



# Oslo Handicapidrettslag

Postboks3955, Ullevål, 0805 Oslo

## ÅRSBERETNING 2016

OSLO HANDICAPIDRETTSLAG

Stiftet 30/09-1960



## Årsberetning for Oslo Handicapidrettslag 2016

### **Virksomhetens art:**

Idrettslaget for fysisk funksjonshemmede. Idrettslaget er by-omfattende for Oslo. Laget hadde 69 betalende medlemmer av disse er 27 under 26 år.

### **Økonomi:**

Idrettslaget har god økonomi, og styret anser fortsatt drift som forsvarlig. Regnskapet viser et overskudd på kr. 44.694,- Etter styrets oppfatning gir årsregnskapet et rettviseende bilde av idrettslagets eiendeler og gjeld, finansielle stilling og resultat.

### **Forsknings- og utviklingsaktiviteter**

Idrettslaget har ingen pågående forsknings- og utviklingsaktiviteter.

### **Arbeidsmiljø:**

Styret velges på årsmøtet, og styremedlemmene mottar ingen godtgjøring. Ingen er fast ansatt, men idrettslaget har trenere for de forskjellige gruppene som mottar lønn etter timelister. Vi har ikke hatt sykefravær, og arbeidsmiljøet i laget er godt.

### **Likestilling:**

Idrettslaget gjør ikke forskjell mellom menn og kvinner.

### **Ytre miljø:**


Idrettslaget forurenser ikke miljøet.


Oslo Handicapidrettslag er et all idrettslag for funksjonshemmede barn og voksne. Vi opplever dessverre at laget sliter med å klare å rekruttere nye medlemmer til enkelte av aktivitetstilbudene våre. Vi må i fremtiden jobbe godt med dette og også med å få inn nye mennesker som ønsker å være trenere og ledere i forhold til OHIL sine aktivitetstilbud.


Vi er imidlertid svært stolte over den store og svært dyktige gjengen med bocciaspillere som representerer OHIL i alle stevner og turneringer rundt om i Norges land. Vi har spillere i alle klasser, ikke minst i klasse 1 og klasse 1 renne. Dette betyr at vi klarer å tilrettelegge et tilbud i boccia for alle grupper av utøvere.

Vi markerer oss godt under Norges mesterskap og har også hatt en deltager fra laget i Paralympisk leker i Rio i august 2016. Roger Aandalen deltok i sitt 6. og siste Paralympiske leker. For andre boccia resultater se egen del i årsberetningen.

  
Hedi Anne Birkeland  
Leder

Oslo, 7. Mars 2017  
  
Ivar Asbjørn Bredeesen  
nestleder


  
Mette Land Magnusson  
økonomiansvarlig

  
Wenche Darell Arvesen  
sekretær

Madeleine Thoen  
styremedlem

  
Subendran Velmurugu  
styremedlem

  
Per-Kristian Thorsrud  
Ungdomsrepresentant



## ÅRSBERETNING FOR OSLO HANDICAPIDRETTSLAG

1.1. – 31.12 2016

### Fra 01.01.16 – 26.03. 2016 hadde hovedstyret følgende sammensetning:

Leder:	Hedi Anne Birkeland
Nestleder:	Ivar Asbjørn Bredeesen
Økonomiansvarlig:	Mette Magnusson
Sekretær:	Wenche Darell Arvesen
Styremedlem:	Madeleine Thoen
Styremedlem:	Subendran Velmurugu
Ungdomsrep:	ingen valgt
1. varamedlem:	May Britt Stener Hansen

### Gruppeledere:

Barneidrettsskolen:	Madeleine Thoen
Ungdom:	
Boccia:	Mette Eknæs
Is-pigging:	Steinar Gustavsen, Jan Bjørsvik
Friidrett:	Bente Langsveen
Rullestol basket:	Petter Dybvig

