

REP RTER'N

LAGSAVIS FOR EKNE I.L. 36. ÅRGANG NR. 1 2009

Redaksjon: Arve Brenne, 740 15409, Otto Asbjørn Solli, 740 15377

SOMMEREN 2009(ikke oppdat)

I denne utgaven av REPORTER'n finner du litt om;

- ***Fra Lederen*** *side 2*
- ***Valg*** *side 3*
- ***Rapport fra langrennsgruppa*** *side 5*
- ***Årsmelding fra Barneidrett*** *side 8*
- ***Idrettshilsen fra Johan*** *side 9*
- ***Tilbakeblikk fra Thomas*** *side 10*
- ***Tilbakeblikk fra Martin*** *side 11*
- ***Fra Trimgruppa*** *side 12*
- ***Norges Sprekeste Fylke*** *side 13*
- ***Stinn brakke på Haugen ...*** *side 14*
- ***Rudi's Birken rapport*** *side 15*
- ***Maritim dag*** *side 17*
- ***Unik 17. mai feiring på Ekne*** *side 18*
- ***Idrettsmerket*** *side 19*
- ***St. Olofsloppet 2008*** *side 19*
- ***Flott informasjonskanal*** *side 20*
- ***Fra Fotballgruppa*** *side 20*
- ***Tillitsvalgte Ekne I.L.*** *side 21*
- ***Ut i naturen*** *side 22*
- ***10 på Topp i Levanger*** *side23*

Fra lederen.

En flott og snørik vinter er unnagjort. Det er lenge siden vi på Ekne har hatt anledning til og gått så mye på ski til Sønningenhytta, som vi har gjort både før- og etter jul. Vi har hatt en god og lang skisesong takket være ivrige løypekjørere. Det har heller ikke manglet på god løypeinformasjon på nettet. Dette er noe vi har satt stor pris på.

Ekstra motivasjonen til skigåingen fikk vi av de gode prestasjoner Johan Kjølstad, Thomas Albertsen Dahlen og mange andre i skigruppa har prestert i år. Det viser at det gror og spirer godt blant skientusiastene i skigruppa. Det er ikke nødvendig å være et stort idrettslag for å få frem enere så lenge en har et støtteapparat rundt utøverne som fungerer godt. Da er blant annet miljø, ramme forhold rundt trening, og støtte fra foreldre viktige faktorer. Aktiviteten til skigruppa har i år også vært stor. Viser til deres aktivitet ved å se på vår hjemmeside.

Barneidretten har gjennomført et solid og variert barneidrettsår som avsluttet sesongen med orientering. Det har vært et stort oppmøte av ivrige skolebarn på barneidretten.

Det er nylig blitt avholdt halvårsmøte der barneidrett og skigruppa har vært på valg.

Mange har tatt gjenvalg, og noen har takket av etter solid arbeidsinnsats i vervene sine.

Retter en stor takk til alle som har tatt et tak for Ekne IL, og til alle de som fortsetter i sine verv. Uten deres engasjement og arbeidsiver har ikke laget fungert.

Viser ellers til års/halvårsmøtemeldinger som ligger på nettet under hver særiddrett.

Fotballsesongen har startet i ekspressfart. Treninger og kamper er allerede i gang. Trener og laglederapparatet er på plass. Det vil også i år bli avholdt knøtteturnering på Ekne den 23. mai. Fem av lagene vil delta på Kippermocup i Mosjøen som i fjor var en sportslig og sosial happening. Det jobbes solid og godt i fotballgruppen også. Dugnader på stadion er godt i gang. Blant annet legges det til rette for nye sitteplasser, der tømmer og montering er besørget av Bjørn Tore Bøhn. Tusen takk til deg.

Jeg har sagt det før; men jeg blir like glad og fornøyd hver gang jeg passere ballbingen og ser den store aktiviteten som er der til enhver tid. Det er gamle og unge ivrige fotballspillere, aktive, ikke aktive som er sammen om en felles interesse. Noen er der for fotballen sin skyld, noen for det sosiale osv., mange behov blir dekket der. En investering som er verdt massevis på mange områder som sagt.

Den solide arbeidsinnsatsen som blir lagt ned i hver gruppe, viser at de fungerer godt sammen om fellese mål. Uten samspill fungerer ikke måloppnåelse. Det er viktig at vi som skal drive et idrettslag, uansett verv går den samme veien.



