



# Årsberetning

## Tyrving IL - Friidrett

2022

## Oppsummering av 2022

**Verden er tilbake til hverdagen, og 2022 ble et tilnærmet normalt friidrettsår etter to år med pandemi. I 2022 feiret klubben 100-årsjubileum, vi åpnet ny stadion på Rud og sa samtidig farvel til Nadderud, og vi arrangerte Junior-NM på ny stadion sammen med Asker. Pandemien har imidlertid gitt oss noen utfordringer med endel frafall, og alle de store arrangementene våre, både på bane og Fornebuløpet, bar preg av det.**

I 1922 ble idrettsklubben vår, som noe senere skiftet navn til Tyrving, stiftet, og 100-års jubileumet markerte vi i mai med en stor fest sammen Tyrvings andre halvdel, orienteringsgruppa, på klubbhuset.

Den nye stadion på Rud, med navnet BIP (Bærum Idretts Park) skulle egentlig stått ferdig høsten 2021, men ble forsinket og ble ferdigstilt sommeren 2022. Derfor arrangerte vi Tyrvinglekene på Nadderud for siste gang i juni, og sa deretter farvel til Bekkestua og Nadderud. Det er litt vemodig etter 60 år, samtidig har vi en flott flunkende ny stadion på Rud vi har tatt i bruk. Det er spennende med ny lokasjon; Rud ligger lenger fra Bærum Øst og Oslo Vest, og tilsvarende nærmere nye rekrutteringsområder. Samlokalisering med innendørshallen er svært nyttig, nå er all friidretten vår samlet på Rud.

Den nye stadion ble åpnet i august til Junior-NM som Tyrving arrangerte sammen med Asker skiklubb – friidrett. Arrangementet gikk bra, men med dårlig økonomisk resultat. Sportslig var det bra med fire gull til Tyrving, inkludert stafett for herrer.

Resultatene fra sesongen ellers er oppsummert senere i årsmeldingen, men det er klart at elitestallen i klubben er tynn, og tydelig at for tiden hevder Tryving seg godt som ungdomsklubb og mindre godt som eliteklubb.

Først og fremst er imidlertid Tyrving Norges største friidrettsklubb for barn og unge. Denne posisjonen er kanskje i fare, for pandemien har satt sine spor. Verst har det gått ut over stevnedeltakelsen, og i mindre grad for deltakelsen på treninger. Det er derfor en tydelig ambisjon for 2023 at stevnedeltakelsen skal opp, samtidig som vi skal jobbe videre med rekruttering til alle grupper.

Arrangementene har vært Tyrvings signatur i alle år, og her er frafallet etter pandemien i idretten generelt en utfordring. Den andre store prioriteringen i år er derfor å få Tyrvinglekene inne og ute opp på samme størrelse vi hadde før pandemien. Til det trenger vi foreldredeltakelse, og da vil jeg igjen minne om at arrangementene er drevet av frivillige, og vi trenger 'all hands on deck' til å få arrangert Norges to største friidrettsstevner. Samtidig vil vi også ha flere små friidrettsstevner i året som kommer for å 'trene' våre utøvere på å konkurrere.

Økonomisk ble 2022 et svært utfordrende år. Vi hadde budsjettert for underskudd og økte utgifter i første år med 2 fulltidsansatte, men ikke med at aktivitetsnivået samtidig skulle gå ned. Heldigvis har vi kaptial vi kan bruke av, men det er viktig at vi snur den økonomiske utviklingen i 2023. For å gjøre dette er arrangementer viktigst, mens totalt aktivitetsnivå fra antall utøvere, og markedsaktiviteter er også viktig.

Avslutningsvis vil jeg rette en stor takk til utøvere, foreldre, tillitsvalge, trenere, ansatte og alle andre som har stilt opp for Tyrving i 2022!

