

ÅRSBERETNING 2025 for TYRVING ORIENTERING

Styrets sammensetning:

Leder, økonomiansvarlig:	Svein S Jacobsen
Arrangement:	Per Kristian Ekeberg
Rekrutt & Talentutvikling:	Åsa Franzen
Tur-o/mosjonsorientering:	Arne Tiltnes
Bredde/Sosial:	Nora Skauen

Andre verv/ansatte:

TET (junior/senior/elite), O-Ung:	Kenneth Buch (ansatt trener)
Klubbttøy:	Solveig Sikkeland
EKT-utstyr:	Aud Spjelkavik
Løpsregnskap/Statistikk/ Tyrving pokalen:	Siri Spjelkavik
Tyrving hjemmeside/webredaktør	Karl Fremstad
Trenere:	Kenneth Buch (80%) Emil Ahlbäck (30%)

IOF:

Chair IT commision:	Henning Spjelkavik
---------------------	--------------------

Andre Verv i Hoved klubben Tyrving IL

Styrets nestleder:	Camilla Stridsklev
Styremedlem og leder klubbhusstyret:	Frode Kamsvåg
Klubbhuskomite:	Frode Kamsvåg, Dag Kolberg
Valgkomite, medlem:	Per Øhlchers
Kontrollkomite:	Bjørn Henning Grandal

Styret har i styreperioden avholdt 5 styremøter og ellers brukt e-post, telefon og Teams til å avklare løpende saker.

SAMMENDRAG AV O-ÅRET 2025

Orienteringsgruppa hadde 377 betalende medlemmer (367 i 2024).

Hver komité har vedlagt en rapport for sin aktivitet. Her følger et sammendrag:

Tyrving markerte seg også som en av verdens 7 beste stafettklubber på herresiden. Bredden vi har i vår herretropp er blant de beste i verden. Damene presterer solid blandt topp 25. Det finnes igjen i 2025 riktig mange lyspunkter og gode resultater blant ungdom og junior. Spesielt Bjørnar Peiklis prestasjon på NM-lang med en flott bronse medalje var et høydepunkt. Jacob Finstad Lands solide vår som ble belønnet med en plass på det norske laget til ungdoms-EM. Våre ungdommer prestasjoner på hovedløpet, hvor alle deltakere fikk en topp 20 plassering, Wilma Stopar vant langdistanse og i tillegg fikk både Silje Ekeberg og Wilma Stopar bronsemedalje.

- Herrelag ble nr. 9 og 7 i hhv 10-mila og Jukola
- Tyrving lag 1 ble nummer 30 på 25manna
- Damelaget ble nr. 22 og 37 i hhv 10mila og Jukola
- Herrenes 2. lag ble nr. 23 og 26 i hhv 10-mila og Jukola.

- I 15-stafetten ble det 2. plass og to fullførte lag
- Bjørnar Peikli sin NM-bronse på langdistansen ble klubbens beste resultat i årets NM
- Jacob Finstad Land ble uttatt til ungdoms-EM
- Wilma Stopar vant HL langdistanse og tolk bronse på sprinten
- Silje Egeberg vant bronse på langdistansen
- KM-medaljer til mange av våre ungdommer

Vårt faste kretsløp Ivar-O-løpet ble arrangert som mellomdistanse, og var et delarrangement i Trimtex-cup 16. august fra Sollihøgda barnehage. Løpet samlet litt over 300 deltagere i strålende vær med Per Kristian Ekeberg som løpsleder og Ingrid Gulbrandsen og Hans Petter Mathisen som løypeleggere.

Videre har vi arrangert vintergateløp, rekruttløp, klubbmesterskap og Skumringskampen.

Rekruttkomiteen har hatt et aktivt år, med et høyt antall rekrutter. I år har det på det meste vært ca. 30 barn som har deltatt på rekrutt treningene. Totalt har 40 barn vært med på kurset som var gratis grunnet økonomisk støtte fra NIF's inkluderingsprosjekt. Utfordringen videre blir å beholde interessen fra de barna som nå er med.

Flaggsprettene turorientering ble i 2025 arrangert for 54. gang, og med 1.417 registrerte deltakere og 100.577 postregistreringer var Flaggsprettene også i 2025 en av Norges 4 største turO-arrangører. Antall poster, antall postregistreringer og deltakerantallet var 5-10% høyere, og antall solgte kartheft (800) omtrent det samme som i 2024.

