

Årsberetning 2022



AKERSHUS OG OSLO SKØYTEKRETS

Styrets beretning 1. januar 2022 - 31. desember 2022

Styrets sammensetning fra 20. mai 2022

Leder	Renate Jeppsson	Nesodden IF
Nestleder	Vidar Bøe	Skøyteklubben lørenskog
Kasserer	Herbert Kristoffersen	Oslo Speedskaters
Styremedlem	Marte Vamnes	Romerike kunstløpklubb
Styremedlem	Elias Christensen	Oslo skøyteklub, kunstløp
Styremedlem	Kristin Slørdahl	Oslo idrettslag, kunstløp
Styremedlem	Tom Nilsen	Skøyteklubben Lørenskog
Varamedlem	Hege Eliassen	Aktiv skøyteklubb, hurtigløp
Varamedlem	Siw Njåtun	Asker skøyteklubb, hurtigløp

Kontrollutvalg		Autorisasjonsråd	Aktiv Sk	Valgkomite	
Stein Opdahl	Aktiv Sk	Asgeir Mamen	Asker Sk	Kine Sandvik	Ullensaker issportsklubb
Hasse Farstad	OSK Sk	Heidi Støen	Aktiv Sk	Frode Eidsmo	Oslo Speedskaters
Åge Tovan Varamedlem	Skøyteklubben Lørenskog	Ari Børde Krøyer	Asker Sk	Gerrit Middelkoop	Oslo Speedskaters

ARBEIDSFORDELING

Kunstløp	Marte Vamnes, Kristin Slørdahl og Elias Christensen
Kortbane	Vidar Bøe og Tom Nilsen
Hurtigløp	Siw Njåtun, Renate Jeppsson,
Langløp	Herbert Kristoffersen
Rulleskøyter	Tom Nilsen og Vidar Bøe
Rollerderby	Renate Jeppsson
Kompetanseansvarlig	Renate Jeppsson og Kristin Slørdahl
Isfordeling i Oslo	Renate Jeppsson og Kristin Slørdahl
Søknader støttebeløp	Herbert Kristoffersen og Renate Jeppsson + styret

STYRETS ARBEID

Det ble avholdt 2 fysiske styremøter i 2022. Styret har hatt jevnlig dialog per e-post/telefon, om innkomne saker/utfordringer som ikke kan vente til oppsatte styremøter. Styrereferater og annen nyttig informasjon blir lagt ut på ASK sin hjemmeside, aosk.org.

AOSK har hatt tre søknadsfrister med kriterier for støtteordninger. Søknadsfrister ble behovsprøvd med tanke på å sikre likebehandling av isidrettene. Under styremøtet 8. juni ble støtteordninger satt til å være to søknadsfrister: 1. april og 1. november. Informasjon til klubbene ble sendt 24. september 2022. Det avholdes styremøter i etterkant av søknadsfrister som gjør det forutsigbart for styremedlemmene når det skal være styremøter. Styremøter avholdes også om det kommer inn saker fra klubben/forbundet/idrettskretsen.

Mange har søkt om økonomisk støtte fra kretsen etter at søknadskriterier har blitt publisert på AOSK hjemmeside, samt sendt ut til klubbene. AOSK fikk inn 45 søknader om støtte i 2022. Det ble 39 innvilgede søknader. Samlet støtte til løpere og aktiviteter ble 138 667, 50 kr.

AOSK sender søknader til Viken idrettskrets, Oslo idrettskrets og Lotteri- og stiftelsestilsynet om støtte til aktiviteter.

AOSK setter sammen lagtempolag til Landsmesterskapet med utgangspunkt i sesongbeste på 1500m, og sender inn samlet påmelding for hurtigløpsklubber inn til Norges skøyteforbund. Landsmesterskapet 2022 ble arrangert av Aktiv Skøyteklubb sammen med Oslo Skøyteklubb på Frogner stadion. NSF/TKH har for første gang gledet av, sammen med arrangør, å tilby en egen klasse for para-utøvere under Landsmesterskapet i hurtigløp 2022.

Lagtempo jenter, fire runder: Akershus og Oslo ble nr. 4. med tiden 3.33,62 MT. På laget var: Helle Bolding Debernard, Josephine Stenback og Eira Sørheim.

Lagtempo gutter, fire runder. Her vant Akershus og Oslo 2.06,90 MT. På laget var: Fredrik Pedersen, Tinius Rambøl Alme og Miika Klevstuen.

LM resultater: <https://www.aktivsk.no/arrangementer/2022/2/11/lm-2022>

Renate har dialog med ispiggerne som får rapport etter hver økt mandager på Frogner stadion.

Styret, ved Renate Jeppsson, har deltatt på isfordelingsmøter i regi av Oslo idrettskrets (OIK).

Renate har hatt hyppig dialog med OSK/drift som ble ny drifter av kiosken på Frogner, samt at OSK/drift ble bindeleddet med Bymiljøetaten (BYM). Dialogen som har vært er dessverre de samme utfordringer som melder seg år for år. Dette gjelder i hovedsak iskvalitet, tykkelse på isen, sikringsputer, bedre informasjon om åpnings- og treningstider, skilting og sikkerhet for brukere av Frogner stadion. Hurtigløp etterspør en bedre dialog med banemannskapet på Frogner stadion. AOSK er også bindeleddet fra klubber til OSK/drift og BYM som kommer med innspill om mulige forbedringspotensialet rundt Frogner stadion som nevnt ovenfor.

REPRESENTASJON OG ADMINISTRATIVT ARBEID

Fra januar 2022 til desember 2022 har det vært jevnlig dialog og samarbeidsmøter med BYM med tanke på istider, ispreparering, skilting, publikum og sikkerheten på Frogner stadion. Nytt av året

11. og 13. februar 2022. Landsmesterskapet (LM) 2022 Frogner stadion, Hege Eliassen.

16. mars 2022. Oslo idrettskrets (OIK) informasjonsmøte om fordelingsprosessen for 2022/2023. Av møtet ble det enighet at for kommende sesong 2022/2023 benyttes samme %-andelen til de ulike særidrettene som for inneværende sesong 2021/2022.

4. mai. AOSK Kretsting.

6.-7. mai. Ledermøte, Sjølyst, Oslo i regi av Norges skøyteforbund. Gerrit og Renate.

28. mai 2022. Fordelingsmøte for ishaller 2022/2023. Linda Ruud, kunstløp OSK, Karoline Røed Tønnesen, kunstløp OI og Christian Pedersen, kortbane OSK deltok på møte med OIK.

8. juni 2022 AOSK styremøte, Sonja Henie ishall.

11. juni. Viken idrettsting, Fredrikstad. Renate.

15. juni. Oslo idrettskretsting. Ullevål stadion. Renate.

27. august. Kretssamling, Frogner stadion. Hege og Renate.

20. september 2022. Seminar om energieffektive idrettsanlegg.

Interesseorganisasjonen for Valle Hovin inviterte Snorre Kverndokk – seniorforsker i Frisch Centre UiO, Aleksander Jørgenrud – økonomisjef i ASKO Norge. ASKO har Oslos største solcelleanlegg på sitt anlegg på Kalbakken og forøvrig i Norge. Jørgenrud fortalte om hvilke erfaringer og muligheter som ligger i slike solcelleanlegg. Cato Kjølstad - direktør rammevilkår i Hafslund Oslo Celsio fortalte om hvilke muligheter som finnes, og hva som kan gjøres for å utnytte byens kilder til overskuddsenergi, samt hva politikken er rundt dette. Steinar Hoen – Bislett Games som svarte på spørsmål rundt erfaringer med solcellepaneler på Bislett. Mona Adolfsen – Skøytepresident, politikere fra Høyre, Fremskrittspartiet og Rødt stilte. Vidar og Renate deltok på møtet som ble avholdt på Valle Hovin.

2. november 2022. Einar Agdestein (trener- og kortbane ansvarlig, Sonia Henie ishall) deltok på nettmøtet med Oslobygg og Arkitekt, for å gi spesifikk informasjon om putelagring i forbindelse med Løren ishall. Gerrit Middelkoop og Kristin Slørdahl deltok i nettmøte 2021 om behovsanalyse/forprosjekt til Løren ishall som tilrettelegges for kunstløp, kortbane og ishockey. Behov for kjelkehockey vurderes også. Banestørrelsen er 30 x 60m. Byggetid er juli 2024 - juli 2026.

