

Sportsklubben Rye – årsmøtet 2012

Hovedstyrets beretning og årsrapporter fra gruppene

HOVEDSTYRETS BERETNING FOR 2011	1
Årsrapport for barne- og ungdomsgruppa sykkel (7-23 år)	3
Årsrapport fra Landeveisgruppen i 2011.....	7
Årsrapport för 2011 - Løpgruppen Sportsklubben Rye	14
Årsrapport for skigruppa 2011	16
Årsrapport for terreng-gruppen 2011	17
Årsrapport for Triathlongruppen - 2011	18

HOVEDSTYRETS BERETNING FOR 2011

1 Tillitsvalgte

På årsmøtet 11.februar 2010 ble følgende tillitsvalgte valgt:

Arbeidsutvalget

Leder: Lars Åge Hjelseth

Nestleder: Erik Øystein Johansen

Sekretær: Henriette Evjen-Jansen

Kasserer: Årsmøtet ga hovedstyret fullmakt til å finne kasserer i løpet av perioden siden det ikke forelå noen kandidater til valg på årsmøtet.

Thorstein Wines ble formelt tildelt vervet i hovedstyremøtet 12.5.2011.

Redaktør: Anna Lina Toverud

Varamedlem/arrangementskoordinator: Linn Karlsvik

Presse- og samfunnskontakt: Helge Rege Gaardsvoll formelt tildelt vervet i hovedstyremøte 30.8.2011.

Ingen kandidater var på valg på årsmøtet.

Gruppeledere

Leder turritt landevei

Per Christian Dæhlin

Leder terrenggruppa

Svein Hetland

Leder barne- og ungdomsgruppa

Vegard Henriksen

Leder løpegruppa

Petra Jacoby

Leder triathlon

Line Amlund Hagen

Leder skigruppa

Ingen kandidater på valg. Hovedstyret ble gitt

fullmakt til å finne leder i perioden.

Arbeidsutvalget og gruppelederne utgjør klubbens hovedstyre.

Revisor1 Einar Døssland Revisor 2 Thomas Svane Jacobsen

Valgkomite: Leder Ståle Berg

Medlemmer: Espen Christoffersen og Dag Oliver

Varamedlem: Svein Røed

2 Representasjon og tillitsverv utenfor klubben

SK Rye har vært representert på følgende måte:

Per Christian Dæhlin og Vegard Henriksen var delegater på årstinget til OCK.

Lars Erik Løvdahl har sittet i appellutvalget i Norges Triathlonforbund.

3 Administrasjon

Styret har i perioden hatt seks møter i hovedstyret og fem møter i arbeidsutvalget. I tillegg ble det i tiden 22. oktober arrangert et styreseminar på Ruseløkka skole med fokus på utarbeiding av klubbens beredskapsplan, årshjul samt sikre at vi har gode rutiner for informasjon, arkiv og struktur.

4 Økonomi

Klubbens kapital 3,1 millioner kroner

5 Idrettsarrangementer

SK Rye har i år vært arrangør av følgende idrettsarrangement:

Ryeløpet

Nordmarka Rundt, Øyern Rundt, Nissan Cup terrengstafett på Langsetløkka, NC utfor i Grefsenkleiva, Nissan cupfinale i Holmenkollen, Lavterskel utfor konkurranse i Grefsenkleiva, Oslo Triathlon/NM (sammen med OPIL) samt klubbmesterskap hvor stormester i dame og herreklassen ble kåret etter tre øvelser i hhv temposykling, terrengsykling og terrengløping.

6 Informasjon og rekruttering

Ryes nettside har som tidligere år vært den sentrale informasjonskilden for klubbens medlemmer.

Den bidrar også til å gjøre klubben kjent utad, noe som bidrar til rekruttering

Barne- og ungdomsgruppa teller i dag mer enn 300 medlemmer og det har vært et jevnt tilsig av nye medlemmer i klubben gjennom hele året. Påmelding skjer via hjemmesiden.

7 Diverse

Tor Myrseth har hatt ansvaret for klubbens innetrening på idrettshøgskolen. Klubben har samarbeidsavtale med Spinn Storo/Racing Depot. Skigruppa har avtale med Milsluker'n Sport, men avtalen gjelder for alle medlemmer i Sk Rye.

Klubben har leid spinninglokaler ved i alt 8 SATS-treningsentre høsten 2011 og våren 2012 for medlemmene våre.

8 Medlemsoversikt

1962 medlemmer

9 Idrettslige resultater

Camilla Hott ble norgesmester i tempo.

Zakarias Blom Johansen ble norgesmester i utfor, vinner av Norges Cupen i utfor, nr. 3 i menn elite i Scandinavia Cup og deltok i VM hvor han ble nr. 48.

Lars Åge Hjelseth

Leder SK Rye

Årsrapport for barne- og ungdomsgruppa sykkel (7-23 år)