Tyrving har også, for 10. gang, gitt et mosjonstilbud i nærområder gjennom foreningen «Stolpejakten» og deres app-løsning. Også i 2025 benyttet Stolpejakten 4 av Flaggsprettens nabolags-turer, supplert med en ekstra tur i Sandvika. Antall poster, antall postregistreringer og deltakerantallet har aldri vært høyere; 5.568 personer har registrert til sammen 119.648 stolpebesøk på årets 63 stolper.

Foruten å være et meget godt besøkt mosjonstilbud til de som ønsker orientering og postjakt uten tidtaking, så gir dugnadsarbeidet i Flaggsprettene turO et betydelig bidrag til o-gruppas økonomi.

SPORTSLIG AKTIVITET

Kenneth Buch	Sportslig leder/Koordinering 20% stilling
Kenneth Buch	Klubbtrener i 60% stilling
Emil Ahlbäck	Assistenttrener i 30% stilling
Solveig Sikkeland	Styrketrening, klubbttøy og sponsorer
Solveig Egeberg/Kaja Tiltas	Ambassadør og organisering ungdom
Katrine Finstad/Roger Telle-Hansen	Ambassadør og organisering junior
Uttakingskomité (UK)	Arne Tiltnes, Björn Widén, Kenneth Buch (H-senior) Marianne Njåstein, Emil Ahlbäck, Kenneth Buch (D-senior) Nora Skauen, Emil Ahlbäck, Kenneth (ungdom/jr)
Sportslig utvalg	Marianne Njåstein, Torgeir Nørbech, Kristine Fjeldbo Ekeberg og Christian Grotnes.

Mange personer har vært involvert i det sportslige opplegget som i år har omfattet ungdom, junior/senior, og tilbud til hele klubben. Utvalget har hatt ansvaret for den sportslige virksomheten over rekruttalder. De viktigste oppgavene har vært:

- Organisering og gjennomføring av klubbens lokale treningstilbud (sommer og vinter)
- Oppfølging sportslig og sosialt av ungdommer i alderen 13-16 år (O-Ung)
- Spesielle tiltak for å bygge bro mellom rekruttgruppa og O-Ung
- Treningsoppfølging av juniorer/seniorer som ønsker det
- Administrativ oppfølging av senior/junior; tilrettelegging og sesongplanlegging
- Alt rundt treningssamlinger
- Laguttak, reiseopplegg og annet i forbindelse med stafetter
- Reiseopplegg og oppfølging i forbindelse med mesterskap
- Informasjon om det sportslige tilbudet (treninger, samlinger, stafetter etc.).

I 2025 har Kenneth Buch har vært ansatt i en 80% stilling, mens Emil Ahlbäck har vært ansatt i 30% stilling. Emil og Kenneth har delt ansvaret for trening og oppfølging av ungdom/junior/senior.

Trening

Emil og Kenneth har arrangert alle klubbens treninger. Alle treninger har vært nøye planlagt, med tydelig kommuniserte treningsmål og evaluering underveis. Klubben har tilbudt en stor variasjon av ulike aktiviteter året rundt. Det har det vært et tilbud på over 120 aktiviteter i 2025.

Vinterhalvåret (november 2024 til april 2025)

Kenneth og Emil ledet 17 intervalltreninger fra klubbhuset på tirsdager fra november 2024 til april 2025 (15-40 deltakere), og 22 treninger i BIP-hallen på torsdager fra november 2023 til mars 2024 (ca 5-10 deltakere). På torsdagskvelden (8 av treningene var treningen selvstyrt. På fredager ble det i samarbeide med Fossum og Asker arrangert 15 treninger i BIP-hallen. I tillegg ble også arrangert 4 o-tekniske treninger i skog da snøforholdene tillot det, og 2 gate/sprint-o-løp som del av en arrangementsserie sammen med Fossum og Asker.

