



ÅRSMELDING 2018 - SOLUND IDRETTSLAG



STYRESAMANSETJING

Styret i Solund Idrettslag (SIL) har i 2018 hatt fylgjande samansetjing:

Leiar:	Irene Sanden
Nestleiar:	Kim Arnes
Sekretær:	Daniel Røed
Styremedlemmer:	Kent Inge Strand Stella Tomczuk Jørn Otto Olsen
Vara medlemmer:	Nina Engevik Kjell Mongstad Nina Bauge

Heidi Sanden har hatt kasserarvervet i Solund idrettslag. I tillegg er ho styret sitt levande leksikon. Ho har sete som kasserar i mange år, så mange år at vi ikkje har oversikten over kor lenge ho har vore. Tusen takk for den jobben du gjer og har gjort i så mange år, Heidi!

Styret konstituerte seg på andre styremøtet i 2018, etter årsmøtet, den 09.04.18. Praksissen med å kalle inn 1. vara til alle styremøter har blitt vidareført også i år, dette har vore Nina Engevik.



STYREMØTER

Styret har til saman hatt 4 styremøter i 2018, to på våren og to på hausten. På desse møta har ein totalt handsama 24 saker. Det har vore færre styremøter enn ein har hatt tidlegare år. Me ser at mykje av det som tidlegare vart planlagt og avtalt på møte kan avtalast på mail og planleggast utanom. Det er i tillegg enklare å få ut informasjon til medlemar, aktivitetsleiarar, badevakter på mail og ikkje minst facebook-sida vår som fungerer som ein viktig informasjonskanal.

På styremøta er det god stemning og alle i styret arbeidar for å finne gode løysingar til det beste for Idrettslaget.

ANDRE MØTER

- Dugnad på materialrommet 20. februar 2018.
- Planlegging av haustens aktivitetar for aktivitetsleiarar 21. august.

KURS

- Badevaktkurs laurdag 27.januar 2018 med instruktør Sonja Olsen.
- Merkekurs 27.-28.oktober i samarbeid med Ytre Sogn Turlag.
- Hjartestartarkurs med Stian Helgheim søndag 16. desember 2018 for hovudsakleg badevaktar og aktivitetsleiarar



ARRANGEMENT

- Svøm langt kampanjen 2018: Svøm deg til Kos januar-mars.
- Vinterkast 2017/2018 – Solund Sendebrettlaug
- Nattrunde på den nyetablerte 9-korgsbana 29. mars.
- Våryr -18, Sendebrettturnering den 2.april
- Sulemarsjen 1.mai i samarbeid med Ytre Sogn Turlag.
- Idrettsdag søndag 13.mai med idrettsmerkeaktivitetar og mosjonsløp.
- Fellestur til Fonnaheia med Sil si fjelltrimgruppe laurdag 19.mai.
- Stand på Solunddagen med hoppeborg og arrangørt av «Kanoløpet 2018» laurdag 25.august.



- Bokskiftetur til Losna søndag 30.september.
- Fellestur til den nye fjelltrimposten «På veg til Sognesjøhytta» onsdag 31.oktober.
- Nissemarsj og offisiell opning av Klatreparken torsdag 13.desember
- Sula Hula cup 26.desember



Nissemarsj og offisiell opning av Klatreparken på Luciadagen

TURAR/TURNERINGAR UTANFOR KOMMUNEN

- Vestkystcup (Handball) i Florø 5.-6. mai der vi tok med oss heim Fair play prisen!
- Vestkysttouren i Discgolf på Flaktveit/Fyllingsdalen 7.-8.april, Vestkysttouren Frekhaug 5. mai, Vestkysttouren på Bømlo 21.juli og deltaking Norgescupen på Flaktveit 2. juni.
- Gradering i Bergen for karategjengen 16. juni og 1.desember.
- Studietur til Førde for å sjå damelaget til Førde volleyballklubb spele proff volleyball 15. desember.





AKTIVITETER

SIL sitt fokus ligg på å gje eit godt og breidt tilbod av aktivitetar og arrangement for alle medlemmar. Aktivitetsnivået er høgt i Idrettslaget og timeplanen til Idrettsbygget er så og sei full. Det er ikkje mange dagar i året, dersom ein ser vekk frå skuleferiane, at det ikkje er aktivitet i Idrettslagets regi. Til og med i jula var det mykje aktivitet både 1. og 2. juledag med påfølgande dugnadsjobb 1. nyttårsdag.

