

# Årsmelding for Løten O-lag 2023

Årsmøtet avholdes mandag 19.februar 2024 kl.19.00

Sted: Kommunestyresalen på Tingberg



## Våre hovedsponsorer i 2023



Eidsiva.

## Innholdsfortegnelse årsmøtedokumenter 2023

LØTEN O-LAG ÅRSMØTE 2022.....	4
Årsmelding for 2022 .....	5
Oversikt over styret, komiteer og andre verv .....	5
Styret .....	5
Komiteer og utvalg .....	5
Andre verv .....	6
Medlemmer, medlemskontingent og løpsstatistikk .....	7
Styrets rapport .....	8
Årsrapport Informasjonskomiteen .....	<b>Feil! Bokmerke er ikke definert.</b>
Årsrapport Finanskomiteen.....	11
Årsrapport Miljøkomiteen.....	11
Årsrapport Turorienteringsutvalget .....	12
Skogstrimmen – oppsummering fra sesongen 2022.....	<b>Feil! Bokmerke er ikke definert.</b>
Stolpejakt.....	<b>Feil! Bokmerke er ikke definert.</b>
Årsrapport Rekruttkomiteen .....	<b>Feil! Bokmerke er ikke definert.</b>
Årsrapport Teknisk komité .....	15

## LØTEN O-LAG ÅRSMØTE 2023

Årsmøte for Løten O-lag holdes mandag 19.februar 2024 kl. 19.00 i kommunestyresalen på Tingberg.

### I henhold til lovens § 16 skal årsmøtet

1. Godkjenne de stemmeberettigede.
2. Velge dirigent(er).
3. Velge protokollfører(e).
4. Velge to medlemmer til å underskrive protokollen.
5. Godkjenne innkallingen.
6. Godkjenne saklisten.
7. Godkjenne forretningsorden.
8. Behandle idrettslagets årsberetning.
9. Behandle idrettslagets regnskap, styrets økonomiske beretning, kontrollutvalgets beretning [og revisors beretning].
10. Behandle forslag og saker.
11. Fastsette medlemskontingent på minst kr 50, og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter.
12. Vedta idrettslagets budsjett.
13. Behandle idrettslagets organisasjonsplan.
14. Foreta følgende valg:
  - a) Styre med leder, nestleder, fem styremedlemmer og to varamedlemmer.
  - b) Kontrollutvalg med to medlemmer og ett varamedlem.
  - c) Representanter til ting og møter i de organisasjonsledd idrettslaget har representasjonsrett eller gi styret fullmakt til å oppnevne representantene.
  - d) Valgkomité med leder, to medlemmer og ett varamedlem.
  - e) Eventuelt øvrige valg i henhold til idrettslagets organisasjonsplan.

Ledere og nestledere velges enkeltvis. Øvrige medlemmer velges samlet. Deretter velges varamedlemmene samlet. Der det velges flere varamedlemmer skal det velges 1. varamedlem, 2. varamedlem osv.

- [15. Engasjere revisor til å revidere idrettslagets regnskap.]

# Årsmelding for 2023

## Oversikt over styret, komiteer og andre verv

### Styret

Leder: Tove-Kristin Westli  
Nestleder: Stine Engebakken  
Leder finans: Steinar Libak  
Leder informasjonskomite: Emilie Westli Andersen  
Leder teknisk komite: Sigurd Dæhli  
Leder sportsutvalg: Simen Smestad  
Styremedlem: Sigurd Skaaden  
Varamedlemmer: 1. Knut Johan Schjerve 2. Arvid Bratlie

### Komiteer og utvalg

#### Aktivitetskomiteen

Leder: Simen Smestad  
Herman Bakke (oppmann)  
Evine Westli Andersen (trener)  
Emilie Westli Andersen (informasjon)  
Sigurd Skaaden

#### Teknisk komité

Leder: Sigurd Dæhli  
Ole Lien (materialforvalter)  
Tove-Kristin Westli (draktsalg)

#### Turorienteringskomité

Leder: Leif Martin Kjos  
Odd Arne Blystad  
Rønnaug Sagbakken

#### Stolpejakten

Leder: Tore Stenseth  
Knut Johan Schjerve  
Henning Olsen

#### Finanskomité

Leder: Steinar Libak (regnskap)  
Einar Lien (etterarbeid oppmann)  
Tore Stenseth (sponsoravtaler)

#### Miljøkomité

Leder: Lis Dæhli

Ann-Kristin Djuve

### **Valgkomité**

Leder: Ola Brevig

Ida Rogstad

Lars Ole Djuve (vara)

### **Kontrollutvalg**

Oddveig Anne Sagbakken (leder)

Erland Lilleøkseth

Arvid Bratlie (vara)

### **Andre verv**

Uttakingskomite: Simen Smestad (leder), Herman Bakke og Evine Westli Andersen

Representanter til Kretsting: Simen Smestad og Tove-Kristin Westli

Representant til årsmøtet i Løten Idrettsråd: Tove-Kristin Westli

### **Pinseløpene 2023**

Løpsleder: Sigurd Dæhli

Løypeleggere: Elgdilten: Nina Smestad, Løvspretten: Simen Smestad

Oddveig Anne Sagbakken – revisor

Oddveig Anne er også medlem av kontrollkomiteen som revisor for Innlandet Orienteringskrets.

## Medlemmer, medlemskontingent og løpsstatistikk

Medlemmer	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	Endring fra i fjor
Jenter t.o.m. 16 år	8	6	6	21	36	34	19	23	21	19	12	12	14	+2
Jenter over 17 år	45	40	44	43	41	45	41	38	40	43	43	42	41	-1
Gutter t.o.m. 16 år	7	5	4	9	14	15	12	13	15	14	9	13	14	+1
Gutter over 17 år	78	76	77	83	84	85	81	74	71	73	62	63	64	+1
<b>Sum</b>	<b>138</b>	<b>127</b>	<b>132</b>	<b>156</b>	<b>175</b>	<b>179</b>	<b>153</b>	<b>148</b>	<b>147</b>	<b>149</b>	<b>126</b>	<b>130</b>	<b>133</b>	<b>+3</b>

Medlemskontingent for 2023	
Til og med 16 år	Kr 200,-
Aktive 17 år og eldre	Kr 400,-
Familier	Kr 800,-
Støttemedlemmer	Kr 200,- (eller valgfritt beløp)

År	Antall løpere				Sum
	Damer		Herrer		
	t.o.m. 16 år	17 år og eldre	t.o.m. 16 år	17 år og eldre	
2005	13	25	30	44	112
2006	19	31	27	48	125
2007	17	26	16	51	110
2008	17	25	19	56	117
2009	11	23	10	57	101
2010	11	19	12	47	89
2011	4	19	3	52	78
2012	6	19	3	42	70
2013	5	27	2	39	73
2014	9	20	4	42	75
2015	20	20	10	45	95
2016	12	22	10	43	87
2017	12	20	7	34	73
2018	10	17	5	33	65
2019	13	18	10	35	76
2020	3	11	2	15	31

2021	2	12	3	26	43
2022	2	16	6	35	59
2023	8	14	9	35	66

År	Antall starter				Sum	Antall løp hvor medlemmer fra Løten o-lag har startet
	Damer		Herrer			
	t.o.m. 16 år	17 år og eldre	t.o.m. 16 år	17 år og eldre		
2005	185	404	552	797	1938	?
2006	223	512	468	872	2075	156
2007	185	447	290	810	1732	146
2008	257	389	258	823	1727	147
2009	231	369	289	594	1483	137
2010	198	243	263	472	1176	111
2011	94	259	49	599	1001	110
2012	122	252	58	465	897	143
2013	32	307	15	308	662	179
2014	20	342	29	371	762	197
2015	43	310	72	384	809	206
2016	46	322	61	410	839	202
2017	54	244	51	370	719	212
2018	92	251	16	315	674	176
2019	130	298	51	364	843	214
2020	61	120	15	95	291	88
2021	19	109	10	108	246	86
2022	21	169	29	215	434	155
2023	43	181	48	218	490	142

## Styrets rapport

I perioden siden årsmøtet 6.februar 2023 har det blitt avholdt 9 styremøter og behandlet 87 saker.

Stolpejakten var fortsatt et populært tilbud også i 2023. Løten o-lag startet med Stolpejakten i 2017. Stolpejakt er en flott aktivitet for folk i alle aldre. Det er mange som er klare når startskuddet går 1.mai.

Turorientering har også blitt gjennomført for 51.gang i 2023. Se rapport lenger ut i årsmeldinga.

Skogstrimmen har blitt gjennomført med god planlegging og ledelse av Rønnaug Sagbakken. Den omtales også senere i årsmeldinga.

