



Sandnes idrettslag
Friidrettsgruppa

Årsrapport 2019

Innhold

1	Styrets sammensetning i 2019	4
2	Ressurspersoner, komitéledere og adm. utenfor styret 2019	5
3	Oppsummering av året 2019	7
3.1	Generelt	7
3.2	Økonomi	7
3.3	Kompetanseheving	8
3.4	Kapasitet og ventelister	8
3.5	Sportslig oppsummering	9
3.5.1	Statistikk	11
3.5.2	Utmerkelser	11
3.6	Medlemmer	12
3.7	Arrangement og aktivitet	13
3.7.1	Arrangement oversikt	13
3.7.2	Sandnesløpet	14
3.7.3	Europamesterskapet i friidrett for Landslag – 1. divisjon	15
3.8	Anleggssituasjonen	17
3.8.1	Sandnes idrettspark	17
3.8.2	Sandneshallen	17
3.9	Marked / sponsorer	18
4	Årsrapport fra gruppene	20
4.1	2013 gruppen	20
4.2	2012 gruppen	20
4.3	2011 gruppen	20
4.4	2010 gruppen	21
4.5	2009 gruppen	21
4.6	2008 gruppen	22
4.7	2007 gruppen	22
4.8	2006 gruppen	23
4.9	2005 gruppen	24
4.10	Løpegruppen for mosjonistene	24
4.11	SI Friidrettstrim	25
4.12	Team Athletix gruppen	25
4.13	Junior og Seniorgruppe sprint/teknisk	25
4.14	Seniorgruppe sprint/teknisk	25
4.15	Hekk og Sprint	26
4.16	Mellom / Lang distanse / Eric Toogood og Helge Hamre	27
4.17	Mellom / Lang distanse / Ingebrigtsen	30
4.18	Kastgruppen	30

4.19	Stavgruppen.....	30
4.20	Mangekampgruppen.....	31
4.21	Langdistanse / maraton.....	31
5	Vedlegg 1 – Regnskap 2019 og budsjett 2020	33
6	Vedlegg 2 – Lagsrekorder 2019	34
7	Vedlegg 3 – Materiell liste per 31.12.2019	36

1 Styrets sammensetning i 2019

På årsmøtet i 2019 ble følgende styre valgt:

Leder	Arne Lyngholm	Ikke på valg
Nestleder organisasjon	Jan Jakob Norheim	Ikke på valg
Nestleder sportslig	Ørjan Aasmo	Ikke på valg
Kasserer	Stian Sørskår	Ikke på valg
Styremedlem	Gro Barlaug	På valg
Styremedlem	Hanne Berit Irgens	På valg
Styremedlem	Ingvill Bækø Fuglestad	Ikke på valg
*Styremedlem	Pourya Shafizadeh	Ikke på valg
Styremedlem	Jan-Rune Brox	Ikke på valg
Daglig Leder	Geir Eikeskog	

*Pga. høy arbeidsbelastning og mye reisevirksomhet valgte Pourya å tre ut av styret høsten 2019. Silje Tonning har møtt i stedet for Pourya i styremøter fra november, men uten stemmerett.



Bilde: Nyvalgt styre mars 2019 fv.; Jan-Rune Brox, Arne Lyngholm, Hanne Berit Irgens, Pourya Shafizadeh, Geir Eikeskog, Stian Sørskår, Gro Barlaug, Ørjan Aasmo, Jan J Norheim). Ingvill Bækø Fuglestad ikke til stede.

2 Ressurspersoner, komitéledere og adm. utenfor styret 2019

Arrangement komite 2019:

Else Storhaug
Trond Lindanger
Gro Barlaug
Sølvi Rabben

Sandnesløpet komite 2019:

Harald Haga
Lars Myklebost
Eirik Netland
Tommy Nilsen
Christina Toogood
Geir Eikeskog

Medlemmer av friidrettsgruppa i SI Hovedstyret 2019:

Leder hovedstyret	Kenny Rettore
Nest leder hovedstyret	Helge Hamre
Sekretær hovedstyret	Ketil Volden
Styremedlem	Christine Elisabet Eikeberg

ETCH 2019 Organisasjonskomite:

Prosjektleder	Jan J Norheim
Nest prosjektleder	Kenny Rettore
Administrasjonsleder	Silje Tonning
NFIF representant	Kjetil Hildeskor
Logistikk	Hallvard Ween
Ytre Område	Stig Ovedal-Hakestad
Finans ansvarlig	Gustav Eriksen
Media ansvarlig	Håvard Tjørhom
Marked/sponsor ansvarlig	Arild Netland
HMS	Per Nystrøm
Koordinator konkurranse komite	Øyvind Røberg
Ansvarlig frivillige	Geir Eikeskog Else Storhaug

ETCH 2019 konkurranse komite:

Konkurranse leder	Kristian Bøe
Assistent konkurranse leder	Gaute Bjånes

Konkurranse nest leder	Øyvind Røberg
Teknisk/Regi	Nils Kristen Wiig
Administrasjon koordinator	Sølvi Rabben
Teknisk leder konkurranse	Trond Lindanger
Assistent teknisk leder konkurranse	Steffen Thorsen
Teknisk leder anlegg	Jørn Vølstad
Dommer koordinator	Ole Petter Sandvig
Assistent dommer koordinator	Victor Øvregård

Andre ressurspersoner:

Arvid Nedrebø har hatt rollen som materialforvalter, og har i tillegg hatt hovedansvaret for mosjonsløpene Arborettrimmen og Parkløpet. Turid Nedrebø har hatt ansvar for innkjøp og salg i kiosk både på stadion og i Sandneshallen.

Ut over ressurspersoner nevnt over, har idrettslaget en fast stab av dyktige funksjonærer som har bidratt til at Sandnes IL er distriktet største arrangør av stevner.

I den sammenheng er det en riktig anledning å nevne de som har vært med på nesten alle stevnene vi har arrangert i 2019: Else Storhaug, Trond Lindanger, Bernt Sigve Ravndal (Gjesdal IL), Egil Ravndal (Gjesdal IL), Jens Storhaug, Helge Hamre, Christine Eikeberg, Anne Merete Humstad Aasmo, Thorleif Larsen, Svein Ulstad, Trygve Nevland, Sigurd Sirevåg og Olav Bergland.

Jens Storhaug og Anne Brit Sandberg stod for organisering av treningsleir til Tenerife i påsken. Det var 5 ledere og 34 utøvere som deltok på treningsleiren.

En annen sentral gruppe som gjør en fantastisk innsats for idrettslaget, er de dyktige og engasjerte trenere vi besitter. Trenere utgjør grunnpilaren for at friidrettsgruppa nå har en enorm bredde, samt at idrettslaget er blant landets fremste friidrettslag med prestasjoner i høy klasse. Vi har totalt 10 treningsgrupper under 15 år med 250 barn, og treningsgrupper for mellomdistanse, sprint, hekk, kast og mangekamp på ungdom/junior/senior nivå.

3 Oppsummering av året 2019

3.1 Generelt

Det har vært et år med sterke prestasjoner nasjonalt og internasjonalt. Friidrettsgruppen har arrangert 22 stevner og mosjonsløp.

Antall medlemmer vokser fortsatt, og vi hadde en moderat vekst på 4% (713 medlemmer per 31.12.2019).

Det er avholdt 9 styremøter i 2019. I tillegg kommer andre møter og kommunikasjon for å samordne ulike aktiviteter. Det har vært et godt fremmøte på styremøtene. Flere av styremedlemmene var også sentrale i ETCH organisasjonen.

Et lite tilbakeblikk på året som gikk:

- Europamesterskapet for landslag i august ble en skikkelig opptur for friidretten i vår region, der vi mobiliserte 500 frivillige med over 18.000 dugnadstimer. Det ble et helproft arrangement med store opplevelser for deltakere, frivillige samt publikum både på stadion og fra TV ruta.
- Sandnes IL har en rekke bredestevner, og tar ansvar for at barn og unge får utvikle seg med gode konkurransemuligheter ut fra sitt nivå.
- Mosjonsløpene vår er i stadig utvikling og Sandnesløpet med sine 1000 deltakere i 2019, har på rekordtid etablert seg som et betydningsfullt mosjonsløp i vår region.
- Medlemsveksten fortsetter, og Sandnes IL befester sin posisjon som et av de største friidrettsmiljøene i landet.
- Vi har brødre trioen som har skapt begeistring i hele landet, ja til og med i det store utland. De er godt synlige i treningshverdagen for våre barn og unge, som har sine forbilder i eget idrettslag.
- Vi har utdannet nye trenere, og opprettet flere nye treningsgrupper.