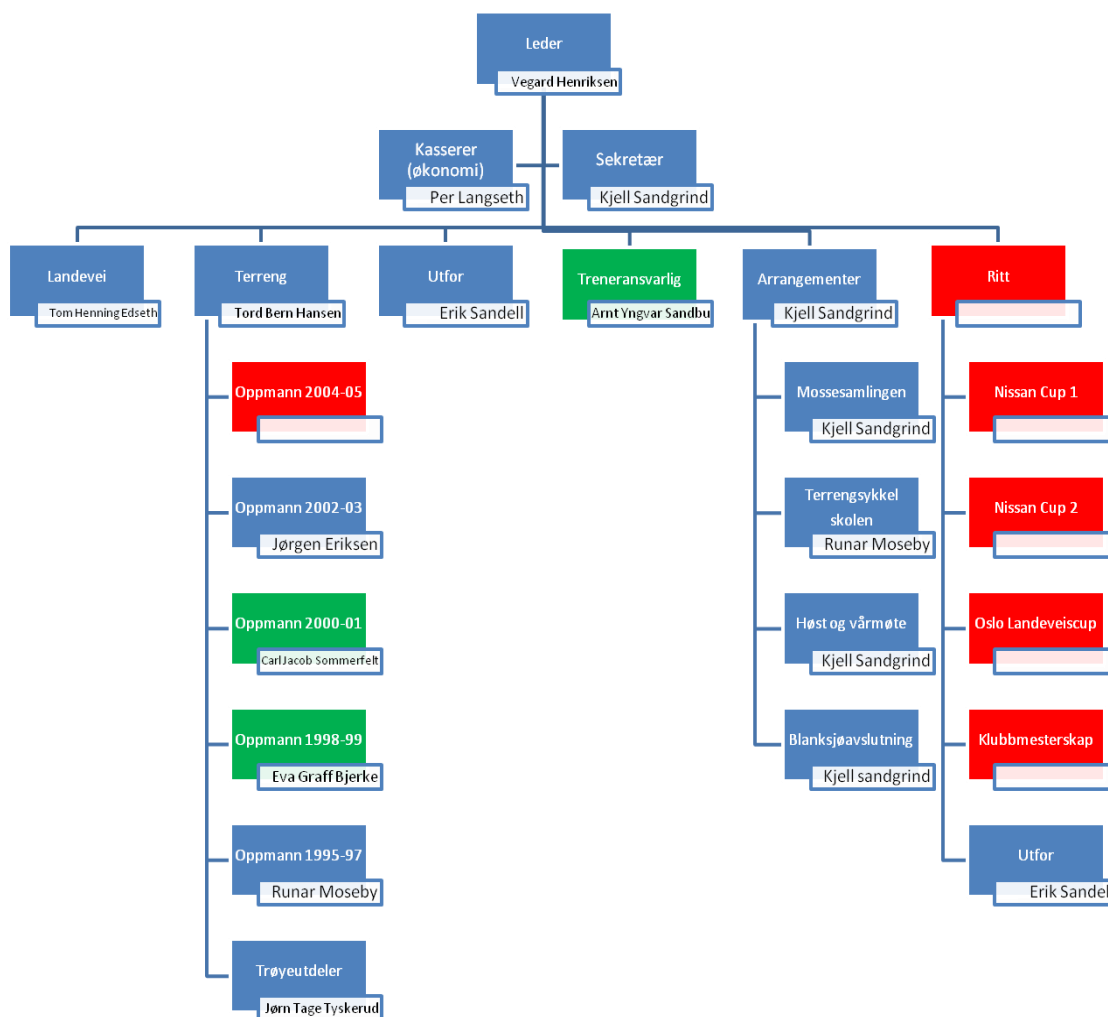
Gruppens leder og styre

Styret har bestått av Vegard Henriksen (leder), Per Langseth (økonomi og rittansvarlig), Kjell Sandgrind (sekretær og arrangementsansvarlig), Tord Bern Hansen (ansvarlig terreng), Tom Henning Edseth (ansvarlig landevei) og Erik Sandell (ansvarlig utfor), Claes Watndal (treneransvarlig) og Svein Røed (sponsoransvarlig).

Det har vært avholdt 4 styremøter i perioden. Mye arbeid og avklaringer gjøres imidlertid via telefon og e-post i tillegg til en rekke arbeidsmøter i forbindelse med forberedelser til arrangementer og ritt.

BU gruppen vokser i antall medlemmer fra år til år, noe som gir organisatoriske utfordringer for å gi våre syklister er godt tilbud. I den forbindelse har vi nå laget et organisasjonskart som dokumenterer alle oppgaver vi trenger dedikerte roller til for å gjennomføre alle våre tiltak i løpet av et kalenderår i BU gruppen. Det er spesielt innen terreng og avvikling av ukentlige treninger der som krever et stort apparat i forbindelse med oppdeling av oppmenn pr. aldersgruppe, i tillegg til ressurser på arrangementer og ritt.

Organisasjonskart BU



Som skjema viser så er det langt flere støttespillere med i BU organisasjonen enn de som er styremedlemmer, så vi vil virkelig fremheve den innsatsen flere foreldre og andre frivillige bidrar med i tilknytning til gruppas aktiviteter.

Treningstilbud

Vi legger fortsatt hovedvekten på å opprettholde et godt og inspirerende miljø, for at våre treninger skal være et tilbud til alle, og at alle skal ha det gøy og glede seg til trening på sykkel. Treningene er delt inn i grupper etter alder og ferdighet.

Treningstilbudet har også denne sesongen blitt utvidet, og 244 ryttere har betalt treningsavgift (225 ryttere i 2010).

Mandager i sommersesongen har det vært et tilbud for alle om terrengsykling, mens vi på torsdager har hatt et tilbud for dem over 12 år. I tillegg har vi nå fast tilbud om dedikerte landeveistreninger på tirsdager og torsdager. Lørdagstrening er også fast for både terreng og landevei hele sesongen.

Det populære tilbudet om høst og vintertrening er videreført for høsten/vinteren 2011 - 12. Dette er først og fremst et tilbud for de som var 13 år og eldre, og består av spinning på tirsdager og basis sirkeltrening + spinning torsdager (ca. 30 påmeldte deltagere pr dag) og utetrening på lørdager (ca. 15 påmeldte).

Jentesatsning i terrenget ble videreført i 2011. Det er dedikert 2 egne trenere til jentene på mandager, noe som har vist seg å være svært populært. Jentene fra 13 år og eldre har hatt fellestrening med guttene etter sommersesongen for at disse skal få større utfordringer.

