



*JULEBREV FRA AUSTEVOLL  
IDRETTSKLUBB*

2023

*Då er snart 2023 øve, og me i Austevoll idrettsklubb legg bak oss eit aktivt år, med mange flotte og engasjerte born, trenarar, oppmenn og foreldre!*

*Austevollhallen er fylt opp heile dagen, kvar einaste dag, heile året. Ungdomsskulen og vidaregåande skulen leiger den på dagtid. På ettermiddagen kjem idrettsklubben sine medlemmer, og i helgene leiger me ut til sosiale arrangement og barnebursdager.*

*Me håpar framleis på eit nytt lager i hallen, og me har fått på plass teikningar på dette. Får me dette til, vil alt bli mykje enklare for oss, og me vil få plass til alt utstyret me har. Då får me òg tatt betre vare på tinga våre.*

*Etter årsmøtet i mai blei Andreas Risøy ny styreleiar, etter Morten Mortvedt. Silje English kom inn som nytt styremedlem etter Linn Benedicte Våge. Me har fått inn to flotte og engasjerte medlemmar, og me ser fram til å jobbe saman med dei i dei neste åra.*

*Anders Tøsse er framleis administrativ leiar i fotballgruppa, Annette Tøkje er administrativ leiar i symjegruppa. I tillegg er Trond Fredrik Ludvigsen ansatt som trenar på Fotball fritidsordninga, og som trenar for A-laget. Lena Bjorøy er ansatt i 100% som dagleg leiar.*

*Da er 700 medlemmer i klubben vår. Me har ca 150 trenarar og lagleiarar som stiller opp, kvar einaste veke, heile året 😊 Så tusen takk til desse fantastiske folk!*

*I år har me endeleg hatt eit heilt år, utan koronarestriksjonar, og me har hatt desse arrangementa:*

- Dans i hallen
- Austevollsleikane

- Idrettsdag for ungdomsskulen
- Idrettsdag for borneskulane
- Sommarleir i samarbeid med Selbjørn IL
- Austevollsløpet
- Austevollsmeisterskapet
- Tine Fotballskule
- Austevollsserien
- Stjerneserien
- Julecup 27 og 28 desember

*I tillegg har me hatt open hall ein del gongar i år. Her har me flotte ungdommar i sving, og dei tjener seg nokre kroner på dette. Har vore mange folk på desse arrangementa, så dette er eit populært tiltak...dette er eit gratis arrangement for alle!*

*Anne Berith har hatt open hall for miljøhelsetjenesta, og for psykiatrien/rusomsorgen i kommunen. Dette fekk me støtte til frå Lotteri- og stiftelsestilsynet.*

*Me har òg fått støtte til trenerutdanning i klubben, til både klatring, badminton og friidrett. Ikkje minst så har me fått øve ein halv million kroner frå Sparebanken Vest som skal gå til låsesystem i forbindelse med buldrerrommet, ny pc til tidtakerutstyret vårt, nytt lager/bod ved løpebana, nye mål og 3'ar banar til fotball, og landstreff i Bodø for Stjernelaget vårt. Me er utruleg takksam for all støtte me har fått i år!*

*Me fekk omsider tatt service på bowlinghallen vår, og da har vore litt meir aktivitet der i år. Me har hatt tre bowlingkurs i år, så da er stadig fleire som kan leige bowlinga.*

*Her er litt oppdatering frå dei forskjellige gruppene våre:*

**Barnetrim:** *kvar tysdag kan born i barnehagealder komme for å leika i hallen. Dei ansvarlege for dette i år har vært Inger Marie Hausberg, Natalie Mariell Elholm og Christin Henriksen, som gjer ein flott jobb for dei yngste i klubben.*

**Allidrett:** *I år har me hatt ca 45 born frå 1-4 klasse på allidrett. Dei har blitt godt leia av Hanne Haugland Østervold, Janne Jacobsen, Cecilie Farningham og Vibece Oksnes. Borna har vore innom mange forskjellige idrettar i løpet av hausten.*

