

# Årsmelding for idrettslaget Føyk 2013



## *Laget har hatt desse tillitsvalte ;*

Leiar	Geir Olav Guddal
Nestleiar	Eivind Myklebust
Kasserar	Håkon Brattespe
Skrivar	Brit Sexe Ulriksen
Styremedlem	Anve Tveit (friidrettsrepresentant)
	Ridvan Dalkilicoglu ( Fotballkontakt)
	Amy Henricson
Ungdomsrepresentant	Ingeborg Anna Troland Aga
Idrettsmerkenemd	Grete Børve
Valnemd	Gunnbjørg Midtbø
	Kari Svåsand
Revisor	Torill Sandstå

Me har hatt 7 styremøte i idrettsåret 2013

Geir har delteke på årsmøte til idrettsrådet og IL Harding. Han har og vore på eit fellesmøte for lokallaga og IL Harding. Brit og Geir var på møte med Ullensvang herad om bruken av lokala i Sekse Barnehage. Geir har representert Føyk på diverse møter med Indre Austsio Grannalag

## ***Medlemmer***

Registrerte medlemmer 2013: 185 ( I 2012 var der 176 registrerte medlemmar)

Vaksne: 100 (av dette 3 støttemedlemmar)

Ungdom: 50

Born: 35

## ***Økonomi***

Økonomien til laget er god. Me hadde 9 nye medlemmer som gav auka medlemspengar. ”Grasrotandelen” frå Norsk Tipping er no den største inntektskilda i Føyk. Føyk har investert mykje i 2013 då det meste av treningsutstyret vart med til Opedal Skule. Kan nemna nye matter, hockekøller, baller, trebenker etc. Føyk har vore aktive i arbeidet med brua og har fått tilskot frå fylkeskommunen for dette arbeidet og frå gjensidigestiftelsen pga innkjøp av utstyr. Syner elles til rekneskapet v/kasserar Håkon

# Treningstilbod i sesongen 2013-2014

Me har hatt og har eit variert treningstilbod for dei fleste aldersgruppene.

**Idrettsskule/treningar** for 1.- 3. klasse, 4.- 7. klasse og 8. -10. klasse. Aktivitetar som turn, ballspel, badminton, skøyter, friidrett, dans og volleyball.

Turntreningane er gjennomført i samarbeid med Tyssedal idrettslag i Tyssohallen.



Det har vore bra oppmøte på treningane.

Ansvarlege for desse treningane har vore positive eldsjeler, foreldre og styrerepresentantane. Spesielt kjekt at me har fått med nye trenarar i år og at Sigurd Solheim og Olav Guddal framleis er trenarar. Dei var på trenarkurs i Bergen hausten 2012.

Styret meiner denne delen av drifta til Føyk er sentral og oppmodar alle om å støtta opp om dette ved å motivere barna og ved å stille opp som medhjelpar eller trenar.

**Dansetrening:** Ingeborg-Anna Troland Aga hadde dansetrening for 6 klasse til 19 år 1. halvår 2013. Dei har vore frå 8-10 stk på treningane. Ho flytta vekk på skule og treninga gjekk ut. Føyk har ikkje fått noko respons frå medlemmane på denne avgjersla

**Badmintontrening:** Geir Guddal har hatt badmintontrening fredagane noko sporadisk, men jevnleg 2. halvår 2013.

**Småbarnstrening;** Gro Tveit og Brit Ulriksen har hatt trening kvar måndag for barnehageborna. Starta opp hausten 2013 og det har vore veldig godt oppmøte frå 10-15 born. Aktivitetstypen, fri leik og songleikar

**Dametrim;** Gunnbjørg Midtbø har vore trenar. Innebandy etterfulgt av sirkeltrening. Godt oppmøte 1. halvår. Hausten 2013 starta bodypump med treningstid same dag som dametreninga. Dette har gått utover oppmøte på dametrimmen og treninga er blitt redusert med ein halv time til 1 times varighet. Det er ynskje frå begge grupper å ha same treningsdag så me oppfordrar alle damer som ikkje trenar bodypump til å gå på dametrimmen.

