Sandnes idrettslag
Friidrettsgruppa

Årsrapport 2021

Innhold

1. Styrets sammensetning i 2021 4
2. Ressurspersoner, komitéledere og adm. utenfor styret 2021 4
3. Oppsummering av året 2021 6
3.1 Introduksjon 6
3.2 Økonomi 6
3.3 Kompetansehevning 6
3.4 Kapasitet og ventelister 6
3.5 Sportslig oppsummering 7
3.5.1 Statistikk 9
3.6 Medlemmer 9
3.7 Arrangement og aktivitet 10
3.7.1 Arrangementsoversikt 10
3.7.2 Sandnesløpet 11
3.7.3 Hanatrappene Opp 11
3.8 Anleggssituasjonen 12
3.8.1 Sandnes idrettspark 12
3.8.2 Sandneshallen 12
3.8.3 Giskebanen 12
3.9 Marked / sponsorer 12
4 Årsrapport fra gruppene 14
4.1 2015-gruppen 14
4.2 2014-gruppen 14
4.3 2013-gruppen 14
4.4 2012-gruppen 15
4.5 2011-gruppen 15
4.6 2010-1-gruppen 15
4.7 2010-2-gruppen 16
4.8 2009-gruppen 16
4.9 2008-gruppen 17
4.10 Introduksjon til mellom- og langdistanse 18
4.11 Mellom og langdistanse 18
4.12 Langdistanse 21
4.13 Hekk og Sprint 21
4.14 Mangekampgruppen 22
4.15 Junior- og Seniorgruppe sprint/teknisk 23

4.16 Kastgruppen 24
4.17 Stav 24
4.18 Mellom- og langdistanse - Ingebrigtsen 25
4.19 Team Athletix 26
4.20 Løpegruppe for mosjonister 26
4.21 Friidrettstrimmen 27
4.22 SI-Veteranene 27
Vedlegg 1: Regnskap 29
Vedlegg 2: Lagsrekorder 30

1. Styrets sammensetning i 2021

På årsmøtet i 2021 ble følgende styre valgt:

Leder	Arne Lyngholm	Gjenvalg, to år
Nestleder organisasjon	Jan Jakob Norheim	Gjenvalg, ett år
Nestleder sportslig	Ørjan Aasmo	Gjenvalg, ett år
Kasserer	Stian Sørskår	Gjenvalg, to år
Styremedlem	Gro Barlaug	Ikke på valg
Styremedlem	Ingvill Bækø	Gjenvalg, ett år
Styremedlem	Hanne Berit Irgens	Gjenvalg, ett år
Styremedlem	Silje Tonning	Ikke på valg
Styremedlem	Geir Eikeland	Ny, to år
Daglig leder *)	Geir Eikeskog/ Vetle Aarsvoll Svarstad fra 01.08.21	

*) møter i styremøter og fungerer som sekretær. Ikke en del av det valgte styret.

2. Ressurspersoner, komitéledere og adm. utenfor styret 2021

Arrangementskomite

Else Storhaug
Trond Lindanger
Gro Barlaug
Sølvi Rabben

Sandnesløpet

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

Medlemmer SI Hovedstyret:

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

Andre ressurspersoner:
Idrettslaget har en fast stab av dyktige funksjonærer som bidrar til at Sandnes IL er distriktet største arrangør av stevner. I den sammenheng er dette en fin anledning å nevne de som har vært med på mange av stevnene vi har arrangert i 2021: Else Storhaug, Trond Lindanger, Sølvi Rabben, Gro Barlaug, Egil Ravndal, Bernt Sigve Ravndal, Steffen Thorsen, Tore Reimers, Rein Åsmund Torsvik, Helge Hamre, Anne Margrethe Lindanger, Ketil Volden, Torleiv Bergland, Sverre Stener, Christine Eikeberg, Anne Merete Humstad Aasmo, Thorleif Larsen, Agnar Lien, Jan Fjelde, Svein Ulstad, Sigurd Sirevåg, Trygve Nevland, Leiv Sætre, Anne Siri Sævareid, Olaf Bergland, Jan Fjelde, Arvid Nedrebø, Turid Nedrebø, Odd Johnny Skåden, Line Berggård Skåden, Ole Johnny Ramsdal, Therese Grimstad, Are Torsvik, Geir Eikeland, Gro Hjartholm og Hilde Igeltjørn.

Turid Nedrebø har hatt ansvar for innkjøp og salg i kiosk både på stadion og i Sandneshallen. En annen sentral gruppe som gjør en fantastisk innsats for idrettslaget, er våre dyktige og engasjerte trenere. Trenere våre gjør det mulig for oss å tilby organisert trening av høy kvalitet for barn, unge og voksne. Sandnes IL er blant landets fremste friidrettslag med tanke på sportslige prestasjoner. Vi har totalt 10 treningsgrupper under 15 år med totalt 250 barn. Vi har også egne treningsgrupper for mellomdistanse, sprint, hekk, kast og mangekamp på ungdom/junior/senior nivå. I tillegg har vi en stor mosjonsgruppe, SI-veteranene, Friidrettstrimmen og en Athletix-gruppe.

Vi er heldige som har så mange engasjerte frivillige!

3. Oppsummering av året 2021

3.1 Introduksjon

Det har nok en gang vært et spesielt år, der koronapandemien igjen har påvirket vår aktivitet. Dette var i hovedsak første halvdel av året, og helt på slutten av året. Vi har igjen tatt et stort ansvar ved å avholde en rekke stevner i 2021 og tilby gode konkurransemuligheter for regionens utøvere. Dette har vært et fantastisk bidrag for utøverne i en utfordrende periode, og vi er veldig stolte over det vi har klart å arrangere!

Det var pr 31. desember 677 medlemmer i friidrettsgruppen, som er en liten økning på 2,5 prosent fra året før. Det ble avholdt ni styremøter i 2021, og fremmøte på styremøtene har vært godt.

3.2 Økonomi

Regnskapet for Sandnes Idrettslag Friidrett viser et driftsresultat for 2021 på minus kr 163 979 mot et budsjett på minus 125 000. Omsetning i 2021 var på kr 3 217 481.

Fra og med 3. termin 2021 er Sandnes Idrettslag registrert i merverdiavgiftsregisteret. For Friidrett sin del betyr dette at vi fra og med den terminen rapporterer sponsorinntekter som avgiftspliktig, fakturerer dette med utgående merverdiavgift og betaler dette i seks årlige terminer. Til fradrag i merverdiavgiftsregnskapet får vi inngående merverdiavgift knyttet til markedsrelaterte aktiviteter, for eksempel reklameskilt og lignende innkjøp. Disse nevnte inntektene og kostnadene holdes utenfor idrettslagets årlige, generelle søknad om MVA-refusjon.

Samlet bankinnskudd er på kr 2 792 292, og friidrettsgruppen har således midler å tære på i aktive år for en klubb med stor aktivitet og høye kostnader. Av totale bankinnskudd er kr 1 140 587 på sperret konto som disponeres av et fondsstyre. Det er ikke brukt av denne kontoen i 2021. Konto til ordinær driftsaktivitet er på kr 560 831 pr 31.12.2021, ned fra kr 1 100 326 pr 31.12.2020 noe som skyldes årets underskudd + forskuddsfakturerte sponsorinntekter.

Se for øvrig regnskap 2021, og budsjett 2022 i vedlegg 1.

3.3 Kompetansehevning

For å kunne sikre at idrettslaget er i stadig utvikling, er det viktig å utdanne trenere, funksjonærer og dommere. Det er viktig å ha gode trenerressurser for å gjennomføre den daglige treningen, og så er det også viktig at vi har en dyktig og kompetent arrangørstab. Vi har hatt medlemmer/foresatte/trenere på friidrett for barn-, trener 1- og kretsdommerkurs i 2021. Det er et kontinuerlig behov for å rekruttere nye ressurser som kan bidra til å opprettholde aktivitetstilbudet, og å sikre at vi fortsatt kan avholde arrangementer både på og utenfor friidrettsbanen. Rekrutteringskampanjen som var planlagt å være i 2021, blir videreført til 2022. Her vil vi jobbe målrettet for å sikre nye ressurser som kan bidra, enten det er under arrangementer eller i det daglige treningsarbeidet.

