfordre flest mulig til å være med på 25-manna slik at vi stiller med 2 lag	1
	f) Alle etablerte klubbmedlemmer må ta godt imot alle nye medlemmer og trekke disse raskt inn i miljøet.	5
	h) Arrangere en form for vintersamling/-arrangement f.eks ski o-løp hvis snø i Østmarka. Oppfordre klubbens medlemmer til deltagelse på Ski-O-Treff på Skei .	1



4.Administrativt Snitt 4,6 (2005: 4,0)	a) Motivere styremedlemmene til å sitte lenger enn 1 periode.	5
	b) Ajourføre håndboken hvert annet år eller ved behov og gjennom denne lette styremedlemmenes arbeid og sikre jevn ansvarsfordeling	5
	c) Påskjønne medlemmer som utmerker seg i arbeid for klubben.	4
	d) Sørg for god informasjonsflyt gjennom blant annet Blåavisa, Internett, o-kontoret og egen informasjonsbrosjyre	4
	e) Sikre o-gruppas økonomi ved å følge opp etablerte dugnader, støtteordninger, samt søke nye jobber og sponsorer.	5
	f) Sørg for at Hjemmesiden er oppdatert, med bl.a. aktivitetsplan, aktuelle samlinger, stafetter o.a., samt orientering om hvilke satser som er gjeldene vedrørende egenandeler og tilskudd enkelte arrangement.	5
	g) Sørg for ajourførte medlemslister.	4
	h) Jobbe for optimal organisasjonsstruktur som fremmer aktivitet og sunn økonomi	5
5.Forøvrig Snitt 3,7 (2005: 4,3)	a) Sørg for tilstrekkelige resurser til Tur-orienterings ansvarlig og medarbeidere. Søke etter forbedringer og fornyelser. Sørg for et godt salgsapparat samt annonsering.	5
	b) Oppsal skal være ledende i arrangementgjennomføring og skal til enhver tid arrangere optimale o-løp av høy kvalitet. Dette skal sikres ved bl.a. alltid ajourført arrangørhåndbok.	4
	c) Utdanne egne trenere og stimulere til deltakelse på kurs og seminar.	2
	d) Utarbeide kartplan i henhold til NOF's reglement.	4
	e) Tilby våre ungdommer variert opplæring innen alle felt	3
	f) Tilrettelegge for at våre ungdommer kan arrangere skolesprinten.	4



Brønnøysundregistrene
Regnskapsregisteret
8910 BRØNNØYSUND

Oslo, 11. desember 2007

Årsregnskap 2006

Vedlagt følger årsregnskap for 2006 for Oppsal Allianseidrettsforening Oppsal Orientering inklusiv

- Skjemaet "Vedlegg til Årsregnskap"
- Noter til regnskapet

Vi håper at de oversendte papirene dekker kravene til årsregnskap.

Med vennlig hilsen
Oppsal Allianseidrettsforening Oppsal Orientering

Lars Klyve
leder