

## ÅRSMELDING 2018 FOR IDROTTLAGET I BUL

### Styret i IL 2018

Leiar:	Håvard Hasås
Nestleiar:	Pål Johannes Larsen
Medlem/ungdomsrepresentant:	Julie Gaustad
Medlem:	Leiv Lunde
Medlem:	Mari Bjone
Varamedl. 1:	Samuel Elonga
Varamedl. 2:	Ole Petter Askim Vatne
Valnemnd:	Svein Erik Strand Tønnesen
Kontrollnemnd:	Thomas Jakobsen og Grethe Hammersborg

### Representasjon

#### Bislett Alliansen

Styret:	Anne Farseth, Ole Petter Askim Vatne
Kontrollutval:	Tormod Bønes

#### Oslo Friidrettskrets

Hilde Osnes (nestleiar), Kathrine Askim Vatne (ungdomsrepresentant. Avløyst av Magnus Kringstad)

#### Kretsting Oslo Friidrettskrets

Hilde Osnes (nestleiar)

#### NFIF

Anne Farseth er visepresident i sentralstyret i Noregs Friidrettsforbund.

#### Lagsstyret i BUL

Julie Farseth Berg (nestleiar)

#### Administrasjonen

Idrottslaget har, saman med resten av BUL, kontor i Rosenkrantz' gate 8. Ivan Kristoffer Nilsen er dagleg leiar. Eirik Tanberg er administrativ leiar (sportsleg leiar frå april) og Odd-Ivar Nyheim er

sportsleg leiar (til og med mars). Ulv Holmer vart med verknad 1. september, tilsett i ei 8 månader lang prosjektstilling på 20 prosent for Sentrumsløpet.

Ved utgangen av 2018 utgjier administrasjonen i Idrottslaget 2,20 årsverk.

### **Økonomi**

Idrottslaget hadde i 2018 ei omsetjing på 8 842 044 kr. og eit overskot på 1 159 767. Det var budsjettetert med ei omsetjing på 7 859 000 kr. og eit overskot på 279 500 kr. Rekneskapen er avlagd under føresetnad om framleis drift.

### **Medlemsutvikling**

IL i BUL hadde totalt 444 betalande medlemmer i 2018, ein liten nedgang frå 452 i 2017. Det har vore ført ventelister for barnegruppene gjennom året grunna stor pågang og nye barn er tatt inn i tett dialog med trenarane. Pr. no er det omtrent 100 barn under 15 år på venteliste. Plassmangel på Bislett Stadion på vinterstid set ei avgrensing på kor mange deltakarar vi kan ha på trening og talet på treningsgrupper.

### **Strategi**

Klubben jobbar kontinuerleg med utvikling av yngre utøvarar, noko som har ført til gode resultat på norsk juniorelitenivå. Her nemnes mellom anna Stephan Kyeremeh og Luca Thompson, som også hevdar seg godt i eit historisk perspektiv. Klubben har ei fyldig gruppe som presterer på godt nasjonalt juniornivå, her spesielt i løpsøvingane.

Målsettinga om 6 gull i kvart senior-NM har ikkje vorte oppnådd dei siste åra, noko kan forklarast med eit generasjonsskifte der utøvarar som Jays Ndure, Ezinne Okparaebo, Kristoffer Nilsen og Cathrine Larsåsen ikkje lenger konkurrerer for klubben. Vi har god tru på at det daglege arbeidet som gjerast i klubben vil resultera i fleire noregsmeistrar frå Idrottslaget i tida som kjem. Eit eksempel på dette er laget framgangar på mellom- og langdistanse for kvinner med fleirfaldige NM-gull og medaljar, og siger i Holmenkollstafetten.

Idrottslaget har i 2018 arrangert junior-NM i friidrett og meiner at vi no er skikka til å arrangere Hovud-NM, eit arrangement vi har søkt om å få arrangere i 2021. IL i BUL vil i tida som kjem arbeide for å styrke Sentrumsløpet som arrangement og inntektskjelde. Klubben vil også fokusere på andre arrangement. Her nemnast spesielt Julestemnet.

## **Arrangement**

- Sentrumsløpet 21. april med til saman 11 362 påmelde
- Oslo Bislett Games 7. juni
- IL i BUL sin Friidrettsskule i vekene 26, 27 og 32.  
NM Junior 24.-26. august på Bislett Stadion.
- No Finish Line 2018 (til inntekt for Stine Sofies Stiftelse)
- Julestemne 1. desember

## **Sentrumsløpet**

Asics Sentrumsløpet blei gjennomført på ein god måte. Totalt var det 11 362 påmeldte til årets arrangement. Etter ein liten nedgang i 2017, ser påmeldingstalet no ut til å ha stabilisert seg. Det var 14 færre påmeldte i 2018 enn i 2017.

Norlandia kom inn som tittelpartner til Barneløpet i 2017 og det blei døypt om til Norlandia Sentrumsløpet for barn. Dette medførte ei kraftig deltakarvekst til arrangementets barneløp, i tillegg til fleire aktivitetar for barn før og etter løpet. Påmeldinga for barneløpet auka vidare med 55 nye barn i 2018. På arrangementsdagen bidrog Norlandia mellom anna med ballongar, fotoboks der barna kunne ta morosame bilete og Science show med teknisk museum.

Det blei nok ein gong lagt ned ein enorm innsats av frivillige som er heilt uvurderleg for arrangementet og sikrar finansieringa av aktiviteten i laget. Tusen takk til alle som stilte opp!

## **Bislett Games**

Etter det krevjande omstillingsåret 2017, der både ExxonMobil og DNB trakk seg ut som partnerar, blei Oslo Bislett Games 2018 ein stor suksess. For fyrste gong på fleire år var stadion fullpakka, og den nye generasjonen norske utøvarar presterte på eit høgt internasjonalt nivå. Bidraget frå frivillige var som vanleg uvurderleg der over 100 av BUL sine medlemmer stilte opp.

## **Friidrettsskulen**

Friidrettsskulen opplevde ein liten nedgang i påmeldingstal i 2018, men hadde for andre året på rad over 100 påmeldte totalt dei tre vekene i juni, juli og august. Julie Gaustad tok nok ein gong ansvar for gjennomføringa og ho gjorde ein flott jobb. Vekene 26, 27 og 32 blei alle arrangert på Bislett Stadion.

Totalt var det 103 barn innom friidrettsskolen denne sommaren.

### **Noregsmeisterskap for junior 2018**

IL i BUL arrangerte junior NM 2018 24.–26. august på Bislett Stadion. Arrangementet var vellykka og vi sat igjen med mange gode skotsmål etter helga. I løpet av dei tre stemnedagane blei det gjennomført eit betydeleg innsats frå BUL-medlemar, dommarar og andre ressurspersonar. Takk til alle for bidraget! Arrangementet viste at klubben er godt skikka til å ta på seg meisterskap i tida som kjem.

### **No Finish Line**

IL i BUL var teknisk arrangør for No Finish Line på Rådhusplassen, 20.–23. september. No Finish Line er eit velgjerande arrangement som set fokus på vald og overgrep mot barn og bidrar til arbeidet til Stine Sofies Stiftelse. Både arrangørar, initiativtakarar, partnarar, leverandørar, frivillige og alle deltakarar bidrog til eit vellykka arrangement desse fire dagane på Rådhusplassen.

### **Julestemnet**

Det var rekordstor deltaking på årets Julestemne som gjekk føre seg i Bærum idrettspark laurdag 1. desember. Arrangementet blei gjennomført på ein god måte med mange gode tilbakemeldingar.

Det var heile 527 påmeldte deltakarar som samla var påmeldt til 1189 startar.

### **Kompetansehelg og trenarseminar**

Robin Rustad, Karl Børre Davidsen-Flatås, Frode Hansen, Håvard Hasås og Svein Erik Strand Tønnesen deltok på kompetansehelg og trenarseminar på Gardermoen 2.–4. november.

### **Trenarkurs**

Svein Erik Strand Tønnesen fullførte trener-3-kurs i friidrett i regi av NFIF.

Jenny Strøm og Helene Sletteng Berge fullførte kurset friidrett for barn i regi av NFIF hausten 2018.

## GRUPPEAKTIVITETEN 2018

### **Friidrett**

Styret i Idrottslaget har utnemnt eit sportsleg utval som saman med dagleg leiar er med på viktige diskusjonar og avgjerder for det sportslege arbeidet i klubben. Mykje av jobben blir gjort i samband med disponeringa av dei sportslege midla i budsjettet på hausten, i tillegg til saker som har forfalle i løpet av året. Det er mellom anna gjort ein stor jobb for å sikre rettferdig fordeling av pengane mellom utøvarane. Eit sportsleg utval sørger for at budsjett og innkomne saker er godt diskutert og aukar sannsynet for å treffe gode avgjerder.

### **Medlemmer i sportsleg utval i 2018:**

Håvard Hasås, Odd-Ivar Nyheim og Eirik Tanberg

### **NM inne – Bærum Idrettspark**

IL i BUL deltok med ein stor tropp på 19 deltakarar i Bærum Idrettspark denne helga.

Erik Lund vann gull i tresteg med sterke 15,22 og sølv i lengde med 7,09. Lene Retzius vann gullmedalje i stav med resultatet 4,15. Sigrid Jervell Våg tok med seg nok ein NM-medalje, denne gongen sølv, med den flotte tida 4,20,41 på 1500 meter.

### **UM inne – Steinkjerhallen**

Brage Hogstad vann gull i tresteg i G-17 med resultatet 13,04. I finalen på 60 meter for gutar 17 hadde BUL heile tre deltakarar. Jonathan Holen, Thomas Graftås og Bereket Geda Wayu ble nummer fire, fem og seks. I 60-meterfinalen for jenter 15 år blei Josefina Biernacki nummer fire med resultatet 8,04. Tobias Grønstad blei, med resultatet 4,22,13, nummer fire på 1500 meter for gutter 16. I lengde for gutter 17 år, vann Bereket Geda Wayu sølv med resultatet 6,36 og Brage Hogstad bronse med 6,18. I stav for kvinner u23, vann Lene Retzius gull med 4,00.

Meisterskapen vart avslutta med gull på 4 x 200 meter stafett i gutter 15-17 år. Heia BUL!

### **VM innandørs - Birmingham**

Isabelle Pedersen representerte IL i BUL på under innandørs-VM i friidrett i Birmingham.

I semifinalen på 60 meter hekk sat Isabelle personleg rekord med heile sju hundredelar, då ho storma inn til sterke 7,86. I finalen fekk ho ei fin sjetteplass med resultatet 7,94.

## **Daegu Marathon**

5. april 2018, sprang BULs Weldu Negash Gebretsadik fenomenale 2:10:39 på Marathon i Daegu.

## **NM terrengløp kort løype – Osterøy**

Sigrid Jervell Våg vann gull individuelt på laurdagen og nok eit gull søndagen saman med Ingrid Kristiansen på stafetten.

## **Holmenkollstafetten**

BULs elitelag for damer gjekk for gull på Holmenkollstafetten laurdag 5. mai.

Laget, som blei nummer fire i eliteklassen i 2016, og nummer tre i 2017, hadde klare ambisjonar om å klatre ennå høgare på resultatlistene. Stafetten starta med at Yngvild Elvemo sprang ei flott første etappe inne på Bislett Stadion der ho i klistra seg i ryggen på Strindheims Hedda Hynne og gav pinnen vidare til Ingrid Kristiansen som tok fatt på den berykta Norabakken på andre etappe. Ingrid sprang ein fantastisk etappe der ho med beste etappetid veksla med Randi Kjerstad i klar leiing. Sjølv om Caroline Bjekeli Grøvdal tok inn ein god del tid gjennom ein gnistrande etappe opp til Besserud, var sigeren til BUL aldri trua denne laurdagen. Laget på 15 hadde beste etappetid på to etappar, nest beste etappetid på heile fem etappar og tredje beste etappetid på tre etappar. Ingen andre lag var i nærleiken av slik eit jamt høgt nivå. Vi gratulerer med dette alle 15 jenter og støtteapparatet rundt dem!

BULs juniorlag for menn imponerte med ein sterk andreplass i klassen! Dette viser at det gror godt i dei yngre rekkene på mellom- og langdistanse for gutar i klubben.

Herrelaget fekk nok eit år plass i eliteklassen i 2018 til tross for nedrykket i 2017. Det enda dessverre med eit nytt nedrykk.

I tillegg til dei to elitelaga sprang BULs lag i klassen Andre Lag 55+ inn til andreplass. I klassen Mix fleirtal kvinner blei det ein fin sjetteplass.

## **Stafett-NM**

19.–20. mai blei Stafett NM arrangert på Berger Idrettspark på Nesodden.

BUL deltok med heile 10 lag desse to dagane på Berger Idrettspark. Resultatet blei fire sølv, to bronse, tre fjerdeplassar og ein femteplass.

*Sølvmedaljane gjekk til følgjande lag:*

4 x 100 meter menn junior – Resultat: 43,03 – På laget: Bereket Geda Wayu, Luca Thompson, Jonathan Holen og Anders Nikolai Bovolden.

4 x 400 meter menn junior – Resultat: 3,24,40 – På laget: Anders Nikolai Bovolden, Leon Douglas, Simen Seeberg Rommetveit og Luca Thompson.

4 x 1500 meter menn junior – Resultat: 17,18,30 – På laget: Simen Seeberg Rommetveit, Ole Jørgen Knoph, Fabian Sparboe og Herman Foss.

4 x 800 meter kvinner – Resultat: 9,25,62 – På laget: Veronica Undseth, Pia Bålsrud, Kristin Fagerli og Ingrid Kristiansen.

## **Clean Air Games**

Lene Retzius sette ny norsk rekord i stav med resultatet 4,50 under Clean Air Games på Lambertseter Stadion 30. mai.

## **Tjalvelekene**

Stephan Skogheim Kyeremeh sette ny aldersrekord på 200 meter i gutter 17 år med resultatet 21,35.

## **Bislett Games**

IL i BUL hadde med fire deltakarar i hovudprogrammet i Oslo Bislett Games. Isabelle Pedersen slo til med sterke 12,78 på 100 meter hekk, og blei med det nummer fire. Lene Retzius hoppa 4,26 i stav, nokre få dagar etter rekordhoppet på Lambertseter. Yngvild Elvemo sette personleg rekord på 800 meter med 2,01,65. Weldu Negash Gebretsadik fekk resultatet 29,21,23 på 10 000 meter i den sterke varmen på Bislett.