### I tillegg valgte årsmøte følgende for 1 år:

Revisor: Magnussen & Partner Revisjon AS

Valgkomite: Mette Eknæs og Bente Lyngroth

### Årsmøtet:

OHILs ordinære årsmøte ble avholdt på Berg Gård 26.03.16 med 11 stemmeberettigede til stede. Årsberetning, regnskap og budsjett ble godkjent. Alle sakene ble enstemmig vedtatt. Valgkomiteen la fram følgende forslag til nytt styre for 2016

Leder:	Hedi Anne Birkeland	velges for 1 år
Nestleder:	Ivar Asbjørn Bredeesen	velges for 2 år
Økonomiansvarlig:	Mette Magnusson	ikke på valg
Sekretær	Wenche Darell Arvesen	velges for 2 år
Styremedlem	Madeleine Thoen	ikke på valg
Styremedlem	Subendran Velmurugu	ikke på valg
Ungdomsrepresentant	Per-Kristian Thorsrud	velges for 1 år
1. varamedlem	Elisabeth Wilhelmsen	velges for 1 år

### Gruppeledere

Barneidrettsskolen:	Madeleine Thoen (leder), Hild Bjørsvik og Ane Gustavsen,
Ungdom:	avklares når nytt styre er etablert
Boccia:	Mette Eknæs
Is-pigging:	Jan Bjørsvik

Friidrett: Bente Langsveen  
 Rullestol basket: Petter Dybvig  
 Bordtennis: avklares når nytt styre er etablert

**I tillegg valgte årsmøte følgende for 1 år:**

Revisor: Magnussen & Partner Revisjon AS

Valgkomite: Det ble ikke valgt ny valgkomite for 2017. Årsmøtet godkjente at styret oppnevnte valgkomite på første styremøte. Dette ble ikke gjort. Det er sendt brev til alle medlemmer i laget med oppfordring til å melde seg for valgkomite, ingen meldte seg. Bente Langsveen påtok seg jobben etter henvendelse fra styret

**Det ble fattet følgende vedtak:**

*"Innstillingen fra valgkomiteen ble godkjent ved akklamasjon"*

**Møter:**

Styret har avholdt 7 styremøter og behandlet 67 saker.  
 Juniorlekekomiteen har avholdt 5 planleggingsmøter.

**Medlemmer:**

Ved utgangen av 2016 hadde laget 69 betalende medlemmer, av disse er 27 under 26 år.

**Websider:**

Per-Kristian Thorsrud har vært vår webredaktør og holder hjemmesidene våre regelmessig oppdatert.

**Medlemskap i særforbund:**

Norges Fleridrettsforbund, Norges Friidrettsforbund, Norges Skøyteforbund.

**Representasjon:**

Wenche Darell Arvesen deltok på ledermøtet i Norges Fleridrettsforbund.

Wenche Darell Arvesen og Mette Eknæs har deltatt på trener 1 kurs i Norges Fleridrettsforbunds regi. Del en var i oktober 2015 og del to med eksamen våren 2016.

Hedi Anne Birkeland deltok på Oslo Idrettskrets sitt møte i Nordre Aker bydel hvor LAM midlene ble utdelt.

Hedi Anne Birkeland deltok i ledermøte til Oslo Idrettskrets, juni 2016.

**Ungdomsrådet**

Det har ikke vært noe aktivitet i dette rådet i 2016. Klubben har pr. i dag en ungdomsrepresentant i styret.



**Økonomi: Se regnskap og noter**

Juniorlekene ble dessverre avlyst i 2016 grunnet få påmeldte. Vi fikk tilsagn om midler fra Stiftelsen Sofies Minde, Barne-, ungdoms- og familiedirektoratet og Bymiljøetaten i Oslo. Alle ble skriftlig orientert om avlysningen.

**Bingo:**

Gjennom mange år har laget hatt samarbeid med Ensjø bingo. Dette har også i år gitt laget et meget verdifullt økonomisk tilskudd. Vi har brukt vår lotteritillatelse gitt av Lotteritilsynet.