4. november 2022. Samarbeidsmøte med Bymiljøetaten (BYM), Oslo idrettskrets (OIK),

Drift Oslo skøiteklub (Drift/OSK), Renate, Vidar og Petter Andersen deltok fra hurtigløp.

12. desember 2022 kunne Frogner stadion sesongåpne. Hurtigløpssesongen ble utsatt en måned grunnet mildvær, samt forsinkelse i leveransen av nye sikkerhetsputer.

22. november 2022 AOSK styremøte.

KRETSSAMLING FOR KUNSTLØP OG HURTIGLØP

Lørdag 27. august arrangerte AOSK kretssamling for alle isidrettene på Frogner stadion og i Sonja Henie ishall. Dessverre passet det ikke for kunstløpsklubbene å delta denne gangen, men kretsen har som mål å få gjennomført minst en fellessamling for kretsens løpere i løpet av sesongen. Samlingen startet med en fellesøkt som ble ledet av Einar Agdestein og Ida Njåtun. Det var samarbeidsøvelser, konkurranser og barmarksøvelser på kunstgresset til Frogner stadion på en varm høstdag. Deretter ble det lunsj og sosialt samvær, før isøkt der de som ikke hadde kortbaneskøyter fikk lånt og prøvd det for første gang. En vellykket kretssamling med løpere fra Asker, Aktiv, Eidsvold, Oslo Skøiteklub, para-utøvere og løpere fra Båstad.



Bilder fra barmarksøkten og isøkten under kretssamlingen 27. august 2022.

TABELLEN GIR EN OVERSIKT OVER KLUBBER MED AKTIVITET

HL (hurtigløp), KL (kunstløp), IL (inline/rulleskøyter, KB (kortbane), RD (roller derby)

Kretsen har 18. aktive medlemsklubber. Det er registrert 2764 aktive medlemmer. Dette er en oppgang fra i fjor hvor det var registrert 2106 medlemmer. Tall er hentet fra SportsAdmin 2. mars 2023.

Klubb	Konkurransedeltakere					Skøyteskole	Breddetiltak, mosjon, langløp	Stevner
	HL	KL	INL	KB	RD			
Aktiv	X		X	X		X	X	X
Asker Kunstløpklubb		X				X	X	X
Asker Skøyteklubb	X		X	X		X	X	X
Bærum Skøyteklubb		X				X		X
Eidsvold TF skøyter	X		X			X	X	X
Frogner IL (pt uten isflate)								
Jar IL		X				X	X	
Lilleborg IK	X						X	X
Nesodden IF	X					X	X	X
Oppegård IL	X			X				
Oslo Idrettslag skøyter		X				X	X	X
Oslo Handicapidrettslag							X	
Oslo Skøyteklub	X	X	X	X		X	X	X
Oslo Roller Derby Klubb					X			
Oslo Speedskaters Rulleskøyteklubb	X		X			X	X	X
Romerike Kunstløpklubb		X				X	X	X
SK-94	X						X	
Skøyteklubben Lørenskog						X		
Ullensaker Issportklubb		X				X		

ANLEGG I KRETSEN

Det arbeides kontinuerlig med anleggsutfordringer i kretsen. Løren ishall er et nytt prosjekt som skal tilrettelegges for kunstløp, kortbane og ishockey. Behov for kjelkehockey vurderes også. Banestørrelsen er 30 x 60 m. Byggetid er satt til juli 2024 - juli 2026.

FROGNER STADION

Frogner stadion har utfordringer når det er mildvær, nedbør og vind. Mildværet førte til at sesongstarten på Frogner stadion ble utsatt en måned, samt at nye sikringsputer var forsinket. 12. desember kunne endelig BYM melde at Frogner stadion åpnet for sesongen 2022/2023. AOSK har hatt jevnlig kontakt (per telefon, e-post og digitale møter) med Oslo kommune.

For sesongen 2022/2023 er det Oslo skøiteklub som skal være bindeleddet mellom BYM og banemannskapet, drifte kiosken, fordele garderober, henvise publikum til å bruke gangbroa, annonsere ispreparering og at alle må gå av isen. Frogner stadion bruker lenken Sportello som gir oversikt over de ulike aktivitetene: hurtigløpstrening, skøyteskoler, publimukstid, bandy og garderober: <https://sportello.no/activitiesdetail/81/Frogner-Stadion>

RISENGA KUNSTISBANE

Asker skøyteklubb jobber videre med å få tak over Risenga kunstisbane. Prosjektet kalles "Folkehallen", og baserer seg på Kristiansund-standard. Folkehallen står øverst i Asker Idrettsrådets prioriteringsliste for større anlegg i Asker kommune. Planen er privat finansiering, og det er opprettet AS Folkehallen på Risenga. Forslaget er pt. inkludert i politiske prosesser knyttet til isanlegg i Asker.



Med bilder fra årets Nissemila på Julaften takker vi for godt samarbeid i året -Frivillighetsåret- som snart har gått.

RULLESKØYTEBANE

Bjerkåsbanen blir brukt godt - både som idrettsanlegg for skøyteklubben, skøyteforbundets landslag, og andre klubber, men også som nærmiljøanlegg.

SONJA HENIE ISHALL

Det har vært full aktivitet i Sonja Henie ishall gjennom året. Det ble blant annet avholdt flere nasjonale mesterskap både for kunstløp (inkludert Norgesmesterskap) og kortbane, og med stor oppslutning og mye publikum. Dessverre har Oslo kommune fremdeles en tradisjon med å stenge ned samtlige av byens ishaller i april. Dette med unntak av én ishall som forblir åpen. Denne ordningen medfører at utøverne ikke får trent på kommunal is slik som er nødvendig for deres sportslige utvikling. Sonja Henie ishall var blant de som skulle stenge ned i april. Kortbane og kunstløp - sammen med rinkbandy - gikk imidlertid sammen om å leie Sonja Henie frem til sommeren 2022. Kostnaden ved dette var betydelig og uten noen form for støtte fra krets/forbund, men det var nødvendig for å opprettholde et best mulig tilbud for utøverne.

VALLE HOVIN

Prosjektet med å renovere Valle Hovin med forberedelse til takoverbygg startet opp i mars 2022. Etter oppstart ble det en lengre tautrekning rundt adkomst til indre bane hvor planen var en gangbru, noe vi mente var en dårlig løsning. Etter en krevende politisk prosess hvor sittende bystyre med AP, SV og MDG i to omganger forsøkte å stoppe et lovlig fattet vedtak om kulvert, fikk forslaget flertall i forbindelse med revidert budsjett. Det betyr at adkomsten blir gjennom en kulvert med rullestolheis og enkle toalettfasiliteter. En bebudet kuttliste som ville bety at man ikke bygger speakerbu og sekretariat ved målgang er også trukket tilbake. Det betyr at vi får en meget attraktiv bane når den står ferdig.

Utover høsten startet prosessen med å få et vedtak om å bygge tak. Det ble tydelig at veien frem ligger i energibesparende tiltak hvor solceller på taket vil være et svært viktig tiltak. Derfor inngikk interesseorganisasjonen for Valle Hovin en avtale med Vålerenga Kultur- og Idrettspark om å gjøre felles sak for energibesparende tiltak for Valle Hovin feltet. Dette endte med et forslag fremmet av FrP, H og V om å bevilge penger til en utredning av konsekvensene med energieffektiviserende tiltak som kunne gjort Valle Hovin isbane energipositivt. Forslaget fikk mot alle odds ikke flertall, noe som var svært bemerkelsesverdig da uttalte miljøpartier som MDG og SV ikke støttet et praktisk energitiltak som kunne spart byens skattebetalere for millioner i året. Planene er å jobbe videre med dette mot revidert budsjett. Det langsiktige målet er at tak bygges over Valle Hovin som en forlengelse av det pågående prosjektet.

RAPPORT OM VIRKSOMHETENE FOR AUTORISASJONSRADET I AOSK

Autorisasjonsrådet har i 2022 bestått av: Ari Börde Krøyer, Asker Skøyteklubb, Asgeir Mamen, Asker Skøyteklubb, Heidi Støen, Aktiv Skøyteklubb, leder.