3.4 Kapasitet og ventelister

Det er fortsatt stor pågang til alle våre treningsgrupper for barn og unge, og dette gjør at vår kapasitet til å ta imot alle som ønsker å drive med friidrett ikke er tilstrekkelig. Det er per januar 2022 rundt 200 barn på venteliste. Vi har rutiner for håndtering av ventelister, og standardsvar på henvendelser er utarbeidet til bruk for oppmennene som administrerer ventelistene.

3.5 Sportslig oppsummering

Med tanke på de sportslige prestasjonene har vært et fantastisk år for friidrettsgruppa! Vi har hatt et høyt aktivitetsnivå og fantastiske sportslige resultater. Vi har en solid bredde, og de resultatene vi oppnår kommer som følge av det gode arbeidet som er lagt ned gjennom mange år. Vi er svært heldige som har så mange kompetente trenere! Både på barnegruppene og på de eldre gruppene.

Styret besluttet i 2020 å sette av midler til sportslig satsning over de to kommende årene, 2021 og 2022. Disse midlene skal fordeles på toppidrett, talenter og barnegruppene med følgende målsettinger:
1) Muliggjør opprettholdelse av toppidrett satsning for våre aller beste utøvere - Gi rammebetingelser for våre eliteutøvere slik at de kan satse mot den internasjonale toppen. 2års avtaler – total prestasjonsbonus inkludert.
2) Få nye utøvere som kvalifiserer seg til et UEM (18/20/23) - Gi bedre rammebetingelser for våre utøvere på NM krav nivå + andre kandidater i 15+ gruppen
3) Styrke det sosiale samholdet i de yngre treningsgruppene – gi bedre rammebetingelser for våre barnegrupper for å stimulere til sosialt samhold Mangfold: Bredde og topp

Et tilbakeblikk på noe av det som skjedde i 2021:

- Jakob Ingebrigtsen har hatt en historisk sesong. Her er noen av hans prestasjoner:
    - OL-gull på 1500m med 3:28,32. Vinnertiden er også ny Olympisk rekord.
    - Fire seire i Diamond League på fire ulike distanser; 1500m, en engelsk mile, 3000m og 5000m.
    - EM-gull i terrengløp.
    - To EM-gull innendørs, 1500m og 3000m.
    - NM-gull og Kongepokal for andre året på rad.
- Sandnes IL hadde fire utøvere kvalifisert til OL i Tokyo: Jakob Ingebrigtsen, Filip Ingebrigtsen, Henrik Ingebrigtsen og Narve Gilje Nordås.
- Nora Haugen representerte Norge under EM U-20 i Estland. Hun deltok på 400m og 400m stafett.
- Sofie Jansen representerte Norge under EM i parafriidrett i Polen. Hun deltok på 100m.
- Vi tok hele 19 medaljer under Ungdomsmesterskapet utendørs. Her satte også guttene ny mesterskapsrekord på 1000m stafett.
- I lagserien har vi hatt herrene i toppdivisjonen (1. divisjon), og kvinnene i 2. divisjon. Herrene ble nummer to, mens kvinnene vant sin divisjon og rykket opp til toppdivisjonen igjen. De vant med den nest beste poengsummen som har blitt prestert i denne divisjonen.
- I veteranserien tok herrene 3. plass og kvinnene tok 5. plass (på tross av rekordsum) i 1. divisjon. Dette er første gang vi har to lag for kvinner. Begge 2. lagene er i 4. divisjon
- Friidrettsskolen ble arrangert siste uke før skolestart i august for barn mellom 8 og 12 år. Nesten 100 barn ble instruert av utøvere fra egne rekker.
- Deltakerrekord på både Sandnesløpet og Hanatrappene Opp.
- Vi har stått for 28 arrangementer.

UM utendørs i Trondheim

Jakob Ingebrigtsen med OL-gullmedaljen på Sola flyplass

3.5.1 Statistikk

Det er satt 51 nye lagsrekorder i 2021 (49 i 2020), se vedlegg 2, Lagsrekorder for detaljer.
Lagsrekordene fordeler seg slik:

- Kvinner senior: 3
- Menn senior: 5
- Innendørs: 2
- Kvinner veteran: 15
- Menn Veteran: 7
- Jenter: 13
- Gutter: 6

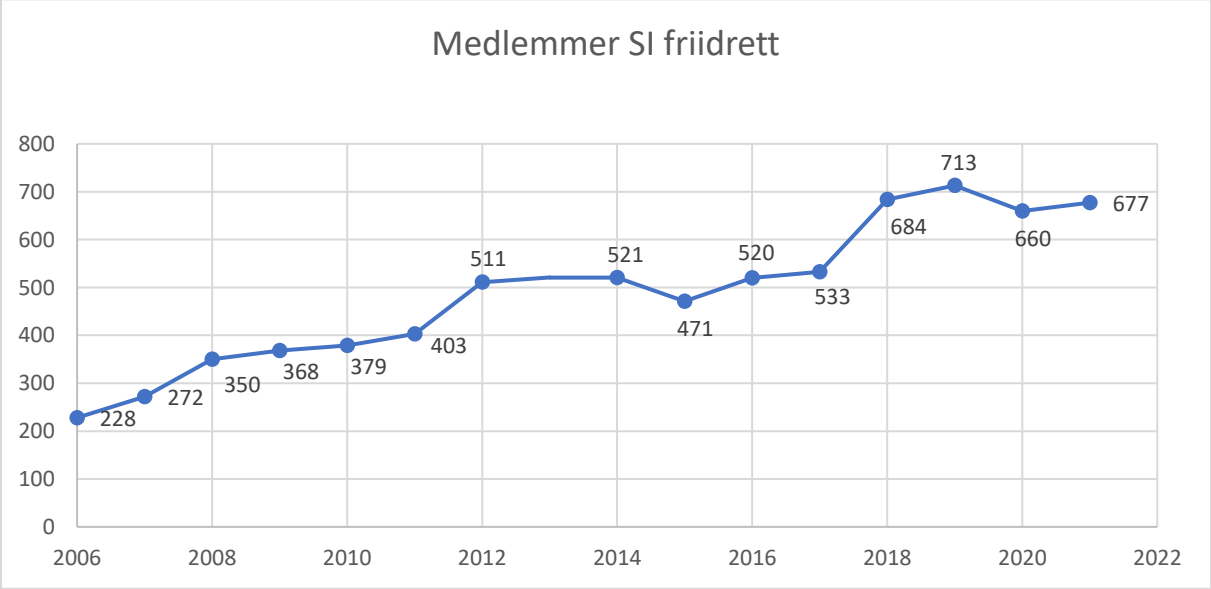
Våre utøvere satte også 22 kretsrekorder i 2021. Denne statistikken finnes på Rogaland Friidrettskrets sine sider: https://www.friidrett.no/k/rogaland/arrangement/kretsstatistikk/

Nasjonale/internasjonale rekorder i 2021:
Jakob Ingebrigtsen:

- Olympisk, europeisk og norsk rekord på 1500m (3.28,32)
- Europeisk og norsk rekord på 5000m (12.48,45)
- Norsk rekord på en engelsk mile (3.47,34)

3.6 Medlemmer

Det er pr 31. desember 677 medlemmer i friidrettsgruppen. Utfordringen er som tidligere å holde på utøverne når de kommer i tenårene. Utgangspunktet vårt er meget bra, da vi allerede har en stor og etablert ungdomsgruppe, både med tanke på de som vil satse og de som ønsker å ha fokus på trening. Vi ønsker også å videreføre fokuset på sosiale samlinger, som er viktig for å skape tilhørighet til idrettslaget og legge til rette for at utøverne vil fortsette med friidrett. Athletix-gruppen ble høsten 2019 etablert for å gi et treningstilbud til ungdom (født i 2004) som ikke har fokus på konkurranseaspektet av idretten.