Trenerstaben i 2011 har økt som følge av økning i antall deltagere på treningene. Det er totalt 34 av BU's medlemmer som har gjennomført enten trener 1 eller trener 2 kurs. 26 av disse har vi benyttet som egne trenere i 2011 (en økning på 2 fra 2010). Satsingen på å utdanne egne ryttere til trenere fortsetter, og det er utdannet ytterligere 9 trenere i løpet av 2011 som vil kunne bidra i neste sesong.

Terrengsykkelskolen, som ble arrangert på dagtid første og siste uke i skoleferien ble videreført også i 2011. Den er blitt en suksess, så det blir nok et fast årlig tilbud. Det var henholdsvis 22 og 50 deltagere på disse to ukene.

Utforgruppa vokser og har nå ca.40 aktive syklistere. All trening utføres i Grefsenkleiva og har vært et tilbud 2 ganger pr. uke. Innetreninger har foregått en gang pr. uke gjennom vinteren i sal ved Rønningen Folkehøgskole.

Utforgruppa har hatt tre kvalifiserte trenere, hvorav to har tatt trener 1 kurs (utfordringsspesifikk), samt kurs med Chris Ball som er en av de aller fremste i verden som instruktør i utforsykling.

Satsningsgruppa har vært på en vellykket treningsleir i Malaga.

Utforgruppa har arrangert Norges Cup ritt i Grefsenkleiva og ett lavterskelritt.

Rye markerer seg som den største klubben i utformiljøet nå og det er et meget godt miljø i gruppa.

Satsningsgruppen innefor BU-gruppa er kommet for å bli. I 2011 bestod den av totalt 24 ryttere innen terreng, utfordring og landevei som ønsket å satse aktivt på sykling, og vi ønsket å lage et tilpasset

opplegg for disse. Denne satsningen har vært svært positiv for utfor og landevei, mens den på terrengsiden ikke har fungert tilfredsstillende i 2011. Det er spesielt en treningstur i utlandet ved påsketider som er hovedtilbudet for disse rytterne (landevei og terreng var i Frankrike og utfor var i Spania) i tillegg til oppfølging en til en fra dedikerte trenere og tilskudd i forbindelse med konkurranser – startlisens, overnatting og reiser.

Ritt og arrangementer

I tillegg til treninger har Rye hatt ansvaret for følgende ritt:

2 av 9 Nissan Cup arrangementer denne sesongen. Vi arrangerte Nissan Cup på Langsetløkka på Kjelsås våren 2011 med terrengstafett og hadde avslutningsrittet med sesongavslutning i Holmenkollen.

- NC i Utfor i Grefsenkleiva
- Klubbmesterskap i terrengsykling i Nissan-Cup løypa på Langsetløkka. Der var premier og gratis pølser til alle.

BU har gjennomført følgende arrangementer/turer i 2011:

I januar hadde vi en skisamling på Løvlia, februar treningssamling (langrenn og alpint) på Norefjell, mars (påskan) en treningssamling i Frankrike på landeveissykkel kun for satsningsryttere og en treningssamling i Spania for utfor, i mai hadde vi en treningssamling i Moss åpen for alle, og uken før terreng UM hadde vi en samling for de eldste rytterne i Horten. I november hadde vi en felles samling for alle O2-klubbene i Nordre Aker.

For BU gruppa var NM i Skien og UM i Grimstad for landevei, UM/NM i Horten for Terreng fokus arrangement, og vi hadde totalt mer enn 20 ryttere fra Rye som deltok.

Sesongavslutningen ble markert med en hyggekveld med pølser og brus, samt utdeling av premier og vandrepremier for syklet distanse og innsats.

- Erik Bøe Willersrud ble tildelt Espen Kardels vandrepokal for 2009
- Thomas Berg fikk prisen som årets trener - diplom og sølv minnepokal etter Kåre Johansen.
- Brage Evensen Vestavik vant poalen for beste Utforsyklist
- Ole Forfang fikk Kåres Minnepokal for landeveissyklist.
- Alekander Bergby Henriksen vant pokalen som årets rytter i klassene Junior
- Zakarias Blom vant pokalen for årets U23. Dette er en ny utmerkelse av året i BU
- Jonas Boye Hansen vant årets vandrepokal for flest syklede kilometer, Jon Alterns minnepokal.

Resultater

Konkurranser har heller ikke i år vært hovedfokus, men vi må nevne de fantastiske resultater som utøvere i utforgruppa har hatt:

I Norges Cup sammenlagt ble Zakarias Blom Johansen vinner i menn elite og Jonas Eriksen ble nr. 3 menn junior. Zakarias ble også nr. 3 i menn elite i Scandinavia Cup og deltok i VM hvor han ble nr. 48.

Forøvrig mange gode plasseringer i de yngre klassene.

Det har vært en kraftig vekst i antall ryttere som har deltatt i Nissan Cup. Vi hadde i år 44 ryttere t.o.m. juniorklassene som fullførte 7 av 9 ritt i Nissan Cup. Vandrepokalene for klubben med flest ryttere som har fullført 7 ritt i Nissan Cup fikk vi også i år. Oslo landeveiscup ble til dels dominert av Ryesyklister, og vi dro hjem vandrepokalen som største klubb også der.

I tillegg har vi hatt med ryttere med meget gode resultater i bl.a. Norges Cup landevei og ungdomsmesterskap/NM både på terreng og landevei. De eldste innen landevei har vært med på laget til Rye NC, som er et godt tilbud til de U23 landeveis ryttere i BU som vil satse videre.

På terrengsiden har det vært et generasjonsskifte, og vi har dessverre ikke hatt aktive juniorer eller U23 som har satset på terrengsykling. I aldersbestemte klasser gror det bra med tildels bra bredde. Vi har hatt pallplasser sammenlagt i Nissan cup og på ungdombirken på sykkel.

3 av våre antatt sterkeste ryttere har vært satt ut av sykdom/feiltrening i store deler av sesongen.