Sverre Alvik, styreleder Tyrvings Friidrettsgruppe

## Styrets sammensetning

Styret	Leder	Sverre Alvik
	Nestleder	Jo Nesse
	Styremedlem	Espen Ødegård
	Styremedlem	Solveig Dalan
	Styremedlem	Siv Merethe Skorpen
	Styremedlem	Øyvind Fjeld
	Styremedlem	Svenn Are Svarlien

## Øvrige tillitsvalgte

Administrasjon		Marius L. Igesund Morten Jensen Kirsten Larsen
Arrangementsutvalget	El-tid	Borger Warlo, Anders Levorsen, Snorre Grimsby, Petter Bjerkaas
	Administrasjon	Benedikte Kallåk, Kristen Larsen, Lene Johansen, Bent Kristiansen, Bente Carlson, Siv Merethe Skorpen, Svenn Are Svarlien
	Kiosk	Marita Ådland
Andre verv	Varamedlem Hovedstyret	Øystein Kværner
	Fornebuløpet	Espen Ødegård, Øyvind Fjeld
	Tyrving-statistikk	Audun B. Petersen
	NFIF/Statistikk- og rekordutvalget	Jo Nesse
	AFIK – Varamedlem styret	Espen Ødegård
	AFIK – Varamedlem styret	Benedikte Kallåk
	AFIK - Revisjon	Kirsten Larsen

## Medlemstall

Pr. 31.12.2022 er det registrerte antall medlemmer i Tyrving IL's friidrettsgruppe, med følgende alders- og kjønnsfordeling:

### Medlemsutvikling

	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Jenter t.o.m 16 år	210	174	211	184	192	196	158	134	173
Kvinner 17 år og eldre	106	136	104	114	108	105	109	118	101
Gutter t.o.m 16 år	172	161	186	210	196	201	174	153	209
Menn 17 år og eldre	129	168	149	154	143	145	147	148	134
<b>SUM</b>	<b>617</b>	<b>639</b>	<b>650</b>	<b>662</b>	<b>639</b>	<b>647</b>	<b>588</b>	<b>553</b>	<b>617</b>

## Strategi

Tyrving friidrett har en strategi for 2020-2025 ([Link](#)), med visjon om å være beste friidrettsklubb i Norge for utøvere, trenere, tillitsvalgte og foreldre, der vi framhever verdiene kvalitetsorientert, nytenkende og inkluderende.

Videre har vi etablert mål og tiltak innenfor blant annet idrett (bredde og elite), rekruttering, trenere, arrangement, økonomi og sosialt. Hvert høst går styret gjennom status og gjør nødvendige oppdateringer.

Oppdateringen i 2022 setter tydlige mål om å få på plass en økning i aktivitetsnivået tilbake til nivået fra før pandemien, og ikke minst økning av stevnedeltakelsen. Økonomien må også tilbake på et sunt nivå etter et år med stort underskudd. Til dette trenger vi hjelp fra foreldre; alt kan ikke gjøres som betalt arbeid av ansatte og trenere.

Hensikten med å ha en strategi er at den skal gi alle i Tyrving en overordnet retning for det vi driver med og hjelpe oss med å gjøre de riktige prioriteringer i daglig drift. Det er også en viktig motivasjon som viser oss alle hvordan de små gjøremål fra hver enkelt bidrar til en stor og viktig helhet. Vi oppfordrer alle i Tyrving til å sette seg inn i strategien og komme med innspill til gjennomføring og forbedring.

## Økonomi

Regnskapet for 2022 viser et underskudd på kr 878.605 mot et overskudd på kr 468.137 foregående år. Brutto driftsinntekter er kr 5.975.169 mot et budsjett på kr 4.900.000. Brutto driftskostnader er kr 6.927.708 mot et budsjett på kr 5.528.000. Det må nevnes at totalregnskapet for NM jr. er ført inn i Tyrving's regnskap på inntekt- og kostnadssiden.

For å vise det reelle økonomiske omsetning er regnskapet satt opp etter bruttoprinsippet, slik at man kan se inntekter og kostnader. Likviditetsreserven anses som tilfredsstillende. Det vises til utførlige økonomirapporter i årsberetningen. Det må bemerkes at regnskapet ikke er godkjent av revisor; det gjøres først i det konsoliderte regnskapet for Tyrving IL.

## Treningsavgift

	Pr. Halvår
Allidrett 4-6 år	Kr 1350
Allidrett 7-9 år	Kr 1450
Allidrett 10-12 år	Kr 1550
Generell Friidrett f.2012-2013	Kr 2900
Generell Friidrett f.2010-2011	Kr 3200
Øvrige grupper	Kr 3500

## Allidrett 4-12 år

Allidrettsutvalget har jobbet godt med allidretten i 2022. Et helt år «uten» koronarestriksjoner. Komiteen består av 2 foreldre, 1 styremedlem i tillegg til daglig leder og hovedtrener (allidretten). Flytting fra Nadderud til Rud i sommer var spennende ift rekruttering av barn i vårt nye nærmiljø.