Medlemsutvikling 2006-2021

3.7 Arrangement og aktivitet

Friidrettsgruppa i Sandnes Idrettslag stod for 28 arrangementer, der vi har hatt fokus på bredden i form av stevner for barn/ungdom. Vi har også arrangert flere mosjonsløp, der Sandnesløpet er det største. Sandnesløpet er i dag det nest største mosjonsløpet i regionen. Det ble igjen noen utsettelser/avlysninger for de første stevnene i 2021. De tradisjonsrike arrangementene Parkløpet og Tinestafetten ble, som i 2020, ikke avviklet pga. koronasituasjonen. Det ville ikke latt seg gjøre å gjennomføre alle disse arrangementene uten en solid arrangementskomite og en dedikert stab av dommere og funksjonærer. Vi takker dere alle for utmerket innsats for friidrettsgruppa i 2021!

3.7.1 Arrangementsoversikt

Under følger oversikt over arrangementene idrettslaget arrangerte i 2021:

Innendørs:

- Ett Coop Jærcup-stevne med alternativ gjennomføring
- Sørvestmesterskapet med alternativ gjennomføring
- Lagstevne Sandnes/Stavanger
- Lagmesterskap i hopp uten tilløp
- Bli kjent-samling

Utendørs:

- SI-Stafetten
- To Coop Jærcup-stevner
- Syv SI-Stevner
- Fem Kaststevner
- Vindsprint
- Høstlekene
- Avslutningsstevne

Mosjonsløp:

- Sandnesløpet
- Hanatrappene opp
- Arborettrimmen 1 og 2
- Ett løp i Vinterløpsserien. Det andre løpet som var planlagt ble avlyst.

Annet:

- Friidrettsskolen (ca. 100 barn en uke i skoleferien i idrettsparken)

Trenerne på friidrettskolen

3.7.2 Sandnesløpet

Sandnesløpet ble arrangert for femte gang. Det skulle egentlig vært arrangert 29. mai, men ble flyttet til 30. oktober. Det ble igjen satt ny deltakerrekord, med 1226 påmeldte. Løpet ble arrangert med fellesstart på de ulike distansene; 5km, 10km, 21km, i tillegg til barneløpene.

Fellesstart på 5 km

3.7.3 Hanatrappene Opp

Hanatrappene Opp ble arrangert 21. august i fantastisk vær! Det var totalt 285 startende, som er en formidabel økning i antall deltakere i forhold til året før. Hele arrangementet ble direktesendt av Stavanger Aftenblad.

3.8 Anleggssituasjonen

3.8.1 Sandnes idrettspark

Idrettsparken brukes daglig av friidrettsutøverne, elevene i nærskolene og innbyggerne i Sandnes. Det er ikke gjort oppgraderinger på friidrettsområdene i idrettsparken i 2021, men vi har utvidet idrettsparken med en ny løpebane; Giskebanen.

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 våre utøvere, fra de yngste til de eldste de aller beste treningsmuligheter, og hallen er derfor svært viktig for friidrettsmiljøet i regionen. Samarbeidet med de andre friidrettslagene har fungert godt (Hinna FIK, Spirit, GTI, IL Skjalg og Sola FIK).

3.8.3 Giskebanen

Giskebanen er det nyeste tilskuddet til idrettsparken. Dette er en rundløype på ca. 450 meter med grusunderlag, som står åpen for byens innbyggere. Banen har blitt bygget med økonomisk støtte fra Sandnes kommune og Sandnes Sparebank, i tillegg til at Sandnes IL har gått inn med egne midler. Det har også blitt montert en lyshare på banen, som gjør at anleggets kvalitet heves betraktelig.

Giskebanen gjør at Sandnes Idrettspark nå er et av Norges mest komplette friidrettsanlegg.

3.9 Marked / sponsorer

Daglig leder har hatt hovedansvaret for markedsarbeidet i 2021. Det ble dessverre ikke arrangert tur til Bislett games, men vi fikk avholdt den årlige sesongavslutningen.

Sponsorinntekter har hatt en god økning fra 2020 til 2021. Totalt mottok vi kr 1 474 088 fra våre sponsorer og samarbeidspartnere, som er en økning på kr 585 866 fra året før.

Vi har disponert hele skiltflaten i idrettsparken, men det har ikke vært fokus på å selge skiltreklame i 2021. Det er et stadig fokus på å få omtale i medier om friidretten i Sandnes IL, både sterke resultater, men også med fokus på personer, bredde og arrangementer. Avisene, og da spesielt Sandnesposten, har hatt flere reportasjer og innlegg om våre arrangementer, aktivitetstilbud og utøvere. Sandnesposten hadde også en full dags sending fra Sandnesløpet 30. oktober, som ga fin publisitet om arrangementet. Under Hanatrappene opp gjorde Stavanger Aftenblad det samme, og sendte hele arrangementet direkte.

TAKK TIL VÅRE SPONSORER!

1946

EXTRA

Sandnes Sparebank

Fatland

ØGLÆND SYSTEM

Lyse

SANDNESHAVN

Jadarhus

Kronen Hotels

SANDNESPOSTEN

timeanddate.com

www.sandnes-idrettslag.no

JærenSportMed

SERVIT

Sven Kvia

SANDNES KOMMUNE

BACKE

NorDan

Stavanger Aftenblad

ØSTRAADT RØR

TAST

ØRLAND

simonsen vogtwiig

EVAN-JONES®

SANDNES KIROPRAKTOR KLINIKK

IDRETT uten alkohol

venue

brilleland

RINGREVER

Hageland

4 Årsrapport fra gruppene

Her følger oppsummering skrevet av oppmenn/trenere for de enkelte gruppene.

4.1 2015-gruppen

22 medlemmer i gruppa, 22 på venteliste per 31.12.

En trening i uka, trener tirsdag 17.30 til 18.30.

Trener: Sarah Samawi

Hjelpetrenere: Hanne Ringnes Sanne, Anette Helseth Andersen, Ole Haga, Maja Tytlandsvik Berg, Helge Line Aasland, Eivind Skare og Mads Loen/Anne-Marie Oftedal

Oppmann: Heidi Ravndal

Det har foreløpig ikke blitt holdt kurs for trener/hjelpetrener, ei heller har vi fått deltatt på stevner.

Håper på koronafrie stevner og godt oppmøte i 2022!

4.2 2014-gruppen

2014-gruppen trener torsdager klokken 1730-1830, halve året ute på Sandnes Stadion og høst/vinter i Sandneshallen.

Det er 25 aktive medlemmer i gruppen og ved utgangen av 2021 var det 40 stk på venteliste. Det er en stabil gjeng og svært lite utskifting av medlemmer i gruppen.

Ressurspersoner:

Trener: Kine Bjerk Nøttveit

Hjelpetrenere: Linn Hege Straume, Agnete Kamil, Ingrid Jacobsen, Eirik Rake, Håvar Levang

Oppmann: Line Ravndal

Det har vært nok en spesiell sesong pga. pandemisituasjonen, men vi fikk deltatt i en Coop Jærcup på Sandnes Stadion og det var veldig stas. Vi stilte også i SI-stafetten, og flere fra gruppen deltok i barneløpet til Sandnesløpet.

I tillegg har vi arrangert juleavslutning for gruppen, med nisseluer, diplomer og julegodt.

4.3 2013-gruppen

2013 gruppen trener hver torsdag kl. 17.30 -18.30. Treningene finner sted i Sandneshallen på vinteren og Sandnes stadion i sommersesongen. Gruppen deltok på tre Coop Jærcup stevner ute i løpet av vår/sommer 2021. Sesongen bar preg av restriksjoner, lite stevner etc. som følge av Corona pandemien.