3.2 Økonomi

Regnskapet for Sandnes Idrettslag Friidrett viser et driftsresultat for 2019 på kr 51 170 mot et budsjett på minus 140 000.

Imidlertid viser årsresultatet et overskudd på kr 1 261 463 for Friidrett totalt. Forskjellen mellom driftsresultat og årsresultat er overskuddet fra Europamesterskapet i Friidrett for Landslag (ETCH) som beløper seg til kr 1 291 244. Omsetning i 2019 var på kr 4 747 803, et tall som inkluderer overskuddet fra ETCH som har sitt eget regnskap.

Inkludert i regnskapet til friidrett er altså overskuddet fra ETCH som vi arrangerte i august 2019. Alle kostnader fra SI Friidrett relatert til ETCH er inkludert i et eget regnskap for dette arrangementet, for eksempel deler av tiden til daglig leder, administrasjonskostnader og lignende kostnader.

Friidrettsgruppen består av en stor gruppe ungdommer, flere utøvere på Elitenivå, og det kreves mer av økonomi for å kunne tilby tilfredsstillende løsninger til våre trenere og utøvere. Klubben har et mål å stimulere til økt aktivitet samtidig som en klarer å begrense egenandelene for den enkelte utøver.

Samlet bankinnskudd på kr 2 968 924 (hvorav kr 968 er bundne skattetreks midler) og har således midler å tære på i aktive år for en klubb med stor aktivitet og høye kostnader. Av totale bankinnskudd er kr 1 130 544 på sperret konto som disponeres av et fondsstyre. Det er ikke brukt av denne kontoen i 2019. Konto til ordinær driftsaktivitet er på kr 669 967 pr 31.12.2019, ned fra kr 776 673 pr 31.12.2018.

Se for øvrig regnskap 2019, og budsjett 2020 i vedlegg 1.

3.3 Kompetanseheving

For å kunne sikre at vi har et idrettslag i utvikling, er det viktig å utdanne trenere, funksjonærer og dommere. Det er viktig å kunne ha gode trenerressurser, men også en dyktig og kompetent arrangørstab.

Her er oversikt over kompetansehevende kurs eller tiltak i 2019:

- Friidrett for barn kurs
- Trener 1 kurs
- Oppdatering dommere/funksjonærer i forbindelse med EM for landslag
- Trener 1 kurs
- Trenerløftet
- Trener i utvikling
- Kompetansehelgen
- Skadeforebyggende temakvelder, og hjerte og lungeredning
- Tidtakerkurs mosjonsløp

Røde Kors Førstehjelp hadde kurs i hjerte og lungeredning ifm. treff for personer som skulle være frivillige under EM i friidrett for landslag. Rundt 150 personer fikk opplæring den 4. juni.



Foto (Rune Helliessen): Opplæring i hjerte og lungeredning.

3.4 Kapasitet og ventelister

Det er fortsatt stor pågang til alle våre treningsgrupper, og dette gjør at vår kapasitet til å ta imot alle som ønsker å drive med friidrett ikke strekker til. Det er per januar 2020 rundt 150 barn på venteliste, som er en liten oppgang i forhold til året før. Selv om vi har økt

kapasiteten, har interessen for friidrett økt mer og vi er derfor ikke i stand til å redusere antall barn som står på venteliste.

Vi har etablert gode rutiner for håndtering av ventelister, og standardsvar på henvendelser er utarbeidet til bruk for oppmennene som administrerer ventelistene.

Det ble i 2019 opprettet to nye treningsgrupper.

- En helt ny gruppe for barn født i 2010 (tok inn 27 nye barn i februar)
- En ny Athletix gruppe for ungdom født i 2005 (gruppen ble opprettet i oktober, og treningsgruppen har 15 ungdommer).

Det ble høsten 2019 gitt tilbud til barn født i 2006 og 2007 som står på venteliste om å delta på løpetrening to ganger i uken.

Det har også vært forsøkt å etablere ny treningsgruppe for barn født i 2009, men grunnet manglende respons fra foreldre gikk vi ikke videre med denne gruppen.

3.5 Sportslig oppsummering

Det har vært et nytt godt år for friidrettsgruppa, med et høyt aktivitetsnivå og sterke resultater. Vi har solid bredde og topper i friidrettsgruppa, og dette er resultater av godt arbeid som er lagt ned gjennom mange år.

Friidrettsgruppa har en enorm bredde, men også utøvere på høyt regionalt, nasjonalt og internasjonalt nivå. Vi har fortsatt utfordringer med å gi et friidrettstilbud til alle barn som ønsker å starte med friidrett.



Mangfold: Bredde og topp

Her er noen høydepunkter fra 2019:

- De Sportslige resultatene er fortsatt på et høyt nasjonalt nivå, der vi er i toppdivisjonen i lagkonkurransen for både kvinner (7. plass) og menn (2. plass). Vi har i løpet av året tatt 13 medaljer i NM (junior og senior) og 8 medaljer i ungdomsmesterskaper. Vi har

også veteraner som hevder seg godt i sin aldergruppe, med 25 medaljer i veteranklassene i NM.

- Sterke maratonprestasjoner bla. av Frew Zenebe Brkineh med gull under NM i maraton og sølv under NM i halvmaraton i Sandnes.
- Narve Gilje Nordås deltok i EM terrengløp U23, og ble nr. 12. Han hadde også en solid sesong med 28,51.15 på 10000m, og 1,04,57 på halvmaraton. Narve deltok også under U23 EM, og løp inn til en sterk 6.plass med tiden 28,59.
- På breddesiden har vi rundt 250 barn, og vi hadde solid deltakelse under Tyrvinglekene og Framolekene, i tillegg til mange stevner lokalt.
- Rekrutteringen til mosjonsgruppa er fortsatt god, med jevnt over 50 personer på hver trening. Denne gruppen er også svært synlig under lokale mosjonsløp.
- Vi har stått for 22 arrangementer
- Vi har Internasjonale stjerner i vårt idrettslag, som gir av seg selv og bidrar til å skape friidrettsinteresse, både lokalt, regionalt og nasjonalt. Ingebrigtsen brødrene er en del av vårt treningsmiljø, og internasjonalt har de tatt 4 medaljer; EM gull av Jakob på 3000m innendørs, og sølv på 1500m innendørs. I tillegg tok han gull i EM terrengløp i U20 klassen. Henrik tok bronse på 3000m under EM innendørs I nasjonale mesterskap tok de til sammen 4 gull.



Foto (Martin Meissner). Brødrene Ingebrigtsen etter VM finalen på 5000m

3.5.1 Statistikk

Det er satt 38 nye lagsrekorder i 2019 (50 i 2018), se vedlegg 2, Lagsrekorder for detaljer. Lagsrekordene fordeler seg slik:

- Kvinner: 1 utendørs - (1 inne)
- Menn: 4 utendørs - (1 inne)
- Jenter: 13 utendørs
- Gutter: 7 utendørs
- Menn veteran 10 utendørs.

Det vises for øvrig til statistikk over resultater på krets nivå under Rogaland Friidrettskrets sine sider: <https://www.friidrett.no/k/rogaland/arrangement/kretsstatistikk/>

Det ble tre Norske rekorder av SI utøvere i 2019:

- Henrik Ingebrigtsen: Ny norsk rekord på 3000m (7.36,85), Oslo
- Filip Ingebrigtsen: Ny norsk rekord på engelsk Mile (3.49,60), London
- Jakob Ingebrigtsen: Ny norsk rekord på 5000m (13.02.03), London

3.5.2 Utmerkelser

Følgende ble hedret av Sandnes kommune 1. nyttårsdag 2020, for prestasjoner på høyt nivå oppnådd i 2019.