”Vitsen er at alle med samm’a drakt spiller mot samm’a mål”.

Måloppnåelse oppnås best når vi har samme målforståelse. Alle må involvers, alle ansvarliggjøres, alle må ha individuelle mål får gruppen sin, jamfør handlingsplan. Vi som idrettslag er vi avhengig av å gjøre hverandre gode: **”VINN ↔ VINN”**
Vi er avhengig av åpenhet og lojalitet for videreutvikling.

Hvilke verdier vil vi stå for, og hvordan vil vi oppleves som idrettslag? Verdier som vi viser utad, oppsummer hvordan vi samspiller.

Hovedmålet for Ekne IL er å gi et variert tilbud til alle uansett forutsetninger. Vi ønsker å bidra med det som skal til for at alle skal føle seg velkommen i alle slags posisjoner. Vi blir glade for tilbakemeldinger som kan bidra til videreutvikling, og gjøre oss enda bedre.

Idrettslaget vil ønske alle sammen en riktig god vår, og en aktiv sommer med og uten joggesko på beina. Følg med på vår hjemmeside angående våre aktiviteter.

Nina Gravaune
Leder i Ekne IL

ÅRSMELDING FRA SKIAVDELINGA, SESONGEN 2008-2009.

Skistyret har bestått av :

Leder: Hilde A. Dahlen
Arrangementansvarlig: Johan Asbjørn Gustad
Sportslig ansvarlig: Knut Skjesol og Johan Arnt Dahlen
Anlegg- og løypeansvarlig: Arne Lerstad
Økonomiansvarlig: Leder og arrangementansv. har delt på denne oppgaven.

Møteaktivitet, informasjon:

Skistyret har avholdt 2 møter, og skal ha evalueringsmøte neste uke.

Vi har vært teknisk ansvarlig for Levangerkarusellen i år, og hatt møter med de aktuelle klubber i den forbindelse.

”Skifest i Levanger” har vi også vært ansvarlig for, og hatt flere møter med Nessegutten og Skogn.

Mye informasjon har blitt formidlet via mail, bl.a. i forb. med Sprintarrangementet på Ekne.

Skistyremedl. deltok og på ERFA-møte i høst.

Vi har gjennomført sesongen i henhold til handlingsplan.

Trening :

Aktiviteten startet allerede på våren med Kjølstadtest (spring/gå til Sønningenhytta), og Triathlon ble gjennomført (sykle fra skola til Kristivika, springe derfra til Storheia, og rulleski, evt. sykle, fra Sottjønna tilbake til skola.)

Lørdagstreninger i lag med Skogn, senere Levanger-Ski-treninger (ungd.skole-elever), og trening høst og vinter i samarbeid med Ronglan.

Skihølg på Vulusjøen i lag med nabobygda, populært, og bra oppslutning.

Populær treningssamling i Meråker med Levanger-Ski, hvor flere jenter også deltok.

Skirenn / arrangement:

- Vi har arrangert seks poengrenn(telenorkarusell) denne sesongen; ny rekord på mange år. God oppslutning med ca.70 deltagere, fra 2-17 år.

- Levangerkarusellen har hatt rekordpåmelding i år, 172stk, 23 Ekneutøvere.

Sprintrennet, som Ekne arrangerte på hjemmebane, ble vellykket .

Fine løyper, ”Smia-Cafe”, to speakere, meget datakyndige tidtakere, start og mål; mye skal klaffe i et sprintarr.

Parkeringsvakter fra Lærings-og Mestringssenteret; et godt samarbeid.

- På sone-, kretsrenn har det vært opptil 13utøvere fra Ekne som har deltatt.

- Skisportens Dag ble arr.på Stormyra 15. mars, med god oppslutning.

Skileik, i samarbeid med trim-og barneidrett.

- Skifest Levanger ble arrangert i samarb. med Skogn og Nessegutten. Ikke så stor oppslutning, da rennet ble arr. i palmehelga, og det var ikke NTE-cup eller KM; totalt ca.90 deltakere. Skal søke kretsen om annet tidspunkt neste år, da vi også er ansvarlige.

- Skiavslutning og premieutdeling med Johan Kjølstad, var meget populært. Skigruppa feiret verdensmesteren med sponsa marsipankake, på skiavslutninga. Populært at Johan delte ut premier i forhold til sesongens oengrenn. Han hadde med flotte gevinster; bl.a. landslagseffekter, så det ble mange heldige vinnere. Johan og Thomas fikk og en påskjønnelse fra hovedlaget, for innsatsen.

