



INNKALLING TIL ÅRSMØTE I MJØS-O

Tid: Mandag 16.november 2020 kl. 18:00

Sted: Digitalt møte på Teams. Møtelink blir sendt direkte til e-postadressene til de påmeldte i forkant av årsmøtet.

Vi ber om at klubbene møter på årsmøtet med 2 deltakere fra hver klubb, hvis det er mulig. Gjerne leder/nestleder i klubben og Mjøs-O kontaktpersonen. Hver klubb har 1 stemme ved stemmegivning.

Saksliste:

1. Godkjenne møteinnkalling og saksliste. Velge møteleder og sekretær. Velge 2 stk. til å underskrive protokollen.
2. Årsmelding år 16 (2019/2020) Styret presenterer.
3. Regnskap 2020
4. Aktiviteter for Mjøs-O 2021, tydeliggjøre ansvar og fordele arrangement
 - Forslag til arbeidsfordeling mellom arrangørklubb og Mjøs-O i Nammo-cup
 - Nammo-cup 2021, tildele arrangementer
 - Forslag til innhold i hovedansvarsrollen på NM og Norges-cup-reiser
 - Forslag til arrangementsfordeling NM/NC/Tiomila sesongen 2021
 - Forslag til ansvar for bedrifts-o-løp sesongen 2021
 - Forslag til samlinger våren 2021
5. Budsjett 2021
6. Unionsmatchen 2021 Mjøs-O
 - Infosak
7. Dele ut gavekort til utøvere som har utmerket seg gjennom sesongen 2020
8. Valg v/valgkomiteen
 - a) Styret
 - b) Valg av valgkomite
 - c) Valg av revisor
9. Avtakke styremedlemmer

Det har vært anledning til å komme med forslag til saker. De måtte være styret i hende innen 2. november. Ingen innkomne saker.

VELKOMMEN TIL ÅRSMØTET

Hilsen styret i Mjøs-O



Årsrapport 2019-2020 (år 16)

1.11.2019-1.11.2020

Mjøs-O er et prosjekt i Mjøs-området for å få flere og mer aktive orienteringsløpere under 20 år.

Mjøs-O er organisert og finansiert av disse klubbene i Innlandet: Gjø-Vard OL, Lillehammer OK, Snertingdal IF Orientering, OL Toten-Troll, Ringsaker OK, Hamar OK, OL Vallset-Stange, Vang OL, Elverum OK, Løten OL og Hadeland OL.

Hovedmål

Flere og mer aktive o-løpere i Mjøs-regionen!

Delmål

1. Ungdomsarbeid 13-20 år

- Mer aktivitet arrangert av Mjøs-O for ungdom.
- Stimulere klubbene til å åpne opp treninger for andre Mjøs-O klubber sine ungdommer.
- Jobbe for større rekruttering under 13 år, O-troll-leirer, arrangementer etc.

2. Klubb- og arrangementsutvikling

- Utvikle og stimulere eksisterende klubbaktivitet i Mjøsregionen.
- Utvikle og opprettholde gode arrangementer for ungdom i regionen, spesielt Nammo Cup.
- Jobbe for spennende og nye arrangementsformer.

3. Sponsor og informasjon

- Opprettholde og jobbe for å engasjere nye sponsorer.

Bemanning

Mjøs-O har siden prosjektet ble fullfinansiert av Mjøs-O-klubbene, hatt én eller to deltidsansatte. Fra 1. august 2019 og frem til 30. november 2020 har Ludvig Rødnes 35 % stilling som aktivitetskoordinator, deretter går denne over på timebasis. Erik Hasli hadde 5 % stilling som økonomiansvarlig fram til 30. november 2019. Nils Harald Staff tok over denne jobben 1. januar 2020.

Styret 2019/2020 besto av

Gunn Elin Rudi (styreleder), Astrid Kravdal (styremedlem), Øyvind Ranestad (styremedlem), Solveig Sørlien Stenberg (styremedlem) og Eskil Frøisland (ungdomsrepresentant).

