

JULEBREV FRA AUSTEVOLL IDRETTSKLUBB 2025

Snart er 2025 over og vi har lagt bak oss nok ett flott idretts år! Våre 150 fantastiske trenere og lagledere har holdt styr på ca 750 medlemmer, og vi er så takknemlig for jobben de gjør hver uke, hele året 😊

Arrangement vi har hatt i år:

- Austevollserien i februar
- Treningshelg badminton
- Starterkurs
- AustevollSmashen
- Austevollsleikane
- Skulemeisterskap i friidrett ungdomsskulen
- Skulemeisterskap i friidrett barneskulane
- Tine Fotballskule
- Austevollsmeisterskapet
- Trenerkurs
- Dommerkurs
- Åpen hall, hver måned i høst
- Det blir jubileumsdans i Austevollhallen 2 juledag
- Det blir julecup 29 og 30 desember
- Anne Berith har hatt bowling og åpen hall for miljøarbeidertjenesten fem ganger

Her kommer en hilsen fra alle gruppene våre:

Barnetrim: Dette er et populært tiltak, mange barn i barnehagealder har lekt og kost seg i hallen hver tirsdag. Trenere i høst har vært Therese Henriksen, Andreas Kolbeinsvik og Robert Birkeland.

Allidrett: Dette er et fint tilbud for 1-4 klasse og i år har vi vært 25 barn. Trenere i år har vært Janne Jacobsen, og hun har hatt god hjelp fra tre elever fra videregående: Hanna Heidal, Karina Øvsthus og Mari Nesheim Øvsthus. I høst har de vært innom disse aktivitetene: badminton, innebandy, basketball, håndball, kanonball, friidrett, klatring og slåball.

Turn: Endelig fikk vi opp og gå turngruppen igjen 😊 To kjekke jenter fra videregående, Amine Hagenes Skoge og Eline Hagenes har startet opp en gruppe fra 1-4 klasse, og dette var nok en etterlengtet aktivitet…hele 60 barn stilte på første trening!! Dette ble litt mye for to personer, så de har fått med seg Erika Førde-Vigsø, og Alde Bjørghild Solberg som hjelpetrenere nå i høst. De har brukt trapett, airtrack og hatt forskjellige stasjoner. Dette har bare vært en prøveperiode, så starter vi opp for fullt i januar. Mulig vi må dele det opp i to grupper, og to dager hvis det blir like mange som ønsker å gå fast.

Badminton: I juni takket Kristine Kolbeinsvik for seg etter nesten to år som trener. Vi retter en stor takk til Kristine for den innsatsen hun har lagt ned for gruppen!

Det så en stund litt skummelt ut for aktiviteten i barne- og ungdomsgruppen, men heldigvis har Viktorija Reke, med god hjelp fra foreldregruppen, tatt over ansvaret som trener. Tusen takk til dere alle for engasjementet! Hjelpetrenere har vært Emma Sjursen Østervold og Ananda Cornelia Wessel, takk til dere også.

Badmintongruppen har for andre gang arrangert turnering i Austevoll – denne gangen med rundt 150 deltakere. Arrangementet ble en stor suksess med fornøyde spillere fra Sotra, Askøy, Bergen, Stanghelle og Karmøy.

I løpet av året har vi deltatt på flere kjekke turneringer på Askøy, Sandsli og Sotra, med mange fine resultater. I januar og mars arrangerte vi to inspirerende treningssamlinger med innleid trener fra Bergen Badminton. Disse helgene ga barne- og ungdomsgruppen masse motivasjon og læring.

Vi har dessverre fortsatt store utfordringer med trenerkapasitet. Viktorija har i høst tatt trenerkurs, men står fremdeles alene med treneroppgaven. Vi har bedt om hjelp fra forbundet, men heller ikke i år har de klart å finne ressurser til oss.

