

ÅRSMELDING 2013

RØDBERG IF



ÅRSMELDING RØDBERG IF - STYRET

Styret sin virksomhet

Styret i idrettslaget har i løpet av 2013 gjennomført 3 styremøter, i tillegg til årsmøtet. Styret har bestått av Nils Runar Sporan (leder), Merete Bekkeseth Brandsgård (nestleder), Torkild Gudmundsen, Alf Gunnar Wiken, Gunn Anita Sporan og Merethe Rød Knudsen (sekretær). Styret har hatt følgende aktiviteter i løpet av 2013:

- Store deler av styret deltok på styrekurs i regi av Buskerud idrettskrets på Rødberg i mars. Dette var et nyttig kurs som alle idrettslagene i kommunen var representert på.
- Det har vært avholdt ett felles møte mellom RIF, Uvdal IL og Noringen med tema samarbeid.
- Av ekstern virksomhet har RIF vært med i Nore og Uvdal idrettsråd (Alf Gunnar Wiken og Torkild Gudmundsen), samt i sti og løypenemda (Nils Runar Sporan).

2013 har vært preget av mye aktivitet; vi deltar med mange turnere på stevner, mange barn opplever idretts glede og læring på idrettscamp og svømmeskole. Vi utdanner også nye trenere på aktivitetsleder kurs, slik at de får faglig påfyll. Vi bidrar med vakter på åpen svømmehall slik at barn og unge kan bruke svømmehallen på mandager.

I løpet av 2013 fikk vi i samarbeid med G-Sport på Rødberg laget et tilbud på overtrekks dresser. Et godt tilbud kombinert med bidrag fra flere sponsorer bidro til at medlemmene fikk et meget godt tilbud, og nesten 60 medlemmer benyttet seg av dette.

2013 var også året da RIF startet opp igjen med bingo. Etter mange år med pause ble det oppstart av bingo på våren. Oppstarte hadde ikke vært mulig uten gode samarbeidsparter; Risan eft som stiller lokaler til rådighet, og Frivilligsentralen som støtter med personer til gjennomføringen. Bingoen ble raskt godt besøkt, og et populært tiltak som er sosialt for mange – samtidig som det gir inntekter til idrettslaget.

RIF bidro, som i 2012, på Rødbergdagen. Vi fikk inntektene mot at vi sørget for opp rigging, vakter og ned rigging av hoppeslott med mer. Vi vil takke Rødberg handelsstand som leide inn utstyret uten kostnad for RIF.

Økonomisk har laget som tidligere år viktige inntektskilder i Nore og Uvdal kommune sine kulturmidler, sponsorkontrakt med Statkraft, "grasrotandelen" og statlige LAM midler, og inntekter fra bingoen.

RIF sin hjemmeside (www.rif3630.no) er i kombinasjon med SMS tjenesten vår informasjonskanal.

MEN grunnlaget for all den aktivitet vi foretar oss er den frivillige innsatsen til trenere, ledere og alle medlemmer. Det gjør at vi har stor aktivitet i turn, på idrettsskole, i skiløypa, på trimsiden, på bingo, og innen sykkel og volleyball.

En stor TAKK FOR INNSATSEN til alle sammen!

Nils Runar Sporan

Leder

ÅRSMELDING FRA VOLLEYBALL GRUPPA

VOLLEYBALL GRUPPA HAR I SESONGEN 2013-2014 HATT VOLLEYBALL TRENING I NUMEDALSHALLEN PÅ TORSDAGER KL.1800-2000.

TRENINGEN ER ÅPEN FOR ALLE. FRA UNGDOMSKOLE OG OPPOVER.JENTER OG GUTTER. OPPMØTE FRA 5-10 STK

LITEN DELTAGELSE GJØR AT VI HAR GITT OSS FOR DENNE SESONGEN. SATSER PÅ TRENING I RØDBERGHALLEN 2014-2015 SESONGEN

For volleyballgruppa - Frode Sevejordet



ÅRSMELDING TURNGRUPPA 2013

Vi hadde i 2013 ca 100 turnerer i alderen 3-18 år.