MÅLOPPNÅELSE

1. Ungdomsarbeidet

Samlinger 2019-2020

| Tid | Sted | Arrangør | Innhold | Deltakere |
|---------------------|-----------------------|-----------------------|--|-----------------|
| 8.-10. november | Borås, Sverige | Mjøs-O | O-event, Per Olav Andersen, Audun Fingarsen, Ludvig Rødnes | 17 + 3 |
| 27.-29. mars | Tjøme | OL Toten-Troll/Mjøs-O | Vårsamling 13+ | Avlyst covid 19 |
| 18.-19. april | Einarbu | Mjøs-O | Barn, ungdom, voksne | Avlyst covid 19 |
| 1.-3. mai | Upplands-Bro, Sverige | Mjøs-O | 10-mila | Avlyst covid 19 |
| 22.-24. mai | Reinsvoll | Mjøs-O/kretsen | Unionsmatchen | Utsatt covid 19 |
| 31. juli- 4. august | Lørenskog | Østmarka/NOF | Hovedløpet/OLL (løpere) | 20 |
| 12. august | Lillehammer | NTG/åpen Mjøs-O | O-teknisk hardøkt | 3 + NTG elever |
| 2. september | Lillehammer | NTG/åpen Mjøs-O | Sprint-intervall | 1 + NTG-elever |
| 5.-6. september | Budor | Løten OL | Nammo-samling (løpere) | Avlyst covid 19 |
| 16.-18. oktober | Skien | Mjøs-O/NTG | Ungdom (15+) | 20+5 |
| 24. oktober | Raufoss | Mjøs-O | Dagssamling ungdom 12-16 år (Innlandet) | 8 |
| | | | | |

Ukesopplegg våren 2020

| Tid | Sted | Arrangør | Innhold | Deltakere |
|--------|----------------------|----------|--|-----------|
| Uke 16 | Stavåsen (Elverum) | Mjøs-O | A-løype på vanlig kart og kurvekart, C-løype | |
| Uke 17 | Moskogen (Ringsaker) | Mjøs-O | Postplukk og C-løype | |

| | | | | |
|--------|---|--------|--|--|
| | + Engsmarka (Toten-Troll) | | Korridor med retningsløping | |
| Uke 18 | Mosjømarka (Løten) + Hamar sentrum | Mjøs-O | A og B/C mellomdistanse Sprint Ungdomsmøter i Teams (11-14 år og 15-20 år) | |
| Uke 19 | Fossmarka (Ringsaker) | Mjøs-O | Korridor/skråli, A og B/C-opplegg | |
| Uke 20 | Vind (Gjø-Vard) Lillehammer sentrum | Mjøs-O | Mellomdistanse, A og B/C-løype Sprint Ungdomsmøter i Teams (11-14 år og 15-20 år) | |
| Uke 22 | Vesterås (Gjø- Vard) Hamar | Mjøs-O | Mellomsdistanse, A og B/C-løype Sprint Ungdomsmøte i Teams (11-14 år) | |
| Uke 23 | Birkebeiner skistadion (Lillehammer) | Mjøs-O | Postplukk og korridor, A og B/C- løype | |
| Uke 24 | Lygna (Hadeland) Brumunddal (Ringsaker) | Mjøs-O | Mellomdistanse, A og B/C-løype Sprint | |
| Uke 25 | Budor (Løten) | Mjøs-O | Linjeorientering og korridor | |

Kommentarer

Som alternativ til samlinger og utsatte Nammo-cup-løp pga covid 19, ble lagt til rette for individuelle og varierte treningsopplegg i ulike Mjøs-O-terreng våren 2020. Livelox ble brukt for påfølgende gjennomgang av løyper via Teams. Teams-møtene ble delt i to grupper etter alder/nivå på gjennomført økt. I tillegg til dette har flere av klubbene delt sine treningsopplegg, noe som er positivt. Disse oppleggene ble primært informert om på Mjøs-O sine hjemmesider.

Mjøs-O har siden 2016 deltatt i Unionsmatchen, som er en uoffisiell landskamp mellom utvalgte O-kretser i Sverige og Norge. Årets utgave skulle arrangeres av Gjø-Vard OL/OL Toten-Troll på vegne av Mjøs-O, men ble besluttet utsatt til våren 2021 pga covid 19.

Høsten 2020 fikk vi til samarbeid med NTG Lillehammer som åpnet enkelte treninger for øvrige Mjøs-O-løpere, i tillegg til at vi gjennomførte en felles samling i Skien i oktober. Dette har vært et godt supplement til Mjøs-O's øvrige aktiviteter.