Per februar 2022, har gruppen 22 barn, en fin gjeng med jenter og gutter. Det er 56 barn på ventelista til 2013 gruppen. Det har vært lite sosiale tilstelninger for gruppen i 2021, men håper på å få til mer av dette i 2022.

Ressurspersoner:

Karen F.Aas	Hjelpetrener (Friidrett for barn kurs)
Maja Tytlandsvik	Hjelpetrener
Marianne Larsen	Hjelpetrener
Stian Madsen	Hjelpetrener
Helen Risa Ween	Oppmann og hjelpetrener.

4.4 2012-gruppen

26 medlemmer i gruppa, 69 på venteliste per 31.12.

En trening i uka, trener torsdag 17.30 til 18.30.

Trener: Sarah Samawi

Hjelpetrenere: Agnes Elin Engen, Sigbjørn Sørland, Marit Orre, Rune Ims, Knut Tjosevik, Torill De Haas og Kjersti Tolo Hausberg

Oppmann: Heidi Ravndal

Sarah har tatt trener 2-kurs. Ingen hjelpetrenere har tatt kurs.

Vi fikk vært med på SI-stafetten og et par Coop Jærcuper i 2021, og håper på flere i 2022!

4.5 2011-gruppen

2011 gruppen har 30 medlemmer

Vi har tilbud om 3 treninger pr. uke. En fellestrening tirsdager kl. 1730-1845. Løpegruppe onsdager 16.30- 1730, og kasttrening onsdager kl. 17-18.

Trener er Gro Barlaug, gruppeleder er Inger K. Reisvold, i tillegg til frivillige foreldre som hjelper til på tirsdagstreningen.

Det blir tilbudt trenerkurs årlig.

Det er alltid godt oppmøte fra gruppen på Coop Jærcuper, og Sandnesløpet.

Vi har nå 25 stk på venteliste.

4.6 2010-1-gruppen

I 2021 har vi hatt ca. 30 stk i gruppen. I løpet av høsten har det være en del utskiftninger, og vi har fått inn 9 nye i gruppen. Pr 01.01.22 er det ingen på venteliste i 2010 gruppene.

Vi har treninger hver torsdag kl. 17:15 - 18:45 hvor oppmøtet har vært på omkring 75 -80%. I tillegg har det vært ukentlige løpetreninger på onsdager med et fast oppmøte på omkring 7 - 12 stk fra gruppen. Denne treningen utgikk da man startet opp med felles løpetreninger, introduksjons til mellom- og langdistanse, på onsdagene. 11 stk av medlemmene i gruppen er med i løpegruppen, hvor ca. 5 -7 av dem normalt har vært på treningene. Det har vært omkring 9 - 12 deltagere fra gruppen på Coop Jærcup-stevnene i 2021.

Følgende ressurspersoner har vært med:

Hovedtrener: Anne Barlaug og Hanne Sanne (slutter pga. flytting i 2022)
Hjelpetrener: Brede Nakken, Mark Thomson, Lina-Marie Zeiler og Rafal Søyland

Oppmann: Agnes Elin Engen

4.7 2010-2-gruppen

Vi er pr nå 18 utøvere i gruppen og har kapasitet til flere. Ingen på venteliste for tirsdagstrening.

To av trenerne har vært på trenerkurs, Vi har deltatt på «Friidrett for barn» og «Trener 1»

Treningen vår er kun en time tirsdager fra 16.30 til 17.30, timen går fort og vi har prioritert inn mer teknisk trening i forhold til året før. Det er 1-3 utøvere som har hatt løpetrening/kasttrening onsdager. Men ekstra treninger kolliderer med annen aktivitet.

Utøverne våre begynner virkelig å få til det som tidligere har vært litt utfordrende, gruppen fungerer veldig bra.

Koronaen har nok en gang satt preg på avlyste treninger og konkurranser samt planlagt juleavslutning.

Trenerteamet består av

Ruth Johanne Salte, hovedtrener og kontaktperson (trenerkurs)
Arnt Vegard Espeland
Elisabeth Borsheim Sandberg (trenerkurs)
Roger Borthen

4.8 2009-gruppen

Pr 31/12-2021 har gruppa 28 medlemmer. Ingen på venteliste

Treningstider:

Mandager: 17.30-18.30 Løpeøkt med oppmøte Gisketjern.

Tirsdager: 17.15-18.45 i Sandneshallen (vinter) / Sandnes stadion (sommer)

Onsdager: 17.00-18.00 i Sandneshallen (kast-trening med Sølvi (kule, diskos, spyd)

4-5 stk har vært med på U15 kretstrening i høyde og lengde med Anna

Ressurspersoner: John Willy Bjerkli, Bodil Høyvik, Therese Grimstad, Gunn-Rita Dahle Flesjå og John Magnus Etnan (jan-juni)

Stevner:

Ca. halvparten av gruppa har deltatt på Coop Jærcup-stevnene i distriktet, 3 stk dro også til Egersund da de hadde Coop-Jærcup.

Vi stilte ett lag på SI-stafetten

28-29.august deltok 4 stk på Gassco-lekene i Haugesund, det ble en veldig kjekk opplevelse for alle sammen. Både sosialt og sportslig.

Vi stilte også en liten gjeng på flyplassen for å ta imot Jakob etter OL- gullet

Fornøyde utøvere på Gassco-lekene i Haugesund

4.9 2008-gruppen

Per januar 2022 er det 21 medlemmer i gruppen. 2008-gruppa har blitt redusert gjennom 2021, og ingen er på venteliste.

Gruppa har 4 treningsøkter i uken:
Mandager: 17:45-18:45 på Stadion løpeøkt
Tirsdager: 17:15-18:45 i Sandneshallen (vinter)/Stadion (sommer)
Onsdager: 17:00-1800 i Sandneshallen (vinter)/Stadion (sommer) – kasttrening med andre grupper
Torsdager: 17:00-18:00 på Stadion hele året. Dette er en ren løpe økt

Ressurspersoner:
Anne Barlaug – Hovedtrener
Anne Siri Sævereid – Hjelpetrener
Øyvind Egelid - Hjelpetrener
Jaako Heikkinen - Hjelpetrener
Grant Huitson – Oppmann

Utøverne har vært med på de fleste arrangementene i området:
• KM Innendørs (Januar)
• Coop Jærcup (7 stevner ute)
• Sørvestmesterskapet (inne, Februar)
• SI Stevner (Mai, Jun, Aug)
• Hubbastevne

• Gasscolekene i Haugesund (Aug)
• Høstlekene

En del representerte Rogaland i Lerøylekene i Haugesund.

4.10 Introduksjon til mellom- og langdistanse

En ny løpegruppe som ble etablert i september 2021. Dette er en treningsgruppe for barn født mellom 2012 og 2007 som ønsker å lære hvordan man trener spesifikt mot mellom- og langdistanse. Gruppen ble startet av Henrik Ingebrigtsen, som også fungerte som hovedtrener gjennom høsten. Øktene og treningsopplegget bygger på prinsippene til Team Ingebrigtsen.

Totalt er det 60 barn og unge som er med i gruppen, og oppmøte på treningene er normalt mellom 20-40 utøvere. Gruppen har trent utendørs gjennom hele høsten og vinteren.

Treningstid:
Onsdag: 16:30 – 17:30

Trenerteam:
Henrik Ingebrigtsen
Håvard Askeland
John Magnus Etnan
Vetle Aa Svarstad

4.11 Mellom og langdistanse

Trenere: Eric Toogood, Helge Hamre

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

Treningssted: Treningen har foregått ved Gisketjernet, og på Sandnes stadion (bane) og Asheimveien.

Covid-19
Pandemien har ikke skapt problemer for fellestrening, men konkurranser ble fokusert på lokale stevner pga. problemer med reising. NM i Kristiansand ble gjennomført uten problem.

