



SONGLAGET  
BUL I OSLO • 1914



BONDEUNGDOMSLAGET  
I OSLO



TEATERLAGET  
I BONDEUNGDOMSLAGET • OSLO



# ÅRSMELDINGAR SÆRLAG, NEMNDER OG RÅD



2022



# INNHALD

---

<b>SÆRLAG/NEMND</b>	<b>SIDE</b>
Songlaget	3
Leikarringen	12
Teaterlaget	22
Idrottslaget	27
Målnemnda	43
Røkleivhytta	46
Bondehytta	47
Rådet	48

# ÅRSMELDING FOR

## SONGLAGET I BONDEUNGDOMSLAGET I OSLO

2022



*Song for cruiseturistar i Gamle Logen 18. mai 2022. Foto: Carsten Andersen*

### Medlemstal

Det var 44 songarar med i Songlaget i 2022, medrekna songarar på prøvetid, og dei som har vore med berre våren eller hausten. Det var 36 registrerte medlemmer i Songlaget i BUL og åtte songarar på prøvetid per 31.12.2022. Songlaget har hatt ein fin medlemsauke gjennom året 2022.

9 bassar

17 sopranar

10 altar

8 tenorar

Det er éin heiderslagsmedlem i Bondeungdomslaget i Oslo, Nils Norman Iversen, og éin livsvarig medlem i Songlaget, Vera Madsø.

### Dirigent

Knut Kristian Mohn har vore den faste dirigenten for koret i heile meldingsåret. Koristane og styret er svært nøgde med den musikalske utviklinga for koret under leiinga hans, og generelt framifrå samarbeid gjennom heile meldingsåret. Me vert meir og meir kjende med kvarandre, og ser fram til den musikalske ferda vidare.



*Bryllaupsmesse i Glasmagasinet*

### **Styret**

Årsmøtet 17.2.2022 valde dette styret:

Leiar: Karianne Johansen, attval for eitt år

Nestleiar: Ole Johan Hildre, attval for to år

Skrivar: Marit Buset, ny fast medlem for eitt år

Styremedlem: Synnøve Berstad, ny fast medlem for to år

Kasserar: Janne Elèn Bjørlo, ikkje på val

Varamedlemer, alle for eitt år:

Gunnhild Skrøvseth, attval

Angeliki Zisi, ny

Vidar Lund, attval

Styret konstituerte seg på første styremøte etter årsmøtet 3.3.22.

Det har vore elleve vanlege styremøte i meldingsåret i tillegg til noko kommunikasjon på messenger/e-post mellom møta.

Styret har samarbeidd nært og hatt god kjemi og dialog i meldingsåret.

### **Generelt styrearbeid**

Det har vore tilnærma normal kordrift i 2022, bortsett frå eit par månader tidleg i 2022. Det er kjekt å kjenna på normaliteten for oss alle etter eit par år med restriksjonar av ymse slag. Når me ser tilbake, og kva resultatet er etter pandemien, så har koret kome bra ut av denne perioden. Koristane har vore lojale og trufaste som gjer at me har eit framgangsrikt og livssterkt kor etter dei utfordringane og den frustrasjonen som har vore.

Koret har hatt høg aktivitet og fin stemning gjennom heile 2022. Me har vorte mange fleire koristar, og denne trenden ser ut til å halda fram. Me har hatt skikkeleg draghjelp av at einskildpersonar i koret har lagt vinn på å rekruttera, og i tillegg har me gjennomført opne øvingar i starten av haustsemesteret som hjelpte mykje på.

Musikalsk har me hatt to eigne konsertar, sommar- og julekonsert. Båe konsertane har vore særers vellukka, musikalsk og med omsyn til publikumsoppmøtet. Me har hatt fokus på å utvikla

og betra våre eigne konsertar med tanke på produksjonen òg. Det har gjeve fine resultat, men me må halda fram med å arbeida med dette og har framleis ein veg å gå før me kan seia oss nøgde.

Det har vore tett kontakt med nemndene, noteansvarleg og stemmeførarane, og alle har på kvar sitt område gjort ein flott jobb ut frå føresetnadene.

Me har, sidan dirigentsituasjonen har vorte stabil, kunna planleggja meir langsiktig, og prosjekt som NM i kor hausten 2023, jubileumsåret for koret og Bondeungdomslaget i 2024 er i rute.

I 2022 har me introdusert og teke i bruk ChoirMate, ein app eller ei nettløysing som er eksternt utvikla. Dette er eit fantastisk verktøy og hjelpemiddel for koristane, styret og dirigenten.

Økonomien til koret er solid. Det var stort oppmøte på konsertane, og oppdraga gav kjærkomne inntekter i 2022, og såleis har likviditeten vorte betre dette året. Me har prosjekt dei nærmaste åra som kjem til å tæra på reservane våre, så litt ekstra pengar i bakhand kjem til nytte.

Lagskontoret har hatt færre tilsette mykje av meldingsåret 2022, og med det redusert kapasitet for oss særlega. Det har ikkje gått utover styret i nokon grad. Det er venta og varsla at lagskontoret kjem til å få fleire tilsette i 2023.

Styret takkar lagskontoret og lagsstyret for all stønad og fint samarbeid i 2022.

## **Ymse ombod og nemnder**

Stemmeførarar

Sopran: Kari Rysst Seemann og Kari Nilsen Villard (vara)

Alt: Anna Tori Aas Bjerkestrand og Helene Ystanes Føyn (vara)

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

Bass: Erik Kokkin og Vidar Lund (vara)

**Blestnemnd:** Kikki Aardalsbakke og Olav-Johan Øye

**Festnemnd:** Asbjørn Gjerde Lund, Catrin Hansen, Betim Vrenezi

**Kaffinemnd:** Dette rullerer mellom stemmegruppene.

**Programnemnd:** Magne Tangen Eliassen, Elisabeth Hagen, Ragna Betten og Jorunn Ulvestad

**Målnemnd:** Olav-Johan Øye og Håvard Tangen

**Noteforvaltar:** Anna Tori Aas Bjerkestrand og Åsta Bjerkestrand

**Ryddemnd:** Alle har ansvar.

## **Utmerkingar**

Ingen utmerkingar vart utdelte i meldingsåret.

Jubilantane i 2022 var Asbjørn Gjerde Lund (50 år) og Karianne Johansen (50 år).

## **Seminar**

5. – 6. mars 2022: Vårseminar i Nynorskens hus

29. – 30. oktober 2022: Haustseminar i Nynorskens hus

## Medlemsmøte

- 1) Det vart halde medlemsmøte 7. april 2022.
  - a) Saker:
    - i) Turnemnd og ambisjoner om NM o.l.
    - ii) Diskutera innslag og aktivitet under jubileumsåret til BUL 125 år/ Songlaget 110 år, både i 2024
    - iii) Repertoar og spørsmål om innøving av store verk
    - iv) Utsett sak frå årsmøtet – medlemspengar

## Konsertar og oppdrag

- 22. februar 2022 – Fest for frivilligheita – Nynorskens hus
- 5. mars 2022 – Bryllaupsmesse – Glasmagasinet
- 5. mai 2022 – Heiderslagsmarkering – Nynorskens hus
- 17. mai 2022 – Brusteinsballet – Universitetsplassen
- 18. mai 2022 – Song for cruiseturistar, Gamle Logen
- 19. mai 2022 – Konsert på Diakonveien omsorg+
- 2. juni 2022 – Sommarkonsert – Nynorskens hus
- 16. juni 2022 – Framføring av Ja, vi elsker (1. vers) på Bislett Games – Bislett stadion
- 24. september 2022 – Songoppdrag i fødselsdagsselskap – Nedre Blindern gard
- 8. desember 2022 – Konsert på Diakonveien omsorg+
- 10. desember 2022 – Julekonsert – Sagene kyrkje



*Klar for bryllaupsmesse i Glasmagasinet!*



*Syng for eldre. Konsert på Diakonveien omsorg+.*



*Øving av «Ja, vi elsker» (1. vers) på Bislett Games i Bislett stadion 16. juni 2022.*



*Framføring.  
(NRK snapshots levert av Audun Åby)*





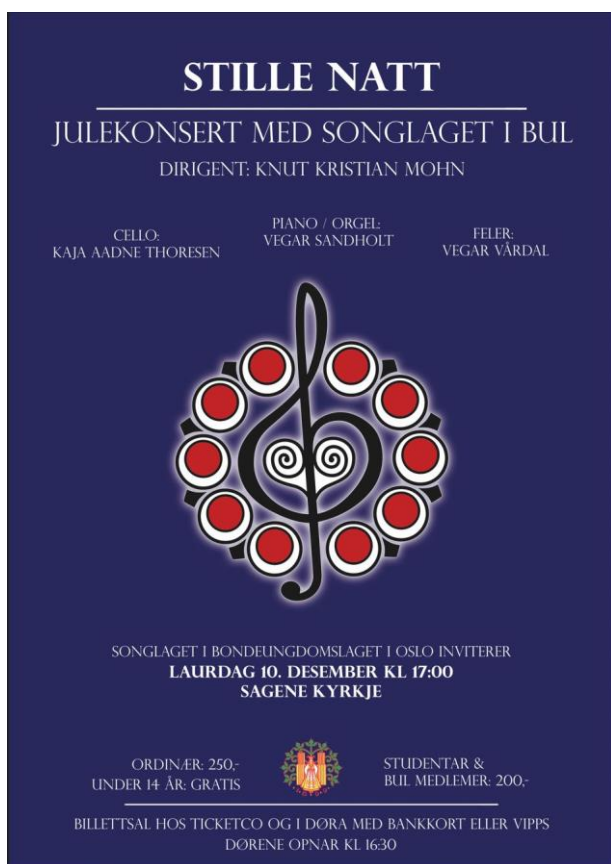
*Sommarkonsert i Nynorskens hus 2. juni 2022.*

## Sommarkveld med Songlaget



### **Konsert**

**Torsdag 2. juni kl 19.30.  
Nynorskens Hus/Teatersalen.**



«Stille natt» Julekonsert i Sagene kyrkje 10. desember 2022.

## Festar

Etter julekonserten 10. desember var alle medlemene inviterte til fest hjå Nils på Nedre Blindern gard. Der vart det servert pizza, og det var allsong.

## Generelt om arbeidet i nemndene

Manglar førebels

## Repertoar våren 2022

### Tittel

Bruremarsj frå Østerdalen  
Neslandskyrkja  
Ei naki grein  
Blåklukkevikua  
Vårsøg  
E slåttatæja  
Kveldssalme  
Hallingvise  
Mitt hjerte er ditt

### Komponist/arrangør/tekst

Norsk folketone/ Per H. Indrehus  
Norsk folketone/ Knut Nystedt/ M.B. Landstad  
Leif Solberg / Olav Aukrust  
Finn Ludt/A.-L. Sandegren/Alf Prøysen  
Henning Sommerro/ Hans Hyldbakk  
Henning Sommerro/ Hans Hyldbakk  
Henning Sommerro/ Edvard Hoem  
Norsk folketone/ Thomas Beck/ Trad.  
G. Holmsen/ H. Waagø/ N. Ferlin, A. Prøysen

Når du er borte  
Ved Rondane  
Litle fuglen  
Bruremarsj frå Lødingen  
Ja, vi elsker  
Gamle Norig  
Millom bakkar og berg

L. Klevstrand/ S. Jacobsen/ T. Jonsson  
E. Grieg/ E. Berntsen Aas/ A.O. Vinje  
Norsk folketone/ H. Ødegaard/ Frå Støylen  
Norsk folketone/ Halvdan Sivertsen/ E. Fagertun  
R. Nordraak/ K. Wendelborg / B. Bjørnson  
David Monrad Johansen/ Ivar Aasen  
Ludvig M. Lindeman/ Ivar Aasen

## Repertoar hausten 2022

### Tittel

Det lyser i stille grender  
Høyr kor englar syng frå sky  
Kling no klokka!  
No koma Guds englar  
Ave Verum  
The Snow  
Det hev ei rose sprunge  
Bruremarsj frå Valsøyfjord  
Stille natt  
Eit barn er født i Betlehem  
Koppången  
Julemotett  
Klokker tonar ifrå sky  
Fager er jordi

### Komponist/arrangør/tekst

Lars Søråas d.y./ Jakob Sande  
Felix Mendelssohn/ C. Wesley, K. Frøysa  
Norsk folketone/ Elias Blix  
Norsk folketone/ P. Solberg/ Elias Blix  
Edward Elgar/ Innocent  
Edward Elgar/ Caroline Alice Elgar  
Tysk folketone/ Peter Hognestad  
Norsk folketone/ H. Sommerro, G. Pedersen  
F. Gruber/ M. Sargent/ J. Mohr, Erik Hillestad  
L.M. Lindeman/ Ørjan Matre/ Bernt Støylen  
Pererik Moraeus/ Robert Sund/ Py Bäckman  
Eyvind Alnæs  
Fransk/ C. Woodward/ A.-L. Sandegren, J. Løvlie  
Tysk folketone/ B.S. Ingemann, G.T. Rystad

Oslo, 27.2.23

Karianne Johansen   Ole Johan Hildre   Janne Elèn Bjørlo   Synnøve Berstad  
Janne Elèn Bjørlo   Marit Buset   Vidar Lund   Angeliki Zisi   Gunnhild Skrøvseth

# ÅRSMELDING 2022 FOR LEIKARRINGEN I BONDEUNGDOMSLAGET I OSLO

## 1. Melding frå styret i Leikarringen

### 1.1 Styret i Leikarringen 2022

Leiar:	Torbjørn Bergwitz Lauen
Nestleiar:	Hallvard Øfstaas
Styremedlem:	Herborg Oma (skrivar)
Styremedlem:	Simon Hesselberg Løvald (kassastyrar)
1. varamedlem:	Tone Ingvaldsen
2. varamedlem:	Saimi Kortelainen

### 1.2 Årsmøtet

Årsmøtet vart halde i lagsrommet tysdag 1. mars. 2022. 14 medlemmar deltok med røysterett, i tillegg møtte leiaren i hovudlaget som observatør.