I føreøvingane persa Sigrid Jervell Våg med over to sekund på 800 meter. Den nye persen lyd 2,08,12. Stephan Skogheim Kyeremeh sette nok ein aldersrekord på 200 meter i gutar 17 år. 21,31 er den nye

rekorden. Luca Thompson fekk ny personleg rekord på 400 meter med 48,18. Riquelvis Santiago sette årsbeste på 100 meter med 10,92. På 4 x 200 meter miksstafett blei dei to BUL-laga nummer to og tre av totalt åtte lag.

### **Birkebeinerløpet**

Weldu vann Birkebeinerløpet som så mange gongar tidlegare. Med resultatet 1,05,15 var han nesten to minutt føre nummer to i mål.

### **Diamond League i London**

Isabelle Pedersen sette ny norsk rekord med 12,72 på 100 meter hekk under Diamond League-stemnet i London 22. juli.

### **EM i Berlin**

BUL hadde heile fire deltakarar i Europameisterskapet i friidrett i Berlin 6.–12. august. Isabelle Pedersen, 100 meter hekk, Yngvild Elvemo, 800 meter, Lene Retzius, stav og Weldu Negash Gebretsadik, maraton. Ingen av desse fekk ut sitt aller beste desse dagane, men BUL er stolte over å ha desse flotte ambassadørane for norsk friidrett i klubben.

### **NM senior – Byrkjelo**

Ein liten, men flott tropp på 13 utøvarar tok turen over fjella til vakre Byrkjelo. På fredagen vann Sigrid Jervell Våg 5000 meter med resultatet 16,19,14. Lene Retzius var storfavoritt i stav, men fekk det ikkje til å stemme. Resultatet 3,90 gav ho sølv.

Sigrid vann nok eit gull på laurdagen. Denne gongen på favorittdistansen 1500 meter. Her vann ho føre klubbvenninna Yngvild Elvemo. Resultata blei høvesvis 4,31,14 og 4,31,75. Ingrid Kristiansen og Pia Bålsrud blei nummer fem og seks i same finale. Å ha fire av dei seks beste i 1500 meter finalen for kvinner, seier ein heil del om den enorme utviklinga klubben har hatt på mellom- og langdistanse for kvinner dei siste åra. På 3000 meter hinder for kvinner vann Delphine Poirot gull med resultatet 11,29,46.

På søndagen blei det bronse til Yngvild Elvemo på 800 meter med tida 2,07,80. På 100 meter hekk for kvinner tok Isabelle Pedersen ein overlegen siger med sterke 13,04 i lett motvind. Chiamaka Okparaebo hoppa fine 12,87 i tresteg, og fekk med dette sølvmedalje. I same konkurranse blei Julie Gaustad nummer fem. Weldu Negash Gebretsadik måtte diverre bryte sin 10 000 meter på grunn av ei skade i låret.



BUL stilte herrelag i den avsluttande 1000 meter stafetten. Resultatet blei ein flott bronsemedalje til Edem Agbo, Johannes Kalleberg, Birmeji Geda Wayu og Luca Thompson.

### **NM junior – Bislett**

Det var mange fine BUL resultat på heimebane denne helga. Medaljefangsten vart eit gull og tre sølv individuelt og to sølv på stafett.

Luca Thompson vann gull på 400 meter og sølv på 800 meter i menn U20 med resultatata 48,04 og 1,52,11. Edem Agbo sprang inn til sterke 10,95 og sølv på 100 meter i klasse menn U20. Julie Gaustad hoppa 12,19 i tresteg i klasse kvinner U23, noko som resulterte i sølvmedalje.

BUL stilte med to 1000 meter stafettlag som avslutning på stemnet. Her blei det sølvmedaljar til både menn U20 og kvinner U23. På laga sprang Anders Nikolai Bovolden, Philip Jason Omollo, Leon Douglas og Luca Thompson, og Angelica Okparaebo, Rashida Akpana Assa, Solveig Bustgård Gran og Rachael Eide. Gratulerer!

### **UM 2018 – Overhalla**

Ungdomsmeisterskapen i friidrett 2018 gjekk av stabelen i Overhalla i Nord-Trøndelag.

Edem Agbo sprang inn til ein flott sølvmedalje på 100 meter i gutar 18/19 år med resultatet 11,01. Tobias Grønstad har tatt store steg den siste tida, og viste det med heile to sølv denne helga. Han fekk resultatata 1,57,41 på 800 meter og 8,51,77 på 3000 meter i gutter 16. På sistnemnte distanse blei Roderick Duodu nummer tre og fekk dermed bronsemedalje. Bronse blei det også til Solveig Bustgård Gran på 300 meter hekk i jenter 16 år med resultatet 46,96. Camilla Lunde Colleuille sprang inn til 67,72 og bronse på 400 meter hekk. Bronsemedalje blei det også til Luca Thompson på 200 meter med resultatet 22,11.

100 meter-stafettlaget til BUL i klasse jenter 17-19 blei nummer fire. På laget sprang Embla Granly, Rashida Akpana Assa, Solveig Bustgård Gran og Rachael Eide.

### **VM for veteranar – Malaga**

Tormod Bønes fekk bronse på både 800 meter og 1500 meter i klasse 75+ i VM for veteranar i Malaga 4.-16. september. Resultata vart 2:51,66 og 5:55,44.

### **NM terrengløp lang løype – Trondheim**

Sigrid Jervell Våg vann sitt femte NM-gull i 2018 då ho nok ein gong passerer målstreken først i Trondheim 14. oktober.

### **Nordisk meisterskap i terrengløp – Reykjavik**

Sigrid Jervell våg blei nummer fem og beste norske utøvar i Nordisk meisterskap i terrengløp i Reykjavik 10. november.

### **EM terrengløp – Tillburg**

Sigrid fekk representera Noreg i EM terrengløp i Tillburg, Nederland 9. desember. På ein tung dag sprang ho inn til nummer 55.

### **Sportsleg oppsummering frå trenarane i dei ulike gruppene:**

#### **Gruppe 2011–2013**

**Trenarar: Jenny Strøm, Rashida Assa og Anne Marie Løvli-Meyer**

Vi begynte hausten med 2 trenarar, Rachael Eide og Rashida Assa. Vi blei fort mange barn og fekk dermed ein trenar til, Jenny Strøm.

Ved nyåret har vi måtta byte Rachael Eide ut med ein ny trenar ettersom Rachael skulle i militæret. Vi fekk då inn Anne Marie Løvli-Meyer.

Vi har hatt mykje leik og har prøvd å kombinere det litt med nokre friidrettsøvingar. Vi har prøvd å tilpasse vanskelegheitsgrada av aktivitetane vi køyrer, etter kva mesteparten av barna får til.

Vi er fornøgde med gruppa. Vi har hatt nokre kaotiske dagar, men elles er alt bra.

## **Gruppe 2009–2010**

**Trenarar: Helene Berge, Jenny Strøm og Rashida Assa**

Vi begynte hausten med 2 trenarar, Helene Berge og Rashida Assa. Fordi venteliste var lang, tok vi inn fleire barn og fekk dermed ein ny trener, Jenny Strøm.

Vi har vore innom ulike greiner innanfor friidretten og kombinert dei med leik. Fordi utebanen er stengt har vi utelukka kastøvingar som spydd og kule, og hoppøvingar som høgde.

Vi har hatt ein del løp i ulike distansar, dvs. alt frå 60 m til 500 m. Vi har hatt stafettar, hinderløyper, styrke og spenst (i trapp og sandgrop).

Vi har leikt ein del. Vi har hatt ulike variantar at stiv heks, kanonball, stikkball, osv., der dei som blir tatt har måtta gjere ulike styrkeøvingar for å bli fri.

Vi har ikkje satsa på å la barna delta på stemner. Vi har heller prioritert at dei skal ha det gøy på trening og ikkje føle seg pressa av konkurransar. Vi tenkjer å begynne med å rette noko av treninga mot konkurransar dersom nokon vil konkurrere.

Vi er fornøgde med gruppa. Det har vore greitt å vere trenarar for barn i 9–10 årsalderen. Dei er i ein alder der dei framleis vil leike, og samstundes vil utfordrast meir, og det er noko vi synst er veldig gøy.

## **Gruppe 2008**

**Trenarar: Hannah Celius, Helene Sletteng Berge og Udoka Madu**

På trening har vi fokus på å lære barna grunnleggande øvingar innanfor friidrett. Vi startar treninga med tre rundar jogg og så tøy, deretter varierer vi med om vi køyrer hekkedrill eller vanleg drill. Under hekkedrill og vanleg drill køyrer vi også grunnleggande øvingar. Styrken på slutten av treninga er enten trappspenst, bortoverspenst eller styrkesirkel. Som hovudøkt på måndag, køyrer vi enten intervall eller styrkesirkel. På onsdagar er Bislett stengt for alt anna enn barnetrening og trening for synshemma. Dette gir oss høve til å introdusere dei litt meir tekniske øvingane, som krev meir plass. I haust/vinter har vi fokusert mest på grunnleggande hekke- og lengdeteknikk, i tillegg til at vi har hatt fleire økter med blokkstart og hurtigheit. Grunnen til at vi lærer dei dei grunnleggande øvingane

innanfor friidrett er fordi når dei byter så treng ikkje dei nye trenarane å starte frå byrjinga av. På denne måten kan barna få ei betre utvikling innanfor idretten.

#### **Gruppe 2006–2007:**

**Trenarar: Udoka Madu, Edem Agbo og Kristin Fagerli**

Utøvarane våre er mellom 12 og 13 år. I 2018 har vi trena mest løping, både i form av sprint og lengre distansar. Vi prøver å variere løpeøktene med ulike stafettar og lengder på draga. I tillegg har vi hatt ein del lengde, hekk og styrke. Ei typisk økt består av jogg, dynamisk tøyning, drill, hovudøkt og litt styrke til slutt. I vintersesongen er det avgrensa plass inne på Bislett, spesielt på måndagar med mange folk. Derfor blir det mykje løping på måndagane. På onsdagane plar vi å ha lengde/hekk, for då har vi meir plass.

#### **Gruppe 2004–2005**

**Trenarar: Hannah Celius, Julie Gaustad og Magnus Kringstad**

Først berre kort om korleis vi har sett strukturen for 04/05-gruppa. Utøvarane er delt opp i 3 grupper: ei treningsgruppe + to konkurransegrupper. Treningsgruppa er for dei som ønskjer å trene mest for å holde seg i form og pga. det sosiale, utan at det blir stilt nokon krav til kor mykje dei skal konkurrere. Denne gruppa er det Hannah Celius som har hovudansvaret for, og er trener i. I begge konkurransegruppene blir det forventa at utøvarane er med på dei fleste av dei viktigaste stemna i løpet av året. I den eine konkurransegruppa, der Julie Gaustad er trenar, er hovudfokuset på sprint, hekk og lengde. Mens i den andre, der Magnus Kringstad er trenar, er hovudfokuset på sprint, distanse og langhekk, altså ei litt meir rein løpegruppe. Denne strukturen har vi hatt sidan vi starta opp etter sommaren 2018, og det fungerer førebels veldig bra.

Treningsgruppa (Hannah): Treningsgruppa består mykje av nye utøvarar og utøvarar som driv med andre idrettar. I gruppene er det fokus på grunnleggande teknikk innanfor drill, lengde, hekk og løping. Tilbakemeldingar og hovudoppgåver blir justert ut i frå nivået til utøvarane, men hovudmålet er å lære dei opp til å kunne vere i konkurransegruppa. På måndagar spring dei intervall, t.d. 200 m x 6 x 2. Onsdagar er sett av til tekniske øvingar, som hekk, lengde og sprint. Dette er fordi vi har moglegheit til å gjere det onsdagar, medan det på måndagar er stappfullt. Dei tre tekniske øvingane ruller kvar tredje veke, så det blir kontinuitet i treninga. Som oppvarming køyrer vi alltid tre rundar jogg og så tøy og så ruller eg på om dei skal køyre vanleg drill, hekkedrift eller markoppvarming.

Den avsluttande delen av treninga er styrke, som då enten blir vanleg styrke, hekkehopp, spenst i trapp eller spenst på matter. Her plar eg også å rullere frå veke til veke.

Konkurransgruppe med sprint, korthekk og hopp (Julie): Vi er rundt 8–10 stykk på kvar trening, der vi fokuserer mest på kortsprint, hekk og lengde. Vi har ein veldig seriøs utøvar som er veldig flink med stort potensiale som heter Nicolas, og elles to andre ganske seriøse og talentfulle utøvarar, så det er godt treningsmiljø i gruppa. Dei fleste konkurrerer og 3 stykk hevdar seg greitt i konkurranse, og dei begynner gradvis å bli meir seriøse slik at gruppa går frå barnetrening til ungdomstrening.

Konkurransgruppe med sprint, distanse og langhekk (Magnus): I denne gruppa har vi hovudfokus på «reine løpsøvingar», og vi har 7 utøvarar som stort sett er faste på treningane, i tillegg til 4–5 stykk som kjem litt innimellom. Langhekk har vi som regel ikkje hatt med i programmet på vinterhalvåret sidan det ikkje er så enkelt å springe langhekk innandørs på Bislett. Vi starta med eit strukturert treningsprogram i oktober i fjor, der målet først og fremst var å bygge eit godt løpsgrunnlag. Deretter har vi hatt gradvis meir og meir fokus på å auke farta og intensiteten inn mot konkurranseperioden innandørs. Eg har eit inntrykk av at alle utøvarane har god indre motivasjon for å trene bra og delta på konkurransar. Alle utøvarane har også vist utvikling ved å perse i ein eller fleire øvingar i løpet av innandørssesongen 18/19.

### **Langsprint-/Mellom-/langdistanse junior**

#### **Trenar: Svein Erik Strand Tønnesen**

IL i BUL har dei siste par åra satsa sterkt på å bygge opp ei juniorgruppe innan mellom- og langdistanse i BUL. Denne satsinga begynner å gi avkastning og av årets resultat kan vi blant anna nemne Luca Thompson (18 år) med 1.51,67 og Tobias Grønstad (16 år) med 1.57,41 på 800 m. Under ungdomsmeisterskapet (NM for ungdom) i Overhalla sprang Tobias saman med den jamaldra Roderick Duodu (også BUL) 3000 m inn til høvesvis 8.51,77 og 8.52,03 som begge knuste den 39 år gamle klubbrekorden i 16 årsklassen for gutar. Tidene var gode nok til sølv og bronse under UM. Under haustsesongen kan det også nemnast at Tobias blant anna har sprunge det klassiske Oslo-løpet Sognsvann Rundt Medsols (3,3 km) på tida 9.50 som var ny aldersrekord med 13 sekund. Han sprang også Hytteplanmila på sterke 32,17. Dette vitnar om at hausttreninga har gått slik den skal. Luca Thompson presterte svært godt under junior-NM som blei arrangert av BUL på Bislett helga 24.–26. august 2018. Her tok han gull i U20-klassen med tida 48,04 på 400m og sølv på 800 m i to svært sterke felt.