AKTIVITETER

Det ble dessverre ikke holdt kurs for funksjonærer (dommer, tidtakere eller startere) i vår krets i 2022. Vi ber klubbene gi beskjed straks de har noen som kan tenke seg kurs.

REKRUTTERING

Når hurtigløpsklubbene i kretsen arrangerer løp ser vi som overdommere, at man har flinke, trofaste funksjonærer som stiller opp som banedommere, tidtakere og startere. Vi ser også at klubbene som regel er avhengige av hjelp av andre klubber for å ha dekket funksjonærer i alle funksjoner på banen. Det er en god ting med samarbeid. Samtidig vil vi oppfordre klubbene til å aktivt arbeide med rekruttering også på denne fronten. AOSK trenger gode funksjonærer på krets nivå (lokalt) som på sikt kan tenke seg videre kurs for å bli overdommere på nasjonalt og internasjonalt nivå.

Vi i autorisasjonsrådet holder gjerne Dommer og tidtakerkurs. Det trengs ingen forkunnskaper. Kurset gir grunnlag for å være banedommer og tidtaker på lokale løp. Kretsen trenger flere startere. Det kan være en fordel å ha vært med en av kretsens startere på lokale løp og kanskje praktisert under veiledning, men det er ikke et absolutt krav for å få delta på kurs. Kurset for startere holdes av NSF og arrangeres dersom klubbene i kretsen har kandidater som ønsker kurs. Gi oss beskjed så vi kan formidle dette videre.

Norges skøyteforbund holder kurs for overdommere og startere når autorisasjonsrådene/kretsene melder at de har kandidater.

Innstilling til overdommere (OD) og startere (ST) for sesongen 2022-2023 ble sendt NSF Dommerutvalget i Hurtigløp (DUH) i mars 2022

Endringer: Fremmet overdommer Heidi Støen til Nivå 1 (ISU) som forrige sesong, men hun ble stående som internasjonal overdommer på Nivå 2. Ingen andre endringer eller nye kandidater på nivå 2 (internasjonalt) eller 3 (nasjonalt) verken som overdommere eller startere.

KRETSENS OVERDOMMERE OG STARTERE

OD nivå 2: Asgeir Mamen, Heidi Støen, Torbjørn Sæther og Ivar Øsmundset. OD nivå 3: Jon Ingulf Medbø, Kjell Rune Kristiansen og Bjørn Pettersen. Startere nivå 2: Hege Nerstad Gundersen og Ari Börde Krøyer.

Startere nivå 3: Kjetil Narum Bakken og Morten Kørpe.

ÅRSBERETNING HURTIGLØP

AKTIV SKØYTEKLUBB

Aktiv sine løpere har hatt gode resultater gjennom sesongen. Internasjonalt var Ragne Wiklunds verdensmesterskap og verdenscupseire de desiderte høydepunktene. I november tok Ragne klubbens første individuelle verdenscupseier siden november 2001, og hun avsluttet sesongen med to sølv og en gull i enkeltdistanse-VM i Heerenveen. Klubbens andre faste innslag i verdenscupen, Allan Dahl Johansson, avsluttet sesongen med en bronsemedalje i lagtempo. Klubbens yngre garde gjorde det svært bra i Landsmesterskapet, klubben ble beste klubb både i ASK-cupen og i Vikingløpet, og fikk med hele seks løpere til Viking Race. Også i Veteranmesterskapet ble det flere gullmedaljer til klubben.

Etter to sesonger med Covid 19-restriksjoner var situasjonen i 2022/2023 tilnærmet normal. Aktiv står fortsatt uten et eget fungerende anlegg. Klubben lider under dette, og rekrutteringen er svak. Klubben forsøker å gjøre det beste ut av situasjonen, og er forberedt på å bygge opp et nytt miljø når Valle Hovin gjenåpnes.

Aktiv ble 25. oktober 2022 sertifisert som Rent Idrettslag.

SKØYTESKOLE FOR BARN

Skøyteskolen for barn ble arrangert på Frogner stadion. Det var to grupper. Blå gruppe bestod av nybegynnere og rød gruppe av viderekommende. På blå gruppe deltok ti barn fra 6 til 10 år, som trente enkle skøyteferdigheter gjennom lek. Rød gruppe bestod av fem barn i alderen 9 til 12 år, som jobbet med lengdeløpsferdigheter gjennom lek. For begge grupper stod mestring sterkt i fokus.

Skøyteskolebarna har også deltatt i gullkarusellene. Flere barn leide skøyter fra klubben, med stor mestring. Vi opplever at foreldre og barn har vært svært fornøyde med opplegget og muligheten til å delta på skøyteløp.

SKØYTESKOLE FOR VOKSNE

Også denne sesongen ble det organisert skøyteskole for voksne. Skøyteskolen startet med en teorikveld om teknikk og tips om utstyr, og fortsatte deretter med praksis på is. Den forsinkede åpningen av Frogner stadion gjorde at skøyteskolen ikke var ferdig før godt ut i januar. I år var det flere yngre deltakere og også en del deltakere med flerkulturell bakgrunn.

ARRANGEMENTER

Aktiv arrangerte denne sesongen ASK-cupen, ASK-mila, klubbmesterskap og to gullkaruseller. En tredje gullkarusell var planlagt før jul, men måtte avlyses på grunn av sen åpning av Frogner.

Med unntak av ASK-cupen, ble alle stevnene arrangert på Frogner. ASK-cupen ble arrangert på Risenga i Asker fordi det var usikkert om Frogner ville være forsvarlig sikret løpsdagen. Alle løpene ble kjørt med elektronisk tidtaking.

Risenga stilte med flott vintervær til *ASK-cupen*. Stevnet samlet 56 deltakere.

Klubbmesterskapet ble arrangert sammen med OSK, Det måtte først utsettes på grunn av tungt snøfall og stenging av banen. På ny dato ble deltakelsen noe lavere enn ønsket, pga. stramt konkurranseprogram for de mest aktive løperne. Det var til sammen 26 deltakere på det felles klubbmesterskapet, hvorav 15 fra Aktiv.

Klubben arrangert for første gang siden 2019 *gullkaruseller*. Det ble arrangert to gullkaruseller med henholdsvis 19 og 21 deltakere. Det var god stemning, masse skøyteglede, fine premier, saft, boller og vafler. Under den siste gullkarusellen hadde sola smeltet isen i deler av ytre bane, så stevnet ble gjennomført ved å bruke oppvarmingsbanen og indre bane i første sving, som ga en distanse på 475 meter.

ASK-mila ble arrangert for første gang siden 2019. Arrangementet samlet 17 deltakere, 11 på 10 000 meter og 6 på halvmaraton. Løpet var terminfestet mandagen etter LM, og derfor

deltok ikke klubbens yngre løpere.

I tillegg til å arrangere egne løp, bidro klubben med funksjonærer til LM i Båstad.

TRENINGSGRUPPER

Klubbens løpere trener i Oslo, Stavanger og Hamar. To av treningsgruppene, 8-12 år og 13-17 år, holder til i Oslo, begge i et samarbeid med OSK. Aktiv har seks løpere i den yngste treningsgruppen, og åtte i den eldste.

ØVRIGE ELITELØPERE

Banesituasjonen i Oslo er vanskelig, og Aktiv sine eliteløpere holder til i andre deler av landet. Ragne Wiklund og Allan Dahl Johansson er på landslaget. Julie Berg Sjøbrend og Viktor Haukaas er i Mjøsteam, og Thomas Lande Eriksen og Linus Risnes i Team Sørmarka.

VETERANGRUPPA

Veteranmiljøet i ASK er stort. Blant aktiviteter for voksne kan nevnes skøyteskolen for voksne, løp arrangert av Skøyteutvalget i Oslo og Akershus bedriftsidrettskrets (OABIK) og diverse milløp, inkludert ASK-mila.

KORTBANE

Kortbanetreningene er et godt supplement til annen trening både i sommersesongen og vintersesongen. Omtrent alle ASK sine juniorer går mye kortbane, og også de yngre løperne bruker kortbane som et sentralt element i treningen.

