



Årsmelding for friidretten i Hareid 2023

Sindre Grønmyr Rise

Etter mykje jobbing for å få på plass nye styremedlemmar året før, hadde vi berre ei utskifting i 2023. Då Jan Endre Rise takka for seg etter to års innsats, kom Ingvild Grimstad Selvåg inn i hans stad. For 2024 må vi erstatte både eit styremedlem og leiar, i tillegg til at vi har ønske om å utvide styret til ein medlem til. Men den tid, den sorg. For sesongen 2023, var styret samansett på følgjande måte:

Leiar: Geir Sæther.

Styremedlem: Ingvild Grimstad Selvåg.

Styremedlem: Julianne Flø.

Styremedlem: Odd Erling Eriksen.

Styremedlem: Anna Klara Måseide.

Oppmann: Sindre Grønmyr Rise.

Gjennom sesongen har vi også hatt eit stort og godt trenarapparat, som har vore supplert frå førre sesong med Siv Anett Flø inn i yngstegruppa og Sara Lande Rise inn i eldstegruppa som kasttrenar. Trenarapparatet består av følgjande folk:

Eldstegruppa: Arill Larsen, Daniel Slettebakk, Roy Kenneth Husøy, Sara Lande Rise.

Mellomgruppa: Elisabet Grimstad Kirkebø, Tor Egil Rise, Torstein Nytnun, Thomas Dalsøren.

Yngstegruppa: Odd Erling Norheim Eriksen, Tobias Glockel, Siv Anett Flø, Inger Smidesang Holstad.

I løpet av vinteren tok fleire frå klubben dommarutdanning. Desse var Odd Erling Eriksen, Daniel Slettebakk, Olav Sindre Rise og Sindre Grønmyr Rise. Elles byrja Bjørg Bakke Holstad og Arill Larsen på utdanninga.

På utstyrssida fekk stadion ei ansiktsløfting før Hadarleikane i fjor, og fekk vidare utbetringar i år. Det vart kjøpt inn nye kastreiskap slik at det settet er heilt komplett, men hovudbetringa var ny sand til lengdegropene, slik at ikkje utøvarane skulle få sår av å hoppe i den knuste grusen som var der frå før. I tillegg vart kastburet fiksa etter stormen frå nokre år tilbake. Dette har dessverre ligge brakk sidan det. No gjenstend det berre å slipe ned underlaget i ringen som har for høg friksjon, og skaffe ei form slik at det kan kastast både diskos og slegge frå same stad.

Sportslege aktivitetar

På aktivitetsfronten starta året som alle andre år, med at vi kåra vinnaren av vinterkarusellen i Grimstadvatnet rundt. Dessverre var det ingen i seniorklassa som var med minst tre gongar. Men det kan nemnast både Jan Endre Rise (45-49) og Arnt Jarle Johansen (60-64) sankt 34 poeng i sine klassar. Årets karusell var, i alle fall ved eit par av løpa, plaga av dårlege forhold. Det tredje løpet var så glatt at alle sprang med broddar, men trass i eit par fall kom alle heilskinna igjennom. Det fjerde løpet hadde den kraftigaste motvinden i manns minne under løpet, men også denne var vel gjennomført. Elles fekk vi gratis reklame i Vikebladet-Vestposten under heile karusellen då Jorulf Myrene frå avisa deltok, og skreiv om sin kamp for å vinne si aldersklasse.

For våre unge, lovande starta sesongen med innandørs-KM i Ulsteinhallen i starten av februar. Her vart det som vanleg mange kretsmesterar, personlege rekordar og personlege framsteg for våre deltakarar. Idar Noah Åsmo vart kretsmester i G-12 60m og kule, Peter Olav Pilskog Bitocchi på G-17 60m og 200m, Eskil Bjørlykke Naustenet på G-17 800m, Jonathan Hansen Bjørlykke på G-11 200m, Sivert Høyvik Nyttun på G-11 60m hekk, Olav Naustenet på G-14 600m, Max Dimmen Alvestad G-14 kule, Hedda Selvåg Larsen på J-11 60m, 200m, kule og lengde, Synne Selvåg Larsen på J-14 60m, 200m og lengde, Ane Rise Brandal på J-16 høgde og høgde u. t. Borghild Oline Holstad på J-17 60m, 60m hekk, 200m og lengde, Julia Afanasieva Røyset på J-11 600m, Oline Krokeide på J-16 60m og Anna Maria Kostaris på J-16 lengde og lengde u.t.