2013 startet med turnfest i slutten av januar. En vellykket turnfest hvor alle våre flotte turnere fikk vise familie og venner hva de hadde øvd på hele høsten. Komiteen som besto av utvalgte foreldre fungerte bra, og arrangementet gikk over all forventning.

I slutten av april var ble det arrangert Numedalsstevnet i Numedalshallen. I år var det Uvdal som arrangerte. Vi var der med stort sett alle våre turnere. Og Rødberg gjorde oss alle stolte med sine oppvisninger.

Kretsturnstevnet ble i år arrangert i Drammen. Vi dro med full buss og biler ved siden av. Vi ble innlosjert på Gulskogen skole, så vi var glad vi hadde buss. Her viste turnerne atter en gang at de øver og står på for å få det perfekt. En herlig gjeng å dra på tur med, og mange foreldre var med og hjalp oss. Supert.

Vi ønsket å gjøre noe annet som sommeravslutning i år. Vi sendte 13 -18 på avslutningstur til Tusenfryd, ikke så mange med, men en opplevelse for de som dro. For de andre gruppene lagde vi en opplevelsedag i Numedalshallen. Der hadde vi sykling, klatring, hinderløype, trampett, grilling av pølser. Og rosinen i pølsa var ansiktsmaling og tryllekunstner. Her hadde vi også foreldre som hjalp oss.

På våren var alle trenerne på kurs i Rødberghallen og lærte om viktigheten av at det grunnleggende må ligge i bunn. Et spennende kurs, hvor mange fikk aha opplevelser.

Ved oppstart høst ble alle pålagt å jobbe med disse grunnleggende øvelsene på treningene. De fikk et kvarter før treningene begynte for å forberede. Dette har de vært veldig flinke til å bruke på daglige treninger.

Vi hadde også førstehjelpskurs, som alle trenere må være med på hver høst. Oppstart høst 2013 ble bra. Vi var ca 25 turnere på 6 -12 år og på 13 – 18 år, ca 20 på airtrack. Trampett ble delt i 2 grupper, ikke fullt så mange som før. Vi forandret smurf til gymlek, for å få med gutter igjen. Trenerne fikk hefter med aktiviteter som ligger under gymlek, og vi prøvde minst mulig dans, og mer matteturn ol. Veldig vellykket. Ikke så store grupper på gymlek heller, vi har 2 grupper.

Tradisjonen tro ble det julekalendersalg i år også. Vi økte antallet kalendere fra 960 til 1000, og alle ble solgt. Dette takket være turnere og foreldres innsats.

Styret har hatt møter gjennom hele året, nesten 1 gang pr måned, og trenerne har vært med på en stor del av møtene. Vi synes det er viktig å ha nært samarbeid med trenerne. Det ble arrangert foreldremøte i februar, oppmøtet var som det pleier, ca 12 foreldre møtte.

2013 har vært et flott turnår.

Turnstyret v/ Anne Lise Eriksen
Leder



Rødberg IF turngruppe Numedalsstevne 2013

RIF BINGO 2013

Bingoen startet opp etter ønske fra mange, den 09.04.13. Midler vi hadde ved oppstart 17 000.-, men da var alt av utstyr betalt av RIF hovedkonto. Og så har vi brukt 8 410.- på søknad og lydanlegg som da blir engangssummer.

Vi hadde 15 kvelder i 2013 med saldo 50 165.- pr 31/12 (overskudd 2013 på 33 165.-) snitt 2 211 pr kveld. Overskuddet i 2013 er vel litt høyt pga. at vi ikke har betalt bingomatriellet selv.