Vi har utvidet tilbudet til barn ned i 4 år samt til 12 år. Vi ser at frafallet er mindre for de som er 10+ etter å ha innført Allidrett for 10-12 år. Flere blir med over i Generell friidrett (historisk så er det få som er med i Allidrett som begynner med Generell friidrett).

Konseptet med «lekene» har vært gjennomført vår, sommer, høst samt nisseleker. Konseptet består av flere elementer; gøy med friidrett, inviter en venn, merkevarebygging via bla logo, flotte premier med premiepall og salg av Tyrving effekter. Dette konseptet vil bli bygget videre på i 2023. Mål; alle barn i vårt nærområde skal ha lyst til å delta på disse lekene. Kolsåscenteret er med som partner for 2023 og med et spesielt fokus på nisselekene (Kolsåscenterets Nisseleker). I tillegg til «lekene» vil det bli åpnet opp for barn ned til 6 år på Tyrvinglekene i sommer.

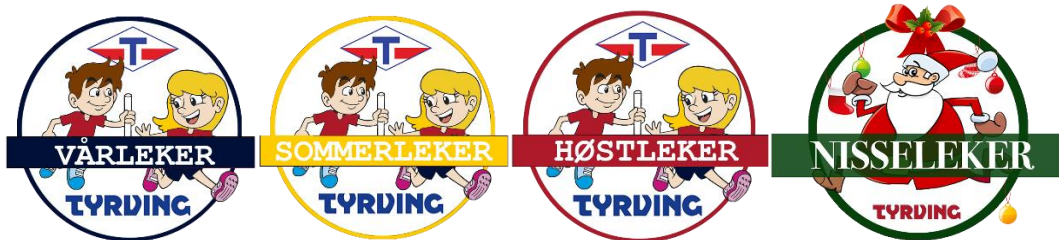
I tillegg til leker for egne og inviterte barn arrangerte vi Landslagets Friidrettskole for barn 6-12 år (sommerskolen). Sommerskolen er planlagt videreført i 2023. Vi har sammen med forbundet etablert et SFO opplegg i samarbeid med Levre skole.

Vi er medarrangør i barnelekene på Fornebu. I 2022 ble dette gjennomført igjen i Middelalderparken med en kort og lang løype. Dette var en fantastisk opplevelse for barna (en grønn oase for oss selv). Vi har stor tro på å videreutvikle dette konseptet og i stedet for noen hundre barn kunne få med noen tusen. Et enormt potensial for rekruttering og inntekt til klubben.

Følgende status fra 2022:

- 1 trener pr 10 barn
- Allidrett ute, 171 barn (mål 220 innen 2023) (227 i 2021)
- Allidrett inne, 126 barn (mål 120 innen 2023)
- Barneleker 383 barn
- Sommerskolen (2 uker): 128 barn
- Fornebuløpet: 123 barn
- SFO: 45 barn

Antall barn i Allidrett ute gikk en del ned i 2023 mens inne hadde en økning. Ute 2023 vil vise om vi har klart å rekruttere barn i vært nye nærområde. Vi ser store muligheter til å ytterligere å rekruttere barn til Tyrving. Dette arbeidet vil fortsette i 2023.



## Idrett

### TRENINGSGRUPPER OG TRENERE

Tyrving IL – Friidrett arrangerer friidrettstrening for 10 åringer til og med senior. I 2022 har vi også fått i gang en noe beskjeden veterangruppe som vi håper vil blomstre i 2023. I tillegg får de som ønsker å hospitere eller bytte fra allidretten til friidrett lov til dette. Etableringen av allidrett for 10-12 åringer har ikke ført til ett frafall i generell friidrett fra forrige utendørssesong. I denne aldersgruppen var det totalt 28 (f.2012), 38 (f.2011) og 24 (f.2012) deltagere med på treningene i 2022, noe som er tall tilnærmet likt 2021 og 2020 (Covid-19 år).