**Bodypump;** Ny aktivitet i FØYK som vart starta hausten 2013. Kristin Holsen Børve har vore trenar. Eit gjennomsnitt på 10 stk og 18 års aldersgrense. God styrketreninga der deltakarane har sjølve kjøpt inn treningstenger. Føyk har kjøpt treningsmatter

**Gubbatrim;** Petter Ulriksen har hatt denne treninga. Ballspel og styrketrening. Her er det plass til fleire.

**Trim Turgåring;** Føyk delte ut refleksvester til alle medlemmane hausten 2013 og samtidig starta Anve opp med tur kvar onsdag kl 19.00. Dei har vore frå 1-6 stk som har gått frå Grannatun og omkring Sekse for å trimma og ha det sosialt. Tilbodet vil halda fram og Anve har tru på at endå fleire vil koma til. Passer for alle.

### **Treningstider:**

For oppdatert treningsoversikt sjå Føyk side på facebook. Den heng og på grannatun og ved inngangen til garderoben. Vart sendt ut hausten 2013 med skuleelevane også.

**Fotball:** Føyk, UTIL og Kinsarvik IL samarbeider på tvers av laga når det gjeld fotballtrening og fotballturneringar. Dette gjeld alle aldersgrupper. Treningane føregår på Hordatun. Alle laga stiller som "Harding" med ulike alderstrinn for å skilje mellom alle laga. Føyk IL har vore representert i alle årsklassar denne sesongen og. Føyk bidreg og godt på trenar sida og med aktive foreldre elles. Fotballgruppa har delteke i bl.a fjordaserien for dei minste, Tyssocup og Eidfjordcup.

### **Friidrett**

Det har vore lite med friidrett dette året. Det har ikkje vore innmeldt noko hoppstemne u.tilløp frå friidrettsgr. i IL Harding til kretsen . Heradsmeisterskapet i hopp u.tilløp har heller ikkje vorte Arr. Friidretten vil nok merka saknet etter Inge Kristoffersen som var ein føregangsmann innan friidretten. Stemner som er arr. i heradet er Blømingmila og Munketrappene opp.

# Liatraven 2013

Følgjande 22 personar gjennomførte alle fem turmåla til idrettslaget Føyk i 2013:

Namn	Poeng	Antal år
Jorunn Børve	313	3
Iren Lunde Knutsen	307	2
Geir Olav Guddal	253	3
Siri Husevold	246	3
Trond Steine	226	4
Eivind Sekse	197	3
Jorunn Sekse	189	6
Helga Sandven	182	2
Hilde Underdal	162	Kopp!
Einar Børve Guddal	158	2
Odd Sveinsgjerd	156	6
Sarah Holsen Børve	138	Kopp!
Bjørn Hovland Børve	130	Kopp!
Stig Hesjedal	121	2
Anne Grete Midtbø	120	2
Sigbjørn Guddal	102	Kopp!
Signe Lise Børve	100	Kopp!
Beneš Ondra	90	Kopp!
Vit Šákr	90	Kopp!
Arne Guddal	86	Kopp!
Eirik Hove Sekse	86	Kopp!
Eirik Røynstrand	82	Kopp!

Vinnar av vaksenklassen vart Jorunn Børve med 313 poeng.

I barneklassen vann Einar Børve Guddal med 158 poeng.

Totalt vart det funne 1268 innskrivingar i bøkene for 2013.

I alt 10 personar hadde alle turmåla for fyrste gong og Føyk medlemmer får kopp til odell og eige.

Me minner om at Føyk også fører statistikk over fleire år. Planen er å gjere stas på trufaste travarar ved oppnådde runde tal.

Føyk minner også om at dei som vil kan få årstallet inngravert i koppen for kvart år ein har alle turmåla, lever i så fall koppen inn til styret.