Prestasjoner på høyt nivå, Sandnes Idrettslag friidrett, sesongen 2018	
Navn	Prestasjon
Henrik Ingebrigtsen	EM Bronse senior innendørs (3000m), Skottland NM gull senior 5000m, Hamar Norsk rekord 3000m, Bislett (7:36.85) EM gull terrengløp U20 NM gull terrengløp lang løype
Filip Ingebrigtsen	NM gull senior 800m, Hamar Norsk rekord på MILE, London (3:49.60)
Jakob Ingebrigtsen	EM gull senior innendørs (3000m) og EM sølv innendørs (1500m), Skottland NM senior gull (1500m), Hamar Norsk rekord 5000m, London (13:02.03)
Astrid Mangen Ingebrigtsen	NM gull 200m innendørs i Haugesund
Frew Zenebe Birkneh	NM gull maraton i Stavanger

Kristian Bøe ble tildelt Sandnes kommune sin innsatspokal for 2019. Juryens begrunnelse:

- Kristian Bøe i Sandnes IL ble foreslått for sin store innsats som stevneleder for EM i friidrett 2019. Som stevneleder var han blant funksjonærene som nedla flest dugnadstimer i forberedelsene av mesterskapet. Mesterskapet i Sandnes ble en stor suksess og bidro til å profilere friidretten på et høyt nivå. Det arbeidet som Kristian Bøe gjennom mange år har lagt ned, har bidratt til å «sette Sandnes på kartet» både regionalt, nasjonalt og internasjonalt. Kristian Bøe har gjennom mange år brukt et utelendig antall timer i planlegging av nasjonale stevner, norske mesterskap og internasjonale mesterskap. Han har gitt sitt bidrag til idrettsarbeidet i Sandnes og

regionen i flere tiår, og det er ingen tvil om at han har gjort, og fortsatt gjør en særlig stor innsats for idretten i Sandnes.

Else Storhaug ble invitert sammen med andre ildsjeler til det kongelige slott til selskap med Kongen og Dronningen. Else fikk også pris fra Sparebankstiftelsen SR bak som årets ildsjel i Sandnes.

SI utmerkelser

Gjert Ingebrigtsen og Else Storhaug ble begge utnevnt til æresmedlemmer under sesongavslutningen 31. oktober 2019. Der mottok også Jakob Ingebrigtsen SI bragdpris.

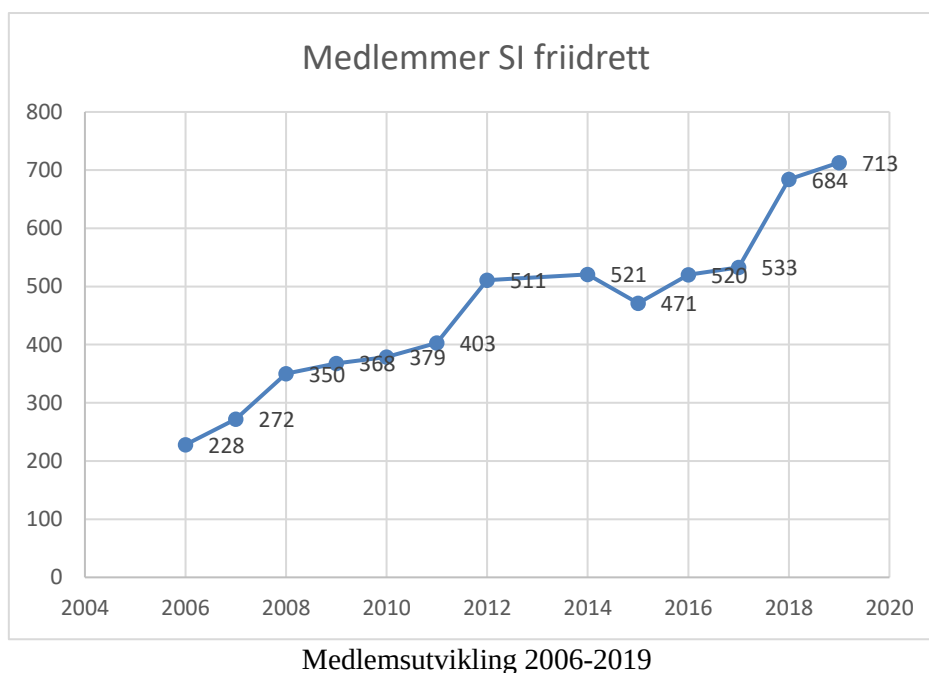


Foto (Inge Akerjordet): Noen av utøverne fra Sandnes IL som ble hedret av Sandnes kommune 1. nyttårsdag. Fv. Kristian Bøe, Jakob Ingebrigtsen, Frew Zenebe Brkineh, og Henrik Ingebrigtsen med ordfører Stanley Wirak.

3.6 Medlemmer

Friidrettsgruppen har hatt en god vekst i medlemstallet de siste årene, og trenden har fortsatt i 2019 men noe mer moderat. Per 31.12 2019 var det 713 medlemmer i friidrettsgruppa, som er en vekst på 4% i forhold til 31.12.2018. Medlemsveksten har de siste 10 årene økt med 94%.

Utfordringen er som tidligere å holde på utøverne når de kommer i tenårene, og utgangspunktet er meget bra da vi har en stor og etablert ungdomsgruppe. Fokus på trenings- og sosiale samlinger er viktig for å skape tilhørighet til idrettslaget og legge til rette for at utøverne vil fortsette. Athletix gruppen ble høsten 2019 etablert for å gi et treningstilbud til ungdom som ikke har fokus på konkurranse.



3.7 Arrangement og aktivitet

Friidrettsgruppa i Sandnes Idrettslag stod for 22 arrangementer, der vi har fokus på bredden i form av stevner for barn/ungdom, men også flere mosjonsløp.

Arrangementsutvalget har for 2019 bestått av Else Storhaug, Trond Lindanger, Sølvi Rabben, Gro Barlaug og Geir Eikeskog, og idrettslaget markerte seg nok en gang som en solid arrangør av stevner for store og små.

Det ville ikke latt seg gjøre å avvikle alle disse arrangementene uten en trofast og dedikert stab av dommere og funksjonærer. Vi takker dem alle for utmerket innsats for friidrettsgruppa i 2019.

3.7.1 Arrangement oversikt

Under følger oversikt over arrangementene idrettslaget arrangerte i 2018.

Innendørs:

- 3 Coop jærcup stevner
- Sørvestmesterskapet
- NM i mangekamp
- Sandneslekene
- Lagmesterskap i hopp uten tilløp

Utendørs:

- SI-stafetten
- COOP Jærcup
- Tinstafetten
- Vindsprint
- Kvalifiseringsstevne
- Høstlekene

Mosjonsløp:

- Parkløpet

- Sandnesløpet
- Hanatrappene opp
- Arborettrimmen (fire løp)

Annet:

- En friidrettsskole (100 barn en uke i skoleferien i Sandneshallen)
- Kremmerdag i Langgata (markedsføring av friidrettsgruppen og Sandnesløpet)



Foto (Geir Eikeskog): Fra friidrettsskolen i juni som ble avholdt i Sandneshallen.

3.7.2 Sandnesløpet

Sandnesløpet ble arrangert for tredje gang den 25. mai 2019 og med 1100 påmeldte (800 i 2018) befester Sandnesløpet sin posisjon som et av de største mosjonsløpene i regionen. Mosjonsløpet har en lav terskel for deltakelse og gir et løpstilbud til hele familien.

Sandnesløpet 2019 er et av de mest komplette mosjonsløpene i Norge, og hadde to barneløp (200m/400m), 1km, 5km, 10km, halvmaraton og et team løp. I tillegg var NM i halvmaraton innlagt i Sandnesløpet 2019 med 80 deltakere.



Foto (Trine Nessler Wichmann): Barneløpet som hadde rundt 250 barn, Sandnesløpet 2019.

3.7.3 Europamesterskapet i friidrett for Landslag – 1. divisjon

EM ble tildelt Norges Friidrettsforbund og Sandnes by 26.10.2018. Sandnes Idrettslag-Friidrett hadde på forhånd blitt forespurt om vi ville stå som teknisk og finansiell arrangør av mesterskapet, noe vi hadde sagt ja til i begynnelsen av september 2018.

Målsetningen for mesterskapet var å;

- Skape en ny folkefest for regionen (deltakere, publikum, media og støttespillere)
- Leverer et kvalitetsarrangement i tråd med standard for slike arrangement

Tilbakemeldingen etter arrangementet var udelt positiv. For eksempel sa Presidenten i NFIF at «både sportslig og arrangementet holdt til en solid innertier». Videre fikk vi positive tilbakemelding fra det Europeiske Forbundet, media/TV, deltakere, ledere, publikum, sponsorer, frivillige og skoleelever.