Badminton er en stor og aktiv gruppe med nesten 50 medlemmer, og vi håper fortsatt å finne en god løsning på trenerutfordringene – sammen med utøvere, foreldre og forbundet.

Storebø Sauna: Aktiviteten i saunaen vår har vært veldig bra. Folk er flink å bruke den både i ukedager og helger. Vi har fått med oss noen fine ungdommer til vask av saunaen i helger og ferier. Det har i år vært Melissa Aspevik, Sara Aspevik og Simon Karlsen.

Padel Austevoll: Dette har vært en veldig populær aktivitet. Har vært mye folk innom her, både tilreisende og lokale. I tillegg har vi en del firma som leier fast og har det sosialt og kjekt i lag 😊

Klatring: Dette året startet vi opp en helt ny klatregruppe for de minste i 1.–3. klasse. Det har vært fantastisk å se hvor mye glede, mestring og energi de har tatt med seg inn i hallen hver uke. Samtidig har vi fortsatt med gruppene for 4.–5. klasse og 6.–7. klasse, som begge har vist stor fremgang og en imponerende vilje til å utfordre seg selv.

Et stort høydepunkt i år har vært at flere av trenerne våre har fullført *klatreinstruktør inne*-kurs. Det betyr at vi fra 2026 kan tilby et enda bedre opplegg for både topptaukurs og brattkortkurs. Vi gleder oss til at flere i klubben – både store og små – skal kunne benytte klatreveggen i hallen på en trygg og god måte.

I løpet av året har vi òg deltatt i konkurranser, noe som har gitt både inspirasjon og motivasjon. Dette er et område vi ser at mange synes er spennende, og vi ønsker å legge til rette for mer konkurranserettet trening for de som har lyst til å satse litt ekstra fremover.

Takk for et engasjerende og lærerikt år. Vi setter stor pris på alle som møter opp, heier, hjelper til og skaper et trygt og inkluderende miljø. Vi gleder oss til nye utfordringer og mye klatreglede i 2026!

Svømming: Året 2025 har vært et bra år for svømmegruppen med gode prestasjoner og deltakelser i flere store mesterskap. Synne Waage deltok i mars på landsstevnet i paraidrett som eneste utøver fra Austevoll.

I april så kvalifiserte og deltok to svømmere seg til Låmø. Disse var Liv og Julia Våge som gjentatte ganger har kvalifisert seg år etter år. Dette var siste sesongen Liv og Julia svømte for Austevoll idrettsklubb, da de nå svømmer for en svømmeklubb i Bergen.

I mars kvalifiserte og deltok tre jenter i det store internasjonale stevnet, Bergen Swim Festival. De som kvalifiserte seg var Lily English, Liv og Julia Våge.

I juni kvalifiserte og deltok Julia Våge i ÅM, ungdommens Norges mesterskap. Hun var nr 13 på listen i sin klasse i region vest.

Men den største prestasjonen og det mest gledelige må være at svømmegruppen arrangerte et eget internt svømmestevne 31. mars. Med 60 unge svømmere, der alle fikk utdelt badehette med logo til Aik, takket være Sparebanken Norge, ble dette en stor suksess. Det var en stor oppslutning fra både svømmere og foreldre og vi håper at dette gav mersmak og ufarliggjorde å delta på stevner.

For vi ser at det er økt interesse for å delta på uapproberte stevner. Her har foreldre tatt på seg ansvaret for å være lagleder på disse stevnene. Dette er utrolig viktig for videre rekruttering av svømmere i konkurransemiljøet, og nå er det en god gjeng som deltar på disse stevnene. I tillegg er dette veldig viktig for et fellesskap i miljøet og ikke minst å finne glede i å delta på stevner sammen med andre svømmere. Svømmegruppen er veldig stolte av disse svømmerne og vil følge med videre på denne reisen.