Andre juniorutøvarar som har prestert godt på mellomdistanse for BUL i 2018 er Kristin Fagerli (18 år) og Camilla L Colleuille (19 år) med høvesvis 2.21,86 og 2.18,85 på 800 m, Simen Seeberg-

Rommetveit og Ole-Jørgen Knoph (begge 18 år) med høvesvis 4.11,99 og 4.12,72 på 1500 m.  
Søskenparet Buras (som no har flytta til Lillehammer og ikkje konkurrerer for BUL lenger) sprang også for BUL på haustesongen med Ibrahim (17 år) på 4.13,74 på 1500 m og 9.02,54 på 3000 m og veslesøster Anisa (14 år) med sterke 2.18,71 på 800 m.  
Ekstra gledeleg er det også at BUL har heile 17 utøvarar (gutar og jenter) som har sprunge 800 m i juniorklassane inneverande sesong. Dette tyder på god vekst og godt miljø.

### **Hopp-sprint-hekk junior**

**Trenar: Unni Helland**

Gruppa har bestått av ca. 25 gutar og jenter med litt blanda nivå og innsats på trening. Når det gjeld resultatata har det vore mykje bra, men alt for mange av dei aller beste har hatt skadeproblem over lengre periodar. Det er utfordrande med ungdom i utvikling og fornuftig trening. Resultata har difor ikkje blitt som planlagt for dei som verkeleg satsar.

UM innandørs i Steinkjer fekk gruppa følgjande finaleplasseringar:

Brage Hogstad	gull i tresteg og bronse i lengde
Bereket Geda Wayu	sølv i lengde og 6. plass på 60 m
Theodore Fremstad-Waldron	4. plass i lengde
Jonathan Holen	4. plass på 60 m og 200 m
Josefina Biernacki	4 plass på 60 m
Solveig Bustgård Gran	5. plass 60 m og 200 m

### *Stafettar på NM, Nesodden*

Her blei det to lag med deltakarar berre frå gruppa

KJ 4 x 100 m	nr. 4 (Embla Granly, Solveig B. Gran, Rashida A. Assa, Ingrid Ø. Noss)
Mix jun 4 x 100 m	nr. 4 (Daniella Boateema, Jonathan Holen, Rachael Eide, Bereket G.Wayu)
G-15/16	nr. 4 (Theodore Fremstad-Waldron + Felix Christensen + 2 frå ein dei andre)
MJ 4x100m	nr. 2 (Bereket G Wayu, Jonathan Holen, Anders Bovolden + 1 frå dei andre)
MJ mix 4x400m	nr. 3 (Solveig B. Gran, Anders Bovolden, Rachael Eide + 1 frå dei andre)
MJ 4x400n	nr. 2 (Anders Bovolden + 3 andre)
KJ 4x400	nr. 5 (Sara Furnes + 3 andre)

### *Junior-NM, Bislett*

K- U23 1000 m stafett nr. 2 ( Angelica Okparaebo, Rashida-A. Assa, Solveig B. Gran, Rachael Eide)

### *UM, Overhalla*

J-18/19	Camilla Lunde Colleuille 3. 400 m hekk
	Rashida Akpana Assa                      finale på 100 m + 200 m
17/19	1000 m stafett nr. 4
	(Embla Granly, Rashida A Assa, Solveig B Gran, Rachael Eide
J-16	Solveig Bustgård Gran 3. 300 m hekk

### *Oppsummering*

Vi hadde som mål å få mange medaljar i UM, men slik gjekk det ikkje. Jonathan Holen og Tinius Fremstad-Waldron klarte begge krava til NM senior, men begge blei skada i juli/august og fekk ikkje med seg meisterskapa på hausten. Bereket Geda Wayu fekk også mange utfordringar med skader på forskjellige stader.

### **Sprint/hekk junior**

**Trenar: Robin Ween Rustad**

#### Satsingsutøvarar

Kriterium: Utøvar må sjølv vere motivert og ha eit gjennomtenkt ønske om å satse på hekkeløp eller sidestille hekkeløp med sprint.

Utøvarane i gruppa trener minimum seks friidrettsøker pr. veke, og blir tett følgt opp av trenar og klubb. Treninga er godt planlagt og periodebasert og det blir sett store krav til utøvarane.

Friidrettstreninga har høg prioritet for utøvarane i gruppa. Det føresett oppmøte på fellestrening, gjennomføring av eige treningsprogram, deltaking på aktuelle stemner og samlingar. Dette for å vidareutvikle ein vinnande treningskultur, eit sosialt treningsmiljø, skape gode opplevingar og prestasjonsutvikling.

Utøvarane i gruppa har individuelt tilpassa treningsopplegg med heilskapleg og tett oppfølging.

Nivå: UM/Jr.-NM kvalifiseringsnivå.

Målsetting: Finaleplass i meisterskap

Alder: Hovuddelen av gruppa skal bestå av utøvarar frå 15 år og oppover.

Prestasjons- og samhandlingskulturen i gruppa

- Heilskapleg fokus. Livsstil, kost og restitusjon.

- Balanse med tanke på totalitet (utdanning, jobb, venner, familie og anna), men konkurranseidrett har høg prioritet.
- Når vi trener saman, pusher vi kvarandre og ønskjer kvarandre god utvikling, gode resultat og opplevingar. Når vi er gode saman blir vi gode individuelt.
- Vi jobbar kontinuerlig med forbetring i gruppa (samen) og individuelt. Vi ser ikkje så mange avgrensingar, vi flyttar grenser.
- Vi har kunnskap om det vi driv med og er godt førebudde. Er trygge.
- Vi er villige til å jobbe hard for å få til det vi har som målsettingar.
- Utøvarane er i sentrum. Foreldre, leiarar og trenarar skal lytte til dei og dei skal involverast i gruppeutviklinga og individuelle prosessar.

**Motto: Saman er vi gode!**

**Utøvarar**

**Kort:** Elea Jørstad Bock J17, Iselin W Rustad J20 og Josefina Biernacki J16

**Lang:** Anna Worpvik KS, Elizabeth Turk (Nesodden/BUL) J18,

Solveig Brusgård Gran J16 (trener langhekk i gruppa og generelt i annan gruppe)

Rachael og Camilla J20 trener langhekk i gruppa når dei er heime i Oslo

**Treningstider**

4 fellesøkter i veka.

Måndag, onsdag, fredag og laurdag

Ovannemnde + eigentrening styrke og spesifikke løp. I tillegg til økter på skule.

Dannar grunnlaget for gode førebuingar og opplevingar for den enkelte.

Vi bygger ein hensiktsmessig periodisering og treningsplan for kvar enkelt.

**Nemneverdig resultat for gruppa i 2018:**

3 bronsemedaljar UM ute

**Sprint junior**

**Trenar: Karl Børre Davidsen-Flatås**

Sesongen 2018 for sprintgruppa har bydd på oppturar og nedturar. Enkelte har slitt med skadar mens andre har halde seg skadefri. Fleire gode resultat har det blitt, og det var gøy med junior-NM på heimebane. Der blei det fleire medaljar i ulike valørar. I tillegg har utøvarane deltatt på UM, hovud-NM, juniorlandskamp og andre nasjonale og internasjonale stemner. Der blei det også tatt medaljar. Aldersrekordar er også blitt sett. Dette viser kva kvalitetar utøvarane i denne gruppa har. Vi snakkar



friidretts-Noreg si framtid på sprintsida. Det har kome nokre nye tilskot, og gamle fjes har dukka opp. Underteikna synst dette er spennande og veit dette vil bidra til auka kvalitet på treninga. Det viktigaste å påpeike er at alle har tatt steg framover når det gjeld utvikling på det mentale plan og det løpstekniske. Eg som trenar har lært mykje på fleire frontar og gleder meg til fortsettinga komande sesong og dei som kjem dernest. Eg har stor tru på at komande sesong blir frambringande.

### **BVT-gruppa**

**Trenarar: Caroline Sørensen, Bethina Sørensen, Anders Moland og Kjetil Myklebust**

BUL fotball kan sjå tilbake på eit hektisk, men opplevingsrikt år. Vi starta sesongen med den årlege cupen i Drammen der våre to lag hadde stor suksess som nesten gav to pokalar.

I år har vi klart å stille to lag til alle turneringar, bortsett frå Landsturneringa, noko som er veldig gledeleg. Dette har gitt meir speletid og det har ført til at fleire av spelarane våre har fått oppleve å kunne spele kampar på riktig nivå.

ViVIL-lekene var vårens høgdepunkt og under to solfylte dagar på Nadderud, kjempa førstelaget seg til sølv medan andrelaget tok gull med godt humør. I tillegg deltok fleire av BUL sine spelarar i løpsøvingar og kastøvingane som blei gjennomført denne helga.

Vi stilte også i år to lag under Stjerneserien, med fire rundar fordelt på stader som Røa, Hvam, Gjelleråsen og Strømmen. I motsetning til i fjor då vi måtte trekkje andrelaget i to av rundane på grunn av for få spelarar, klarte vi i år å stille to fullverdige lag på alle fire turneringsdagane. BUL 2 stakk av med sigeren i sin liga etter imponerande spel gjennom heile sesongen. Det var ein nervøs gjeng som til slutt kunne sleppe jubelen laus etter siste kamp på Hvam. Førstelaget spelte seg stort opp gjennom sesongen og med imponerande spel i siste runde kjempa dei seg til andreplass i ei veldig tøff og jamn gruppe.

I tillegg har fotballaget deltatt på julecup i Fredrikstad. Der stilte vi to lag som begge gjorde sakene sine bra utan at det blei den heilt store topplasseringa av den grunn.

Vi har årleg hatt turar til Mjøndalen for å spele vennskapskamp som avslutning på utesesongen. I år lét det seg ikkje gjere då Mjøndalen var for opptatt med å sikre seg plass i årets Eliteserie. Vi blei derfor veldig glada då Strømmen inviterte oss til vennskapskamp i samband med OBOS-kamp. Det blei en flott dag med mat, pausekamp og OBOS-kamp til slutt. Det er fint å kunne møtast i litt andre former der det sosiale og kameratslege er i større fokus enn sjølve fotballkampen.

Fotballgruppa har gjennom sesongen hatt fin tilvekst av nye spelarar, men vi har også mista to spelarar. Ein måtte leggje opp på grunn av skade, og også ein av våre eldste og mest rutinerte, Harald Eika valde å gi seg etter årets sesong. Det blei ein tårevåt avskjed med talar og gåver under årets siste

trening. Då fekk ein sjå kor mykje dette tilbodet betyr for spelarane våre, både i handball og fotball. Det er også lett å sjå venskapa spelarane får seg imellom.

BUL Handball har også hatt ein flott sesong. Med god innsats både i Drammen og Fredrikstad på julecup. I løpet av sesongen gav ein av trenarane seg og ho blei gjort stor stas på etter si siste trening med gjengen. Edith Hoelgaard har gjort en kjempejobb sidan ho kom inn i 2013. Ho har vore ein stabil og trygg trenar med mykje varme og det var mange triste ansikt på hennar siste trening. Inn kom ein ny trenar som har glidd godt inn i gruppa og som litt spøkefullt har fått mykje av æra for suksessen vi kjem tilbake til. Handballjentene har også deltatt på ViVil-lekene og kjempa lenge om topplassering der. I seriespelet gjorde også jentene det bra, med god hjelp av enkelte av fotballgutane. Handball treng framleis påfyll av nye yngre spelarar og dette blir det kontinuerleg jobba med. Det er gledelig å sjå utviklinga jentene har hatt gjennom sesongen i spelehumør og innsats. Dette kjem vi tilbake til under punktet om Landsturneringa.

Landsturneringa for fotball og handball var også i år det store høgdepunktet. Vi reiste med ein stor tropp på 30 menn og kvinner til Bergen ein fredags ettermiddag. Med opningsshow på Torgallmenningen og disko blei det ein tøff laurdag då jentene allereie skulle opp kl. 06.00 for å gjere seg klar for kamp, medan fotballgutane fekk seg ein tur opp Fløyen før deira kampar. Laurdagen blei ein suksess både for fotball og handball og då gjengen la seg etter ein flott bankett i Grieghallen, var det mange som drøymte om edelt metall. Fotball nådde ikkje opp på landsturneringens siste dag, men BUL-jentene var i fyr og flamme inne i Haukelihallen. Dei varta opp med festspel i den siste avgjerande kampen og ved kampslutt blei både trenarar, heilagjeng og resten av Bergen vitne til eit utbrot av glede dei ikkje har sett maken til sidan Brann tok seriegull. Ein sjokkert BUL-spelar uttalte «Vi har endeleg vunne noko» og det å vinne Landsturneringa heng høgt for handballjentene. Slike opplevingar lev dei lenge på, og det blir nemnt på nesten kvar einaste trening framleis. Den magiske dagen i Bergen.

For å få til slike opplevingar er det naudsynt å jobbe litt dugnad også. Etter at vi i 2017 ikkje fekk gjort anna enn Sentrumsløpet, var vi i år klare for vasstasjon både på Sentrumsløpet og under Oslo Maraton. Det er to hektiske og lange dagar for denne gjengen, men dei jobbar sokkane av seg for å halde tritt med dei mange tusen løparane som kjem inn for å få i seg væske etter løpet. Vi håpar også i år at vi skal få til desse to dugnadane, med noko endring i Oslo Maraton då det ble litt for mykje med stasjonen i målområdet, i tillegg til 21,5 km-stasjonen.

I løpet av året 2019 trengs det også å få inn ein ny trenar for fotballaget, då Anders Moland gir seg etter fem år i klubben. Han har flytta tilbake til Risør, men er sporadisk med fram til seinsommaren 2019.

Treningane på Nordpolen Skole fungerer bra og utvidinga av treningstidene i 2017 har vore positivt for både handball og fotball. Den ekstra halvtimen kvar har gitt betre treningskvardag med betre tid til både trening og det sosiale.

Vi vil fortsette jobben med å få inn nye kandidatar til både fotball og handball, sjølv om dette tidvis er ein vanskelig prosess og ofte utan resultat. Likevel ser vi at det plutselig dukkar opp nokon som vil prøve seg.

Vi har i 2018 forsøkt oss på ei Facebook-gruppe der alt av beskjedar og informasjon blir publisert. Dette er i tillegg til utdeling av informasjon på treningar. Denne gruppa er også for bustader, foreldre og andre familiemedlemmer. Dermed er vi tryggare på at fleire får informasjonen og det fungerer også som ein fin kanal der underteikna kan vende seg til føresette o.l. for å be om hjelp til køyring med meir.

