

# Årsrapport 2021 – løpegruppa

## ÅRSMØTET 2022



### Organisering

Leder	Andreas Tinglum
Nestleder	Hanne Vigander
Arrangementsansvarlig	Marius Saasen Strand / Kjetil Throndsen (til sommeren)
PR-ansvarlig	Martin H. Andresen
Treningsansvarlig	Ingve Nasvik

Styret har avholdt 4 ordinære styremøter i 2021. I tillegg har styret hatt løpende diskusjoner og avklaringer på epost og andre kanaler.



Over: Andreas Tinglum tok på seg speakeroppgaven under Ryeløpet og heiet deltakere inn til mål med stor innlevelse og engasjement. Foto: Kenneth Antonsen.

Under: Ryeløper Axel Walø under Ryeløpet. Foto: Kenneth Antonsen.



Over: Blide deltakere i klubbmesterskapet.

Under: Dugnadsdeltagere fra løpegruppen under Ryeløpet, Ingard Madsen og Solgunn Marita Tverfjell ga årets gjennomføring tomme opp. Foto: Kenneth Antonsen.



## Økonomi

Gruppens økonomi er hovedsakelig knyttet opp mot Ryeløpet. I 2021 arrangerte vi Ryeløpet på høsten, da det ble åpnet for mindre arrangement. Med Covid-støtte fra staten gikk arrangementet med et lite overskudd.

Gruppen ivaretar klubbens tilknytning til Friidrettsforbundet og Skiforbundet, slik at Ryemedlemmer kan løse lisens hos disse.

Gruppen har ikke hatt betalte trenere eller gitt støtte til andre aktiviteter dette året. Individuell aktivitet har i sin hovedsak vært dekket av gruppens medlemmer, med unntak av tre deltakeravgifter i løp fakturert direkte til klubben.

## Arrangementer og aktiviteter

### Medlemsmøte:

Gruppen hadde et digitalt medlemsmøte i januar 2021 med Ingrid Kristiansen som innleder. Det samlet god deltakelse. Det har ikke vært mulig å gjennomføre fysiske møter gjennom året.

### Følg med på hva som skjer:

Løpegruppa forsøker å dele alt som skjer i gruppa på Ryes nettsider og siden «Sk Rye Løpegruppa» på Facebook. Følg den siden om du ønsker å se hva som skjer i løpegruppa: <https://www.facebook.com/SkRyeLopegruppa>

En god del medlemmer i Rye har også laget en egen gruppe der det innimellom tas initiativ til felles treninger eller reise til løp. Her ønsker vi også alle velkommen til å ta initiativ eller slenge seg med på en hyggelig økt «SK Rye treningsgruppe for løpere»: <https://www.facebook.com/groups/159727614700613>

### Treningstilbud:

Gruppen har gjennom 2021 hatt treningstilbud i de periodene det har vært tillatt etter smittevernreglene. Normalt har vi tilbud om intervalltrening tirsdager kl 1800 på sommeren og 1930 på vinteren, en felles rolig tur torsdager kl 1800 og en felles langtur fra Langsetlokka lørdager kl 0900. Intervalltrening foregår innendørs på Bislett i vintermånedene, i Frognerparken ellers i sesongen. Oppmøtetid på intervalltreningene ble fra høsten 2020 flyttet fra kl 1900 til 1800.

**Ryeløpet:** Den 20. utgaven av Ryeløpet skulle vært avholdt i mai, men ble flyttet til 14. september. Totalt var det 65 deltakere, noe som er ok tatt i betraktning kort tid fra kunngjøring til gjennomføring. Arrangementet ble svært vellykket.

**HK-stafetten:** Rye hadde plan om å stille lag, men stafetten ble avlyst.

**Deltagelse i løp:** Også i 2021 ble mange løp avlyst, men det ble heldigvis mulig å delta i noen løp. Størst Ryedeltakelse var det i Oslo Maraton med 14 deltakere totalt på 10 km og halvmaraton.

Vi har gjennom året forsøkt å få omtalt Ryeløpere i aksjon på nettsidene og «SK Rye Løpegruppa» på Facebook. All ære til dem som representerte klubben i nok et år som var krevende også for løpere.