Bilde (Nanco Hoogstad): fra EM i friidrett for landslag 2019

Organisasjons staben bestod av;

- Hovedkomite (ledet av Stanley Wirak),
- Organisasjonskomite (ledet av Jan Norheim)
- Konkurransekomite (ledet av Kristian Bø)

Strukturen viste seg å være nyttig da hovedkomiteen kunne hjelpe til med de store linjene, samt innspill på den økonomiske siden. Organisasjonskomiteen hadde ansvar for alt som måtte planlegges «utenfor indre bane» samt den økonomiske oppfølging, mens Konkurransekomiteen helt og holdent kunne fokusere på den sportslige delen. I tillegg til komiteene hadde vi ca. 20 personer som hadde nøkkelroller innen sikkerhet/vakthold, transport, kost/losji, attacheer, billettsalg, kiosksalg, utøver landsby, konkurransefasiliteter, dugnadsorganisering, medisinsk og media håndtering. Vi endte opp med totalt med 18300 timer fra 500 frivillige samt at en kompenserte tre sentrale medarbeidere for totalt ca. 2500 timer.



Foto (Nanco Hoogstad): Avslutningsseremoni EM i friidrett for landslag 2019

Konkurransene; Det ble 11 nasjoner som deltok etter at vi fikk melding fra Europeiske forbundet i juni at Russland ikke ville kunne delta pga. at de fortsatt vare utestengt på grunn av «doping kluss». Totalt deltok 500 utøvere og 175 ledere i 20 øvelser for herrer og 20 øvelser for damer, hvorav 2 var stafetter

Portugal vant og rykket dermed opp i Superligaen, mens Norge kom på en god tredjeplass.

Konkurransekomiteen hadde sammen med EA utviklet en veldig god tidsplan, som selv med dårlige værforhold ble overholdt med 1 minutts presisjon, noe som imponerte alle, inkludert NRK.

Publikum; Selv med dårlige værforhold klarte en å fylle stadions sitteplasser fullt ut på lørdagen. Vi hadde besluttet å ikke selge stå billetter før alle sitteplassene var solgt, men mange valgte å stå under de gitte værforhold. Totalt sett regner vi med at totalt ca. 10 000 tilskuere var til stede over 3-dager.



Foto (Rune Helliesen): EM i friidrett for landslag 2019

Økonomi; Organisasjonskomiteen la frem et budsjett på årsmøtet i mars 2019 hvor utgifter og inntekter balanserte med et overskudd på ca. kr 300 000 av en totalomsetning på ca. kr 8 millioner. Det endelige resultatet endte på 1 300 000 kr etter at en hadde delt kr 125 000 med andre klubber, samt at en hadde foretatt en avsetning på uforutsette utgifter på kr 60 000. Det økte overskuddet skyldes økte sponsorinntekter samt en god kostnadskontroll hvor særlig kost og losji for utøvere/leder ble mye rimeligere enn antatt i det opprinnelige budsjettet.

3.8 Anleggssituasjonen

3.8.1 Sandnes idrettspark

Idrettsparken brukes daglig av friidrettsutøverne, elevene i nærskolene og innbyggerne i Sandnes. Det er også kommet idrettslinje på Sandnes VGS, som ukentlig benytter idrettsparken.

Sandnes Idrettslag har i 2019 brukt idrettsparken sammen med Sandnes Ulf, og samarbeidet mellom idrettslagene har fungert godt. 2019 vil være det siste året der Sandnes Ulf spiller A kamper på hovedbanen, og Sandnes Kommune vil «Opprettholde nasjonal standard på friidrettsanlegget inkludert kastøvelser på Giskebanen gressbane».

Det ble i løpet av 2019 gjort en rekke oppgraderinger rettet mot friidrettsaktivitet, og forberedelser til EM i friidrett for landslag. Det ble lagt nytt toppdekke på løpebanen, samt ny utført ny oppmerking. Det ble lagt ny oppvarmingsstripe til sprint og lengde på hovedkunstgress banen, kast gropen ble forlenget og nytt tilløp for spyd ble lagt ved Giskebanen. I tillegg fikk en installert en ny stor skjerm da den gamle var utdatert.

Sandnes Ulf hadde sin siste hjemmekamp for A-laget i 2019, og bystyrevedtak sier at Sandnes stadion først og fremst skal være en friidrettsarena. Dette vil gi en rekke nye muligheter for friidretten, både i forhold til bruk av bygningsmasse, men også ved fremtidige oppgraderinger av friidrettsflatene.

3.8.2 Sandneshallen

Sandneshallen gir en unik mulighet for våre utøvere til å trene godt gjennom hele vinteren for å være godt forberedt til utendørssesongen. Sandneshallen gir alle våre utøvere, fra de yngste

til de eldste de aller beste treningsmuligheter, og hallen er derfor svært viktig for friidrettsmiljøet i regionen.



Foto (Geir Eikeskog): Sandneshallen, sprintstripen

Sandneshallen har vært i drift siden august 2011. Hallen er veldig mye brukt i inneværende år, og det er en økt bruk både fra oss, men også økende bruk av andre friidrettslag. Andre friidrettslag har i 2019 vært Hinna FIK, Sprit, GTI, IL Skjalg og Sola FIK.

Noen mindre justeringer på tidspunkt for oppstart av trening for noen av gruppene ble gjort for å få en mer smidig overgang mellom treningsgruppene. Det er også frigjort areal til kast (i K2) etter dialog med Sandve turn, noe som gjør at vi har tre dager tilgjengelig på dette området.

3.9 Marked / sponsorer

Daglig leder har hatt hovedansvaret for markedsarbeidet i 2019. Vi hadde en sponsortur til Bislet games, og en sponsorsamling etter endt sesong. Det ble i tillegg sendt to nyhetsbrev til sponsorer i løpet av året. Sponsorinntekter er økt i forhold til 2018.

Det har vært fokus på å få omtale i medier om friidretten i Sandnes IL, både sterke resultater, men også med fokus på personer, bredde og arrangementer. Interessen for friidrett virker til å være økende, og avisene har innlegg/reportasjer om våre arrangementer, aktivitetstilbud og utøvere ganske jevnlig. Dette gjelder spesielt vår lokalavis Sandnesposten. Det er viktig for vår egen markedsposisjon å synliggjøre aktivitet vi skaper, og resultater våre utøvere presterer.

SI vil takke sine bidragsytere i 2019:

SI drift sponsorer



ETCH sponsorer



4 Årsrapport fra gruppene

Under finnes en oppsummering skrevet av oppmenn/trenere for de enkelte gruppene.

4.1 2013 gruppen

2013 gruppen startet opp i høst og har trening hver torsdag. Gruppen har 25 medlemmer. Pr 31.12.19 hadde vi 13 stk. på venteliste. Gruppen har blitt trent av foreldre på gruppa.

Ressurspersoner i gruppen:

- Hanne Hagland -hjelpetrener
- Karen Førsvoll Aas - hjelpetrener
- Maja Tytlandsvik - hjelpetrener
- Morten Karlsen - hjelpetrener
- Olga Stangeland - hjelpetrener
- Helen Risa Ween – hjelpetrener/ oppmann

Trener fra 30. januar -20: Kjetil Sætre. Han har bachelor i idrett, utdannet PT og jobber som idrettslærer.

Gruppen har spist havregrøt sammen én torsdag etter trening og hatt juleavslutning med pølser og kos. Siden gruppa er helt ny, har bare noen av barna deltatt på Nissestevnet i november. Vi ser frem til vårsesongen og deltakelse i Jærcupene.

4.2 2012 gruppen

Per Januar 2019 er det 29 medlemmer i gruppen, og det er 35 på venteliste.

Gruppen har en treningsøkt i uken:

- • Torsdag: 17:30-18:30 i Sandneshallen/Stadion.

Ressurspersoner:

- Jeanett Stokkeland og Sarah Hobberstad - Hovedtrenere
- Hjelpetrener (3-4 hjelpetrener)
- Heidi Ravndal – Oppmann

Barna i gruppen har deltatt på følgende arrangementer:

- Juleavslutning før jul i Sandneshallen.
- Stor deltagelse på COOP Jærcup gjennom hele sesongen
- God deltagelse på alle stafetter
- Flere fra gruppa deltok på friidrettskolen (sommerferien)

4.3 2011 gruppen

Per Januar 2018 er det 34 medlemmer i gruppen, og det er 31 på venteliste.