- Vi hadde også en tilstelning da Johan tok VM-gull; organiserte opptog hjemme hos Johans foreldre, med fakler og flagg, ”Gustad-brothers” spilte fiolin, og Brit og Artur fikk blomster.

Foruten å bli Levangermester, kom Erlend på en fin 11.pl. på Midt-Norsk, hvor også Helene deltok. Hun var den eneste fra Ekne på Hovedlandsrennet i år.

Thomas har deltatt på alle Norges-cup-renna(beste plassering 11.pl.), og kom også til finalen (12.pl.) 4.plassen i NM sprint, var en god prestasjon.

Ellers har det vært stor og flott innsats også i yngre klasser, med mange gode plasseringer.

Anlegg:

Gjennomført og utarbeidet en rapport i forhold til pålegg om å skifte PCB-holdig armaturer i lysløypa. Avtalen med Falstad Nedre ang. leie av Smia, går ut sept.2009. Vi har ikke foreslått særlig endring av den, men ønsker at avtalen kan vare like lenge som spillemiddelavtalen på lysløypa/grusbanen; til år 2023. Løypekjørerne har jobba godt hele sesongen, preparert og kjørt flotte spor, både til trening, renn og til Sønningenhytta.

Økonomi:

Største inntektskilden er fra sponsorstøtten i forbindelse med ”Skifest i Levanger”.
Ny inntekt av året, fra loddsalget på Skiavslutninga, med gratis gevinster.
Balanse i økonomien, ingen overskudd til fordeling av reise/opphold til utøvere.
Største utgiftspost er startkontingenten

Jeg vil takke alle mine gode samarbeidspartnere i skistyret, anlegg og løype, for ansvarsfull og effektiv aktivitet. Foreldre har vært engasjert i smøring, heilagjeng og ikke minst vært viktige brikker i forskjellige arrangement. All honnør til dem, ellers har vi ikke klart å gjennomføre den skiaktiviteten for ungene våre, som vi har på Ekne i dag.

Det har vært en aktiv sesong, med mange arrangement, som krever en kjempeinnsats av både utøvere, foreldre og styret.

Takk til dere for en positiv sesong!

18/4 2009

Hilde A. Dahlen
Skileder.



EKNE IL

Skiavdeling

HANDLINGSPLAN 2009-2010

Skiavdelinga skal i perioden mai 09 - mai 10 arbeide for å gjennomføre følgende punkter:

Evt Prioritet	Hva Målsetting	Hvem Ansvarlig	Når Utført innen
	Kjølstadtest	Arnt	Vår og høst -09
	Triathlon	Knut	Vår -09
	Høst-møte, kretsen	Minst 1 fra skistyret møter	Høst-09
	Levanger-Ski-treninger - samarbeid med lokale klubber	Arnt	Vår/høst/vinter
	Barmarkstreninger, samarb.m/Ronglan	Knut	Start uke 42
	Skihelg på Vulusjøen i månedskifte nov/des sammen med Ronglan IL	Knut / Arnt	1.helg på Des. -09
	Poengrennansvarlig	Tor	Vinter
	Gjennomføre Skikretsens lotteri	Trude	Nov./Des. -09
	Idrettsregistrering -08	Hilde	Nov./Des. -09
	Skifest i Levanger; Ekne tar initiativ til møteinnkalling(Skogn/Nessegutten	Johan Asbjørn/ Tor	Des./Jan -09
	Arrangere skisportens dag i samarbeid med trimgruppa/barneidr.	Hilde/Knut	Først på mars -09
	Oppmuntre flest mulig til å delta på skirenn	Alle i skigruppa	Vinter
	Arrangere skiavslutning med premiering av poengrenn og Eknetrimmen.	Tor / JohanAsbjørn / Hilde	April
	Vedlikeholde lysløypa ,løypetraseer og utstyr.Jobbe for å tromle i lysløypa om høsten.	SvenOve Eggen	Høst- Vinter
	Kjøre opp løyper både i lysløypa og utover i turløypenettet	SvenOve Eggen	Vinter
	Dekke startkontingent samtidig som	Økonomi -	Vinter /