Utøvere:

Ida Milic
Regelmessig på trening - flere gode resultater
800m 2.28,77 Sandnes
800m 2.29,59 Sandnes
800m 2.32,82 Sandnes
1500m 5.03,82 Sandnes

Ingrid Feliza Fuglestad
Bor i Dubai - kun få treningsøkter i Sandnes
400m 61,77 Sandnes
800m 2.22,87 - Ravnanger Junior NM
1500m 5.05,38 – Sandnes

Frode Tjelta
Regelmessig på trening, mange gode resultater på lengre løp, veldig bra sesong
Sandnesløpet 1.plass 1.15.23
Halvmaraton 1.14,16 Sola
Maraton 2.36,59 – Berlin
Maraton 2.37,28 Forus
Karmøy Maraton 1.plass 2.38.56

Sanne Hamre
Ingen konkurranser pga. sykdom

Einar Nese Johansen
Regelmessig på trening, flere bra baneløp
800m 2.05,80 - 2 plass Sandnes Stadion (pers)
800m 2.07,71 - 2 plass Lillehammer
1500m 4.21,39 - 3 plass Sandnes Stadion (pers)
1500m 4.23,61 - 1 plass G-15/18 Sandnes Stadion

Christina Toogood (1989)
Christina fikk til flere gode løp i 2021 med pers på 1500m, 3000m og 5 km gateløp og sølv i Terreng NM Bergen (kort løype).
Siddisløpet - 2 plass
800m: 2.13,17 - 3 plass Stavanger Stadion
1500m: 4.18,75 5 plass - NM Kristiansand
3000m: 9.24,13 - 1 plass Ålgård
Mosvannsløpet - 2 plass 9.48
5km Stavanger Marathon - 2 plass 17,20
Siddisløpet - 2 plass 29,10
NM Terrengløp 2 plass

Martin Seinmo Eia
Regelmessige på trening, meget bra sesong
800m 2.05,09 Sandnes
800m 2.05,96 Trondheim - UM 6 plass heat2
800m 2.05,96 Sandnes
1500m 4.25,84 Sandnes
1500m 4.32,61 Sandnes

Sivert Haga Hebnes
Regelmessig på trening - har deltatt i noen gateløp
10 km Solastrand: 34:40
10 km Sandnesløpet: 35:41

Haakon Eikeskog
Har sluttet deltok i Hanatrappene opp, ellers ingen andre løp

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

800m 2.06,91 - 1 plass Sandnes Stadion (pers)
1500m 4.20,73. 2 plass Sandnes Stadion (pers)
3000m 10.00,34 1 plass Sandnes Stadion (pers)
5km Stavanger Maraton 17,38 8 plass

Simon Bø-Sande
Har slitt med skader hele sesongen, men har gjennomført flere løp
5 km Sandnesløpet 17:32
5 km Solnedgangen 16:24
7 km Mosvannet 55:29
10 km Sandnesløpet 35:20 2 plass
10 km Stadionmila 32:44

Kristina Myklbost
Regelmessig på trening - ingen stevner - har nå sluttet

Mariel Fanebust
Regelmessig på trening - ingen stevner - har nå sluttet

Martin Aksland
Martin har trent en del i gruppen, men har ikke konkurrert i sommer

Clemens Sundby Øxnevad
Som i fjor, har Clemens hatt en god sesong, deltar regelmessig på trening når han er i Sandnes.
Clemens fokuserer på O-løp

Yohannes Bahta
Ofte på fellestrening, sluttet med løping i juni
Ingen konkurranser

Håvard Lalit Øglænd
Få treninger, ingen løp pga. skade

Arn Aareskjold
En del på trening, men ingen konkurranser

Torbjørn Aareskjold
Deltar regelmessige på trening
Har ikke deltatt i løp pga. skader

Rune Sandve Solvang
Regelmessige på trening, få løp
10 km 36:44
Maraton 3:04

Safiullah Mohammadi
Har ikke deltatt på stevner, trener hjemmefra

Guro Bakke Johnsen (2000)
Studere nå i Trondheim medlem av Strindheim med trener. Guro klarte NM krav på 1500m, løp ikke for SI i sommer

1500m 4.38,48 Trondheim Trondheim
1500m 4.445,17

4.12 Langdistanse

Årsrapport langdistanse og maraton Frew Zenebe Brkineh 2021

Vårsesongen ble kansellert på grunn av Corona pandemien. Resultatmessig ble det en god sesong, men mistet to NM. Et høydepunkt var personlig rekord og bronsemedalje i NM på halvmaraton i Oslo på tiden 1.06.25 bak Sondre Norstad Moen og Marius Vedvik. Sesongen startet godt med seier i Midnight Sun Marathon i Tromsø for andre gang. Dessverre gikk Frew glipp av NM i maraton i Jølster fordi den ble arrangert bare to uker etter Midnight Sun Marathon. Mistet minst en sølvmedalje i seniorklassen, og gull i veteranklassen. Før NM på bane vant Frew Knarvik mila, men måtte holde litt igjen på grunn av en liten strekk under 5000 m i Gneistspelen. Manglet litt på toppformen i NM. Likevel ble det en respektabel syvende plass av ca. 45 løpere, 20 sekunder etter sin pers. Det ble meldt avbud til NM i terrengløp på grunn av en føling med hamstringen. Det var en nedtur fordi Frew kanskje var i sin livs beste form. Han vant Siddisløpet suverent med 1,5 minutt, og forbedret sin bestetid fra 2014 med 20 sekunder. I Djupadalten ble han nummer to på 28.45, 10 sekunder bak Mats Hauge. Perset med 27 sekunder. I 3-sjøers løpet lå Frew an til ny klar bestetid ned imot 1.06, men pådro seg en lei skade de siste kilometerne. Til tross for dette ble det en sterk andreplass på den gode tiden 1.07.17.

Resultater kronologisk:

1. plass	19.06.21	Midnight Sun Marathon i Tromsø	Tid 2.24.35
2. plass	21.08.21	5000 m Gneistspelen 2021	Tid 14.40.91
1. plass	04.09.21	Knarvikmila	Tid 31.06.7
7. plass	12.09.21	10 000 m NM i Kristiansand	Tid 30.03.98
3. plass	17.09.21	NM i halvmaraton i Oslo	Tid 1.06.25
1. plass	25.09.21	Siddisløpet	Tid 24.28
2. plass	23.10.21	Djupadalten	Tid 28.45
2. plass	07.11.21	3-sjøers løpet	Tid 1.07.17

4.13 Hekk og Sprint

Hekk- og sprintgruppa har bestått av følgende utøvere:
Agathe Holtan, Synne Eikeland, Live H. Hilton, Jonas Skåden, Emilie Sandberg, Nora Haugen og Vilde Aasmo

Hovedtrener: Anne Brit Sandberg Hjelpetrener: Richard Sandberg

Antall treninger i uka: 5 - 6 treninger
Treningstid: Mandag - torsdag kl. 17:30, fredag kl. 15:30 og lørdag kl. 10:00
Vi har variert på steder som Sandnes Stadion, Gisketjernet, Sandneshallen. Gruppen koordinerer og har flere fellestreninger sammen med mangekampgruppen.

NM Kristiansand
Jonas Skåden, finale 100m og 200 m

Nora Haugen, finale 400 m
Synne Eikeland, finale 400 m hekk

Jr. NM i Ravnanger, Askøy
Jonas Skåden, gull 200m og sølv 100 m
Nora Haugen, gull 400 m og bronse 200 m
Synne Eikeland, sølv 400 m hekk og bronse på 400m

UM Trondheim
Jonas Skåden, gull 100m og sølv 200 m
Synne Eikeland, bronse 400 m hekk

Etter gode resultater i løpet av sesongen har Nora Haugen og Jonas Skåden tatt ut på juniorlandslaget i sprint. Nora Haugen kvalifiserte seg til EM U20 Tallin på 400 m og gikk her videre til semifinale. Hun løp også på Norges 4 x 400 m lag som oppnådde en fin 4 plass med ny norsk juniorrekord. Hun er etter det blitt tatt ut på satsningen «nye muligheter» i 4 x 400 m stafett.