2. Arrangementsutvikling

Mjøs-O har arrangert ungdomscup hvert år siden 2005 for løpere opp til 20 år. For tredje året har vi hatt med Nammo som hovedsponsor i Nammo-Cup. Nammo-Cup bestod i 2020 av fire løp med ulike løpsformer. Dessverre måtte vi avlyse det femte løpet, finalen, på grunn av covid-19-utbrudd i Hamarregionen. I 2020 inneholdt Nammo-Cup disse løpene:

| Dato | Sted | Arrangør | Distanse | 2018 | 2019 | 2020 |
|------|--------------------------------|-------------------------------|---------------------------------------|------|------|------|
| 6.6 | Romedal | OL Vallset/Stange | Mellomdistanse | 106 | 110 | 109 |
| 13.6 | Øvre Snertingdal | Snertingdal IF Orientering | Mellomdistanse | 93 | 97 | 118 |
| 17.6 | Strandbygda | Elverum OK | Skogssprint | 106 | 97 | 101 |
| 26.8 | Hamar | Vang OL/Hamar OK | Sprint m/runners Choice | 101 | 96 | 99 |
| 5.9 | Budor (avlyst pga covid 19) | Løten OL | Jaktstart (forkortet langdistanse) | 97 | 85 | --- |

Løpene er gjennom årene avviklet i flotte og for mange ukjente terreng, av dyktige arrangører rundt Mjøsa:

- 2005 Furuberget (Hamar), Brynsåsen (Vallset/Stange), Sjusjøen (Lillehammer), Fastland (Gjø-Vard), Moskogen (Ringsaker)
- 2006 Domkirkeodden (Hamar), Byhagan (Hein), Fossmarka (Lillehammer+Mjøs-O), Budor (Løten), Starum (Toten-Troll)
- 2007 Elverum (Vang), Klevfos (Vallset/Stange), Bergsbu (Hein), Snertingdal (Snertingdal), Biri (Gjø-Vard)
- 2008 Moskogen (Ringsaker), Starum (Toten-Troll), Brumundkampen (Vang), Skumsjøen (Gjø-Vard), Presterud (Hamar)
- 2009 Fastlandet (Gjø-Vard), Natrudstilen (Lillehammer), Brynsåsen (Vallset-Stange), Strandbygda (Elverum), Løten sentrum (Løten)
- 2010 Moskogen (Ringsaker), Immerslundsmarka (Vang), Maurdalen (Hamar), Elvedalen gokartbane (Snertingdal), Maihaugen (Lillehammer)
- 2011 Storihehagan (Ringsaker), Lensbygda (Toten-Troll), Harasjøstranda (Vallset/Stange), Reinsvoll dammen (Gjø-Vard), Rokosjøen sag (Løten)

- 2012** Brynsåsen (OL Vallset/Stange), Stavåsen (Vang OL og Elverum OK), Eiktunet (Gjøvik), Raufoss sentrum (OL Toten-Troll og Raufoss IL orientering), Furuberget (Hamar OK)
- 2013** Moskogen (Ringsaker), Snertingdal Skole (Snertingdal), Natrudstilen (Lillehammer), Stålsætra (Løten), Toten Museum (Toten-Troll, Raufoss)
- 2014** Kopperud Skole (Gjø-Vard OL), Grundsetmoen (Elverum OK), Brynsåsen (OL Vallset/Stange), Furuberget (Hamar OK), Natrudstilen (Vang OL).
- 2015** Høgskolen i Gjøvik (Gjø-Vard OL), Maihaugen (Lillehammer OK), Engsmarka (OL Toten-Troll), Budor skistadion (Løten o-lag), Natrudstilen (Ringsaker OK)
- 2016** Ingeberg (Vang OL), Lillehammer sentrum (Lillehammer OK), Øvre Snertingdal (Snertingdal IF orientering), Fossberget (OL Vallset/stange), Skumsjøen (Gjø-Vard OL)
- 2017** Korta Skole (OL Toten Troll/Raufoss IL), Moelv (Ringsaker OK), Birkebeineren skistadion (Lillehammer OK), Hamar sentrum (Hamar OK), Budor (Løten OL).
- 2018** Gjøvik, Kallerud (Gjø-ward), Elverum, Terningmoen (Elverum OK), Vang, Gåsbu (Vang OL), Raufoss, Vestre Toten Pensjonissenter (Raufoss OL), Snertingdal, Væhler Aust-Torpa (Snertingdal IF), Lillehammer, Hovemoen (Lillehammer OK).
- 2019** Hamar sentrum (Hamar OK), Laupen/Myrsjøen (OL Toten-Troll), Moskogen (Ringsaker OK), Nybu + Lillehammer sentrum (Lillehammer OK), Lygna nord (Hadeland OL).
- 2020** Brynsåsen (OL Vallset/Stange), Flatsjøen (Snertingdal IF Orientering), Skihytta (Elverum OK), Prestrud skole (Vang OL/Hamar OK)