Statistikk

Årets sesong har vært preget av fortsatt vekst, og det var 244 som betalte treningsavgift for sommersesongen. Litt i underkant av 20 % av disse er jenter. Antallet som har betalt treningsavgift i 2011 gir en økning på knappe 9 % i forhold til 2010. Det ble løst ca 250 lisenser i Rye for U 23 og yngre i 2011 sesongen. Alle nye som deltar på 5 treninger får en Ryetrøye. I år har vi delt ut 62 stk. Dette gir et godt bilde av rekrutteringen. Flere har meldt seg inn høsten 2011, og disse har kun betalt halv treningsavgift for sesongen.

Gruppen finansieres hovedsakelig av treningsavgifter, bidrag fra Rye sentralt, ulike tilskuddsordninger og inntekter fra Nissan Cup, og gruppen har en solid økonomi med ryddig økonomistyring. For informasjon om inntekter, utgifter, resultat og egenkapital, vises det til gruppens regnskap.

Vegard Henriksen

Leder av barne- og ungdomsgruppa, sykkel

Årsrapport fra Landeveisgruppen i 2011

Årsrapporten for landeveisgruppen i Rye bestod av

XP

Rye ekspresen ladet opp innfor sesongen 2011 på samme måte som tidligere med spinning 2 ganger per uke i vinterhalvåret og en samling på Mallorca i påsketider. Som året før var det Knut Anders Fostervoll som var trener for Ekspresen og hadde ansvar for å følge opp treningsutviklingen utover sesongen. Dette var et bra opplegg for de aller fleste og mange hevet seg betraktelig i forhold til tidligere.

På grunn av sen påske ble treningsleiret i Tønsberg ikke gjennomført før 6-8 mai, en helg etter Enebakk Rundt. Vi fikk godt vær også i år og samlingen var veldig bra for laget.

Til tross for et sterkt og utover våren samkjørt lag nådde ikke Rye ekspresen helt opp til målsetningene hva gjelder plasseringer i de ulike rittene som ble kjørt, til tross for at tidene over lag var noe bedre enn i 2010:

- Enebakk rundt: 4. plass (1h52min)
- Nordmarka rundt: 3. plass (3h46min)
- Vestfold rundt: 2. plass (4h07min)
- Mjøsa rundt: 3. plass (5h27min)

Ikke heller i 2011 var vi mange nok til å stille fullt lag i DSSP. På startstreken i Trondheim hadde vi 27 mann. Vi kjørte teknisk veldig godt nedover dalen og lå på klubbrekordsskjema ved Tretten, men fra Lillehammer og inn var det for få med nok krefter i pedalene og farten var nødt til å settes ned. Resultatet ble 14 mann samlet i mål til en 3. plass på den gode tiden 13h32min.

Laget ble i 2012 ledet av Anders Åsberg.

Rye-Tempoen

Rye-Tempoen gjennomførte for første gang på 2 år ikke felles spinning i vintersesongen, men flere deltok på XPs spinning på Manglerud.

I utesesongen ble fellestreninger gjennomført 4 ganger i uken (tirs/tors/lør/søn) basert på treningsprogram fra KAKA.

Rye-Tempoen deltok i Enebakk Rundt, Nordmarka Rundt, Randsfjorden Rundt, Styrkeprøven Lillehammer-Oslo. Vi er godt fornøyde med gjennomførelsen av rittene laget deltok i, og vi ønsker å fremheve 2 plass i Randsfjorden Rundt og 5 plass i Styrkeprøven Lillehammer-Oslo (tid 4:12) som sesongens beste resultater.

Ledelsen av Tempoen ser verdien av felles spinning i løpet av vintersesongen, og ønsker å gjenoppta dette i sesongen 2012. Vi mener også det er et

forbedringspotensial i treningsprogrammet levert av KAKA, og påtok seg derfor oppgaven med å innhente alternative tilbud på dette. Lagledelsen er svært fornøyd med at landeveisgruppen valgte Mads Kaggstad som trener for 2012.

Økonomi. Lagets økonomiske situasjon er akseptabel, og laget er drevet utelukkende gjennom dets medlemmers egenandel samt bidrag fra Landeveisgruppa.

Medlemstall. Laget har primært bestått av 34 medlemmer.

Lagledelsen har i 2012 bestått av

Leder: Magnus Müller

Kapteinsteam: Cato Rokne og Kristian Hauglum

Logistikk: Jørn Eirik Olsen

Økonomi: Stian Petersen

Rye 15

Sesongen 2011 skiftet laget navn fra Rye14 tilbake til Rye15. Litt av tanken bak dette var å fremstille et «snillere» lag og som ville kunne tiltrekke seg flere landeveisryttere.

Ambisjonen om å sykle Trondheim – Oslo minst like fort som i 2010 (14t og 53 min) var likefullt tilstede.

Laget må si seg godt fornøyd med sine rittprestasjoner i sesongen. Og med fullt mannskap på startstreken fra Trondheim i slutten av juni presterte Rye15 å sykle inn på tiden 14.18.55. Laget kan med dette legge bak seg den beste prestasjonen noensinne hva gjelder for RYE15.

Lille 40

Et bra år for et relativt nystartet lag, stort sett mange på alle treninger selv om vi kjørte et program som for de fleste var ganske så hardt, men mange positive tilbakemeldinger rundt treningsopplegget gjør jo sitt til at vi anser opplegget som vellykket.

Lille 40 deltok i 3 satsningsritt i 2011. Enebakk Rundt ble litt planløst, men Randsfjorden Rundt og Nordmarka Rundt gikk over de flestes forventninger. Hovemålet ned fra Lillehammer der vi syklet på et skjema på 4:30 ble noe justert på da en velt på Moelv gjorde dette nødvendig, tid inn 4:44 med relativt få ryttere som falt av underveis.