### 1.3 Styrearbeid

Styret har hatt 11 møte i 2022, stort sett hybridmøte der fleirtalet sit på lagskontoret, og enkeltmedlemmar har vore med på Zoom eller Teams.

### 1.4 Heidersmerket

I samband med Lønningspolsen 18. oktober fekk Anbjørg Myhra Bergwitz og Audun Grüner-Hegge Leikarringen sitt heidersmerke for sin langvarige og framifrå innsats for Leikarringen og folkedansen. Dei er nr. 81 og 82 i rekka.

### 1.5 Kurs og opplæring

I 2022 har styret handsama og godkjent fire søknadar om stønad til å reise på kurs og samlingar. Ein av søknadane gjaldt kurs første helga i januar 2023.

### 1.6 Digitalt dokumentarkiv

Hausten 2022 gjekk me over til hovudlaget si Sharepoint-løysing.

### 1.7 Instrument og eignelutar

I haust fekk Leikarringen nytt lager bak Teatersalen, og rydda og fått orden på ringens eignelutar. Ringen har ein heil del bøker, CD-ar og instrument som medlemmane kan låne ved å ta kontakt med styret.

Leikarringen eig følgjande instrument:

- Kontrabass (utlånt pr. 1.1.23)
- Langeleik (utlånt pr. 1.1.23)
- Lur x2
- Meråker-klarinettt x2

- Munnharpe frå Austerrike
- Munnharpe smidd
- Rytimestokk
- Seljefløyte x7

## 2. Særlagsinformasjon

### 2.1 Medlemmar

Pr. 2.1.23 hadde Leikarringen 163 medlemmar i alder 12 til 89. Av desse var 24 honnørar og 50 studentar. Dette er ein auke på 19 medlemmar samanlikna med 2021. Me har fått 22 nyinnmeldingar i 2022. Ruth Amdahl og Edvard Lauen er heidersmedlemmar i hovudlaget.

Medlemssamansettinga syner jamn fordeling i alder med ein overvekt medlemmar i tjuåra, og ein god kjønnsbalanse med 102 kvinner og 61 menn.

10-19	20-29	30-39	40-49	50-59	60-69	70-79	80-89
22	51	19	13	18	13	14	13

### Medlemsutvikling dei siste 10 åra:

2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015	2014	2013	2012
163	144	122 (+ 21 under 18 år)	124 (+ 16 under 18 år)	116 (+12 barn)	104 (betal- ande)	114*	112	98	104	110

### 2.2 Økonomi

Styret har i året som har gått innfridd forventninga frå årsmøtet om å bruke meir pengar enn me har fått inn. Dette er hovudsakleg fordi me i år, for første gong sidan pandemien, har kunna feire 17. mai. Dette er eit arrangement som er dyrt å gjennomføre, men som gir mykje tilbake til laget i andre formar. Me har òg gått til innkjøp av nye medlemsmerke. På inntektssida har me fått færre inntektsgeivande oppdrag. Både fordi det er lågare etterspurnad, men òg fordi me har hatt vanskelegare enn før for å organisere og samle framsyningslag frå BULder og Brak og Leikarringen forøvrig. Pengane som har gått ut ser me som viktige investeringar i framtidig drift av Leikarringen.

Som eit resultat av at me fekk eige organisasjonsnummer i sommar, kunne me òg opne for å motta midlar gjennom Grasrotandelen. I 2022 hadde me to spelarar, noko som gav ein inntekt

på kr. 446,90,-. Meir om Grasrotandelen vår kan du lese på <https://www.norsktipping.no/grasrotandelen/din-mottaker/929510445>

### 3. Tysdagsøvingane

Året begynte med full nedstenging, og stor utrygge om når ting ville opne opp att. 18. januar fekk me til ein felles tur til Sognsvann, og 8. februar blei første fysiske øving gjennomført. Det blei gjennomført 9 ordinære øvingar i tillegg til 2 øvingar knytt til 17. mai, og 2 øvingar knytt til Landskappleiken. Den 7. juni samla me små og store medlemmar til sommaravslutning. Med overgang til nytt styre, blei registreringa av oppmøtte på øvingane bortgløymt utover våren, men oppmøtet låg stort sett mellom 15 og 20 stk fram mot sommaren.

I løpet av sommaren drog godt over 30 medlemmar på Landskappleiken på Rjukan, og 20 medlemmar drog til Færøyane på Havleikur.

Hausten viste seg å vere som ein ny vår for Leikarringen. Første øving 30. august var det 51 frammøtte! Oppmøtestatistikken viser at i løpet av haustens 14 øvingar var det heile 181 ulike personar til stades på øvingane, og av desse var 67 stk. medlemmar innan utgangen av året. 88 personar var berre på éi øving. 30 stk. møtte på minst halvparten av øvingane.

Me har heldigvis greidd å bygge ein god og relativt stabil kjerne i løpet av hausten som er ei blanding av gamle og heilt ferske medlemmar. Tala viser likevel stort gjennomtrekk, og det var til tider både kaotisk og utfordrande å handtere så mange nye kvar einaste øving. Men med 8 øvingar med over 45 deltakarar, og eit snitt på 40 pr. øving kan me sei oss godt nøgde med haustterminen. Største registrerte oppmøte var 53 deltakarar. Dette var 15. november, då tema for øvinga var INTRO: Finnskogspols med Audun Grüner-Hegge som instruktør og Jon Brodal som muskar.

Frå Norsk senter for folkemusikk og folkedans fekk me støtte til å filme dansar me kunne legge ut på YouTube. Øvinga 8. november blei brukt til dette føremålet, og tre dansar blei filma: Seksmannsril, Åttetur og Rugen.

Instruktørar våren 2022: Audun Grüner-Hegge, Vegar Vårdal, Anbjørg Myhra Bergwitz, Veslemøy Nordset, Thomas Nilssen, Tone Ingvaldsen, Lene Mag, Jonny Haugen, Hans Løvlien, Torbjørn Bergwitz Lauen

Musikarar våren 2022: Jon Brodal, Bjørn Kåre Odde, Hilde Fjerdingsøy, Trygve Liahagen, Hilda Taklo, Elise Tegnér, Mattias Thedens

Instruktørar hausten 2022: Audun Grüner-Hegge, Tone Ingvaldsen, Herborg Oma, Isa Holmgren, Vegar Vårdal, Sivert Holmen, Solbjørg Fridtun, Anbjørg M. Bergwitz, Margrete Nordmoen, Torbjørn Bergwitz Lauen, Rita Sirirud Vatnehol, Svein Are Sirirud Vatnehol, Dina Bruun

Musikarar hausten 2022: Jon Brodal, Mattias Thedens, Ester Thunander, Sindre Trondrud, Åsmund Farstad, Bjørn Kåre Odde, Sigrid Stubsveen, Elise Tegnér, Runhild Heggem, Thor Hauknes

## **4. Ungdomsgruppene**

### **4.1 BULder og Brak**

Hallinggruppa BULder og Brak har vore leia av Nikolaj Bo Fischer Nielsen og Jon Bugge Mariussen. I vårterminen gjorde desse ein god innsats med å motivere og halde interessa blant dansarane oppe. Då både Nikolaj og Jon flytta utanbys, tok Ånund M. Myhren og Runhild Heggem over som instruktørar hausten 2022. Gruppa har jobba med samdans, koreografi, improvisasjon og grunnleggjande lausdans med fokus på takt, musikk, turar og akrobatikk. Rundkast inkludert. Gruppa deltok på Landskappleiken og Oslokappleiken, og har hatt fleire framsyningar i Teatersalen på tilskipingar i regi av Leikarringen.

For tida er gruppa i ei omstillingsfase, eit generasjonsskifte, der mange av dansarane flytter frå byen for å studere eller tene militærteneste og liknande. Frå hausten 2022 har dimed mykje av arbeidet vore å bygge samhald og gode rammer for rekruttering og ettervekst. Gruppa ønsker nye medlemmar velkommen i 2023.

### **4.2 TrøBUL**

Trass krevjande start på året, leia Ingrid Skrindo gruppa på ein god og stødig måte. Då Ingrid flytta utanbys tok Tone Ingvaldsen over rettleiinga hausten 2022. Tone har vore ein påliteleg og god kontaktperson for dansarane. Oda Hernes har ved fleire høve vore vikar for Tone, og har vore ein god ressurs for gruppa. Det har vore få dansarar, men miljøet er godt, og dei som møter opp, kjem kvar veke.

Gruppa har ikkje hatt framsyningar i året som har gått.

### **4.3 Samarbeid med andre**

I år som før, inviterte Riksscenen til Ungdomsgalla, noko som var ei fin samling og ein arena for ungdomen å kome saman, sjå kvarandre, og bygge band på tvers av lagstilhøyre. Det høyrer med at dei unge no i stor grad kjenner kvarandre i Oslo, og at mange er involvert i fleire grupper samstundes - som Barnelaget i Oslo, Norsk Folkemuseums Dansegruppe, Bølingen (initiativ frå Akershus/SAFFA) og Ungdomsringen Austlandet (URA).

## **5. Andre aktivitetar**

### **5.1 Kven veit 2022**

Kunnskapstevlinga Kven Veit? vart arrangert som vanleg i 2022. Hovudlaget stilte med domar og tevlingsleiar på felles tevlingskveldar mellom Leikarringen, Songlaget og Teaterlaget. Leikarringen stilte med to lag. Diverre greidde me ikkje å fylle bae laga kvar tevlingsrunde, slik at Leikarringen "Smash" ende opp med berre 13 poeng, og Leikarringen "Nonstop" med 40. Songlaget og Teaterlaget kom noko betre ut på resultatlista med høvesvis 67,5 og 66 poeng.

## 5.2 Folkedanskveldar i BLS

I 2022 hadde Leikarringen ansvaret for to folkedanskveldar på våren og ein på hausten. 13. Februar (Finnskogspols), 24. april (Havleikdansar) og 6. november (Nordlandspols).

## 5.3 Draumkvedet

Hausten 2021 tok Torbjørn B. Lauen, Rune Bjerke og Folke Flateland initiativ til å ta opp att Draumkvedet i Leikarringen. Det blei jobba med å få inn interesserte dansarar, og det blei gjennomført 3 samlingar 27. februar, 19. mars og 25. april. Draumkvedet er eit stort prosjekt, og krev mykje folk, og det krev mykje av dei som er med. Etter den tredje samlinga var det klart at me ikkje greidde å samle ein stor nok ring i denne omgang, og prosjektet lagt på is. Rune Hernes og Folke Flateland har likevel sagt seg villige til å gjere ein innsats for å samanfatte det som finst av notat og endringar gjort av m.a. Ole Ekornes, slik at ein ved eit seinare høve har det materialet som trengs.