Deltakelse

| | 2005 | 2006 | 2007 | 2008 | 2009 | 2010 | 2011 | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 | 2019 | 2020 | Endring fra 2019 |
|------------------------------------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------|------------------|
| Antall løpere | 185 | 192 | 189 | 192 | 182 | 187 | 169 | 174 | 153 | 168 | 182 | 182 | 156 | 158 | 164 | 145 | -11,6% |
| Gjennomsnitt antall løpere pr. løp | 104 | 129 | 112 | 115 | 106 | 109 | 101 | 109 | 94 | 109 | 104 | 105 | 98 | 101 | 97 | 107 | 10,3% |
| Antall klubber som har deltatt | 12 | 15 | 13 | 16 | 13 | 14 | 12 | 11 | 11 | 16 | 18 | 14 | 13 | 13 | 15 | 15 | 0 % |
| Totalt antall starter | 519 | 642 | 562 | 574 | 531 | 546 | 506 | 543 | 468 | 545 | 521 | 527 | 488 | 503 | 485 | 428 | -11,8% |
| Antall løpere med 4 eller 5 løp | 74 | 108 | 88 | 88 | 72 | 76 | 73 | 78 | 75 | 90 | 81 | 79 | 81 | 96 | 76 | | --- |

Kommentarer

Det lå lenge an at vi ikke kunne arrangere løp vårsesongen 2020, men så åpnet myndighetene opp for puljestart med opptil 50 personer på arena (eksklusiv arrangør). OL Vallset/Stange arrangerte på kort varsel, og som første klubb ut, lørdagsløp med tre puljestarter i duskregn på Brynsåsen. Snertingdal IF Orientering kunne ta med seg erfaringer fra første løp til sitt løp lørdagen etter, men i hyggeligere vær. Fra 15. juni ble det åpnet for 200 personer, og Elverum kunne da arrangere et midtuteløp to dager senere. De samme reglene gjaldt for Vang/Hamar sitt sprintløp i august. Rett etter dette ble Hamarregionen stengt ned pga smitteutbrudd, og vi måtte dessverre avlyse finaleløpet på Budor.

Alle løpene ble godt gjennomført teknisk. Variasjonen i løyper har vært mindre enn i 2019, pga smittesituasjonen. Vi ser det som fortsatt viktig med god løypekontroll i forkant av løpene, da enkelte løyper blir lagt for krevende i utgangspunktet.

Erfaringen i år er at det må være en tydeligere arbeidsfordeling mellom arrangørklubb og Mjøs-O-styret/aktivitetskoordinator. Styret vil derfor legge fram et forslag til klubbene om fordeling av oppgaver for ungdomscupen (innbydelse, PM, eventor, speakertjeneste, tidtaking, premier, sponsorer, løypekontroll, kiosk mm) på årsmøtet.

Vi ser at B-Åpen-klassen som ble innført i 2019 er et viktig tilbud til de ungdommene som synes A-nivå blir krevende. For å gi en ekstra stimuli til de 9-10 åringene som har vært med på o-løp i mange år, bør Mjøs-O innføre egen klasse for disse i neste års ungdomscup.

Antall starter pr. løp har ikke vært påvirket av koronasituasjonen, da snittet i år har vært 107 startende mot 97 i 2019. Klubbene med økning i antall starter er Elverum, Hadeland, Hamar, Totentroll, Vang og ikke minst Vallset/Stange. Gjø-Vard, Lillehammer, Ringsaker og Snertingdal går tilbake. Det er gledelig at flere klubber har fremgang i antall starter enn motsatt. Antall unike løpere er synkende for alle klubber unntatt Vallset/Stange (økt fra 1 til 13). Vang er nå største klubb (26 løpere) i Nammo-cupen etter at Gjø-Vard har hatt den posisjonen i en årrekke. De som har løpt Nammo-cupen i år har altså stått for flere starter, men det er færre antall løpere som står for disse startene – 164 i 2019 mot 145 i år. Utfordringen for klubbene må være å få med nye løpere (noe som naturligvis ble vanskeligere i år pga situasjonen). Vi vil også bemerke at det å arrangere Nammo-Cup på hjemmebane i seg selv er et rekrutteringstiltak.