OPPEGÅRD TILRETTELAGT ALLSPORT

Treningene foregikk i Ski ishall tirsdager kl 1530-1745, fra 1. okt til 30.april. Det har vært 3 – 5 stykker på treningene. Treningene har basert seg på enkle teknikkøvelser, lek på isen og rundegåing. Dette er et program som utøverne kjenner godt, noe som har vært forutsigbart og gitt en trygg ramme rundt treningene. Det har blitt vektlagt å skape et godt sosialt miljø og at alle kan delta ut fra egne forutsetninger. Utøverne har foreslått leker og vært «hjelpetrenerer». Dette har gitt mestringsfølelse og fremmet deltagelse. I tillegg har enkelte fått muligheten til å trene på selvvalgte øvelser, da det er nivåforskjeller og enkelte legger mer vekt på å utvikle seg som skøyteløpere. En utøver har deltatt på stevner – OSK Open (kortbane) og Risengaløpet (hurtigløp). Utøverne har vist idrettsglede og stemningen har vært god på treningene i Ski ishall.

OSLO SKØITEKLUB OSK HURTIGLØP OG KORTBANE

SKØYTESKOLEN

Hovedtrener har som tidligere år vært Kim Weger. Fokuset har vært skøyteglede og læring av grunnleggende teknikker. Opplegget rundt barna har vært upåklagelig og tilbakemeldingene fra barna har vært kjempegode. Vi håper å kunne rekruttere noen videre opp til intermediate-gruppen for neste år. Det viktigste vi kan gjøre er å fylle på mest mulig fra bunnen av for å sikre at antall løpere vokser og at bredden blir størst mulig.

Endelig har vi vært svært lite preget av korona, noe som har gjort at vi kan ha gjennomført hele skøyteskolen inne i Sonja Henie. Vi har stor tro på å trene kortbane fra ung alder for å

utvikle best mulig skøyteknikk. Etter hvert som det er is ute på Frogner, vil vi også få flest mulig løpere ut på lengdeløp også.

Vi har stort sett ligget på 15-20. løpere på skøyteskolen både før og etter jul.

INTERMEDIATE OG JUNIORGRUPPE

Ny LANDSREKORD i gutter 14 år på 500 m for Miika Klevstuen (37,53).

Klubbrekordene fortsetter å bli knust av både gutter og jenter.

INTERMEDIATE- GRUPPEN

Intermediate gruppen: Intermediate gruppen organiseres av Anne Therese Tvetter (OSK), Einar Agdestein (OSK), Carl Erik Sando (Aktiv) og Arild Nebb Ervik (Aktiv). Gruppen har også i år fortsatt sin gode utvikling. Flere av de eldste løperne i intermediate er i ferd med å ta steget opp i juniorgruppen. Det har vist seg at dette gir gode resultater og vi ser at juniorgruppen tar de nye løperne imot med åpne armer. Løperne i intermediate gjør som juniorene har gjort i alle år med å gå både hurtigløp og kortbane. I løpet av sommeren og høsten har de også vært mye med på barmark og noen har begynt å sykle litt. For de kommende sesongene må vi forsøke å skape en god gruppe som trener mye sammen for å skape et nytt nivå sammen med de som nå er juniorer. Gruppen har vært med på mange løp i begge idretter og samlinger. Gruppen teller fortsatt ca 25-30 løpere og vi håper vi skal fortsette å bygge denne ennå større de kommende årene. Vårt viktigste fokus skal ligge på rekruttering. Uten bredde på vei oppover, vil vi aldri nå en topp. Vi ser et stort potensiale i gruppens løpere.

JUNIORGRUPPEN

Hovedtrenerne for juniorgruppen er Einar Agdestein og Petter Andersen. Til tross for at vi trodde at korona var borte, har vi også i år hatt utøvere som har vært syke og stevner som har hatt nokså strenge restriksjoner. Etter sommeren har det vært veldig godt trykk med 4 treninger i uken inne i Sonja Henie. Løperne har tatt enorme steg teknisk, fysisk og taktisk.

Til tross for Korona som fortsatt var gjeldende fra januar til mars, fikk løperne lov til å være med på LM/NM i kortbane i Sonja Henie ishall, samt at vi i februar greide å gjennomføre LM i hurtigløp sammen med Aktiv skøyteklubb på Frogner stadion. Begge stevner var en stor suksess for OSK og viste at vi har flotte anlegg for å arrangere skøyteløp.

Typisk for alderen 12-17 år har de aller fleste stor framgang. Noen utvikler seg jamt og trutt, mens andre tar noen skikkelige jafs for så å stå litt stille igjen. Vi er svært nøye på at alle konkurrerer med seg selv og egne tider. Gleden av å være i en gruppe med positive idealer og skøyteglede skal alltid være det viktigste. Selv om hurtigløp i all hovedsak er en individuell idrett, bygger vi et lag hvor løperne skal trives i en gruppe. I kortbane er gruppefølelsen langt mer framtrepende gjennom stafetter og lagbygging på tvers av alder og kjønn.

ÅRETS KONKURRANSER

Av nasjonale konkurranser er det viktig å navne LM som fortsatt er den viktigste arenaen for våre juniorer. Både LM i hurtigløp og LM/NM i kortbane viste at OSK har meget sterke

løpere. Vi hevder oss svært godt og har tatt mange medaljer og har vist sterke prestasjoner. Flere av løperne har også fått prøvd seg i både JR NM og i Senior NM for hurtigløp. Dette til tross for at det største grunnlaget har blitt lagt på kortbane. Det er svært viktig at vi er med også på hurtigløp, dette er tross alt fortsatt størst i Norge og får foreløpig mer omtale enn kortbane. Men viktigst av alt er det å gjøre begge deler for å sikre at vi trener variert og at motivasjonen for å gå på skøyter vil fortsatt være stor. Etter hvert vil mange av juniorene sikkert ta et valg om hvilken idrett som vil være den de satser på. Da har vi gitt deg muligheten til å mestre begge idretter og å gi de best mulig forutsetning for å lykkes.

Flere av våre løpere har også i år vært ute i Europa og konkurrert. Årets konkurranser har vært Star Class i kortbane, JR VM i kortbane og andre internasjonale konkurranser. Det er stor utvikling i gruppen og vi nærmer oss stadig de store nasjonene.

Det har blitt gjennomført treningsamlinger i Sonja Henie ishall med stor deltagelse også fra andre klubber. Det legges ned et betydelig treningsarbeid av alle i gruppen. Det er en positiv driv og flere ser til OSK med nysgjerrighet om hvordan vi får så gode løpere.

PARA-KORTBANE

Som en av bare to klubber i Norge har vi en egen gruppe for para-utøvere. Gruppen har gjennom året blitt godt etablert med 3 løpere som består av Johanne Berg, Maiken Gundersen og Eirik Gåseidnes og trenere har vært Marja Haartsen, Renate Jeppsson og Ivar Njøs (vikar). Foreldrene har også bidratt bra både under og etter treningene.

Vi ønsker at gruppen skal øke i antall utøvere i årene som kommer. Vårt ønske er at para skal være integrert med alle andre løpere i klubben. Med dette som utgangspunkt har de ikke bare egen treningstid, med flere er også med på treningene også i OSK sine andre grupper. Para er også godt integrert i alle konkurranser vi arrangerer.

Fra midten av august til rett etter påske har det vært et treningstilbud på kortbane i Sonja Henie Ishall for en gruppe par-løpere også kalt tilrettelagt. Høydepunktet for sesongen var kanskje en tur til Nederland hvor det ble deltatt sammen med 3 løpere fra Trondheim (TKK) under Special Olympics stevne i Utrecht. Alle løpere kom hjem med fine medaljer og gode minner. Løpere har i tillegg vært med i NM i Skien samt (NC-)stevner i Trondheim, Oslo og Skien. Også der var det gode resultater.

OPPSUMMERING

Hurtigløp og kortbane har nok en gang lagt bak seg en flott sesong. Vi har hatt masse gode prestasjoner, masse skøyteglede, fantastiske trenere, alltid positivt støtteapparat og med masse nye erfaringer.

OSK viser at et godt rekrutteringsarbeid bærer frukter på sikt og at det tar tid å bygge bredde. Vi skal stå på videre inn i neste sesong.

Klubben er avhengig av foreldre som stiller opp for å ta del i de oppgavene som må gjøres for å legge til rette for klubbens løpere. En stor takk rettes derfor til foreldrene som alltid stiller opp når vi har behov for hjelp.