Tre ryttere gikk fra Lille 40 til Tempoen i 2011, noe som er helt i tråd med tanken bak Lille 40 som et rekruteringslag for Tempoen.

Lille 35

Lille 35 deltok i Enebakk Rundt, Randsfjorden Rundt og Lillehammer-Oslo. Det var god oppslutning om laget som kjørte Lillehammer-Oslo på 5:20.

Lille 30

Dette laget ble restartet i 2011, og stilte med 11 'glade amatører' på startstreken i Lillehammer, hvorav 10 kom i mål. All treningen hadde fokus på at laget skulle være et rekrutteringslag for landevei og fokus var derfor på rullekjøring på alle treninger. Dette ga resultater, og laget kjørte inn såvidt over 6 timer fra Lillehammer.

At det er behov for et rekrutteringslag, viser tilstrømningen i 2012. Her har vi vært tidlig ute med informasjon, og allerede i skrivende stund i februar har vi mere enn 30 påmeldte til laget.

Rye 16

På infomøtet i vinter var det en del mindre folk enn året før, samtidig som planen var å jobbe tettere med 15 og 17 t lagene. Dette gjorde at spenningen var stor fremover mot oppstart av utetreningene.

Det startet med moderat oppmøte frem til Enebakk Rundt. Derfra og ut var det veldig bra. Laget syklet der inn på 2.07 – rekord for laget.

Treningsopplegget fra KAKA ble modifisert litt, men hovedtrekkene bestod, og det gav oss godt utbytte.

Helgen med Randsfjorden Rundt og Vestfold Rundt var en suksess. RR ble kjørt hardt, 4.01, mens VR gikk som rolig tur med slitne kropper.

Mjøsa Rundt ble også kjørt rolig.

Fokus hele våren var å kjøre god rulle, og ut i fra det visste vi at farta ville komme også.

Etter at 17t ble innlemmet i laget var vi noe usikre foran DSSP, grunnet mange nye inn i laget rett før, og vi visste ikke hvordan nivå og samkjøring var. Det viste seg at det var ingen grunn til bekymring.

Vi klokket inn på 16.11.47 rekord med 30 sek i forhold til 2010, 38 av 44 startende var med laget helt inn. Det funker å kjøre god rulle.

Rye 16 ble i 2011 ledet av Geir Ove Røed, Anton Brandsø og Gunn Hilde.

Rye 17

Rye 17 hadde infomøte sammen med Rye 16 i januar. Det viste seg dessverre etter hvert at oppslutningen om laget var for liten til at det ville gå å få inn laget på 17 timer fra Trondheim. Laget ble derfor oppløst og medlemmene fordelte seg på Rye 16 og Rye 19.

Rye 19

Rye 19 startet med fellestreningene 3 ganger i uken i begynnelsen av april. Fra starten var det bare 5-6 medlemmer som møtte opp. Etter hvert ble det noen flere medlemmer og da Rye 17 ble lagt ned kom det flere ryttere derfra. Rye 20+ med to ryttere ble etter hvert også en del av Rye 19. I midten av mai ble det nødvendig med ett lederskifte pga sykdom og Fredrik Nensin Berg fikk ansvaret for laget. I begynnelsen av juni var det snaue 20 medlemmer. Til start på DSSP var det totalt 26 ryttere som stilte for Rye 19. Det var derfor store utfordringer med å ha ett stort nok lag og få laget samkjørt i tide til DSSP.

Rye 19 har ikke fulgt KAKAs treningsopplegg da det ble ansett for å være for ambisiøst og ikke særlig tilpasset de som trener 2-3 ganger i uken. Treningsprogrammet ble derfor utviklet av ressursgruppen i Rye 19.

Rye19 deltok i følgende ritt:

- Enebakk Rundt: 2:32
- Randsfjorden Rundt: 4:39

Trondheim-Oslo: 19:19. Laget mistet kapteinen pga skade, ellers kom laget samlet i mål. Laget var veldig fornøyd med årets resultat. Lagledelsen bestod av Fredrik Nensin Berg, Andreas Blydt, Christian Moestue og Tor Valla. Per Kolseth var lagleder frem til midten av mai.

Sportslig årsrapport Rye NC 2011

Sportsklubben Ryes norgescuplag har gjennom sesongen deltatt i samtlige fem norgescupritt, de fleste rankingritt og flere nasjonale ritt og ritt på krets nivå.

Laget har i 2011 bestått av leder Frode Dalen, Petter Thoresen, Martin Røeggen, Henriette Evjen-Jansen, Sylvi Sommer, André Jonassen, Halvor Landmark Tandrevold, Robin Kenneth Mackenzie-Robinson, Stig Christiansen, Sissel Mørtvedt, Kristoffer Røed og Dag Julius Moe. Laget har motatt støtte fra Rye på 80.000 kroner for 2011.

Gruppens resultater

Nivået i norgescup og rankingritt er høyt. Rundt 200 ryttere til start i et typisk cupritt gjør sitt til at nivået er hevet med flere hakk sammenlignet med tilstanden noen år tilbake. Normalen er ofte at kun 20-40 ryttere fullfører et norgescupritt, de resterende blir tatt ut av rittet i det de ligger mer enn 3-5 minutter etter et hovedfelt. Med mange ferske ryttere i laget har det vært mye å lære, men flere har vist svært god progresjon utover i sesongen.

Ett av sesongens resultatmessige høydepunkt var fellesstarten i rankingrittet Østfold 3-dagers. Her ble Robin Mackenzie-Robinson nr. 3 og Martin Røeggen nr. 5. Laget var tilnærmet fulltallig til start slik at vi hadde muligheter til å utøve en viss taktikk, noe som fungerte svært bra. I sammendraget etter tre etapper fikk også Martin Røeggen en meget god 5.plass.