Målet til SIL er å få flest mogleg i fysisk aktivitet, difor er lågterskelaktivitet viktig for laget, noko som logoen vår, badeanda, skal gje eit bilete på. Vi tenkjer det er viktigare å ha gode, varierte aktivitetar kvar veke enn mange forskjellige arrangement i løpet av eit år. Vi er svært takksame for alle aktivitetsleiarane som stiller kvar veke slik at vi kan tilby treningsaktivitetar til medlemmane våre. Vi vil rette ei ekstra takk til ringrevane som har stilt som aktivitetsleiarar i mange år! Dette er Ingvar, Jørn Otto, Sissel, og Kim! Tusen takk for alle timane de har ytt til Solund IL!

Faste aktivitetar Solund Idrettslag har hatt i 2018 er:

- Offentleg bading for alle (styret sin ansvarshavande: Stella Tomczuk)
- Bading for dei minste 0-3 år (Irene Sanden)
- Barneidrettskule/open hall 0-6 år (Mark Elvevåg fram til sommaren, Irene Sanden hausten 2018)
- Aerobic for ungdomsskulen/vaksne (Sissel Kråkås)
- Handball 4.-10.klasse (Jørn Otto Olsen og Lillian Herland)
- Volleyball 5.-10.klasse (Maciek Tomczuk, Tor Arne Hauge og Stella Tomczuk)
- Fotball frå 1.klasse og oppover så langt det er vilje til å spele fotball. (Daniel Røed, Line Tordal Førde, Gjertrud Lambrechts Trovåg, Kim Arnes, Jørn Otto Olsen, Ingvar Mårstig)
- Innebandy frå 6.klasse - vaksne (Renate Njøtøy)
- Yoga for ungdomsskulen/vaksne (Ingvill Storøy)
- Friidrett 5.-10.klasse (Nina Engevik).
- Crosstrening frå 6.klasse –vaksne (Hilde Moen Lamo og Ann Helen Kvamen)
- Karate for ungdomsskulen/vaksne (Thomas Frøyen)
- Sirkeltrening for alle fram til sommaren 2018 (Irene Sanden)
- Volleyball for ungdomsskulen/vaksne fram til april 2018. (Øyvind Bratland)

Det som er kjekt i år er at det har dukka opp fleire nye aktivitetar. I januar 2018 starta vi opp eit prøveprosjekt med volleyball for 5. -10. klasse. Det hadde vore nokre sesongar med labert oppmøte på volleyballtreninga for ungdomsskulen/vaksne. Vi ville sjå om det var større interesse for den litt yngre gruppa. Det var godt oppmøte i byrjinga, så dabba det litt av. Men etter ein tur til Førde der dei fekk sjå korleis proff volleyballspeling foregår har oppmøtet vore veldig bra. Dette er svært kjekt! Ein kjempe innsats gjort av Stella, Maciek og Tor Arne for å få dette i gong. Det siste året har ein også rusta opp volleyballutstyret. I vår gjekk vi saman med skulen og kjøpte nytt nettoppheng, i tillegg fekk vi mykje utstyr frå volleyballforbundet etter eit besøk no på nyåret 2019. Volleyballtreninga er på måndag kl. 18.30-20.00.

Ein anna aktivitet som starta opp vinteren 2018 var Crosstrening. Dette er styrketrening ved hovudsakleg bruk av eiga kroppsvekt. Denne aktiviteten heldt seg faktisk store deler av sommaren når dei andre aktivitetane tok sommarferie. I vår/sommar hadde ein fleire av



øktene ute. I utgangspunktet byrja ein med ei økt i veka, men no har ein auka til to økter og det er kjekt å sjå at dette er ein aktivitet som treff breidt, frå 6.klasse til godt vaksne, både kvinner og menn. Denne treninga er no tysdag og torsdag kl. 20.00.