Tyrving IL – Friidrett har som mål at samtlige utøvere i sine Generell Friidrettsgrupper (10 til 13 år) i løpet av hvert semester skal få en innføring i samtlige friidrettsøvelser. Dette er en utfordrende målsetning, da det er få trenere som har dybde kompetanse innenfor samtlige øvelser. Vi jobber derfor for at våre trenere skal søke kunnskap og gi våre utøvere den innføringen som er nødvendig for å få en generell kompetanse innenfor alle øvelser. Fra og med 14 år ønsker vi fortsatt å gi et tilbud om generell friidrettstrening, samtidig som vi åpner for spesialisering gjennom vår Rekruttgruppe. Utøverne kan selv velge om de ønsker en generell friidrettstrening eller å spesialisere seg inn mot enten distanse, sprint, hopp og/eller kast.

For utøvere fra 15 år og eldre har vi spesialisering innenfor, sprint, hopp, mellomdistanse og kast. Vi har også i 2022 hatt en generell friidrettsgruppe i denne årsklassen som utgjør 8 utøvere som per 2022 ikke ønsker å delta i en spesialiseringsgruppe.

### TRENINGSGRUPPER:

Gruppe	Trenere	Antall trenere i uken	Utøvere (31.12.22)
Generell Friidrett f. 2013	2 trenere	2 treninger i uken	28 utøvere
Generell Friidrett f. 2012	2 trenere	2 treninger i uken	38 utøvere
Generell Friidrett f. 2011	2 trenere	2 treninger i uken	24 utøvere
Generell Friidrett f. 2010	2 trenere	2 treninger i uken	24 utøvere
Rekrutt f. 2009	3 trenere	3 treninger i uken	41 utøvere
SLTH f. 2007-2008	1 trener	3 treninger i uken	8 utøvere
Distanse Yngre	1 trener	3 treninger i uken	25 utøvere
SLTH Yngre Elite	3 trenere	5 treninger i uken	34 utøvere
Elite (Sprint/Hopp/Distanse/Kast)	1 trener pr. gruppe	5 + treninger i uken	17 utøvere

## TRENERE:

Følgende trenere har vært engasjert:

Allidrett:	Kristina Vatnar Lie, Miranda Lauvstad, Sophia Borgen, Anna Svarlien, Hannah Bergh, Hedda Helgheim, Øyvind Staver og Hanna Daniel De Younge
10 år:	Sebastian Sellbek, Hampus Åstrand
11 år:	Hilde Osnes, Ragnhild Lindhjem-Godal
12 år:	Lars Schnell, Kristina Vatnar Lie
13 år:	Christian Lervik, Sebastian Selbekk, Jørgen Loennechen
14 år:	Jon Fiva, Lewis Kjemhus
15 år:	Sebastian Selbekk, Eli Bekken
16-17 år:	Petter Gulliksen, Petra Stepankova, Morten Jensen, Jakub Opočenský, Ivars Čakurs
Elite Sprint/hekk:	Stephan Johansson, Erik Pettersson, Hans Rune Rønningen, Roy Windjusveen
Elite Hopp:	Dietmar Mögenburg,
Elite Kast:	Jo Nesse
Elite Mellomdistanse;	Eystein Enoksen

## TRENINGSSTEDER:

Utetreningen har foregått på Nadderud Stadion og utendørs på den nye friidrettsstadion fra og med august 2022. Innendørstreningen har i det alt vesentlige foregått i hallen på Rud, men også Bislett og friidrettsbanen på Norges Idrettshøgskole har vært benyttet i noen av elitegruppene.

## TRENINGSLEIRE/TURER:

Det ble arrangert fellesturer til UM innendørs i Steinkjer, UM i Trondheim og sr. NM i Stjørdal.

## FRIIDRETTSHALLEN BÆRUM IDRETTSPARK

Vi har i 2022 hatt det 9. året med all innendørstrening i hallen. Forholdene i hallen er i det alt vesentlige meget tilfredsstillende. Klubbens trenere fortsetter å forbedre infrastrukturen og utstyrsnivået. Hallen utvikles stadig med smarte løsninger av arealet og innkjøp av skadeforebyggende utstyr. Her, som på alle områder knyttet til bruk av hallen, har vi hatt et utmerket samarbeid med hallbestyrer Mikkel Røsok og hans medarbeidere.