Slik vi i bingo gruppa ser det, er det et viktig tiltak for mange, og ikke minst noen kroner til gode formål i Rødberg IF. Vi avslutter sesongen den 13.05.14

Bingoen vill å starte opp igjen til høsten, vi oppfordrer foreldre til å ta en dugnadskveld sammen med oss,

Mvh Kai og Rune + medhjelperne



RAPPORT FRA SYKKELGRUPPA 2013

I 2013 er det bare å si at det har vært liten konkurranseaktivitet. RIF hadde en deltager i Norsjørippet. Dette går fra Egersund til Sandnes og har utviklet seg voldsomt og blitt Norges nest største konkurranse (om lag 10 000.. Han ble nr.27 der av 272 i sin klasse).

Annet som er verdt å nevne er opplegget på Rødberg-dagene ved Nore Auto. Følte det var noenlunde vellykka og responsen var ok. Dette kan selvsagt utvikles om det jobbes med forberedelser og folket stiller opp på arrangementet. Takker Ole Morten Simensen for god hjelp.

Vi har også fått oss nye klubbdrakter med JOKER som sponsor. Veldig fornøyd med de. Skaper litt identitet til klubben.



ÅRSMELDING FOR SKIGRUPPA 2013

Skigruppa har bestått av følgene medlemmer: Tore Haug, Arild Høgberg, Hans Henrik Thune, Odd Arild Loftsgård, Eirik Solheim, Torkild Gudmundsen, Arve Bjerke og Johnny Hansen. Merethe Rød Knudsen har vært sekretær.

Det har blitt avholdt 6 møter i 2013, 4 av dem i forbindelse med planlegging av Vasstulanløpet.

Vasstulanløpet ble arrangert lørdag 12. mars 2013. Det var et vellykket arrangement med totalt 188 betalende deltakere. Rennet ble arrangert med og uten tidtaking, 46 gikk i aktiv klasse. God oppslutning fra bygdefolk og hyttefolk, god stemning tross noe dårlig vær. Samtidig ble det arrangert mini-Vasstulan med renn fra skytterbanen og ned til Sønsterudjordet der premieutdeling og øvrig arrangement foregikk.

Gode løypeforhold vinter/vår!

Det er fortsatt suksess med betjent lavo. I alt 7 søndager i perioden februar-mars. Skikarusellrennene er fortsatt veldig populært.

Skitrening har vært gjennomført i samarbeid med I.L. Noringen med trening i lysløypa på Flåtavollen og Norefjord annenhver uke. Ingunn Løitegård og Nils Runar Sporan er ledere.

Planer for 2014:

- Arrangere Vasstulanrenn
- Fortsette med rydding av løypene
- Arrangere skikarusell og ha åpen lavo
- Fortsette tilbud om skitrening i samarbeid med IL Noringen

Tore Haug
leder

SKIKARUSELLEN 2012/2013

Denne vinteren ble det arrangert 11 karusellrenn, kun 2 avlyste renn. En voksen fullførte alle renn. 2 barn fullførte 7 renn. Totalt 95 løpere fullført fem eller flere renn. Det er en nedgang fra forrige år.

Tidtaking; Nytt av året var at vi tok opp igjen den gamle tradisjonen med tidtaking og nummerdrakter til de som ønsker det. Dette må vi jobbe mer med, få et bra system på og det å informere om det.

Smørerkurs; Skikarusellkomiteen og G-sport holdt smørerkurs i samarbeid med Swix. Dette var meget vellykket. Det var i januar på Norefjord.

Mini-Vasstulan; Arrangert samme dag som Vasstulanløpet i mars. Dette er blitt en så stort arrangement at vi må tenke mer over skilting, markedsføring blant annet. Det at Rødberg barnehage har lagt sin ski/akedag til denne dagen har gjort at det er mulig for oss å klare å gjennomføre Mini-Vasstulan i det hele tatt. Rennet krever en del mannskap. Denne dagen var rennet gratis og deltakeren fikk en premie rundt halsen før de reiste hjem. 34 av de som fullførte skitrimkarusellen, deltok på rennet. De som gikk selve Vasstulanløpet fikk godkjent dette som et karusell-renn.