Glade stafettvinnarar frå KM i Ulsteinhallen: Anna Maria Pilskog Bitocchi, Malene Auberg Nasset, Ane Rise Brandal og Borghild Oline Holstad.

I starten av mars vart det retur til Ulsteinhallen, då Dimna også hadde tatt på seg å arrangere innandørs-UM for året. Anna Maria Pilskog Bitocchi tok sølv både på 60m og 200m for J-15, medan Borghild vann 200m og tok sølv i både lengde og på 60m for J-17. Peter tok sølv på både 60m og 200m for G-17 og Ane Rise Brandal tok sølv i høgde for J-16. Elles tok jentene på 15-17 år sølv på 4x200-stafett.

Omsider starta også utandørssesongen med Ørstastafetten og Breimstafetten same helga i starten av mai, og vi siterer frå Ørsta-friidrett si facebook-side: «*Hareid IL har i lange tider vore gode til å springe. Det viste dei også på Ørstastafetten då dei tok gull og sølv i både jente- og guteklassane for aldersgruppene 11-14 år.*». Fleire av utøvarane vart med til den tradisjonsrike Breimstafetten dagen etterpå, der damelaget vann, og jentelaget vart nr. 3. Damestafetten var svært spennande der Anna Maria Kostaris henta inn Gloppen si leiing på si etappe og gav Malin Flø Husøy ei forsprang ho ikkje gav frå seg, og kunne springe Hareid inn til seier på si ankeretappe. Stafettane handlar også om meir enn berre å vinne, det er viktig for å bygge lagånd og samhald.

På reisefot

Første stemnet med reising var Framoleikane i på Fana stadion i midten av mai. Hit reiste ei lita gruppe av våre eldste utøvarar. Peter, Borghild, Anna Maria K. Anna Maria B. Synne, Malin, og Malene Auberg Nasset. Her kom det store framgongar, eit skred av personlege rekordar og treninga frå vinteren kom verkeleg til syne. Dette var kanskje også siste gongen alle var skadefri. Fleire av dei vart plaga med skader av og på gjennom heile sesongen.

Veka etter var det Dimnleikane på Høddvoll, der vi igjen stilte mannsterkt, og Synne kom over 1000 tyrvingpoeng på både 60m og 200m, og nesten i lengde. Borghild fekk tett opp under 1000 poeng på 100m og 200m.

Mot midten av juni reiser vi som vanleg til Molde for utandørs-KM, men denne gongen utan overnatting, då vi heller satsar på Veidekke som den sosiale turen. Dermed vert det to turar opp og ned denne helga, for fleire av oss. Peter vart kretsmester på 100m, 200m og 400m i G-17, Eskil på 800m G-17, Hedda på 60m, 200m, lengde og kule J-11, Julia på 600m J-11, Synne på 60m, 200m og lengde J-14, Ane i høgde J-16, Borghild på 100m, 200m og lengde J-17, Malin i spyd J-15, Malene på 200m J-16 og Anna Maria K. i lengde og spyd J-16. Under stemnet fekk også vår kjære eldsjel av ein trenar, Elisabet Grimstad Kirkebø, Friidrettens Venners kretspris som årets trenar for sin nesten 30 år lange innsats.



Glade hareidsdølar på Veidekkeleikane på Lillehammer.

Årets høgdepunkt for lagbygging var Veidekkeleikane i slutten av juni. Hit reiste til saman 25 vaksne og born, til noko som har vakse seg til eit svært populært arrangement på Lillehammer. Her kan ein matchast mot utøvarar frå heile landet på stadion, mens ein på fritida kunne vere saman med gode vener. Det kom også eit lite skred av personlege rekordar på denne raske bana. Ein nyvinning i år var at vi hadde investert i eit partytelt med påskrifta «Ikkje for å skryte, men vi er frå Hareid». Dette var eit samlingspunkt for fleire lag når sola var for sterk og når det skulle inntakast måltid. Turen er også subsidiert slik at den vert rimeleg for alle, og med dette ønskjer vi å signalisere at vi vil vere ei trygg hamn for barn og unge i Hareid, som ønskjer eit rimeleg tilbod for idrett.