Sommerhalvåret (april-oktober)

Kenneth og Emil arrangerte ca. 30 treninger på tirsdager og torsdager igjennom sommerhalvåret. På tirsdager var det stor variasjon i tilbudet (o-teknikk, Fossum-Asker-Tyrving-trening, 25manna-trening) På torsdager har det vært o-teknisk trening (på våren med bl.a. 4 avdelinger i Tyrving-klubb-cupen og et sprint-opplegg på høsten). Deltakelsen har vært mellom 10 og 35 utøvere på hver trening.

Emil og Kenneth ga oss i tillegg et treningstilbud for egentrening i sommermånedene; poster eller merkebånd i skogen, og kart for egen-print.

Solveig Sikkeland startet i februar 2022 en løpsspesifikk styrketrening for Tyrving veteraner hver onsdag 14.30 på klubbhuset. PT og fysioterapeut Marit S leder treningen der deltagelsen ligger i snitt på 10 deltagere. Aktiviteten er selvfinansiert.

Samarbeide med nabo-klubber

Vi har hatt et godt samarbeid med Asker og Fossum spesielt på ungdoms- og juniorsiden. Det ble arrangert 6 avdelinger av gate-o cupen. På sommerstid ble arrangert 6 tekniske treninger. På vinteråret ble det samarbeidet rundt en ukentlig økt i BIP-hallen. For TET har det også vært en samarbeide med Nydalen, Bækkelaget og Oppsal i forhold til både å arrangere og delta på stafett-treninger rettet mot de store stafetter. Det har blitt gjennomført 6 treninger med dette fokus – hvor Tyrving arrangerte 4 av disse.

AOOK samarbeide

Kretsen har tilbudt samlinger for ungdom-junior-senior og ca. 1 månedlig fellestrening. Tyrving deltakelse har vært noe variert avhengig av tidspunkt og innhold, men tilbudet er verdsatt.

Samlinger for junior/seniorer

Det ble arrangert 4 samlinger i 2025. Skisamling på Sjusjøen januar med 5 deltakere. I februar vintersamling for TET i Spania med 10 deltaker (plus en fra Asker). I mars samling for TET i Halden i forbindelse med Halden O-meeting med 17 deltakere. I april stafettsamling for TET i Finspång med 17 deltakere. I tillegg reiste 2 juniorer til Bø med NOF på sommersamling.

Ungdom

Ungdomsgruppa (O-Ung: ca 13-16 år) har i 2025 bestått av totalt ca. 11 løpere som regelmessig har deltatt på treninger og orienteringsløp. I tabellen under vises aldersfordeling på regelmessige deltakere (minst 3 starter) i terminfestede løp, som også inneholder historiske data:

År	Sum	Aldersprofil aktive ungdommer (deltatt på flere terminfestete løp)							
		H13	H14	H15	H16	D13	D14	D15	D16
2025		2	1	0	2	1	0	4	1
2024	11	2	0	3	1	0	3	2	1
2023	11	0	2	1	2	3	1	1	1
2022	12	1	4	2	3	1	0	0	1
2021	10	3	3	2	1	0	0	0	1
2020	15	4	2	1	0	0	1	0	7
2019	11	2	0	1	1	1	0	6	0
2018	15	0	1	1	2	0	7	0	4
2017	20	2	1	2	1	7	0	4	3
2016	17	2	2	1	2	0	4	3	3
2015	19	1	3	2	1	4	4	3	2
2014	24	3	3	1	0	5	4	3	5
2013	22	3	1	0	2	4	3	5	5

Rekruttgruppa teller også en mange ungdommer i alderen 11-12 som har deltatt i mange konkurranser.

Oppfølging og treningsaktiviteter:

For ungdommene har det i hovedsak vært et aktivitetstilbud i klubben to hverdager per uke hele året rundt. På vinterstid; tirsdager (intervaller og styrketrening) og fredager (intervaller i BIP-hallen). På sommerstid; tirsdager (varierte opplegg; sprint-o, vanlig orientering, FAT-trening, 25manna-trening, intervalltreninger) og torsdager (varierte o-tekniske opplegg).

Det har vært et riktig godt oppmøte fra vår lille ungdomsgruppe, når det angår treningene og oppslutning om klubbarrangementer. Vi har hatt et treningssamarbeid med Fossum og Asker ved at alle klubber har arrangert 1 fellestrening for ungdommer hver, både vår og høst. På vinterstid samarbeidet vi om fredagstrening i BIP-hallen og de 5 avdelinger i gate-o cupen.