Premieutdelingen; Nore arrangerte dette 14. mai. Ca 30 stk. møtte fram. I pausa var det lagt opp til enkel servering og gjettekonkurranser. Premiering av de som har gått alle renn. Loddtrekning av loddet man fikk ved inngangen. Nytt av året var at vinner av gjettekonkurransene fikk gavekort på kr 500,- istedenfor mange småpremier. Ny type premie var godteskål. Denne ble meget populær.

Start- og mål seil; Skikarusell komiteen kjøper inn start- og mål seil til hver skigruppe. Det gjør at det er mer tydelig at vi gjennomfører tidtaking. Kanskje G-sport eller en av bankene kan sponse? Ingun spør G-sport først, så evt en av bankene

Nedgang, hvorfor?; Ned fra ca 150 stykker som mottar premier til nå 95 som fullførte og fikk premie. Hvor mange barn kontra voksne som går? Vi konkurrerer med mange andre aktiviteter. Voksne melder seg ikke på lengre fordi de har nok premier i skapet?

Nettsiden; Mer informasjon her er nødvendig. Tidtaking legges ut her. Mer info ut. Link på alle idrettslagene. Terje deler passord og brukernavn. Alle blir da ansvarlige for å få informasjon ut. FB er også brukt.

ÅRSMELDING FOR RIF IDRETTSKOLE 2013



Aktiviteter

Våren 2013

Aktiviteten i gruppa har variert mye i løpet av året. Første halvdel av året fram til mai, ga vi tilbud om ukentlig aktiviteter på Rødberg eller på Norefjord. Tilbudet var et samarbeid med Allidretten til IL Noringen. Oppmøtet var varierende, fra ca 15 barn til 3!

Plan for våren vises under:

Dato	
Mandag 22/4	Gymsalaktivitet i Numedalshallen
Mandag 29/4	Gymsalaktivitet i Numedalshallen
Tirsdag 30/4	Gymsalaktivitet i Rødberghallen
Mandag 6/5	Lausdans i Numedalshallen m/ Bjørnar Heimdal
Mandag 13/5	Gymsalaktivitet i Numedalshallen
Tirsdag 14/5	Uteaktivitet i Ballbingen v/Rødberg skole og i Bekkedalen
Mandag 20/5	Pinse – ingen aktivitet
Tirsdag 21/5	Uteaktivitet i Ballbingen v/Rødberg skole og i Bekkedalen
Mandag 27/5	Gymsalaktivitet i Numedalshallen
Tirsdag 28/5	Cricket – på fotballbanen ved Numedalshallen
Mandag 2/6	Gymsalaktivitet i Numedalshallen
Tirsdag 3/6	Cricket - på fotballbanen ved Numedalshallen
Mandag 24/6 – onsdag 26/6 Idrettscamp	Idrettsskolen arrangerer for første gang Idrettscamp. Dette vil bli et tilbud om 3 hele dager med varierte idrettsaktiviteter. Mer info og mulighet for påmelding kommer snart.

IDRETTSLEKENE PÅ NOREFJORD - ET VELLYKKET ARRANGEMENT!

I forlengelsen av RIF Idrettsskole og IL Noringen allidrett sitt samarbeid om aktivitetstilbud gjennom året for barn i alderen 6-12 år, kom ideen om å arrangere IDRETTSCAMP rett etter skoleslutt i juni 2013. I samme tidspunkt kom tilbudet fra DNB og Norges Friidrettsforbund om å arrangere Idrettsleker i sommerferien. Dette ble et egnet samarbeid og førte til et tre dagers arrangement med fokus på friidrett, men også andre varierte aktiviteter. Et krav om at et av idrettslagene hadde registrert friidrettsgruppe, løste seg ved at Noringen «gjenoppfrisket» sin gruppe. DNB sponset oss med friidrettsutstyr for 10 000 kr, samt T-skjorte og sekk mm. til alle deltagere. NFIF håper at friidretten gjennom slike tilbud kan få vist enda flere barn hvor morsomt det er å være i aktivitet med friidrett.