Juletreorientering har blitt arrangert av Emilie Westli Andersen med gode hjelpere for 5.gang 15. november til 31. desember 2023. 205 personer sendte inn koder til 1022 lodd. I 2022 var det 115 deltakere. Vi hadde åtte premier sponset av lokale bedrifter og privatpersoner. Vi har kun fått positive tilbakemeldinger. Årets område var Haverbekkvika og det ble pyntet fem trær. Emilie snakket om Juletreorientering på Elverumsradioen.



21.-22.01 2023 var ei kald januarhelg hvor Løten o-lag var en av fire klubber som arrangerte NM skiorientering på Skramstadsætra. De andre var Elverum OK, Fet OL og IL Koll. Det ble en fin erfaring å ta med seg med å samarbeide med flere arrangørklubber.

26.01.2023 lånte Løten o-lag rom på Løten ungdomsskole og det ble i samarbeid med Norges Orienteringsforbund arrangert begynerkurs i tidtakerprogrammet eTiming med 7 deltakere og Dagfinn Øksenholt som kursinstruktør. Det var lærerikt for de som var til stede.

30.01.2023 arrangerte styret Klubb utviklingskveld med veileder Henning Bratland Carlsen fra Norges Orienteringsforbund. Det var 16 deltakere som jobbet seg igjennom forskjellige fokusområder; rekruttering, foreldre og flere på o-løp/treninger, fra råtass til terminfestede løp, som endte opp som en tiltaksplan. Det er nyttig å tenke over hva som fungerer bra og hva som kan bli bedre. Planen har vært oppe på enkelte styremøter i 2023 for å se litt hvor langt vi har kommet. Det ble på klubb utviklingskvelden antydnet at et oppfølgingsmøte kunne være aktuelt ett år fram i tid.

13.04.23 arrangerte styret klubbkveld/kickoff for sesongen 2023. Det ble 34 deltakere som fikk høre om planen for sesongen, spiste pizza og sosialt samvær.

04.05.23 var det foreldremøte for Råtassforeldrene som Stine Engebakken og Tove-Kristin Westli var ansvarlige for. Foreldrene som deltok syntes det var bra å få informasjon og at de kunne spørre om ting. Inntrykket er at vi har ei fin foreldregruppe her nå.

24. og 31.mai 2023 hadde Løten o-lag idrettsskolen.

24.juni deltok Løten o-lag med stand og EKT-løype i «Sommer i sentrum» for å profilere o-laget.

12.august deltok Løten o-lag med EKT-løype i Koiedalen under arrangementet «Inn i naturen»

Løten o-lag deltok også i 2023 på *Kom deg ut dagen* på Målia 3.september. Her stilte Knut Andersen og Tove-Kristin Westli med EKT-løype. Vi fokuserte på å lære å stemple riktig og det lærte ungene raskt. Ungene var ivrige til å løpe og konkurrerte med sin egen tid.

28.09. 2023 var det klubbkøppfinale og pizzaservering etter løpet. 12 ungdommer og 28 voksne deltok på det sosiale.

Familiedagen i Koiedalen ble arrangert 7.oktober og der stilte Løten o-lag opp med EKT-løype som er veldig populært både for barn og voksne. Vi har på alle disse arrangementene snakket med den del folk om orientering og Løten o-lag, men det har ikke tilkommet nye medlemmer ut ifra dette.

I 2023 ble Huldertrampen arrangert fra Rokosjøsaga som tidligere år.

23.september markerte Løten o-lag at det var 70 år siden NM damer i orientering ble arrangert med o-løp fra Små. Karl Petter Opsahl og Helge Kristen Storsveen hadde gjort en stor jobb med å lage løypa på gammelt kart. Det var dessverre bare 3 løpere som tok utfordringen på løpsdagen, veldig bra at de deltok.

Den tradisjonelle sesongavslutningen på Skytterhuset ble arrangert 2.november for tur-o-deltakere og medlemmer sammen, med over 50 frammøtte. Det var gledelig at det var så mange. Det ble servert hjemmebakke kaker og kaffe. Frank Tore Berntsen var der også med salg av O-utstyr.

Når det gjelder internasjonal representasjon i 2023 av o-lagets medlemmer er det Evine Westli Andersen i skiorientering og Sigurd Dæhli i Pre-O. Evine deltok i WC i Østerrike, Ski-o-Tour i Sveits, EM i Madona, Latvia og WC på Beitostølen. Sigurd deltok i VM i Tsjekkia i Pre-O.

I Pinseløpskomiteen har Løten o-lag hatt følgende representanter i 2023: Løpsleder Sigurd Dæhli, økonomi Tore Stenseth, IKT Marius Øie/Torstein Berg, løypeleggere Nina Smestad og Simen Smestad og revisor Oddveig Anne Sagbakken.

Når det gjelder medlemstallet i Løten o-lag så er det i 2023 133 medlemmer. En økning på 3 fra året før.

Å øke medlemstallet og antall rekrutter (i alle aldre), jobbes det med kontinuerlig. Årsmøtet 2023 vedtok å videreføre samarbeidet med Spreke Opplevelser AS i 2023 til å planlegge og gjennomføre Råtass og ungdomstreninger gjennom året.

Styret vil rette en stor takk til alle og en hver som har gjort en innsats for Løten o-lag i 2023 når det gjelder all aktivitet som har vært. Dugnaden som blir gjort er viktig for å holde hjulene i gang. Det har vært stor aktivitet i 2023-sesongen.

For styret i Løten o-lag  
Tove-Kristin Westli

Tove-Kristin Westli  
Andersen  
Sigurd Dæhli

Sigurd Skaaden

Stine Engebakken

Steinar Libak

Emilie Westli

Simen Smestad

## Årsrapport Finanskomiteen

Finanskomiteen har lik sammensetning som de foregående år, med Einar Lien, Tore Stenseth og Steinar Libak. Einar fører løperstatistikken, Tore selger sponsoravtaler i tillegg til ansvaret for Stolpejakten. Begge gjør en utmerket jobb for Løten O-Lag. Steinar har ansvaret for ut/innbetalinger, regnskapet og møter i styret.

Sponsorinntektene i 2023 kommer fra: Sparebank 1 Østlandet, Løiten Almanning, Budor Sport og fritid AS, YC Rør AS, Løten Mølle AS, Eidsiva Energi og Løten Malerverksted. Disse selskapene hjelper oss til å få en sunn økonomi, så derfor oppfordres alle medlemmer i Løten O-Lag til å støtte våre sponsorer.

Løten Kommune støtter oss hvert år med kr 30 000 til gjennomføring av Stolpejakten. Kulturmidler fra Løten Kommune, lokale aktivitetsmidler fra Norges Idrettsforbund, grasrotandel fra Norsk Tipping, Sparebankstiftelsen og Pinseløpene bidrar i 2023 med inntekter. Ski-o-NM ga oss også et lite overskudd.

På utgiftssida er det spesielt synfaring og digitalisering vi har brukt mye penger på. Kart er anlegget for vår idrett, så for oss er det viktig at kartene har god kvalitet. Vi har også betalt for instruksjon og trening for våre nye rekrutter.

Vår økonomi er etter vår mening meget god.  
Revidert regnskap blir presentert på årsmøtet.

For Finansutvalget  
Steinar Libak

## Årsrapport Miljøkomiteen

Miljøkomiteen har bestått av Lis Dæhli og Ann-Kristin Nybakk Djuve.

Miljøkomiteen har bidratt på følgende arrangement:

13/4 - Kick off

18/5 - Klubbkøpp/O-sportens dag

8/10 - Klubbmesterskap

2/11 - Sesongavslutning.

Vi takker alle som har hjulpet med å bake kaker.

For miljøkomiteen

Lis Dæhli

## Årsrapport Turorienteringsutvalget

### Organisering

Tur-o-utvalget har bestått av Rønnaug Sagbakken, Odd Arne Blystad og Leif Martin Kjos (leder).

Tradisjonell turorientering i Løten har i år blitt arrangert for 51. gang.

### Kart og poster

Kart	Målestokk	Post nr.	Postene hengt ute
Sjømarka	1 : 10 000	1 - 20	1. mai - 30. september
Mosjømarka øst nordre del	1 : 10 000	21 - 38	1. mai - 30. september
Mosjømarka øst søndre del	1 : 10 000	39 - 50	1. mai - 30. september
Batåsen	1 : 10 000	51 - 65	1. mai - 30. september
Rokoberget - Bståsen	1 : 10 000	66 - 75	1. mai - 30. september

Oversiktskart som viste områdene og forklaring av karttegn var kopiert på eget ark sammen med nærmere omtale av opplegget. I tillegg var karttegn kopiert inn på kontrollkortet.