## 5.4 Oppdrag og framsyningar

Leikarringen har fått fleire førespurnadar om ulike danseoppdrag og framsyningar i 2022. Dei fleste har me diverre ikkje hatt kapasitet til å ta på oss. Tre oppdrag har me likevel fått til. Det eine var for ei rumensk gruppe på Oslo Militære Samfund. Oppdraget fekk me frå eventbyrået Ophelix Scandinavia, og det var Frederick B. Jacobsen som tok på seg det organisatoriske rundt framsyninga. Det andre oppdraget var ei stutt framsyning i samband med avdukinga av blått skilt for Hulda Garborg 24. oktober. Det tredje oppdraget var for Det Norske Teatret som ønskte seg nokon til å leie an heile julebordet sitt (240 stk) i ein polonese.

Desse oppdraga gir inntekter til ringen, og me har heilt klart eit potensiale i å auke inntektene våre med å ta på oss fleire oppdrag. Samstundes har ikkje styret kapasitet til å organisere det praktiske rundt slike oppdrag.

# 6. Arrangement

## 6.1 17. mai

Det var med stor glede at me endeleg fekk feire nasjonaldagen saman på tradisjonelt vis att. Vegar Vårdal og Solveig Brekke Hauknes leia oss godt gjennom både øvingane og sjølve dagen. Det var 84 dansarar påmeldt til dansinga på Karl Johans gate, men ei kjapp opptelling på Slottsplassen viste at me var litt over 100 stk. Det nøyaktige talet vil me nok aldri få, men stor suksess var det uansett.

Framsyning på Ensjøtunet blei òg i år. Etter to år med pandemi var det ekstra fint å få danse ute i strålende solskinn. Jonathan Jansson var spelemann for heile 25 dansarar. Etter framsyninga var det tradisjon tru hyggeleg samvær med kaffi og kake. Takk til Signe-Marie Hernes Bjerke for god organisering.



Medlemmar frå Leikarringen hjelpte til med å rigge og var medhjelparar og meddansarar under Brusteballet på Universitetsplassen. Det var godt oppmøte på denne dansefesten, som truleg er den arenaen i Noreg kor flest folk får møte norsk folkedans for første gong.

## 6.2 Hyttedans

Styret inviterte til hyttedans på Bondehytta 10. september. Omlag 10 stk. tok turen, og fekk både grilla og dansa.

## 6.3 Lønningspols

18. oktober skipa styret til Lønningspols med Østerdølenes spellemannslag. Det var stort og gildt oppmøte.

## 6.2 Arrangement der Leikarringen har vore teknisk arrangør

I samarbeid med Garborg-senteret skipa BUL til Festkveld for frivilligheita (Vår dag) den 22.2 med godt oppmøte. Vår dag var eit tiltak i samband med Frivilligheitas år 2022 der kvar organisasjon kunne velje seg ut éin dag i 2022 kor deira lokallag skulle bli feira. NU valde fødselsdagen til Hulda Garborg. Som før pandemien blei Leikarringen spurt om å vere teknisk arrangør for landsmøtefesten til Noregs Ungdomslag 23. april.

# 7. Kappleiksdeltaking

## 7.1 Landskappleiken

Leikarringen deltok med to lag som dansa Finnskogspols, med 16 dansarar på kvart lag. I tillegg stilte BULder og Brak i seniorklassa. BULder kom på 3. plass med 86 poeng, Leikarringens lag 1 kom på 11. plass med 76 poeng og Leikarringens lag 2 kom på 23. plass med 64 poeng.

I tillegg deltok ei rekke av ringens medlemmar i ulike klassar:

Dans fele A: Anbjørg M. Bergwitz, Audun Grüner-Hegge, Rita S. Vatnehol, Svein Are S. Vatnehol

Dans fele B: Tone Ingvaldsen, Snorre Kristiansen, Nikolaj B. F. Nielsen, Ingeborg Solheim-Allen, Emma Bakke

Dans hardingfele B: Neri Bakkjen, Simon H. Løvald, Sikia Heien

Fele B: Henrik Kamphus

Halling B: Nikolaj B. F. Nielsen, Frederick B. Jacobsen, Neri Bakkjen, Kåre Peter K. Gjessing, Sikia Heien

Halling C: Eivind Killie

Munnharpe senior: Frederick B. Jacobsen, Ånund M. Myhren

Open klasse: Audun S. Hole

Vokal B: Neri Bakkjen

## 7.2 Oslokappleiken

Også på Oslokappleiken deltok Leikarringen med to lag med 16 dansarar kvar, og dansa Finnskogspols. Lag 1 kom på 5. plass med 72 poeng, og lag 2 kom på delt 2. plass med 75 poeng.

Eitt poeng bak vinnaren. BULder og Brak deltok òg i seniorklassa med halling og kom på 6. plass med 71 poeng. Fleire av medlemmane i Leikarringen deltok òg med andre lag.

Kjetil M. Myhren vann den gjeve prisen *Beste dansemusikar*.

I tillegg deltok ei rekke av ringens medlemmar i ulike klassar:

Dans fele senior: Solveig B. Hauknes, Emma Bakke, Marie M. Bakke

Durspel og trekkspel senior: Hilda L. Taklo

Eldre folkemusikkinstrument senior: Frederick B. Jacobsen

Halling senior: Frederick B. Jacobsen

Spel fele senior: Henrik Kamphus

Spel hardingfele junior: Kjetil M. Myhren (1. plass)

## 8. Innkjøp

Hausten 2022 bestemte styret seg for å kjøpe inn nye medlemsmerke. Det var særst få att på lageret, og lenge sidan sist nye blei kjøpt inn. Etter mykje leiting og detektivarbeid fann me til slutt ut kven som produserte merka sist, og fekk bestilt 30 nye som kom inn på lager like før jul. Topcups (tidl. Gullsmeden på St. Hanshaugen) skal legge ned verksemda i 2023, men hadde von om at nye drivarar ville ta over verkstaden og innbuet. Formene til lagsmerka våre tilhøyrer Idrottslaget, og me brukar berre ein liten del av forma. Om ingen tek over verksemda til Topcups, skal me få tilbod om å kjøpe formene.

## 9. Bunadsnemnda

Nemnda har i meldingsåret vore samansett av: Sigrid Kjøbli, Åse Wethal Holen og Anne Cathrine Johansen. Som vanleg har vi rettleia i bunadbruk før 17. mai og ved andre førespurnader. Det blei kjøpt ei ny skjorte før 17. Mai.

Den største oppgåva i året som gjekk var at laget har pussa opp lagerlokala bak scenen. Bunadnemnda har fått 3 store og 1 lite låsbart skåp til å oppbevare bunadar og anna utstyr i. Vi har gått igjennom alle bunadane og laga ei oversikt over kva vi eig i dag. Oversikta ligg føre på møtet. Vi har også hjelpt Leikarringen med å gå igjennom andre eignelutar som også har fått nye skåp i det nye lageret.

Nemnda har oppdatert reglar og prisar for utlån av bunadar som Leikarringen eig. Vi er ikkje heilt i mål med dette, men vil ha det klart før mai.

For Bunadnemnda

Anne Cathrine Johansen, 2.2.23

Vedlegg: Leikarringen sine bunadar

Herre

1. Sigdal-Eggedal jakke

2. Fana (Jakke, knebukse, begge vestar) Storleik: M/L (50-52)
3. Røros (Jakke, knebukse, vest) Storleik: S
4. Sunnmøre (Jakke, knebukse, vest) Storleik: ca M
5. «Fantasibunad» (Svart jakke, bukse, raud vest) Storleik: ca M
6. Hallingdal (Jakke, knebukse, lang bukse, vest) Storleik: XL/XXL
7. Gudbrandsdal (Knebukse, vest) Storleik: M/L
8. Vest-Telemark (Jakke, lang bukse, vest) Storleik: S/M
9. Vest-Telemark (Jakke) Storleik: S
10. Hardanger (Jakke, knebukse, manglar vest) Storleik: 48/50

#### Dame

1. Fåberg blå (Stakk, jakke) Storleik: S/M
2. Rondastakk og rutiliv (Stakk, 2 forkle) Storleik: 40/42
3. Jordet blå med damaskliv (Stakk, lue, lauslomme) Storleik: M (Gudbrandsdal)
4. Jordet svart (Stakk, jakke, lue, lauslomme) Storleik: XS/S (Gudbrandsdal)
5. Sunnmøre (Stakk, forkle, skaut med band) Storleik: S

#### Anna

- 2 svarte kapper med vove band
- 1 snippkjole
- Drakter til Draumkvedet
- Diverse skjorter til dame og herre
- Nokre par hoseband
- Nokre par ullstrømper
- Enkelt sylv (halsringar, mansjettknappar)
- Bøker om bunad, bunadbruk og bunadsaum. M.a. Norsk bunadleksikon

## 10. Særlege årsmeldingar - frå grupper og råd

### 10.1 Rådet i Leikarringen

Rådet i Leikarringen har etter årsmøtet i Leikarringen 1. mars 2022 hatt denne samansetjinga:

Vald i 2021: Karianne Johansen, Anbjørg Myhra Bergwitz og Steinar Hernes

Vald i 2022: Audun Grüner-Hegge og Rune H. Bjerke

Rådet si hovudoppgåve er å «vere til hjelp for styret i arbeidet med å fremje føremåla til Leikarringen» (jf. styringsføresegnene § 8). Rådet har ikkje hatt eigne møte eller møte med styret i løpet av 2022, men styreleiaren har konsultert rådsmedlemer i einskildsaker. Rådet forstår det slik at styret er godt nøgd med samarbeidet i løpet av arbeidsåret.

Bærum, 28. januar 2023

For Rådet i Leikarringen  
Rune Hernes Bjerke (sign.)

## **10.2 Songdansgruppa v/Gunnar Rogneflaaten**

Klas, Gunnvald og Gunnar har halde live i songdansgruppa gjennom året som har gått. Gruppa har øvd like ofte som Leikarringen gjennom året, med varierende oppmøte. Hovudtyngda av songdansar har vore balladane.

I vårhalvåret dominerte Havleik-dansane Ung Åslaug og Hopra. Gunnar «gjekk opp i eksamen» i skiping av Iddane Hermund med Martin Ofstad som sensor. I hausthalvåret har fokuset vore på Falkvor Lommannsson, med von om å få til nokre framsyningar i 2023.

15. November kom Torunn Hernes Bjerkem og leia ei større songdansøkt i Teatersalen med mellom 30 og 40 deltakarar.

Fram mot jul laga songdansgruppa dansemåte til Å mannen ville frå nissen flytte, i tillegg til å ha prøvd ut Vebjørn Bakkens ferske dansemåte til Nisser og dverge.

## **10.3 Melding frå Søndansen v/Folke Flateland**

SØNDANSEN hadde sju gode samkomer i 2022. Vi samlast om lag ein søndag i månaden og held på i tre timar. 18-20 medlemmer har vore med på øvingane dette året. Spelemann for gruppa er Hans Petter Holen og rettleiar er Folke Flateland.

Vi dansar som før mykje kontradans og balldansar frå det norske tilfanget, vi arbeider med dansestil og set dansane inn i ein kulturhistorisk samanheng. Det er med stor glede vi tar i bruk det nye norske dansetilfanget som er rekonstruert og publisert dei seinare åra.

Vi legg også vekt på det sosiale med litt allsong og ein god prat til kaffien.

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 i Lagsrommet i Rosenkrantzgate.

Asker, 9. januar 2023  
Folke Flateland

## **10.4 Turgruppa v/Hanna Løken**

Sidan mars 2022 har verda vore som normal att etter pandemien, og det blei mogleg å danse saman att. Turgruppa har difor hatt lågare aktivitet enn dei to førre åra. I mars blei det ein triveleg skitur frå Skansebakken til Smebukioia, og 1. mai blei det ein bynær tur rundt Østensjøvatnet. Høgdepunktet, bokstavig tala, var då to medlemmar av turgruppa gjekk opp på Gaustatoppen (1883 moh.) under Landskappleiken.

## **10.5 Myretrill v/Tone Ingvaldsen**

Myretrill er ei ny hallinggruppe under Leikarringen. I haust har gruppa retta seg mot kvinner som ynskjer å begynne med halling. Fokuset har vore å skape ein trygg møteplass for å utforske og øve på triks og dans.