65 barn, spredt fra kommunen, meldte sin interesse og deltok med stort engasjement og idretts glede gjennom lekaktiviteter, ballspill, trampett, skyting, klatring, sanseløype, orientering og ikke minst friidrett. En del av sideaktivitetene var knyttet opp mot ferdighetstrening i forbindelse med øvelsene i friidrett. En aktiv utøver fra Nesbyen friidrettsgruppe ble leid inn som instruktør en av dagene for å dele kunnskap innenfor denne sportsgren.



Etter høy aktivitet var det nødvendig med en god matpause midtveis hver dag, der vi fikk nyte godt av buffeten med sunn og variert mat, tilberedt av våre lokale kokker Hege og Sigrid.

Et godt team hjelpere måtte være på plass hver dag og til sammen 20 stilte velvillig opp for bygdas unge. Det ble et vellykket arrangement og alle flinke medhjelpere takkes stort for samarbeidet, stå på vilje og flott innsats. Etter endt arrangement var vi enige om at dette fristet til gjentakelse.

Flott med et utvidet samarbeid idrettslagene imellom, med SFO og alle ildsjeler som har mye å gi. Det har kommet mange positive tilbakemeldinger, som spesielt har trukket fram totalpakken med mye aktivitet, busstransport og mat, til en rimelig pris, som et fantastisk tilbud.

Høsten 2013

Aktiviteten i gruppa har vært delt i ulike aktivitetstilbud:

Allidrett i Numedalshallen

Vi har fortsatt samarbeidet med allidretten til IL Noringen og tilbudt ukentlig aktivitet i Numedalshallen. Tidspunkt: Mandager kl. 18 – 19. Oppmøtet her har vært bra, fra ca 7/8 deltagere til 15 stk. Dette er en aktivitet med vekt på varierte aktiviteter i gymsal: Løpsleker, ballaktiviteter, klatring, friidrett osv.



Basistrening og skitrening 2013

RIF Idrettsskole har i samarbeid med IL Noringen og Uvdal IL holdt basistrening og skitrening hver tirsdag fra september av. Tidspunkt kl 18.00-19.00.

Basistrening

Basistreningene var tredelte med hensyn til sted og trenere. Ole Morten Simensen ledet treningene i av og for Uvdal IL, Ingun Løitegård ledet rulleskitreningene i regi av IL Noringen. Treningene her ble lagt til fritidsparken og utenfor Numedalshallen. RIF holdt sine treninger ved Rødberghallen og i ballbingen. Her var det enten Marianne Hjertaas Sporan eller Nils Runar Sporan trenere. Samarbeidsformen ble vi enige om på et møte i mai 2013 hvor alle parter var tilstede. Innkjøp av rulleski er et spleiselag mellom idrettslagene.

Antallet utøvere har vært meget varierende, fra 3 til 15 stykker. Gruppa føler de ikke har fått «solgt inn» treningsformen bra nok hos aktuell målgruppe. Basistreningen er ment som et supplement til alle idretter og for de som ikke deltar på annet. Det skal være fokus på styrke, utholdenhet, balanse og koordinasjon. Det skal være allsidige øvelser med lek og moro samtidig som det skal være utfordrende. Alder er satt fra 8 år, ingen grense oppad. Rulleski viste seg å være en populær treningsform.

Skitrening

Sesongen startet tidlig på grunn av flotte skiforhold allerede i oktober. Skitreningene foregår på Flåtavollen og ved Numedalshallen annenhver uke. Antall deltakere varierer fra 1 til 8 stykker. Treningen er for aldersgruppe 6-7 år. De minste i følge med en forelder/foresatt. Ingen grense oppad. Her trenes det teknikk både innenfor skøyting og klassisk.