Styret retter en spesielt stor takk til arrangørklubbene av årets Nammo-Cup-løp. Det har vært mye usikkerhet rundt hvorvidt de kunne arrangere og hvordan man skulle legge til rette for gode nok smitteverntiltak. En stor takk også til de som har vært med som ledere på samlingene våre. Mjøs-O sine arrangementer kunne ikke vært gjennomført uten denne frivillige innsatsen.

Deltakerpremie

I år var det Mjøs-O-hettegenser som var deltakerpremien for de som hadde to eller flere løp, og som hadde bestilt premie (da siste løp måtte avlyses).

3. Sponsorer og informasjon

Sponsoravtaler og samarbeidspartnere for 2019-2020

Nammo

Avtalen gjelder for 2018, 2019 og 2020 og er på kr. 15.000,- pr. år.

Gjenytelser fra oss: Trøyesponsor for alle ledertrøyene, navnet på «Nammo» Cupen og samlinga, logo på www.mjoso.com, innbydelse og PM, mulighet for arenaseil og profilering gjennom speaker.

Trimtex

Ny samarbeidsavtale ble tegnet med Trimtex i 2019. Denne gjelder fram til og med 31.12.2021.

Kommentar sponsorarbeid

Styret har i 2020 mål om å opprettholde sponsorinntektene de påfølgende årene, og er i gang med å sondere sponsormarkedet med tanke på å forlenge med eksisterende/finne nye sponsorer. Nammo har bekreftet at de er med videre som hovedsponsor.

Innlandet o-krets

I 2020 har vi fått kr. 30.000,- fra Innlandet o-krets. Vi takker for støtten.

Innlandet Bedriftsidrettskrets

Mjøs-O hadde påtatt seg både stafett og individuelt løp for bedriftsidrettskretsen. Disse ble dessverre avlyst pga smittesituasjonen på de aktuelle tidspunktene. Dette betyr at vi ikke har mottatt tilskudd eller overskudd. For neste år må vi minne klubbene på at bedrifts-o-løpene er en viktig inntektskilde for Mjøs-O og et dugnadsarbeid på lik linje med å arrangere Nammo-Cup.

Kommunikasjon

Mjøs-O fikk ny hjemmeside i 2019, og adressen er fortsatt www.mjoso.com. Dette er Mjøs-O's informasjonskanal nummer én. Det er respons på de fleste nyhetsartiklene våre, men vi minner om at det er en god ting å abonnere på nyheter som blir lagt ut på siden. Ellers går mye informasjon via Facebook-gruppen. Her ser vi også at flere klubber er flinke til å dele nyheter ut til egne facebooksider/grupper. Sammen med mail og hjemmeside bør dette gjøre at de fleste aktuelle deltakere får med seg informasjonen som blir gitt!

Hver Mjøs-O-klubb har også sin egen Mjøs-O-kontakt som blant annet skal koordinere påmeldinger i forbindelse med Mjøs-O's aktiviteter. Her må klubbene huske på å gi Mjøs-O beskjed ved endringer.

Styrets betraktninger

Hovedaktivitetene i Mjøs-O-samarbeidet er fortsatt ungdomscupen *Nammo-Cup* og diverse samlinger. Mjøs-O-klubbene har tillegg rigget felles overnatting/reise til NC/NM/O-idol. Vi fikk også på plass alternative treningsopplegg våren 2020 når konkurransene ikke ble noe av.

Også i 2020 har løpere fra Mjøs-O-klubbene hevdet seg i norgestoppen i sine respektive klasser, og hentet edelt metall. Dette er et resultat av langsiktig og godt arbeid i, og på tvers av klubbene og av den enkelte utøver. Vi trekker fram noen resultater fra sesongen:

Junior-VM ski-o

Eskil Frøisland, Even Lindås (begge Vang OL), Kristine Kravdal (Gjø-Vard OL) og Birgitte Kleppa Madslie (Lillehammer OK) representerte Norge.

NM Ski-o

H17-20: Nr. 3 Even Lindås, nr. 4 Eskil Frøisland

D17-20: Nr. 6 Kristine Kravdal

Hovedløp ski-o

H14: Nr. 1 Even Lien (Gjø-Vard OL)

D15: Nr. 1 Marie Kravdal (Gjø-Vard OL)

H16: Nr. 1 Lars Lien (Gjø-Vard OL), nr. 3 Ole Gunnar Kleppa Madslie (Lillehammer OK)

Hovedløpet

H14: Even Lien (Gjø-Vard): 1. plass hovedløp lang, 3. plass hovedløp sprint.