Kenneth og Emil arrangert alle treninger. Løypetilbudet på tekniske treninger har bestått av A-, B- og C-løyper, noen ganger sammenslått når forholdene (kart, terreng) lå til rette for dette. Det har blitt et teknisk fokusområde som ungdommene har kunne jobbe med på alle treninger. Noen aktive foreldre har bidratt betydelig organisatorisk og sosialt.

Solveig Egeberg og Kaja Tiltnes fungerte som ambassadører og koordinator for aktiviteter mot ungdom konkurranse. Flere andre foreldre leverte også viktige bidrag. Voksne ressurspersoner som snakker med ungdommen og deres foreldre ser ut for å være et veldig viktig tiltak for å motivere de yngre for å få de til å delta aktivt på orienteringsløp.

Samlinger:

AOOK arrangerte samling til Strömstad og Daftö på våren, hvor i alt 8 ungdommer deltok.

Stafetter:

I 2025 var 10-mila arrangert i Finspång med to ungdomslag fra Tyrving. For Tyrving løp. Under konkurransen bodde vi på arena i telt. Alle jenteløpere fra 15år og oppover løp i tillegg til ungdomsstafetten også i damstafetten. Tyrving stilte også ungdomslag i stafetten til pinseløpet i Kongsberg, Halden O-meeting samt Kvist Kvaset på Ås.

KM-stafett

Ved KM-stafett som arrangertes av Nydalens SK ble våre jentelag i D13-16 nummer 1. På laget løp Silje Egeberg, Liv Reinemo og Wilma Stopar. Jentene leverte solid på alle etapper og det ble en klar seir. I KM-sprint-stafett ble det til en dobbelt seir til Tyrving D13-16 jenter.

Individuelt:

Årets **Hovedløp** for yngre ble arrangert av Sandefjord OK. Tyrving stilte med 7 utøvere som alle gjorde det veldig bra. Bredden til laget vårt var spesielt synlig på langdistansen, hvor alle var i topp 20. Wilma Stopar leverte to topp prestasjoner og vant gull på langdistansen og bronse på sprinten. Silje leverte også utrolig bra og vant bronse på langdistansen og ble nummer 5 på sprinten. Liv og Max fulgte opp med 5. plasser på langdistansen.

Året **unionsmatch** ble arrangert på Konnerud med 3 uttatte Tyrvinger på startstreken (NB! Max, Silje og Wilma var forhindret i å delta, men kvalifisert).

I **Trimtex-cup** (ungdoms-serie i AOOK) fikk vi følgende totalplasseringer: Nora Reinemo nummer 8 (D13-14). Wilma Stopar nummer 2, Silje Egeberg nummer 3, Liv Reinemo nummer 5, Tiril Myklatun nummer 12 og Juni Gjedrem nummer 19 (D15-16). Max Alexander Nybråten nummer 4 og Ola Myklatun nummer 20 (H13-14).



I **Oslo city cup** ble det til seier til Silje Egeberg og 2. plass til Wilma Stopar i D15-16. Max Alexander Nybråten ble nummer 3 i H13-14.



Ved **KM-sprint** som Koll IL arrangerte vant Wilma Stopar og Silje Egeberg vant bronse i D15-16. Max Alexander Nybråten vant sølv i H13-14.

Ved **KM-mellom** som Bækkelagets Spk. arrangerte vant Silje Egeberg gull og Wilma Stopar vant sølv i D15-16. Esten Nybråten vant H11-12.

KM-lang hos Raumar vant Wilma Stopar sølv D15-16.

Ved **KM-natt** hos Bækkelagets Spk. ble det gull til Liv Reimemo og sølv til Silje Egeberg i D15-16. Det ble til sølv til Nora Reinemo i D13-14.

Under **o-festivalen** ble det også mange sterke ungdomsprestasjoner. Både Wilma, Silje og Nora kom på pallen under sprinten.