Det ble benyttet berøringsfri registrering av postene. Vi benyttet også i år bøtter hvor det over bøtta var det hengt opp en lapp med en kode bestående av 3 bokstaver eller tall. Denne koden måtte deltakerne notere på kontrollkortet som bevis på at de hadde vært på postene.

Vi har fortsatt samarbeidet med Stolpejakten og hadde i år felles poster i Sjømarka.

### Turorientering på nett (turorientering.no)

Alle kart var i A4 format og ble også lagt ut på Turorientering.no, slik at de som ønsket dette kunne laste ned kart og registrer sine besøk på postene her i stedet for å levere inn kontrollkortet. I tur-o konvolutten var det lagt ved en konvoluttkode for gratis registrering på nett. For de som benyttet Turorienteringsappen var det på postene også en QR kode som kunne skannes slik at besøket ble direkte registrert på Turorientering.no. Det var 64 deltakere som benyttet seg av denne muligheten.

Det ble lagt ut informasjon om det ordinære tur-o opplegget med beskrivelse av områder og kart, salgssteder og priser. Det har også vært mulig å kjøpe tur-o konvolutt på nett, samt bestille medlemskap i Løten O-lag.

### Sesongavslutning

Vi sendte også i år ut e-post eller melding til alle deltakere om at de som ønsket diplom, merker eller plaketter måtte gi beskjed om dette. Avslutningen av årets turorienterings sesong hadde vi på Skytterhuset sammen med o-lagets sesongavslutning. Her ble årets utmerkelser delt ut til deltakerne som hadde meddelt at de ønsket dette. De som ikke var tilstede har fått sine utmerkelser overlevert eller sendt pr post.

### Spesielle tiltak:

- Tur-o-opplegget ble markedsført i lokalavisene gjennom hele sesongen (HA-tavla), i Løtenavisa, på turorientering.no og på o-lagets hjemmeside.
- Salg av ekstra sett kart og ekstra klippekort.
- Oppfordring om å bli medlem i Løten o-lag samt om å støtte Løten o-lag med grasrotandelen var lagt inn i tur-o-konvolutten.
- Anbefalte rundturer om postene på de ulike kartene ble beskrevet både i tur-o-konvolutten og på turorientering.no.
- Fellesposter med Stolpejakten.

### Skogstrimmen – oppsummering fra sesongen 2023

I 2023 ble Skogstrimmen gjennomført med i alt 20 deltakere, 5 nye fra tidligere år. Skogstrimmen ble markedsført via hjemmesida og Facebooksida til Løten o-lag, samt jungeltelegrafan. Med de to oppsamlingsturene har vi hatt 12 mandager + fjelltur (oppstart 8. mai), to turer mindre enn forrige sesong. Vi måtte avlyse 1 tur på grunn mye snø, og 1 pga uværet Hans. Frammøte har vært upåklagelig, 7 deltakere hadde 10 turer eller flere. Baståsen framsto som mest krevende denne sesongen. I 2022 har vi besøkt alle tur-o-postene og de fleste stolpene på disse 4 kartene:

- Mosjømarka – 4 turer (2 forskjellige kart) med poster og stolper (1 kafferast).
- Sjømarka – 3 turer med poster og stolper
- Rokoberget – 1 tur (kafferast, se bilde)
- Baståsen – 2 turer
- 2 turer med oppsamlingsposter

Turene har hatt en lengde på 3,2-5,0 km og vi har vært i skogen fra 1 time 20 minutter til i overkant av 2 timer. Noen av turene har vi gått samlet, og noen ganger har vi vært to grupper de lettbenete og de tungpustede. På noen av turene la vi inn noen uforutsette bommer. Det blir lagt referat fra alle turene. Vi forsøker å gjøre turene miljøvennlige med samkjøring fra Løten Torg. Avslutningen på årets sesong ble lagt til Engerdal. Her leide vi ei stor hytte og var 11 deltakere.  
Rønnaug Sagbakken



## Oppsummering av salg, innsending av klippekort og utdeling av utmerkelser:

Salgssteder har vært Løten Manufaktur og Sko AS, HHT-butikken Hamar, Løten Nærstasjon, og Skogstrimmen v/ Rønnaug Sagbakken.

Det er solgt	2023	2022	2021	2020	2019	2018	2017	2016	2015
Konvolutter	89	92	109	110	108	111	111	123	127
Ekstra kort	7	14	18	33	43	37	37	41	40
Ekstra sett kart	4	7	11	15	14	24	9	22	22
Turorientering.no	35	30	32	17					
<b>Innsendte klippekort</b>	<b>99</b>	<b>101</b>	<b>114</b>	108	67	70	76	87	92

Utmerkelser: I alt 72 deltakere klarte kravet for å motta bronse-, sølv- og gullmerker, 5 års-, 10 års-, 15 års-, 25 års-, 30 års-, 40 års- og 45 års-plaketter samt diplomer. Av disse var det 27 deltakere som fikk sine utmerkelser levert eller tilsendt.

### Kommentarer:

Salget av antall tur-o-konvolutter, ekstra sett kart og ekstra kort fortsetter med en litt negativ utvikling. Dette blir delvis kompensert av at flere har kjøpt turer på Turorientering.no. I tillegg til 35 turpakker ble det kjøpt 33 enkelt turer. Antall innsendte klippekort stabil i forhold til forrige år. 61 av deltakerne benyttet muligheten for å registrere at de hadde vært på postene gjennom Turorientering.no. I år har vi registrert 30 deltakere som ikke har vært med tidligere år.

### Stolpejakt:

I år ble Stolpejakten arrangert for sjettede gang i Løten. Det bli i år ikke sendt ut kart med oversikt over stolper til alle husstander i Løten, dette på grunn av et kostnadsspørsmål. Kart ble lagt ut på butikkene i Løten samt på YX Seven Eleven og Shell på Ridabu. Det ble også reklamert i lokalavisene og på Facebook.

Stolpejakten er også tilgjengelig via egen App. De aller fleste som registrerte seg benyttet denne. Vi hadde i år kart i Løten sentrum, Mosjømarka og på Budor, med til sammen 70 stolper. I Sjømarka hadde vi 20 stolper på samme sted som turorienteringspostene.

I tillegg hadde Løiten Almenning laget et sykkelkart med 20 stolper i Budorområdet som også ble registrert på oss. Vi hadde ansvaret for å få disse ut. Det var i alt 4131 som var registrert på stolper i Løten i år, mot 4153 i 2022, men da hadde vi også stolpejakt på vinteren. 25 gavepremier fra næringslivet i Løten ble trukket ut blant deltagerne.

**Ansvarlig for Stolpejakten** har vært Tore Stenseth(leder) Knut Johan Schjerve og Henning Olsen.

For Turorienteringsutvalget  
Leif Martin Kjos

## Årsrapport Teknisk komité

### Organisering

Leder og kartansvarlig: Sigurd Dæhli. Materialforvalter: Ole Lien. Ansvarlig draktsalg: Tove-Kristin Westli.

### Utstyr

For å få bedre lagerkapasitet har det blitt kjøpt inn en kontainer som er plassert på parkeringsplassen ved Skytterhuset.

### Kart

Rokoberget (4,4 km<sup>2</sup>) ble ferdigstilt til pinseløpene. Øyvind Steinbekken har stått for synfaring og rentegning.

Jonsbu (0,6 km<sup>2</sup>), også utarbeidet av Øyvind Steinbekken til trening og mindre løp.

Mosjømarka, sentrale deler (4,5 km<sup>2</sup>) ble tatt i bruk til natt-KM og Huldertrampen. Også her er arbeidet utført av Øyvind Steinbekken. Han har tatt på seg å gjøre ferdig de siste 1,3 km<sup>2</sup> i løpet av sommeren 2024. Nye laserkurver er brukt, slik at kurvesystemet i Mosjømarka dermed er oppdatert for første gang siden junior-NM 1976.

Fløta-Klevfos (1,5 km<sup>2</sup>) er revidert med ny hogst og nye stier. Sigurd Dæhli har synfart, Bjørnar Bjørke Olsen rentegner i løpet av vinteren.

Friskolen Løkja. Skoleområdet og noen mindre «hagatapper» er synfart av Sigurd Dæhli. Bjørnar Bjørke Olsen rentegner i løpet av vinteren. Budor Skistadion (6,0 km<sup>2</sup>). Håvard Lucasen er engasjert til å revidere et område til bruk i Pinseløpene 2025.