## Oversikt over medaljevinnere i norske mesterskap 2022:

Gjennom 2022 kom vi gradvis tilbake til normalen og norsk friidrett fikk gjennomført alle de tradisjonelle mesterskapene. Litt tynn innendørs sesong ble det riktignok, mens vi for utendørs sesongen hadde alle muligheter, men slet med treghet i systemet etter nedstengningen. Dermed ble det en ganske radikal nedgang i antall starter både ute og inne sammenlignet med normalsituasjonen før pandemien.

I det hele tatt er det en bekymringsfull nedgang i stevnedeltagelsen fra våre utøvere. Denne er klart mer markert enn for resten av friidrettsnorge. Dette forplanter seg oppover i hierarkiet og vi har nå dramatisk mange færre mesterskapskvalifiserte både til NM, JNM og UM enn i glansdagene for få år siden. Her har vi en klar utfordring i årene fremover. La oss håpe at det gode initiativet med klubbstevner omtrent annenhver uke gjennom året kan bidra til å snu denne trenden.

### NM SENIOR, STJØRDAL

Litt flatterende blide av vår innsats her siden det er relativt lettkjøpte medaljer i paraklassen. Imidlertid er jo særlig Ida i verdensklasse i normalsituasjonen, men hun fikk sesongen spolert av sykdom. Sondre fornektet seg ikke med nytt gull – i sin første konkurranse siden han ble norgesmester året før! Sigrid tok en ny medalje, mens vi dessverre måtte klare oss uten landets beste sprinter i NM – Helene var skadet. En ellevteplass i poengstatistikken er langt under vår målsetning for senior-NM.

GULL	SØLV	BRONSE
Ida Nesse, Kule	Ann Selda Deliler, 100m	Sigrid Alvik, 3000m hinder
Sondre Alexander Høyland, Spyd		
Ida Nesse, Spyd		
Ida Nesse, Diskos		

### JUNIOR NM, BÆRUM

Selv om mesterskapet gikk på hjemmebane, fortsatte nedgangen i antall medaljer. Vi hadde 11 i 2020 (i et amputert mesterskap), 9 i 2021 og endte opp med 7 i 2022. Det var gledelig med fin hekkeløping av Jonathan og Sigurd, flott stafettinnsats og et velfortjent nytt høydegull for Hedvig og positive overraskelser i lengde med bronse til både Simen og Kaja. Men vi noterer oss også at det var syltynt i kast og på mellomdistanse – for sistnevnte delvis som en følge av sykdom og skader.

GULL	SØLV	BRONSE
Hedvig Kallåk, Høyde		Simen Gimnes, Lengde
Markus Le Fjeld, Jonathan Hertwig-Ødegaard, Christian Nicholas Wright, Sigrud Clementsen, 1000m stafett		Kaja Carlsen-Brown, Lengde
Jontahan Hertwig-Ødegaard, 110m hk		
Sigurd Clementsen, 400m hk		



## UNGDOMSMESTERSKAPET, TRONDHEIM

Nok en gang var det UM som var sommerens opptur. Ny flott helg i Trondheim med 15 medaljer – én mindre enn fjorårets mesterskap samme sted. Markus var vår forgrunnsfigur med tre gull og tre sølv, mens Jonathan hadde gull og tre sølv. Flere flotte plasseringer for øvrig – og ikke minst gjennombrudd for Sophia som tok sin første mesterskapsmedalje!

GULL	SØLV	BRONSE
Christian Nicholas Wright, 100m	Camilla Dahl Kristiansen, 400m	Sophia Oliva Borgen, Lengde
Jonathan Hertwig-Ødegaard, 100m hk	Jonathan Hertwig-Ødegaard, Kule	
Kaja Carlsen-Brown, Lengde	Markus Le Fjeld, 100m	
Markus Le Fjeld, Tresteg	Sigmund Le Fjeld, Tresteg	
Markus Le Fjeld, 110m hk	Markus Le Fjeld, Lengde	
Sigurd Clementsen, 400m hk	Jonathan Hertwig-Ødegaard, Diskos	
Hedvig Kallåk, Høyde	M. Le Fjeld, Hertwig-Ødegaard, Wright & Clementsen, 1000 m stafett	
Markus Le Fjeld, 200m		

## NM INNENDØRS, Ulsteinvik

Gledelig innsats der vi vel må sies å ha fått full uttelling med gull til både Helene, Hedvig og Ida. De to sistnevnte klarte jo også hver sin sølvmedalje, mens Ann Selda i sitt første mesterskap for Tyrving fikk en fin bronse.