OSK har videreført sitt samarbeid med Aktiv skøyteklubb for alle våre løpere i alle klasser. Samarbeidet fungerer svært godt og er med på å løfte skøytesporten i Oslo betraktelig. Begge klubbene trener sammen, samt at vi har et tett og godt samarbeid under konkurranser.

ASKER SKØYTEKLUBB

Asker skøyteklubb har hatt et aktivt år i 2022 også. Det er et lite generasjonsskifte i klubben, både blant medlemmer og i styre og stell, noe som gjør at aktivitetene først og fremst har vært sentrert rundt klubbens egne anlegg. Det er en relativt stor og trofast rekruttgruppe på i overkant av 20 løpere, med ivrige og positive foreldre, som deltar mer og mer aktivt. Flere av disse rekruttene vil gå over til juniorgruppen snart. Rekruttene har deltatt på klubblop, men flere og flere deltar nå på løp i nærområdet og i Vikingskipet. Vinteren 2022 ble gruppen trent av et team, bestående av Herman Kjøsterud Erlingsen, Runar Njåtun Krøyer og Linnea Søfteland. Fra og med høsten 2022 har Emil Christian Nielsen hatt treneransvaret for rekruttene.

JUNIORGRUPPE

Juniorgruppen besto av i underkant av 15 løpere vinteren 2022, som ble redusert til 11 sommer/høst 2022. Disse har deltatt i løp både lokalt, nasjonalt og noen også internasjonalt. Noen i gruppen deltar aktivt både i hurtigløp og inline, mens noen fokuserer kun på hurtigløp. Emil var trener for gruppen vinter, vår og sommer 2022. Klubbens tidligere internasjonale toppløper Ida Njåtun, som kom fra en stilling som blant annet trenerkoordinator og trener i Stavanger og Sandnes skøyteklubb, flyttet tilbake til Østlandet sommeren 2022. Asker skøyteklubb var så heldige å få Ida med på laget, og hun ble ansatt som klubbens hovedtrener fra høsten 2022. Hun har etter det hatt ansvaret for opplegget rundt juniorløpere, men også i samarbeid med Emil. Klubben er fornøyd med å ha kompetente trenere å tilby klubbens aktive løpere på alle nivå, med mange erfaringer som kan komme mulige nye storløpere til glede 😊.

Klubbens seniorløpere trener på andre steder, da treningsforhold for hurtigløp på høyt nivå ikke er gode nok i Asker. Marte Bjerkreim Furnée var med på Norges skøyteforbunds talentlag vinteren 2022, og ble en del av Norges skøyteforbunds Elitelag våren 2022. Hun har i tillegg vært en av Team Sørmarka i Stavanger i enkelte perioder sesongen 2022/23. Hanna Svenni var også med på Norges skøyteforbunds talentlag vinteren 2022, og har hele året vært en del av Mjøsteam på Hamar. Runar Njåtun Krøyer har vært en del av Team Sørmarka vår, sommer og høst 2022.

Klubben har også flere aktive veteraner, som deltar på stevner både lokalt og nasjonalt. I tillegg har klubben en internasjonal overdommer (nivå 2), Asgeir Mamen, og en internasjonal starter (nivå 2), Ari Børde Krøyer.

Asker skøyteklubb har et godt tilbud innen hurtigløp og inline. Vi bruker også kortbane som en del av treningen, når vi får innpass i ishockeyhaller. Det har vært mindre aktivitet på kortbane de siste årene, men høsten 2022 ble kortbanetrening en jevnlig del av treningen for rekrutter og juniorer. Vi har fått flyttet sikringsputene til den gamle Askerhallen, og fått treningstider der.

Men det har ikke blitt så mye ennå, fordi vi ikke har fått tilbud om så mange timer ennå. Eirik og Johanne er ivrige kortbaneløpere, men de trener med og konkurrerer for OSK i den grenen.

ARRANGEMENTER

Vinteren 2022 ble det arrangert sosial samling på naturisen på Dikemarksvannene, flere klubblop, klubbmesterskap og "Aller siste indre", et arrangement der foreldre går løp og løperne er funksjonærer, til mye moro for alle involverte!

Uken før skolestart i august arrangerer et lokalt idrettslag i Heggedal/Vollen, GUI il, et aktivitetstilbud til barn og unge. Asker sk var bidro med inlinekurs til deltakerne på aktivitetsleiren. De fikk låne inlineskøyter av klubben og deltok en dag hver på aktiviteter på Bjerkåsbanen, med Herman som instruktør. Det er andre året klubben er med på dette aktivitetstilbudet, og noe vi håper å kunne fortsette med videre også.

Bjerkåsløpet ble gjennomført 3. september 2022. En solid dugnad før løpet gjorde at buskaset som hadde vokst seg tett rundt banen ble fjernet. Trener Emil lagde løpsoppsett og løpsplan. En fin ramme og god gjennomføring, i tillegg til salg av vafler, kaffe og kake, bidro til en hyggelig dag på Bjerkåsbanen.

Skøytesportens dag ble arrangert 6. desember 2022. Det ble en hyggelig familiedag på isen. Det ble arrangert hinderløype og 100-metere som engasjerte en stor del av barna på banen. Klubben stilte med Ida og Emil som trenere/aktivitetsledere, og det var salg av vafler mm. i kiosken.

Risengaløpet ble arrangert 12. mars i 2022, som en erstatning for Siste indre som ikke kunne gjennomføres på Frogner stadion og fordi Risengaløpet ikke kunne arrangeres i desember 2021. Og så ble Risengaløpet arrangert igjen 17. desember 2022, med rundt 70 deltakere. Det snødde kraftig denne dagen. Det medførte ekstra arbeid med måking for klubbens funksjonærer, men de klarte å holde det meste av snøen borte. Det var god stemning å se blant løpere og voksne.

Klubben har i tillegg et par faste arrangementer som er viktige for bredden, nemlig Årets mørkeste og Nisseluemila. Årets mørkeste arrangeres torsdag nærmest vintersolhverv, med trening, felles hygge og til slutt skøyting på en mørklagt, men fakkelystet bane - som gir stor stemning! Nisseluemila foregår på julaften, der hele bygda inviteres til en uhøytidelig 10 000 m. Arrangementet avsluttes med servering av gløgg og peppekaker til deltakerne. Det ble gitt en fyldig og god omtale i Budstikka, noe som er god PR for klubben.

Hver tirsdag gjennom hele 2022 ble "Tirsdagstiern Vest" gjennomført på Risengabanen. Det er et litt uhøytidelig milløp, med deltakere fra Oslo, Asker og omegn. Primus motor er Espen Riktor fra Lilleborg idrettsklubb (LIK), med Askers Svein-Erik Morkemo som lokal arrangør og deltaker. Veterangjengen som gjennomfører "Tirsdagstiern Vest" skaper økt aktivitet og enda mer skøyteglede, og er et hyggelig innslag på Risengabanen.

SPORTSLIG

REKRUTTGRUPPA trente som vanlig på Risenga vinteren 2022. Blant annet pga covidrestriksjoner, deltok de ikke på så mange løp utenfor hjemmebanen denne vinteren. Klubben annonserte ikke noe nybegynnertrening av samme grunn høsten 2021 og vinteren 2022, men det dukket stadig opp noen nye løpere. I løpet av inlinesesongen kom det også noen nye til. En god del av løperne fikk prøve seg på inlinekonkurranse i Sandefjord og på Bjerkåsløpet.

Det kom enda noen nye rekrutter i ukene før vi fikk is på Risenga, i tillegg var det en kjærkommen retur av løpere som ikke hadde vært med på treninger i løpet av sommersesongen. Alt i alt førte dette til at det var en bra gjeng som startet vintersesongen. Gjengen har vært ganske stabil, og de fleste har vist stor fremgang og satt nye personlige rekorder på alle distanser.

JUNIORENE har lagt inn en god innsats både på trening og i løp. Vinteren 2022 var fortsatt noe preget av covidrestriksjoner, som er en av grunnene til at mange gikk færre løp enn normalt for en vintersesong, men på Sandefjordløpet på Hamar deltok en stor gjeng. Vår ene parautøver, Eirik Gåseidnes Knutsen, deltok på de aller fleste løp som ble arrangert. En flott representant for Asker skøyteklubb rundt på de mange skøytebanene! Vår andre parautøver, Johanne Berg, var også ivrig med på treningene og deltok i flere konkurranser.