### **Sprint elite**

#### **Trenar: Odd-Ivar Nyheim**

Luca Thompson: 48.04 og 1.51.67 på høvesvis 400 og 800 m var solid. Luca trena inn mot 200 og 400 meter, men vi la inn innslag av mellomdistansetrening med tanke på meir 800 meter framover. Sjølv vil han ikkje seie seg fornøgd med verken tidene på 400 eller 800 og det kan leggest til 100 og 200, då han kjenner at det er meir ressursar inne utan at alt blei tatt ut. 400 m var prega av at han ville ned på 47-talet og 800 av at han ikkje har heilt 'feelinga' på korleis ein skal springe 800. Uansett, sterke resultat.

Luca har trena svært godt heile hausten, men fekk konstatert trøttheitsbrot i øvre del av femur (lårbeinet) eit par veker før jul. Han har bygd seg sakte, men sikkert opp og er no i full trening. Han blir kopla opp mot økter med mellomdistansegruppene våre.

Nivethan Sutharsan Panchalingam: fekk ein achillesbetennelse tidlig vår 2018 som var såpass alvorleg at sesongen ikkje blei noko av. Han har vore i full trening frå tidleg haust og er plikttoppfyllande og seriøs i treningsarbeidet og kan gå mot ein god sesong i 2019.

Johannes Kalleberg: persa kraftig på 100 m til 10.94 og 200 m 22.40 og det med avgrensa grunntrening. Stort potensiale, men utsatt for mykje sjukdom, noko som har halde han borte frå mykje trening i haust. Johannes er meir med no og vi håpar det kan bety resultat på same nivå som i fjor.

Ricky Santiago: 10.92 på 100 m, noko som er på nivå med resultat i tidlegare år. Han bur for langt borte til at det er kontinuitet på fellestrening, men erstattar det med trening i Drammenshallen på vinter og lokale banar på sommaren. Det blir nok ein sesong med løp på 10.90-talet i 2019.

Birmeji Geda Wayu: Fekk nokre gode resultat utover i sesongen med 11.13 på 100 m og 51.02 på 400 m. Han har begynt å studere i Bø i Telemark og ikkje vore på nokon fellestreningar i haust/vinter, men får som dei andre opplegg som han kan følge.

Matias Narum: Fekk ein fin innandørssesong med ned mot 7.00 på 60 m, men skadeproblem som ikkje blei ordna opp i gjorde at utandørssesongen ikkje blei noko av. Matias flytta heim til Tønsberg då han ikkje kom inn på ønska studium i Oslo.

Generelt betrakta er det alltid ei betydelig utfordring å halde på stabile, langvarige og utviklande seniorgrupper. Avskallinga er stor når ein kjem opp i seniorklassen der studium, jobb, familieetablering, militærtjeneste o.l. kjem inn som faktorar kvar for seg, og som samla, noko som betyr noko for vidare deltaking i idrett. I tillegg til skader og sjukdom som gjer at ei maksimal eller optimal satsing på trening og konkurransar ikkje lar seg gjere.

I BUL har vi dessverre sett mykje av det i min periode som trenar, men også tidligare. Slik eg ser det er dette ei utfordring i heile landet. Klubbskifte er også ein medverkande faktor.

I vår gruppe har vi vore så heldige å ha med utøvarar som tilhøyrar andre klubber, men som gjennom meir eller mindre formaliserte avtalar har sin tilhøyrsløse i gruppa vår. Konkret dreier dette seg om Vegard Fluge (Ask), Jostein Fossøy (Førde), Nicolas Masters (Dimna) og delvis Marius Bull Hjeltnes (Tjalve). Desse fire utgjer ein betydeleg positiv faktor for gruppa som heilheit og bidrar til godt nivå på trening.

Det er sårbart med så få seniorutøvarar, slik at det må tenkast nytt rundt korleis vi organiserer gruppene framover, både av kostnadseffektive grunnar, men først og fremst sportsleg.

## **BUL sprint vaksne**

### **Trenar: Asle Offerdal**

Vi har hatt faste treningstider tysdagar og torsdagar 17:30–19:30. Oppmøte har stort sett vore på 5–8 personar kvar gong. Totalt har det vore om lag 20 stykk som har vore med i gruppa i 2018. Nokon kjem 1–2 gonger i månaden, andre kvar veke.

Øktene er lagt opp slik at vi har éi økt med meir fokus på kondisjon og uthald og éi økt med fokus på sprint/kortintervall.

På kvar økt startar vi med drilløvingar og avsluttar med eit fast core-program.

Dei som har møtt opp jamleg har vist ein svært positiv utvikling, både med tanke på betre teknisk løping og fart. Det er satt tre norske aldersrekordar i løpet av det siste året og første del av 2019. Asle Offerdal på 200 m og 400 m innandørs (M50-54) og Rune Liholt på 400 m innandørs (M40-44).

Grappa rapporterer at dei opplever at det er eit svært godt miljø, der vi motiverer kvarandre og løftar kvarandre fram.

Eit par nye løparar er på veg inn i grappa og som trenar opplever eg det svært givande å følgje dei som deltar.

### **Spydgrappa – Dag Wergeland og Arianne Duarte Morais**

**Trenar: Åsmund Martinsen**

Ingen av utøvarane har deltatt på konkurransar fordi skadar dessverre har vore ein for stor del av kvardagen. Her er litt om kvar av utøvarane:

**Arianne Duarte Morais:** Etter ein god periode tidleg på vinteren, fekk Arianne dessverre igjen smerter i olbogen. Det blei tatt nye bilde og ho fekk medisinsk oppfølging. Dette hjelpte ikkje på smertane som haldt fram som før. Arianne ønska å studere i utlandet og eg sette ho i kontakt med Steve Lemke (trenar på universitetet i Florida). Dei gav Arianne fullt stipend og ho reiste der august 2018. Der blei det konstatert ruptur i eit leddbånd i olbogen og ho blei operert. Ho er no på veg tilbake og har starta med lett kasting. Vi har kommunikasjon via e-post og video, og eg fortsetter å gi råd undervegs.

**Dag Wergeland:** Dag har slitt med andre forskjellige skadar: betennelse i kne/ankel/olboge og muskelruptur i skuldra. Han har vist eineståande tålmodighet og er nok norgesmeister i rehabilitering. Han er no snart tilbake for fullt: beina fungerer bra – god sprint og spenst og han har også starta å kaste igjen. Han viser svært god forståing for teknikk og har svært gode posisjoner i alt han gjer. Kaststyrken er også svært bra, til tross for lite kasttrening det siste året. Han treng no berre ei jamn auke i intensitet på kastinga, så blir dette veldig bra!

### **Mellom- og langdistanse elite**

**Trenarar: Håvard Hasås og Frode Hansen**

NM innandørs, Bærum, 3.–4. februar

Kvinner senior:

1500 m – Sølv – Sigrid Jervell Våg – 4.20,41 PB

800 m – 6. plass – Ingrid Kristiansen – 2.15,06

NM terrengløp kort løype, Osterøy, 7.–8. april

2 km – kvinner senior

Gull – Sigrid Jervell Våg – 6.44

7. plass – Ingrid Kristiansen – 7.10

6 x 1000 m stafett – 3 etapper pr. løpar

Gull – IL i BUL (Ingrid Kristiansen og Sigrid Jervell Våg)

Takk til Torstein Erichsen og An-Magritt Hasås (Føresette til styreleiaren som stilte som sjåførar for utøvarane denne helga)

Fjellhamarstafetten, 25. april

KS:

1. plass – IL i BUL 1. lag – 17.55 – Løyperekord

3. plass – IL i BUL 2. lag – 19.31

Holmenkollstafetten, 5. mai

I klassen «Kvinner elite» blei det siger til BUL på tida 1.00.05 i suveren stil med 1.13 ned til Tjalve på

2. plass. Laget leia frå start til mål. På laget sprang:

Yngvild Elvemo, Ingrid Kristiansen, Randi Kjerstad, Pia Bålsrud, Veronica Undseth, Delphine Poirot, Heidi Weng, Sofie Kjos Bergum, Kristin Fagerli, Sigrid Jervell Våg, Helena Siltberg Nordsjö, Camilla Colleuille, Lene Sandem Hasseleid, Anne Hansen og Rachael Eide.

For herrar fekk ein fornøya tillit av arrangør i eliteklassen, men dessverre enda dette igjen med nedrykk etter 19. plass på tida 55.16. Laget er ungt og vi har stor tru på dette laget i framtida. Og med god grunn, då mange av dei same gutane sprang juniorlaget inn til ein flott 2. plass på tida 57.59.

Nasjonalt stemne, Bislett stadion, 15. mai

Yngvild Elvemo sprang 600 m på 1.28,44 berre 16/100 bak norsk bestenotering på distansen.

NM-stafett, 19.-20. mai

KS:

Sølv – 4 x 800 m – IL i BUL (Veronica Undseth, Pia Bålsrud, Kristin Fagerli og Ingrid Kristiansen) – 9.25,62.

Oordegem, BEL, 26. mai

Yngvild Elvemo – 800 m - 2.02,44- EM-krav og ny klubbrekord.

Oslo Bislett Games, 7. juni

Yngvild Elvemo – 800 m – 2.01,65 – personlig- og klubbrekord.

Europameisterskapet, Berlin, 6.–12. august

Yngvild Elvemo og Weldu Negash deltok frå Idrottslaget. Yngvild, som hadde slitt med sjukdom heile sommaren, blei slått ut i forsøket på 800 m og Weldu som fekk ei veldig dårleg opplading då han fekk klarsignal berre få dagar før start, måtte bryte maraton med ein lårskade.

NM, Byrkjelo, 17.–19. august

800 m – bronse – Yngvild Elvemo – 2.07,80

1500 m – gull – Sigrid Jervell Våg – 4.31,14

1500 m – sølv – Yngvild Elvemo – 4.31,75

1500 m – 5. plass – Ingrid Kristiansen – 4.37,95

1500 m – 6. plass – Pia Bålsrud – 4.39,79

3000 m H – gull – Delphine Poirot – 11.29,46 – Klubbrekord

5000 m – gull – Sigrid Jervell Våg – 16.19,14

NM Terrengløp, lang løype, Brattsberg, 14. oktober

6 km – gull – Sigrid Jervell Våg – 21.23

6 km 12. plass – Delphine Poirot – 23.48

Hytteplanmila, 20. oktober

4. plass – Sigrid Jervell Våg – 33.30

Nordisk meisterskap terrengløp, Reykjavik, 10. november

7,5 km – 5. plass - Sigrid Jervell Våg – 28.22

Lagkonkurranse – Bronse – Norge (Sigrid Jervell Våg, Silje Fjørtoft, Maria Sagnes Wågan og Vienna Søyland)

EM terrengløp, Tillburg, NL, 9. desember

55. plass – Sigrid Jervell Våg – 28.32

Lag – 8. plass – Norge (Karoline Bjerkli Grøvdal, Silje Fjørtoft og Sigrid Jervell Våg)

Nye noteringar på alle tiders-listene til IL i BUL

800 m

Klubbekord – Yngvild Elvemo – 2.01,65 – Oslo/Bislett, 07.06.2018

4. plass – Sigrid Jervell Våg – 2.07,90 – Oslo/Bislett, 05.07.2018

10. plass – Ingrid Kristiansen – 2.10,99 – Karlstad, SWE 25.07.2018

1500 m

2. plass – Sigrid Jervell Våg – 4.17,16 – Heusden, BEL, 21.07.2018

8. plass – Ingrid Kristiansen – 4.31,10 – Jessheim, 31.05.2018

10. plass – Pia Bålsrud – 4.33,58 – Jessheim, 31.05.2018

3000 m

2. plass – Sigrid Jervell Våg – 9.18,75 – Oslo/Bislett, 18.07.2018

5000 m

3. plass – Sigrid Jervell Våg – 16.19,14 – Byrkjelo, 17.08.2018

9. plass – Delphine Poirot – 17.46,69 – Oslo/Bislett, 05.07.2018

Halvmaraton

7. plass- Sigrid Jervell Våg – 1.19,53 – Tel Aviv, ISR, 23.02.2018

3000 m H

Klubbrekord – Delphine Poirot, 11.29,46 – Byrkjelo, 18.08.2018

### **Langdistanse senior**

**Trenar: Hassan Bouka**

- Startar sesongen med deltaking i Holmestrand halvmaraton i byrjinga av april.

Fem herrar deltok og oppnådde følgjande resultat: 1:14 og 3.plass til Nils Ipsen – 1:17 Kent-Robert – 1:18 Asle Slettmoen – 1:23 Stein Andersen og 1:24 Iacok Mathiesen

- Mange i gruppa deltok på Sentrumsløpet og oppnådde gode resultat
- På Fjellhamarstafetten hadde BUL fleire lag og vann det meste og veteranklassen for herrar var alle frå denne gruppa
- Holmenkollstafetten – nokon frå gruppa oppsummerte herrelaget og resten deltok på mikslaget som ble nr. 10
- Fornebuløpet – fleire deltakakar med gode tider
- Nordmarkaskogsmaraton – gode deltakarar her også med 3. plass til ei av damene



- DHL-stafetten – gruppa stilte opp med eitt lag
  - Nokre deltok i St. hansgaloppen som går rundt Maridalen
  - Oslo maraton – god deltaking her med gode resultat, blant anna 2. plass til Michael Tesfai  
Og fleire andre gode resultat for både kvinner og menn
- Kristine Walhovd sprang på 3.01.43 i Berlin hausten 2018, og ligg med denne tida på andre plass i Norges statistikk for 2018 for klassen 40–44 år. Kristine ligg på 10. plass for halvmaraton med tida 1.28 sprunge i Drammen to veker før Berlin.
  - Abdeslam Naji toppa Norgesstatistikken på halvmaraton. Han sprang på 1.16.02 i februar 2018 i Ras al Khaima (Emirata). Han sprang bra også på Oslo halvmaraton
  - Michael Tesfai gjorde det som nemnt bra på Oslo halvmaraton og blei nr. 2 og ein månad seinare sprang han Hytteplanmila på 31.25, som er under kravet til NM.

Dette er ei mosjonistgruppe som for det meste spring mosjonsløp litt overalt.

Gruppa består stort sett av vaksne folk har eit veldig fint treningsmiljø. Alle trener jamt og trutt.

## **Langrenn**

### **Grupperrepresentant i styret: Ole Morten Weng**

#### **Verdsupen og Tour de Ski**

Heidi Weng vann nok ein gong både på Verdsupen og Tour de ski i 2017/2018. Ingvild Flugstad Østberg leia mesteparten av Tour de Ski, men Heidi avslutta touren sterkt med siger på 10 km klassisk fellesstart på nest siste etappe, i tillegg til klart beste etappetid på den avsluttande etappen opp alpinbakken Alpe de Cermis i Val Di Fiemme.