	skigruppa går i økonomisk balanse. Støtte til reise og opphold gis bare i den grad det er økonomi til det.	ansvarlig / Kasserer hovedlaget	Vår -10
	Gjennomføre ny organisasjonsplan og jobbe videre med fordeling av ansvarsoppgaver.	Hilde	Vår 2010
	Ansvar for inf. på Ekne hjemmeside	Hilde	Hele sesongen
	Avklaring/avtale om samarbeid med nye eiere på Falstad Nedre ?	Hilde (kontaktperson til hovedlaget)	Høst / vinter
	Skifte av PCB-armatur, arb.komite	Arnt er kontaktperson til hovedlaget.	Vår , høst-09
	ERFA-møte, kretsen	Minst 1 fra skistyret møter	Vår 2010

Merk:

Kjøstadtesten blir det i år som tidligere år her på Ekne. Som vanlig blir dette i Johans testløype fra gartnerboligen, til Sønningenhytta. Dato ikke fastlagt, men det blir på juni før skoleslutt. Både de som konkurrerer, trimmere, unge og gamle er velkommen! Følg med på www.ekneil.com

ÅRSMELDING 2008-2009

EKNE BARNEIDRETT

Styret i Ekne barneidrettsavd har bestått av: Berit Jørås (leder), Ingar Grønnesby, Kristin Kjølen, Tone Grønnesby, Morten Sand og Silje Skreden. Erling Rosenlund var leder fra halvårsmøte -08 og frem til okt. Han ønsket da fritak fra vervet. Undertegnede kom da inn i styret og overtok som leder.

Styret har hatt 3 planleggingsmøter. Styret har ellers hatt en tett dialog underveis ang gjennomføring av idrettskoletilbudet.

Aktiviteten i avdelingen har vært gjennomført etter halvårs aktivitetsplaner, med noen tilpasninger p.g.a vær og føreforhold. Planene har hatt et variert aktivitetsinnhold tilpasset årstidene. Det har vært ukentlig tilbud. Tilbudet har fulgt skoleruta.

I sommerhalvåret har fotballavd stått for et aktivitetstilbud for barneidretten. Skigruppa har sørget for aktivitetstilbud ved å arrangere poengrenn når det har vært snøforhold til det. Ved snømangel har barneidretten hatt tilbud om inneaktiviteter.

Barneidrettsavd arrangerte nissemarsj i forbindelse med juletretenning på Smihaugen 07.12.08. Det var et bra arrangement med god oppslutning av både barn og voksne.

Det har vært bra deltagelse på idrettsskolen. Totalt 49 barn har deltatt. Styret i barneidrettsavd er godt fornøyd med idrettsskoleåret!

Ekne, 19.04.2009

Berit Jørås, leder i barneidrettsavd

Vårhilsen fra Verdensmester Johan.

Nå er der endelig vår igjen og skiene skal renses for klister og pakkes bort til neste vinter. Jeg gleder meg som vanlig til vår og lysere dager, og ikke minst til litt varmere vær. At det har gått så bra i vinter gjør det enklere å koble av og samle motivasjon til en ny sesong. Etter april er over skal batteriene være fulladet igjen. Er de ikke det, har jeg ikke koblet av godt nok. Oppkjøringa til en ny sesong begynner rundt 1.mai og sesongen er ikke over før i mars, så da er det godt for kropp og sjel at april er "hellig".

Årets sesong har vært en stor opptur for min del. Endelig fikk jeg de resultatene jeg har drømt. For å lykkes i et mesterskap er mange faktorer som spiller inn; skipar, smøring, form og psyke. I oppkjøringa til sesongen som var, terpet jeg mye på det som skulle skje i VM. Jeg bestemte meg for å satse hardt på skøyting, ettersom den individuelle sprinten var skøyting. Dette er nok mye av årsaken til at det ble sølv i Liberec. Jeg fikk betalt for å prioritere og det inspirerer til videre satsing når det lykkes i et mesterskap.

Etter sølvet i VM bruset det godt i kroppen. Det var en veldig god følelse å stå på seierspallen og motta medaljen, og stemningen var til å ta og føle på. Jeg sov ikke mye den natta, det surret så mange tanker oppe i hodet.

Dagen etter var det duket for Team- Sprint i VM. Etter mye styr fra dagen i forveien var jeg litt spent på hvordan kroppen ville reagere, selv om jeg visste at formen var knall god. Det skulle vise seg at begge på det norske laget hadde dagen, og dermed ble det VM gull. Det høres kanskje lett ut, men det var det ikke! Seieren satt langt inn og vi var nødt til å gå i kjelleren å hente fram det lille ekstra.