D15: Marie Kravdal (Gjø-Vard OL): 3. plass hovedløp lang, 4. plass hovedløp sprint.

H16: Lars Lien (Gjø-Vard OL): 5. plass i hovedløp lang, 6. plass hovedløp sprint.

D16: Emma Dåsnes (Vang OL): 5. plass hovedløp sprint.

O-idol

H16: Ole Gunnar Kleppa Madslie (Lillehammer OK) 7. plass, Lars Lien, 8. plass.

NM

D17-20: Kristine Kravdal: 7. plass NM lang.

Nammo-Cup

Det har vært flere starter pr. løp i Nammo-Cup, samtidig som det er færre *løpere* totalt som har deltatt. Vi ønsker å se flere løpere på start de kommende årene, men da handler det om rekruttering, nytenkende arrangementstyper og attraktive premier. Vi vil her spesielt trekke fram OL Vallset/Stange som er en liten klubb som har drevet godt med nyrekruttering også inn mot Nammo-Cup-deltakelse i 2020. Kanskje de andre klubbene har noe å lære her?

Vi ønsker å videreutvikle det tilbudet som gis, både med hensyn på øke oppslutningen om arrangement og å skaffe en bærekraftig finansiering av organisasjonen. Stikkord her er arrangementsutvikling og sponsorarbeid.

Styret konkluderer med at Mjøs-O fortsatt er berettiget sin eksistens, og er en nøkkelfaktor for å skape et godt o-ungdomsmiljø på tvers av klubbmiljø i Innlandet.

Regnskap 01.11.2019 - 31.10.2020

| | Resultat 2019-2020 | Resultat 2018-2019 | Budsjett 2019-2020 | Budsjett 2020-2021 |
|--|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| INNTEKTER | | | | |
| Klubbdrag | 124 000 | 130 000 | 124 000 | 124 000 |
| Eksterne midler | 30 000 | 50 000 | 50 000 | 50 000 |
| Nammo-cup | 37 600 | 44 100 | 45 000 | 45 000 |
| Treninger/samlinger | 82 027 | 318 777 | 270 000 | 270 000 |
| Salg Mjøs-o-tøy | 0 | 30 732 | 10 000 | 10 000 |
| Øvrige inntekter | 31 822 | 45 898 | 45 000 | 45 000 |
| Renteinntekter | 1 697 | 1 534 | 1 500 | 1 500 |
| SUM INNTEKTER | 307 146 | 621 041 | 545 500 | 545 500 |
| | | | | |
| UTGIFTER | | | | |
| Nammo-cup | 38 017 | 59 416 | 50 000 | 50 000 |
| Mjøs-O Vester/Trøyer | 0 | 54 019 | 0 | 0 |
| Gaver | 965 | 2 200 | 2 000 | 2 000 |
| Kurs / møter | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Treninger / samlinger | 98 099 | 343 298 | 320 000 | 350 000 |
| Lønn | 133 986 | 153 269 | 160 000 | 160 000 |
| Reiseutgifter, ansatte | 3 208 | 0 | 0 | 0 |
| Styremøter / årsmøte | 3 747 | 2 100 | 2 000 | 2 000 |
| Rekvisita | 0 | 1 006 | 2 000 | 2 000 |
| Annen kostnad | 871 | 10 710 | 15 000 | 15 000 |
| Gebyrer | 584 | 447 | 500 | 500 |
| SUM UTGIFTER | 279 477 | 626 465 | 551 500 | 581 500 |
| | | | | |
| <u>OVER-/UNDERSKUDD</u> | <u>27 669</u> | <u>-5 424</u> | <u>-6 000</u> | <u>-36 000</u> |
| | | | | |
| BALANSE | | | | |
| Bankinnskudd | 31.10.2020: | | 265219,03 | |
| Kasse | 31.10.2020: | | 0,00 | |
| Fordringer | 31.10.2020: | | 19100,00 | |
| Gjeld | 31.10.2020: | | | 50084,25 |
| Egenkapital | 31.10.2019: | | | 206565,57 |
| Overskudd | 2019-2020: | | | 27669,21 |
| | | | | |
| Egenkapital og gjeld 31.10.2020 | | | <u>284319,03</u> | <u>284319,03</u> |