Totalt hadde Heidi Weng 3 sigerar og 10 andre pallplasseringar på veg til siger i verdsupen.

## **NM**

Heidi Weng deltok ikkje på NM del 1 på Gåsbu. Under NM Del 2 i Alta deltok Heidi på 5 km klassisk. Her blei ho nummer 14.

Siste del av sesongen 17/18 og første del av sesongen 18/19 har Heidi ikkje prestert opp mot sitt aller beste, men vi håpar og trur at ho kjem sterkare inn mot VM i Seefeld 2019.

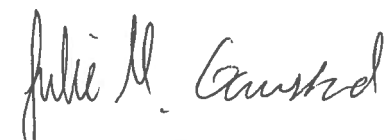
Årsmelding 2018, Idrottslaget i BUL, Attestert

Styret, 06.03.2019

Håvard Hasås, Styreleiar

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Pål Johannes Larsen', with a long horizontal flourish extending to the right.

Pål Johannes Larsen, Nestleiar

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Julie M. Gaustad', written in a cursive style.

Julie Gaustad, Medlem/ungdomsrepresentant

Mari Bjone, Medlem

Leiv Lunde, Medlem

# ÅRSMELDING 2018 FOR LEIKARRINGEN I BONDEUNGDOMSLAGET I OSLO

## 1. Melding frå styret i Leikarringen

### 1.1 Styret i Leikarringen 2018

Leiar:	Audun Grüner-Hegge
Nestleiar:	Solveig Brekke Hauknes
Styremedlem:	Aleksander Breiby Herseth (skrivar)
Styremedlem:	Simon Hesselberg Løvald (pengestyrar)
Varamedlem:	Martha Gjendem Lillebakk
Varamedlem:	Marta Lindvik

### 1.2 Årsmøte

Årsmøtet vart halde i Lagsrommet tysdag 27. februar 2018. 13 personar deltok på møtet, av det var 12 røysteføre medlemmer av Leikarringen.

### 1.3 Styrearbeid

Styret møttest til fyrste styremøte etter årsmøtet 20. mars 2018. Styret har hatt 9 fysiske styremøte i 2018. Elles har styret kommunisert kontinuerleg via epost, facebook og jamleg møte i høve øvingar og annan aktivitet. Den viktigaste jobben ved styrearbeidet er framleis hyppige møte med medlemene.

### 1.4 Informasjon

Styret har i hovudsak kommunisert med medlemmer og andre interesserte gjennom facebookside vår ([www.facebook.com/Leikarringen](http://www.facebook.com/Leikarringen)), men også via Leikarringen si heimeside ([leikarringen.bul.no](http://leikarringen.bul.no)) og noko e-post. Frå og med 1. januar 2019 har Leikarringen fått nye nettsider, det er lagskontoret som har teke initiativ til omlegginga som knytt sida saman med dei øvrige BLS-laga.

I 2018 tok Leikarringen i bruk det nye medlemssystemet Styreweb. Systemet vert brukt av heile laget og har for Leikarringen letta arbeidet med å ha oversyn med medlemene, og letta kommunikasjon i nokre høve.

### 1.5 Heiderslagsfolk

Det har i 2018 ikkje vore utnemnd nye heiderslagsmedlemmer.

### 1.6 Heidersmerke

Styret har ikkje delt ut heidersmerke i 2018.

## 1.7 Medlemstal

	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008
Medlemer ved utgangen av året	116 (+12 barn)	104 (betal- ande)	114*	112	98	104	110	102	111	118	139

## 1.8 Ombod frå Leikarringen

### Bunadnemnda:

Evald Fredholm

Anne Cathrine Johansen

Ragnhild Marie Holen

### Valnemnda:

Sigrid Kjøbli

Audun Stokke Hole

Eva Fischer

Elise Tjørnsletten

### Rådet i Leikarringen:

Rune Hernes Bjerke

Anbjørg Myhra Bergwitz

Karianne Johansen

Lasse Pettersen

Anne Cathrine Johansen

## 1.9 Øvings- og dansekveldar

### Øvingar i BULder og Brak

Øvingane våren og hausten 2018 vart haldne i Teatersalen/Lagsrommet i Rosenkrantz gate 8, kvar tysdag kl. 18:00–20:00. Barneaktiviteten er vaksande i Leikarringen. BULder og Brak får nye medlemer, og frå 1.1.2019 har vi starta opp ei eigen barnegruppe. Desse øver tysdagar kl. 17-18, medan BULder og Brak frå kl. 18-20

Desse har vore instruktørar i BULder og Brak i 2018: Anita Vika Langødegård, Nikolaj Bo Fischer Nielsen, Vetle Springgard, Snorre Kristiansen, Simon Hesselberg Løvald, Anders Aasberg, Jon Bugge Mariussen, Ådne R. G. Kolbjørnshus.

### Øvingar i Leikarringen

Øvingane våren og hausten 2018 vart haldne i Teatersalen i Rosenkrantz gate 8, kvar tysdag kl. 19:30–21:30. Vi har nytta oss av både våre eigne medlemer samt eksterne som instruktørar, og hatt mange dyktige musikarar innom øvingane våre. Vi har vore mellom 14 og 53 stk på øvingane, med eit snitt på 29 stk.

Desse har vore instruktørar på tysdagsøvingane i 2018: Audun Grüner-Hegge, Anita Vika Langødegården, Thomas Nilssen, Bente Hjellum Syvertsen, Marta Lindvik, Endre Kleiveland,

Solveig Brekke Hauknes, Torbjørn Bergwitz Lauen, Vegar Vårdal, Stig Nilssen, Anbjørg Myhra Bergwitz, Simon Hesselberg Løvald, Knut Aastad Bråten og Audun Sølvberg.

Desse har vore musikarar på tysdagsøvingane i 2018: Tuva Færden, Erlend Viken, Øyvind Sandum, Torfinn Hofstad, Ingrid Schei Stuhaug, Ole Nilsen, Tonje Lien Barkenæs, Stein Magne Eggen, Jon Hjellum Brodal, Elise Tegnér, Bjørn Kåre Bråten Odde, Tore Bolstad, Olav Christer Rossebø og Hilde Fjerdingøy.

Tema for tysdagsøvingane har vore: Halling, masurka, danseteknikk (reinlender), rudl, pols, turdans, swing, runddans (polka og reinlender), 17. mai-øving, Finnskogspols, oppstart - innføring i folkedans, generell danseteknikk, Valdresspringar, halling for jeans, Osloappleikøving (Rørospols), Nordfjordspringar, Masfjordspringar

Ellers har vi hatt både sommar- og juleavslutning, med noko dans, men med desto større fokus på sosialt samvere.

### **Dansekveldar**

Lønningspols 3. april kl. 19.30-21.30 - Familietrioen Ole Nilssen, Stig Nilssen og Thomas Nilssen spelte opp til dansefest. Heile 53 ivrige polsdansarar møtte opp denne kvelden.

Lønningspols 25. september kl. 19.30-21.30 spelte Hilde Fjerdingøy og Øyvind Sandum til dans i Teatersalen. Vi var 46 stk. som fylte dansegolvet denne kvelden.

Hausten 2018 inviterte styret i Leikarringen til ei uformell dansekveld 30. august, kalla "Listefyll". Kvelden vart stelt i stand etter ønskje frå fleire medlemmer om høve til å repetere, og sjølv velje kva ein ville danse. Dessutan kunne dette gje høve for ein kveld utan leia dans. Dette arrangementet held vi fram med våren 2019.

### **Søndans/stildansar:**

Sjå eiga melding frå Søndansen i punkt. 3.

## **1.10 Framsyningar og deltaking**

### **17. mai**

I år dansa 24 par og fem hallingdansarar opp Karl Johan mot Slottet, med Vegar Vårdal og Solveig Brekke Hauknes som stødige danseleiarar. Tonje Lien Barkenæs og Stein Magne Eggen sto for musikken. I forkant av sjølve dagen hadde vi to øvingar kor 17. mai var i fokus.

Om kvelden vart det tradisjonelle Brusteinballet arrangert på Universitetsplassen. Vegar Vårdal leidde dansen frå scena med hjelp av dansarar frå Leikarringen. Vegar spelte også, saman med Åsmund Reistad og Olav Christer Rossebø. Mange av Leikarringens medlemmer deltok i dansen.

Representantar frå Leikarringen dansa på Ensjøtunet 17. mai.

Ei gruppe på om lag 10 dansarar frå Leikarringen dansa for TV2 i Slottsparken tidleg på morgonen, og synte fram bunadar. Leikarringen var òg bidragsytar på snapchat-kontoen FolkemusikkNoreg i morgontimane denne dagen.

## **Kappleikar**

Landskappleiken 2018 vart arrangert i Trysil. Der stilte Leikarringen i lagdans senior og BULder og Brak stilte i klassa lagdans junior.

Oslokappleiken vart arrangert 10. november på Riksscenen, og der deltok 16 dansarar frå Leikarringen med eitt lag i lagdans senior, medan BULder og Brak deltok i lagdans junior.

Fleire av medlemmene våre deltok óg etter eige initiativ på både arrangementet, med pardans, spel med ulike instrumenter og i ulike klasser.

## **Nordlek**

Fleire av Leikarringen sine medlemmer deltok på nordiske folkedansstemnet Nordlek 2018 i Falun, Sverige 9.-15. juli.

## **Kven Veit**

Leikarringen deltok i kunnskapstevlinga "Kven veit", ei intern tevling mellom lokallag i Noregs Ungdomslag. Torbjørn Bergwitz Lauen var i år, som i fjor initiativtakar og lokal tevlingsleiar. Tevlinga gjekk over tre kveldar, og eit vekslande tal medlemmer (om lag 10 pers kvar gong) deltok, fordelt på to lag.

## **Andre framsyningar**

3. november hadde BULder og Brak ei større framsyning for slektsforskningsorganisasjonen My Heritage. Gruppa synte fram pardans, hardingfelespel, munnharpe og sjølvstekt både koreografert og fri halling, til stor begeistring. Rasmus Kjørstad var musikar.

BULder og Brak opptådte på Meisterkonserten i Operaen den 11. november. Dette i kraft av at dei vann lagdans junior på Landskappleiken 2018.

### **1.11 Utsendingar**

Årsmøte i BLS - Olav Kårevik, Torbjørn Bergwitz Lauen og Solveig Brekke Hauknes

Årsmøte i Det Norske Teatret - Ruth Amdahl, Anne Cathrine Johansen og Olav Kårevik

### **1.12 Dugnad**

Leikarringen vart førespurd av Noregs Ungdomslag om å stille med dugnadsfolk til landsmøtefesten 28. april, noko vi sjølvstekt svarta ja til. Det vart ein hyggelig kveld med dans og moro saman med dansarar frå heile landet!

### **1.13 Kurs**

I august og september arrangerte Leikarringen i samarbeid med BLS nybyrjarkurs i folkedans. Målgruppa var studentar som kunne tenkje seg å starte i ein av organisasjonane. Kurset hadde 4 deltakarar over 4 veker. I etterkant vart det konkludert med at nybyrjarkurs i denne forma ikkje tener betre som arena for rekruttering enn t.d. tysdagsøvingane.

### **1.14 Medlemmer i Leikarringen med verv i andre sentrale posisjonar**

- Torbjørn Bergwitz Lauen sit i styret i Noregs Ungdomslag.
- Karianne Johansen, som òg er medlem av Leikarringen, sit som styremedlem i Songlaget.

- Øystein Gammersvik sit som leiar, Klas Ekeland, Anne Cathrine Johansen og Astrid Skrinde sit som styremedlemer i styret for Bondehytta.
- Ragnhild Marie Holen sit i styret for Bygdelagssamskipnaden
- Gunnvald Grønvik er nestleiar og Anne Cathrine Johansen sit som 1. varamedlem i styret i Bondeungdomslaget.
- Karianne Johansen sit som 1. varamedlem i Rådet i Bondeungdomslaget.
- Solveig Brekke Hauknes er tilsett i Noregs Ungdomslag som folkedansrådgjevar

*Oslo, 20. februar 2019*

*For styret i Leikarringen,*

*Audun Grüner-Hegge (sign.)*



## **2. Melding frå Rådet i Leikarringen**

Rådet har etter årsmøtet i Leikarringen i 2018 hatt denne samansetjinga:  
Valde for to år i 2017: Karianne Johansen, Anbjørg M. Bergwitz og Lasse Pettersen  
Valde for to år i 2018: Anne Cathrine Johannessen og Rune H. Bjerke

Rådet har ikkje hatt nokon møte i denne perioden, men har bistått styret med rådføring i naudsynte saker. I mai 2018 fekk Leikarringen spørsmål frå Bøndenes hus om dei fekk henge opp eit måleri av Klara Semb på Kaffistova. Rådet bemerka faren for tyveri, men såg seg positive til at Kaffistova nytta maleriet, så lenge det vart sikra godt.

Fire av Rådets medlemmer sit i Hundreleik-nemnda, som legg mykje tid i planlegging og gjennomføring av Leikarringen sitt 100-årsjubileum (sjå eiga melding i punkt 5).

*Oslo, 20. februar 2019*

*For Rådet i Leikarringen  
Anbjørg Myhra Bergwitz*

## **3. Melding frå Søndansen**

Søndansen har hatt åtte samkomer i 2018. Vi samlast tre timar om lag ein søndag i månaden. 23 medlemmer har vore med på øvingane dette året. Spelemann er Hans Petter Holen og rettleiar Folke Flateland.

Vi dansar mykje kontradans og balldansar frå det norske tilfanget, vi arbeider med dansestil og set dansane inn i ein kulturhistorisk samanheng. Vi legg også vekt på det sosiale med ein god prat til kaffien.

Gruppa blei starta som ei prosjektgruppe for 20 år sidan i 1998. Det første prosjektet var Draumkvedet og oppføringa i Konserthuset i samband med Leikarringen sitt 80-årsjubileum. Etter framsyninga var det fakkeltog frå Konserthuset til Teatersalen og leikfesten der.

Draumkved-prosjektet vart etter fleire framsyningar avrunda med tre «magiske» oppsettingar på Utstein kloster under Nordleik 2000 i Stavanger. Hausten 2000 starta vi opp med kontradans og balldansar. Hans Petter har vore fast spelemann for gruppa sidan dette.