Etter 2 øvelser i VM satt jeg igjen med 2 medaljer. Det var litt uvirkelig, men samtidig en veldig god følelse. Dette hadde kosta en del svette og tårer, men det er det jaggu verdt. Jeg tror dette gir motivasjon til en ny sesong med hard trening. Det skal være litt slit å nå sine mål, ellers hadde det ikke vært noe moro. Denne sesongen er det OL i Vancouver og det kan bli ei fin lita nøtt å bryne seg på.

Jeg har i alle fall satt meg mål, og da er det bare å kaste seg på stavene jobbe for det!

Johan K.

Red. anm.:

Under idrettsgallaen på Steinkjer 25. April ble Johan utnevnt til årets idrettsutøver i Nord Trøndelag. Dette med grunnlag i de store prestasjonene han har levert siste året. Vel fortjent! Vi alle henger oss på som gratulanter!

Tilbakeblikk på skisesongen fra Thomas.

Hei & hå, stå på!

Ja, nå sitter jeg her, for første gang uten mandler. De dro akkurat, og rev med seg en del smerter. Det er jo frivillig så må vel bare takle det på best mulig måte. Mandlene mine har vært med meg på mange nedturer og sykedager, men det er slutt på det nå!

For min del har denne sesongen vært veldig bra. Jeg startet med å trene godt fra høsten av, men ble syk og fikk ikke trent så mye i november/desember. Likevel har jeg kommet meg på alle Norges- cup helgene, og resultatene har bedret seg utover sesongen! Med et NM resultat like utenfor pallen kan jeg godkjenne denne sesongen, og motivert starte treningen frem til neste sesong.

Utover vil det bli mange timer trening i skogen, med rulleski på asfalten, sykling, fotball og selvfølgelig svømming og lek. Alltid godt med avkobling fra skiene en periode på våren og sommeren. Jeg takker for gaven jeg fikk i forbindelse med ski avslutningen her på Ekne. Den vil være en god venn når tørsten må slukkes etter en løpetur i sola.

Nå til sommeren har jeg tenkt til å legge ned mer trening enn jeg har gjort før om sommerne. Etter hvert har jeg fått med meg at det tidlige treningsgrunnlaget er viktig, og det skal jeg prøve å gjøre skikkelig i år!

Til vinteren igjen blir jeg slått sammen med klassen over, og da blir nivået enda høyere. Det ser jeg på som en positiv utfordring, og at jeg får den fordelen med å være størst året etter der.

Thomas Albetsen Dahlen

Fra Trimgruppa

Vår!!!

Snøen har sluppet taket og skiene er parkert. Aktiviteten langs veiene og i fotballbingen tyder på at det er mange som kjenner på at lysten vekkes til å røre på kroppen og komme i form. Sjøl om Kjersti fortsatt trekker ivrige damer til onsdagstrim, får hun nå konkurranse av nye aktiviteter som følger med våren.

I skog og mark i nærområdet på Ekne er det satt ut 6 trimposter som kan være trivelige å legge ruta innom. Beskrivelse av hvordan du finner postene ligger på nettsida til Ekne il. Ønsker en å utvide horisonten utenfor Ekne er orienteringssesongen i startgropa. O-klubben Skøynar tar varmt imot flere som ønsker å prøve seg på denne aktiviteten. Onsdagskvelder arrangeres Skøynarkarusell og Bygdakamp. Løypene varierer fra nybegynner til mer avansert, du finner garantert ei løype som passer ditt nivå.

Forøvrig er 10 på topp, i regi av Arve og idrettsrådet, en gylden mulighet til å få nye perspektiv på nærmiljøet og besøke fine topper i Levanger. Startpakke kan du kjøpe på butikken på Ekne.

Trimgruppa har planer om en sykkeltdag for hele familien søndag 7.juni. Vi kommer tilbake til opplegg når ruta er befart, men hold av dagen!

Vinterens aktivitet sett fra trim meldes om jevnt og godt oppmøte på dametrim. 89 treningsøkter er gjennomført over 12 onsdagstreninger. Dette under kyndig instruksjon av vår særdeles dyktige trener Kjersti Gustad. Siste økt før sommeren er 6.mai.