# Arrangement

## Trimkarusell;

Alle 3 løp var på Sekse 23, 27 mai og 02 juni.

Det var 33 born i snitt på dei tri dagane. Siste dagen avrunda me med grilling og då var det 37 born. Premie til dei som har delteke på 2 av 3 løp. Premien i år var medaljer. 35 stk fekk premie

**Kajak** Føyk arrangerte introduksjonskurs i padling av havkajak 21. mai.

Instruktør var Anbjørn Høivik som er utdanna aktivitetsleiar etter våttkortopplegget og 12 stk deltok. Kurset varte ca. 3 timar. Hovudfokus var tryggleig, berging og utstyr. Det vart mindre tid til padleteknikkar. Alle gjennomførde kurset med glans og klarte den avsluttande testen med å gå rundt i kajakken og ned i det kalde sjøvatnet.



## Kveldsmattur

Ny aktivitet for dei minste med to turer i september. Ein til Valborg si bålpanne opp i Lia ved Sjur og ein til skjeret ved Børve fruktlager. Knallver og kjekk aktivitet med grilling. I snitt 7 vaksne og 10 born.



## **Skidag** Håradalen-Dyrskarheii- Seljestad

07 april samarbeid mellom Føyk og 4 H. Det deltok 9 vaksne og 13 born. Dei tok trekket opp og gjekk via Dyrskarheii ned til Seljestad. Føyk betalte heisutgiftene.

Turen er omlag 15 km lang, men er lett då det hovudsaklet er flatt eller nedoverbakkar frå utgangspunktet vårt på toppen av skitrekket. Turen var frå 4.klasse og oppover



## **Idrettsmerke**

Føyk har prøvd å få auka fokus på idrettsmerke i 2013. Grethe Børve har vore ansvarleg og det var 9 stk som tok idrettsmerket. I 2012 var det berre 2 så ei god utvikling. I 2014 vil ein starta opp tidligare i håp om å få endå fleire med

## **Skøyter**

I byrjinga av 2013 hadde me nokre veker med god skøyteis og stor aktivitet, både organisert og uorganisert. På slutten av året var det mildver og ingen skøyteaktivitet. Helge Hauso er skøyteansvarleg og han og fleire er klare til å sprøyta is når kulda kjem.

## **Brua**

Arbeidet med å laga ny bru over storelva starta aug 2012. Alt grovarbeid vart gjort denne hausten. Det vart laga tilførselsveier på begge sider. Rydding av skog, nytt gjerde, samt fester til bru-stolpane. Arbeidet vidare vart utført til våren 2013 pga. kulde og islagte vegar og var ferdig til sommarferien. Det har vore 22 menn som har vore med på dugnaden. Me har brukt 331 timar. Gaute Sekse og Anve Tveit har vore organisatorar. Tusen takk til alle som har bidrege.

## **Diverse**

Hausten 2013 delte FØYK ut refleksvester til alle medlemmene. I tillegg delte me ut eit spørjeskjema vedr kva trening ein ynskjer og kva ein kan bidra med. Ok svarprosent.

Føyk har innhenta politiattester for alle trenarane i idrettskulen. Alle trenarane får nå Føyk t-skjorte. Desse er løpande til sals om nokon ynskjer å kjøpa.

Føyk har montert kodebasert nøkkelboks ved jentegarderoben på barnehagen. Det gjorde organiseringa av nøkler betrakteleg betre.

Føyk har teipa og merka badmintonbane i gymsalen.

## **Info**

Føyk har e-post adressa [foykil@gmail.com](mailto:foykil@gmail.com). Denne sjekkar skrivaren i laget, send gjerne e-post. Føyk finn du og på facebook og på nettsida [www.indreaustsio.no](http://www.indreaustsio.no).

Sekse 19. januar 2014

Skrivar Føyk,  
Brit Sexe Ulriksen