Svømmegruppen har hatt 18 svømmeinstruktører og trenere i vår, mens ved oppstart i høst endte vi på 27 stykker. Vi ønsker å takke alle våre dyktige instruktører og trenere, som har lagt ned betydelig innsats for å sørge for at barn og ungdom får svømmeundervisning.

Gruppen har hatt trenerkurs i Austevollbadet.. Maja Olsson Bjånes er leder i svømmegruppen og Annette H Tøkje jobber som administrativ leder. I styret sitter også Cathrine Nøttveit, Bjørn Grindheim og Silje English som styremedlem. Silje sitter også i hovedstyret i Austevoll idrettsklubb.

Friidrett: Friidrettsgruppen vokser videre, medlemstallet øker, det samme gjør treningstimene og et raskt stigende prestasjonsnivå.

I rekrutteringsgruppen 4. klasse og yngre har vi nå 40 medlemmer. For å håndtere dette har vi 6 trenere i sving i denne gruppen. Treningsgruppen er lagt opp for allsidighet. Etter felles oppvarming blir barna delt inn i 4 grupper der de roterer og er innom 3 - 4 forskjellige øvelser før de avslutter med felles lek. Stemningen er stort sett i taket. Åpenbart mange talenter, men her er det viktigste å skape et godt miljø der alle kan være med å delta og trives.



En del av rekruttene som var med på Halloweenlekene på åpningsarrangementet for Gneist Arena.

Skolestevnene, som friidrettsgruppen arrangerer sammen med skolene, har de siste årene vert approberte, det vil si at de er lagt inn i terminlistene og resultatene blir offentlig godkjente. Disse stevnene, ett for ungdomskolen og ett for barneskolene 5-7 klasse, har vist at det er mange friidrettstalenter i Austevoll. Totalt på disse 2 stevnene er det rundt 500 elever som kan være med på 4 øvelser hver.

Etter gode resultater på disse stevnene ble hele 5 utøvere tatt ut av kretsen til å delta på Lerøy lekene. Dessverre var det bare 2 som hadde anledning til å delta. Lerøy lekene er en etterfølger av Donald Duck lekene. Som sikkert mange husker som et uoffisielt NM først for 11-12 åringer og siden for 13-14 åringer. Alle kretsene i landet tar ut utøvere med best resultat i sin krets. Foruten å være en konkurranse for den enkelte, er det også en konkurranse mellom kretsene. Hordaland friidrettskrets vant konkurransen i år også.

En av Austevoll Friidrett sine deltakere i 13års klassen, gikk helt til topps på begge øvelsene han deltok på i Lerøy-Lekene. Han deltok på. 60m 7.99 og 200m 26.04.Dette holdt til 4 plass på begge distansene på landsstatistikken. Han heter Nour Eddin Wael Masharka, merk dere navnet. På Halloweenlekene, under åpningen av den fine nye Gneist Arena, gikk han opp på andreplass i landet på 200m statistikken. På nasjonalt stevne i Leikvanghallen 29. og 30.november forbedret han tiden sin på 60m og gikk til topps i landet på denne distansen med tiden 7.96. Han ble også vinner av 200m som igjen holdt til en 2. plass i landet. Så langt har han bare deltatt på 3 friidrettsstevner, men trener nå målbevisst i friidrett for å bli enda bedre.



Nour Får heder og ære etter seier på 60m med beste tid i landet i 13årsklassen på tida 7.96.

I år har vi også fått tilbake et annet stort friidrettstalent, Esrom Gebremedhn Weldu, som er 19 år. Austevoll har et fint samarbeid med Gneist. Vi har klart å få Esrom med i den beste sprinttreningsgruppen i Hordaland friidrettskrets, der noen av de beste sprinterne i landet også er med. Her trener han 2 ganger i uken i Gneist Arena og Høyehallen. De andre dagene trener han med Svein Harald, som har ansvar for treningsopplegget. Vi går en spennende 2026 sesong i møte.