Det ble ikke arrangert Vikingrace i Heerenveen vinteren 2022. Men tre av Askers løpere, Hedda Finstrand, Anne Sofie Birkedal og Halvor Kjosterud Erlingsen, ble invitert til å delta på StuupRace i samme hall som en erstatning. Det var en flott opplevelse, og ga flere gode resultater.

Løperne har utover høsten og vinteren 2022/23 blitt bedre kjent med Ida som trener. De har fått noen nye erfaringer og tilpasninger har blitt gjort, blant annet i samarbeid med Emil. Resultatene ble bedre og bedre utover i sesongen for mange, men noen slet en del med skade og/eller sykdom.

Vinteren 2022 ble Marte Bjerkreim Furnée Norgesmester allround for seniorer! Hanna Svenni ble nr. 4 sammenlagt i det samme mesterskapet. Marte tok i tillegg flere medaljer i NM enkeltdistanser samme vinter, med gull på 5000m som topp. I tillegg fikk hun bronse med laget i VM-teamsprint 2022 i Hamar. Under Neo Senior verdenscup i Innsbruck vinteren 2022 fikk hun bronse på 3000 m, og sammenlagt bronse for 3000 m for sesongen 2021/22. Marte var dessverre plaget med en skade i august og september 2022. Det preget høstsesongen for hennes del, som ikke ble så bra som hun hadde håpet. Hanna var heldig med lite sykdom og jevnt med trening gjennom sommersesongen 2022, noe som ga fin framgang og mange personlige rekorder høsten 2022. Jentene tok hver sin medalje i NM enkeltdistanser høsten 2022.

Både Marte og Hanna gjorde sine saker bra i flere Neo Senior verdenscuper sesongen 2022/23, med medaljer på flere 3000metere og i lagtempo (sammen med Aktivs Julie Berg Sjøbrend) i Seinajoki. Marte fikk i tillegg bronse på både 1000 m og 1500 m. Høydepunktet

for Marte var da hun ble tatt ut til å gå World Cup 1 i Stavanger og World Cup 2 i Heerenveen høsten 2022.

Runar startet treningen igjen for fullt våren 2022, etter flere sesonger preget av sykdom og helseutfordringer. Til tross for ny satsing måtte han igjen trekke seg fra flere løp pga sykdom.

EIDSVOLD TURNFORENING SKØYTER

Klubben har 110 medlemmer fordelt på 58 opptil 19 år og 52 fra 20 år og eldre. Tre av disse har viktige oppdrag. Ivar Øsmundset og Torbjørn Sæther er internasjonale overdommere nivå 2 i Norge. Stian Fuglehaug er kretsstarter.

AKTIVITET

Torbjørn Sæther har deltatt i NM veteran og Viken mesterskapet. Rekruttgruppen har i sesongen 2022-2023 deltatt på følgende løp utenfor Myhrer. Spinnoløpet med 3 løpere, Odalsskøyta med 9 og Krystallcupen med 29 løpere.

Skøyteskolen fikk en god oppstart med opptil 26 barn i alderen 6-8 år på trening. I årsklassene fra 9 år og oppover deltok 13 utøvere. Ellers har vi hatt trening 2 dager i uken.

Under Eidsvolldistansen og Minidistansen deltok 43 løpere. Så kom mildværet i midten av februar og resten av langløpene og sesongen ble avlyst, men kondisjonstrening på barmark og innendørsaktivitetene forsetter meg god oppslutning under kyndig veiledning av Pernille Ekker og Øyvind Gravem. En blomst til Eva S Sjøberg. Hun har gjennomført Eidsvollisdansen samtlige 42 ganger.

Verdt å nevne er treningssamling på Osbakken DNT hytte. En helg fylt med trening, klatring, utvikling, leking, relasjonsbygging og en økt på rulleskøyter. Vikingskipet benyttes også en dag i uken, men langløpene foregår på Myhrer og Setertjenn med god oppslutning.

ANLEGG OG ISFORHOLD

Vi hadde fine forhold på Myhrer fra tidlig i januar, med is fram til midten av februar.

Vi har fått utendørs lysbryter /timer til lyset på skøytebanen slik at banen kan være i bruk også kveldstid. Vi har også investert i nytt speaker/lydanlegg, samt nye slanger, isskraper og traktor. Når det gjelder vedlikehold av banen, har vi inngått avtale med fotball om å skrape bort gresset samt planere og gruse skøytebanen.

NESODDEN IF SKØYTEGRUPPE

Under idrettsdag august 2022 stilte skøytegruppa opp med sklibrett og rulleskøyteaktiviteter. Skøytegruppa er en aktivitetspost som er av de mest besøkte postene under idrettsdagen. Etterspørselen fra bla. tidligere skøyteskolebarn/foreldre førte til at skøytegruppa organiserte rulleskøyteskole uka etter. Oppmøte med 19 stykker til midten av november har vært over all forventning. Deltakerne ønsket at skøytegruppa også skulle arrangere skøyteskole til vinteren. Skøytegruppa hadde møte med kommunen og

idrettsforening, for å legge press på at Nesoddbanen må islegges så fort kuldegradene melder seg. Kommunen la is på flere småflater, men 400m banen ble dessverre ikke islagt. Skøytegruppa fortsetter sitt målrettede arbeid inn mot kommunen, for å få lagt is til glede for Nesodden innbyggere. Skøytegruppa takker AOSK for midler til innkjøp av hurtigløpskøyter til utlån som kan være med på å styrke skøyteglede hos kommunens barn og unge.

SKØYTEKLUBBEN LØRENSKOG

AKTIVITET

Skøyteklubben har 101 medlemmer. Økonomien er god, aktivitetene preges av dårlige is og baneforhold, og den årlige skøyteskolen ble dessverre avlyst pga dette. Et av våre verdimål er inkluderingsarbeidet i kommunen. Vi er med i en allianse med andre idrettslag og Lørenskog videregående skole. Vi samarbeider godt. Det er bred faglig kompetanse og økonomien fordeles etter behov. Verdiseminaret, fokus på utenforskap og flyktningtiltak er eksempler på arbeidet. Vi ønsker også å være en økonomisk støttespiller for unge skøyte talenter på tvers av klubbmedlemsskap.

BANEFORHOLD

Det skal ikke bortforklares at det til tider har vært store diskusjoner mellom Lørenskog kommune og SKL i banesituasjonen. Plassen vi har brukt ble gravd opp, men nå er vi optimister om at det kan løse seg med frossen bane på Hammerbanen. Vi arbeider også aktivt for et ishallprosjekt med flere tomtealternativer.

LANGLØP OG TURSKØYTING

Langløpsaktivitetene i kretsen har vært gjennomført som normalt i den grad vær og baneforhold har gjort det mulig. Det har vært arrangert løpskaruseller på disse banene:

- Risenga, Asker, tirsdager kl 19:30
- Frogner Stadion, Oslo, mandager kl. 21:00
- Frogner Stadion, Oslo, lørdager kl. 11:30 (21/22 sesongen) kl. 12:30 (22/23 sesongen)
- Myhrer stadion/Setertjenn, Eidsvoll

I tillegg har disse tradisjonelle løpene vært arrangert:

- Eidsvoll distansen, Myhrer stadion 23.01.22 – 26 deltagere
- Medistermarathon, Båstad 26.12.22 – 25 deltagere (flyttet til Båstad pga isforhold/driftsforhold på Frogner)
- Nissemila, Risenga 24.12.22 – ca 30 deltagere
- Champagnemila, Frogner stadion 31.12.22 – 26 deltagere

Det har også vært arrangert såkalte «spontanløp» på islagte vann. Særlig Harestuvannet har vært brukt. Her opparbeides det en 4-5 km lang trasé som vedlikeholdes så lenge forholdene er sikre for skøyteløp. Det er også 4-5 andre vann innen kretsen der det opparbeides skøyte-traséer. Disse blir flittig brukt både til trening med turskøyter/lengdeløpskøyter og til fri aktivitet med alle typer skøyter.

Bymiljøetaten måker en to kilometerlang skøytebane på Sognsvann. Maridalsvannet, Bogstadvanne (<https://www.instagram.com/bymiljøetaten>) og Langen som har Norges lengste naturlige isbane omgitt av vakker natur.