Øvingane har blitt organisert som ein møteplass. Den har ingen instruktør, men baserer seg på at deltakarane lærer av kvarandre, eller har eigne ting å trene på (eks. eit spesielt triks, styrketrening, takt). Oppmøtet har oftast vore rundt 5 til 8 personar. Totalt 15 dansarar har vore innom øvingane til Myretrill denne hausten.

Grunnen til at gruppa i utgangspunktet vart starta berre for kvinner, var at det var lettare å skilje mellom proff/nybyrjar, samtidig som mange kvinnelege dansarar følte seg tryggare og våga å prøve meir.

Likevel har gruppa no fått et såpass godt grunnlag for korleis dei skal gjennomføre øvingane, så etter nyttår blir gruppa opna også for menn, men framleis berre for nybyrjarar. Me ser det slik at dei som ikkje er ferske i halling anten kan øve med BULder, eller er såpass etablerte at dei klarer å finne andre øvingsarenaer.

Namnet vart bestemt i ei demokratisk røysting i gruppa, og er namnet på ein krevjande tur i hallingdansen. Det er både eit fint namn, og kan fungere som motivasjon for å lære seg sjølve trikset.

# Årsmelding 2022 for Teaterlaget i BUL Oslo

## 1. Tillitsvalde i 2022

### 1.1 Styre

Etter årsmøtet i Teaterlaget i 2022 sat desse i styret:

Leiar:	Endre Flatmo
Styremedlem:	Lena Reksnes Sanne
Styremedlem:	Silje Dahl
Styremedlem:	Heidrun Sølna Øverby
Styremedlem:	Mari Elise Haugen
Varamedlem:	Håvard Thorsby
Varamedlem:	Heidi G. Einarsrud

### 1.2 Valnemnd

Margrethe Kollerud Overskott, Vivian Brattsti Sørensen og Kjell Åsmund Sunde sat i valnemnda fram til årsmøtet i 2023.

### 1.3 Styrearbeid

Styret har hatt regelmessige møte i 2022, i tillegg til elektronisk kontakt. Styrearbeidet har stort sett vore knytt til dei pågåande og kommande produksjonane, i tillegg til økonomisk og generell drift av Teaterlaget. I starten av 2022 var ei viktig oppgåve å legge til rette for aktivitet som passa under dei gjeldande smitteverntiltaka. Ein annan viktig del av arbeidet har vore å vere eit kommunikasjonsledd mellom instruktør og resten av Teaterlaget, og mellom lagskontoret og Teaterlaget.

## 2. Teaterlaget

### 2.1 Medlemstal og medlemskap

På slutten av 2022 hadde Teaterlaget 24 medlemmar.

### 2.2 Teaterlaget sin visjon

Teaterlaget ønsker å vere eit leiande, nynorskspråkleg amatørteaterlag i Oslo som er opent for alle, uavhengig av bakgrunn og erfaring.

### 2.3 Økonomi

Økonomien er i hovudsak knytt til Teaterlaget sine to årlege produksjonar. Produksjonane og den generelle drifta av Teaterlaget er finansiert av særlagsstønad frå Bondeungdomslaget i Oslo, medlemspengar, billettinntekter og ekstern stønad.

Økonomien i laget er god, trass i lågare billettsal etter koronapandemien. Stønad frå Kulturrådet si tilskotsordning for amatørteater har vore viktig.

Laget har to større investeringsprosjekt, som ikkje har blitt fullførte, som vil kunne få konsekvensar for økonomien i 2023. Det gjeld inventar til nytt kostymelager og nye scenografiveggar. Dette er planlagde utgifter.

Det økonomiske målet for produksjonane skal vere å gå i balanse, eventuelt overskot eller underskot blir overført/dekt av eigenkapitalen.

### 3. Aktivitet i 2022

Teaterlaget sin aktivitet i 2022 bestod av to produksjonar og det sceniske og praktiske arbeidet rundt desse.

#### 3.1. *Lady Windermere's vifte*

Regi: Pia Louise Edvardsen  
Manus: Oscar Wilde  
Premiere: 04.06 (x2)  
Framsyingar: 05.06, 06.06 (x2), 08.06, 09.06 og 10.06.  
Omsetting til nynorsk: Bent Kvalvik  
Lys: Jøran Normann  
Lyd: Pia Louise Edvardsen  
Tal på besøkande: 144

«Lady Windermere's vifte» av Oscar Wilde kom ut i 1892 og blei forfattarens første store suksess. Komедien handlar om ei ung, nygift sosietetskvinne som får høyre frå fleire at mannen hennar har ein affære med ei mystisk, eldre og skandaløs kvinne. Framsyinga er ein sosial satire på, mellom anna, Victoriatidas moraliserande syn på kvinner og seksualitet. Bak den smarte og morosame dialogen ligg det også eit alvor som er til ettertanke.

Framsyinga blei spelt med fargerike kostymar, vifte-koreografi og med innslag av dans og Britney Spears.

Framsyinga blei spelt av to sett.

#### **Skodespelarar:**

##### Sett 1

Lord Windermere: Håvard Thorsby  
Lord Darlington: Kjell Åsmund Sunde  
Lord Augustus Lorton: Emil Bech Stenstad  
Herr Dumby: Terje Svindseth  
Cecil Graham: Amalie Dalaker  
Herr Hopper: Endre Flatmo  
Lady Windermere: Sunniva Vikøren  
Hertuginna av Berwick: Vivian Brattsti Sørensen  
Lady Agatha Carlisle: Lena Reksnes Sanne  
Lady Plymdale: Margrethe Kollerud Overskott  
Lady Jedburgh: Kari Aniksdal  
Fru Cowper-Cowper: Heidrun Sølna Øverby

Fru Erlynne: Silje Dahl  
Rosalie: Tanja Stenberg

### Sett 2

Lord Windermere: Endre Flatmo  
Lord Darlington: Fredrik Elfstrand  
Lord Augustus Lorton: Emil Bech Stenstad  
Herr Dumby: Terje Svindseth  
Cecil Graham: Amalie Dalaker  
Herr Hopper: Håvard Thorsby  
Lady Windermere: Heidrun Sølva Øverby  
Hertuginna av Berwick: Heidi G. Einarsrud  
Lady Agatha Carlisle: Lena Reksnes Sanne  
Lady Plymdale: Margrethe Kollerud Overskott  
Lady Jedburgh: Kari Aniksdal  
Fru Cowper-Cowper: Vivian Brattsti Sørensen  
Fru Erlynne: Mari Elise Haugen  
Rosalie: Tanja Stenberg

## 3.2 *Tante Pose*

Regi: Christina Næss og Mari Elise Haugen Av: Gabriel Scott Dramatisert av: Arne Christiansen og Alfred Solaas Premiere: 03.12 Framsyingar: 04.12, 05.12, 07.12 og 09.12. Lys og lyd: Jøran Normann Tal på besøkande: 111
---

«Tante Pose» er ein norsk juleklassikar utan like. Midt i juleførebuingane melder Blanca, den upopulære søstera til herr Bals, at ho aktar å feire jul på Balsgarden. Herr Bals og alle andre veit at «Tante Pose», som dei kallar henne, og svigerfar til Bals ikkje kan halde ut med kvarandre. Familien fryktar besøket vil øydelegge heile julefeiringa. Ei frykt som viser seg å ikkje vere heilt grunnlaus

Proessen og framsyingane «Tante Pose» vart ei god oppleving for både medlemmar og publikum, ved at skodespelarane i samarbeid med instruktørar fekk sette sitt eige preg på scener og karakterar m.a. gjennom improvisasjon.

### **Skodespelarar:**

Antoinette: Silje Dahl  
Kirsten: Sunniva Vikøren  
Ruth: Lena Reksnes Sanne



Herr Bals: Emil Bech Stenstad  
Bestefaren: Håvard Thorsby  
Onkel Arne: Kjell Åsmund Sunde  
Tante Pose: Vivian Brattsti Sørensen  
Baker Hansen/Herr Plum: Henri Aasen  
Münster: Tanja Stenberg  
Vaage: Terje Svindseth  
Marvin/Prosten: Endre Flatmo

### 3.3 Annan aktivitet

Teaterlaget gjennomførte årsmøte 7. mars.

Laurdag 2. april bidrog medlemmar frå Teaterlaget som riggehjelp på Teater Vestland si framsyning «Bondetinget» som blei vist på Nynorskens hus.

Medlemmar frå Teaterlaget deltok på felles dugnad med dei andre laga i BUL 24. august.

Teaterlaget, ved Vivian Brattsti Sørensen, deltok på markeringa av at Hulda Garborg fekk «blått skilt» ved å lese utdrag frå ein av tekstane hennar 24. oktober.

Teaterlaget deltok i, og kom på femteplass i Noregs Ungdomslag si kunnskapstevling «Kven veit?».

Teaterlaget fekk eige organisasjonsnummer i 2022 som også førte til at Teaterlaget igjen møter med eigne utsendingar på årsmøtet til Det Norske Teatret.

Laget fekk i 2022 nytt rekvisittlager som det blei kjøpt hyller og skap til.

Fleire medlemmar vitja Edinburgh Fringe Festival i august 2022.

## 4. Representasjonar og andre verv

### 4.1 Representasjonar

**30. april, Årsmøte i Det Norske Teatret:** Endre Flatmo (røystande utsending), Vivian Brattsti Sørensen og Kari Aniksdal deltok som utsendingar for Teaterlaget. Mari Elise Haugen (røystande utsending for BUL), Heidrun Sølva Øverby, Håvard Thorsby, Lena Reksnes Sanne og Anne Cathrine Johansen deltok som utsendingar for BUL Oslo.

### 4.2 Andre verv

- Terje Svindseth: Leiar i Bondeungdomslaget i Oslo og organisatorisk nestleiar i NU. Medlem av målpolitisk råd på Det Norske Teatret.
- Anne Cathrine Johansen: Nestleiar i BUL Oslo, medlem av bunadnemnda, styremedlem i bondehytta og rådsleiar i Norsk Barneblad.

- Fredrik Elfstrand: styremedlem i BUL Oslo
- Marie Nicolaisen: Medlem av målnemnda og 3. vara i målpolitisk råd på Det Norske Teatret.
- Endre Flatmo: Valnemnda i BUL Oslo
- Kari Aniksdal: 1. varamedlem til Rådet, BUL Oslo
- Vivian Brattsti Sørensen: 2. varamedlem til Rådet, BUL Oslo
- Maria Ellingsen Austbø: 4. varamedlem i målpolitisk råd på Det Norske Teatret.
- Mari Elise Haugen: 2. varamedlem til styret i Norsk Barneblad.

## 5. Takk

Teaterlaget ønsker å takke for eit godt samarbeid med Lagskontoret, og for all god hjelp.

Takk til Studieforbundet Kultur og Tradisjon, Kulturrådet og BUL Oslo for stønad til aktiviteten i 2022.

### **Forslag til vedtak frå styret:**

Årsmøtet tek årsmeldinga til orientering.

### **Vedtak:**

Teken til orientering

## ÅRSMELDING 2022 FOR IDROTTSLAGET I BUL

### Styret i IL 2022

Leiar:

Håvard Hasås

Nestleiar:	Pål Johannes Larsen
Medlem/ungdomsrepresentant:	Nadia Akpana Larsen
Medlem:	Jill Olsen
Medlem:	Anne Johansen
Varamedlem 1:	Samuel B. Elonga
Varamedlem 2:	Edem S. Agbo

Valnemnd:	Svein Erik Strand Tønnesen og Kristoffer Nilsen
Kontrollnemnd:	Thomas Arthur Bydal Jakobsen

### Representasjon

#### Bislett Alliansen

Styret: Håvard Hasås (leiar), Anne Farseth (medlem) og Simon Steinshamn (ungdomsrepresentant)

#### Oslo Friidrettskrets

Styret: Hilde Osnes (nestleiar) og Magnus Kringstad (ungdomsrepresentant)

#### NFIF

Anne Farseth (president)

### Lagsstyret i BUL

Ivan Kristoffer Nilsen (varamedlem)

### Økonomi

Idrottslaget hadde i 2022 ei omsetning på 6 563 289 kroner og eit underskot på 814 054 kroner. Budsjettet som var basert på eit normalår for Sentrumsløpet, viste eit overskot på 141 000 kroner. Prognosane som blei lagt fram på årsmøtet 2022, viste eit realistisk underskot på 1 500 000 kroner.