Søndansen er eit tilbod til dansarar i Leikarringen og BUL som vil danse meir enn dansen på tysdagane, eller som ikkje har høve til å vere med då. Det er triveleg om fleire finn vegen til Søndansen som er omlag ein søndag i månaden. Vi øver no fast i Lagsrommet i Rosenkrantz' gate.

*Asker, 10. februar 2019*  
*For Søndansen*  
*Folke Flateland*

#### **4. Melding frå Bunadnemnda**

Bunadnemnda har i meldingsåret vore samansett av Ragnhild Marie Holen, Evald Fredholm og Anne Cathrine Johansen. Nemnda har vore tilgjengelege for råd og tips til bunadbruk i Leikarringen i samband med 17. mai og andre tilskipingar.

Anne Cathrine har rydda litt i bunadrommet, men det står framleis att litt arbeid med å gå gjennom alt som står der.

*Oslo, 20. februar 2019*

*For Bunadnemnda*

*Anne Cathrine Johansen*

#### **5. Melding frå Hundreleiknemnda**

Hundreleik er namnet på 100-årsjubileet til Leikarringen i BUL Oslo. Feiringa består av fleire arrangement i perioden 14.11.18-14.11.19. Jubileumsnemnda består av Solveig Brekke Hauknes, Torbjørn Bergwitz Lauen, Anbjørg Myhra Bergwitz, Rune Hernes Bjerke, Karianne Johansen og Anne Cathrine Johansen. Nemnda har hatt 11 møte i 2018.

Sleppleik, 14. november 2018, var første tilskiping. Dette skulle både markere skipingsdagen for 99-åringen, og ikkje minst introdusere programmet og alle tilskipingane for resten av Hundreleik. Kvelden starta med programslepp med innslag frå nemndsmedlemer, muskarane for kvelden; Vegar Vårdal og Bjørn Kåre Odde og dansarar frå BULder og Brak. Etter programsleppet vart det bursdagssong, bursdagskake og dans. Dansekvelden vart innleia med stordansen «Tora Liti», som hadde blitt valgt som visa som folk kunne lære seg til neste tilskiping, Storleik, 5. januar. Etter dette vart det dans. Muskarane var i storslag og det vart ei flott stemning og intimt på dansegulvet.

Det var udelt positive tilbakemeldingar frå dei som deltok på arrangementet, som ble til sammen rundt 80 personer. Oslo Ladegård fungerte veldig godt for arrangementet. Rammene ga ei ekstra vørndnad og høgtid over kvelden. [Sjå bilete frå Sleppleik her](#)

Meir informasjon om Hundreleik finn ein her:

- [Artikkel om jubileet, opprinneleg på trykk i Ungdom](#)
- <http://hundreleik.no/>

*Oslo, 20. februar 2019*

*For Hundreleiknemnda*

*Anbjørg Myhra Bergwitz*



**SONGLAGET**  
BUL I OSLO • 1914

# ÅRSMELDING FOR SONGLAGET I BONDEUNGDOMSLAGET I OSLO 2018



## Medlemstal

Totalt 38 betalende medlemmer saman med dei nyinnmelde og medlemmer i permisjon per 31.12.2018:

14 sopranar

11 altar

7 tenorar

6 bassar

Det er òg ein æresmedlem, Vera Madsø.

## Dirigent

Liv Ulvik har vore sjukemeld heile året. Våren 2018 var Mari Eckhoff Tveito vikar for henne. Frå august 2018 vart Mari E. Tveito fast tilsett dirigent for Songlaget. Kontrakten gjeld for eitt år, men han held fram om ingen av partane ynskjer endringar. Nokre få gonger i 2018 har me hatt vikardirigent. Tveito har vore dirigent på alle konsertane våre.

## Styret

Årsmøtet 15. februar 2018 valde dette styret:

Leiar: Asbjørn Gjerde Lund

Nestleiar: Åsta Bjerkestrand

Skrivar: Håvard Tangen

Kassastyrar: Karianne Johansen

Styremedlem: Audun Åby

Varamedlemene: 1. Trond Reitan, 2. Kari K. Mostraum og 3. Marit Garnaas

Garnaas var i permisjon frå november 2018 til februar 2019.

## Ymse ombod og nemnder

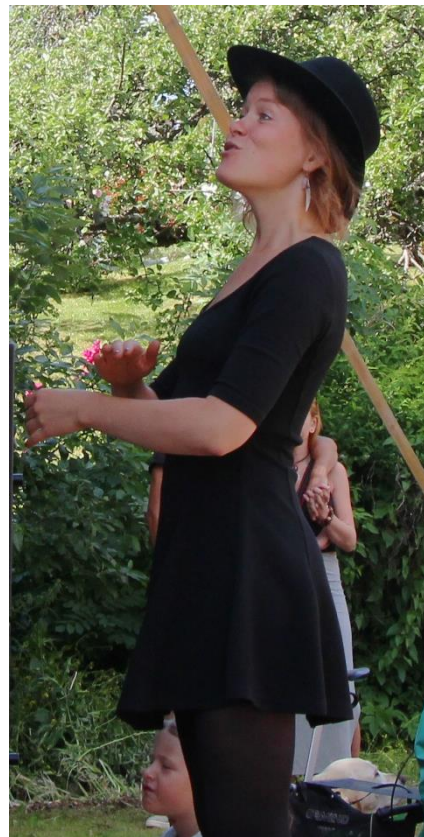
### Stemmeførarar

Sopran: Ida Hove Solberg og Kari Rysst Paulsen (varakvinne)

Alt: Anna-Tori Aas Bjerkestrand og Kerstin Hellberg (varakvinne)

Tenor: Audun Åby og Olav-Johan Øye (varamann)

Bass: Erik Kokkin og Trond Reitan (varamann)



Blestnemnd: Kari Rysst Paulsen (leiar), Hilde Løwe, Gunvor Skiftun og Jorunn Ulvestad  
Festnemnd: Jorun Gulbrandsen, Ole Johan Hildre, Frøydis Lie Kilmer og Ingrid Tvedten,  
Kaffinemnd: Trond Reitan og Jorunn Ulvestad  
Målnemnd: Ida Hove Solberg, Håvard Tangen og Olav-Johan Øye  
Noteforvaltarar: Anne Grethe Hoff og Kerstin Hellberg (varakvinne)  
Programnemnd: Ragna Betten (leiar), Ole Johan Hildre, Erik Kokkin og Jorunn Ulvestad  
Ryddemnd: Svein-Tore Andersen og Erik Kokkin  
Turnemnd: Per Erik Arnesen og Åsta Bjerkestrand  
Valnemnd: Per Erik Arnesen, Kari Rysst Paulsen og Gunvor Skiftun

### **Utmerkingar**

Åsta Bjerkestrand og Kerstin Hellberg fekk medalje for tjuve års medlemskap, og Håvard Tangen fekk årsmerke for eitt års medlemskap på årsfesten på Trosterud gård 20. januar.

### **Fødselsdagar**

70 år: Jorun Gulbrandsen

60 år: Svein-Tore Andersen

50 år: Gudrun Elisabeth Hagen

30 år: Ingrid Lamark

### **Seminar**

17. mars: Vårseminar i Bygdelagshuset, Nordahl Bruns gate 22.

6. oktober: Haustseminar på Kroloftet på Frysja

3. november: Joleseminar på Nedre Blindern gård

### **Medlemsmøte**

Det vart halde årsmøte 15. februar og omframt årsmøte 17. mars.

SOL-timar har det vore halde 29. april, 23. august og 3. november. Emna har vore korturen til Polen, evaluering av jolekonserten, open post, programnemnda, meldingar frå styret og dirigenten, evaluering av stemmeprøvene hausten 2018 og planar for reise sumaren 2019.

### **Festar**

Desse festane har vore haldne: Årsfest på Trosterud gård 20. januar, haustfest hjå Ingrid Tvedten 15. september, fest på Kroloftet 6. oktober og fest på Nedre Blindern gård 3. november.

## Tur til Polen 27. juni – 1. juli 2018

Storsatsinga til Songlaget i 2018, sosialt, kunstnarleg og økonomisk, var tur til korfestivalen *Per Musicam ad Astra* i Toruń i Polen. Det var 29 koristar og dirigent som fór nedover.

Me hadde meldt oss på konkurransedelen av festivalen, der me vart rangerte innanfor kategorien vår etter ein poengskala og fekk skriftleg evaluering i etterkant som me kan bruka vidare for å verta betre. Me framførte under konkurransen Våren av Grieg, Vårsøg av Henning Sommerro og Bruremarsj frå Lødningen av Halvdan Sivertsen til ein gamal folketone.



Me fekk sylvmedalje for prestasjonen, og poengmessig var me svært nære ein gullmedalje. Me fekk gode og mindre gode tilbakemeldingar frå dei tre domarane som evaluerte oss. Alt i alt er me godt nøgde med gjennomføringa og ei veldig god trening og utfordring for oss alle på ulike plan.

Sosialt fekk me godt utbyte av turen. Det var eit par dagar som det var veldig tett program, men me fekk ein heil dag fri til å vera turistar og høyra på andre kor som deltok under festivalen. Me sakna litt festivalkjensla med dei andre kora. Festivalen var litt for liten til det. Det var ein flott venskapskonsert same kvelden som me hadde gjennomført konkurransen. SOL gjorde ein framifrå figur. Me skilde oss ut, i positiv meining, ved at me hadde eit ganske ulikt repertoar, og var meir uformelle enn dei andre kora: Fullt hus, god stemning og trampeklapp.



Turen var tinga via Escape Travel som er profesjonelle på korturar. I tillegg gjorde turnemnda ein flott innsats for å halda det heile i hop. God planlegging, oppfylging og ikkje minst det å starta ein slik prosess tidleg nok er viktig for at ein slik tur skal verta ein suksess.

## Generelt om arbeidet i nemndene

### Blestnemnda

Folk i nemnda har gjort ein fin jobb med å oppdatera heimesida og Facebook-profilen til Songlaget. Dei òg har hjelpt til med å utvikla dei nye heimesidene til Bondeungdomslaget. Nemnda arbeidde godt med å blesta konsertane våre. Til sumarkonserten vart det forma ut ein prydeleg plakat. Til julekonserten vart det laga fine billetter, flygeblad, program og ikkje minst ein gild plakat. Nemnda har òg fått i stand visittkort til verving.



### Festnemnda

- Til årsmøtet vart det skriva ein fin song, og den gode maten kom frå ekstern leverandør. Det vart halde spørjetevling, og Asbjørn Gjerde Lund heldt tradisjon tru ei morosam årstale. Ikkje overraskande vart det ein del samsong utetter kvelden.
- Haustfesten var særleg hyggjeleg heime i Homansbyen hjå Ingrid Tvedten. Kvar tok med seg noko å drikka og eta, og festnemnda diska opp med flott mat. Trivelege tevlingar hadde nemnda førebudd til denne kvelden òg. Me song av full hals tidt og ofte.
- Nemnda har gjort opptak til «impuls-pils» etter øvinga nokre gonger kvart halvår. Det er hyggjeleg å møtast etter øving òg, og trass i namnet er det ikkje naudsynt å nytta alkoholhaldig drikke i kameratsleg lag på desse samkomene. Mange gjekk ut på Kafé Amsterdam etter sumarkonserten.

### Kaffinemnda

Nemnda har sytt for fin servering av kaffi, te og vatn til pausen på kvar øving. Kakeliste har vorte sett opp, og to og to har teke med seg noko å bita i mesta kvar gong. Dette er eit flott tiltak som skaper trivnad og hyggje i Songlaget.

### Målnemnda

Denne nemnda hjelper til når blestnemnda, styret eller andre i koret treng hjelp til å skriva rett nynorsk. Nemnda har òg hjelpt til ved ymse høve i 2018. Olav-Johan Øye debuterte som salmeomsetjar då han sette om Julemotet av Eyvind Alnæs til nynorsk.

## Noteforvaltarar

Det er viktig å halda orden på alle notane til Songlaget. Noteforvaltarane hjelper til med å kopiera notar og kjøpa inn originalnotar. Forvaltarane våre gjer eit framifrå og nyttig arbeid. Notearkivet vårt står no i kjellaren under Teatersalen. Songlaget ynskjer seg betre lager for notane sine.

## Programnemnda

Dette var ei ny nemnd i Songlaget i 2018. Nemnda har lagt planar for kva koret vårt skal syngja frametter i samråd med dirigenten. Det var eit sams møte mellom denne nemnda og styret hausten 2018. Nemnda har òg førebutt at Songlaget i 2019 – 2020 skal øva inn og framføra eit stort korverk.

## Ryddememnda

Denne nemnda syter for at Teatersalen i Nynorskens hus ser fin ut etter kvar øving. Nemnda set pris på at kvar medlem set eigen stol attende i stabelen sin når øvinga er ferdig.

## Turnemnda

Koret var med på korfestivalen «Meeting Music» i Torun i Polen frå 27. juni til 1. juli 2018. Venskapskonserten gjekk særskilt bra. Turnemnda fekk mykje ros for god planlegging. Alt gjekk på skjener. Songlaget fekk òg mange gode attendemeldingar frå publikum.

## Valnemnda

Denne nemnda arbeidde våren 2018 med å finna medlemmer til programnemnda. Ho har òg arbeidd fram til årsmøtet med å finna nye tillitsvalde.

## Konsertar og andre aktivitetar

- |                  |  |
|------------------|--|
| 15. mars         | Konsert på St. Hanshaugen Omsorgssenter        |
| 18. mars         | Song på gudsteneste i Slottskapellet           |
| 28. og 29. april | Song på humanistisk konfirmasjon i Oslo rådhus |





17. mai Song på lunsjen i Nynorskens hus og ved opninga av brusteinsballet på Universitetsplassen
14. juni Sumarkonsert i Nynorskens hus. Publikum fekk òg kaker og kaffi, te eller vatn ved kjøp av billettar.
16. juni Konsert på Sogn hagekoloni ved opninga av hage- og musikkfestivalen der



27. juni – 1. juli Korfestival i Torun i Polen. Ymse konsertar
25. august Noregsmeisterskapen for juniorar i friidrett på Bislett, der ei lita gruppe songarar var med på å syngja nasjonalsongen ved opninga
6. oktober Minikonsert etter seminaret på Kroloftet på Frysja
4. november Konsert på internasjonal korfestival i Nynorskens hus
8. desember Konsertar på to avdelingar av Heimen Husflid og Backe i Grensen på dagtid
8. desember Jolekonserten «Mot Jul» i Margaretakyrkan. Vegar Vårdal spela fele. Variert repertoar på nynorsk, bokmål, engelsk, russisk og svensk. Solistar: Anna-Tori Aas Bjerkestrand (Du er så vakker – julemedley), Åsta Bjerkestrand (Stille natt/Ve' no velkomne med æra), Monika Holberg (Maria ho er ei jomfru rein), Oscar Honeyman-Novotny (Little Drummer Boy), Frøydis Lie Kilmer (Julemotet), Runa Kvalsund (Kling no klokka), Ingrid Lamark (Julemotet), Kari K. Mostrau (In the Bleak Mid-Winter), Ingrid Kristine Tvedten (Stille natt) og Oddny Elise Uddu Ystad (Stille natt/Ve' no velkomne med æra)

### Generelt om styrearbeidet

Styret har hatt eit særst arbeidsamt og aktivt år. Det har vore i alt 18 styremøte. Det har vore minst eitt styremøte i månaden so nær som i juli. Styret konstituerte seg 27. februar 2018 med nestleiar, skrivar og kassastyrar. Dirigenten har vore til stades på delar av nokre styremøte. Det har vore halde eitt styreseminar, og det var 27. august. Me gjekk då gjennom styrehandboka og retta på ymse ting der.