Turskøyting på innsjø: <https://wildoslo.com/nb/turskoyting-pa-innsjo/> Sesongstart 2022/23 på Frogner Stadion ble kraftig forsinket. Banen var i praksis ikke egnet for fellesstart/løp før i slutten av desember. Etter nedstengingen av Valle-Hovin foran 2019/20 sesongen, har det vært utfordringer med både rekruttering til miljøet og å opprettholde aktivitetsnivået. Etter en viss positiv tendens i 2021/22 sesongen, har antall starter gått sterkt tilbake i 2022/23 sesongen. Savnet etter gode og forutsigbare isforhold er stort, og det er en viss spenning knyttet til om miljøet vil ta seg opp igjen når nye Valle-Hovin blir tilgjengelig.

En gjeng med langløpere testet den renoverte “nye” banen i Båstad som har fått tak over 400m banen 25. desember 2022.



ISPIGGING OG ARBEID MED IDRETT FOR FUNKSJONSHEMMEDE

Klubb: Oslo handikapiddrettslag (OHIL). Kontaktperson: Steinar Gustavsen

Vikar: Petter Dybvig. Han har sagt seg villig til å bli tilkalt ved behov.

TRENING

Vi trener på Frogner stadion mandager fra kl. 19:15 – 20:30. Sesongen går fra begynnelsen av november til begynnelsen av mars. Oppstarten høsten 22 ble utsatt til 5.12. på grunn av manglende is. Antall fremmøtte er stabilt lav og varierer mellom 3 og 10 ispiggere.

Tilgjengelighet og parkering på Frogner Stadion er gode. Også lagringsmulighet av utstyr fungerer. All lagring foregår på utøvernes eget ansvar. Vi har heller ikke denne sesongen hatt så stor aldersspredning på deltagerne som tidligere. Årets mål for de fleste er Isbjørnen. Isbjørnen er distansemerke og deles inn i 4 forskjellige krav. Isbjørnen gir alle, uavhengig av alder og styrke, mulighet til å nå et mål.

UTSTYR

Vi har noen piggekjelker og staver til utlån. De som er mest aktive, har egne kjelker og staver, men dette er ikke et krav for å være med.

INFORMASJON

Etter hver treningskveld legges dagens resultat samt en kort kommentar ut på OHILs hjemmesider i tillegg til at det sendes som e-post til interesserte.

Rekruttering: Også ispiggingen er avhengig av kontaktpersoner og trenere som stiller opp og som kan være med å inspirere og motivere deltagerne til innsats. Rekruttering av frivillige er

derfor fortsatt en viktig oppgave og som bør prioriteres. Jeg anbefaler alle til å komme på en treningskveld for å bli kjent med aktiviteten og utøverne. Denne rekrutteringen har vært fraværende de siste årene. OHIL kan derfor ikke forvente at ispigging vil være en del av deres aktivitet i årene fremover. Noe må gjøres for å ta vare på denne fine aktiviteten.

Denne sesongen er det blitt pigget i alt 2284 runder av i alt 76 piggere! Det betyr at det i gjennomsnitt pigges 30 runder per utøver hver mandagskveld uavhengig av vær og isforhold! På avslutningskvelden 27. februar fikk vi besøk av en representant fra Norges skøyteforbund. Hun kom i ens ærend fra Trondheim for å få innsikt i denne delen av skøytesporten! Hun ble imponert over hva hun så og hørte! Samarbeidet med BYM har også denne sesongen vært veldig bra! Det legges godt til rette for oss enten det gjelder tid, is, parkering og oppbevaring av utstyr. Dette setter vi veldig stor pris på!



RULLESKØYTER/INLINE

Etterhvert som covid og dets restriksjoner slapp taket utover våren, kom vi sakte i gang med enkelte fellestreninger. Grunnet lavt oppmøte i 2021 og trenermangel i år, ble det ikke arrangert rulleskøyteskole for barn av Oslo Speedskaters (OSS). Årets høydepunkt kom i Le Mans 24h Rollers for tomannslag, der klubbens Odd Øystein Langegård og Håvard Straumsnes tok en formidabel 3. plass. Asker SK og OSS løpere deltok på Påskesamling med Danskene i Heerenveen. Asker SK arrangerte Bjerkåsløpet 3 september med et nytt løpskonsept, der løpere ble delt inn etter nivå fremfor alder/kjønn.

OSLO ROLLER DERBY

Oslo roller derby holder til i Apalløkka idrettshall. Vi tilbyr åpen trening flere ganger i løpet av året, der det oppfordres til å bli med, teste skøyter og få mer informasjon om kurset og sporten. Vi arrangerer flere nybegynnerkurs i løpet av året, og vi stiller med låneskøyter og utstyr.

Etter to år med pandemi kunne Oslos første roller derby helg endelig arrangeres i april 2022. Vi fikk besøk fra spillere fra Norges klubber. Det ble en kamp mellom Oslo og Wet City/Nidaros på lørdagen, og treningskamper med blandede lag både lørdag og søndag, samt at det var åpent gulv for de som ønsker å komme og skate søndagen. Vi har hjemmekamper der Oslo Roller Derby, Nidaros Roller Derby, Wet City Rollers og Bergen Roller Derby Norway stilte. Vi har også tatt turen til Sverige, til Østerås og Malmö for å spille kamper mot Malmö Roller Derby, Crime City Rollers/Västerås Roller Derby og Tiger City Beast (Oslo). I tillegg fikk vi besøk av Copenhagen Roller Derby da vi hadde hjemmekamp den 12. november. Året ble avsluttet med å danse julen inn på hjul, hjuledisco.

<https://www.facebook.com/oslorollerderby/>



ÅRSBERETNING KUNSTLØP

NASJONALE OG INTERNASJONALE KONKURRANSER

Starten på året var fortsatt sterkt preget av restriksjoner som følge av pandemien, og spesielt for klubbene i Oslo var det begrensede muligheter for innendørs trening. De fleste nasjonale konkurranser ble avlyst og NM/LM ble utsatt til begynnelsen av april da OSK var arrangør av mesterskapet i Sonja Henie Ishall.

Resultater NM/LM 2022 for kretsens løpere:

Senior A kvinner

1.plass og Norgesmester: Frida Turiddotter Berge, AKK

Junior A kvinner

1.plass og Norgesmester: Oda Tønnesen Havgar, OI

Novice A kvinner

1.plass og Landsmester: Pernille With, AKK

2.plass: Elea Rustgaard, AKK

Debs A - jenter

2.plass: Elma Kolbeinsen, OSK

3.plass: Emma Maeovski, OI

Basic

2.plass: Klara Arima Blitzner, OI

3.plass: Therese Tran Hillestad, OSK

I sesongen har kretsen hatt fem løpere på NSF's forbundslag i h.h.v. senior og junior, samt tre løpere på rekruttlaget;

Senior:

Frida Berge, AKK

Linnea Kolstad Kilsand, AKK

Junior:

Oda Tønnesen Havgar, OI

Ida Vamnes, AKK

Pernille With, AKK

Rekruttlaget:

Therese K. Håvåg, Follo KK

Emma Maeovski, OI

Elea Rustgaard, AKK

JAR IDRETTSLAG KUNSTLØP - JIK

Klubben har hatt et stabilt antall elever gjennom året med ca. 260 kursdeltakere.

Medlemstallet er ca. 230 ved slutten av 2022. Jar Kunstløp er nå blant de største

kunstløpklubbene i landet. Det langsiktige målet er å stabilisere medlemstallet på ca. 250 medlemmer.

Gruppen med aspirant- og konkurranseløpere har blitt større og teller nå 44 utøvere, og rekrutteringen er god.

Ungdomsgruppene 13-18 år har vært en suksess med fulle klasser. Det har oppstått et behov for å utvide tilbudet til ungdommer som har utviklet ferdigheter.

Voksengruppen er populær og kursene har hatt et stabilt antall deltakere gjennom året. Flere voksne konkurrerer i Veteranklassen for klubben. Voksengruppen utgjør et viktig økonomisk fundament, og sammen med Skøyteskolen gir disse gruppene vårt «driftsoverskudd» og dekker underskudd i driftskostnader for elever i satsings- og konkurransegrupper.