For teknisk komite  
Sigurd Dæhli

## Årsrapport aktivitetskomiteen 2023

### Organisering

Styret valgte etter årsmøtet å slå sammen informasjonskomiteen, rekruttutvalget og sportslig utvalg til aktivitetskomiteen. I 2023 har den bestått av Simen Smestad (leder), Evine Westli Andersen (trener), Herman Bakke (påmelder), Sigurd Skaaden (rekrutt) og Emilie Westli Andersen (informasjon). Vi har i løpet av året hatt to komitémøter. Disse har blitt avholdt hos Simen Smestad mandag 13.03.2023 og mandag 27.11.2023 .

### Sportslige aktiviteter i regi av Løten o-lag

#### Vintertreninger

I perioden fra 17.november 2022 og til og med mars 2023 har vintertreningen foregått på onsdager med utgangspunkt fra Østvang skole. Treningene har bestått av intervalltreninger i faste runder,

bakker eller med gateorientering. Deretter har treningen fortsatt inne med styrketrening. En fast stamme med ungdommer og voksne har gjennomført mange gode økter.

### Klubbkøpp og klubbmesterskapet

I 2023 har vi arrangert totalt åtte klubbkøpp-løp rundt omkring i hele kommunen. Her har det vært tre løypetilbud på A, B og N-nivå.

Løp nr.	Dato	Sted	Antall deltakere
Klubbkøpp #1	04.05	Fjellhaug	31
Klubbkøpp #2	18.05	Fløta	40
Klubbkøpp #3	01.06	Baståsen	40 (36 fra Løten)
Klubbkøpp #4	22.06	Flystripa	44 (35 fra Løten)
Klubbkøpp #5	17.08	Budor Skistadion	32 (25 fra Løten)
Klubbkøpp #6	24.08	Budor	24 (22 fra Løten)
Klubbkøpp #7	14.09	Furasaga	37 (36 fra Løten)
Klubbkøpp #8	28.09	Rokosjøsaga	33

Det har vært totalt 64 ulike løpere som har stilt til start i ett eller flere løp av årets klubbkøpp. Finalen ble arrangert fra Rokosjøsaga med pizza til alle etter løpet. Resultater fra klubbkøppen finnes i resultatoversikten lenger ned.

Klubbmesterskapet ble arrangert fra Løten Skytterhus søndag 08.10.2023. Det samlet totalt 51 deltakere, hvorav 30 var fra Løten o-lag. Resultater fra klubbmesterskapet finnes i resultatoversikten lenger ned.

### Ukas løype

Nytt av året var innføringen av «Ukas løype», et treningstilbud som en kunne benytte når det måtte passe seg. Kart har vært tilgjengelig i eventor og i o-tavla i Løten sentrum. Til hvert treningstilbud har det vært skrevet PM og løypene har vært tilgjengelig i Livelox hvor løperne har kunnet laste opp sitt GPS-spor for å gjøre en analyse av økta i ettertid. Tilbudet har vært en stor suksess, og løypene også vært tilgjengelig for løpere fra andre klubber. De har blitt oppfordret til å vippse 30 kr for kart og dette har bidratt med totalt 4630 kr. Det ble i alt laget 12 «Ukas løype»-tilbud i 2023.

	Når	Sted
Ukas løype #1	24.04 - 30.04	Haverbekkvika
Ukas løype #2	08.05 - 14.05	Sjømarka
Ukas løype #3	22.05 - 28.05	Sagen
Ukas løype #4	05.06 - 11.06	Stålsætra
Ukas løype #5	12.06 - 18.06	Mosjøberget
Ukas løype #6	28.06 - 13.07	Sagen
Ukas løype #7	14.07 - 30.07	Rokoberget
Ukas løype #8	01.08 - 13.08	Budor
Ukas løype #9	28.08 - 03.09	Syringberget
Ukas løype #10	04.09 - 10.09	Brynsåsen
Ukas løype #11	18.09 - 24.09	Furasaga



Ukas løype #12	30.09 - 08.10	Mosjøberget
----------------	---------------	-------------

### Råtass og ungdomstreninger

Råtass og ungdomstreninger ble gjennomført med åtte aktiviteter før sommerferien og seks etter sommerferien. Råtass og ungdomstrening har i år vært i fokus, og de ukene det ikke har vært klubbkøpp har det kun vært treninger for råtasser og ungdommer. Dette for å kunne ha ressurser til å følge opp de unge og håpefulle.

Vi hadde pølsegrilling på sommeravslutninga og pizza og premieutdeling på sesongavslutninga. Knut Johan Schjerve og Sigurd Skaaden har vært faste medhjelpere gjennom sesongen. I tillegg har flere bidratt på enkelte treninger ved forespørsel - takk for innsatsen!

Deltakerantallet på de ulike kveldene fordeler seg slik:

20.04	15
27.04	15
04.05	15
11.05	11
18.05	12
25.05	11
01.06	12
08.06	6
24.08	6
31.08	10
07.09	9
14.09	11
21.09	6
28.09	12

Vi har tilbud opplæring i kart og kompass til foreldre og har i år fått større oppslutning om dette enn tidligere. Det er flere foreldre som deltar på treninger og er aktive.

Det ble servert pizza til hele klubben på siste klubbkøppløp og Råtassene og ungdommene fikk en liten premie. De ble også invitert til sesongavslutningen for hele klubben og der deltok nesten alle de unge med familie.

### Spørreundersøkelse

En spørreundersøkelse ble sendt ut til foreldrene på mail i september. Vi endte opp med ti svar. Totalt sett var foreldre og barn fornøyde med Råtassopplegget.

### Sommertreninger

Det ble arrangert to sommertreninger i løpet av sommeren 2023.

Løp nr.	Dato	Sted	Antall deltakere
---------	------	------	------------------

Sommertrening #1	28.06	Haverbekkvika	34 (15 fra Løten)
Sommertrening #2	12.07	Rokoberget	21 (10 fra Løten)

## Arrangementer

### Bedriftsløp

Løten o-lag har bidratt med løypelegging på fire bedriftsløp denne sesongen. To på våren og to på høsten.

### Pinseløp

Pinseløpene ble arrangert fra Bekken. Sigurd Dæhli var løpsleder. Nina Smestad var løypelegger på Elgdilten på nytt kart i Rokoberget, mens Simen Smestad var løypelegger på Løvspretten. Arrangementet ellers ble godt ivaretatt på dugnadsinnsats fra medlemmer i Løten o-lag og Hamar OK som en del av Pinseløpene.

### KM natt

Løten o-lag arrangerte kretsmesterskapet i nattorientering med innendørs samlingsplass på Rokosjøsaga 22.09.2023. her var Simen Smestad løpsleder, mens Kristian Storsveen var løypelegger på nytt kart i Mosjømarka. Løpet samlet 54 deltakere, hvorav 6 stk. var fra Løten o-lag.

### Jubileumsløp NM 1953

I år var det 70 år siden det ble arrangert NM for damer fra Stålsætra. Jubileet ble markert ved at Helge Kristen Storsveen og Karl Petter Opsahl børstet støv av den gamle løypa og hang opp postflagg i originalstørrelse. Løypa hang ute i litt over én måned for de som ville prøve seg på kompassorientering på kart fra 1953. Søndag 23.09 var det også et arrangement fra Småsetra. Dessverre var det ikke altfor mange som turte å utfordre seg selv i løypa som hang ute.

### Løten nattcup og råtassnatta

Høsten 2023 arrangerte vi også Løten nattcup og råtass-natta. Sistnevnte hadde Halloween som tema og ble en stor suksess for barn og ungdommer opp til og med 15 år.

Løp nr.	Dato	Sted	Antall deltakere
Løten nattcup #1	10.10	Løten Skytterhus	32 (10 fra Løten)
Løten nattcup #2	24.10	Mosjømarka	18 (4 fra Løten)
Råtassnatta	26.10	Skøyenhagan	43 (9 fra Løten)

### Huldertrampen

Huldertrampen ble arrangert lørdag 28.10 fra Rokosjøsaga. Lars Skramstad var løpsleder og Kristian Storsveen var løypelegger. Løpet samlet 116 deltakere hvorav 22 var fra Løten o-lag

Det har vært stor velvilje blant klubbens medlemmer å ta på seg arrangementsoppgaver i forbindelse med treninger og klubbkøpp, og dette er et viktig oppdrag som har stor betydning for aktivtetsnivået i klubben.