NM ble i 2011 arrangert i Skien og Porsgrunn. NC-laget stilte med ryttere i de aller fleste konkurranser. Den totalt sett beste plasseringen stod igjen Martin Røeggen for med 17. plass i et krevende gateritt, 8 sekunder etter vinneren.

Ranking

Norges cykleforbund har i 2011 også kommet med en lenge lovet rankingliste med oversikt over poeng inntjent i rankingritt og norgescup gjennom sesongen. I kvinner senior har klubbens tre beste kvinner vært Camilla Hott (utenfor gruppen, nr. 12), Gunn Hilleren (utenfor gruppen, nr. 17) og Henriette Evjen-Jansen (nr. 25). I menn senior har de tre beste vært Martin Røeggen (nr. 60), Halvor Landmark Tandrevold (nr. 93) og Stig Christiansen (nr. 113).

Ifølge rankingen har samtlige ryttere som er med videre i 2012, sanket poeng i 2011.

Sponsorer

Flere ryttere i laget har handlet Vipera sykler gjennom avtalen med Spinn. Spinn har gitt hver rytter to bukser og ett sett løse ermer og knær. Gjennom Spinn har vi også mottatt en kompresjonsbukse fra 2XU og en dekkpakke bestående av to dekk. Vi har også mottatt en begrenset mengde Maxim-produkter.

Utover dette har ikke laget hatt noen sponsorer.

Støtteapparat

Tilgang på praktisk hjelp før og under ritt er en forutsetning for å kunne prestere. Rye NC har i 2011 vært avhengig av å skaffe servicepersonell for langing og til bil foran hvert eneste ritt. Dette har vært en utfordring, og i mange tilfeller har rytterne selv

stått for langing dersom man har blitt tatt ut av rittene e.l. Dette fortsetter å være en utfordring i 2012, da behovet for støtteapparat er like stort.

Sportslige prestasjoner fra ryttere utenfor gruppen

Klubbens kvinner Camilla Hott, Gunn Hilleren og Cathrine Bjørkelund stod også for særdeles gode prestasjoner i årets NM i Grenland. Under individuell tempo vant Camilla Hott gull, og Gunn Hilleren fikk delt fjerdeplass. I lagtempokonkurransen vant de

overnevnte tre kvinner bronsemedalje.

En annen syklist som har gjort en bemerkelsesverdig innsats med Rye-fargene på kroppen er Marius Ronheim Heier. Marius har etter noen turer mellom Trondheim og Oslo konvertert til banesykling. Marius vant bronsemedalje i 1000m individuell start på den asfalterte utendørsvelodromen på Prestmoen i Stjørdal i august. Han var den eneste på pallen med internasjonalt godkjent banesykkel, noe som gjør prestasjonen desto sterkere.

Spinning i Rye sesongen 2011/12

Spinningtilbudet gjennom vintersesongen har fått en radikal ansiktsløftning i løpet av 2011. Fra tidligere sesonger med spinningøkter fordelt på flere ulike sentre i byen, er det gjort en samkjøring og systematisering av hva klubben tilbyr medlemmene denne vinteren.

Etter å ha analysert tidligere tilbud og gjort en spørreundersøkelse blant klubbens medlemmer fant vi at etterspørselen til et utvidet treningstilbud om vinteren faktisk var ganske stort.

Det ble jobbet etter en idé om å komme til en avtale med en treningskjede om leie av sal, med ønske om flere sentre og tidspunkt i løpet av ukedagene. Klubben var i møter med de to største treningskjedene – Elixia og SATS. Sistnevnte kom til slutt med det klart beste tilbudet, og klubben tegnet avtale med SATS med mulighet for leie av spinningsal hele 11 økter i uken á halvannen time. Det ble senere gjort justeringer i forhold til antall påmeldt, det reelle antallet økter klubben per i dag kjører på ulike SATS sentre er syv.

Instruktører

Det er også gjort et arbeid med å etablere en instruktørgruppe for spinningøktene. Intensjonen er å til en viss grad samkjøre treningsopplegg, og kontinuitet i forhold til tilbudet kommende sesonger. Gruppen teller i dag 7 faste instruktører, og ti reserver. Oppsummert kan klubben være godt fornøyd med utviklingen av tilbudet i 2011. Spinning er nå blitt langt mer tilgjengelig for alle klubbens medlemmer, uavhengig av gruppe og lag, som var den viktigste motivasjonen for årets arbeid. Øystein Bråthen har hatt ansvaret for utvikling av spinningtilbudet i Rye.

Nordmarka Rundt 2011

Det var store endringer i Nordmarka Rundt i 2011. Traseen ble lagt om. Det ble start og mål på Årvoll skole og rittet gikk på Trondheimsveien og Ringveien gjennom Oslo. Tiden ble tatt fra påkjøringsrampen på Trondheimsveien til rytterne kjørte av igjen etter runden rundt Nordmarka.

Det ble lagt økt vekt på markedsføring av rittet og deltageravgiften ble satt opp. Dette ga resulater og rittet ga i 2011 et betydelig tilskudd til driften av landeveisgruppen. Det ble deltagerrekord i 2011 med 730 deltagere. Det ble også satt ny rekord rundt Nordmarka med 3:37:27.

Vi benyttet også for første gang tidtagingsystem utviklet av mangeåring kasserer i Rye: Ståle Berg. Det ga visse innkjøringsproblemer, men vi føler vi allikevel hadde god kontroll.

Nordmarka Rundt ble i 2011 organisert av en arbeidsgruppe bestående av Gunnar Gulliksen som var rittleder, Anne Lise Lunner som dugnadsansvarlig, Per Dag Kolseth som rittansvarlig fra landeveisstyret og Per Chr Dæhlin.

Øyern Rundt 2011

Øyern Rundt ble som alltid avholdt den andre søndagen i august, dagen etter Oslo Triatlon. Nytt av året var oppdeling i fire puljer med seeding for å komme i første pulje. Dette ble gjort for å kunne takle den stadig økende interessen for rittet. I år var det hele 550 deltakere noe vi er veldig fornøyd med.