**Volleyball:** *Her har Marie Dævøy og Andreas Karlsen gjort ein god jobb med å rekruttere nye medlemmer. Gruppa består av eit miksa lag på trening, som trener fast kvar tysdag. Me har brukt pengar på nytt utstyr i år, då utstyret er mykje i bruk av elevar frå kommunen og fylkeskommunen i tillegg. Gruppa deltok på dugnad då AIK arrangerte dans i hallen. Leiar i gruppa, Torbjørn Karlsen, ynskjer å få meir aktivitet for born og ungdom, men me manglar dessverre trenarar for å få til dette.*

**Klatring:** I år fekk me endeleg da etterlengta buldrerrommet. Nytt og moderne. Du har eit hav av ruter å velje mellom viss du vil buldre. Primus motor for klatring har vore Per Erik Hansen og Veronika Møgster. Dei har gjort ein flott jobb, og no har me mange nye medlemmer. Dei har trening tre gonger i veka. Klatreveggen i hallen har òg blitt fornya, og den er i bruk mange dagar i veka.

**Turn:** Dei trufaste turndamena våre har lagt ned gruppa i år. Helga Rabben har gjort ein fantastisk jobb med aerobic i øve 40 år i klubben. Me er så takksamd for innsatsen hennas.

**Badminton:** Denne sesongen me er inne i no, er ein spanande sesong for badmintongruppa. Gruppa har nemleg 10-års jubileum i vinter. Anita Aasebø har gjort ein fantastisk jobb i alle desse åra, og me er utruleg takknemleg for innsatsen hennas! Det har vore 10 år med stadig veksande interesse for sporten i kommunen både blant born og ungdom, men og blant vaksne. Per i dag har me 46 deltakarar fordelt på 29 born/ungdom og 17 vaksne.

Framleis har badminton 4 treningar i veka i idrettshallen fordelt mellom 2 treningar for born og ungdom og 2 treningar for vaksne. Gruppa arbeider fram mot å få nye utøvarar opp mot nasjonalt nivå for å kunne delta på rankingturneringar igjen. Her er det fleire utøvarar som har stort potensiale og skal kunne nå dit. Per no føregår konkurransane lokalt i badmintonkretsen vest. Me har hevda oss godt så langt i sesongen og har fått med oss mange gode plasseringar heim, både i form av gull, sølv og bronse. Det er og utruleg kjekt å oppleve gløden hos utøvarane i å ville delta, sjølv om dei er heilt ferske i sporten. Det krev ein heil del mot.

I og med at me er inne i eit jubileumsår, kjem me til å markere det med både open hall, jubileumsfest, lokal turnering og sist men ikkje minst arrangement av vår aller første eigne turnering. Den går av stabelen 20.-21. april. Me håpar mange i kretsen kjem og støttar opp om vår jubileumsturnering. Me håpar det er mange austevollingar som vil kome innom hallen den helga og sjå på alle dei flinke utøvarane me har i denne sporten både lokalt i Austevoll, men og i heile badmintonkretsen vest.

Dersom du kjenner på at det kunne vore kjekt å prøve ut badminton, er du hjarteleg velkommen inn i gruppa vår.

Gruppa ønskjer alle saman ei smashing jul 😊

**Symjing:** Året 2023 har vore eit utruleg bra år for symjegruppa med gode prestasjonar og deltaking i fleire store meisterskap. Synne Waage deltok på landsstemnet i paraiddrett i mars som einaste utøvar frå Austevoll. Ho deltok i fire øvingar og fekk vere med på eit stafettlag der dei kapra gullmedaljen.

Same månad kvalifiserte og deltok fem symjarar seg til Låmø. Desse var Margrethe Karlsen, Liv Våge, Julia Våge, Mia Sørvik og Klara Nilsen. Da

blei gode prestasjonar her òg, heile 15 nye personlege rekordar. Tidene var så gode at Mia Sørvik og Klara Nilsen kvalifiserte seg vidare til ÅM. For å bli kvalifisert til ÅM må du vere blant de 30 beste i landet. Her blei Mia rangert som nr 8 og Klara som nr 9.

I april kvalifiserte og deltok dei same fem jentene i da store internasjonale stemnet, Bergen Swim Festival.

Ikkje nok med at desse jentene kvalifiserte seg vidare til ÅM, dei kvalifiserte seg òg vidare til NM, som dei deltok på i juli på øvingane 50 og 100 meter rygg.

I oktober kvalifiserte og deltok Liv og Julia Våge i da internasjonale stemnet Nordsjøstemnet.