Årets resultat ble kr. 44.887,- Uten disse midlene hadde ikke laget kunne opprettholde den gode aktiviteten vi har.

**Arrangement:**

Den 5 . juni møtte ca 33 av klubbens medlemmer og foreldre/hjelpere til sommer avslutning på Peppes pizza i Nydalen. Vi hadde noen hyggelige timer med pizza, og veldig god stemning.

14. desember arrangerte vi tradisjonen tro juleavslutning på Berg gård hvor 28 møtte opp. Vi hygget oss med gløgg, pepperkaker, grøt og godteri. Det ble arrangert quiz og premier ble utdelt.

**GRUPPER****Barneidrettskolen:**

*Gruppen har bestått av:*

Hild Bjørsvik, Ane Gustavsen og Madeleine Thoen. Sistnevnte er leder for gruppa.

Trenere: Ane Gustavsen og Hild Bjørsvik

*Trening:*

Treningen forgår på onsdager i gymsalen på Haukåsen skole kl. 18.00-19.15.

Det har ikke vært aktivitet i gruppen siden februar 2016.

*Stevner/turer:*

Gruppen har i 2016 deltatt på Gøteborg Open.

Styret i OHIL har et uttalt ønske om å starte opp med barneidrettskolen igjen. Det har vært dialog med fysio og ergoterapi gruppa i Oslo kommune for å eventuelt begynne et samarbeid rundt dette. Det har også vært dialog med Simen Kjelsrud, Fagkonsulent idrett for mennesker med funksjonsnedsettelse.

**”LIV OG RØRE” for aktive over 15 år**

Trener: Cecilie Heiret Nilsen

Gruppen trener hver onsdag på Haukåsen skole fra kl 19-20.30. Det er mellom 3 til 6 medlemmer som deltar .Aktiviteten er styrke- og utholdenhetstrening i sal. Hver enkelt deltager får tilpasset treningen. Gruppen har også hatt alternativ aktivitet som bowling. Det er plass til mange flere i alle aldre og ulike funksjonshemninger.

### Friddrettsgruppa

Gruppeleder: Bente Langsveen  
Trener: Hewan Løvstad Pedersen.

Det har vært deltakelse i:  
Sentrumsløpet (10 km)  
Skogsmaraton (42,195 km)  
Fornebuløpet (10 km)  
Birkebeinerløpet  
Oslomaraton (3 km)  
Oslomaraton 1/2 maraton (21,098 km)

I tillegg var en av utøverne med på følgende sykkelritt:  
Hennesrittet 42 km  
Birkebeinerittet 92 km

I vinterhalvåret trener friddrettsgruppa inne i Ekeberghallen, i sommerhalvåret trener vi mye rundt Sognsvann, og noen ganger på idrettsbanen på Norges idrettshøyskole.  
Hewan er en kreativ trener. Gruppa har også hatt turer ved og rundt Østensjøvannet i Østmarka.  
Sommerstid er også Ane med de tre gutta Ivar Asbjørn, Lars og Terje på trening.

### Bocciagruppa

Gruppa har bestått av:

Leder :Mette Eknæs

Trenere: Wenche Darell Arvesen, Tina Mjørud og Steinar Drange. Peder Lundberg vikarierte for Tina når hun i høst var på kurs.

I tillegg har landslags leder Egil Lundin vært tilstede på noen treningskvelder.

Antall medlemmer: 15 aktive.

Trening:

Vi trener på Idrettshøyskolen hver mandag fra kl.19.00 – 20.00 i periodene januar til mai og august til desember. Treningen består av diverse presisjonsøvelser med ball og kamptrening. Samtlige spillere er ofte til stede på trening. Seks av disse bruker renne.

Utstyr:

2 sett boccia baller, målestaver og en renne plassert på Ekeberg.  
Spillere disponerer eget ballsett og renne.