## Sportslige resultater

### Internasjonale representasjoner og resultater

Evine Westli Andersen har representert Norge i skiorientering i 2023. Hun har deltatt På EM i Latvia hvor hun ble nr. 9 på sprint, nr.8 på mellom, og nr. 15 på lang. Hun var også med på stafettlaget som ble nr. 4. På WC i Østerrike ble det 14.plass på sprint, 13.plass på mellom og 11.plass på jaktstart. På WC i Norge ble det 9.plass på mellom, 22.plass på sprint og 18.plass på jaktstart.

Sigurd Dæhli har også en rekke gode internasjonale resultater i 2023.

#### Presisjonsorientering:

2.-6. juni. VM i Tsjekkia. PreO nr. 33, stafett nr. 8 (med Geir Myhr Øien og Arno Grønhovd),

#### Ski-orientering:

10.-12. februar. Veteran VM på Beitostølen. Langdistanse nr. 2, sprint nr. 1, mellomdistanse nr. 1.

#### Orientering:

12.-18. august. Veteran VM i Slovakia. Sprint nr. 1, mellom nr. 4, lang nr. 1.

1.-3. september. Veteran NM på Modum. Sprint nr. 2, lang nr. 1, mellom nr. 1.

Det bør også nevnes at Sigurd Dæhli også tok fem etappeseiere i O-ringen i Åre 22.-28.juli og en suveren sammenlagtseier i sin klasse. Her må også Einar Stensby nevnes med én etappeseier og 3.plass sammenlagt i sin klasse.

### Norgesmesterskap og norgescup

Evine Westli Andersen tok bronsemedalje under NM lang i skiorientering. Hun har også tatt en 2. og en 3.plass i Norgescupløp denne sesongen.

Sigurd Dæhli seiret på både lang og mellom i Veteranmesterskapet på Modum 1.-3.september. I tillegg ble det seier (sammen med Geir Myhr Øien, Ringsaker OK) i uoffisiell stafett i NM preO i Trondheim 23.-24. september.

### Kretsmesterskap 2023

KM mellomdistanse ble arrangert av Elverum OK 10.06.23. Her ble det gull til Sigurd Dæhli. Henriette Berg, Emilie Westli Andersen og Einar Stensby tok sølv i sine klasser, mens Lis Dæhli, Ivan Christopher Nybakk-Djuve og Evine Westli Andersen stakk av med hver sin bronsemedalje.

KM sprint ble arrangert av Ringsaker OK i Brumunddal 11.06.23. her ble Henriette Berg, Sigurd Dæhli og Emile Westli Andersen krestmestere i hver sin klasse. Det ble et nytt sølv på Einar Stensby, mens Torstein Berg og Evine Westli Andersen fikk bronsemedalje i sine klasser.

KM lang og KM stafett ble arrangert av OL Toten-Troll 26.08 -27.08.2023. Her ble Einar Lien kretsmester, mens Trond Olsen og Ivan Christopher Nybakk-Djuve fikk hver sin bronsemedalje. Løten o-lag stilte med to lag i H180 i KM stafett dagen etter.

KM natt ble arrangert av Løten o-lag 22.09.2023, og her ble Einar Stensby og Trond Olsen kretsmestere på hjemmebane. Ivan Christopher Nybakk-Djuve fikk med seg en sølvmedalje i H13-14.

### Andre løp

Løten o-lag stilte fire lag på årets Ringreven som ble arrangert i Moskogen søndag 1.10. To lag i selve Ringreven og to lag i D/H11-12-stafetten.

### Klubbkøpp og klubbmesterskap

Vinnerne av klubbkøppen i 2023 ble Sigurd Dæhli (herrer), Emilie Westli Andersen (damer), Mathilde Skaaden (jenter) og Miks Dzintars (gutter).

### Sammenlagtresultater klubbkøpp 2023

Klasse	Plassering og navn
Jenter	1. Mathilde Skaaden 2. Hedda Karterud 3. Marie Bjerke
Gutter	1. Miks Dzintars 2. Berger Mathias Skjærbakken 3. Torjus Westgård
Damer	1. Evine Westli Andersen 2. Stine Sønsterud Berg 3. Stine Engebakken
Herrer	1. Sigurd Dæhli 2. Ole Hans Øie 3. Torstein Berg

### Resultater fra klubbmesterskapet 08.10.2023

Plass	Navn	Klasse
0	Elvira Smestad-Viberg	N - åpen (2)
0	Juha Andersson	N - åpen (2)
1	Torstein Berg	H 40- (2)
1	Einar Stensby	H 80- (3)
1	Trond Olsen	H 60- (8)
1	Knut Johan Schjerve	H70- (4)
2	Sven Marken	H 80- (3)
2	Bent Ove Barmoen Rinden	H 50- (3)
2	Ivan Christopher Nybakk-Djuve	H13-16 (2)
2	Stine Sønsterud Berg	D 40- (3)
2	Sigurd Skaaden	H 40- (2)
2	Hedda Karterud	D 11-12 (3)
2	Anna Engebakken	D 13-16 (2)
2	Svein Godager	H 60- (8)
3	Lis Dæhli	D 60- (5)
3	Nina Smestad	D 17- (3)
3	Odd Arne Blystad	H70- (4)
3	Mona Skaaden-Bjerke	D 40- (3)
3	Mathilde Skaaden	D 11-12 (3)
4	Sigurd Dæhli	H 17- (6)
4	Anita Østgård Olsen	D 60- (5)
4	Steinar Libak	H70- (4)
4	Ole Hans Øie	H 60- (8)
5	Trond Øie	H 60- (8)
5	Thor Håkon Karterud	H 17- (6)
6	Leif Marin Kjos	H 60- (8)
7	Herman Bakke	H 60- (8)
	Knut Andersen	H 60- (8)
	Halstein Ødegård	H 80- (3)

## Hjemmesiden

Hovedoppgavene til komiteen er å holde hjemmesiden oppdatert og å dele informasjon på annen måte til lagets medlemmer. Løten o-lag har hatt egen hjemmeside siden 1995 (28 år).

Vi trives godt med vår nye hjemmeside. Den er oversiktlig og fin. Det har blitt skrevet 115 nyheter på hjemmesiden i 2023, sammenliknet med 130 i 2022, 119 i 2021, 169 i 2020, 235 i 2019, 244 i 2018, 246 i 2017, 247 i 2016, 272 i 2015, 285 i 2014 og 173 i 2013. Det er noe mindre løpsaktivitet i o-laget for tiden og det blir naturlig nok litt færre artikler. Bilder fra o-lagets medlemmer og gjesteskribenter har bidratt gjennom året og jeg vil rette en stor takk til alle som bidrar med tekst og bilder.

## Øvrige informasjonskanaler

Vi har ei informasjonstavle på det gamle Chiba-bygget og her henger vi tidvis noen kart slik at folk kan ta seg ei treningsøkt. Vi har siden 2013 hatt en Facebookside som vi bruker til å spre informasjon og bilder til våre medlemmer. Siden 2014 har vi også hatt en Instagramprofil og vi har hittil lagt ut 598 innlegg.

Vi har brukt appen Spond for å sende ut informasjon om treninger. Den er benyttet hver uke for Råtass-gruppa og mer sporadisk for vanlige klubbtreninger. Spond fungerer veldig godt for Råtass, da dagens barnefamilier er vant med å bruke Spond i idrettssammenheng.

Vi har ikke vært i media så ganger i løpet av dette året. Emilie var på lufta i Elverumsradioen om juletreorientering.

For aktivitetskomiteen

Simen Smestad

## Oversikt på løpsrepresentasjon

Her er den komplette oversikten på løpsrepresentasjon for Løten o-lag i større løp gjennom 2023. Klubbkøpp er ikke inkludert her. Oversikten er hentet ut fra eventor 28.12.2023 og inkluderer skiorientering, orientering og preO.