4.14 Mangekampgruppen

Mangekamp gruppa har bestått av følgende utøvere i alderen 2005 - 2002
Sondre Aasmo, Gaute Aasmo, Einar Kind, Håvard Haugen, Lucas Grimstad Nilsen, Elise Eikeland, Andrea Lyngholm, Elsie H. Seger, Selma Ims,

Trenere:
Anna Bråttvik
Anne Brit Sandberg
Richard Sandberg
Hjelpetrenere: Sølvi Rabben, Are Torsvik, Geir Eikeland

Antall treninger i uka: 5 - 6 treninger
Treningstid: Mandag tirsdag og fredag kl.16:00, onsdag og torsdag kl. 17:00, lørdag kl. 10:00 Vi har variert på steder som Sandnes Stadion, Gisketjernet, Sandneshallen. Gruppen koordinerer og har flere fellestreninger sammen med sprint og hekk.

UM, Trondheim
Andrea Lyngholm (05) Gull lengde og bronse 300 m hekk
Selma Ims (05) Sølv 100 m og bronse 200 m
Andrea Eikeland (05) Sølv 200 m
Håvard Haugen (05) Sølv 300 m hekk, 1000 m stafett - Håvard 400 m – Laget satte ny norsk aldersrekord.
Sondre Aasmo (06) Bronse 110 m hekk
Gaute Aasmo (06) 4 plass 3 steg og finale 110 m hekk

UM mangekamp Hamar
Andrea Lyngholm (05) Gull 7 kamp jenter 16
Elsie H. Seger Sølv 7 kamp jenter 17
Håvard Haugen (05) Sølv 10 kamp gutter 16
Sondre Aasmo (06) 4 plass 10 kamp gutter 17
Gaute Aasmo (06) Sølv 10 kamp gutter 17

4.15 Junior- og Seniorgruppe sprint/teknisk

Hovedtrenere: Ragnar Bergheim og Trond Lindanger

Utøvere fordelt:

Trener Trond: Rein Torsvik, Hanne Berit Irgens, Imran Mahmood, Soban Inayat, Øystein Paulsen, Øystein Paulsen, Erlend Rødsmoen

Trener Ragnar: Alexander Skrede, Eskild Gjesdal Hillesund, Jonas Fjordholm, Ludvig Hansen, Victoria Sørland, Amalie Lauvvik, Helle Ween, Julie Fuglestad, Julie Ghysels, Kristine Aksland, Malin Apeland, Ina Hamre,

Treningssted:
Treninga har foregått i Sandneshallen, på Sandnes stadion (bane og styrkerom) og på omkringliggende friområder. Gruppa trente seks dager i uken. Mandag-Søndag. I tillegg egentrening for enkelte.

Innendørs:
Ungdomsmesterskapet innendørs: Avlyst pga. Covid-19
NM innendørs: Avlyst
**Utøvere har deltatt på noen få stevner i Sandneshallen, men pga. Covid-19, ble det begrensinger på stevnetilbudet innendørs.

Utendørs

Hovedmesterskapet Kristiansand:
Soban nr. 7 100m finale +0,1 10,99
Hanne Berit nr.5 100m finale, -0,1 12,14
Victoria utslått på 100m i forsøk -0,3 13,02
Victoria utslått på 200m i forsøk -0,7 26,70
Alexander utslått semifinale 100m -0,3 10,95 (Ny personlig rekord)
Alexander utslått semifinale 200m -0,5 22,27
Sandnes nr. 4 1000m stafett menn 1,56,19

Ungdomsmesterskapet Trondheim:
Alexander nr.1 100m G16, +2,2 10,79
Alexander nr.2 200m G16 +0,6 22,19 ny personlig rekord
Jonas nr.4 100m G16 +2,2 11.40
Jonas nr.5 200m G16 +0,6 23,38 (23,32 +0,8 i forsøk, ny personlig rekord)
Victoria nr. 4 100m J15, ny personlig rekord. 12.75. Kvalifisert til hovedmesterskapet
Victoria nr. 4 200m J15 -0,6 26,56 (26,23 i semifinale, ny personlig rekord)
Eskild nr.5 100m G15 +1,1 11.61, ny personlig rekord
Eskild nr.3 200m G15 +0,1 23,32
J.17-19 1000m stafett: nr. 3 med tiden 2.20,38
g.15-16 1000m stafett: nr.1 med tiden 2,00,45

Junior-NM Askøy:
Alexander nr. 5 100m finale u20 -0,3 11,01
Alexander nr. 6 200m finale u20 +4,0 22,51
Eskild utslått 100m u20 +1,8 11,75
Eskild utslått 200m u20 +2,7 23,55

Erlend utslått 100m u23 -0,5 11,88
Erlend utslått 200m u23 +0,1 23,51
Victoria utslått 100m u20 +1,3 13,03
Victoria til semifinale 200m, nr. 6 +2,4 26,41
1000m stafett u20: nr. 3 med tiden 1,57,29

NM VETERANER, Førde
Øystein (m40-44) nr.2 100m, +0,3 11,77
Øystein (m40-44) nr.1 200m 23,59

Generelt:

**Utøverne har deltatt på lokale stevner på Sandnes Stadion og Stavanger Stadion. I tillegg var det utøvere med i KM 13-19 år på Frakkagjerd. Det ble sendt en liten gjeng til Midtsommer-stevnet på Lillehammer 26. og 27.juni, der det ble satt mange personlige rekorder. Alexander tok turen til Trond Mohn games og løp 100m på 11,04. Det samme gjorde Hanne Berit, på samme distanse som Alexander. Hun løp på 12,14 i -0,9.

4.16 Kastgruppen

Det har vært kasttrening fordelt på de forskjellige aldersgruppene i gjennomsnitt 3 dager i uken. Hovedtrener har vært Sølvi Rabben, med hjelp fra følgende trenere: Øyvind Egelid og Kari Kulkarni (for barnegruppene), Kristian Rønneberg og Arne Indrebø. Flere av disse trenerne, har også vært aktive på kretstreningene på fredager i Sandneshallen.

Deltagere fra SI på kastreningene har vært; Inga Rabben Reimers og Elsie Hjartholm Seger, samt utøvere fra mangekampgruppen; Jonas Berggård Skåden, Gaute og Sondre Aasmo, Einar Ramsdal Kinn, Selma Ims. Elise Eikeland, Andrea Igeltjørn Lyngholm, Lucas Grimstad Nilsen, Håvard Haugen, Are Torsvik, Kari Kulkarni og Ruth Johanne Salte. Deltagere på våre treninger fra andre idrettslag; Maren Undheim, Peder H Skjevrak, Marit Berge, Andreas Nesse, Erik Liberg, Håvard Birkeland.

Til tross for at sesongen har vært preget av restriksjoner, har vi fått arrangert bra med egne stevner på Sandnes stadion. Det har vært mange personlige bestenoteringer denne sesongen, og det er satt en rekke lagsrekorder og flere kretsrekorder i kastøvelsene. Det har vært kvalifiserte deltagere med i UM, Jr NM, Hoved NM og Veteran NM.

4.17 Stav

Stavgruppa har i 2021 sesongen bestått av i alt 8 personer i alderen 15-19 år.

Gruppa 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 mangekamp-trening, så da er det alltid en prioriteringssak hvor mye av treningen som skal være stav.

Som for mange andre ble det en nok en turbulent sesong pga. koronasituasjonen, men ikke så ille som i 2020. Vi fikk trent sånn noenlunde og de aller fleste satte solide perser. Spesielt i vinter 2021/2022 hevet mange seg flere hakk

Og for første gang på mange år har utøverne “vokst fra” stavene vi har på lager, slik at vi må supplere med flere nye staver i 2022-sesongen.