Gutta boys holder også koken, sist observert med iherdig innsats i ballbingen. Landhockey er kjerneaktiviteten sier en av de deltagende og i snitt har ca 10 kara deltatt hver gang. Trimkveldene er sosiale og oppbyggende både for den fysiske og mentale formen, og et godt bidrag til å få kanalisert ulike behov på en oppbyggende måte...

Sammen med skigruppa har vi vært med på å arrangere Skisportens dag. Nydelig vintervær satte en ekstra spiss på en trivelig utedag med skileik og svartkjelkaffe i enden av Stormyra. 46 skiløpere deltok.

Hilsen Anne Grete

17. mai på Ekne

Program for dagen:

KL. 10.00 Familiegudstjeneste v/Egil Brende
Ekne Skolekorps og Kor 7624 deltar

KL. 11.30 FOLKETOG FRA EKNE SKOLE TIL FALSTADSKOGEN.
KRANSPÅLEGGING VED PÅTROPPEDE FYLKESMANN INGE RYAN.

KL. 13.00 KAFFESERVERING I EKNE GRENDHØS
LEIKER FOR BARNA

KL. 13.00 - 16.00
MIDDAGSSERVERING PÅ FALSTADSENTRET MED KULTURINNSLAG

KL. 17.00 KONSERT PÅ FALSTADSENTRET V. SLAGVERKER
ANDERS KRISTANSEN PÅ MARIMBA
ÅPENT MUSEUM MED GØDING.

Idrettsmerket

Idrettsmerkeansvarlige i klubben melder om at det skal bli muligheter for å avlegge prøvene for idrettsmerket også i sommer – så følg med på lagets Web side **www.ekneil.com** eller på oppslagstavla på butikken – legg dere i trening!

Marit og Gunn

St. Olavsloppet

Lag nr. 33 Ekne/Ronglan har også i år meldt på felles lag i St.Olavsloppet.

St.Olofsloppet 2009 arrangeres i tidsrommet 8. – 11. juli med start i Østersund og innkomst i Trondheim.

Så det er bare å legge seg i trening for de som ønsker å delta i sommerens løperfest.

Følg med på lagets hjemmeside www.ekneil.com.





Flott informasjonskanal for Ekne IL.

Idrettslaget har en flott hjemmeside på internett som en utmerket informasjonskanal.

Adressen er www.ekneil.com.

Her finner du status og info om det som skjer i laget. Nyheter blir lagt ut jevnlig. Det er også lagt inn en aktivitetskalender for bygda som er ment å være et verktøy for alle lag og foreninger.

Ta kontakt med Ivar Gustad eller Jørn Skogmo dersom det er noe som bør legges inn i kalenderen.

Oppfordrer herved alle medlemmer å bruke denne siden aktivt for å holde seg orientert om nyheter fra gruppene i idrettslaget.

Jørn Skogmo

Fotball

Fotballsesongen er i gang, også på Ekne Stadion. Informasjon om fotball med blant annet kampoppsett finner dere på

www.ekneil.com

Fotballgruppa vil også i år sende ut fotballblad med mye fin informasjon.

Fotballavd.

Tillitsvalgte i Ekne I.L. – ÅR 2009

Hovedstyret:

Leder: Nina Gravaune
Styremedlemmer: Ivar Gustad
Inger Einvik
Anne Rundhaug
Varamedlemmer: Johan Arnt Dahlen

Økonomiutvalg: Berit Sundseth
Synnøve Grenne

Fotball - leder: Bjørn Grenne
Sportslig leder: Jørn Åvar Skogmo
Økonomiansv.: Amund Sand
Annleggsansv.: Sverre M. Falstad
Utstysansv.: Ragnhild Flø Gustad
Arrangement: Siv By
Kiosk: Inge Skilbrig

Ski - leder: Hilde A. Dahlen
Johan A. Gustad
Johan A. Dahlen
Knut Skjesol
Trude Matberg
Svein Ove Eggen

Anlegg/Løype: Svein Ove Eggen
Lars M. Nordgård
Arve Brenne
Ørjan Øksnes
Sverre M. Falstad
Jo V. Dahlen
Kjell Ivar Haltvik

Hytte: Eli Augdal
Ketil Lorås
Berit Leknes
Morten J. Tvette

Barneidrettsavdelingen:

Leder: Randi Hindberg
Kristin Kjølén
Silje Skredén
Morten Sand
Tone Grønnesby
Synnøve Bye Rauhut
Ole Kristian Joramo

Trim – leder: Anne Grete Dahlen
Nina Gravaune
Gunnar Dalheim
Beate Lie
Steinar Vestli

Idrettsmerket: Gunn L. Brenne
Marit Dahlen

Reporter'n: Arve Brenne
Otto Asbjørn Solli

Uts. til Idrettsrådet: Leder
Nestleder

Uts. til årsm. Grendehuset: Leder
Nestleder

Kontingentinnkrevende:

Anne Irgens
Audhild Vestli
Arne Hegvold
Lena Hagen
Anne-Mari Vinje
Per Egil Hagen
Randi B. Dreier
Marit Dahlen

Revisor: Kjell Øksnes
Morten Tvette
Odd Ivar Haug(vara)

Valgkomite: Per Egil Hagen
Laila Snippen
Siv Bye

Ut i naturen

Trimgruppa har som kjent plassert ut en del trimposter/kjentmannsposter på flere steder ute i terrenget. Disse er verdt et besøk!

Etter oppfordring ønsker trimgruppa å stimulere til mer turaktivitet blant små og store. Ta med slekt og venner og vis frem bygdas mangfold av turmuligheter i variert terreng og lengde!

Gåing er bra for utvikling av motorikk, gang er bra for kondisen, og gåturer gir massevis av opplevelser. Gjør turen spennende for de små ved å utfordre de til å samle forskjellige blader og blomster eller telle hvor mange fuglearter de ser!

I år er det seks turmål/kjentmannsposter ute i terrenget. Målet er å favne utfordring for store og små i forhold til lengde og terreng, noe kjent og noe ukjent.

Det vil bli anledning til å registrere seg i ei ”trimbok” ved hver kjentmannspost.

Følgende kjentmannsposter er satt ut på Ekne:

- Torvmyra
- Branok ved Stormyra
- Vågåtjønna ved sørenden av Stormyra
- Laupavatna
- Storheia
- Migjtjønna

Er du usikker hvordan du finner frem til disse stedene?

Detaljert veibeskrivelse finner du på E.I.L.'s nettside www.ekneil.com.

Ta frem joggeskoene/fjellskoene/støvle og trim i vei !
GOD TUR!

Trimgruppa

Bli med i slaget mot Frol og Verdal



O-klubben for:
Nessegutten
Skogn
Ekne
Ronglan
Aasguten
Markabygda

Har du lyst til å trimme litt, gå en tur, eller komme deg ut i skog og mark, så kan orientering være noe for deg.

Vi anbefaler **BYGDAKAMPEN**, som er en masse-mønstring og samtidig en lagkamp mellom klubbene Verdal, Frol og Skøyenar.

Alle som deltar sanker 1 poeng hver for sin klubb, så her gjelder det å være mannsterke. Bygdakampen er et arrangement med alderspredning fra bæremeis- til gå-med-stokk-stadiet, her er det Plass for alle. Du velger en løype som passer deg, fra 1,5 km til 6 km. Du starter når du vil, og du kan gjerne gå i lag med noen du kjenner (det er det mange som gjør).

Sosialt er det også, du må regne med å møte rundt 300 andre på et slikt arrangement, og du får kjøpt både kaffe og sjokoladecake.

Her finner du en oversikt over årets Skøyenarkarusell- og Bygdakamp-arrangement:

DATO	STED	ANSVARLIG	ARR.	MERKNAD
01.04	Ronglan	TIU	Nybegynner kurs	
13.04	Falstadberget		Vårsamling	
15.04	Skihytta Ronglan	TIU	3.kurskveld	
19.04	Reithaug	Joralf Lyngen	kretsløp	Skøyenarkjappen
22.04	Ness	Knut Evenhus	SK1	
29.04	Torhaugen	Camilla Lyngen	SK2	
06.05	Banmyra	Frol OK	BK1	
13.05	Våttåberget	Knut Helge Haug	SK3	klubbmesterskap
20.05	Blommen	Verdal OK	BK2	
27.05	Høyslogruva	Per Arve Hammer	BK3	
03.06	Gulldalen	Sigurd & Bjørnar Hynne	SK4	
10.06	Buraunet	Frol OK	BK4	
17.06	Bumyra	Vegard Hjelmstadbakk & Stian Friberg	SK5	
24.06	Strømsåsen-Vinan	Kirsten Marie Lynum og Frode Lynum	SK6	
02.08	Stokkvola	Alf Dagfinn Ringstad	SK7	"Måssåfræsen"
15.08	Høgåsen	Asbjørn Strøm	kretsløp	
19.08	Høgåsen	Stig Rune Holberg	SK8	Sprint
26.08	Garnes	Verdal OK	BK5	
02.09	Bumyra	Alf Dagfinn Ringstad	BK6	

SK= Skøyenarkarusell. Startavgift kr. 30,-. Max kr. 100,- pr. familie.