**Stevner gruppa har deltatt i:**

<b>Stevnet</b>	<b>Type</b>	<b>Dato</b>	<b>Antall deltager(e)</b>	<b>Beste resultat</b>
Askerstevnet	lag	16 – 17 jan.	3 lag	1.plass Klasse 1, plass kl.1 R
SA-FRE-MO	lag	20 – 21 feb.	2 lag	1 plass Klasse 1
Påskestevnet (o)	ind.	19-20 mars	9 deltagere	3 plass kl.1, 1 plass kl.1R, 3 plass kl.3
Romerikstreffen	lag	2-3 april	2 lag	1 plass kl.1
Totentreffan	ind.	7-8 mai	8 deltagere	1 plass kl 1, 1 plass kl 1R
Ringerikestevnet	ind.	4– 5 juni	7 deltagere	1 plass kl 1, 1 plass kl 1 R
(Trøndertreffan)	ind.	3.-4 september	2 deltagere	2 og 3 plass kl.1 R
Helios GrandPrix	ind.	10.-11. sept.	6 deltagere	1 og 3 plass kl.1 R, 2 og 3 plass kl.1
Sarpekastet	lag	21 – 22 sep.	3 lag	1 plass Kl1 R, 1 plass kl.1
NM individuelt	ind.	12.-13 nov	6 deltagere	1 og 2 plass Kl.1 R. 2 plass kl.1
NM lag (o)	lag	19.- 20 nov	1 lag	Ingen andre klasse 1 lag. Spilte i klasse 3. Vant over 3 lag.

OHIL har i 2016 hatt 4 landslagsspillere: Roger Aandalen, Nina Darell Arvesen, Elisabeth Wilhelmsen og Per-Kristian Thorsrud.

- De var i februar med på Malmø Open, Sverige.
- De deltok i Nordisk mesterskap i Pajulathi, Finland i mai.
- Roger tok bronse individuelt. Roger og Nina var på laget som tok gull i lagkonkurransen.
- Roger, Nina og Elisabeth deltok i World Open i Povoá, Portugal i juni.
- Roger kom til kvartfinalen.
- Per-Kristian og Elisabeth deltok i lag og inndividuelt Belgia i mai.

Roger var med i VM i Beijing og i Paralympics i Rio. Dette var hans 6. og siste Paralympics. Vi takker Roger for hans gode innsats gjennom mange år.

Vi har 3 aktive dommere. Det er Wenche Darell Arvesen, Steinar Drange og Mette Eknæs.

I 2016 har Tina, Wenche og Mette gjennomført trenerkurs 1 gjennom Norges Fleridrettsforbund med avsluttende eksamen. Alle tre bestod og vi har nå 3 trenere med bestått eksamen i trenerkurs 1.

### Ispigging

Kontaktperson: Steinar Gustavsen Trener: Jan Bjørsvik

Vikar: Petter Dybvig

Trening: Vi trener på Valle Hovin torsdager fra 19.00 - 20.00. Sesongen går fra begynnelsen av november til begynnelsen av mars.

Rapporten for 2016 omfatter derfor slutten av 2016/17 sesongen og begynnelsen av 2017/18 sesongen.

I løpet av denne sesongen har det vært ca. 16 piggere innom. Gjennomsnittlig oppmøte er i underkant av 10. Trenden er nedadgående for fremmøte på treningene. Dette kan være av ulike årsaker, men tilgjengelighet og parkering på Valle Hovin innbyr gjør det mindre attraktivt å møte opp.

Vi har ikke så stor aldersspredning på deltagerne som tidligere.

Årets mål for de fleste er Isbjørnen. Isbjørnen er distansemerke og deles inn i 4 forskjellige krav. Lille Isbjørnen krever 65 runder (26 km.), Store Isbjørnen 156 runder (62,4 km.) og Kjempe Isbjørn på 286 runder (114,4 km) i løpet av sesongen.

Polarbjørn er en oppmuntring for de som klarte Kjempe Isbjørn med god margin. For å nå Polarbjørn var kravet satt til 512 runder (204,8km).

Resultatene sendes til dem som vil ha oppfølging. De sendes også til ansvarlig for hjemmesidene til OHIL.