Rekneskapen er avlagt under føresetnad om framleis drift.

## **Medlemsutvikling**

IL i BUL hadde totalt 458 betalende medlemmer i 2022, ein liten auke frå 451 i 2021. Barnegruppene har, som tidlegare år, stor pågang med ventelister i dei fleste grupper. Ved årsskiftet 2022/2023 var det om lag 120 barn under 15 år på venteliste. Dette talet var det same ved årsskiftet 2021/2022. Avgrensinga kjem av plassmangel på Bislett Stadion vinterstid. Nye barn blir tatt inn fortløpande etter dialog med trenarane.

## **Strategi**

IL i BUL arbeider godt med å utvikle yngre utøvarar frå eigen klubb. Klubben har store ungdomsgrupper, der både deltaking og prestasjonar i aldersbestemte meisterskap har vore stigande dei siste åra. I kategorien senior har klubben mange utøvarar som presterer godt, her spesielt på mellom- og langdistanse for menn og sprint for menn.

Klubben ønsker å styrke rekrutteringa både internt og eksternt for å levere på eit ennå høgare nivå for senior i framtida.

Klubben arbeider for å styrke Sentrumsløpet som arrangement og inntektskjelde for klubben. IL i BUL vil i tillegg halde andre arrangement som mellom anna friidrettskulen på Bislett Stadion og Julestemnet i Bærum Idrettspark.

## **ARRANGEMENT**

### **ASICS Sentrumsløpet**

Etter eitt avlyst og eitt utsett arrangement, var vi i 2022 igjen tilbake med Sentrumsløpet i slutten av april. Laurdag 23. april arrangerte klubben barneløp, sprint, 10 KM og 5 KM for til saman 6 818 deltakarar. Påmeldingstalet var sterkt påverka av ein langvarig pandemi, der dei omfattande smittvernrestriksjonane først blei fjerna i februar månad. Vi starta raskt opp med å planlegge Sentrumsløpet 2023 for å gjenreise arrangementet.

### **Klubbstemne**

Klubben arrangerte i samarbeid med SK Vidar klubbstemne for barn 6-13 år med om lag 120 deltakarar onsdag 25.05 på Bislett Stadion.

### **Bislett Games**

Oslo Bislett Games 2022 blei arrangert for første gong sidan 2019 utan COVID-restriksjonar. BUL bidrog med om lag 230 timar dugnad til arrangementet.

**Friidrettsskulen**

Klubben arrangerte friidrettsskule for barn på Bislett Stadion i veke 25, 26 og 32 med over 150 deltakarar, ein liten auke frå 2021.

**DHL-stafetten**

IL i BUL bidrog med teknisk bistand på DHL-Stafetten Oslo 25. august i Frognerparken. Etter grundig evaluering bestemte styret i IL å ikkje bidra på kommande års DHL-stafett.

**Julestemne**

Laurdag 26. november arrangerte klubben det tradisjonsrike Julestemnet i Bærum Idrettspark. Deltakinga var noko lågare enn før pandemien, men framleis god.

**Trenarkurs**

Seks trenarar har gjennomført trenarkurset friidrett for barn i 2022.

**Trenarseminar og friidrettsgalla**

Magnus Kringstad fekk pris for årets unge trenar på friidrettsgallaen.

## GRUPPEAKTIVITET 2022

### **Sportsleg utval**

Styret i klubben har utnemnt eit sportsleg utval som er ansvarleg for det sportslege arbeidet i klubben. Ein stor del av arbeidet er knytt til disponeringa av dei sportslege budsjetta som blir bestemt på hausten. Her arbeider klubben for å sikre rettferdig fordeling av pengar mellom dei ulike utøvarane. Utvalet diskuterer både budsjett og innkomne saker gjennom året får å kunne ta best moglege avgjerder.

Medlemmer i Sportsleg utval i 2022:

Håvard Hasås, Eirik Tanberg, Simen Wifstad og Svein Erik Strand Tønnesen.

### **Friidrett**

#### **NM inne – 5.-6. februar:**

Lene Retzius vann gull i stav med resultatet 4,20 og Leon Douglas vann bronse på 800 med tida 1:56,41.

#### **UM inne 4.-6. mars:**

Med ein tropp på 20 utøvarar, fekk BUL heile 11 medaljar, av desse 9 individuelle og 2 på stafett. I tillegg blei det sett 13 personlege rekordar. Medaljefordelinga var 3 gull, 5 sølv og 3 bronse. Dei to individuelle gulla gjekk til Solveig Bustgård Gran på 400 meter i jenter 20/22 med tida 56,60 og på 60 meter med tida 7,73. BUL vann også gull på stafett i klasse jenter 15-17. På laget sprang Dorothy Among, Nora Proctor, Tida Sanyang og Lilje Lopes Patey.

#### **Grossetto 22. mai**

Lene Retzius starta sesongen med ny noregsrekord i stav med 4,52.

#### **Zlatá Tretra, Ostrava 31. mai:**

Lene Retzius hoppa ny norsk rekord i stav med resultatet 4,65.

#### **Atleta Geneve 11. juni:**

Lene Retzius sette ny norsk rekord for tredje gong på tre forsøk denne sesongen. Den nye rekorden er på 4,70.

#### **NM friidrett Stjørdal 24.-26. juni**

BUL stilte med 14 utøvarar på NM i Stjørdal. Det blei eitt gull og mange gode prestasjonar i varmen. Lene Retzius vann nok ein gong gull i stav med resultatet 4,35. Gratulerer!

#### **VM U20 Cali 1.-6. august**

Josefina Biernacki kom til semifinale på 100 meter hekk. I forsøket sprang ho 13,81. I semifinalen kom ho dessverre ikkje til mål.

#### **UM friidrett Trondheim 12.-14. august**

IL i BUL sende ein stor tropp til UM i friidrett i Trondheim. Resultatet etter helga blei heile 13 individuelle medaljar og ein på stafett!

Individuelle medaljar:

Sigurd Smitt-Ingebretsen kasta seg til gullmedalje både i slegge og i diskos i gutar 15. I slegge kasta han 45,92 og i diskos kasta han 50,78. Dorothy Ampong vann gull på 200 meter i jenter 15 med resultatet 25,85. Halvard Grape Flatby vann gull på 800 meter i gutar 17 med resultatet 1:58,19. Sander Werge Nilsen sprang inn til sølv på 100 i gutar 18-19 med tida 11,00. På 300 meter i gutar 17 sprang Halvard Grape Flatby inn til sølv med resultatet 8:43,13. På 110 meter hekk i gutar 17 fekk Nicolas Baranyi Eriksen sølvmedalje med resultatet 14,49. Lilje Lopes Patey sprang inn til sølv på 200 meter i jenter 15 med resultatet 25,91. Jonas Rosholt fekk bronsemedalje på 300 meter hekk i gutar 15 med resultatet 41,59. Aurora Kristiansen Langbakk sprang med resultatet 2:17,64 inn til bronsemedalje på 800 meter i jenter 15. Thomas Viksaas Biermann hoppa seg til bronsemedalje i lengde gutar 15 med resultatet 6,06. Akshathan Nadarajah fekk bronse på 400 meter hekk i gutar 18-19 med resultatet 65,53.

Medaljar på stafett

Akshathan Nadarajah, Sander Werge Nilsen, Nicolas Baranyi Eriksen og Halvard Grape Flatby sprang inn til bronsemedalje på stafett i gutar 17-19.

### **EM i friidrett München 15.-21. august**

Klubben stilte med to deltakarar under EM i friidrett i München. Weldu Negash Gebretsadik blei nummer 39 på maraton med resultatet 2.18,59 etter ei tøff avslutning. Lene Retzius blei nummer 12 i stavfinalen med resultatet 4,25.

### **Junior NM Bærum 26.-28. august**

IL i BUL stilte med heile 23 utøvarar på Junior NM i Bærum. Fasit etter helga er totalt 11 medaljar fordelt på 2 gull, 4 sølv og 5 bronse.

Gull:

U23 kvinner, Spyd: Solveig Bustgård Gran, 20,69

U20 menn, 5000 meter: Sondre Martinsen, 15:36,27

Sølv:

U23 menn, 100 meter: Per Tinius Fremstad-Waldron, 10,62.

U23 kvinner, 400 meter hekk: Solveig Bustgård Gran, 64,05

U23 kvinner, tresteg: Solveig Bustgård Gran, 11,73

Stafett U23 kvinner: Aurora Langbakk Kristiansen, Dorothy Ampong, Lilje Lopes Patey og Solveig Bustgård Gran, 2:16,75.

Bronse:

U23 kvinner, kule: Elizabeth Pettersen Turk, 11,59.

U23 menn, 200 meter: Per Tinius Fremstad-Waldron, 22,15

U23 menn, 400 meter: Leon Douglas, 48,67.

Stafett U20 menn, Akshathan Nadarajah, Sander Werge Nilsen, Simon Stornes og Halvard Grape Flatby, 2.05,11.

Stafett U23 menn: Bereket Wayu, Per Tinius Fremstad-Waldron, Theodore Fremstad-Waldron og Leon Douglas, 1:55,45.

### **Lerøy-Leikane Rjukan 3.-4. september**

IL i BUL blei representert av seks utøvarar på Lerøy-Leikane Østlandet på Rjukan. Mathilde Falck fekk bronsemedalje i jenter 14 i høgde med resultatet 1,41.



## **SPORTSLEG OPPSUMMERING 2022**

### **Sportsleg oppsummering 2009/2010**

Trenarar: Solveig, Filip, Sander, Rashida

Det har vore eit fint år for 2009- og 2010- gruppa med mange, gode treningar, og stemne.

Vi har gradvis auka mengda med basis- og spesifikk trening, og øktene ber mindre preg av leik.

Vi har vore opptatte av å legge opp til varierte treningar, med innslag av både aerobt, hurtigheit, styrke, spenst, bevegelse/mobilitet/fleksibilitet og teknikk.

Vidare har vi tilpassa treningane både for dei ivrigaste, og dei som mest er med for det sosiale.

Derfor har vi ofte delt opp gruppa etter kva ungane sjølv ønsker, etter felles oppvarming, før vi så møttest til felles avslutning. Vi opplever at det har fungert bra, og vi har eit godt, men variert oppmøte på trening.

Nytt av året er at vi har begynt å sende ut treningsplanar med treningsopplegg for 4 veker. Der har vi med øktene som er planlagt for fellestreningane, og vi merker at det gjer det enklare å planlegge treningsveka for dei som driv med fleire idrettar. I tillegg har vi lagt til valfrie økter for dei som vil trene på eige hand, etter førespurnad frå både utøvarar og føresette.

Vi ser at det ofte er dei same som deltar på fleire stemne, og vi ser også at dei fleste har hatt framgang. Mange i gruppa har deltatt på fleire stemne denne sesongen, i tillegg til at vi har stilt lag på ei rekke stafettar. Ekstra gøy var det at tre utøvarar frå gruppa blei tatt ut til Distriktkampen. Dette var ei god oppleving for dei tre.

### **Sportsleg oppsummering 2011-12**

Trenarar: Tida, Edel, Bereket og Akshathan

2011-12-gruppa er ein triveleg og engasjert gjeng. Dei er aktive og sosiale på treningane og har eit godt miljø. Gruppa kjem godt overens med kvarandre, dei er omsorgsfulle, men tør å setta ned foten når dei kjenner behov for det. Vi har få konflikhtar, og mindre usemje løyser gruppa ofte på eige hand. Dei aller fleste ønsker å lære, og tar friidretten seriøst. Dette utfordrar oss trenarar, og får oss til å bli like engasjerte som barna.

Nokre gonger har vi bråk på trening, som kan vere slitsamt, men det blir sjeldan dårleg stemning. Bråket grunnar oftast i stort engasjement, og at ungane liker å diskutere. I eitt tilfelle kontakta vi føresette og snakka om oppførsel på trening. Dette løyste seg på ein god måte.

Alt i alt, en triveleg gjeng.

### **Sportsleg rapport gruppe 2013**

Trenarar: Anne Marie, Sander, Johanna, Ariand, Tida

Overordna sett var 2022 eit bra år. Oppmøtet på treningar har vore noko varierende fordi nokre av barna har andre fritidsaktivitetar som innimellom kolliderer med onsdagstreninga. Barna har ei fin utvikling. Dei blir betre og betre i øvingane vi gir dei, som nok heng saman med at dei er blitt eldre.