Det er også så vidt startet en ny gruppe for utøvere født i 2008-2009. Disse har trent stav i 2021:
Ina Hamre
Kristine Aksland
Håvard Haugen
Endre Maldal
Sondre Aasmo
Gaute Aasmo
Einar Ramsdal Kinn
Jonas Berggård Skåden

Gaute prøver på 3.80m

4.18 Mellom- og langdistanse - Ingebrigtsen

Gruppen består av Jakob Ingebrigtsen, Filip Ingebrigtsen, Henrik Ingebrigtsen, Narve Gilje Nordås, Benjamin Rettore, Ingrid Ingebrigtsen og Per Svela (representer Ullensaker Kisa). Hovedtrener er Gjert Ingebrigtsen.

Jakob Ingebrigtsen
Innendørs:
1500m: 3.31,80
3000m: 7.48,20

Utendørs
1500m: 3.28,32 – Olympisk, europeisk og norsk rekord
En engelsk mile: 3.47,24 – Europeisk og norsk rekord
3000m: 7.33,06
5000m: 12.48,45 – norsk rekord

Filip Ingebrigtsen
Innendørs:
1500m: 3.40,09
3000m: 7.54,33

Utendørs:
1500m: 3.32,23
En engelsk mile: 3.52,97
3000m: 7.34,00

Henrik Ingebrigtsen
5000m: 13.16,80

Narve Gilje Nordås
Innendørs
3000m: 7.50,21

Utendørs:
3000m: 7.41,31
5000m: 13.16,67
10 000m: 28.47,19

Benjamin Storm Rettore
Utendørs:
800m: 2.00,00
1500m: 3.57,09
3000m: 8.17,38 (tok U-20 EM kravet)

Ingrid Ingebrigtsen
Utendørs:
800m: 2.20,59
1500m: 4.42,04
2000m: 6.37,19
3000m: 10.29,02

4.19 Team Athletix

Vi har opprettholdt 2 treninger i uken i de periodene hvor dette har vært tillatt. Trening høst/vinter har stort sett vært gjennomført i Sandneshallen så lenge dette har vært tillatt. Ellers har vi hatt oppmøte på Sandnes Stadion, og brukt område rundt stadion. De ukene hvor barneidretten har vært helt nedstengt har utøverne fått tilbud om treningsprogram via Spond.

Det er foreløpig 19 medlemmer i gruppen (etter at vi fikk flere nye utøvere fra barnegruppen i høst), men det er ikke alle disse som har vært regelmessig på trening. Vi har i snitt vært 8-10 utøvere på trening.

Fokus er, og har vært, å gi morsom og allsidig trening. Kjernen i gruppen er 2005-2006-utøvere, og vi har også fått inn flere 2007-utøvere høsten 2021.

Trenere: Vienna Søyland Dahle (hovedansvar mandager) og Nora Haugen (hovedansvar onsdager).

4.20 Løpegruppe for mosjonister

Per januar 2021 er det 119 registrerte medlemmer i gruppen. Snittalder for denne gruppen er rundt 40 år, og er jevnt fordelt mellom kvinner og menn. Antall personer på trening varierer over året med et sted mellom 30 og 50 på trening).

Gruppa har tilbud om to treningsøkter per uke:

- Tirsdager og torsdager (stadion) – Intervall trening på løpebanen, eller områder rundt idrettsparken.

Ressurspersoner:

- Cecilie Klungtveit: Hovedtrener
- Sveinung Berge – Hjelpetrener
- Trude Håland – Hjelpetrener
- Geir Eikeskog – Oppmann

I de periodene det ikke har vært fellestrening, har det blitt utarbeidet treningsprogram som den enkelte har kunne bruke i forbindelse med egentrening.

Løpegruppen som ble etablert i november 2017, og er en viktig årsak til at Sandnes IL normalt er godt representert under regionale mosjonsløp

4.21 Friidrettstrimmen

Friidrettstrimmen startet i 1976 og har nå pågått i 45 år. Invitasjonen den gang var et skriv fra Kristian Bøe til 27 tidligere aktive friidrettsutøvere. 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 46 år, og likeledes deltakerne. Flere av deltakerne deltar på trimmen i Melsheia mandag og onsdager samt som funksjonærer på friidrettsstevnene til Si. I 2021 har vi vært ca. 10 personer som har trent hver tirsdag fra 20-21.30 på Skeiane skole fra 4.sept. Vi gikk glipp av vårseksjonen grunnet Covid-19. Vi har på høsten hatt et par sosiale samlinger i tillegg til trimmen. Vi er takknemlige for at Skeiane skole stiller velvillig lokaler til vår disposisjon.

4.22 SI-Veteranene

SI-Veteranene ble startet av Sigurd Sirevåg i 1997.

Hver mandag og onsdag møtes vi ved SI-Hytta kl. 1000 og er ute og går i to timer. Siste onsdag i hver måned er det sosialt samvær med kaffe og vafler i SI-hytta, og siste mandag har vi såkalt blåtur.

Vi har plass til flere veteraner om noen er interessert, men passivt medlemskap i Sandnes Idrettslag må til.

Årets blåturer.

22.02. Vagleskogen, 26 stk.
22.03. Fra Hå gamle kirke til Madland havn, 22 stk.
26.04. Rundt Fjermestadvatnet, 23 stk.
31.05. Til Knotten (fjelltopp på Rennesøy), 23 stk
07.06. Gikk en time først, så hadde vi grillfest ved SI-Hytta med Randulf som grillmester, 30 stk.
28.06. Tur i Kringlelia, 18 stk.
26.07. Tur til Bærheimsnuten, 11 stk.
30.08. Tur til Sogndalstrand. Turen ble avsluttet med herlig fiskesuppe på hotellet. 20stk.
27.09. Tur til Rennesøyhornet, 24 stk.
25.10. Turen startet fra BMX banen på Kverneland, gjennom Kalbergskogen ned til fossen ved ridesenteret, så tilbake til BMX banen, 25 stk.

28.11. Rundt Hålandsvatnet, 25 stk.

Foredragsholdere på onsdagstreffene i SI-hytta.
På grunn av Coronapandemien ble det ikke noe onsdagstreff med kaffe og vafler og foredrag i SI-hytta før august.

25.08. Besøk av Geir og Vetle, avtroppende og påtroppende daglig leder i friidrettsgruppa. Sigurd som startet SI-veteranene i 1997 (han er nå 91 år) takket for seg og overlot roret til Thorleif.

29.09. Ble vist film fra 1950-årene, historien om Thorvald Sirevåg sin butikk i Oalsgaten. Edvard viste film fra turene våre. Sigurd fikk blomster for lang og tro tjeneste som leder av SI-veteranene.

27.10. John Asheim og Helmer Steinskog fortalte om sykkelturen de hadde sammen med 8 andre nedover i Europa. På turen samlet de inn penger til Byprestene i Sandnes.

24.11. Edvald Magnusson fortalte og viste bilder fra en fjelltur i Spania.

Andre aktiviteter.
01.12. Vi gikk en time i Melsheia, deretter inn i SI-hytta hvor det ble servert marsipankake og kaffe.

Det er flere av oss som har vært med friidrettsgruppen som hjelpere i Sandneshallen eller på stadion og i Arborettrimmen. Vi stilte og med vakter i forbindelse med Blink-festivalen.

Vi deltok og i en dugnad i Vatneleiren, hvor vi pakket datautstyr som skulle sendes til en utdanningsinstitusjon i Afrika.

Vi har og hatt dugnad på SI-hytta.

På grunn av pandemien har vi ikke hatt det årlige treffet med den eldre garde i Gjesdal.