Alle seiere er markert i **fet** skrift i tabellen. Totalt ble det 301 starter i 2023

Løpsoversikt Løten o-lag 2023						
Konkurransen	Dato	Fornavn	Etternavn	Klasse	Plassering	Merknad
NM lang ski-o	21.01.2023	June Rogstad	Bekkevold	D 17-20 NM		
NM lang ski-o	21.01.2023	Henriette	Berg	D 17-20 NM	17	
NM lang ski-o	21.01.2023	Lis	Dæhli	D 60-	3	
NM lang ski-o	21.01.2023	Sigurd	Dæhli	H 70-	1	
NM lang ski-o	21.01.2023	Emilie	Westli Andersen	D 21- NM	7	
NM lang ski-o	21.01.2023	Evine	Westli Andersen	D 21- NM	3	
NM mellom ski-o	22.01.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>AK-åpen</b>	<b>1</b>	
NM mellom ski-o	22.01.2023	Emilie	Westli Andersen	D17 NM	12	
NM mellom ski-o	22.01.2023	Evine	Westli Andersen	D17 NM	5	
Truge o-løp	16.02.2023	Lis	Dæhli	B	5	
Truge o-løp	16.02.2023	Sigurd	Dæhli	A	4	
NM sprint ski-o	18.02.2023	June Rogstad	Bekkevold	D 17-20	7	
NM sprint ski-o	18.02.2023	Henriette	Berg	D 17-20	10	
NM sprint ski-o	18.02.2023	Emilie	Westli Andersen	D 21	10	
NM sprint ski-o	18.02.2023	Evine	Westli Andersen	D 21	4	
Vang OL vintercup 1	22.02.2023	Henriette	Berg	A-nivå		
Vang OL vintercup 1	22.02.2023	Torstein	Berg	A-nivå	5	
Vang OL vintercup 1	22.02.2023	Miks	Dzintars	N-Nivå	3	
Vang OL vintercup 1	22.02.2023	Anna	Engebakken	B- Nivå	4	
Vang OL vintercup 1	22.02.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	B- Nivå	7	
Vang OL vintercup 1	22.02.2023	<b>Mathilde</b>	<b>Skaaden</b>	<b>N-Nivå</b>	<b>1</b>	
Vang OL vintercup 2	08.03.2023	Anna	Engebakken	B-Nivå	8	
Vang OL vintercup 2	08.03.2023	Leah-Elise	Klokkerengen Noremsaune	N-Nivå	3	
Vang OL vintercup 2	08.03.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	B-Nivå	11	
Vang OL vintercup 2	08.03.2023	Mathilde	Skaaden	N-Nivå	3	
Vang OL vintercup 2	08.03.2023	Simen	Smestad	A-nivå	8	
NC sprint ski-o	11.03.2023	Sigurd	Dæhli	H50	2	
NC sprint ski-o	11.03.2023	Vegard	Osvold	B-åpen 17-	3	
NC sprint ski-o	11.03.2023	Evine	Westli Andersen	D 21-	3	
NC jaktstart ski-o	12.03.2023	Evine	Westli Andersen	D 21-	2	
Vestfold 2-dagers, dag 1	25.03.2023	Harald	Berge	H 60-	6	
Blåveissprinten	25.03.2023	Trond	Olsen	H 60-	7	
Blåveissprinten	25.03.2023	Anita	Østgård Olsen	AK-åpen		
Vestfold 2-dagers, dag 2	26.03.2023	Harald	Berge	H 60-	4	
Myrsprinten	10.04.2023	Herman	Bakke	H60	7	
Myrsprinten	10.04.2023	June Rogstad	Bekkevold	D17-		

Myrsprinten	10.04.2023	Johanne	Berg	D 15-16	3	
Myrsprinten	10.04.2023	Stine Sønsterud	Berg	D40	4	
Myrsprinten	10.04.2023	Torstein	Berg	H40	3	
Myrsprinten	10.04.2023	Lis	Dæhli	D60	3	
Myrsprinten	10.04.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	H 13-14	4	
Myrsprinten	10.04.2023	Mathilde	Skaaden	D 11-12	7	
Myrsprinten	10.04.2023	Inger Marie	Øygard	D60		
Oslo City Cup nr. 1 - 2023	11.04.2023	Knut	Andersen	H 60-	20	
Oslo City Cup nr. 1 - 2023	11.04.2023	Emilie	Westli Andersen	D 17-	7	
Oslo City Cup nr. 1 - 2023	11.04.2023	Evine	Westli Andersen	D 17-	16	
Solrenningen Mellomdistanse	15.04.2023	Trond	Olsen	H 65-	3	
Solrenningen Mellomdistanse	15.04.2023	Anita	Østgård Olsen	B-åpen 17-	11	
Solrenningen Langdistanse	16.04.2023	Trond	Olsen	H 65-	3	
Nammocup 1	19.04.2023	June Rogstad	Bekkevold	D17-20	3	
Nammocup 1	19.04.2023	Henriette	Berg	D17-20	5	
Nammocup 1	19.04.2023	Johanne	Berg	D15-16	5	
Nammocup 1	19.04.2023	Anna	Engebakken	B-åpen	3	
Nammocup 1	19.04.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen	3	
Nammocup 1	19.04.2023	Mathilde	Skaaden	N-åpen		
Toten vårcup 2	20.04.2023	Lis	Dæhli	A	24	
Modum Trippel TempO Etappe 1	22.04.2023	Sigurd	Dæhli	Pre-o Elite		
Modum Trippel TempO Etappe 2	22.04.2023	Sigurd	Dæhli	Pre-Elit		
Modum Trippel TempO Etappe 3	22.04.2023	Sigurd	Dæhli	Pre-Elit		
PreO Ås	23.04.2023	Sigurd	Dæhli	Pre-o Elite		
Oslo City Cup - løp nr.3	25.04.2023	Knut	Andersen	H 60-	26	
Oslo City Cup - løp nr.3	25.04.2023	Emilie	Westli Andersen	D 17-	12	
Oslo City Cup - løp nr.3	25.04.2023	Evine	Westli Andersen	D 17-	11	
WC i Norge – publikumsløp 1	27.04.2023	Lis	Dæhli	3,0 A	16	
WC i Norge – publikumsløp 2	27.04.2023	Sigurd	Dæhli	3,0 A	5	
Lørdagskjappen	29.04.2023	Herman	Bakke	H 60-	51	
Lørdagskjappen	29.04.2023	Sigurd	Dæhli	H 70-	2	
Lørdagskjappen	29.04.2023	Fridtjof	Hagen Svenkerud	N1-åpen		
Lørdagskjappen	29.04.2023	Trond	Olsen	H 65-	11	
Lørdagskjappen	29.04.2023	Emilie	Westli Andersen	D 21-E	31	
Lørdagskjappen	29.04.2023	Anita	Østgård Olsen	AK-åpen	42	
Smaaleneneløpet	30.04.2023	Lis	Dæhli	AK-åpen	66	
Smaaleneneløpet	30.04.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>	
Smaaleneneløpet	30.04.2023	Fridtjof	Hagen Svenkerud	N1-åpen		
Smaaleneneløpet	30.04.2023	Emilie	Westli Andersen	D 21-E	23	
Oslo City Cup nr. 4 - 2023	02.05.2023	Herman	Bakke	H 60-	26	
Vestmjøsacup 2	03.05.2023	Herman	Bakke	A	34	
NM sprint jr / NC sprint sr	05.05.2023	June Rogstad	Bekkevold	D 19-20E	29	
NM sprint jr / NC sprint sr	05.05.2023	Henriette	Berg	D 19-20E	27	
NM sprint jr / NC sprint sr	05.05.2023	Emilie	Westli Andersen	D 21-E	20	
NM sprint jr / NC sprint sr	05.05.2023	Evine	Westli Andersen	D 21-E	22	
NM knockout-sprint	06.05.2023	June Rogstad	Bekkevold	D 19-20E prolog	20	
NM knockout-sprint	06.05.2023	Henriette	Berg	D 19-20E prolog	21	