Vårhalvåret var ganske travelt med ymse oppdrag heime og kortur utanlands.

På hausten hjalp Songlaget til med det praktiske ved den internasjonale korfestivalen som Korforbundet skipa til 4. november i Nynorskens hus. Det var ein spennande dag med seminar på dagtid og konsert med mange internasjonale kor på kvelden. Konserten var flott organisert.

Songlaget har hatt eit greitt samarbeid med dei tilsette på lagskontoret i Bondeungdomslaget i perioden. Me er takksame for å få hjelp til å marknadsføra Songlaget. Styremøta har som oftast vore haldne på det faste møterommet som lagskontoret rår over.

Me har arbeidd ei stund med å ta i bruk av Dropbox som lager for viktige dokument i Songlaget.

Seint på hausten 2018 fekk Songlaget ny logo, teikna av Anne-Bet Dønnem.



**SONGLAGET**  
BUL I OSLO • 1914



**SONGLAGET**  
BUL I OSLO • 1914

Mange røynde songarar, særleg på bassrekkja, har anten slutta eller vore i permisjon i 2018. Styret, medlemene og dirigenten har arbeidd aktivt med å rekruttera nye songarar. Me har òg ei naturleg tilstrøyming av songarar som melder interesse for å syngja saman med oss. Det er særst gildt.

Styret vil takka dirigent Mari Eckhoff Tveito for godt og hyggjeleg samarbeid i året som gjekk. Me har ein både blid og svært dugande dirigent i Mari.

### Repertoarliste

An Irish Blessing	Folkesong, arr. James E. Moore
Blåmann	Aasmund O. Vinje, Anne Haavie, arr. Henning Sommerro
Brudemarsj frå Lødingen	Halvdan Sivertsen, trad. brudemarsj, arr. Erlend Fagertun
Brudemarsj frå Valsøyfjord	Trad. brudemarsj, arr. Henning Sommerro og Grete Pedersen
Den svalande vind	Norsk folketone, arr. Knut Nystedt
Det hev ei rose sprunge	M. Pretorius, Peter Hognestad, tysk folkesong
Ding dong! Merrily on high	G.R. Woodward, fransk melodi, sats Charles Wood
Drei geistliche Gesänge	Alfred Schnittke
Ei naki grein	Olav Aukrust, Leif Solberg
Fager er jordi	B.S. Ingemann, Gunnar T. Rysstad
Hurra for deg som fyller ditt år	Margrethe Munthe, Ottar Wiik, norsk folketone
In the Bleak Mid-winter	Christina Rossetti, Gustav Holst
Ja, vi elsker dette landet	Bjørnstjerne Bjørnson, Rikard Nordraak, arr. K. Wendelborg

Jul, jul, strålande jul	Edv. Evers., Gustaf Nordqvist
Julemotet	Olav-Johan Øye, Eyvind Alnæs
Karin Boyes aftonbön	Karin Boye, Egil Hovland
Kjærleiksblomen	Norsk folketone
Kling no klokka! Ring og lokka	Elias Blix, norsk folketone
Litle fuglen	Bernt Støylen, norsk folketone, arr. Henrik Ødegaard
Millom bakkar og berg	Ivar Aasen, Ludvig M. Lindeman
Nå tennes tusen julelys	Emmy Køhler, Lars Sjøraas jr., arr. Per Inge Almås
Quodlibet over «Isn't she lovely»	Gunnar Eriksson, Kjetil Aamann
Slåttestev	Arr. Arne Bjørndal
Stille natt	Josef Mohr, Franz Gruber, Erik Hillestad, arr. B.A. Drage
Såg du noko te kjerringa mi	Norsk folkevise, arr. Lajos Bardos
Til ungdommen	Nordahl Grieg, Otto Mortensen
Trollfuglen	Norsk folkevise, arr. Liv Ulvik
Tyttebæret	Aasmund O. Vinje, Marius Moaritz Ulfrstad
Ve' no velkomne med æra	Norsk folketone etter Oliva Ågot Tveit
Vikingsong frå Ronja røvardotter	Arr. Leif Olav Thoresen
Vær no velkomne med æra	Arr. Mari Eckhoff Tveito
Våren	Aasmund O. Vinje, Edvard Grieg
Vårsøg	Hans Hyldbakk, Henning Sommerro

Oslo, 9. januar 2019

Asbjørn Gjerde Lund

Åsta Bjerkestrand

Håvard Tangen

Karianne Johansen

Audun Åby

Trond Reitan

Kari K. Mostraum



# Årsmelding for Teaterlaget i Bondeungdomslaget i Oslo 2018

## 1. Tillitsvalde i 2018

### 1.1 Styre

Etter årsmøte i Teaterlaget i 2018 sat desse i styret:

Leiar	Heidi Gunhildberget Einarsrud (Valt for 1 år som leiar, ikkje på val som styremedlem)
Kasserar	Endre Isachsen Flatmo (Valt for 2 år)
Styremedlem	Kjell Åsmund Sunde (Ikkje på val)
Styremedlem	Aila Eckhoff Sinober (Ikkje på val)
Styremedlem	Lena Reksnes Sanne (Attvalt for 2 år)
Varamedlem	Maria Ellingsen Austbø (Attvalt for 1 år)
Varamedlem	Heidrun Sølva Øverby (Attvalt for 1 år)

### 1.2 Valnemnd

Margrethe Kollerud Overskott og Mari Elise Haugen var valnemnd fram til årsmøtet i 2018. Mari Elise Haugen og Margrethe Kollerud Overskott vart valt som valnemnd fram til årsmøtet i 2019.

### 1.3 Styrearbeid

Styret har hatt regelmessige møter i 2018, samt kontinuerleg elektronisk kontakt. Styrearbeidet har stort sett vore knytt til dei pågåande og komande produksjonane, samt generell drift av Teaterlaget. Ein viktig del av arbeidet er å vera eit kommunikasjonsledd mellom instruktør og resten av Teaterlaget, samt kommunikasjonen mellom lagskontoret og Teaterlaget.

## 2. Teaterlaget

### 2.1 Medlemstal og medlemsskap

På slutten av 2018 hadde Teaterlaget 22 medlemmar. 2 av medlemane var også medlem av Leikarringen.

### 2.2 Teaterlaget sin visjon

Teaterlaget ynskjer å vera eit leiande, nynorskspråkleg amatørteaterlag i Oslo som er opent for alle. Alle som ynskjer å vera med er velkomne i Teaterlaget.

### 2.3 Økonomi

Økonomien er i hovudsak knytt til Teaterlaget sine to årlege produksjonar. Produksjonar, og den generelle drifta av Teaterlaget er finansiert av særslagstønad frå Bondeungdomslaget i Oslo, medlemspengar, billett- og kaffisalsinntekter, dugnad og ekstern stønad.

Teaterlaget har ein grei eigenkapital, men den bør ikkje tærast på. Målet for produksjonane er å gå i balanse, eventuelle overskot eller underskot blir overført/dekt av eigenkapitalen.

Regnskapet for 2018 viser overskudd for fyrste gong på fleire år.

Det er utfordrande å finne aktuelle stønadsordningar for drift av grupper som Teaterlaget.

### 3. Aktivitet i 2018

Teaterlaget sin aktivitet er knytt til to årlege produksjonar og det sceniske og praktiske arbeidet rundt desse. Kwart halvår (i mars/november) har Teaterlaget eit fellesmøte der alle kan kome med innspel på neste produksjon som styret kan ta med seg vidare i arbeidet med å bestemme dette.

#### 3.1. Vårproduksjon 2018: *Skatten på sjørøverøya , Robert Louis Stevenson*

*Skatten på sjørøverøya* (av Robert Louis Stevenson)

Regi: Fredrik Elfstrand

Omsetjing til nynorsk: Agnes Ravatn

Ljos/lyd: Fredrik Elfstrand og Axel Benjamin Skistad

Premiere: 19. mai.

Framsyningar: 20., 21., 23. og 25. mai

Tal på besøkjande: 133

Våren 2018 sette Teaterlaget opp familiemusikalen *Skatten på Sjørøverøya* med musikk av den danske komponisten Sebastian. Musikalen er basert på den kjende romanen ved same namn.

Jenny Hawkins arbeider på eit vertshus og drøyer om å sjå verda utanfor Bristol når ho blir vaksen. Ein kveld dukkar sjørøvarar opp på jakt etter eit gamalt kart som skal vise vegen til ein sagnomsust skatt. Jenny endar opp med kartet og med hjelp frå doktor Livesey og godseigar Trelawney samlar dei eit mannskap for å finne den gøymde formua. Men kan dei eigentleg stole på mannskapet? Og kven er eigentleg kokka Silver?

I samband med at Teaterlaget oppførte ein musikal, fikk teaterlagsmedlemmane hjelp med songteknikk og formidling av Pia Berge. Kjell Inge Kamsvåg spilte piano.

#### Rolleliste:

Jenny Hawkins: Maria Ellingsen Austbø

Fru Hawkins/sjørøvar: Anne Cathrine Johansen

Kaptein Smollet: Henri David Aasen

Britt Bones/Gray: Aila Eckhoff Sinober

Svarte Hund/Joyce: Håvard Thorsby

Blinde Pew/Sjørøvar: Pernille Gjernes Bilde

Mrs Sherry: Torill Born

Godseigar Trelwaney: Vivian Brattsti Sørensen

Kaptein Silver: Mari Elise Haugen

Anderson: Terje Svindseth  
Merry: Heidi Gunhildberget Einarsrud  
Vesle Sherry/Tina: Margrethe Frydendal Kollerud  
Styrmann/sjørøvar: Odd Roald Horjem  
Ben Gunn/Terry: Emil Bech Stenstad  
Israel Hands: Kjell Åsmund Sunde  
Dr Livesey: Endre Isachsen Flatmo  
Morgan: Frøydis Dahlø  
Harriet: Heidrun Sølva Øverby  
Ferry: Inge Ytre-Eide  
Dick/Perry: Lena Reksnes Sanne

### 3.2 Haustproduksjon 2018: *Det går i familien, Ray Cooney*

Omsetjing: Svein Selvig. Til nynorsk av Kjell Åsmund Sunde m/styret 2018.  
Regi: Fredrik Elfstrand  
Ljos/lyd: Fredrik Elfstrand og Axel Benjamin Skistad  
Premiere: 8. desember (sett 1 og 2)  
Framsyningar: 9., 10., 12., 14., 15., og 16. desember  
Tal på besøkjande: 197

I farsen *Det går i familien* stiftar vi nærare bekjentskap med sjukehuspersonale og pasientar ved Ullevål sjukehus i Oslo. Vi møter mellom anna nevrolog David Movik som skal halde den viktige Ponsonby-forelesinga. Denne forelesinga kan bli springbrettet hans til overlegestillinga ved Ullevål, men ikkje alt går som planlagt. Når hans tidlegare elskarinne dukkar opp saman med hans uekte dotter må Movik handle raskt. Saman med sin nære venn og kollega Hubert Brun lagar han eit nett av forviklingar som det skal vise seg å bli vanskeleg å komme ut av.

Ray Cooney (1932-) er ein britiske skodespelar og komedie-forfattar. 17 av stykka hans har blitt oppført på West End i London og det mest kjende stykket hans *Run for your wife* gjekk på West End i 9 år.

#### **På scenen:**

Sett 1:

Dr. David Movik – Kjell Åsmund Sunde  
Dr. Hubert Brun – Endre Isachsen Flatmo  
Dr. Mikkel Kolstad – Henri Aasen  
Rose Movik – Heidi Gunhildberget Einarsrud  
Oversøster – Anne Cathrine Johansen

Magnhild Gyldenkrantz – Mia Maria Norum Robsahm  
Hannah Teisen – Silje Dahl  
Sjukaleararen – Anita Topnesvåg Wergeland-Jenssen  
Leslie – Rikke Skipsfjord  
Politikonstabelen – Vivian Brattsti Sørensen  
Bernt Lesley – Emil Bech Stenstad  
Mor til Hubert – Kari Aniksdal

Sett 2:

Dr. David Movik – Kjell Åsmund Sunde  
Dr. Hubert Brun – Håvard Thorsby  
Dr. Mari Kolstad – Maria Ellingsen Austbø  
Rose Movik – Heidi Gunhildberget Einarsrud  
Oversøster – Mari Elise Haugen  
Magnhild Gyldenkrantz – Lena Reksnes Sanne  
Hannah Teisen – Silje Dahl  
Sjukaleararen – Henri Aasen  
Leslie – Aila Eckhoff Sinober  
Politikonstabelen – Vivian Brattsti Sørensen  
Bernt Lesley – Emil Bech Stenstad  
Far til Hubert – Terje Svindseth

### **3.3 Anna aktivitet**

I samband med framsyning våren og hausten 2018 var det sal av kaffi og kaker i pausa. Teaterlaget sto sjølv for både bakst og sal.

På landsmøtet i Noregs Mållag den 12.-15. april 2018 i Vinje i Telemark deltok Terje Svindseth, Mari Elise Haugen og Maria Ellingsen Austbø frå BUL.

Teaterlaget deltok på BUL sin lagsdugnad 15. august.

4. november deltok store delar av Teaterlaget på varetellingsdugnad for Extra Prinsdal.

Som i 2014, 2015, 2016 og 2017 reiste fleire av Teaterlaget sine medlemmar til Edinburgh på Fringe festivalen i august.

Teaterlaget var med i kunnskapstevlinga «Kven veit», arrangert av Noregs ungdomslag, og kom på 2.plass nasjonalt.

## **4. Representasjonar og andre verv**



## 4.1 Representasjonar

**27.-28. April, Landsmøte i Noregs Ungdomslag:** Marie Nicolaisen, Mari Elise Haugen, Terje Svindseth, Endre Isachsen Flatmo og Maria Ellingsen Austbø deltok på årsmøte i Noregs Ungdomslag som utsendingar frå Bondeungdomslaget i Oslo.