Vi varierer treninga med noko leik, men mindre enn før. Rundestafett, sprint, hekkeløp, hinderløype og lengdehopp er veldig populært. Vi har litt styrketrening, men løpetrening er det vi har mest av.

Vi prøver også å lage små konkurransar, som t.d. stafett, noko som er populært. Barna har forskjellig utgangspunkt for dei enkelte øvingane, men de fleste klarer det meste berre dei får litt oppmuntring, og ikkje minst ros når dei har gjennomført.

Vi har ikkje hatt større problem, sjølv om ikkje alle er like gode til å lytte. Stort sett har det gått greitt. Barna kranglar lite, og skulle det oppstå konflikhtar, tar vi det med ein gong.

Vi har hatt lite skadar og ingen alvorlege tilfelle som kravde legehjelp. Skrubbsår på kne er ein attgangar, men heller ikkje det har det vore mykje av.

Nokre har slutta og nye har komme til gruppa. Dei klarer seg så langt veldig bra. I alt har det vore eit fint år for oss og for barna.

### **Sportsleg rapport 2015-gruppa**

Trenarar: Filip, Akshathan

2015-gruppa er ei artig gruppe å trene. Barna er alltid glade når dei kjem på trening, fulle av energi og det er til vanleg godt og fast oppmøte. Sidan sommaren har Akshatan og eg funne mange nye leikar og øvingar som bidrar til mykje glede, variasjon og aktivitet. Det er tydeleg at ungane liker å vere på treningane våre, og det verkar som om dei aller fleste synest det vi gjer er gøy og spennande å vere med på. Vi har ingen problem utanom det vanlege med barna, og dei verkar ha tillit til oss. Viss nokon oppfører seg dårleg mot andre, tar vi dei på tomannshand og seier at det ikkje er greitt å oppføre seg slik, og ber dei seie unnskyld til den dei forulempa. Dette set strek for usemja. Oppsummert har sesongen 2022 vore veldig fin, og vi trur 2023 blir ennå betre.

### **Sportsleg rapport 2016/2017 + 2014**

Trenarar: Eden, Saveetha

Denne gruppa er for barn som går siste året i barnehagen og i 1.klasse på barneskulen. Det er derfor ei gruppe som treng disiplin og struktur i tillegg til mykje leik. Vi prøver å variere treningsopplegg mest mogleg, med både sprint, hekk, lengde, hinderløyper og leik. Vi gir både positiv og konstruktiv tilbakemelding til barna, og vi ser absolutt forbetring i ulike øvingar. Som oftast har vi ein plan for treninga, men av og til blir det vanskeleg å gjennomføre planen om det er uro og mange barn. Generelt går øktene greitt. Vi startar alltid med eit raskt opprop, ein runde rundt banane, før vi tøyser ut og gjentar oppropet (for de som kjem for seint og for å repetere namna til barna for kvarandre). Så har vi to til tre friidrettsrelaterte aktivitetar, ein liten leik, før vi oppsummerer kva vi har gjort, og korfor, til slutt.

Barna i 2014-gruppa er litt eldre, og har derfor ennå fleire friidrettsrelaterte aktivitetar. Treningane er elles ganske like som for den andre gruppa.

### **Sportsleg oppsummering Ungdomsgruppe Sprint (Trenar Udoka Madu)**

Det første høgdepunktet i gruppa kom i UM innandørs i Steinkjer. Der deltok Eden, Nora, Tida og Tobias. Nora, Tida og Tobias var med i semifinalen på 60m, og Tobias fekk ny personleg rekord på 200m. To av jentene sprang også 4x200m stafett, kor laget tok gull.

Stafett-NM var eit anna høgdepunkt. Jentelaget, med tre stk fra gruppa, tok gull på 4x100m i j15/16. Det syntest dei var veldig gøy. Seinare i utandørssesongen, fekk både Nora og Tida nye personlege rekordar under Tyrvinglekene.

Gruppa har etter utandørssesongen trent bra, og gler seg til å nå nye mål i 2023. Fleire har lyst å konkurrere i jr nm, og komme langt i UM.

### **Ungdomsgruppe sprint-hopp-hekk (Trenar Unni Helland)**

Gruppa har bestått av ca. 15 stk. gutar og jenter, med litt blanda nivå og innsats på trening. Vi er glade for endeleg å kunne ha eit normalt konkurranseår.

NM senior innandørs - Ingen deltakarar

#### **UM innandørs Steinkjer**

J-17	Dorothy Mcmanus Ampong	3.tresteg. 8.lengde. 6.200m
J-15	Lilje Lopes Patey	5. 60m. 2. 200m
G-18/19	Sander Werge Nilsen	60m til semifinale, 200m utslått
	Akshathan Nadarajah	60m til semifinale, 200m utslått
G-17	Ariand Shegani	60m utslått 200m utslått
	Thai Drager	4. tresteg 60m + lengde utslått

4x200m stafett j-15/17 nr. 1 (Dorothy og Lilje, + 2 frå Udoka si gruppe)

4x200m stafett g-18/22 nr. 2 (Sander + 3 frå dei andre)

Nr. 4 (Ariand og Thai sprang der.)

### **NM Stafettar Ås**

4x100m J-15/16 nr 1 (Lilje + 3 frå Udaka si gruppe)

4x100m G-15/16 Thomas Biermann + 3 frå andre grupper, blei diska

4x100m KS nr. 3 (Lilje + 3 andre)

4x100m M-20 Akshathan og Sander (+ 2 andre)

4x400m M-20 Akshathan og Sean (+ 2 andre)

### **NM senior Stjørdal**

MS Sander Werge Nilsen, 100m utslått, 200m utslått

Jonathan Holen, 100m utslått, 200m

utslått

1000m stafett nr. 5 (Sander Werge Nilsen, 100m + 3 frå andre grupper)

### **UM Trondheim**

J-17 Dorothy Mcmanus Ampong 4.100m 1. 200m

J-15 Lilje Lopes Patey 4.100m 2. 200m

G-18/19 Sander Werge Nilsen 2.100m (10.83) 200m

semifin

Akshathan Nadarajah 3.400m hekk, 100m utslått200m

semifin,

G-17 Thai Drager 8. tresteg 8. lengde 100m utslått

Ariand Shegani 100m utslått, 200m

utslått

G-15 Kasper Vinje Engvik 100m utslått, 200m utslått

Thomas Viksaas Biermann 8. 100m 3. lengde

1000m stafett G-17/19 nr 4. (Akshathan og Sander + andre)

### **NM junior Bærum**

K U-23 Elizabeth P. Turk, nr. 3 kule

K U-20 Dorothy M. Ampong, 100m semifinale, 200m semifinale

Lilje Lopes Patey, 100m semifinale, 8. 200m

M U-20 Sander Werge Nilsen, 4. 100m. 200m semifin

Akshathan Nadarajah, 100m utslått, 200m utslått,

1000m stafett j-23 nr. 2 (Dorothy og Lilje + 2 andre)

1000m stafett g-20 nr. 3 (Akshathan og Sander + 2 andre)

### **Vi har hatt ein fantastisk sesong.**

Av jentene så er det Dorothy McManus Ampong med gull på 200m i UM og Lilje Lopes Patey med sølv på 200m i UM som har hatt størst framgang. Dorothy klarte kravet til NM senior og Lilje held fram med å slette gamle klubbrekordar.

På sprintsida for gutar er det Sander Werge Nilsen som skil seg ut med sølv i UM med Pers på 100m 10.83. Han blei tatt ut til juniorlandskamp i Malmø på 100m nr. 6.

Vi har også ein lovande utøvar i 15-årsklassen, Thomas Viksaas Bierman, som starta med friidrett i mai/juni, han tok bronse i lengde og finaleplass på 100m.

### **Sportsleg oppsummering Ungdomsgruppe (Trenar Magnus Kringstad)**

2022 har vore eit relativt godt år. Dei som hadde bra innsats på trening, fekk også nådd, eller komme nærmare dei måla dei sette seg. Her kjem ei oversikt over dei mest sentrale utøvarane i gruppa:

**Aurora Langbakk (07):** Hadde ein del utfordringar med schlatters i knea første halvdel av året, noko som gjekk utover mengda med spesifikk trening. Mot slutten av utandørssesongen begynte likevel forma å komme tilbake. Høgdepunkt i sesongen var 3. plass på 800m i UM, og 800m i NM junior der ho persa til 2.16,3 med siger i forsøksheatet og kvalifisering til finalen. Før sesongen var personleg rekord 2.18,3. Nå har ho ikkje hatt problem med knea på ei god stund, og vi satsar derfor på bra kontinuitet inn mot 2023-sesongen.

**Cathrine Grønbech (04):** Etter å ha fått påvist trøytteleiksbrot i foten i 2021, blei utandørs 2022 ein fin opptur. Persa på følgjande distansar: 800m frå 2.29 til 2.27, 1500m frå 5.22 til 5.02, 3000m frå 11.38 til 10.59, 5km frå 20.15 til 19.23, og 10km frå 48.02 til 40.49.

**Inger Russnes (05):** Kom inn som ny i april/mai. Då hadde ho nettopp sprunge 5km under Sentrumsløpet på 24.40, og ville trene meir løping. Utviklinga har gått veldig raskt, og etter at utandørssesongen var over, hadde ho gjennom fleire løp persa seg heilt ned til 20.05 på 5km. Sprang også 3km på 11.39 og 10km på 41.32.

**Jonas Rosholt (07):** Kom frå Oppegård hausten 2021 og har hatt ei veldig god utvikling det siste året. Utover våren 2022 begynte vi å sjå eit potensiale på hekken, spesielt langhekk. Dette resulterte i ein tredjeplass på 300m hekk i UM, med tida 41,59, i det som var Jonas sitt første hekkeløp nokosinne. Han har også gjort det bra på mange andre distansar. Persa på 100m frå 13,34 til 12,08 (+2,1), 200m frå 25,87 til 24,40, 400m frå 57,07 til 53,31, 600m frå 1.32 til 1.28 og på 800m frå 2.13 til 2.07. I tillegg har han foreløpig sprunge 8,97 på 60m hekk innandørs, og persa frå 9,12 til 7,54 på 60m flatt.

**Nicolas Eriksen (05):** Sesongens store mål var å kvalifisere seg til U18 EM i Jerusalem på 110m hekk, der det norske kravet var 14,40. Vi var veldig nære å nå målet, men klarte det akkurat ikkje, med tida 14,42. Det har likevel vore ein god sesong med pers på 100m frå 11,81 til 11,37, og 200m frå 23,68 til 22,75. Innandørs har trenden fortsett med pers frå 7,35 ned til foreløpige 7,23 på 60m.

I løpet av siste halvdel av sesongen har vi også fått nokre nye i gruppa. Alle fødte i 2006.

**Adrian Sevaldstad** kom frå Udoka/Luca si gruppe. Har trent seg fint opp gjennom hausten og vinteren etter ein småtrøblete utandørssesong, og persa fint innandørs. På 60m til 7,61 og på 200m frå 25,70 til 24,90. Skal også springe lengre distansar framover.

**Sigurd Fergestad** kom frå Groruddalen. Har dessverre slite med ein skade, men er i fin framgang og vi satsar på ein god utandørssesong.

**Christian Wright** kom frå Tyrving rett før jul. Han trener i mi gruppe, men har nokre økter i veka saman med Jan som vi samarbeider tett med. Christian har så langt innandørs persa bra frå 7,22 til 7,17 på 60m, og frå 22,62 til 22,35 på 200m.

### **Mellom- og langdistansegruppa i BUL (Trenar: Svein Erik Strand Tønnessen)**

Gruppa hadde ein fin sesong i 2022, men vi var noko prega av skadar og sjukdom. Leon Douglas og Simen Seeberg-Rommetveit sprang begge fine løp på 1.53 på 800m, medan Markus Einan og Filip Meo dessverre fekk sesongen øydelagt av sjukdom. Leon Douglas sprang også 48,67 og 1.19,80 på 400m og 600m. Halvard Fladby (G17) blei med i mellomdistansegruppa frå hausten 2021, og han har hatt ei fin utvikling med pers på 1.56,43 på 800m og finaleplass i junior-nm på 1500m med tida 3.55,04. Denne tida var også god nok til senior-nm krav. Roderick Duodu var påverka av skadar andre halvdel av sesongen, men fekk med seg fine resultat i terreng-nm i Trondheim i april - kor han også sprang stafett-nm med Simen Seeberg - og 1.56,77 og 3.54,80 på 1500m. Adrian Stene Olsen hadde 2.03,03 på 800m og i tillegg sprang Endre Wigaard på god

tid på fleire distanser, m.a. NM-krav på 10,000m med 31.50,80 og 3.58,99 på 1500m. Simon Steinshamn brukte 2022-sesongen på å trene seg opp etter lyskeskade, men er nå tilbake i god form igjen. IL i BUL stilte dessverre ikkje med seniorlag på Holmenkollstafetten i 2022 på grunn av skadar og sjukdom, men siktar mot å vere sterkt tilbake i 2023.