Vi får ein landslagsløpar

Tidleg i juli kom vi til det som vi trudde skulle vere det sportslege høgdepunktet på elitenivå for klubben vår i år. Våre to mest lovande utøvarar skulle igjen få prøve seg mot senioreliten i Norge. Dessverre vart Peter skada, og kunne ikkje delta. Men det kunne Borghild, på tre distansar. Etter å ha persa seg i forsøksheatet på 100m, med 12.18, vart dessverre stopp i

semifinalen på den distansen. På 400m vart persen flytta to gonger, og enda opp på 55.81 og 5. plass i finalen. På 200m vart det også finale. Denne gong med 6. plass som resultat.

Lite visste vi at dette ikkje var toppen i år. I slutten av månaden vart Borghild uttatt på juniorlandslaget for Nordisk landskamp på Bislett. Som yngste løpar på i konkurransen vann ho 400m på ny pers igjen, 55.13. Og sprang ankeretappa på 4x400m stafett der det norske laget vann. Eit par veker seinare gjekk turen til junior-EM i Jerusalem. Her sprang ho 400m, som ein av dei yngste på distansen, på 55.41, og ut i forsøket. Men med mange minner og erfaringar rikare. I samband med landslagsuttaka vakna endeleg Vikebladet-Vestposten og laga framsidereportasje. Hovudpersonen sjølv var heilt uberørt, og møtte igjen på trening med laget som om ingenting skulle ha hend, medan andre kappast om å prise innsatsen.



Borghild på laget som vann 4x400m-stafett under nordisk landskamp for juniorlag på Bislett.

Heimatt til Hadarleikane

For breidda vår er kanskje vårt eige arrangement, Hadarleikane 20. august, høgdepunktet. 98 deltakarar samlast på Hareid stadion for fredeleg konkurranse. Dette var ein liten nedgang frå året før, men denne delen av kalenderen er overfylt av lokal og nasjonale stemmer, så vonar det vert fleire i 2024, med ei flytting til framst i kalenderen, i mai.

Denne utgåva gjekk mykje meir etter planen enn året før, etter alle erfaringane vi gjorde oss frå då. Nytt utstyr var kjøpt inn og lengdegropene hadde ny sand, som kom i hamn akkurat i tide til stemnet. Denne gongen hadde vi også fem eigne dommarar, som hadde tatt kurs i løpet av vinteren. I tillegg hadde vi kyndig hjelp frå Dimna med mannskap og utstyr. Rundt 30 frivillige foreldre og av friidrettens vener på Hareid stilte også opp og gjorde store og små oppgåver for å få arrangementet til å flyte.

Hautsesongen

I slutten av august var det duka for junior-NM i Sandnes. Borghild vart nr. 4 på 100m med tida 12.31, sju hundredel frå medalje. Medan det vart sølv på 400m, med 55.33. Anna Maria B deltok på 100m og 200m, der ho vart utslått omsynsvis i forsøket og semifinalen. Malene var utslått i forsøket på 200m. Anna Maria K vart utslått i kvalifiseringa i lengde. Peter drog til stemnet i håp om å verte skadefri til start, men kunne ikkje delta. Med dette viser vi at vi byrjar å få eit stort lag til nasjonale stemner.

Tidleg i september var UM på Fana stadion i Bergen. Her deltok Borghild, Anna Maria K, Anna Maria B og Malin. Medan Malene og Peter ikkje vart skadefri til startskotet. Dette viser litt den store reiseaktiviteten denne sesongen. Med denne store eldstegruppa krev det mykje av trenarane både når det gjeld kompetanseheving, reising og tidsbruk.

Midt i oktober vart det tradisjonsrike Snipsøyrvatnet rundt arrangert der Jan Endre Rise vann herreklassa på 44:55. Beate Helseth vann dameklassa på 64:06. I år med berre 14 deltakarar trass i eit nydeleg ver.

Sparebanken Møre leikane i Ulsteinhallen avslutta sesongen i slutten av november, der vi som vanleg stilte med ei stor tropp av store og små.

Sosiale aktivitetar og pengeinnsamlingar

I år har vi hatt eit spesielt fokus på det sosiale også rundt konkurransane og stemna. Fire gonger i løpet av året la vi til rette for at utøvarane kunne ete næringsrik kveldsmat. To gongar i Basishallen, ein i Ulsteinhallen og ein på klubbhuset.