Revisjonsrapport for Mjøs-o 2020

Undertegnede har revidert regnskapet for Mjøs-o for perioden 01.11.2019-31.10.2020.
Regnskapet viser et overskudd på 27.669

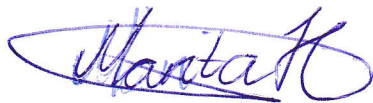
Alle beholdninger i bank er kontrollert og stemmer med de oppførte tall i balansen pr 28.okt 2020 (bankdato). Det er ingen eiendeler utover bankinnskudd, kundefordring og leverandørgjeld. Utestående fordringer og kortsiktig gjeld er oppført i balansen og hensyntatt i resultatregnskapet.

Bokføringer og dokumentasjon er kontrollert gjennom stikkprøver uten å finne noe avvik. Lønn utbetales via faktura fra NOF og der ivaretas skattetrekk, arbeidsgiveravgift etc.

For øvrig har jeg ikke kjennskap til forhold som har betydning for bedømmelse av regnskapet og som ikke er kommet til uttrykk i dette.

- Revisor anbefaler at regnskapet godkjennes.

Lena, 5.november 2020



Marita Hernandez

OL Toten-Troll

Forslag til ansvarsfordeling mellom Mjøs-o og arrangørklubb på Nammo-cup!

Dette er et forslag til ansvarsfordeling mellom Mjøs-o og arrangørklubb på Nammo-cup. Håpet er at dette kan spare begge parter for usikkerhet og gjøre planleggingen av løpene så enkel og praktisk som mulig.

Mjøs-o sitt ansvar:

- Koordinator bestiller leder- og spesialtrøyer.
- Koordinator oppretter arrangementene i eventor og lager felles innbydelse med oppmøtested. Alle arrangementene skal være i eventor før 1.mars.
- Mal til PM sendes fra koordinator til arrangør senest 4 uker før løpet.
- Kontroll av løyper. Arrangør sender over løpene til koordinator senest to uker før løpet.
- Mjøs-o kan være behjelpelig med Livelox hvis arrangørklubb ønsker dette. Gi i såfall beskjed til koordinator senest to uker før løpet.
- Koordinator bestiller og leverer ut startnummer til arrangørklubbene.
- Sørge for at trøyeremonien blir holdt i god tid før første start slik at alle aktuelle løpere får anledning til å delta.
- Mjøs-o ordner anlegg og stiller med speaker, men hvis arrangørklubb har en fast speaker med anledning til å stille er det ikke noe i veien for at dette blir gjort.
- Mjøs-o stiller med reklamebanner og vimpler for sponsorer. Det skal legges til rette fra arrangørklubb for at dette er mulig å få satt opp godt synlig på arena.
- Mjøs-o oppdaterer poenglister etter hvert løp.
- Koordinator vasker trøyer mellom hvert løp.
- Mjøs-o fakturerer startkontingent ut til klubbene.

Arrangørklubb sitt ansvar:

- Arrangørklubb har ansvar for å stille med løpsleder, løypelegger, egen tidtaker samt øvrig personell som kreves for å arrangere Nammo-cup.
- Arrangørklubb legger ut PM i god tid før løpsstart, helst en uke før.
- Tydelig presisering i PM om hvilke strekk som er spurt og spesialstrekk. Fordel hvis spurtstrekke ikke er for korte, vil da kunne unngå mange løpere på samme tid.
- Startlister legges ut mandag kveld etter at ordinær påmeldingsfrist for onsdagsløp har gått ut.
- Sende løyper til koordinator for kontroll senest to uker før løp.

- Arrangørklubb stiller med strøm til tidtaking og anlegg.
- Arrangørklubb ordner om mulig Livelox.
- Arrangørklubb stiller med frukt og løperdrikke til løpere etter målgang, gitt bedring på dagens smittevernregler (tips: bruk idrettsfrukt fra Bama med mulighet for 60% refusjon). Ta kontakt med koordinator ved spørsmål.

Mjøs-o styret sitt forslag til Nammocup, ansvarsfordeling på NM og Norges-cup-reiser, bedrifts-o-løp og samlinger (vår 2021)!

Forslag Nammo-cup 2021:

1. 28. april – **Lillehammer OK**, sprint med knockout?
2. 12. mai – **OL Vallset/Stange**, mellomdistanse på nytt kart?
3. 9. juni – **Ringsaker OK**, sprint.
4. 18. august – **Gjø-Vard OL**, mellomdistanse med fellesstart og gafling.
5. 4-5. september – **Løten OL**, langdistanse med gafling – jaktstart + Nammosamling.