Ved overgangen til 2023 fekk gruppa fine, nye utøvarar, som Ibrahim Buras fra Tjalve, som har pers på 3.48 og 8.05 på 1500m og 3000m, og som også representerte BUL på 10km i Valencia i januar 2023 (tid 28.54). Andrea Modin Engesæth og Mari Roligheten Rud har også meldt overgang til BUL for 2023.

## **BUL Sprint/Hekk – gruppe (Trenar: Robin Rustad)**

Toppidrettsutøvarar

**Kriterium:** Utøvaren må vere motivert, han må ha tenkt godt gjennom det, og må sjølv ønske å satse på hekkeløp eller sidestille hekkeløp med sprint.

Utøvarane i gruppa trener minimum 6 friidrettsøktar i veka, og klubben og trenarane følger desse tett opp. Treninga er planmessig og periodevis, og vi stiller høge krav til utøvarane. Friidrettstreninga har høg prioritet for utøvarane i gruppa. Dei må møte opp på fellestrening, gjennomføre eigentreningsprogram, delta på aktuelle stemne og samlingar. Dette for å vidareutvikle ein sterk treningskultur, eit sosialt treningsmiljø, skape gode opplevingar og prestasjonar. Utøvarane i gruppa har individuelt tilpassa treningsopplegg med tett oppfølging.

### **Nivå:**

Sr. NM kvalifiseringsnivå.

### **Målsetting:**

Finaleplass og medaljar i nasjonale meisterskap, kvalifisering til internasjonale Jr. meisterskap

### **Alder:**

Hovudsakleg 18 år og eldre.

### **Prestasjons- og samhandlingskulturen i gruppa**

- Heilskapleg fokus. Livsstil, kost og restitusjon
- Balanse med livet utanfor trening (utdanning, jobb, venner, familie og anna), men konkurranseidrett har høg prioritet
- Vi trener saman, pushar kvarandre og ønsker kvarandre utvikling, gode resultat og opplevingar. Når vi er gode saman, blir vi gode individuelt.
- Vi jobbar kontinuerleg med å bli betre i gruppa (saman) 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 hardt for å nå måla våre.
- Utøvarane er i sentrum. Føresette, leiarane og trenarane skal lytte til dei og involvere dei i gruppeutviklinga og individuelle prosessar.

### **Motto: Saman er vi gode!**

Utøvarar;

Kort sprint/hekk: Josefina Biernacki

Kort sprint: Thea Aase Pedersen (fram til januar)

### **Treningstider**

4 fellesøktar i veka.

Måndag, onsdag, fredag og søndag

Ovannemnde + eigentrening styrke og spesifikke løp. Samt øktar på skule/NTG.

Dannar grunnlaget for forbetring og gode opplevingar for den enkelte.

Vi bygger ein god treningsplan for kvar enkelt utøvar.

### **Nemneverdige resultat for gruppa 2022**

#### **Josefina Biernacki**

- Kvalifisert til 100m hk U20 VM, gjekk til semifinale
- Sølv 100m hk Jr. Nordisk U20
- Beheldt plassen sin på juniorlandslaget

## Oppsummering 2022 – (Trenar: Quincy Douglas)

Året begynte bra for gruppa innandørs. Både Thomas og Leon persa på 60 og 400 meter. Tor sprang litt bak pers på 60/200 og 400 meter. Leon tok bronsemedalje på Senior NM innandørs. Hans første seniormedalje på 800 meter.

Etter fleire stemne innandørs, retta vi blikket mot utandørssesongen. Oppkøyringa fram til påskeleiren heilt til den siste veka. Då fekk Leon ein ruptur på bakside lår. Dette gjorde at sjølve treningsleiren blei noko amputert. Vi trente likevel godt, og etter 3-4 veker så var beinet bra nok igjen til fulle sprintøker. Vi bestemte oss for å prioritere 400-meter denne sommaren. Skaden hans var ein av grunnane til dette.

Oppturen for Leon denne sesongen var 5. plassen han fekk på 400 meter i hovud-NM. Tangering av pers i finalen og ny pers 3 veker seinare (48,69). Thomas hadde mange flotte løp heile sommaren og persa seg ned til 11.14 og 22.49. Sidan han har stått på staden kvil i fire år, er dette veldig gode nyheiter! Fokuset etter sesongen har vore på 200/400 inn mot 2024-sesongen. Leon persa seg også ned til 22,73 i sin einaste 200-meter dette året.

800-meteren til Leon blei ikkje som vi hadde tenkt. Vi hadde for få, harde tempoøker i april og vi fekk derfor ikkje lagt den siste finpussen mot distansen. Leon fekk to medaljar under sitt siste JR-NM.

Tor Vedde bestemte seg for å legge opp midtvegs i sesongen. Han kombinerte tilnærma full jobb og full satsing. Dette prata vi mykje om og eg sa det ville bli vanskeleg. Han sprang til slutt 48.70. Vi kjem til å sakne Tor i gruppa, men ønsker han alt godt vidare.

2.10.23 var vi godt i gang med trening mot 2024. Leon sitt fokusområde blir meir styrke/uthaldenheitsstyrke, samt å auke alle parametarar på: 30 meter flying - stille lengde- betre aerob base og generell forbetring.

For Thomas gjeld det same: Meir løping. Meir spenst og få han godt under 3.00 på flying. Han har gjort store framsteg, og alle testar har vore oppløftande så langt. Vi har det gøy på trening og vi trivst godt i lag. Begge to satsar hardt og er villige til og legge ned arbeidet som trengst for å hevde seg i Noregstoppen, og på sikt ute i Europa. Tolmod, innsats og eit triveleg miljø internt og elles på Bislett, er viktige faktorar for vidare framgang. Dei ber BUL- drakta med stoltheit og er gode forbilde for andre utøvarar.

### Sportsleg oppsummering av spydgruppa for året 2022.

Vi gjekk inn i året med tre utøvarar, men etter sommaren stod vi igjen med to. Kasper Sagen bytte trenar til Paul Solberg etter at han på våren måtte operere olbogen. Han kunne derfor ikkje delta på konkurransar denne sesongen.

For dei to andre, gjekk sesongen som følger:

\* Dag Wergeland deltok på fleire konkurransar, noko som er veldig gledeleg etter at han har slite med skadar i fleire år. Han var berre 55cm unna NM-kravet då han kasta 57,45m på Jessheim på tampen av sesongen. Endeleg kan Dag gå inn i vintertreninga skadefri. Det lover godt for neste sesong.

\* Ruben Martinsen sleit med ein vond olboge heile vinteren og starten av sesongen. Først 4 veker før Jr-NM, kunne han auke innsatsen og dermed kastlengda. I Jr-NM enda han opp med ny pers 61,26m og 4. plass. Han hadde ytterlegare 2 konkurransar over 60m på slutten av sesongen. Å kaste utan smerter i ein lengre periode, vil gi han auke i kastlengda.

Vi ser alle tre veldig positivt på sesongen som kjem!

### Sportsleg rapport for «Running for Fun», langdistanse IL BUL 2022.

Starta i slutten av mars, nokre av utøvarane deltok på halvmaraton Fredrikstadløpet.

- Sentrumsløpet, som ble arrangert siste helga i april var den offisielle opninga av sesongen. Stemninga var god, og deltakinga stor. Det var rett og slett ein folkefest. Mange fekk gode resultat, fleire fekk klassesiger og gode tider
- Holmenkollstafetten blei nok ein folkefest. Her kom laget frå gruppa inn som nr. 1 i klassen – miks flest kvinner.
- På DHL-stafetten i august deltok vi med tre lag, eitt herrelag som blei nr 2 i herreklassen, eitt damelag som blei nr 4 i dameklassen og eitt miks-lag. Fram til Oslo Maraton deltok fleire på ulike gate- og terrengløp rundt om i landet.
- Vi kan også nemne Drammen halvmaraton, kor mange frå gruppa fekk fine resultat.
- Oslo Maraton, arrangert av SK Vidar i midten av september, blei også eit høgdepunkt for mange mosjonistar i Oslo.

BUL II og gruppa deltok både på heil- og halvmaraton, med fine resultat.

- NM Terrengløp lang løype blei arrangert i midten av oktober. Dessverre var det ikkje så mange som deltok her, men dei som var med, oppnådde gode resultat. Ein klassesiger og gull i herrar 55-55, ein fin fjerde plass i same klasse og sølv i klassen herrar 55-60. Bra innsats med andre ord.
- Norgesløpet som blei arrangert på Jessheim i midten av oktober, var det også nokre som fann vegen til. Her fekk vi nokre klassesigarar og fleire gode resultat.
- Hytteplanmila var målet for mange mosjonistar i år, som tidlegare.

Mange oppnådde gode resultat og sette personlege rekordar.

Rashid Handule og Arvin Patel deltok på Lørenskog halvmaraton i slutten av oktober og leverte gode resultat. Rashid vann heile løpet, Arvin vann i sin klasse.

- Sesongen blei avslutta med Jessheim vintermaraton i midten av november.

Her var det også ein del som sprang, alt frå 10 km til heilmaraton. Unge Petter Østreng sprang fort og sette fin pers under halvmaratonet på 1.17. Rashid Handule sprang også bra og vann sin klasse på solide 1.14 på halvmaraton. Fleire andre hadde eit godt løp, og kom seg under 1.30 på halvmaraton.

Jenny Toftner, ein habil løpar i gruppa gjennom mange år, stilte opp på halvmaraton og sette personleg rekord med fine 1:34.

Kristine Walhovd deltok på maratonet i Berlin. Målet var å springe på under tre timer, men grunna skadar kom ho inn på 3.04. Ho skal springe 50 km på Bislett i midten av februar i år, og satsar på å ta Noregsrekord.

Vi ser fram til ein spennande sesong i 2023.



## **BVT-året 2022**

### **Eit gledeleg normalår.**

Ein tilnærma normal sesong, trass i nye rundar med nedstenging i starten av året. Endeleg fekk vi legge vekk prosedyrar, antibac av utstyr og hender, og fokusere på idrettsglede.

BUL Ung har oppretthalde ei nokolunde stabil gruppe gjennom året. Våre eminente trenarar har sytt for eit godt tilbod for dei aller yngste som treng tilrettelagte treningar. Vi har framleis plass til mange fleire, og undrar oss fælt over korfor ikkje fleire nyttar seg av tilbodet. Strålande fornøgde føresette bidrar allereie med reklame ut mot deira miljø i og rundt Oslo. Det er vi takknemlege for.

BUL handball har i ein lengre periode måtta jobbe i motbakke. Fleire hoppa av i pandemi-åra grunna høg alder. Rekrutteringa har gått treigt, men når det såg som mørkast ut, melde fleire av fotballjungen seg på. Nokre av dei bidrar dermed fullt ut både for handball og fotball. To av dei blei også kalla inn til uttak før Special Olympics i Berlin sommaren 2023. På grunn av skadar og giftarmål (blant to av våre spelarar) blir det ikkje tur til Berlin, men det viser at vi har nokre talentfulle spelarar. Seriespelet blei gjennomført, og i tillegg deltok dei på Vivil-Leikane i mai. Landsturneringa i Kristiansand og julecup i Fredrikstad i 2022.

BUL fotball har i år også deltatt med to lag i serie og cupspel. BUL 2 var berre eit finaletap mot Molde unna å henta heim ein sigerspokal under Landsturneringa. Fotball har gjennomført fire serierundar på Austlandet, samt ViVil-Leikane, Landsturnering og julecup. Fotball har gjennom året hatt ei stabil treningsgruppe som har gjort både trening og kampar føreseielege.