Ukrainske flyktninger – Klubben fikk to løpere fra Ukraina som ble tatt opp i klubben gjennom et samarbeid med Ullern Bandy i februar. De ble raskt integrert med fantastisk innsats fra medelever, foreldre, leverandører av utstyr og kronerulling blant foreldre i Ullern Bandy. Jar Kunstløp bidrar med treningstilbud og støtte. NSF gir noe tilskudd til treningsutgifter og ISU har gitt en av løperne engangsstøtte da hun kvalifiserer som konkurranseutøver på høyere nivå.

Jar Kunstløp har i 2022 hatt løpere i de fleste konkurranseklasser.

I mars arrangerte klubben for første gang nasjonalt stevne for konkurranseklasser. God innsats fra foreldre og styret gjorde arrangementet til en suksess. Med høy isleie er vi den klubben som har de høyeste kostnadene for å gjennomføre stevner.

Klubben gjør det godt i konkurranser og fikk mange pallplasseringer i 2022. Mange løpere har hatt stor fremgang og tre løpere kvalifiserte seg til NM vinter 2023. Oppvisningsklassen (U 11 år) er den største i Oslo/Akershus krets. Noen løpere har oppnådd et nivå som gjør at de kan delta på konkurranser i utlandet. Det planlegges for dette i 2023.

OSLO IDRETTSLAG SKØYTER - OI

Klubben hadde ved utgangen av 2022 totalt 358 medlemmer og 63 aktive utøvere, inklusive aspiranter og synkron-lagene Blue Crew og Blue Krutt.

Gjennom året har klubben hatt utøvere i konkurranseklassene oppvisning, cubs, springs, basic, debs, debs A, novice, novice A, junior, junior A, senior, senior A, veteran og synkronoppvisning.

Det har vært god aktivitet på treningstimer og totalt har OIs aktive utøvere hatt ca 8350 treningstimer på is mot ca 6300 i 2021. I tillegg har det blitt undervist i ballett og annen barmarkstrening.

OI har hatt to representanter på forbundslaget:

Sesong 2021/22 og 2022/23: Oda Tønnesen Havgar: Junior

Sesong 2022/23: Emma Maeovski: Rekruttlaget

I 2022 har OI Skøyter hatt 2 aktive dommere. Marja Salonen Pettersen er internasjonal dommer på nivå 5. Hun har dømt 7 nasjonale konkurranser i 2022. Ellen Yu er nasjonal dommer på nivå 1, og har dømt 4 nasjonale konkurranser.

Skøyteskolen er klubbens viktigste rekrutteringsarena, og har grupper for barn, ungdom og voksne. Det ble arrangert 4 kurs i 2022; vinter 2022 på Jordal, vår 2022 i Sonja Henie, høst og vinter 2022 i Grünerhallen. Stadig bytte av hall fører til at en del løpere faller fra underveis, men samtlige kurs har blitt fulltegnet, og totalt har vi hatt 300 deltakere på OIs skøyteskole gjennom året. Det er ventelister på samtlige kurs.

OSLO SKØYTEKLUB OSK KUNSTLØP

Kunstløperne i OSK trener mye og godt, og med fast tilhold i Sonja Henie er det godt tilrettelagt for at løperne skal få et variert og solid treningstilbud. I tillegg til trening på is blir trenings salen med utsikt over hallens isflate mye brukt til supplerende trening som barmark, ballett, turn, oppvarming og tøying. Det har også vært et større fokus på oppfølging av løpere ved skade, med treningsprogram for dette, og gjennomføring av tilpasset barmarkstreninger.

TRENINGSSAMLINGER OG STEVNER

OSK kunstløp hadde i juni pre-camp i Sonja Ishall før sommerleirene startet.. Klubben hadde også treningscamp i høstfeiren, med blant annet Nuryia Pirogova som trener.

Hannah Christensen, Celina Gretland, Marie Markhus og Elma Kolbeinsen deltok på tre dagers trenings samling med forbunds laget i april. Norges Skøyteforbund arrangerte første helgen i september samlingen «Sammen mot toppen». Eira Kløvvik og Luna Fulker deltok fra klubben og hadde en lærerik samling.

OSK kunne, etter hele tre utsettelse grunnet covid, endelig få gleden av å arrangere NM-LM 2022 i april. OSK arrangerte klubbstevne for alle løpere fra oppvisning til og med senior, 10. desember. 28.-29. januar arrangerte klubben Norgescup i Sonja Henie ishall, og det ble et svært vellykket arrangement, igjen takket være den gode dugnadsånden hos store og små i OSK.

Klubbens løpere har deltatt i mange stevner rundt omkring i landet denne sesongen. I skrivende stund gjør Alissa Aarøe og Celina Gretland seg klare til å reise til Tallin for å konkurrere i Tallink Hotels Cup, 16.-17. februar.

SKØYTESKOLEN

OSK sine skøyteskoler har også denne sesongen vært arrangert med godt oppmøte både på Frogner stadion og i Sonja Henie ishall. Skøyteskolene gir mange barn og unge muligheten til å utvikle sine skøyteferdigheter i sin alminnelighet, og er dessuten en viktig rekrutteringsarena for OSK. I tillegg til tilbudene klubben har for barn og unge, er det etablert voksen- og veterangrupper til voksne som enten ønsker å lære seg å gå på skøyter eller som vil børste støv av gamle kunster. Voksne har tilbud om to økter i uken, og veteraner en økt i uken. Dette er svært populære treningstilbud til voksne, og aktiviteten gir en god ekstraintekt for klubben.

INTERMEDIATE

Oslo Skøyteklub startet i 2019 opp en ny treningsgruppe, OSK Intermediate. Tilbudet er ment for barn og unge som elsker kunstløp og som gjerne vil trene og lære enda mer enn det som

blir tilbudt på skøyteskolen. Det er også et tilbud til løpere som har trent aktivt, men som av ulike grunner ønsker å trene mindre intensivt. Intermediate har tre istreninger og to barmarksøker hver uke i vintersesongen, og har en naturlig rolle i klubbens kunstløpsshow. Treningsopplegget har vært populært, og klubben er glad for å kunne tilby dette til utøvere som allerede har gått en del på skøyter.

Øvrig informasjon om resultater og begivenheter gjennom sesongen finnes på OSK sine hjemmesider: oslosk.no, og på Instagram [@osk.kunstlop](https://www.instagram.com/osk.kunstlop) og på Facebook: [@OSLO](https://www.facebook.com/OSLO) Skøiteklub, og [@OSK](https://www.facebook.com/OSK) Skøyteskole, Frogner og Sonja Henie ishall

ROMERIKE KUNSTLØPKLUBB

Romerike Kunstløpklubb har i 2022 138 medlemmer hvorav ca. 40 aktive utøvere fra aspirant og opp til junior. Mange av aspirantene er nå på vei over i konkurranseklasser og det tas opp nye aspiranter fra skøyteskole. Vi har hatt ca 110 barn og unge på skøyteskole, men kan ikke tilby plass til alle som ønsker å delta på grunn av begrenset istid. Vi har tilbud til tenåringer på skøyteskole, men kunne hatt et breddetilbud til enda flere med mer istid.

Vi har vår treningsarena i Skedsmo Ishall i Lillestrøm kommune, hallen driftes av Skedsmo Ishockey med tilskudd fra kommunen. Kommunen har videreført gratisprinsippet for barn og unge, noe som betyr at vi har gratis isleie og derav kan holde treningsavgiften realtvt lav.

Vi har i 2022 deltatt på de fleste stevner som har vært arrangert og klubben har løpere i klassene oppvisning, cubs, springs, debs, novice junior og basic.

To av klubbens løpere kvalifiserte seg til og deltok i Landsmesterskapet i klassen Debs A og vi hadde 5 løpere som kvalifiserte seg til NorgesCup finalen i ulike klasser.

Klubben har totalt 10,5 timer istid pr. uke hvorav skøyteskolen har 1 time pr uke.

Fire av klubbens konkurranseløpere har i løpet av 2022 gjennomført Trener 1 kurs i regi av Norges Skøyteforbund og bidrar nå som instruktører på skøyteskole og aspirant.

Klubben arrangerte stevne med totalt 120 deltakere i februar 2022.

Vi arrangerte juleavslutning med oppvisning/show på isen for medlemmer med familie med sosial samling i etterkant.