Mia Sørvik og Klara Nilsen meldte øvegong til symjeklubben Bergen Vest Svømmeklubb i sommar. Då har dei vore i Austevoll idrettsklubb sidan dei var 6 år gamle. Da har vore nokre enorme prestasjonar gjennom desse åra, der deltaking i NM to år på rad må vere høgdepunktet. Denne suksessen er mykje takka vere trenarteamet Anna og Odd-Ivar Nilsen. Dei har hatt mange treningar i veka, både morgon, ettermiddag og kveld. Reist land og strand, til og med til utlandet med desse symjarane. Trenarteamet gav seg no i haust etter mange år i trenarrolla. Symjegruppa i Austevoll ynskjer med dette å senda ei stor takk for den fantastiske jobben dei begge to har gjort som trenarar. Dei har verkeleg satt Austevoll på kartet og har bevist at litte Austevoll kan klara da mesta innan symjing. Tusen takk til dette radarparet!

Da har ellers vore jemn deltaking på stemner gjennom heile året, både approberte og uapproberte stemner. Me ser med stor glede at da frå hausten av har vore meir interesse for å delta på uapproberte stemner. Her har Maja Olsson Bjånes tatt på seg ansvaret for å vere lagleiar på desse stemnene. Dette er viktig for vidare rekruttering av symjarar i konkurransemiljøet, så symjegruppa er takksam for jobben ho gjer.

Symjegruppa har hatt 38 symjeinstruktørar og trenarar i vår, mens ved oppstart i haust enda vi på 27 stykk. Me ynskjer å takke alle våre dyktige instruktørar og trenarar, som har lagt ned mykje innsats for å sørgje for at born og ungdom får symjeundervisning.

Gruppa har hatt både livredningskurs og trenarkurs i Austevollbadet. Cathrine Nøttveit har signalisert at ho trer av som leiar, og symjegruppa er no i gong med arbeidet å finne ein ny leiar. Annette H Tøkje jobbar som administrativ leiar, medan Linn Benedicte Våge og Tomas B Reikvam er styremedlem. Silje English er komen inn i styret og set òg i hovudstyret i Austevoll idrettsklubb.

**Fotball:** Utan frivilligheit stopper Austevollfotballen opp.

Me har i overkant 400 aktive fotballspelarar i AIK, desse er fordelt på 14 lag i alderen 6-12 år, 7 lag i ungdomsfotball og 2 seniorlag. Desse laga genererer øve 60 trenarar og lagleiarar.

Da engasjementet trenarteamet viser for å skapa fellesskap og møteplassar er noko me i fotballgruppa set enormt stor pris på. Kva skulle born og unge gjort utan dei, og dette gjer dei frivillig fleire gongar i veka, i allslags ver.

Da er full aktivitet på anlegget, kvar dag, til ulike tidspunkt. Da er sjeldan da ikkje står ein spelar og triksar eller skyter. Fellestreningar, gruppetreningar, eigentreningar, you name it! Alltid aktivitet.

Fotball er ein heilårsidrett med cuper året rundt, seriespill og vinterserie. Da blir ein del kilometer på vegen, både til cup og serie. Fleire lag er på overnattingscuper, og Voss, Sogndal, Haugesund, Oslo, Hjørring (DK) har blitt oransjefarga gjennom året av spelarar, trenarar og entusiastiske foreldre og slekt. For eit fellesskap og samhald da er på desse cupene.

Da spirer og gror godt av fotballungdommane, me har fleire som er med på ulike kretslag. Her ligg da mykje trening bak, og da er utruleg kjekt å sjå at våre spelarar blir tatt ut og er med å bidrar på ulike samlingar.

Fotballfritidsordninga Telenor Xtra er populær, og to dagar i veka stiller ca 30 engasjerte borneskuleelevar opp etter skuletid for å ha fotball i fokus.

Haustsesongen innleiest som vanleg med fotballskule i dagane før skulestart. 200 gutar og jenter i borneskulealder hadde tre flotte dagar saman med flinke og engasjerte instruktørar.

I oktober arrangerte AIK Austevollserie, da var en kald fornøyelse, men utruleg kjekt.

A-laget endte til slutt på 4.plass i 4.divisjon, og laget slo skikkeleg frå seg på hausten.