Kulestøtgruppen vår trener regelmessig og brødrene Gilborne Augestad og andre gjør fine framskritt. I år har vi også fått med parautøver i kulestøt. Lars-Henning Møgster stortrives på kulestøttreningene. Han var også med på åpningsstevnet av Gneist Arena, der det var mange parautøvere.

Friidrettsgruppa har 9 forskjellige grupper i sving hver uke…

Mandager kl 16.00 sprinttrening ungdom. Spesifikk trening.

Trener Svein Harald Haukanes

Mandager kl 18.00 opp til 4. klasse friidrett allsidighet.

Trenere: Svein Harald Haukanes, Annelin Gokstad, Jonn-Dagfinn Gilborne Augestad, Janne Jakobsen, Bjørn-Ove Dåvøy og Christin Henriksen

Tirsdag kl 18.00 Kuletrening. Spesifikk

Trener Svein Harald Haukanes

Onsdag kl 18.00 trening 5-7 klasse. Friidrett allsidighet.

Trenere: Svein Harald Haukanes, Jonn-Dagfinn Gilborne Augestad og Janne Jakobsen

Onsdag kl 19.00 trening ungdom og voksne. Intervalltrening + grunntrening (jogging). Spesifikk. Alle som mosjonerer og som vil ha litt ekstra trening i et trivelig miljø er velkommen…

Trener Svein Harald Haukanes

Torsdager kl 18.00 Sprint / mellomdistanse 11 og oppover. Spesifikk. Intervalltrening / teknikktrening. For de som satser litt ekstra.

Trenere Svein Harald Haukanes og Torunn Haukanes. Veldig glad for å ha Torunn med igjen. Torunn har mye erfaring fra friidrett og var best i landet i sin årsklasse i mange år på 400, 800 og 1500m tilbake på -90tallet.

Fredag kl 16.00 sprinttrening ungdom. Spesifikk trening.

Trener Svein Harald Haukanes

Fredag kl 17.00 Kuletrening. Spesifikk.

Trener Svein Harald Haukanes

Fredag kl 18.00 trening ungdom og voksne. Intervalltrening + grunntrening (jogging). Spesifikk. Alle som mosjonerer og som vil ha litt ekstra trening i et trivelig miljø er velkommen…

Trener Svein Harald Haukanes

Dersom noen vil være med i noen av gruppene kan de melde seg på her:

https://www.letsreg.com/no/register/pameldingfriidrettstreninghost2025var2026_11082025074231

Som dere ser, har vi en del nye trenere. Vi kommer til å arrangere et trenerkurs for barn nå over nyttår. Dersom det er noen som vil være med på dette er det bare å sende en e-post til friidrett@aik.no.

Også i år har friidrettsgruppen arranger en del stevner.

24. mai Austevoll-Leikane

3. juni Skulemeisterskapet ungdomskulen

5. juni Skulemeisterskapet barneskulane

14. juni Austevollsløpet med innlagt Kretsmesterskap på 5 og 10km

30. august Austevollsmeisterskapet

Teknisk arrangør:

9.august Møkster Maraton.

8.november Rongja-Løpet

I Austevoll-Leikane i år hadde vi 229 starter totalt. En fantastisk fin gjeng med rekrutter startet dagen med 40m, lengde og liten ball. Stemningen var stor. Para fulgte opp med 60m og kulestøt. Fine resultat i jente- og gutteklassene. I seniorklassen løp Una Haukanes 300m på en glimrende tid. På 1500 og 5000m var det fyldige felt både i dame og herreklassen med noen av de beste løperne i Vestland fylke. Her fikk løperne selvsagt hjelp av lysharen vår. På 1500m vant Karoline Fantoft, Gular på 4.48.30. Herreklassen ble vunnet av John Petter Stevik, Gular på tiden 3.47.92. På 5000m vann Anna Hansen, Gular på tiden 17.30.41 og i herreklassen Jonas Lillejorde på 15.58.29. Premier for beste resultat totalt på stevnet gikk til Una Haukanes, Gneist med sterke 43.48 på 300mH i kvinneklassen. I herreklassen var det John Petter Stevik, Gular som trakk det lengste strået med den sterke tiden 3.47.92 på 1500m

I jente og gutteklassen var det Sanna Amalie Ivars, Fana som vant bestepremie med tiden 8.69 på 60m i 13års klassen og John Askild Solberg, Laksevåg i 12 års klassen med tiden 9.38 på 60m.