Gruppen har en treningsøkt i uken:

- Tirsdag: 17:30-18:30 i Sandneshallen/Stadion.

Ressurspersoner:

- Hanne Ringnes Sanne - Hovedtrener

- Hjelpetrenerne: Erlend Skjeivik, Linda Lundmark, Hege Aardal, Jesper Gejl og Jørn Tore Berget.
- Inger Kristine Reisvold – Oppmann

Medlemmene deltok i Nissestevne i Sandneshallen i desember, og flere deltok på Coop Jærcup stevner.

Det er ganske godt oppmøte på Jærcuper og Nissestevne. Sandnesløpet og Parkløpet har det også vært god oppslutning rundt.

Gruppen har hatt juleavslutning og sommeravslutning.

4.4 2010 gruppen

Det er to grupper for barn født i 2010, og totalt 49 barn (hhv 22 og 27 barn i gruppene)

Hver av gruppene har en økt hver i uken:

- Tirsdag 16:30-17:30 (gruppe 1) / torsdag: 17:45-19:00(gruppe 2) - Sandneshallen/Stadion.

Ressurspersoner:

- Gruppe 1:
 - Anne Barlaug/ Hanne Ringnes Sanne - Hovedtrenerne
 - Gisle Melås – Oppmann
- Gruppe 2:
 - Liv Storhaug og Tomasz Siemieniuch – Hovedtrenerne
 - Hedvig Eide – Oppmann

Begge gruppene har en gruppe foreldre som bidrar som hjelpetrenerne.

Gjennom høsten forsøkte vi en ordning med tilbud om havregrøt i etterkant av tirsdagstrening.

Barna deltok på et eller flere av Jærcupstevnene i 2019.

4.5 2009 gruppen

Vi er 29 barn i gruppa og 20 på venteliste.

Hovedtreninga er på tirsdager 17.15-18.30. Vi har prøvd å få i gang en løpetreningsøkt på torsdager, men pga. få oppmøtte (2-4stk) så la vi det litt på is. Vi skal prøve igjen i feb./mars. 2-3 stk. har også deltatt på kasttreningene på onsdager.

Det er 7 trenere i gruppa:

Hovedtrener: John Willy Bjerkli

Hjelpetrener: Gisle Melås

Gunn-Rita Dahle Flesjå- mye erfaring og kunnskap☺

Lars Andre Kalve- Friidrett for barn kurs

Bodil Høyvik- Friidrett for barn kurs, I gang med trener 1 kurs.

John Magnus Etnan- 60 studiepoeng i idrett fra Norges idrettshøyskole

Therese Grimstad- Friidrett for barn kurs og trener 1

Oppmann: Therese Grimstad

På våren var vi med på flere stafetter, Skjalg, Bryne, Ålgård og Sandnes. Det var veldig vellykket, flott gjeng som hadde det kjempegøy! 12-15 stk. har deltatt på Coop-Jærcup, både inne og ute.

I mars hadde vi en sosial samling på SI hytta. Enkel stjerne orientering med morsomme oppgaver og pizza inne på hytta etterpå. Dette mener vi gjorde mye for samholdet i gruppa, mange fikk sterkere vennskapsbånd og det var bare god stemning.

Rett før jul hadde vi en liten juleavslutning etter trening med pølse servering. Litt kommentarer på at pølser ikke er julemat ☺, men veldig koselig.

.

4.6 2008 gruppen

Per 31/12 2019 er det 30 medlemmer i gruppen, og det er 9 på venteliste.

Gruppa har 2 treningsøkter i uken:

- Tirsdager: 17:15-18:45 i Sandneshallen (vinter)/Stadion (sommer)
- Torsdager: 17:00-18:00 på Stadion hele året. Dette er en ren løpe økt.

Ressurspersoner:

- Anne Barlaug – Hovedtrener
- Ola Hausken - Hjelpetrener
- Anne Siri Sævereid - Hjelpetrener
- Tom Rune Dysjaland – Hjelpetrener
- Per Magne Riska Pedersen – Hjelpetrener
- Øyvind Egelid - Hjelpetrener
- Arne Halvor Embergstrud – Oppmann (har sagt opp, ikke fått ny oppmann enda)

3 av trenerne tok Friidrett for barn kurset, og en av de holder på med Trener 1 kurset.

Utøverne har vært med på de fleste arrangementene i området:

- Coop Jærcup (8 stevner ute og 3 stevner inne)
- Sørvestmesterskapet (inne)
- Høstlekene
- Stilte både jente og guttelag i Skjalg stafetten, Ålgård stafetten og Sandtangstafetten, og så hadde vi med hele 5 lag under SI stafetten
- 4 barn var også med på Framolekene i Bergen

Sesongen ble avsluttet i Sandneshallen i forbindelse med siste trening for året.

4.7 2007 gruppen

Per januar 2020 er det 32 medlemmer i gruppen, og det er 17 på venteliste. Gruppa har tilbud om fire treningsøkter per uke:

- Mandager 17.45-18.45 Løpeøkt med oppmøte på Sandnes stadion
- Tirsdager 17.15-18.45 i Sandneshallen (vinter) / Sandnes stadion (sommer)
- Onsdager 18.00-19.00 i Sandneshallen (kast-trening: kule, diskos, spyd)
- Torsdager 17.00-18.00 Løpeøkt med oppmøte på Sandnes stadion

Ressurspersoner i 2019:

- Gro Barlaug - Hovedtrener
- Arve Aardal - hjelpetrener
- Dag Hunsbeth – hjelpetrener
- Lene Osenbroch – hjelpetrener
- Jarle Risa – hjelpetrener
- Arild Selliken – hjelpetrener (løpeøkt)
- Jan Vidar Øie – hjelpetrener (løpeøkt)
- Bjørn Tjemsland – Oppmann

2007-gruppa har vært på cirka 30 barn gjennom hele 2019, og vi har fått redusert både antall som står på venteliste og tiden man må vente. Hovedtrener for gruppa har god hjelp av 6 hjelpetrenere.

Sesongen startet med innendørstreninger på tirsdager i Sandneshallen sammen med løpstreninger utendørs. Videre utover i sesongen flyttet vi oss ut til stadionområdet. Det har vært to faste treninger i uka, og i tillegg har det vært tilbud om ekstra løpstrening og teknisk trening.

Det har vært mindre stevnedeltakelse enn forventet, noe vi jobber med å forbedre. Gjennom høsten forsøkte vi en ordning med tilbud om havregrøt i etterkant av tirsdagstrening, noe som opplevdes som positivt.

Vi hadde juleavslutning med i desember med utdeling av Coop Jærcup medaljer.

4.8 2006 gruppen

Per 31.12.2019 er det 24 medlemmer i gruppen, og det er 2 på venteliste.

Gruppa har tre treningsøkter per uke:

- Mandager: 17:45 -19:00 - Sandnes stadion (Trener er Kari Kulkarni)
- Tirsdager: 17:45 -19:00 - Sandnes stadion (Trener er Ørnulf Johannessen)
- Torsdager: 17:30 -18:45 – Sandneshallen/Sandnes Stadion.

Noen utøvere deltar også på kasttrening og stavtrening.

Ressurspersoner:

- Ørnulf Johannessen – Hovedtrener
- Stian Sletten – trener
- Øystein Paulsen – hjelpetrener
- Rune Ims - hjelpetrener
- Gillian Dale – Oppmann (til sommeren 2019)
- Elisabeth M. Schoopp – Oppmann (fra høsten 2019)

Stevner der utøvere har deltatt er blant annet Sandtangstafetten, Skjalgstafetten, Ålgårdstafetten, SI stafetten og Mailekene, Coop Jærcup, SI-stevne, Framolekene, Tyrvinglekene.

Noen av barna deltok som kurvbærere under EM i friidrett for lag på Sandnes stadion. Det har også blitt holdt et utøvermøte.

4.9 2005 gruppen

Denne gruppen gikk fra oktober over i 15 gruppene samt Athletix gruppen.

4.10 Løpegruppen for mosjonistene

Per januar 2020 er det rundt 150 registrerte medlemmer i gruppen. Snittalder for denne gruppen ligger rundt 40 år, og det er en jevn fordeling av kvinner og menn i gruppen. Antall personer på trening varierer over året, og det er minst oppmøte vår/sommer (ca. 30-40 på trening) og mest på høst/vinter (mellom 45-55 på trening).