Til slutt tar vi med at **8 Tyrving-ungdommer** ble med naboklubber til Borås og et stort svensk orienteringsarrangement i november. Her ble det også fler veldig bra prestasjoner i morsomme sprint konkurranser med bra norsk og svensk deltakelse

Senior og junior

Tyrving har et sterkt herremiljø og prestasjonene i 2025 avspeiler dette. I front står fortsatt Matthias Kyburz som i 2025 avsluttet landslagsvirksomheten. Under Matthias er har vi en tre-delt gruppe; vi har lokale løpere som i lys av familiesituasjonen ikke ønsker i stor grad å prioritere stafett-satsing;

derutover har vi en lokal gruppe med flere ivrige juniorer og et par seniorer som danner det lokale treningsmiljø; Endelig har vi en større gruppe utenlandske utøvere med en ungdommelig profil som satser for fullt individuelt og mot stafettene.

På damesiden er det først og fremst Marion Aebi og Sanna Hotz som er våre mest fremgangsrike. Våre unge tjekkiske utøvere Lea Martanova og Michaela Novotna er en del av fremtidens lag, mens Ingrid Gulbrandsen, Kristine Fjeldbo Ekeberg, Åsne Skram Trømborg, Runa Fremstad og Ingjerd Myhre som bredden bak disse utgjør et solid lag til stafettene. Utenom det har vi en stor damegruppe som deltar mest på lokale løp, men som med jevne mellomrom dukker opp på prioriterte treninger.

Deltakelse på trening for vår familie-gruppe i Oslo er ganske svak, men de lokalboende seniorer sammen med våre juniorer har dannet en fin stamme på lokale treninger. Når det er sagt har det på utvalgte lokale konkurranser og treninger vert en stor bredde i deltakelsen, her skal Oslo City Cup, 15-stafetten, Frost-sprinten samt prioriterte dametreninger nevnes.

Nye løpere

Runa Fremstad, Eric börjeskog, Michaela Novotna, Asbjørn Kaltoft, Sanna Hotz, Aasne Skram Trømborg, Anders Vestøl (fra 1/10) og Hedvig Valbjørn Gydesen (fra 1/11) er nye løpere ilet året 2025. De 5 dameløpere bidrar alle inn i vårt beste lag og bredden vi har på damesiden er med denne tilgang veldig solid

Stafetter

10-milakavlen ble arrangert i Finspång. Tyrving kun med 3 fulle herrelag samt et kombilag og 2 fulle damelag og i tillegg utlånte vi 3 ungdomsjenter til andre lag. 1. Laget (Benjamin Wey, Jo Forseth Indgaard, Eric Börjeskog, Toby Scott, Ivar Lundanes, Torgeir Nørbech, Emil Ahlbäck, Håkon Jarvis Drage, Hans Petter Mathisen og Matthias Kyburz) presterte veldig bra og var med helt fremme i stafetten. Til slutt endte det med en flott 9. plass. Vårt andrelag presterte også utrolig bra og ble nummer 23, hvilket var klubbrekord. 3 laget som indeholdt kun gubber ble nummer 136. Vårt damelag (Ingrid Gulbrandsen, Runa Fremstad, Sanna Hotz, Lea Martanova, Kristine Fjeldbo Ekeberg og Marion Aebi) leverte solid og endte til slutt på en flott 22. plass. Vårt andrelag ble nummer 130. Begge stafetter ble arrangert med et opphold og en etterfølgende jaktstart.



Jukolakavlen ble arrangert i Mikkili med sterk Tyrving deltakelse. Vi stilte 3 herrelag samt 2 damelag. Vårt førstelag (Benjamin Wey, Matthias Kyburz, Håkon Jarvis Drage, Asbjørn Kaltoft, Dominic Muller, Eric Börjeskog og Jo Forseth Indgaard) for herrer fikk til en utrolig bra prestasjon. Etter 2 etapper ledet vi stafetten og lenge var vi topp 3 – mot slutten kom et par lag forbi men vi endte på en utrolig bra 7. ende plass. Andrelaget leverte som i 10mila utrolig bra og endte på en flott 26. plass (klubbrekord).

For damenes førstelag (Kristine Fjeldbo Ekeberg, Marion Aebi, Ingrid Gulbrandsen og Sanna Hotz) leverte en solid stafett. Til slutt endte det med en 37 plass. 2. laget for damer ble nummer 122.



I **KM stafett** ble det gullmedaljer til Jo Forseth Indgaard, Anders Tiltne og Hans Peter Mathisen.