Austevollsløpet ble flyttet fra høsten til juni i år. For første gang på lenge arrangerte vi Kretsmesterskap. Innlagt i Austevollsløpet var det Kretsmesterskap på 5km og 10km landeveisløp Dessverre viste det seg at datoen kolliderte med mange fotball cuper rundt om, så deltakelsen var lav. Det var ekstremt varmt denne dagen, men allikevel fikk vi en fin vinnertid på 5km med 16.23 av Per Christian Eggen Mjøs, Gular IL. En del lokale helter ble også kretsmestere i sine klasser.

Austevollsmesterskapet var i år åpnet opp for tilreisende og hadde fin deltakelse. Vi fikk forespørsel fra Norgesmesteren i høyde, Erlend Bolstad Raa, om vi kunne sett opp øvelsen, og det gjorde vi selvsagt. Erlend har pers på 2.22. Onkelen hans Gisle Ellingsen, som tidligere var Austevolling, er innehaver av banerekorden her på Austevoll Idrettsanlegg med 2.16. Dette var da selvsagt målet for Erlend. Dessverre klaffet ikke det denne gangen, men Erlend har lovet å komme tilbake til neste år og gjøre et nytt forsøk. Denne gang stoppet det på 2.09. Nummer 2 ble Martin Hjertaker fra Os Turnforening med 1.85.

Austevoll Friidrett har også gått inn som teknisk arrangør for Møkster Maraton, Kongskleiva Opp, som dessverre ikke ble arrangert i år) og Rongja-Løpet som startet opp i år.

I tillegg til å arrangere stevner selv har vi reist på en god del stevner her i kretsen. Fra for det meste bare å ha med deltakere i rekruttklassen har vi nå fått en god del med i aldersklassene oppover. Flere av disse hevder seg i topp på kretsnivå og noen også på landsnivå. Til neste år innebærer dette at det blir mer reising over hele landet på de største stevnene, slik vi gjorde i vår gullalder på -80 -90tallet. Dette kommer nok til å sprenge budsjettet, så her har vi en jobb å gjøre. Dersom det er noen med ressurser eller gode kontakter, som kan hjelpe her, er vi selvsagt

takknemlig…Ellers har mange seniorer og veteraner deltatt på mange maraton og halvmaraton både innlands og utlands, med fine resultater.

Vi har også i år arrangert friidrettsdommerkurs. Totalt har vi nå 24 kretsdommere. Vi har 3 NAR (National Athletics Referee), som er en grad videre, der man kan være dommer også på internasjonale stevner. Har fortsatt 2 til som er i avslutningsfasen til å bli NAR dommere. Austevoll er høyt oppe på listen når det kommer til å ha flest NAR dommere i landet. I tillegg har vi utdannet 3 kretsstartere, og har 2 til på vei. Vi har også en forbundsstater.

Vi hadde nå i sommer 2 NAR dommere med på Europamesterskapet U23 på Fana Stadion, og en NAR dommer på Junior-NM også på Fana Stadion. Ved å være med på et så høyt nivå tilegner vi oss kunnskaper som vi kan bruke lokalt også.

Vi er klare til å starte opp et nytt trenerkurs for trening av barn nå over nyttår. Regner også med å få i gang videregående trenerkurs for friidrett, trinn 1 og 2 i første omgang, snart. Dersom det er noen som er interessert i å være med på disse kursene er det bare å sende en e-post til friidrett@aik.no.