NM knockout-sprint	06.05.2023	Emilie	Westli Andersen	D 21-E prolog	18	
NM knockout-sprint	06.05.2023	Evine	Westli Andersen	D 21-E prolog	30	
Nammocup 2	10.05.2023	June Rogstad	Bekkevold	D17-20	3	
Nammocup 2	10.05.2023	Henriette	Berg	D17-20	2	
Nammocup 2	10.05.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen	4	
Nammocup 2	10.05.2023	Mathilde	Skaaden	N-åpen		
Gromløpet	14.05.2023	Lis	Dæhli	D 65-	3	
Gromløpet	14.05.2023	Sigurd	Dæhli	H 70-	2	
Pinsesprinten	27.05.2023	Herman	Bakke	H 55-	12	
Pinsesprinten	27.05.2023	June Rogstad	Bekkevold	D 17-	6	
Pinsesprinten	27.05.2023	Henriette	Berg	D 17-	7	
Pinsesprinten	27.05.2023	Johanne	Berg	D 15-16	4	
Pinsesprinten	27.05.2023	Torstein	Berg	H 45-	3	
Pinsesprinten	27.05.2023	Lis	Dæhli	D 65-	2	
Pinsesprinten	27.05.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 65-</b>	<b>1</b>	
Pinsesprinten	27.05.2023	Anton Nerheim	Indby	N1-åpen		
Pinsesprinten	27.05.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	H 13-14	6	
Pinsesprinten	27.05.2023	Simen	Smestad	H 35-	3	
Elgdilten	28.05.2023	Henriette	Berg	D 19-20		
Elgdilten	28.05.2023	Johanne	Berg	D 15-16	6	
Elgdilten	28.05.2023	Miks	Dzintars	C-åpen 10-16	5	
Elgdilten	28.05.2023	Anna	Engebakken	B-åpen 10-16	3	
Elgdilten	28.05.2023	Leah-Elise	Klokkerengen Noremsaune	C-åpen 10-16	7	
Elgdilten	28.05.2023	Mathias	Lilleøkseth-Myhre	C-åpen 10-16	8	
Elgdilten	28.05.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen 10-16	6	
Elgdilten	28.05.2023	Mathilde	Skaaden	D 11-12	10	
Elgdilten	28.05.2023	Torjus	Westgård	C-åpen 10-16	3	
Elgdilten	28.05.2023	Ole Hans	Øie	H 65-	6	
Løvspretten	29.05.2023	<b>June Rogstad</b>	<b>Bekkevold</b>	<b>D 19-20</b>	<b>1</b>	
Løvspretten	29.05.2023	Miks	Dzintars	C-åpen 10-16	2	
Løvspretten	29.05.2023	Anna	Engebakken	B-åpen 10-16	3	
Løvspretten	29.05.2023	Anton Nerheim	Indby	N1-åpen		
Løvspretten	29.05.2023	Leah-Elise	Klokkerengen Noremsaune	C-åpen 10-16	5	
Løvspretten	29.05.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen 10-16	4	
Løvspretten	29.05.2023	Dag	Nylund	AL-Åpen	7	
Løvspretten	29.05.2023	Mathilde	Skaaden	D 11-12	5	
Løvspretten	29.05.2023	Berger Mathias	Skjærbakken	N1-åpen		
Løvspretten	29.05.2023	Knut Johan	Skjærve	AK-Åpen	4	
Løvspretten	29.05.2023	Lars	Skramstad	B-åpen 17-	12	
Løvspretten	29.05.2023	Elvira	Smestad-Viberg	N1-åpen		
Løvspretten	29.05.2023	Tore	Stenseth	B-åpen 17-		
Løvspretten	29.05.2023	Torjus	Westgård	C-åpen 10-16	3	
Løvspretten	29.05.2023	Ole Hans	Øie	B-åpen 17-	4	
Nammocup 3	31.05.2023	<b>Henriette</b>	<b>Berg</b>	<b>D17-20</b>	<b>1</b>	
Nammocup 3	31.05.2023	Anna	Engebakken	B-åpen	4	



Nammocup 3	31.05.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen	5	
Nammocup 3	31.05.2023	Mathilde	Skaaden	C-åpen	4	
Mjølnertløpet	10.06.2023	Herman	Bakke	H 60-	16	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Henriette	Berg	D 17-20	2	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Stine Sønsterud	Berg	D 40-	7	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Torstein	Berg	H 40-	5	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Odd Arne	Blystad	H 70-	4	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Lis	Dæhli	D 60-	3	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Svein	Godager	H 60-		KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Steinar	Libak	H 70-	9	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Sven	Marken	H 80-	4	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	H 13-14	3	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Karl Petter	Opsahl	H 70-	6	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Vegard	Osvold	H 21-	14	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Rønnaug	Sagbakken	C-åpen 17-	6	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Mathilde	Skaaden	D 11-12	4	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Nina	Smestad	D 21-	4	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Simen	Smestad	H 21-	13	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Einar	Stensby	H 80-	2	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Emilie	Westli Andersen	D 21-	2	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Evine	Westli Andersen	D 21-	3	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Ole Hans	Øie	H 60-	10	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Trond	Øie	H 60-	15	KM mellom
Mjølnertløpet	10.06.2023	Inger Marie	Øygard	D 60-	6	KM mellom
Ringsakersprinten	11.06.2023	Herman	Bakke	H 60-	12	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	<b>Henriette</b>	<b>Berg</b>	<b>D 17-20</b>	<b>1</b>	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	Stine Sønsterud	Berg	D 40-	5	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	Torstein	Berg	H 40-	3	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	Lis	Dæhli	D 60-	4	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen 10-16	4	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	Einar	Stensby	H 80-	2	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	<b>Emilie</b>	<b>Westli Andersen</b>	<b>D 21-</b>	<b>1</b>	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	Evine	Westli Andersen	D 21-	3	KM sprint
Ringsakersprinten	11.06.2023	Inger Marie	Øygard	D 60-	5	KM sprint
O-festivalen sprint	23.06.2023	Evine	Westli Andersen	W 21E	23	
O-festivalen sprint	23.06.2023	Lis	Dæhli	D 65-	5	
O-festivalen sprint	23.06.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>	

O-festivalen sprint	23.06.2023	Einar	Lien	H 70-	10
O-festivalen mellom	24.06.2023	Herman	Bakke	H 60-	62
O-festivalen mellom	24.06.2023	Lis	Dæhli	D 65-	10
O-festivalen mellom	24.06.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>
O-festivalen mellom	24.06.2023 - 25.06.2023	Evine	Westli Andersen	W21E	38
O-festivalen lang	25.06.2023	Stine Sønsterud	Berg	AK-åpen	134
O-festivalen lang	25.06.2023	Torstein	Berg	H 45-	29
O-festivalen lang	25.06.2023	Lis	Dæhli	AK-åpen	110
O-festivalen lang	25.06.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>
O-festivalen lang	25.06.2023	Einar	Lien	H 70-	5
O-festivalen lang	25.06.2023	Emilie	Westli Andersen	AL-åpen	
Sørlandsgaloppen 2023	29.06.2023 - 02.07.2023	Trond	Olsen	H 65-	5
Sørlandsgaloppen 2023	29.06.2023 - 02.07.2023	Anita	Østgård Olsen	AK-åpen	30
Sommerløpene i Nord-Østerdal, løp 1	30.06.2023	Nina	Smestad	D 35-	2
Sommerløpene i Nord-Østerdal, løp 1	30.06.2023	Simen	Smestad	H 35-	2
Sommerløpene i Nord-Østerdal, løp 2	01.07.2023	Rønnaug	Sagbakken	C-åpen 17-	3
Sommerløpene i Nord-Østerdal, løp 2	01.07.2023	Nina	Smestad	D 35-	3
Sommerløpene i Nord-Østerdal, løp 2	01.07.2023	Simen	Smestad	H 21-	20
Gammelskolla 2-dagers, dag 1	08.07.2023	Dag	Nylund	Herrer A-lang	41
Gammelskolla 2-dagers, dag 1	08.07.2023	Herleik	Nylund	N-åpen	
Gammelskolla 2-dagers, dag 1	08.07.2023	Trond	Olsen	Herrer A-mellom	5
Gammelskolla 2-dagers, dag 1	08.07.2023	Rønnaug	Sagbakken	N-åpen	
Gammelskolla 2-dagers, dag 1	08.07.2023	Nina	Smestad	Damer A-lang	8
Gammelskolla 2-dagers, dag 1	08.07.2023	Anita	Østgård Olsen	Damer A-kort	11
Gammelskolla 2-dagers, dag 2	09.07.2023	Lis	Dæhli	Damer A-kort	25
Gammelskolla 2-dagers, dag 2	09.07.2023	Sigurd	Dæhli	Herrer A-mellom	7
Gammelskolla 2-dagers, dag 2	09.07.2023	Trond	Olsen	Herrer A-mellom	15
Gammelskolla 2-dagers, dag 2	09.07.2023	Anita	Østgård Olsen	Damer A-kort	30
Ekstra o-trening	01.08.2023	Ola	Brevig	B	13
Ekstra o-trening	01.08.2023	Lars	Skramstad	B	14
Myrtrampen	12.08.2023	Stine Sønsterud	Berg	AK åpen	12
Myrtrampen	12.08.2023	Torstein	Berg	H40	5
Myrtrampen	12.08.2023	<b>Einar</b>	<b>Lien</b>	<b>H70</b>	<b>1</b>
Myrtrampen	12.08.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	H13-14	5
Myrtrampen	12.08.2023	Nina	Smestad	D19	3
Myrtrampen	12.08.2023	Simen	Smestad	AL åpen	6
Myrtrampen	12.08.2023	<b>Evine</b>	<b>Westli Andersen</b>	<b>D19</b>	<b>1</b>
Myrtrampen	12.08.2023	Ole Hans	Øie	H60	3
Fjelldilten	13.08.2023	Steinar	Libakk	B-åpen 17-	2
Nammocup 4	23.08.2023	Miks	Dzintars	C-åpen	3
Nammocup 4	23.08.2023	Anna	Engebakken	B-åpen	4
Nammocup 4	23.08.2023	Berger Mathias	Holøyen Skjærbakken	C-åpen	6
Nammocup 4	23.08.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen	5
Nammocup 4	23.08.2023	Mathilde	Skaaden	D11-12	12