Ein tredje aktivitet som starta opp vinteren 2018 var Karate. Det er Thomas Frøyen som trener denne gjengen og dei har allereie vore to gongar i Bergen til gradering. Denne treninga er no måndag kl 21.15 og tysdag kl. 21.00.

Offentlig bading (Ansvarshavande: Stella Tomczuk) og mosjonskampanjen «Svøm langt» er svært populær blant Sulingane, særleg dei yngste. Vi ser god effekt av symjekampanjen og at svømmeferdighetene til ungane blir betre. Stella har gjort ein god jobb som ansvarshavande for badinga der ho har laga badevaktlister samt arrangert både badevakt og hjartestarterkurser. Det er viktig for Idrettslaget å rekruttere nye badevakter. Vi har jobba målretta med å få med oss fleire på laget, og dei siste åra har vi klart å rekruttere fleire badevakter. Dette er viktig for å kunne halde bassenget ope og vi trur at badevaktene ser kor viktig jobben dei gjer er for særskilt dei yngste i Solund.

Utandørsaktivitet er også ein del av programmet til SIL. Fjelltrimmen (Ansvarshavande: Kari Einen) er godt besøkt av både medlemmar og ikkjemedlemmar. Det merkast at vi har oppretta ei fjelltrimgruppe, desse gjer ein fantastisk jobb med å merke både nye og gamle stiar. I oktober vart det arrangert merkekurs som vi søkte midlar om, og gruppa har invitert til ein del fellesturar.



Fellestur til Fonnaheia i mai



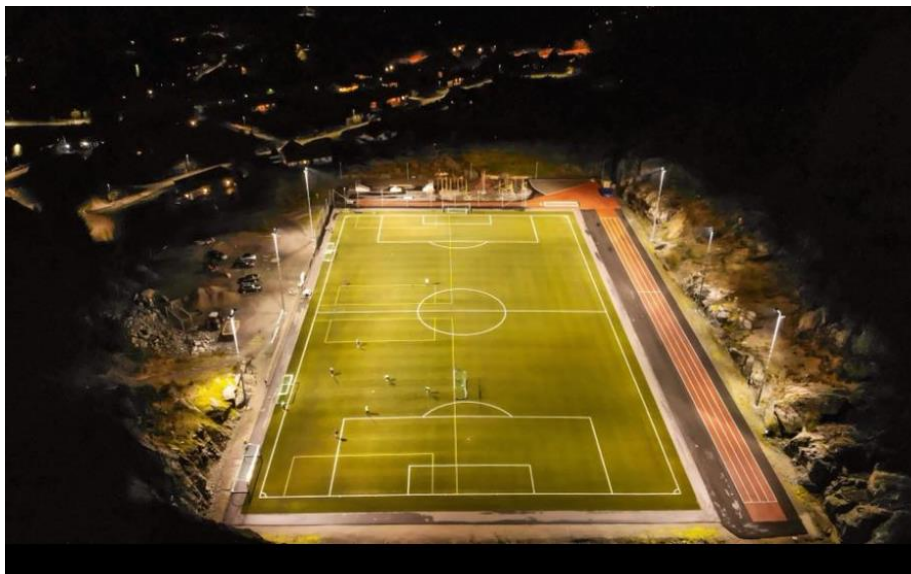
Solund Sendebrettlaug har hatt eit rolegare år enn dei siste åra etter nokre særdeles hektiske dugnads- og discgolfår. Treningar og uformelle konkurransar har vore meir sporadiske siste halvåret og den jamne registreringa av baneaktiviteten opphøyrd året før. Ein har likevel vore oppteken med å ferdigstille 18-korgs diskgolfbana i- og rundt Idrettsparken, reetablere 9-korgsbana rundt Idrettsanlegget, opning av diskgolfanlegget og Våryr-18 konkurransen. Kjekt å sjå at vi har fleire som har vore med på Vestkysttturen i Fyllingsdalen/Flaktveit, på Bømlø og på Frekhaug.

Det er kjekt å sjå at sjølv om (naturleg nok) nokre aktivitetsleiarar og badevakter sluttar, dukkar det opp nye! SIL har i 2018 fortsatt prøvd å ha fokus på aktivitetsleiarane og badevaktene og den flotte dugnadsinnsatsen desse gjer kvar veke.

