

ÅRSMELDING FRIIDRETT 2012

Styret i friidrettsavdelingen har i 2012 hatt følgende sammensetning:

Jan Romundstad(leder), Ola Andreas Skjermo, Kjetil fagerholt og Bente Svinsås.

Oppmann senior/junior: Tor Jarle Bolme

Oppmann Yngres: Ola Andreas Skjermo

**AKTIVITET**

71 seniorer og juniorer har deltatt i konkurranser denne sesongen. Til sammen har disse gjennomført 421 starter mot 437 i 2011.

Blant de under 18 år er det 114 starter fordelt på 48 deltagere. 20 av disse løp etappe(r) i SOL.

**STAFETTER**

St.Olavsloppet.

Som ett av to lag, stilte vi med 4 lag fordelt på 121 løpere som løp de 334 km fra Østersund til Trondheim. Vi hadde to lag i eliteklassen. 1. laget ble nr.2, slått av Skogn med ca 15 min, mens 2. laget ble nr 4, og slo Namdal løpeklubb sitt 2. lag med 4 min. 2. laget ville ha blitt nr. 8 av 160 lag i mosjon mix. 3. laget ble nr. 86 i denne klassen, mens damelaget ble nr. 11 av 13 lag i mosjon damer. Dette var 2. året vi stilte med rent damelag.

Førstelagets 2. plass innbrakte kr. 15000,- i premie. Vi vil takke alle sjåfører og annet støtteapparat som bidrar til å gjøre SOL til årets sosiale og sportslige happening.

Holmenkollstafetten er verdens største gatestafett som det er svært inspirerende å være deltaker i. Med 3 15-åringer på laget ble vi nr. 12 med 29 sek bedre tid enn i 2011. De 16 beste lagene berger plassen i eliteklassen. I 2013 deltar vi for 30. gang!, og målet er å stille med 2 lag.

Ask-stafetten. Arrangøren inviterte oss som årets gjestelag, og dekket reise og opphold for 6 løpere. Ask-stafetten arrangeres på Askøy, like utenfor Bergen.

**BANESTEVNER**

Tross en trøblete vinter med mye skader, hadde Helge Langen sin klart beste sesong så langt. På 800m presset han ned sin egen klubbrekord fra 1,58,23 til 1,56,45. På 1500m løp han 3 ganger under 4 min, med 3,58,07 som bestetid, over 9 sek bedre enn persen ved inngangen av sesongen. Han har deltatt i 20 banestevner, like mange som øvrige løpere til sammen.

**LØP UTENFOR BANE**

Klubben dominerer fortsatt flere av mosjonsløpene i regionen. Vi har både toppresultatene og bredden (226 individuelle starter). Vi har i år hatt 18 løpere som har tatt klasseseire i mosjonsløp. I alt tok våre løpere 58 klasseseire denne sesongen, derav 8 totalseire.

Lars Hagen har det beste gateløpet ved å løpe 5 km på 15.27, som gir en 15. plass på Norgesstatistikken. Thomas Holm var best på 10km og halvmaraton mhhv. 32,39 og 1,11,50.

Vi har flere veteranløpere som plasserer seg godt på Norgesstatistikken. Disse har plasseringer bedre enn 10: Terje olsen i klasse 45-49 med 16,22 (2.pl) på 5 km, 33,51 (5.pl) på 10 km, 1,14,05 (2.pl) på halvmaraton og 2,38,01 (2.pl) på helmaraton. Trygve Reitan i klasse 40-44 med 16,46 (6.pl) på 5 km. Bjørn Vonheim i klasse 50-54 med 16,51 (2 pl) på 5 km, 35,55 (7.pl) på 10 km og 1,18,48 (7.pl) på halvmaraton.

Terje Olsen sin tid i maraton ble oppnådd i Amsterdam, der han ble nr 3 i sin klasse. Tiden 2,38,01 gir en 30. plass på Norgesstatistikken uansett klasse. Terje, som har hatt en svært god sesong, tok gull i NM Halvmaraton i sin klasse 45-49 år.

**YNGRES**

Blant de under 18 år har det vært 114 starter i 2012. Hele 48 forskjellige har vært med i konkurranser. 20 stk under 18 år var med i SOL.

Linn Røen Skjermo hadde beste baneresultat med 14,11 på 100m.

Vi legger opp treningene fra 8 år og oppover i to bolker. Vårperioden ble noe amputert, ettersom det ble en del kollisjoner. Det gikk spesielt utover de stafettene som vi vanligvis deltar i. På høsten ble det regelmessige treninger. Disse var rettet mot øvelser som 60m, kule, lengde, høyde og spyd. Sesongen ble avsluttet klubbmesterskap i trekamp på Øye Stadion.

**EGNE ARRANGEMENT**

Trollheimsløpet ble arrangert 10. juni. Totalt 156 deltok (152 i 2011), fordelt på 87 i trimklassen og 69 i konkurranseklassene.

Lina Roindt ble arrangert 10. september. 262 deltakere(252 i 2011) fordelt på 232 i trimklassen og 30 i konkurranseklassene. 39% av elevene fra 5. til 10. klasse deltok i den innlagte skolecupen. 9. klasse vant cupen, med ei oppslutning på 70%.

Klubbmesterskapet i terrengløp ble arrangert 7. september ved Tjønna. Tross svært dårlig vær var det mye publikum og deltakerrekord med 53 løpere.

Klubbmesterskapet i trekamp ble avholdt på Øye Stadion 28. september. 9 deltagere i alderen 8-16 år deltok på den fine banen.

**IDRETTSMERKEPRØVER**

5 stk har tatt idrettsmerket i år, derav 4 damer. Samme antall som i fjor. To har oppnådd kravet til idrettsmerket for trettiende gang.  Det er Bente Svinsås og Målfrid Romundstad Nergård som derved vil få Idrettens Hederspris.

**SESONGAVSLUTNING**

Helge Langen foredro om egen trening til nytte for alle som var tilstede. Ellers utdelig av div. utmerkelser og premier.

**RESULTATOPPSUMMERING**

Komplett resultatoppsummering vil bli lagt ut på våre hjemmesider.

**SLUTNING**

Til slutt vil vi takke for god hjelp og støtte gjennom sesongen. Spesielt til alle komiteene som har møtt opp ved arrangementene. Takk til alle små og store samarbeidspartnere, og spesielt våre hovedsponsorer Rindal Sparebank, Svorka Energi AS og Rindalslist AS.

Friidrettsstyret

v/ Jan Romundstad