Sk Rye medlemmene gjorde nok en gang en fantastisk dugnadsjobb for å sikre at rittet igjen ble en suksess. Vi serverte vafler, cola, bagetter og diverse annen mat og drikke og deltakerne storkoste seg i målområdet selv om de ble relativt kalde etter en del regn mot slutten av rittet.

I 2012 er målet å øke deltakermassen enda mer. Hva med en dobling?

Landeveistyret har i 2011 bestått av

leder Per Christian Dæhlin

kasserer Jan Erik Breimo

sekretær Thorstein Wines

medlem Per D. Kolseth

medlem - tempo Cato Rokne

medlem - lille 40 Willy Nordnes

medlem - lille 35 Lars Åge Hjelseth

medlem - lille 30 Carl Jacob Sommerfelt

medlem - xp Anders Åsberg

medlem - rye 15 Frank Thommesen

medlem - rye 16 Geir Ove Roed

medlem - rye 19 Fredrik Nensin Berg

medlem - rye 22 Camilla Marie Trandum

NC Henriette Evjen-jansen

Spinning Øystein Bråten

Andre ansvarsområdet og ressurspersoner

Lisenser Erik Baardsgaard

Lisenser II Jørn Eriksen

Årsrapport for 2011 - Løpgruppen Sportsklubben Rye

Løpegruppens styrelse har i 2011 bestått av Petra Jacoby (ledare), Filiz Mahshid (kassör), Carl Fredrik Nordheim (informationsansvarig), Reidar Søbstad, Bjørn Peder Haugen och Marianne Andersen (styrelsemedlemmar). Inge Nasvik har hjulpet til att utforma intervalltreningen innendørs på Bislett. Tømm Kristoffersen ær utsedd till løpegruppas "helse & socialminister".

Løpegruppen startade med ett årsmøte/fest i februari under vilken Løpegruppens styrelse fastställdes. Dessutom presenterades årets planerade aktiviteter.

Intervalltråning

Precis som tidigare år har det hållits intervalltråning på tisdagskvällar. Under våren och sommaren trånades det vid Sognsvann och under høsten och vintern föregick tråningen i Frognerparken men då underlaget blev allt för halt förflyttade vi oss in till Bislett . Ett par tillfællen efter tråning på Bislett har vår socialminister sett till att vi samlats på en pub i nærheten før lite social samvaro.

Tekniktrening

Kristian Roald har hållt i tre tekniktreninger på banan oppe ved Sognsvann. Denne typen trening er noe vi har planer om att starta opp igen under våren.

Snabbdistans

På torsdagar har vi vart ett gæng som løpt snabbdistans. Vi samlas vid Frognerparken og løper ut øver Bygdøy.

Langturer

Det arrangerades en del langturer under sommaren høsten med utgangspunkt fra Skar i Maridalen. Dette var en del av førberedelserna inför Berlin Marathon.

Holmekollstafetten

Løpegruppa deltog i Holmenkollstafetten med både dame og herrelag. Dette var ett historisk øgonblick då damelaget (1:15:08) slog herrelaget (1:16:00) med hela 52 sekunder.

Ryeløpet

24. maj arrangerade Løpegruppen Ryeløpet Kongsskogen rundt før 12:e gången. 200 ivriga løpare stællde sig på startstrecken dvs en liten nedgång i deltagarantal jmf med året innan då det var 225 løpare som startade. Øystein Mørk fra Bøler IF friidrett vant på herresiden med tiden 16:11. På damesiden var det Kristine Helle fra IK Tjalve som stod før vinsten med tiden 18:15. Løpegruppas leder åkte til Australia på jobb og måtte derfor læmna øver ansvaret før arrangemanget på løpegruppas styrelse (som til størsta del består av medlemar som ikke vart med og arrangerat Ryeløpet tidiagre). Marianne Andersen tog på sig hovedansvaret og skøtte det hela galant. God planering av styrelsen samt god oppslutning av funksjonærer gjorde løpet till ett fint arrangemang.

Klubbmesterskapet

Løpegruppa ordnade med terrengløp på 5km før M/K 15-50+, 2km før M/K 10-14 og 1 km før de små i klassen M/K 6-9. Løypa gikk på sti og grusvei mellom Brekkekrysset og Hammeren.

Berlin Marathon

Det arrangerades en gemensam resa ned til Berlin før att deltaga i det berømda marathonet som hölls før 38:e gången med hela 40 000 løpare. Vi var 10 medlemar som førvæntansfulla åkte ned til huvudstaden. Vi blev alla postivt øværraskade øver hur væl oganiserat racet var. Ingve Nasvik løp snabbast og gjorde en strålande tid på 3:00:11.

Marathonresan var mycket uppskattad og alla var eniga om att løpegruppa bør arrangera gemensam deltagelse og resa til ett priorietrat marathon varje år. Vilket Marathon det blir før 2012 skall det tas beslut om på løpegruppas årsmøte i februari.

Ryes Høstfest.

Det føll på løpegruppas lott att arrangera Rye sin høstfest. Vi var lite sent ute med att boka lokal og efter mye letande bestæmde vi oss før Trollvannstua. Personalen var veldig vænlig og hjælpsam og såg till att vi vælkommandes med bål på utsidan hytta samt førsåg oss med både god mat og dricka.. Kort og gott en lykkad tillstællning.

Løpegruppas Styrelse

Løpegruppas styrelse ser ut till att ændras en god del 2012. Petra Jacoby avgår från sin post som leder men blir kvar som styrelsemedlem. Reidar Søbstad og Marianne Andersen blir kvar på sina poster som styrelsemedlemmar. Filiz Mahshid avgår som kassør men kan tænka sig att sitta kvar som styrelem om så skulle behøvas. Carl Fredrik Nordheim avgår från sin post som informations ansvarlig. Bjørn Peder Haugen tar øver kassørsposten og Inge Nilssen blir informationsansvarlig.