Gruppa har tilbud om to treningsøkter per uke:

- Tirsdager og torsdager (stadion) – Intervall trening på løpebanen

Ressurspersoner:

- Cecilie Klungtveit – Hovedtrener
- Christina Toogood – Hjelpetrener
- Sveinung Berge – Hjelpetrener
- Geir Eikeskog – Oppmann



Løpegruppa for mosjonister har på kort tid etablert seg som en stor treningsgruppe

Løpegruppen som ble etablert i november 2017 utgjør nå en betydelig andel løpere i voksen alder, og Sandnes IL er godt representert på regionale mosjonsløp, men også på andre større mosjonsløp i Norge og i utlandet.

Det ble gjennomført to temakvelder i 2019, der tema var *Forberedelser før, under og etter løp og løping i mosjons/folkehelseperspektiv, forbedring uansett nivå*. I tillegg ble det servert solbærtoddy og pepperkake på siste trening før jul.

4.11 SI Friidrettstrim

Friidrettstrimmen startet i 1976 og har nå pågått i 44 år. Invitasjonen den gang var et skriv fra Kristian Bøe til 27 tidligere aktive friidretts utøvere. Han ville samle dem til en ukentlig innendørstrening. Fremmøte var bra og alle satt pris på å opprettholde kontakten med friidrettsvenner og Sandnes Idrettslag. Treningen den gang var ballspill og gymnastikk, og vi fikk treningstid i gymnastikksalen på Trones skole.

Treningsdag, gymnastikksal og treningsopplegg har endret seg noe i løpet av 44 år og likeledes deltakerne. Noen er falt i fra og nye er kommet til. Mange av dagens deltakere er blitt pensjonister. I 2019 har deltakelsen vært mellom 15 til 20 stk. og vi har trent hver tirsdag kl. 20 til 21.30 på Skeiane Skole fra september til april. Treningen består av ballspill, gymnastikk, styrke- og sirkeltrening. Vi har 2 faste sosiale samlinger i året, fast pinnekjøttmiddag før jul og sesongavslutnings middag på byen en kveld etter siste trening.

Selvutnevnt trener i alle år har vært og er fortsatt Kristian Bøe.

4.12 Team Athletix gruppen

Athletix gruppen ble opprettet i oktober 2019, og hensikten var å gi ungdom som ikke satser fullt og helt på friidrett et godt treningstilbud. Det har vært to treninger i uken, og i høst/vinter har disse øktene blitt gjennomført på ettermiddager i Sandneshallen, og utendørs i Sandnes idrettspark.

Det er 14 medlemmer i gruppen, og oppmøtet har i snitt vært 8 ungdommer, og på det meste 12. Alle ungdommene går på konfirmantundervisning på en av treningsdagene.

Trener: Vienna Søyland Dahle(hovedtrener), Synne Eikeland, Stian Sæbø og Espen Refsland.

Fokus har vært morsom og allsidig trening, og kjernen i gruppen er ungdommer som kom fra 2005 gruppen som gikk over i 15+ gruppene i oktober.

4.13 Junior og Seniorgruppe sprint/teknisk

Hovedtrener: Jens Storhaug.

4.14 Seniorgruppe sprint/teknisk

Utøvarar

Denne sesongen har gruppa bestått av Rein Torsvik, Hanne Berit Irgens, Selma Lif Thorolfsdottir, Imran Mahmood, Soban Inayat, Tomasz Siemieniuch, Karianne Lindanger, Siri Lindanger, Ingrid Haga og Øystein Paulsen

Hovedtrener: Trond Lindanger.

Antall treningar i veka

Gruppa trente seks dagar i veka. Mandag-laurdag. I tillegg eigentrening for enkelte.

Treningsstad

Treninga har foregått i Sandneshallen, på Sandnes stadion (bane og styrkerom) og på kringliggende friområder.

Aktivitet

Innandørs

Ungdomsmesterskapet innandørs

Tomasz vann 60m i klasse G18/19 på tida 6,99 etter å ha vore gjennom eit lengre skadeavbrot.

NM innandørs

I lengde utan tilløp satte Rein personleg rekord med eit hopp på 3,08. Med dette resultatet blei han nummer 5 i mesterskapet.

Veteran-NM

Øystein vann 200m i klasse MV40 med tida 25,10.

Utandørs

Nordisk mesterskap og juniorlandskamp U20

I kamp mot dei beste U20-utøvarane i norden, endte Tomasz opp på 4.plass på 200m. Under krevande forhold løp han inn på tida 22,48 (-1,8).

Ungdomsmesterskapet

Tomasz løp inn til sølvmedalje og ny pers på 200m med tida 21,87 (+2,0).

Junior-NM

Det blei sølvmedalje og årsbeste for Tomasz på 100m, med tida 10,94 (+1,6). Soban løp i sin klasse på tida 10,96 (+2,7).

Hovedmesterskapet

Hanne Berit deltok på stafettlaget vårt som tok sølvmedalje på 1000m-stafett. Individuelt kom ho til semifinale på 100m med tida 12,31 (+1,2). Tomasz kom seg også til semifinalen 11,07 (+0,7), medan Soban, med knapp margin, ikkje kom seg dit med tida 11,12 (+1,5).

NM mangekamp

Rein tok sølvmedalje i 10-kamp i klasse MS med poengsummen 4268.

4.15 Hekk og Sprint

Hekk og sprint gruppa har bestått av følgende utøvere:

Astrid Mangen Ingebrigtsen, Agathe Holtan Wathne, Ida Bakke Hansen, Hans Christian Walker, Emilie Sandberg, Nora Haugen

Hovedtrener: Anne Brit Sandberg

Hjelpetrener: Richard Sandberg

Antall treninger i uka: 6 treninger

Treningstid: Mandag - torsdag kl. 17:30, fredag kl 15:30 og lørdag kl. 11:00

Vi har variert på steder som Sandnes Stadion, Gisketjernet, Sandneshallen.

Astrid Mangen Ingebrigtsen (1994)

Astrid hadde en flott innendørssesong med flotte resultater 60 m med 7,53 og 200 m med 24,08. Med dette resultatet ble hun norsk mester på 200 m og sølv på nordisk mesterskap. I tillegg debuterte Astrid på 400 m under et internasjonalt stevne i Tyskland med tiden 55,35 som gav henne 2 plass på norgesstatistikken innendørs i 2019. Utendørs hadde Astrid et flott 100 m løp med tiden 11,79. Astrid deltok på Sandnes sitt 1000 m stafett lag på NM som tok en 2 plass. Astrid løp da 300 meteren.

Agathe Holtan Wathne (1994)

Agathe hadde en fin innendørssesong. Under NM innendørs kom hun på 3 plass på 60 m hekk. Utendørssesongen løp Agathe inn til 4 plass i finalen med årsbeste 13,71. Agathe deltok på Sandnes sitt 1000 m stafett lag på NM som tok en 2 plass. Agathe løp da 200 meteren.

Ida Bakke Hansen (1993)

Ida startet innendørssesongen bra med finaleplass i NM i Haugesund på 60 m med 7,73 (7 plass) og en 5 plass på 200 m med 24,99. På grunn av avsluttende studier og sykdom fikk dessverre ikke Ida vist det beste i utendørssesongen.

Emilie Sandberg (2000)

Emilie hadde en fin sesong etter flere år med skade. Emilie perset mye på 100 m hekk fra 14,52 til 14,29. NM på Hamar kom hun til finalen og tok en fin 6 plass. Målet var å delta i EM U20, men det misset hun med kun 9/100 deler.

Nora Haugen (2003)

Noras var ny i gruppe fra 1.1.19. Hun hadde slitt med skade hele høsten og kom inn i gruppa med full iver. Det var mye alternativ trening i starten, men fra mars og fram mot sesongen gikk det gradvis bedre.

Nora perset både på 100 m, 200 og 400 m. Hennes beste prestasjon var 4 plass på 400 m under junior NM. Nora deltok også på Sandnes sitt 1000 m stafett lag på NM som tok en 2 plass. Nora løp da den avsluttende etappen på 400 meter.