Eit til dels ungt B-lag endte på 2.plass i 6.divisjon, men rykka likevel opp til 5.div. Sterkt. Så gratulera til Endre og gjengen.

Stjernelaget har hatt trening kvar veke i år òg. Og i oktober stod me som arrangør av Stjerneserien. For ein fantastisk dag med mykje fotballglede!

Utan trufaste samarbeidspartnarar så stopper Austevollfotballen opp. TUSEN TAKK, dåke betyr mykje for at me kan ha god aktivitet og drift.

Me går for meir Stolthet og Gledé i 2024.

**Fríidrett:** 2023 har vore eit godt år for fríidrett, med unnatak av eit stort stormsenter som la ein dempar på eit par av stemna deira.

Treningane har gått jamt og trutt og stadig fleire finn vegen til fríidretten. Spesielt siste halvår har det vore fint tilsig av foreldre som har kome med



borna sine til friidrettstreningane. Det er tydeleg at dei har fått med seg at her er det kjekt å vera.

Det er Svein Harald Haukanes som driv alle treningane for tida, med hjelp frå Lars Johan Hufthammer. Jostein Bjånesøy har og vore med ein del i mellomgruppa 5-7 kl. Annelin Gokstad har hjelpt til i gruppa for dei yngste. Elles har foreldra generelt vore flinke å hjelpa.

Fríidrettsgruppa har òg arrangert ein del stemner i år. Først ut var Austevoll-Leikane den 07.05. Austevoll-Leikane er eit nasjonalt stemne. Trass i litt konfirmasjonskollisjonar var det totalt 165 startar på 7 forskjellige øvingar. Ein god del tilreisande og mange fine resultat. Spesielt må nemnast 17år gamle Johannes Sandvik Bø, frå Fitjar, som sprang 5000m på 15.14.7. Han vart seinare teken ut til å representera Norge på European Youth Olympic Festival.

Også i år arrangerte fríidrettsgruppa skulemeisterskap i lag med skulane. Først ut var ungdomsskulen den 01.06. Det vart gjennomført 527 startar på i alt 6 øvingar. 07.06 var det barneskulane sin tur, her deltok elevar frå 5-7 klasse. Det vart avvikla 568 startar fordelt på 5 øvingar. Mange fine resultat på begge stemnene, og stemninga var høg. Fríidrettsgruppa vonar å sjå fleire av dei på fríidrettstreningane framover.



Frå premieutdelinga til ungdomsskulen.

26-30.06 var fríidrettsgruppa med å arrangera sommarleir for barn 10, 11, 12 og 13 år. Nær 100 barn var med. Kvar dag var alle i aktivitet frå kl. 10- 14. Dei tre første dagane var alle gruppene innom dei forskjellige aktivitetane. I fríidrett fekk dei læra litt om både løp, hopp og kast. Torsdagen var dei

samlar ved Vinnesvatnet til forskjellige aktivitetar, blant anna tur til Vetem. Fredag var det avslutning på Selbjørn, med show av magikar, bading i Juthålo og utdeling av diplomar.

I år gjorde friidrettsgruppa eit eksperiment. Dei arrangerte to stemner på same dag, Austevollsmeisterskapet og 40års jubileet til Austevollsløpet. Austevollsmeisterskapet vart delt på 2 dagar, der dei lange løpsøvingane 800m og 3000m, vart flytta til dag 2, slik at det skulle vera mogeleg å delta både på 40årsjubileet til Austevollsløpet og dei lange løpa på Austevollsmeisterskapet. Dessverre sende værgudane eit solid stormsenter inn over landet. Dette varte i nesten ei veke og skremte dei fleste...men ikkje dei aller tøffaste. Trass været hadde gruppa 86 startar på 6 øvingar i AM. Været løya aldri så lite nett før, så det var akkurat mogeleg å få arrangert. Likevel skapte det problema for arrangøren. Papir og skjema gjekk i oppløysing, men trass forhalda gjennomførte friidrettsgruppa. Det 40ande Austevollsløpet kom av garde 15 minuttar bak skjema. Etter forholda arrangørane kjempa mot skulle dette vera akseptabelt. Likevel skjonar ein at deltakarane synes 15 minutt er lenge i slikt vær. Alle dei 54 startande (inkludert mini mini maraton for dei minste)fullførte løpet med glans, og då dei samlast i det sosiale rom, der det var mat og stor jubileumskake, var stemninga på topp. Premiane var det heller ikkje noko å seia på.