Start kl. 18.30

BK= Bygdakampen mellom Verdal, Frol og Skøyenar. Startavgift kr. 50,-. Max kr. 150,- pr. familie. Start mellom kl. 18.00-20.00.

PREMIERING BYGDAKAMP: Alle under 17 år som starter i 4 løp får deltakerpremie, og alle (uansett alder) får premie for å starte i 6 løp.

PREMIERING OK SKØYNAR: Deltakelse i minst 8 av de 14 Skøyenarkarusellene og Bygdakampene gir deltakerpremie. Nye løpere i alderen 8 til 18 år som deltar på minst 5 arrangement fra aktivitetsplanen, derav minst 2 Bygdakamper får kompass i premiering ved årets slutt. Arrangement annonseres i Trønder-Avisa (fra lagene) og på klubbens hjemmeside www.skoyenar.no

Levanger Idrettsråds tilbud "10 på topp" i Levanger har som målsetting få folk ut av godstolen og ut i Guds frie natur..

Tilbudet for 2009 – perioden 1. Januar til 31. desember – omfatter 20 forskjellige topper og steder rundt omkring i Levanger Kommune.

Dette tilbudet er et samarbeid mellom Idrettsrådet og idrettslagene i kommunen: IL Aasguten, Ronglan IL, Markabygda IL, OK Skøyenar, Ekne IL, Skogn IL, Frol IL, IL Sverre og Bedriftsidrettslaget ved HINT har ansvaret for en eller flere topper/steder.

På alle topper/steder er det satt ut kasser med notisbøker. Alle besøkende oppfordres til å skrive navn, alder og sted. **Kart og beskrivelse fås kjøpt** i Sportsforretningene i Levanger - også på Ekne Nærkjøp.

Prisen er kr. 50,00 og gjelder for hele familien.

Poengfordeling:

10 poeng ved første besøk, 2 poeng ved andre besøk og 1 poeng ved de neste besøkene. Alle som har besøkt en eller flere av toppene/stedene og som ønsker å bli premiært må levere inn svarslipp som følger kart og beskrivelsene. **På svarslippene kan alle i familien skrives inn.**

Premiering:

- de med flest poeng, voksen over 15 år
- de med flest poeng barn under 15 år

Det vil bli trekt ut noen premier blant alle som besøkt en eller flere topper..

Diplom til alle som besøker minst 10 av toppene/stedene, og til de som besøker alle 20.

Evt. henvendelser: Per Otto Røyseng tlf. 482.70362, eller Arve Brenne tlf. 916.68922.

Levanger Idrettsråd ønsker alle mange fine opplevelser i den fine naturen som Levanger Kommune kan tilby!

"Følgende topper/steder er med på 10 på Topp" i Levanger 2009.

Nr.	Beskrivelse	Sted
1	Storheia	Ekne
2	Stokkvola	Åsfjellet
3	Våttåberget	Ronglan/Ekne
4	Brekkammen	Markabygda
5	Brennesvollen	Grønningen
6	Bukkhaugen	Skogn
7	Skalltjønnna	Frolfjellet
8	Rundhaugen	Frolfjellet
9	Kammerknoppen	Frolfjellet
10	Purkvika	Ekne
11	Skånestangen	Mule
12	Migtjønn	Ronglan/Ekne
13	Furuhøveln	Skogn
14	Slettvollan	Åsfjellet
15	Demningen ved Grønningen	Grønningen
16	Heglesvollen (Jernvinna)	Heståsdalen
17	Hoabustaden	Tomtvatnet
18	Reevollen	Frolfjellet
19	Rinnbustaden	Frolfjellet
20	Svarthølberget	Skogn

Redaksjonen ønsker alle en riktig god og solfylt sommer!