4.16 Mellom / Lang distanse / Eric Toogood og Helge Hamre

Trenere

Eric Toogood, Helge Hamre

Antall treninger i uka

Gruppa trente fire til seks dager i uka. Mandag-lørdag.

Treningssted

Treningen har foregått i Sandneshallen, Gisketjernet, og på Sandnes stadion (bane) og på omkringliggende friområder.

Utøvere:

Guro Bakke Johnsen (2000)

Guro har hatt en problematisk 2019 sesong. Har slitt med småskader, få løp
1500m:4.45,21

Kristina Myklbost

Regelmessig på trening - en del småskader slik at det ble få baneløp
400m 69,23
800m 2.44,19

Mariel Fanebust

Regelmessig på trening men få baneløp
800m 2.44,99

Elise Kulkarni

Regelmessig på trening men få baneløp
400m 1.20,29
800m 3.05,99

Frode Tjelta

Regelmessig på trening, mange gode resultater på lengre løp, veldig bra sesong
Maraton 2.42,09 København
Maraton 2.46,33 Stavanger Maraton 4 plass, Norsk Mester Veteran
Maraton 2.47,08 Karmøy 1 plass
Siddisløpet 28,35 20 plass

Sanne Hamre

God deltakelse på trening, sliter med pusteproblemer, har nedprioritert mellomdistanse
400m 65,67
800m 2.29,33

Christina Toogood (1989)

Christina fikk til flere gode løp i 2019
800m: 2.11.64 - 3 plass (heat 2) Bislett - Boysen Memorial (5.7.2019)
1500m: 4.24.92 - 10 plass Watford (10.7.2019)
3000m: 9.48,77 - 1 plass (Ålgård 23.9.2019) - pers.
3000m: 9.56,89 Sandnes 5 plass mx. (innendørs)
NM Terrengløp - Larvik 4 plass
NM Hamar - 4 plass 1500m
5 km Solnedgangløpet 17.38 1 plass Sola
10 km gateløp 37.32 4 plass Munchen
½ Maraton 1.32,53 6 plass - Ryfastløpet

Haakon Eikeskog

Deltok dessverre på få løp i 2019 men er regelmessige på trening
800m 2.25,03
1500m 5.25,92
5 km Solnedgangløpet 20,22 37 plass Sola

Hans Magne Asheim

Kom seint i gang med trening pga skader i 2018 sesong, trent bra hele vinteren men det ble få løp på sommeren pga sykdom og smerter i foten. Er nå skadefri.

800m 2.00,66
1500m 4.17,75

Mathias Sandvik

Regelmessig på trening men ingen baneløp pga skader/sykdom
Siddisløpet 24 plass 29:30

Bryan Ahmadi Sebastian

Stort sett alltid på trening, deltar mye på mange ulike distanser.

200m 26,92
400m 61,11
800m 2.16,83
1500m 4.37,75
2000m 6.26,04
Tresteg 9,41
Spyd (600gm) 16,52
Siddisløpet 52 plass 31:24
Mosvannsløpet 22 plass 10:20

Mathias Solem Mikkelsen

Mathias deltok på noen treninger, men har ikke deltatt i løp

Simon Bø-Sande

Veldig stabil på trening, få baneløp men flere gode gateløp

1500m 4.16,11
3000m 9.52,79 (innendørs)
Siddisløpet 16 plass 28.12
Mosvannsløpet 6 plass 9:22
Stavanger maraton 5km 9 plass 16:31

Martin Aksland

Martin har trent en del i min gruppe, men har ikke konkurrert så mye i sommer
800m 2.25,37

Tim Huusko

Tim deltok dessverre ikke i noen løp i 2019 - Deltok på regelmessige på trening vinter/vår.

Clemens Sundby Øxnevad

Som i fjor, har Clemens hatt en god sesong, men har ikke løpt på bane. Clemens fokuserer på O-løp og motbakkeløp.

Yohannes Bahta

Bra sesong, Yohannes er alltid på fellestrening og konkurrerer ofte

100m 14,76
200m 28,72
400m 62,19
800m 2.21,33
1500m 4.41,26
2000m 6.37,31

Vegard Bakke Johnsen

Var en del på trening men har ikke konkurrert

Anne Asheim

Var en del på trening men har ikke konkurrert

Arn Aareskjold

En del på trening men lite konkurranser pga skader
60m 10,73

Torbjørn Aareskjold

Deltar regelmessige på trening
Har deltatt på noen få løp

Sigurd Seglem Bjørnevaag

Deltok på flere treninger på høsten 2018 men fikk en skade i foten. Sigurd har ikke valgt å komme tilbake foreløpig.

4.17 Mellom / Lang distanse / Ingebrigtsen

Utøvere/trenere

Denne sesongen har gruppa bestått av Henrik Ingebrigtsen, Filip Ingebrigtsen, Jakob Ingebrigtsen, Ingrid Ingebrigtsen, Bjørg Risa, Narve Gilje Nordås og Camilla Ziesler.

Hovedtrener er Gjert Ingebrigtsen.

4.18 Kastgruppen

Kastgruppen har hatt fast kastdag onsdager, både inne og ute. Hovedtrener har vært Sølvi Rabben, og hjelpetrener Øyvind Egelid. I tillegg har det vært organisert ekstratreninger med trenere med spesialkompetanse der Arne Indrebø (spyd) og Gjørn Sørli (kule og diskos) har bidratt, samt kretstreninger i innendørs sesongen, annenhver fredag i Sandneshallen.

Deltakere fra SI på kasttreningene har vært; Håvard Haugen, Lucas G Nilsen, Ludvig Dahle Hansen, Julie B Fuglestad, Julie P Ghysels, Kristine Aksland, Inga Rabben Reimers, Jonas Berggård Skåden, Torbjørn Lending. Deltakere fra andre idrettslag; Elsie Hjartholm Seger, Peder H Skjevra, Marit Berge, Andreas Nesse, Erik Liberg.

Mange har vært flittige deltagere på Kastkarusellene på Stavanger stadion. Det har vært mange personlige bestenoteringer denne sesongen, og det er satt en rekke lagsrekorder og flere kretsrekorder. Fra høsten 2019, har det også vært kasttrening for mange kjempene på tirsdager.

4.19 Stavgruppen

Stavgruppa i 2019 har bestått av 9 personer fram til oktober, fra oktober teller stavgruppa 14 personer fra 14 til 19 år i det guttene fra mangekampgruppa begynte å trene stav.

Grappa trener stav en gang i uken. Dette er jo ikke nok for å bli en god stavhopper, men alle utøverne trener andre grener i tillegg, de fleste som en del av en mangekampsatsing og da er en gang pr uke greit.

Følgende medaljer er tatt i norske og regionale mesterskap i 2019:

UM ute:

Karianne Lindanger, bronse i J18/19

Kristine Aksland, bronse i J15

Lerøylekene:

Selma Ims, gull i J14

Elise Eikeland, sølv i J14

Endre Maldal, gull i G14

Vilde Kulkarni, sølv i J13

Hanne Kulkarni, bronse i J13

Det er satt to nye kretsrekorder i stav i 2019, Vilde Kulkarni, 2.30 i J13 og Selma Ims 2.85 i J14

4.20 Mangekampgruppen

Hovedtrener er Anna Bråttvik.

Denne gruppen ble etablert høsten 2019, og Anne Brit Sandberg bidrar med kompetanse i gruppen.

4.21 Langdistanse / maraton

Utøver Frew Zenebe Brkineh og trener Inge Akerjordet

Frew fortsatte å ha fokus på NM i halv og helmaraton i 2019, samt på 10.000 m i hoved NM. Det ble suksess på begge maratondistansene. Frew ble 30. august suveren norsk mester i maraton i Stavanger. På det meste ledet han med mer enn 4 minutter.

Under Sandnesløpet i mai ble det sølvmedalje i NM på halvmaraton med ny personlig rekord på 1.06.29, bare drøye 20 sekunder bak vinneren Ebrahim Abdulaziz.

Hoved NM på 10.000 m ble gjennomført med økende smerte i fotbladet. Frew fikk dessverre en liten skade under en 3000 m på Bislett stadion i juli der forløperen var et brannså på den ene foten.

På 5000 m under Boysen Memorial på Bislett løp Frew inn til ny bestetid på 14,16 og en sterk 3. plass. Han gikk helt til topps for 4. gang på halvmaraton under Bergen City Marathon, og i det internasjonalt rangerte og krevende Midnight Sun Marathon ble det en flott andreplass. Frew satte her ny pers på maraton med 2.23,26 i konkurranse med et flertall utenlandske løpere. Frew er blant de syv raskeste gjennom alle tider i Midnight Sun Marathon.