I år har gruppa og reist på ein del stemner for barn og unge.

Desse stemnene har gruppa vore med på:

21-22.01.2023	Nornalekene i Leikvanghallen
10-12.02.2023	Pingvinlekene i Leikvanghallen
2-4.06.2023	Framolekene på Fana Stadion
19-20.08.2023	Gneistspelen på Fana stadion
22-24.08.2023	Oslekene på Kuventre, Os.

Mange fine resultat og fine personlege rekordar.

I tillegg har nokre av veteranane delteke på forskjellige stemner, frå 3km opp til og med maraton.

*Friidrettsgruppa har og vore på motivasjonsettermiddag med Team Warholm på Media City Bergen. Forutan Karsten Warholm var mor hans og sjølv sagt den legendariske trenaren Leif Olav Alnes til stades. Her eit bilete frå Instagramsida til Karsten: Kjentfolk framme til venstre på tredje rad...*



*Friidrettsgruppa hadde eit svært positivt gruppemøte den 15.11 der sjølv sagt ein del av den «harde kjerne» var med, men og mange foreldre. Her vart det orientert om stoda i gruppa no og kva planar ein har framover. Det vart og delt ut eit skjema der alle som var der kunne kryssa av på kva ein kunne vera med å hjelpe til med framover. Her fekk gruppa mange positive svar. Det vert dommarkurs den 27.01.2024, her er det 8 som har sagt dei vil vera med, men gruppa ønskjer endå fleire. Dei arrangerte kurset «trenarkurs for barn» tidlegare i år. No er det interesse for nytt trenarkurs. Det er ikkje sett opp noko dato for dette enno, men dei reknar med det blir kurs i februar ein gang. Så blir det startarkurs òg, etter att dommarkurset er ferdig. Ein må ha dommarkurs før ein tek startarkurs. Mange meldé seg til å vera med i dei forskjellige teama gruppa har sett opp og... økonomi team, arrangement team, anlegg team, presse team og trenar team. Leiaren i kvart team vil vera med i styret i friidrettsgruppa. Gruppa treng framleis fleire med på kursa og i desse gruppene, det er berre å kontakta Svein Harald dersom ein vil vera med. Det blir nytt møte over nyttår der team og styre blir settla.*

*Sist men ikkje minst...Neste år går friidrettsgruppa for comeback i Holmenkollen. Holmenkollstafetten er Norges største idrettsarrangement arrangert på ein dag, og verdas største stafett. I fjor var det i underkant av 50000 deltakarar. Austevoll IK har delteke 24 gonger i Holmenkollstafetten. Nokre år hadde friidrettsgruppa med 4 lag, det vil seia 60 deltakarar.*



*Holmenkollstafetten består av 15 etappar frå kring 3000m ned til kring 370m, noko for ein kvar smak. Ein må vera minst 15 år for å vera med på junior/seniorlag. Det har vore gjort sonderingar og det er mange som er interesserte i at gruppa skal få til lag igjen. Målet er å få til 4 lag. Kvinner junior/senior, menn junior/senior, kvinner veteran og menn veteran. Det er mange som trener godt rundt om kring. Målet er å samla desse, og andre som vil prøva å vera med, på minst ei fellestrening i veka. Stafetten går av stabelen den 4. mai...eit fint mål å setja seg for det nye året.*

*Ein fin stad å starta er på julebukktreningane friidrettsgruppa har sett opp no i romjula. Desse er for alle som likar å trimma. Onsdag 27.12.2023 kl. 18.00.  
Fredag 29.12.2023 kl. 18.00, begge på banen.*

*Austevoll Idrettsklubb vil med dette takka for all støtta me har fått hjå våre sponsorar. Utan hjelp frå dykk kunne me ikkje driva klubben vår slik me gjer i dag.*

*Me vil og takka alle frivillege i klubben, som gjer ein fantastisk jobb for alle born og unge i klubben. Utan frivillege kunne me ikkje hatt alle tilboda me har pr i dag.*

*Med ynskje om ei god og fredeleg jul og eit godt nytt år!*

*Beste helsingar frå*

*Austevoll idrettsklubb*