Grøtfesten hos Else Jonnie ble og avlyst på grunn av liten interesse

Vedlegg 1: Regnskap

SI FRIIDRETT	Regnskap 2021	Note	Budsjett 2021	Budsjett 2022
Treningsavgift	339 200		300 000	330 000
Treningsavgift mosjonistgruppe	82 000		80 000	85 000
Egenandel stevner	10 000		20 000	20 000
Egenandel treningsleir 2022				100 000
Påmelding egne stevner	103 942		80 000	80 000
- Påmelding Friidrettsskolen	128 800		100 000	130 000
- Påmelding Sandnesløpet	190 367		100 000	120 000
- Påmelding Hanatrappene Opp	27 305			30 000
Sponsormidler	1 434 088		1 240 000	1 300 000
Bodsalg	35 176		80 000	50 000
Tilskudd forbund / Gavefond	40 000		200 000	40 000
LAM-midler	200 000		200 000	200 000
MVA Refusjon	223 660		140 000	220 000
Interne overføringer (hovedstyre)	402 942		350 000	370 000
SUM DRIFTSINNTEKTER	**3 217 481**		**2 890 000**	**3 075 000**
Startkontingenter	(73 171)		(100 000)	(90 000)
Kostnader egne stevner og arrangementer	(102 215)	1)	(30 000)	(40 000)
- Kostnader Sandnesløpet	(107 507)		(110 000)	(50 000)
- Kostnader Friidrettsskolen	(69 325)		(50 000)	(40 000)
- Kostnader Hanatrappene Opp	(18 066)		-	(20 000)
Treningsleir 2022			-	(150 000)
Reiseutgifter	(290 532)	2)	(250 000)	(270 000)
Innkjøp til kiosk				(30 000)
Overnatting	(194 925)		(200 000)	(200 000)
Kontrakter utøvere	(508 476)		(590 000)	(590 000)
Kontrakter trenere	(487 344)		(625 000)	(625 000)
Treningsutstyr	(251 025)	3)	(50 000)	(70 000)
Utdanning og kurs	(30 299)		(40 000)	(30 000)
IT kostnader			(10 000)	(10 000)
Lønnsutgifter	(795 868)		(750 000)	(740 000)
Administrasjon	(296 469)	4)	(170 000)	(190 000)
Diverse kostnader	(156 239)		(40 000)	(80 000)
SUM DRIFTSUTGIFTER	**-3 381 460**		**-3 015 000**	**-3 225 000**
ÅRSOVERSKUDD	**-163 979**		**-125 000**	**-150 000**

Vedlegg 2: Lagsrekorder

JENTER

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
60 m 11 år	8.85 -1.0	Hedda Barlaug Røsdal	Sandnes	18.09.2021
60 m 15 år	8.16 +0.7	Victoria Sørland	Sandnes	10.06.2021
100 m 16 år	12.25 +1.9	Selma Ims	Trondheim	03.09.2021
200 m 11 år	30.26 -3.9	Hedda Barlaug Røsdal	Stavanger	02.09.2021
400 m 18 år	54.91	Nora Haugen	Oslo/Bi	12.06.2021
60 m hekk 68 cm 11 år	10.26 +0.7	Hedda Barlaug Røsdal	Sandnes	18.09.2021
200 m hekk 68 cm 11 år	34.46 -1.1	Hedda Barlaug Røsdal	Stavanger	17.06.2021
Kule 3 kg 16 år	13.22	Inga Rabben Reimers	Haugesund	16.05.2021
Kule 4 kg 16 år	11.51	Inga Rabben Reimers	Gloppen	25.07.2021
Diskos 1 kg 16 år	36.68	Inga Rabben Reimers	Nadderud	19.09.2021
Slegge 3 kg 16 år	40.99	Inga Rabben Reimers	Frakkagjerd	20.06.2021
Slegge 4 kg 16 år	33.69	Inga Rabben Reimers	Sandnes	23.09.2021
Spyd 500 g 16 år	46.96	Inga Rabben Reimers	Haugesund	15.05.2021

GUTTER

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
60 m 16 år	7.14 -0.5	Alexander Skrede	Sandnes	23.09.2021
100 m 16 år	10.95 -0.3	Alexander Skrede	Kristiansand	10.09.2021
200 m 16 år	22.19 +0.6	Alexander Skrede	Trondheim	05.09.2021
Høyde 13 år	1.62	Oscar Jack Weaver	Haugesund	11.09.2021
Diskos 1.5 kg 16 år	42.55	Håvard Haugen	Sandnes	07.06.2021
Slegge 6 kg 16 år	34.06	Håvard Haugen	Sandnes	28.10.2021

MENN

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
100 m	10.67 +1.7	Jonas Berggård Skåden	Trondheim	03.09.2021
150 m	16.68 +0.7	Soban Mortaza Inayat	Sandnes	17.06.2021
1500 m	3.28.32	Jakob Ingebrigtsen	Tokyo, JPN	07.08.2021
1 engelsk mile	3.47.34	Jakob Ingebrigtsen	Eugene, USA	21.08.2021
5000 m	12.48.45	Jakob Ingebrigtsen	Firenze, ITA	10.06.2021

KVINNER

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
400 m	54.91	Nora Haugen	Oslo/Bi	12.06.2021
3000 m	9.24.13	Christina Maria Toogood	Ålgård	20.09.2021
Diskos	36.68	Inga Rabben Reimers	Nadderud	19.09.2021

MENN, INNE

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
1500 m	3.31.80	Jakob Ingebrigtsen	Lievin, FRA	09.02.2021

KVINNER, INNE

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
Lengde uten tilløp	2.59	Anna Bråttvik Demydova	Sandnes	25.10.2021

VETERAN MENN

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
3000 m 60 - 64 år	13.51.60	Kjell Eide	Sandnes	17.06.2021
10000 m 35 - 39 år	30.03.98	Frew Zenebe Brkneh	Kristiansand	12.09.2021
Halvmaraton 35 - 39 år	1.06.25	Frew Zenebe Brkneh	Oslo	18.09.2021
Maraton 45 - 49 år	2.36.59	Frode Tjelta	Berlin, GER	26.09.2021
Kule 7.252 kg 45 - 49 år	12.07	Ove Lindekleiv	Sandnes	25.09.2021
Diskos 2 kg 45 - 49 år	38.55	Ove Lindekleiv	Sandnes	18.09.2021
Diskos 1.5 kg 55 - 59 år	27.59	Are Torsvik	Sandnes	23.06.2021

VETERAN KVINNER

Øvelse/klasse	Resultat	Navn	Sted	Dato
100 m 50 - 54 år	17.02 +0.3	Kari Nordaas Kulkarni	Frøyland	07.09.2021
200 m 50 - 54 år	36.08 +0.5	Kari Nordaas Kulkarni	Hamar	21.08.2021
800 m 50 - 54 år	3.18.69	Kari Nordaas Kulkarni	Hamar	22.08.2021
800 m 60 - 64 år	2.46.45	Nina Rødsmoen	Sandnes	23.09.2021
1500 m 60 - 64 år	5.40.85	Nina Rødsmoen	Egersund	24.08.2021
3000 m 40 - 44 år	14.42.39	Henny Anggraini	Sandnes	17.06.2021
3000 m 45 - 49 år	14.50.08	Anne Siri Søvareid	Sandnes	17.06.2021
3000 m 50 - 55 år	13.17.73	Trude Håland	Sandnes	17.06.2021
3000 m 60 - 64 år	11.57.91	Nina Rødsmoen	Sandnes	17.06.2021
80 m hekk 76.2 50 - 54 år	18.27 +0.5	Kari Nordaas Kulkarni	Hamar	21.08.2021
Lengde 50 - 54 år	3.61 +0.0	Kari Nordaas Kulkarni	Stavanger	02.09.2021
Kule 3 kg 50 - 54 år	8,90	Kari Nordaas Kulkarni	Hamar	21.08.2021
Diskos 1 kg 40 - 44 år	18.42	Ruth Johanne Salte	Sandnes	22.06.2021
Diskos 1 kg 50 - 54 år	13.85	Kari Nordaas Kulkarni	Sandnes	17.06.2021
Spyd 500 g 50 - 54 år	24.71	Kari Nordaas Kulkarin	Sandnes	23.06.2021