**28.april, Årsmøte i Det norske teatret:** Heidi G. Einarsrud, Maria E. Austbø, Endre I.Flatmo, Heidrun S. Øverby (Mari Elise Haugen, Vivian B. Sørensen, Marie Nicolaisen, Anne Cathrine Johansen, Terje Svindseth møtte som utsendingar for Bondeungdomslaget i Oslo.)

## 4.2 Andre verv

Marie Nicolaisen er varamedlem i sentralstyret til Noregs Ungdomslag og er varamedlem til Målpolitisk råd ved Det Norske Teatret.

Vivian Brattsti Sørensen sit i valnemnda til Bondeungdomslaget i Oslo.

Mari Elise Haugen sit i valnemnda til Bondeungdomslaget i Oslo og varamedlem i Rådet.

Kjell Åsmund Sunde er varamedlem i Målpolitisk råd ved Det Norske Teatret.

Anne Cathrine Johansen. Styremedlem i Bondehytta. Medlem av bunadnemnda. Vara i lagsstyret.

Terje Svindseth er leiar i Bondeungdomslaget og sit i styret til Bygdelagsamskipnaden og Noregs Ungdomslag. Han er også varamedlem i Målpolitisk råd ved Det Norske Teateret.

## 5. Takk

Teaterlaget ynskjer å takke for godt samarbeid med Lagskontoret, og for all god hjelp. Studieforbundet Kultur og Tradisjon og BUL Oslo for stønad til produksjonane i 2018.

## ÅRSMELDING FOR BONDEHYTTA 2018

Styret for Bondehytta hadde tre styremøte i 2018, i tillegg til møte på Bondehytta i samband med dugnad. Det vart sett opp ein investeringsplan for Bondehytta for dei neste 10 åra, som innspel til laget sin overordna investeringsplan og framtidige budsjett. Totale kostnader for investeringar vart estimert til kr 630 000. Av dette er måling av hytta den største naudsynte kostnaden, medan oppgradering av toalett og badstove er to tiltak me meiner vil gjere det meir attraktivt å vere på hytta, både for lagsfolk og for eksterne leigetakarar.

Me hadde også eit møte med lagsstyret og lagskontoret saman med styret for Røkleivhytta, kor det vart diskutert korleis me kan auke bruken av hyttene blant lagsmedlemene. Me meiner at potensiale for auka bruk av hyttene bør vere til stades med tanke på det store medlemstalet i laget, og at det fyrst og fremst er informasjonsarbeid, spesielt mot dei ulike særlaga, som må bli betre. Dette arbeidet ynskjer me at hyttestyra og lagsstyret vil halde fram med i 2019. Me vil samstundes gjere medlemene merksame på at hyttene er tilgjengelege for alle medlemmer for ein svært låg pris – på Bondehytta kostar det kr 30 per natt for medlemmer. Ta gjerne ein tur i 2019!

Arbeid utført på Bondehytta i 2018:

- Felt to store trær
- Rydda badeplassen og bakken ned mot vatnet
- Murararbeid rundt feieluka på pipa i storstova, samt tetting av eit lite hol i ei plate på toppen av pipa. Vatnlekkasje frå denne luka skal no vere fiksa.
- Måla litt utvendig
- Reparert båthuset
- Rydda i reiskapsboden
- Delteke på dugnad i Ørfiske Vel

Det vart også halde sommarfest på hytta i ei av dugnadshelgene, med langbord ute framfor hytta.

Det var tre eksterne utleige i 2018.

Styret har i 2018 hatt desse medlemene:

Øystein Gammersvik (leiar)

Rune Bergwitz

Astrid Skrindo

Anne Cathrine Johansen

Klas Ekeland

17. februar 2018

For hyttestyret

Øystein Gammersvik

# ÅRSMELDING FOR RØKLEIVHYTTA 2018

Også året 2018 har vore eit arbeidssamt år for hyttestyret. Vi har hatt nok eit år med stort utleige: 102 døgn (med overnatting), litt mindre enn rekordåret 2017 med 122 døgn. Årsaka ligg delvis i at hytta var stengt 2 veker i mai pga. el.oppgradering

Heller ikkje i 2018 klarte årsmøtet å velje fullt hyttestyret: berre 4 av til saman 5 medlemmer vart valde. I 2018 har berre 3 av medlemene vore busette i Oslo, slik at dei har teke seg av alt praktisk arbeidet knytta til hyttedrift: dugnad og vedlikehald, administrasjon av bookingsystemet, kommunikasjon med leigetakarar og ettersyn etter kvart utleige. Det er hyggeleg at andre vil bruke den fine hytta vår, men dette krev at vi alltid må halde hytta i forsvarleg stand.

Mange av dei som har leigd hytta har vore nøgde slik hytta framstår, mens nokre med rette har peika på ting som ikkje er tilfredsstillande, t.d. slitne møblar og det elektriske. I 2018 kom vi godt i gang med vedlikehaldsplanen for hytta. For dette året var el-oppgradering eit prioritert område, særleg fordi dei fleste tiltake for å auke branntryggleiken var knytt til dette området. Dette vart utført av firmaet K2 Elektro AS, som også har utført anna elektroarbeid i Rosenkrantzgt. 8. Arbeidet vart utført i 14 dagar frå siste halvdel av mai. Nesten alle «brannfeller» er no borte. Vi har fått eit heilt moderne el-anlegg som vi kan fjernstyre i takt med utleigedagar. Hyttestyret er glad for at laget løyvde dei midlane som måtte til for å få dette viktige arbeidet gjort. Men dette er berre starten på ein lengre periode der vi må gjere mange andre og kostnadskrevjande tiltak knytt til bygg, vvs, inventar og møblar. Noko av dette kan vi gjere på dugnad, men ein god del må gjerast av fagfolk.

I 2018 fekk vi køyrd bort resten av avfallet etter kjellaroppyrddinga i 2016.

Både heile hytta og uthuset fekk 2. stroket med maling og beis, og utedoane vart tømde. Vi måtte også leggje ny klopp over bekken før vinteren kom, då ingen andre har teke ansvar for dette.

Dei fleste som leiger hytta er ordensfolk og forlet hytta i ryddig og god stand. Vi har hatt eit par unnatak i 2018, eit med skadeverk. At vi alltid har tilsyn tett etter eit utleige og følgjer opp dei som har brote vilkåra, om naudsynt med økonomiske krav, har utan tvil ein førebyggjande verknad.

Sjølv om hytta er populær som aldri før, har ho knapte vore brukta av lagsfolk. I 2019 skal vi arbeide for å gjere hytta kjent i laget.

I samband med vedlikehaldsarbeidet tok hyttestyret hausten 2018 opp med Oslo kommune, Bymiljøetaten behov for istandsetjing av ferdselsveggar til Røkleivhytta. Svaret som vi fekk ved inngangen til 2019, var heller negativt. Hyttestyret vil derfor ta initiativ til eit møte mellom Bondeungdomslaget og kommunen.

20. august møtte 2 frå hyttestyret til informasjonsmøtet i Bymiljøetaten om kartlegging og verdsetting av friluftsområde i aktuelle bydelar, marka: Nordmarka, Lillomarka, Østmarka og fjorden og øyene i Oslofjorden. Alle kommuner skal ha kartlagt og verdsett sine friluftslivsområder innan 2019. Vi er så langt ikkje innkalla til kartleggingsmøtet for Nordmarka.

Eit viktig mål i 2019 er å få valt eit fulltalig hyttestyre på årsmøtet i mars, det har vi ikkje hatt på fleire år. Dei som vert valde må rekne med ein del hytteturar med praktiske oppgåver men også gleda ved å halde den flotte hytta i stand saman med andre trivelege lagsfolk.

Hyttestyret i 2018 har vore: Arne Nordvi (leiar), Gudrun Folkedal, Tormod Bønes og Olaf Almenningen.

## **Årsmelding for målnemnda i Bondeungdomslaget i Oslo 2018**

På årsmøtet i Bondeungdomslaget i Oslo (BUL) våren 2018 vart Håvard Tangen og Olav-Johan Øye valde inn i målnemnda til laget.

Arbeidet har først og fremst vore knytt til laget sine aktivitetar og forretningar.

Vi samarbeider med andre lag og organisasjonar om ulike tiltak i Oslo, blant andre Fylkesmållaget Vikværingsen.

Vi skulle gjerne hatt fleire med i nemnda, og fleire medspelarar i laget og forretningane, og dermed fått gjort meir. Men vi har også møtt velvilje for målarbeidet.

### **Målbruken i forretningane**

Vi er glade for at profilering på nynorsk av Hotell Bondeheimen og Kaffistova ser ut til å få aukande merksemd. Forretningane spør no sjølv etter kurs, og viser meir velvilje og motivasjon. Men også i 2018 har det vore rom for betring.

#### Målnemnda sitt arbeid for forretningane

Nemnda har i 2018 vist interesse for språkrøkta i forretningane med å tilby nynorskkurs, men det måtte av praktiske grunnar vente til 2019. Vi minner igjen om at vi kan vere til hjelp med språkrøkt.

Våren 2018 utarbeidde vi eit faktaark med nynorskressursar som vi leverte til forretningane, som har spurt etter ei liste over nynorske bloggar, nynorske Instagram-kontoar og liste over andre hotell og bunadsbutikkar som nyttar nynorsk.

Vi har også teke med andre nynorske kjelder på bunadsfeltet, nemnt kvar ein kan finne oversikt over nynorsk litteratur, forklart litt om landsnamnet Noreg, teke med litt om forkortingar, og om at ein kan få hjelp frå målnemnda til omsetjing til nynorsk.

### **Målbruken i laget**

Nynorsk vert framleis brukt på ein god måte på nettsidene og Facebook-sidene til Bondeungdomslaget, Songlaget, Teaterlaget, Leikarringen og Nynorskens hus. Dette er av verdi for å ta vare på det nynorske språket i laget, og har noko å seie for å gjere nynorsken synleg i kulturarbeid i Oslo.

Det er ønskeleg at Idrottlaget nyttar meir nynorsk, særleg på sosiale media.

Målnemnda oppmodar særlega om å bruke nynorske tekster når stykke og repertoar vert valt, og i kommunikasjon elles.

#### Målnemnda sitt arbeid for laget

Vi minner om at målnemnda kan vere til hjelp når det gjeld praktisk rådgeving i laget. Vi kan tilby kurs der vi veit at vi kan få deltakarar etter å ha gjort konkrete avtalar med særleg og styre.

### **Tilskippingar i Nynorskens hus**

Nynorskens hus evnar å samle interesse og ein god del merksemd, og trekkjer til seg mange interessentar.

Det er ønskeleg at det vert rydda meir plass til nynorsk og språklege emne i Nynorskens hus, og det må større delar av laget vere med på. Målnemnda må også fokusere på dette.

### Målnemnda sitt arbeid i Nynorskens hus

Målnemnda har skipa til kulturtilskipingar i Nynorskens hus i samarbeid med Vikværingen, for å fremje bruken av nynorsk språk i kulturtiltak i Oslo.

Vi skipa til møte om bunader på Austlandet med førstekonservator Bjørn Sverre Hol Haugen og spelemann Aslak Brimi, 11. april 2018, med tanke på å knyte arbeidet vårt til laget og aktiviteten i forretningane. Hol Haugen kåserte om bunader og folkelege drakttradisjonar på Austlandet på godt og levande odalsmål, og Brimi spela folkemusikk frå Ottadalen på fele. Det var om lag 40 frammøtte.

Vi markerte også 200-årsminnet for Aasmund Olavsson Vinje med kulturkveld 12. september med forfattar Jon Severud, som kåserte over temaet «Vinje – ein tvisynt europear. Frå Ferdaminne til Bretland og britarne.». Pianist Vegar Sandholt og songar Ingrid Lovise Birkeland hadde musikalske innslag. Frammøtet var godt med over 80 personar i Teatersalen.

### Andre tilskipingar

Vi skipa til seminar i Litteraturhuset 1. september med temaet «Kven var Aasmund Vinje», med professor emeritus Gudleiv Bø, førsteamanuensis Ronny Spaans, professor emeritus Arvid O. Vollsnes og målkonsulent Håvard Tangen som førelesarar. Songar Mari E. Tveito hadde eit musikalsk innslag. Norsk Måldyrkingslag og Høgnorskringen var medtilskiparar.

Vi fekk god respons, og frammøtet var bra med om lag 30 deltakarar. Denne tilskipinga var også ein del av 200-årsmarkeringa for Aasmund Olavsson Vinje.

### **Andre tiltak**

Målnemnda har også i 2018 støtta Nynorsk motivasjonsdag for lærarar som i år vart halden 17. oktober på Det Norske Teatret, med innslag frå Ingar Arnøy, skulemålsskrivar i Noregs Mållag, Hjalmar Eiksund, høgskulelektor i Volda, Frøy Gudbrandsen, politisk redaktør i Bergens Tidende, og Ingvild Bryn, fungerande språksjef i NRK. Khamsy Gunaratnam, varaordførar i Oslo, opna motivasjonsdagen, og Jens Kihl, politisk kommentator i Bergens Tidende, var konferansier. Nokre medlemmer av Bondeungdomslaget i Oslo hjelpte til med å pakke konferansemappene som kvar deltakar fekk. Dugnaden vart halden på lagskontoret til Bondeungdomslaget.

Det var meir enn 120 deltakarar på dagen. Oslo kommune støtta tilskipinga, og andre tilskiparar var Bærum og Oslo Mållag, Fylkesmållaget Vikværingen og Noregs Lærarmållag.

### **Verv**

Medlemmene i målnemnda har i 2018 hatt verv i målrørsla, Olav-Johan Øye som styremedlem i Bondeungdomslaget i Oslo, og Håvard Tangen som kassestyrar i Fylkesmållaget Vikværingen, og som skrivar i styret i Songlaget i BUL.

Tangen var også ein av fire BUL-medlemmer som var utsendingar på landsmøtet i Noregs Mållag.

### **Visjon**

Målnemnda ønskjer å ta vare på den nynorske delen av kulturarven, og vil arbeide for å gje rom til nynorsk i Oslo og gjere det lettare å vere nynorskbrukar i hovudstaden. Vi ønskjer at det vert fleire nynorskbrukarar i Oslo.

Vi vil motivere til god nynorsk i Bondeungdomslaget sine forretningar og lagsarbeid, og samarbeide med nærskylde organisasjonar om nynorsk kulturarbeid.

For målnemnda i Bondeungdomslaget i Oslo

Olav-Johan Øye

31. januar 2018