SAKER OG PROSJEKT

Solund Idrettspark:

Byrjinga av 2018 var prega av mørke i Solund Idrettspark. I vintermånadane var det ikkje mogleg å ha fotballtrening fordi det var for mørkt på ettermiddagane. Men i mars såg vi lyset! Vi har gjort avtale med kommunen om at det skal vere lys på bana når det er behov for det kvar dag mellom kl.17.00-21.00 i perioden haustferien til 1. mai, i tillegg skal det vere lys så lenge det er fotballtrening på onsdag og søndag. Dersom vi treng lys utanom desse tidene (td. ved arrangement eller turneringar) må idrettslaget lage bruksmelding på det.



I sommar kom endeleg asfalten og spurtandekket på plass på delanlegg «Friidrett hopp og kast» og på begge sider av sprintbana. Det gjorde seg å få vekk grusen som låg til irritasjon og hinder innimellom, og vi har fått ferdig eit fantastisk flott friidrettsanlegg!

Vi håpte at Klatreparken skulle kome på plass til Solunddagen, men diverre vart det litt forseinkingar. Dette er vi blitt vande med, så vi var godt nøgd når vi kunne ta i bruk den flotte Klatreparken den 10.november. Den offisielle opninga tok ordførar og representantar frå Elevrådet i samband med Nissemarsjen på sjølvaste Luciadagen 13. desember. Ein flott dag og endå ein milepæl nådd i Solund Idrettspark.



Kiosk og vask av trimrom:

10. klasse har også i år stått for kiosk ved arrangement i idrettsbygget og den offentlige badinga på haustparten, i tillegg har dei vaska trimrommet kvar veke. Me takker for den gode hjelpa frå 10. klasse.

MEDLEMSTAL

Medlemstall pr 31.12.2018 er 244. Det vil sei at ca 30 % av Solund kommunen sine innbyggjarar er medlemar.

SÆRFORBUND

Solund idrettslag er medlem av fylgjande særforbund:

- Norges Svømmeforbund
- Sogn og Fjordane Symjekerins
- Norges volleyballforbund
- NAIF – Norsk Amerikansk Idretters Forbund

MÅL FOR 2019

Når vi no endeleg har fått på plass Solund Idrettspark med kunstgrasbane, friidrettsanlegg, 18-hols sendebrettbane, skatepark og klatrepark, er naturleg nok eit Idrettshus med garderobar, toalett, lager og oppgradert trimrom eit neste mål. Vi er svært glad for at dette er innarbeidd i kommunen sin økonomiplan og vi håper at vi skal klare å samle inn pengar til dette prosjektet saman med Solund kommune. Sjølv om dette er det viktigaste, store prosjektet til Solund Idrettslag framover skal ikkje dette gå på bekostning av drifta i laget.

Vi gler oss også til Sognesjøhytta kjem på plass forhåpentlegvis no i 2019. Her har nok vi ein jobb å gjere med tillaging og merking av sti.



Det er framleis eit lite område attmed Klatreparken som ikkje er heilt ferdig, vi håper at dette kjem på plass no i 2019.

Styret i SIL ynskjer å arbeide for å vidareføre det høge aktivitetsnivået og medlemstalet ein har i laget per i dag. Det er viktig med eit allsidig og godt tilbod til medlemmane. Det er svært viktig å ta vare på dei gode ambassadørane i Solund Idrettslag som stiller som aktivitetsleiarar, badevakter, styrerepresentantar og andre som gjer eit fantastisk frivillig arbeid i laget, samt rekruttere nye.

SIL betyr svært mykje for heile samfunnet i Solund. Aktivitetane og arrangement er alltid eit møtepunkt for store og små, men krev mykje engasjementet frå eldsjelenene i SIL. Vi kan vere stolte av det arbeidet vi gjer og dei aktivitetane vi skapar.

Sjå egne årsmeldingar for aktivitetar i Solund Idrettslag, ligg på solundil.no og SIL si Facebook side (blir også lagt ut i Idrettsbygget ved årsmøte).

Takk for godt samarbeid i 2018.

Hardbakke 10. mars 2019

*Irene Sanden
(Leiar SIL)*



På tomte til Sognesjøhytta