GULL	SØLV	BRONSE
Ida Nesse, Kule	Hedvig Kallåk, HUT	Ann Selda Deliler, 60m
Helene Rønningen, 60m	Ida Nesse, 60m	
Hedvig Kallåk, Høyde		

## UM INNENDØRS, STEINKJER

Årets desiderte høydepunkt når det gjelder klubbens idrettslige meritter! Eventyrlige 22 medaljer og suverent beste klubb både på medalje- og poengtabellen. Markus fikk pokalen til beste gutt i mesterskapet etter siden storeslem der han tok fem individuelle gull! Jonathan var også en forgrunnsfigur i Steinkjer med gull i så ulike øvelser som 60 meter hekk, stav og kule samt sølv på stafett, bronse på 400 og finaleplass på 60 meter. Det blir strålende mangelkamp av slikt! Vi tar selvsagt også med at Simen og Camilla vant hvert sitt første UM-gull, at Christian igjen var kjappest til bens i G16 og at vi fikk flere nye fjes opp på seierspallen under mesterskapet!

GULL	SØLV	BRONSE
Markus Le Fjeld, Tresteg	Christian Nicolas Wright, 60m	Jonathan Hertwig-Ødegaard, 400m
Simen Gimnes, Tresteg	Wright, Hertwig-Ødegaard, M. Le Fjeld, S. Le Fjeld, 4x200m	Ida Brekke Melzer, 800m
Markus Le Fjeld, 60m hk		Miranda Lauvstad, 60m
Jonathan Hertwig-Ødegaard, 60m hk		Jørgen Brenna Loennechen, Kule
Camilla Dahl Kristiansen, 400m		Miranda Lauvstad, 200m

Jonathan Hertwig-Ødegaard, Stav		Kaja Carlsen-Brown, Lengde
Markus Le Fjeld, 60m		Camilla Dahl Kristiansen, 200m
Markus Le Fjeld, Lengde		Kjemhus, Rye, Svarva, Kamanzi, 4x200m
Markus Le Fjeld, 200m		Kristiansen, Berg, Carlsen-Brown, Lauvstad, 4x200m
Jonathan Hertwig-Ødegaard, Kule		
Christian Nicolas Wright, 200m		

## LERØYLEKENE, RJUKAN

Det var her varsellampene for alvor har lyst de siste årene. Vanligvis har vi hatt med godt over 20 deltagere i dette stevnet. I fjor var det vel bare tre som stilte til start, og med det i mente får vi kanskje glede oss over at vi tross alt økte radikalt til 12 deltagere denne gangen. Men det er langt frem til gammel storhet, og skremmende at det ikke var en eneste gutt i 14-årsklassen som deltok. Lina Svarlien var som ventet vår stjerne på Rjukan med tre gull og en sølv, mens tre av de andre ivrige jentene fikk uttelling for iherdig trening – Mia, Alvilde og Elise. Så får gutta ta en real skjerpings til neste år!

GULL	SØLV	BRONSE
Lina Svarlien, Kule	Mia Mathilde Andersen, 600m	Alvilde Dalan, 1000m kappgang
Lina Svarlien, Lengde	Lina Svarlien, Høyde	Elise Sandvik Tornberg, Lengde
Lina Svarlien, Tresteg		

## NM STAFETTER, ÅS

Som vanlig. Må det vel være lov å si, var Tyrving den dominerende klubben under stafett-NM. Det skyldes delvis at vi ofte har hatt flere gode lag, men også en skuffende dårlig deltagelse. Igjen tok vi godt for oss i medaljefatet med tre gull, en sølv og tre bronse.