Nammocup 4	23.08.2023	Torjus	Westgård	C-åpen	4	
KM lang Innlandet	26.08.2023	<b>Einar</b>	<b>Lien</b>	<b>H70</b>	<b>1</b>	KM lang
KM lang Innlandet	26.08.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	H13-14	3	KM lang
KM lang Innlandet	26.08.2023	Trond	Olsen	H60	3	KM lang
KM lang Innlandet	26.08.2023	Anita	Østgård Olsen	B-åpen 17-	3	KM lang
KM Mellom	26.08.2023	Lis	Dæhli	D 60-	5	
Veteranmesterskap - Sprint	01.09.2023	Herman	Bakke	H 60-	38	
Veteranmesterskap - Sprint	01.09.2023	Lis	Dæhli	D 65-	11	
Veteranmesterskap - Sprint	01.09.2023	Sigurd	Dæhli	H 70-	2	
Veteranmesterskapet - Lang	02.09.2023	Herman	Bakke	H 60-	50	
Veteranmesterskapet - Lang	02.09.2023	Lis	Dæhli	D 65-	8	
Veteranmesterskapet - Lang	02.09.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>	
Veteranmesterskapet - Mellom	03.09.2023	Lis	Dæhli	D 65-	8	
Veteranmesterskapet - Mellom	03.09.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 70-</b>	<b>1</b>	
Pre-o-helg på Hedmarken, PreO	10.09.2023	Arve	Smestad	PreO 65+	10	
Pre-o karusell #6 og klubbmesterskap	13.09.2023	Sigurd	Dæhli	Utfordrende (E/A-nivå)		
Harry Lagerts Nattcup 2023 Løp 1	13.09.2023	Sigurd	Dæhli	Lokal Herre		
EM testløp Knockoutsprint	14.09.2023	Evine	Westli Andersen	Damer	20	
NC sprint	15.09.2023	June Rogstad	Bekkevold	D19-20	16	
NC sprint	15.09.2023	Evine	Westli Andersen	D21	23	
NC mellom og O-idol	16.09.2023	June Rogstad	Bekkevold	D19-20	23	
NC mellom og O-idol	16.09.2023	Evine	Westli Andersen	D21	23	
Harry Lagerts Nattcup 2023 Løp 2	20.09.2023	Sigurd	Dæhli	Lokal Herre	16	
KM natt Innlandet	22.09.2023	Herman	Bakke	H 60-	10	KM natt
KM natt Innlandet	22.09.2023	Torstein	Berg	H 40-	4	KM natt
KM natt Innlandet	22.09.2023	Svein	Godager	H 60-	6	KM natt
KM natt Innlandet	22.09.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	H 13-14	2	KM natt
KM natt Innlandet	22.09.2023	<b>Trond</b>	<b>Olsen</b>	<b>H 60-</b>	<b>1</b>	KM natt
KM natt Innlandet	22.09.2023	<b>Einar</b>	<b>Stensby</b>	<b>H 80-</b>	<b>1</b>	KM natt
Nammocup 5 - finale	23.09.2023	Anna	Engebakken	B-åpen	5	
Nammocup 5 - finale	23.09.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	C-åpen	5	
NM PreO	23.09.2023	Sigurd	Dæhli	Elite		
NM Tempo	24.09.2023	Sigurd	Dæhli	Elite		
Nattjakta - #1 - Kongsvinger	27.09.2023	Herman	Bakke	Herrer Korta Natten		
Furugampen	30.09.2023	Torstein	Berg	H 45-	8	
Furugampen	30.09.2023	<b>Sigurd</b>	<b>Dæhli</b>	<b>H 65-</b>	<b>1</b>	
Furugampen	30.09.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	H 13-14	6	
Furugampen	30.09.2023	Tore	Stenseth	H 65-	13	
Furugampen	30.09.2023	Ole Hans	Øie	H 65-	5	
Harry Lagerts Nattcup 2023 Finale	13.10.2023	Sigurd	Dæhli	Lokal Herre		
O-MJØSA NATTCUP #1	18.10.2023	Sigurd	Skaaden	A	22	
O-MJØSA NATTCUP #1	18.10.2023	Emilie	Westli Andersen	A	23	
Natt-jakta - Finale	25.10.2023	Herman	Bakke	Korta Nattan Herrer	21	
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Marie	Bjerke	Litt grøssen		
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Fridtjof	Hagen Svenkerud	Litt grøssen		
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Hedda	Karterud	Stiv av skrekk		

Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Leah-Elise	Klokkerengen Noremsaune	Litt grøssen		
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	Stiv av skrekk		
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Mathilde	Skaaden	Stiv av skrekk		
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Berger Mathias	Skjærbakken	Stiv av skrekk		
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Elvira	Smestad-Viberg	Stiv av skrekk		
Råtassnatta - Halloweenløp 2023	26.10.2023	Torjus	Westgård	Stiv av skrekk		
Huldertrampen	28.10.2023	Knut	Andersen	Mini herrer	18	
Huldertrampen	28.10.2023	Herman	Bakke	Pyse herrer		
Huldertrampen	28.10.2023	Lars Erik	Bakke	Pyse herrer	31	
Huldertrampen	28.10.2023	June Rogstad	Bekkevold	Hulder damer	2	
Huldertrampen	28.10.2023	Stine Sønsterud	Berg	Mini damer	5	
Huldertrampen	28.10.2023	Torstein	Berg	Pyse herrer	11	
Huldertrampen	28.10.2023	Odd Arne	Blystad	Pyse herrer	27	
Huldertrampen	28.10.2023	Ola	Brevig	Mini herrer	14	
Huldertrampen	28.10.2023	Lis	Dæhli	Mini damer	4	
Huldertrampen	28.10.2023	Anna	Engebakken	Mini jente	4	
Huldertrampen	28.10.2023	Mona	Hesselberg	Mini damer	8	
Huldertrampen	28.10.2023	Ivar Hesselberg	Indby	Pyse herrer		
Huldertrampen	28.10.2023	Leif Martin	Kjos	Mini herrer	8	
Huldertrampen	28.10.2023	Espen	Melby	Mini herrer	15	
Huldertrampen	28.10.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	Mini gutt	3	
Huldertrampen	28.10.2023	Karl Petter	Opsahl	Mini herrer		
Huldertrampen	28.10.2023	Berger Mathias	Skjærbakken	Mini gutt	4	
Huldertrampen	28.10.2023	Nina	Smestad	Pyse damer	5	
Huldertrampen	28.10.2023	Einar	Stensby	Mini herrer	16	
Huldertrampen	28.10.2023	<b>Emilie</b>	<b>Westli Andersen</b>	<b>Hulder damer</b>	<b>1</b>	
Huldertrampen	28.10.2023	Ole Hans	Øie	Pyse herrer	33	
Huldertrampen	28.10.2023	Trond	Øie	Mini herrer	5	
O-MJØSA NATTCUP #3	01.11.2023	Herman	Bakke	B	13	
O-MJØSA NATTCUP #3	01.11.2023	Sigurd	Skaaden	A	15	
O-MJØSA NATTCUP #3	01.11.2023	Emilie	Westli Andersen	A	14	
O-Mjøsa nattcup #4	08.11.2023	Herman	Bakke	B	5	
O-MJØSA NATTCUP #5	15.11.2023	Emilie	Westli Andersen	A		
Østfold Vintercup løp 1	19.11.2023	Sigurd	Dæhli	A-kort	6	
Åpen Sprintheig Oslo	24.11.2023 - 26.11.2023	Emilie	Westli Andersen	Damer		
NisseO-løp	10.12.2023	Miks	Dzintars	Smånisse	20	
NisseO-løp	10.12.2023	Hedda	Karterud	Smånisse	22	
NisseO-løp	10.12.2023	Nora	Karterud	Mininisse	6	
NisseO-løp	10.12.2023	Ivan Christopher	Nybakk-Djuve	Smånisse	19	
Sjusstjernet 2023 sprint	16.12.2023	Emilie	Westli Andersen	D 17- (WRE)	43	
Sjusstjernet 2023 sprint	16.12.2023	Evine	Westli Andersen	D 17- (WRE)	6	
Sjusstjernet 2023 mellom	17.12.2023	Emilie	Westli Andersen	D 17- (WRE)	20	
Sjusstjernet 2023 mellom	17.12.2023	Evine	Westli Andersen	D 17- (WRE)	6	
<b>Totalt antall starter i 2023</b>		<b>301</b>				