Løpegruppa planlegger ett årsmøte den 11:e februar hvor det blir det hållet nyvalg til styrelsen. Dærefter kan løpegruppas nye styrelse presenteras i sin helhet.

Petra Jacoby 2011 01 04

Årsrapport for skigruppa 2011

Høsten 2011

Skigruppa har at 2 treningsdager fra slutten av august til snøen kom. Rolige langturer på lørdagene i Lillomarka og Nordmarka med bra oppmøte. Mellom 10-20 stk har møtt opp på disse treningene. På torsdagene har det vært intervall med staver og her har det vært noe lavere oppmøte, ca. 5 - 10 stk som har deltatt. Videre så ble de arrangert en skisamling på Sjusjøen sisten helgen i November. Den ble noe amputert deltakermessing grunnet lite snø men de som var der fikk et bra utbytte av øktene. 2 skiøker i Natrudstilen samt en løpetur.

Resultatene har vært gode for skigruppa:

Birkebeinerrennet 2011

Vi var 77 stk som var påmeldt og gjennomførte for SK Rye noe som er meget gledelig. Og mange bra plasseringer.

Marit Synnevåg	2.plass K50-54
Gunn Hilleren	6.plass K45-49
Pål Cato Elshaug	7.plass M45-49

Torleif Haugs Minneløp 2012

Erik Gunnar Bjørge	3.plass M36-40
--------------------	----------------

HK Skimaraton 2012

Marit Synnevåg	1.plass K50-54
Pål Cato Elshaug	5.plass M45-46
Eirik Gunnar Bjørge	8.plass M40-45

Det er sikker masse flere bra resultater i andre renn men jeg har ikke oversikt over flere.

Mvh

Leif Ivar Soleim
Skigruppa
SK Rye

Årsrapport for terreng-gruppen 2011

Treningstilbud

Gruppen kjørte samme opplegget som for 2011 og startet opp rett etter påske med treningstilbud for alle interesserte mandag, tirsdag, torsdag og lørdag hver uke. Mandager har vi kjørt teknisk stitrening fra Sognsvann, tirsdag har vi prøvd å kjøre rolig langtur på grus, torsdager intervalltrening og lørdager langtur på sti/grus.

Det har vært fra ca. 10 syklister på det færreste til det nærmet seg slutten av juli og første halvdel av august hvor vi var opp mot 100 syklister på tirsdagsrunden. Etter Birken med kaldere vær ble det mer fokus på terrengsykling på sti mandager, lørdager og søndager. I denne perioden ble det lange stiturer nesten hver lørdag og søndag det var vær for det.

17. september var vi 11 stykker som syklet Five High på ca. 9 timer fra Grua-Sørkedalen via Nordmarkas 5 høyeste topper. Dette er fantastisk tur som flere burde være med på.

Vi avsluttet sesongen ca. 5. desember..

Roger har kjørt torsdagsintervaller med start fra Brekke som vanlig til litt ut i desember (få oppmøtte mot slutten).

Det er også gledelig å si at det har vært relativ god deltagelse av damer i 2011 på blant annet de tekniske treningene vi har hatt på mandager.

Konkurranser og arrangementer

Gruppen har ikke avholdt noen konkurranser eller arrangementer.

Resultater

Terrenggruppa har hatt gode resultater i mange terrengritt i løpet av 2011. Vi har hatt to klasseseiere i Ultrabirken for damer med Tone Kristin Larsen (K40) og Eva Storbråten (K50).

Gisle Langslet (M45-69) tok 2. plass i Grenserittet, mens Trond Overn vant sin klasse (M50-59) i Bukkerittet.

Ellers har det også vært god deltagelse og gode resultater i Nissan Cup og mange andre ritt.

I tillegg har det vært stor Rye deltagelse i Trans Germany der mange Rye syklister deltok.

Økonomi

Gruppen har arrangert fellestur til Skeikampen og Bukkerittet. Gruppen stod for overnattingen til de som ville være med ca. 12 stk. Ellers har det ikke vært noen utgifter i gruppen i 2011.

Årsrapport for Triathlongruppen - 2011

Gruppens leder og styre

Gruppens leder i 2011 har vært Line Amlund Hagen og kasserer har vært Dag Oliver.

Treningstilbud

Samarbeidet om svømmetrening med Oslofjord Triatlon klubb ble videreført i 2011. Tilbudet med fast svømmetid og trener på tirsdager har vært veldig populært blant Ryes triatleter. Gjennom sommeren var det fast svømmetrening onsdager i Sognsvann

Tyrifjorden ble også i 2011 utgangspunkt for Ryes triathlonrenningsleir. Gode sykkelmuligheter og en nyåpnet svømmehall i nærheten gjør området velegnet for formålet

Svømming for triathlon har vært tema for vinterens svømmesamlinger i Sandbekkhallen i Rælingen. Mange nye Rye-triatleter har møtt opp og samlingene har vært fulltegnet. Det har vært spesielt gledelig å se mange nye Rye-jenter som ønsker å prøve seg på triathlon.

Konkurranser og arrangementer

Oslo Triathlon ble arrangert 13. august 2011. Landeveisgruppen i Rye har tatt over ansvaret for arrangementet, men tri-gruppen bidro med sin kompetanse.

Resultater

Ryes triatleter var godt representert i arrangementer rundt om i landet, hovedsakelig i Masterklassene. Dessverre har noen av våre mest profilerte utøvere valgt å bytte klubb i løpet av året, men det er heller ikke uventet gitt Ryes profil.

Statistikk

Gruppen hadde 142 medlemmer i 2011

Line Amlund Hagen

Leder av Triathlongruppen