Årsfesten vart teke opp igjen etter å ha ligge brakk i mange år. Forhåpentleg vert dette noko vi fortsett med. I samband med dette arrangerte vi ei internstemne. På sjølv festen var det kakespising, konkurranse og premiering av utøvarane. Trenarane fekk også ei merksemd, spesielt dei som har vore aktive i tre tiår, nemleg Elisabet Grimstad Kirkebø og Arill Larsen.

Vi håper at desse initiativa skal vere med på å styrke fellesskapen i gruppa, og forhåpentleg rekruttere fleire til friidretten.



Sosial kveldsmat på klubbhuset etter trening.

For å drive klubben krevst det også at det samlast inn pengar, også utover kontingentar og sponsorar. Dette har vi med stort hell kombinert med sosiale møte både for utøvarar, trenarar og foreldre. Så i løpet av året har vi arrangert i pizzalotteri der utøvarane var køyrde rundt om i kommuna i eit øsande regnver, men like blide. Elles var foreldre og trenarar vakter under Seinsommarfesten i Hareid og vi dreiv med strandrydding i Hjørungavåg-området.



Strandrydding på Overåsanden, med båthjelp.

Økonomi

Økonomisk har dei fleste år vore sunne fram til no, men for denne sesongen vart plutselig økonomien ganske anstrengt. Vi har framleis pengar i kassa, men denne reserven vart betydeleg redusert. Det er fleire grunnar til det. Generelt har høgare renter og prisar gjort alt arbeid i landet vanskeleg, men i tillegg lanserte vi ei ambisiøs satsing der dei beste utøvarane våre skulle få 10 000 kroner i tilskot, det vart kjøpt inn nye trenings- og konkurranseklede og vi starta ei ordning der trenarar som reiste langt og måtte ta frå eigne middel og feriar for å dekkje inn, skulle kompenseras.

Sparebanken Møre sponsa oss med 80 000 kroner til dette arbeidet, men dette var ikkje nok til å dekkje den store auken i utgifter, og vi har derfor jobba mykje med å få meir støtte frå sponsorar, hovudsakleg Sparebanken Møre.

Aktivitetar i avdelingane

Yngres

Har i år, som tidlegare år, hatt treningstid i Hareidhallen tysdagar 17-18 i innesesongen frå september til mai. Sommarsesongen har hatt same treningstid på stadion. Frammøtet ligg stabilt på rundt 20 kvar gong, med størst oppmøte for dei aller yngste. 2017-kullet er like stort som 2015 og 2016 tilsaman. Satsinga framover må vere å halde på dei yngste aktive slik at vi kan overlevere eit bra kull til mellomtrinnet om eit par år. Treningane har etterkvart funnet ei god form, og vi merker at ungane i stor grad er kjent med kva som skal skje, noko som gjer det lettare å halde på merksemda og fokus. Det merkast også at vi har fått ei større og stabil gruppe av vaksenleiarar. Den siste tida har teamet bestått av Inger Smidesang Holstad, Odd Erling N. Eriksen, Siv Anett Flø og Tobias Gockel. I tillegg har vi fått bistand frå ein del foreldre som stiller som 'vikarar' ved behov. Vi takkar Ina Velsvik og Cathrin Elvanes, som gjekk ut før denne sesongen, for innsatsen.

Mellomgruppa

Denne sesongen har dei fire trenarane Elisabet Grimstad Kirkebø, Tor Egil Rise, Torstein Nyttun, Thomas Dalsøren, hatt ca. 20 aktive utøvarar til to treningar i veka. Basistrening på mandagar og teknisk trening onsdag, med jamt godt oppmøte. 8 nye kom inn i gruppa i august, medan tre gjekk over til eldstegruppa. Også høg deltaking på stemner. Som for mange andre var Veidekkelekene det viktigaste arrangementet for samhald og for vidare rekruttering.

Nivåskilnaden er ei utfordring i denne gruppa. Mange av dei eldste har både vilje og kapasitet til å trene hardt og meir teknisk, medan dei yngste verken kan eller bør gjere det. Er ei utfordring å leggje til rett for alle samstundes som ein skal sikre eit godt miljø i gruppa. Viktig å få inn nye medlemmar, både gjennom naturleg opprykk frå minstegruppa, men og ved rekruttering utanfrå.



Samhald i yngstegruppa.