I **NM-stafett** på Hadeland stilte Tyrving med 4 herrelag og 2 damelag. Våre damelag leverte stabil stafett-orientering og ble nummer 16 (Kristine Fjeldbo Ekeberg, Åsne Skram Trømborg og Ingrid Gulbrandsen) og 19. Herrenes førstelag (Styrk Kamsvåg Hundseid, Anders Tiltne og Hans Peter Mathisen) ble nummer 13, mens 2. laget ble nummer 26 og 3. laget nummer 21.

I **NM sprintstafett** i Oslo stilte Tyrving med 2 lag som leverte solidt. Vårt beste lag (Karl Fremstad, Kristine Fjeldbo Ekeberg, Håkon Jarvis Drage og Runa Fremstad) ble plassert som nummer 9, mens 2. laget ble nummer 19.



På **NM juniorstafett** på Ås stilte Tyrving med et herrejuniorlag (Jacob Finstad Land, Peter Telle-Hansen og Bjørnar Peikli.. Det ble en flott prestasjon og ut på siste etappe var laget kun 45 sek. Bak gullet. Det endte til slutt med en solid 8. plass.



Ved **25-manna** stilte Tyrving med 2 lag. Det ble levert stabilt igjennom hele stafetten, men både på gubbe- og damesiden tapte vi en del, men til slutt ble den flott 30. plass. 2. laget gjennomførte med litt hjelp fra Asker og Fossekallen.



I **15-stafetten** stilte vi med to lag. Vårt førstelag ble nummer 2, mens andrelaget gjennomførte på en flott måte.



Stafettligaen Østlandet var nytt av året med underavdelinger ila hele sommerhalvåret. Tyrving var med å preget stafettene (Halden-o-meeting, Kvistkvasset, NM-sprintstafett, 15-stafetten, KM-stafett, NM-stafet og Harry Lagerts nattstafett). Det ble en seier til herrelaget i finalen.

Individuelt

NM Natt ble arrangert i Kristiansand med 9 Tyrvinger til start. Beste plassering ble Bjørnar Peikli med 11. plass i H19-20.

NM-uka ble arrangert på Hadeland. Tyrving stilte med 18 utøvere. Beste individuelle plasseringer ble Bjørnar Peikli med bronse på langdistansen i H19-20 som var en kjempe opplevelse.



NM-sprint ble arrangert i Oslo og Nittedal med 3 Tyrvinger til start i juniorklassene. Beste plassering ble Jacob Finstad Land med 5. plass i KnockOutSprint og 6. plass i den individuelle sprint i H17-18. Veldig bra prestasjoner.

I **Norgescupen** stilte Tyrving ikke med en stor bredde og resultane ble også deretter, men våre ivrige junior gutter var veldig aktive og med på alle avdelinger. Jacob Finstad Land ble sammenlagt nummer 9.

Ved KMs i 2025 fikk følgende medalje; Sprint, bronse til Sanna Hotz og Emil Ahlbäck. Langdistanse, bronse til Hans Petter Mathisen. Natt, sølv til Anders Brokstad Tiltnes.

Landslagsløpere og internasjonale resultater

Dominic Muller (EM deltakelse)

Benjamin Wey (WorldCup deltakelse)

Asbjørn Kaltoft (VM ind. 60 og WorldCup deltakelse)

Sanna Hotz (VM ind. 17 og WorldCup deltakelse)

Marion Aebi (WorldCup deltakelse)

Toby Scott (VM ind. 26 og WorldCup deltakelse)

Matthias Kyburz (VM sølv stafett, VM bronse langdistanse, VM mellom 4. plass, WorldCup deltakelse)



Ski Orientering

Tyrving har også deltagere i Ski-O NM. På NM-mellom deltok Ingrid Gulbrandsen.

Økonomi

Under ses regnskapet for den sportslige aktivitet for 2025 . Vi holdt oss fint til budsjettet.

REKRUTTARBEIDET 2025

Organisering:

Rekruttarbeidet har vært ledet av Åsa Franzén. Kenneth Buch og Emil Ahlbäck har bidratt med koordinering og oppfølging vår. Peter Telle Hansen har vært hovedtrener vår respektive høst 2025. Peter har sammen med 8 andre ungdomstrenerne vært trenere og hatt ansvar for gjennomføring av treningskveldene.