I september ble det en flott seier i det historiske Ryfastløpet.

Løp for langt i Djupadalten og mistet seieren. I 3-sjøersløpet pådro Frew seg en strekkskade. Frew var en avgjørende brikke på Sandnes sitt vinnerlag i Ålgårdstafetten.

I vintersesongen og langt utover våren trente han 11- 12 økter pr uke, til sammen 230 til 240 km pr uke, pluss styrketrening 2-3 ganger pr uke. 3 dager med felles trening.

Treningen forgikk i og omkring Mosvannet, Stokkavatnet/ Hålandsvannet, samt rundt Hafrsfjord, rundt Gisketjernet, i og rundt Sandnes Idrettspark /stadion, på Stavanger stadion og i Sandneshallen, samt på Bogafjell og på Elexia.

Resultater:

- Hålandsvannet rundt 08.04.2019 nr. 1 på 7 km 21.56
- Bergen City Marathon 27.04.2019 nr. 1 på halvmaraton 1.09.48
- NM halvmaraton i Sandnes 25.05.2019 nr. 2 på halvmaraton 1.06.29
- Midnight Sun Marathon 22.06.2019 nr. 2 på maraton 2.23.40
- Boysen Memorial Bislett 05.07.2019 nr. 3 på 5.000 m 14.16.98
- Hoved NM Hamar 04.08.2019 nr. 8 på 10.000 m 30.14.53
- NM Maraton i Stavanger 30.08.2019 nr. 1 på maraton 2.34.53
- Ryfastløpet 05.10.2019 nr. 1 på halvmaraton 1.09.50
- Djupadalten Haugesund 19.10.2019 nr. 3 på 9,3 km 30.01
- 3-sjøersløpet 09.11.2019 nr. 5 på halvmaraton 1.07.50

5 Vedlegg 1 – Regnskap 2019 og budsjett 2020

Regnskap 2019 / Budsjett 2020:

SI FRIIDRETT	Budsjett 2019	Regnskap 2019	Budsjett 2020
Treningsavgift	330 000	353 927	350 000
Treningsavgift mosjonistgruppe	90 000	92 000	95 000
Egenandel stevner	150 000	101 321	150 000
Egenandel treningsleir 2019/20	100 000	210 900	100 000
Påmelding egne stevner	100 000	73 275	100 000
Påmelding Friidrettsskolen	220 000	170 580	200 000
Påmelding Sandnesløpet	250 000	232 643	250 000
Sponsormidler	950 000	1 118 540	1 200 000
Bodsalg	130 000	276 043	160 000
LAM-midler	150 000	265 279	150 000
Tilskudd forbund / Gavefond	100 000	171 701	100 000
MVA Refusjon	140 000	25 000	140 000
Interne overføringer (hovedstyre)	450 000	365 349	450 000
SUM DRIFT SINTEKTER	3 160 000	3 456 558	3 445 000
Startkontingenter	(200 000)	(153 189)	(150 000)
Kostnader egne stevner og arrangementer	(240 000)	(252 787)	(240 000)
Treningsleir 2019	(150 000)	(277 347)	(150 000)
Treningsleir 2020		(64 000)	
Reiseutgifter	(600 000)	(419 061)	(500 000)
Overnatting	(230 000)	(227 055)	(230 000)
Kontrakter utøvere	(574 000)	(543 932)	(595 000)
Kontrakter trenere	(436 000)	(411 950)	(545 000)
Treningsutstyr	(50 000)	(105 918)	(50 000)
Utdanning og kurs	(30 000)		(30 000)
IT kostnader	(20 000)		(20 000)
Lønnsutgifter	(510 000)	(745 335)	(850 000)
Markedsføring	(100 000)		-
Administrasjon	(120 000)	(163 830)	(120 000)
Diverse kostnader	(40 000)	(40 984)	(40 000)
SUM DRIFT SUTGIFTER	-3 300 000	-3 405 389	-3 520 000
ÅRSOVERSKUDD	-140 000	51 170	-75 000

6 Vedlegg 2 – Lagsrekorder 2019

JENTER				
Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	dato
200 m 16 år	25.14 +1.2	Nora Haugen	Nadderud	15.06 2019
300 m 15 år	44.98	Sanna Hamre	Lye	20.05 2019
400 m 16 år	58.53	Nora Haugen	Lillehammer	22.06 2019
Stav 13 år	2.30	Vilde Kulkarni	Haugesund	31.08 2019
Stav 14 år	2.85	Selma Ims	Haugesund	31.08 2019
Tresteg 14 år	11.21 +1.1	Selma Ims	Ålgård	22.06 2019
Tresteg 18 år	10.86 +2.0	Siri Lindanger	Stavanger	29.08 2019
Kule 3 kg 14 år	13.18	Inga Rabben Reimers	Fana	02.06 2019
Kule 4 kg 14 år	10.58	Inga Rabben Reimers	Stavanger	13.08 2019
Diskos 750 g 14 år	35.60	Inga Rabben Reimers	Sandnes	22.07 2019
Slegge 3 kg 14 år	38.10	Inga Rabben Reimers	Stavanger	26.06 2019
Spyd 400 g 14 år	41.37	Inga Rabben Reimers	Nadderud	16.06 2019
Liten ball 150 g 14 år	58.58	Inga Rabben Reimers	Sandnes	15.05 2019
GUTTER				
Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	dato
60 m 14 år	7.55 +1.9	Jonas Fjordholm	Haugesund	18.05 2019
100 m 14 år	11.89 +1.7	Alexander Skrede	Sandnes	22.07 2019
400 m 14 år	57.41	Håvard Haugen	Sola	04.06 2019
Høyde 14 år	1.72	Lucas Grimstad Nilsen	Fana	02.06 2019
Diskos 1 kg 14 år	40.74	Håvard Haugen	Nadderud	14.06 2019
Slegge 4 kg 14 år	35.78	Håvard Haugen	Ålgård	22.06 2019
Spyd 700 g 17 år	57.80	Jonas Berggård Skåden	Sandnes	15.05 2019
MENN				
Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	dato
1 engelsk mile	3.49.60	Filip Ingebrigtsen	London, GBR	21.07 2019
3000 m	7.36.85	Henrik Ingebrigtsen	Oslo/Bi	13.06 2019
5000 m	13.02.03	Jakob Ingebrigtsen	London, GBR	20.07 2019
VETERAN				
Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	dato
100 m 50 - 54 år	12.33 +1.6	Torleiv Hølland	Sandnes	22.07 2019
200 m 50 - 54 år	25.58 -0.7	Torleiv Hølland	Furumo	22.06 2019
5000 m 35 - 39 år	14.16.98	Frew Zenebe Brkineh	Oslo/Bi	05.07 2019
Halvmaraton 35 - 39 år	1.06.29	Frew Zenebe Brkineh	Sandnes	25.05 2019
Maraton 35 - 39 år	2.23.41	Frew Zenebe Brkineh	Tromsø	22.06 2019
Kule 7.252 kg 40 - 44 år	13.25	Ove Lindekleiv	Furumo	22.06 2019
Diskos 2 kg 40 - 44 år	39.43	Ove Lindekleiv	Stavanger	18.06 2019
Diskos 1.5 kg 50 - 54 år	34.21	Jon Olav Bjørhusdal	Stjørdal	10.09 2019
Slegge 7.252 kg 50 - 54 år	34.24	Jon Olav Bjørhusdal	Stjørdal	02.06 2019
Spyd 800 g 50 - 54 år	43.31	Jon Olav Bjørhusdal	Stjørdal	01.06 2019

Innendørs				
Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	dato
1500 m	3.36.02	Jakob Ingebrigtsen	Düsseldorf, GER	20.02 2019
400 m	55.35	Astrid Cederkvist Mangen	Düsseldorf, GER	20.02 2019

7 Vedlegg 3 – Materiell liste per 31.12.2019

Materiell listen er betydelig utvidet, og arbeidet vil pågå i løpet av 2020. Registeret har oversikt over utstyr som Sandnes IL bruker, eierskap (Sandnes IL, Sandnes kommune, Sandneshallen) samt hvor utstyret er tilgjengelig.