GULL	SØLV	BRONSE
Miranda Lauvstad, Helene Rønningen, Alice Ulla Berg og Kaja Carlsen-Brown, 4x100m KS	Miranda Lauvstad, Mille B. Berg, Camilla Dahl Kristiansen, Kaja Carlsen-Brown, 4x100m KJ	Christian Wright, Kristian Drabløs, Sigurd Clementsen og Sondre A. Vik, 4x100m MJ
Camilla Dahl Kristiansen, Mille B. Berg, Kaja Carlsen-Brown, Miranda Lauvstad, 4x400m KJ		Sophia Borgen, Hannah Emile Bergh, Alma Kolseth og Miranda Lauvstad, 4x400m KS
Sigurd Clementsen, Sigmund Le Fjeld, Christian Wright, Kristian Drabløs, 4x400m MJ		Samuel Gyedu, Einar Johannes Rye, Even Pettersen og Kim Kamanzi, 4x100m MS

## UM MANGEKAMP INNENDØRS, BÆRUM

Miranda (og Ida Leir) prøvde seg her i femkamp og Miranda klarte en fin bronsemedalje etter en overraskende god serie. Dette ga tydeligvis mersmak, for hun har fokusert på mangekamp senere og er nå på stipend som syvkjemper ved universitetet i Mankato, Minnesota!

GULL	SØLV	BRONSE
		Miranda Lauvstad, U20

## NFIF-SERIEN

Dessverre har det vist seg vanskelig å mobilisere utøverne til en innsats for klubben i seriesammenheng. Andre klubber har frenetiske innspurter hver høst for å sikre seg ekstrapoeng til prestisjefylte plasseringer og opprykk. Dette reflekteres i at vi nå falt ned til sjetteplass i serien for menn og for første gang på over ti år ikke var blant de to beste for kvinner. Vi klarte heller ikke opprykk til førstedivisjon med annetlaget for kvinner. Med bedre oppslutning og noen krafttak i odde øvelser etter at mesterslapene er unnagjort, kan vi ende opp med en helt annen fasit. La oss håpe dette lar seg gjøre i 2023!

## REPRESENTASJONSOPPGAVER

Fem av våre utøvere deltok i sommer i internasjonale mesterskap. Mest imponerende var vel Jonathans innsats under U18-EM i Jerusalem der han løp på det knallsterke stafettlaget som tok sølv og dessuten tok seg til semifinale på hekk – til tross for at han fikk mesteparten av sesongen ødelagt av skader. På jentesiden var Hedvig igjen vår beste med en flott sølv i nordisk.

U18 EM, Jerusalem	
Jonathan Hertwig-Ødegaard	Nr. 16/110mhk
Jonathan Hertwig-Ødegaard	Nr. 2/stafett

VM U20, Cali	Resultat
Sigrid Alvik	Nr. 20/3000mh

NORDISK MESTERSKAP, Malmø	
Hedvig Kallåk	Nr.2/Høyde
Jonathan Hertwig-Ødegaard	Nr.4/110mhk
Miranda Lauvstad	Nr.4/Lengde
Sigurd Clementsen	Nr.6/400mhk

Nordenkampen, Uppsala	
Helene Rønningen	Nr.3/60m
Hedvig Kallåk	Nr.6/Høyde

## ARRANGEMENT

Følgende stevner ble gjennomført i 2022:

Dato	Stevne	
21.01.2022	Sprint stevne elite	17 deltagere
12.-13.02.2022	Tyrvinglekene innendørs	874 deltagere, 2293 starter
9.-12.06.2022	Oslo Sportslager Tyrvinglekene 2022	1264 deltagere, 3166 starter
26.-18.08.2022	Jr. NM	510 deltagere, 962 starter
17.09.2022	Kaststevne – Slegge & Diskos	8 deltagere
18.09.2022	Kaststevne – Spyd & Slegge	7 deltagere
29.10.2022	Kaststevne – Kule & Diskos	5 deltagere
30.10.2022	Kaststevne – Slegge & Spyd	8 deltagere

### Tyrvings dommere og startere:

#### Forbundsdommere

Heidi Hvistendahl	Elin Nicolaisen	Margot Haave
Lotta Legernes (+kretsstarter)	Arne Aas	Thore Erik Thoresen
Angela Pütch	Benedikte Kallåk	Bente Festøy

#### Kretsdommere

Brit Alfheim	Sverre Alvik	Geir Ankarstrand
Bente Carlsen	Kirsten Larsen	Jon Fiva
Morten Hvistendahl	Hans Magne Ådland	Øyvind Fjeld
Jo Nesse	Morten Haave	Svenn Are Svarlien
Gerd Berit Rekve	Kristin Kaggerud	

I starten av 2023 har vi hatt 11 dommeraspiranter som vil bli kretsdommere i løpet av året.