Grappa har diskutert tidspunkt fordi vi konkurrerer med klubben *Non-stop* for 5, 6, og 7. klassen. Informasjon om treningene er sent ut høst og vinter i form av lapper til Uvdal og Rødberg skole. Informasjon ligger også på nettsiden til RIF.



Svømmeskole i desember

Helga 7. – 8. desember arrangerte vi Svømmeskole i bassenget på Rødberghallen. Tilbudet ble gitt til alle barn i kommunen fra 6 – 12 år. Tilbudet var populært og vi fikk 27 påmeldte barn. Gjennom kontakt med Norges Svømmeforbund, Buskerud svømmekrets, fikk vi kontakt med trenere fra Kongsberg. De var villig til å komme og holde kurset og stilte med 3 (4) engasjerte trenere og de hadde også med seg en del utstyr til bruk i vannet. Mange glade og ivrige barn hadde vi i svømmehallen denne helga☺

Trenere/ledere

Aktivitetene drives i stor grad av lokale trenere. Disse er ikke lønnet, men sendes mange takk! Alle ledere som deltok på Idrettscampen skal få en liten godtgjøring. Trenerne for Svømmeskolen ble lønnet etter sine vanlige satser.

I januar deltok 3 damer på Instruktørkurs i svømming på Gol. De har nå godkjent kurs som Instruktør Begynneropplæring i svømming.

Videre planer

- oppstart av svømmegruppe tilknyttet Norges Svømmeforbund innenfor Idrettskolen
- sendt forespørsel til Rødberg skole/kommunen med tilbud om å drive Idrettskole innenfor SFO fra høsten 2014. Dette planlegges i disse dager.
- DNB Idrettscamp i juni 2014

For RIF Idrettskole:

Merete Bekkeseth Brandsgård, Gunn Anita Sporan, Marianne Hjertaas Sporan

ÅRSMELDING 2013 TRIMGRUPPA

Vinteren 2013 ble arrangementet "Ski-Opp-Topper" gjennomført for femte gangen. Oppslutningen om dette tiltaket har dessverre vist en fallende tendens de siste sesongene, og tilbudet blir vel først og fremst mest for "de spesielt interesserte". Kun 4 stk fullførte siste sesong og ble premiært.

For tolvte sommeren på rad arrangerte trimgruppa i 2013 "Ti topper i Nore og Uvdal". Også etter denne sesongen kan trimgruppa konstatere at det fortsatt er mange turvandrere som har glede av å delta på dette turopplegget, for antall deltagere som blir premiært holder seg nokså stabilt fra år til år.

44 turvandrere besøkte i sommer alle de ti toppene, og gjorde seg dermed fortjent til det store Toppjegerkruset 2013. 11 stykker var oppe på sju topper og ble tildelt kruset i liten størrelse. I tillegg var også 15 familier oppe på alle toppene, og fikk for denne innsatsen den spesielle familietallerkenen.

Dessuten var det etter denne sesongen 10 nye deltagere som også ble tildelt den gjeve "Toppmugga", som synlig bevis på å ha fullført og blitt premiært for tiende året!

Den tradisjonelle avslutningskvelden med kaffekos og premieutdeling fant sted 22. november. Snaut 30 stykker hygget seg denne kvelden på Rødberghallen, og fikk da ta del i Halvard Lestebergs bildeforedrag "Fra Eidsfjell til Kilimanjaro". Flotte bilder og artige historier!

Det er i vinter blitt innledet "sonderinger" med kommunen, i forhold til å få klarlagt hvordan turistkontoret og kommunen kan trekkes mer aktivt inn i gjennomføringen av "Ti topper" i årene framover. Dette blir det viktig at både styret i RIF og det nye gruppestyret arbeider videre med og får en avklaring på.

Rødberg, 24.februar 2014

Finn Lund

ÅRSMELDING KLUBBHUSET – FLÅTAVOLLEN

I 2013 har Flåtavollen blitt brukt til 3 skikarusellrenn og Mini-Vasstulan, samt 1 grunneiermøte, og 2 bursdagselskap.

Gro Sønsterud