Isbjørnen gir alle, uavhengig av alder og styrke, mulighet til å nå et mål.

Utstyr:

Vi har noen piggekjelker og staver til utlån. De som er mest aktive, har egne kjelker og staver, men dette er ikke et krav for å være med.

Også ispiggingen er avhengig av kontaktpersoner og trenere som stiller opp og som kan være med å inspirere og motivere deltagerne til innsats.

### Rullestolbasket

Kontaktperson: Petter Dybvig

Trener: Martin Winje

Trening foregår hver mandag kl 18.30 - 20.00 på Stenbråten skole.

Det har dessverre vært dårlig rekruttering av nye spillere de siste årene. Det er kun 3-4 utøvere som er med på treningene, så flere aktive ønskes velkommen. Treningsopplegget bygger primært på lek og moro med ball. Viktige innslag i løpet av en trening er:

Oppvarming, ferdighetstrening med rullestol og ball, styrketrening, rullestol rugby, rullestolbasket, leiken og uttøyning. Laget deltar ikke i aktiv serie for rullestolbasket.

Tradisjonen tro ble det i også i år arrangert sommeravslutning med grilling i hagen, samt juleavslutning med julegrøt, julegodt og pakkeleken hos familien Dybvig.

Utstyr: I tillegg til basketballer og førstehjelpsskrin har vi 3 rullestoler til utlån.

### Bordtennis

Det har i løpet av 2016 ikke vært noe aktivitet i bordtennisgruppa.



## Göteborg-Open 18. - 20. november 2016

*Ansvarlig Madeleine Thoen*

Fredag 18. november ble det arrangert tur til Göteborg open for OHIL's barn og ungdom. Det var 5 deltakere med og alle hadde med følge. Ledere: Madeleine og Inger.

Vi hadde leid en buss som plukket oss opp ved Munch museet. Busturen gikk fint og alle koste seg. En sliten og tøtt gjeng ankom Kviberg Park Hotel & Conferencedere i Göteborg fredag kveld. Det ble en tidlig kveld på alle.

Vi stod opp tidlig lørdag morgen og spiste en deilig frokost. Hotellet vi bodde på var i samme bygg som all aktivitet skulle være. Først var det åpningsseremoni med innmarsj, tale og underholdning. De fleste deltok på boccia, luftvåpen og 60 m denne dagen. En lang og fin dag med mange fine øyeblikk. Alle våre deltakere fikk mange medaljer (stor stas). På kvelden var det disco og det ble servert god mat.

Søndagen var vi i hallen frem til klokken 15.00. Aktiviteter: bordtennis, miniatyrcurling, 5-kamp og pararellslalåm. Etter endt stevnedag var alle stolte og fornøyde med helgens prestasjoner. Vi dro hjem på ettermiddagen.

### Konklusjon:

Laget kan nok en gang se tilbake på et aktivt år med trening, samlinger, samt konkurranser innenlands og utenlands.

Styret håper at arbeidet med å skape et godt sosialt fellesskap i laget vil fortsette og at vi på denne måten lettere kan rekruttere nye medlemmer. Rekruttering og synliggjøring av laget er fortsatt en prioritert oppgave. I tillegg er det viktig å kunne legge forholdene til rette for trenerne, slik at de primært kan konsentrere seg om trening og ikke så mye det administrative.

Det var med tungt hjerte at vi i mai 2016 måtte avlyse Juniorlekene 2016. Det var for få påmeldte dessverre.

Det jobbes nå hardt med å få til et Juniorlekene 2017, den 16.-17. september 2017.

Idrettsdeltakelse og medlemskap i idrettslag kan bidra til utvidet sosialt nettverk. Dette er noe vi i OHIL ser virker i praksis. Derfor ønsker vi stadig å utvikle tilbudet vårt, slik at flest mulig kan delta.

Styret vil takke alle samarbeidspartnere for godt samarbeid, og håper det gode samarbeidet vil fortsette i årene som kommer.