Stevnedatoene for neste år er allerede settlet, disse er som følger:

Lø 18.april 2026 Seriestevne. Dette blir ett teststevne for deltakere og funksjonærer før Austevoll-Leikane

Lø 30.mai 2026 Austevoll-Leikane. Har allerede fått signaler om at mange kanoner vil være med å delta.

Ti 02.juni 2026. Skolemesterskap Ungdomsskolen.

To 04.juni.2026 Skolemesterskap barneskolene 5-7 klasse.

02.august 2026 Møkster Maraton. Austevoll Friidrett teknisk arrangør.

29.august 2026 Åpent Austevollsmeisterskapet.

12.september Kongskleiva opp. Austevoll Friidrett teknisk arrangør

17.oktober Austevollsløpet med innlagt Kretsmesterskap i landeveisløp 5km og halvmaraton.

07.november Rongja-Løpet. Austevoll Friidrett teknisk arrangør.

Austevoll-Leikane og Åpent Austevollsmesterskap blir i år begge nasjonale stevner og oppgradert til WA (World Athletics) stevner, der de beste utøverne får ranking poeng de kan gjøre seg nytte av ved kvalifisering til store internasjonale stevner.

Som dere ser, er det litt av hvert en kan være med på i friidrettsgruppen. Det er bare å ta kontakt dersom det er noe dere lurer på.

Friidrettsgruppen ønsker alle en riktig fin høytid.

Fotball: 2025 har vært et år fylt av aktivitet, samhold og store øyeblikk for hele klubbmiljøet. Med over 700 barn og unge i idretten, engasjerte foreldre og frivillige som stiller opp hele året, har Austevoll Idrettsklubb Fotball holdt frem som en viktig møteplass for glede, mestring og fellesskap.

A-laget vinner serien, blir kretsmester og er klar for 3.divisjon i 2026, etter en imponerende sesong.

Austevoll stilte i år med flere lag på Sør Cup, og både spillere, foreldre og trenerer fikk en minnerik opplevelse i Kristiansand og omegn. Det ble en helg fylt med sol, samhold, gode kamper og sterke prestasjoner. Lagene våre viste både flott sportsånd og god utvikling, og reisen ga spillerne nye erfaringer – både på og utenfor banen. Takk til alle som bidro til en flott turneringsopplevelse!

Fotballskolen ble nok en gang fullbooket – et tegn på hvor stor interessen for fotball er blant barn og ungdom.

Aktiviteten har som vanlig vært høy og lagene har vist god utvikling gjennom hele året. Totalt har 26 lag vært påmeldt i serien.
Også i år har klubben hatt flere avdelingsvinnere, og J-13, J-16, G-16 og G-19 vant sine avdelinger i vår.

I 2025 stilte Austevoll med stjernelag i Landsturneringen – en viktig arena for inkludering, fellesskap og glede. Laget vårt deltok mot klubber som Sotra United, Molde Reser og Vedavåg Karmøy, og representerte med stolthet vår klubb i tilrettelagt fotball. Det var en fin opplevelse for spillerne – både sosialt og sportslig.

Takk til alle som har bidratt i 2025 – spillere, trenere, foreldre, frivillige og sponsorer. Dere gjør klubben til det den er: en trygg og inkluderende plass der alle får mulighet til å utvikle seg.

Vi går inn i det nye året med optimisme og stor entusiasme. Vi gleder oss til mer aktivitet, enda flere gode opplevelser og videre utvikling både sportslig og sosialt.

Austevoll idrettsklubb vil med dette få takke for all støtte vi har fått fra våre sponsorer. Uten hjelp fra dere kunne vi ikke drive klubben sånn som vi gjør.

Vi må også få takke alle de fantastiske frivillige vi har i klubben som stiller opp for at barn og ungdom skal ha en aktiv fritid å gå til.

Vi ønsker dere alle en riktig god jul og et godt nytt år!