Forslag til innhold i hovedansvarsrollen på NM og Norges-cup-reiser:

Basert på avklaringer foran sist sommersesong, foreslår styret å fortsette med å rullere på hovedansvaret for NM/NC-helgene (langreisearrangementene) på aktuelle klubber, dvs de som har deltakere på disse arrangementene.

Det å ha hovedansvaret på disse turene betyr at lederen skal booke felles overnatting, stå for internpåmelding i god tid før reise og være reiseleder for alle Mjøs-o sine løpere på en slik tur. Dette inkluderer at hovedleder overnatter på samme sted som løperne.

Styret håper dette er mulig å gjennomføre for de ulike klubbene, og vi vil etter beste evne prøve å fordele ansvarsmengden mellom de ulike klubbene fra år til år.

Forslag til arrangementsfordeling NM/NC/Tiomila sesongen 2021

Elverum OK: Jr. VM testløp (Kongsberg), 22-24.mai

Løten OL: NM-uka (Porsgrunn), 9.- 12. september

Gjø-Vard OL: O-idol og Jr NM stafett (Trondheim), 17.- 19. september

Vang OL: Tiomila (1.-2. mai). Dersom Tiomila bortfaller – henstiller vi til å lage alternativt opplegg i Norge i samarbeid med aktivitetskoordinator

Forslag til ansvar for bedrifts-o-løp sesongen 2021

Bedrifts-o-løpene gir inntekter til Mjøs-o og er dugnadsarbeid for klubbene på lik linje med andre oppgaver i løpet av sesongen. Meld fra til bedriftsidrettskretsen så raskt som mulig for å få løp på ønsket dato.

Hamar OK: Vårsesongen

OL Toten-Troll: Høstsesongen

Samlinger våren 2021:

Vi legger ikke opp til Spaniaturløp eller annen utenlandstur denne vinteren, men ser heller på andre alternativer innenlands for å opprettholde aktiviteten frem til sesongstart.

Mars: Samling i Østfold. Legger også inn en sprintøkt på veg hjem på søndagen med relevans mot NM-sprint (Oslo 7.-9. mai). Aldersgruppen her er 13-20 år.

I uke 9 er det en åpen landslagssamling for juniorene, den vil mest sannsynlig bli arrangert i området rundt Halden, 1-7.mars.

9.- 11. april: Bergen Sprint Camp. Fellesreise for aldersgruppa 17+. Her vil Mjøs-o med aktivitetskoordinator stå for reiseopplegget.

24.- 25. april: Vi håper å kunne arrangere den vanlige samlingen for alle aldre på Einarbu i forbindelse med Lørdagskjappen og Smaaleneneløpet. Samlingen er for alle aldre.

Det vil også legges opp til dags/helgesamlinger gjennom vinteren, dette er selvsagt svært avhengig av hvordan smittesituasjonen blir de neste mnd. Derfor vil en eventuell samling bli av det litt mer spontane slaget enn ellers.

VALGKOMITÈENS INNSTILLING
Årsmøtet i Mjøs-O
16.11.2020

Valg 2020

Forslag

| | | | |
|----------------|---------------------------------|------------|---|
| Styreleder | Gunn Elin Rudi, Hadeland OL | Går av | Øyvind Ranestad, Hamar OK (1 år) |
| Styremedlem | Astrid Kravdal, Gjø-Vard OL | På valg | Gjenvelges for 2 år |
| Styremedlem | Solveig Stenberg, Vang OL | 1 år igjen | - |
| Styremedlem | Øyvind Ranestad, Hamar OK | 1 år igjen | Håvard Kvamme, OL Toten-Troll (2 år) |
| Styremedlem U* | Eskil Frøisland, Vang OL | Går av | Martine Skjelsvik, Lillehammer OK (1 år) |
| Revisor | Marita Hernandez OL Toten-Troll | | Gjenvelges for 1 år |
| Valgkomite | Ove Antvord Haugereid, Vang OL | 1 år igjen | - |
| Valgkomite | Øivind Frøisland, Vang OL | Går av | Gunn Elin Rudi, Hadeland OL (2 år) |

**Ungdomsrepresentant*

Valgkomiteen v/ Ove Antvord Haugereid og Øivind Frøisland