Årets høgdepunkt var utan tvil Landsturneringa i Kristiansand. 3 års ventetid var over då jungen sette seg på toget sørover. Strålande innsats på banen frå alle tre lag i det haustvarmen tok skikkeleg tak i byen. Ein herleg bankett og ein herleg tur, med 30 personar som alle såg ut til å kose seg dei tre dagane på tur.

Året 2023 vil vi fokusere på rekruttering hos BUL Ung og handball. I tillegg håper vi vatnet er på plass til Sentrumsløpet då dugnadsarbeidet under løpet i 2022 blei litt for nervepirrande for min og fleire andre sin del.

Vi satsar også på ny landsturnering. Denne gong på Lillehammer. Førre gong vi var der, vann vi kanskje den viktigaste prisen av dei alle, nemleg fair-play prisen. Det ligg alltid i bakhovudet, og gjennom møte med krets og andre er det noko vi tar svært seriøst. I tillegg prøver vi å prente dette inn hos andre i klubbar som kanskje ikkje ser på det med same auge som oss. Av og til gjennom god dialog, men nokre gongar må underteikna fram med alvorspraten og den strenge stemma.

## **Langrenn**

Året starta bra, med siger opp bakken på den siste etappen av Tour de Ski. Hadde fint høgdeopphald i Seiser Alm. Stigande form og intervall med gutane. Så blei Heidi smitta med covid-19, og OL rauk. Sat i karantene i Italia i 10 dagar.

Tok 5,5 veker før negativ test. Gjekk WC i Lahti med dispensasjon frå FIS sidan ho framleis hadde positiv test. Avslutninga i Falun gjekk bra. Men dagen etter fekk Heidi ei hjerneristing, og ho slit ennå med etterverknadar. Starta litt roleg trening på rulleskimølle utan stavar i juli. Blei etterkvart vand med å trenar med smertar i hovudet. Hadde ei fin privat samling i Torsby skihall. Gode økter som også resulterte i pallplass i WC i desember. Men for tynt treningsgrunnlag og varierende hovudmerter, gjorde også at prestasjonane varierte veldig ut året.

## Årsmelding for målnemnda i Bondeungdomslaget i Oslo 2022

På årsmøtet i Bondeungdomslaget i Oslo (BUL) våren 2022 vart Håvard Tangen, Marie Nicolaisen og Olav-Johan Øye valde inn i målnemnda til laget.

Arbeidet har først og fremst vore knytt til laget sine aktivitetar og samarbeidspartnarar. Vi samarbeider med andre lag og organisasjonar om ulike tiltak i Oslo, blant andre Fylkesmålslaget Vikværingen.

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

I 2022 har det vore betre grunnlag for arbeid etter som samfunnet har opna etter koronakrisa.

### Målbruken i laget

Nynorsk vert i stor grad 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.

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

### Målnemnda sitt arbeid for laget

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

Målnemnda hjelper meir enn gjerne til med å rette og setje om dokument frå bokmål til nynorsk.

I nokre fåe høve har vi gjort dette på førespurnad frå andre i Bondeungdomslaget. For det meste er det Songlaget som vi har ytt desse tenestene til, både av di styret i dette særlaget har bede nemnda om det og av di to av dei aktive medlemene i målnemnda òg står i Songlaget.

Vi ser fram til å høyre frå andre som søker hjelp til å få betra nynorsken sin.

### Målbruken i forretningane

Vi er glade for at Hotell Bondeheimen og Kaffistova sluttar opp om nynorsken. Det ser no ut til å vere ein del av profilen, og er lite kontroversielt.

### Tilskippingar i Nynorskens hus

I Nynorskens hus har vi særleg lagt merke til «Ein dag i nynorskens hus», som har samla ein del interesse.

Vi er litt urolege for «Nynorskens hus frametter», då det er usikkert om det blir administrativ hjelp til det.

Vi håpar at aktiviteten i Nynorskens hus kan ta seg opp att etter kvart.

## **Andre tilskipingar og tiltak**

### Nynorskkurs

Målnemnda skipa til kurs i nynorsk for BUL-medlemer og andre i mai 2022. Kurshaldaren var Kine Gjertrud Svori, lektor frå Jostedal busett i Sandefjord. Ho har bakgrunn i Noregs Lærarmållag.

Vi fekk gode attendemeldingar på kurset jamvel om oppmøtet kunne ha vore større. Neste gong vonar vi at fleire BUL-medlemer viser interesse for slike tiltak. Kurset var lagt opp til å gå over tre kveldar, men den siste kvelden måtte avlysast då kurshaldaren vart sjuk.

### Norsk målstemna

I september var målnemnda som vanleg medtilskipar av Norsk målstemna på Litteraturhuset i Oslo. Emnet denne gongen var forfattarane Henrik Rytter og Olav Sletto, og dessutan syn på retting av språkfeil.

Fyrsteamanuensis Ronny Spaans greidde ut om diktaren og stridsmannen Rytter, og forfattaren Eva Almhjell tok føre seg Olav Sletto, bøkene og livet hans. Filolog Kristin Fridtun hadde valt seg emnet «høgnorsk og høgirritabel» for føredraget sitt om språkfeil.

Målnemnda har vore medtilskipar av målstemna sidan 2018.

### Nynorsk inspirasjonsdag

18. oktober gjekk Nynorsk inspirasjonsdag av stabelen, den sjette i denne nye rekkja som tok til i 2016 (med frådrag for koronaåret 2020).

Høgdepunktet denne runden var programleiar Linda Eide, som i innleiinga si hevda at nynorsk er fullt på høgde med det beste frå utlandet.

Elles på programmet stod universitetslektor Elise Takle, som gjekk gjennom dataspråkprogrammet Apertium og drøfte om det er ein ven eller fiende, og historikar Alfred Fidjestøl som fortalde frå saga til Det Norske Teatret.

Flott underhaldningsinnslag var det tradisjon tru frå ungdomane i Den Mangfaldige Scenen.

Målnemnda er fast støttespelar for dette halvdagsseminaret, som til liks med tidlegare år vart halde i Bikuben i Det Norske Teatret.

Målnemnda står opp Nynorsk inspirasjonsdag økonomisk, og ein av medlemene i målnemnda er òg med i gruppa som skipar til konferansen. Namnet vårt var på plakatane som vart spreidde digitalt til alle ungdoms- og vidaregåande skular i Oslo og tidlegare Akershus fylke.

## **Verv**

Medlemmene i målnemnda har i 2022 hatt verv i målrørsla, Olav-Johan Øye som styremedlem i Bondeungdomslaget i Oslo, og Håvard Tangen som kassestyrar i Fylkesmållaget Vikværingen.

## **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 nærskyldte organisasjonar om nynorsk kulturarbeid.

For målnemnda i Bondeungdomslaget i Oslo

Olav-Johan Øye

6. februar 2023

## **Røkleivhytta**

### **Årsmelding 2022**

#### **Hyttestyret**

Styret har vore samansett av Gry Rusdal (p.t. permisjon), Sveinung Helgheim, Olaf Almenningen, Leif Halvard Silli og Tormod Bønes (leiar).

#### **Utleigeaktiviteten**

Hytta har i 2022

- vore utleigd 36 døgn
- hatt 440 gjester
- med totalt 702 gjestedøgn.

Dette er noko lågare enn det ein kunne forventast etter at pandemien er over.

Det er også i 2022 ei glede å erfare at leigetakarane har vore eksemplariske med god opprydding etter seg. Hyttesstyret har gjennomført synfaring etter kvart besøk.

#### **Oppgradering**

Når det gjeld større investeringar på hytta, skal det først og fremst nemnast at det i 2022 blei installert to klosett i kjellaren. Kloakkeringa skjer ved hjelp av både vatn og vakuum, og med deponi utandørs. Dette er eit tiltak som har vore eit mangeårig ønskje frå laget. Installasjonen førde med seg montering av ein eigen EL-kurs for vakuumpumpa.

#### **Drift**

Moderne tekniske installasjonar er vanlegvis ei stor lette ved bruk av hytta. Men hausten 2022

svikta både kontrollen til den elektriske oppvarminga på hytta, oppvaskmaskina og vakuumpumpa til det nye toalettet. Det blei ei travel tid for å skaffa fagfolk for å setja dette i stand att på relativt kort tid.

#### **Transport til hytta**

Hyttestyret har i 2022 lukkast med å få til eit godt samarbeid med mannskapet i Wüllerløypa når det gjeld transport av tungt gods til hytta og ikkje minst bortkøyring av gammalt skrot frå hytta til Sørkedalen.

#### **Dugnad**

På hausten vart det halde dugnad på hytta. Den nye kloakkleidningen utandørs er nedlagd i grøft. Han blei tildekt med stein og jord slik at anlegget no er blitt frostfritt.

Det vart også gjort reint på nokre soverom.

#### **Jubileum**

Hyttestyret har hatt planar om å markera at Røkleivhytta har passert 100 år, men pandemien sette ein stoppar for det. Derimot feirar Bygdelagssamskipnaden i desse dagar sitt 100-årsjubileum i 2023, og BUL er med på markeringa. Dette inkluderer blant anna turar til alle BLS-hyttene i Osloområdet. Besøk til hyttene vil kunne bli registrert ved «stempling».

**Røkleivhytta vil vera open for turfolk søndag 18. juni i tida kl. 10 - 18, og hyttestyret har planar om enkel servering.**

Oslo, 6. mars 2023

Tormod Bønes

Leiar Hyttestyret

# Årsmelding for Bondehytta 2022

Vi vart berre 4 medlemmer dette året, og vi var ganske opptekne på kvar vår kant.

Vi fekk til 2 dugnader. Det var nedre del av langveggane som trong ny måling.

Elles har vi hatt litt reparasjonar ved doane.

Vi hadde eit møte utanom dugnadar, elles har vi hatt planlegging på telefon og e-post.

Vi har delteke på årsmøte og vegdugnad i Ørfiske Vel.

Vi hadde utleige til eksterne 3 gonger. Ein skuleklasse, eit kor og Leikarringen Frøy med revysamling.

Internt bruk: Leikarringen var der ein gong, og vi i hyttestyret har hatt ein del turar.

For å kunne halde hytta ved like framover er vi avhengige av at folk vil stille på dugnadar, og hyttestyret vil bli flinkare til å kalle inn til dette i god tid.



Styret har i 2022 hatt desse medlemmene:

Øystein Gammersvik (leiar)

Rune Bergwitz

Anne Cathrine Johansen

Klas Ekeland

## ÅRSMELDING 2022 FRÅ RÅDET I BONDEUNGDOMSLAGET

Følgjande personar har sete i rådet i arbeidsåret 2022–2023: Kari Bjørke (ordførar), Magnhild Kaasin, Sveinung Helgheim (skrivar), Samuel Blessing Elonga, Vigdis Rønning, Kjell Arve Straumsvåg, Karianne Johansen, Olav Kårevik, Kari Aniksdal (1. vara) og Vivian Brattsti Sørensen (2. vara).

Oppgåvene til rådet er å ha tilsyn med økonomien i Bondeungdomslaget, særlega og økonomiske tiltak som laget eig eller er med i. Rådet skal gi tilråding om lagsbudsjettet og rekneskapen etter § 10 i lagslova. Det er rådet som godkjenner konsernrekneskapen for Bondeungdomslaget, på grunnlag av rekneskapane for forretningane og årsmøtevedtak om rekneskapen for laget og særlega. Rådet gir elles tilråding i andre saker som styret legg fram, og i saker som rådet meiner er så viktige at rådet tek dei opp av eige tiltak. Rådet er, saman med lagsstyret, generalforsamling for Bøndernes Hus AS.

I 2022 har rådet vore opptatt av korleis det har gått med laget og forretningane på veg ut av pandemien og inn i ein ny krevjande økonomiske situasjon som spesielt har vore knytt til krig i Europa. Både laget og forretningane har merka korleis auka straumprisar og generell høg prisvekst – som igjen har betydd redusert kjøpekraft i samfunnet – har påverka drifta. Rådet har, i samspel med lagsstyret og styret for forretningane drøfta korleis BUL og Bøndernes Hus AS skal halde fram driva på ansvarleg vis, noko begge styra har klart på ein bra måte. Rådet blei valt i mars 2022 og har hatt fem møte i arbeidsåret 2022–2023. På desse møta har det til saman vore 37 postar på saklista. Det har vore greitt oppmøte, og rådet har vore vedtaksført på alle møta.