Eldste

Gruppa har eigentleg 21 medlemmar, men ikkje så mange møter fast på trening. Måndags-, tysdags- og fredagstreningane har vanlegvis ca. 8 utøvarar, medan onsdagstreninga har 10-15. Gruppa hadde ein veldig god start på konkurransesesongen med Dimna- og Framoleikane, KM og Veidekke. Veidekke og Framo var kjekke stemne, med overnatting, som styrka fellesskapen. I oppkøringa til sesongen vart det lagt ned meir trening, også systematisk styrketrening i vektrommet i Basishallen. Stafettane som kom med i år, var også eit veldig positivt innslag i gruppa, der utøvarane fekk bryne seg på litt lengre distansar enn dei vanlegvis gjer.

Vi har også tre utøvarar som presterer på landsnivå. Med Borghild på juniorlandslaget og Synne og Peter med årsbeste plasseringar i sine klassar. Sesongen var elles dessverre avgrensa av ein del skadar på fleire utøvarar. Likevel har dei jobba tolmodig med alternativ trening for å kome tilbake frå skade, både i styrkerommet og i bassenget.

I kastøvingar var det veldig bra å få med Sara Lande Rise og Roy Kenneth Husøy som kasttrenarar. Kastarane våre sette fleire personlege rekordar. Langdistanseutøvarane trena jamt og trutt, og viser stor framgong. Dette store spennet i forskjellige øvingar, i alt frå sprint, langdistanse, hekk, hopp og kast, krev mykje planlegging frå trenarane si side.

Nye rekordar

Følgjande kom seg inn på Topp 10 lista i klubben gjennom alle tider i løpet av sesongen, eventuelt betra plassen sin på lista (plassering på lista framst):

Gutar:

60m	2. Peter O. P. Bitocchi	7.11
100m	3. Peter O. P. Bitocchi	11.00
200m	3. Peter O. P. Bitocchi	22.15
400m	4. Peter O. P. Bitocchi	50.81
600m	7. Eskil Bjørlykke Naustenet	1:37.5
Stav	6. Jørund Vatne Eriksen	1.70

Jenter:

60m	1. Borghild Oline Holstad	7.85
60m	2. Synne Selvåg Larsen	8.04
60m	7. Anna Maria Pilskog Bitocchi	8.48
60m	8. Erle Grimstad Kirkebø	8.57
100m	1. Borghild Oline Holstad	12.18
100m	2. Synne Selvåg Larsen	12.59
100m	10. Anna Maria P. Bitocchi	13.22
200m	1. Borghild Oline Holstad	24.90
200m	2. Synne Selvåg Larsen	25.63
200m	9. Anna Maria Pilskog Bitocchi	27.06
200m	10. Malene Auberg Nettet	27.07
400m	1. Borghild Oline Holstad	55.13
400m	7. Anna Maria Kostaris	1:01.51
Høgde u.t.	4. Ane Rise Brandal	1.23
Lengde	6. Synne Selvåg Larsen	5.21
Lengde	9. Anna Maria Kostaris	4.99
Lengde u.t.	10. Anna Maria Kostaris	2.24

Følgjande slo aldersbeste klubbrekordar i si klasse denne sesongen.

Gutar:

60m G17	Peter O. P. Bitocchi	7.11
100m G17	Peter O. P. Bitocchi	11.00
200m G17	Peter O. P. Bitocchi	22.15
400m G17	Peter O. P. Bitocchi	50.81

Jenter:

60m J17	Borghild Oline Holstad	7.85
100m J17	Borghild Oline Holstad	12.18
200m J17	Borghild Oline Holstad	24.90
400m J17	Borghild Oline Holstad	55.13
60m hekk J17	Borghild Oline Holstad	9.49
Kule 3 kg J17	Borghild Oline Holstad	10.19
300m hekk J16	Anna Maria Kostaris	47.13
Høgde J16	Ane Rise Brandal	1.50
Slegge 3 kg J15	Malin Flø Husøy	29.78
100m J14	Synne Selvåg Larsen	12.59
200m J14	Synne Selvåg Larsen	25.63
Lengde J14	Synne Selvåg Larsen	5.21
Spyd 400g J13	Tiril Grimstad Kirkebø	25.13
Slegge 2 kg J13	Tiril Grimstad Kirkebø	24.48
60m J11	Hedda Selvåg Larsen	8.83
200m J11	Hedda Selvåg Larsen	29.06
60m hekk (68cm) J11	Julia Afanasieva Røyset	11.52
Lengde J11	Hedda Selvåg Larsen	4.42