Som tidligere år har ungdomstrenerne imponert med sine evner til å se og håndtere barna, de har gjort en særdeles god jobb.

Hovedtrener har med bistand fra Kenneth og Emil vært ansvarlig for å skrive ut kart og lage løyper og opplegg. Alle trenerne har delt på oppgaven med å henge ut og ta inn poster samt gjennomført treningene i sin helhet. Det har ikke vært eget foreldreopplegg, men noen har fått tilbud om kart og tatt en løype.

Fokus på treningene har vært å ha det gøy, samt skape vennskap og et godt og trygt sosialt for barna. Det har vært barn fra ulike skoler og områder, men flere av barna hadde i år vært med tidligere og var godt kjent med hverandre. Barna har ved deler av treningene vært delt inn i to grupper etter ferdighetsnivå.



Hver trening har startet med ca 15 min oppvarmingsøvelser/lek som i tillegg som har til hensikt å skape samhold. Deretter har det vært en o-tekniske øvelse av ulike slag med kart og kompass – både individuelt, i par/smågrupper og stafetter. Nesten hver trening har det vært tilbud om en kort emit-løype i varierende «terreng».

Aktiviteter og noen tall:

Det har vært 40 barn registrert i spondgruppen for sesongen. Det har vært ca 25-30 barn på hver trening, i tillegg har noen mindre søsken vært med sammen med foreldre. I snitt var det ganske lik fordeling av barn på treninger vår og høst. Å være raus med at det er mulig å komme innom en eller flere treninger gjennom sesongen før man bestemmer seg oppleves som greit. Det er gledelig å se at det er skapt flere gode vennskap og gruppa generelt oppleves som harmonisk og et godt sosialt miljø på tvers av alder og kjønn. Det er kommet flere positive tilbakemeldinger fra foreldre om at aktiviteten oppleves som trygg og har et rolig miljø, og derfor blir foretrukket. Fra NIFs Grunnet økonomisk støtte

Rekruttkurset har i år vært gratis grunnet NIFs inkluderingsprosjekt og ekstraordinære midler fra regjeringen, til nettopp gratis rekruttkurs i orientering for barn 8-12 år .

Det har under vårsesongen vært 3 treninger på Tanum skole og 3 ved Henie Onstad. Sommeravslutning fra Kalvøya med servering av is. Høst ble det gjennomført 3 treninger fra Vestmarksetra, 2 på Eineåsen og 1 i Dæhliskogen. Høstavslutning ble gjennomført med løp fra lekeplassen v Dæhliskogen med servering av kake og premier. Vellykket med mange deltakere 25+ pg gøy opplegg! Totalt 12 ordinære treninger. Det var i år en mix av barn som var nybegynner og som vært med tidligere.

Det ble også denne sesong kun arrangert et rekruttløp av Asker som arrangerte fra Hvalstrand bad. Det var 9 deltakere på dette rekruttløpet. Som erstatning for flere rekruttløp har det vært sendt ut tilbud om klubb-cup og en rekke nærløp. Liten deltakelse 3-5 stykker som oftest på løp, men gledelig at noen flere deltok på Ivar-o løpet samt Råtasskinnkonkurransen. Tyrving deltok også med rekruttlag i Ungdomsstafetten ifbm pinseløp Kongsberg samt KM sprintstafett på Føyka Asker.



Dagssamling fikk vi ikke til fremst pga. at vi ikke fant en «ledig» helg på våren. Det ble gjort et forsøk på tur med foreldre og søsken med overnatting på Grønlandshytta etter høstferien. Men dessverre for få påmeldte og ingen «nye». Arrangementet ble derfor avlyst, men erstattet av Halloweenløpet i Røyken. 8 stykker dro på Halloweenløpet som ble en suksess! Skikkelig bra og skummelt opplegg med perfekt vått vær og innendørs samlingsplass på skole med skummel servering.



Kretsens o-troll-leir ble i år arrangert av Heming i Holmenkollen. Bra gjennomført opplegg der det fra Tyrving deltok 8 barn.



Vi sitter igjen med inntrykket av både trener og barn hatt det veldig gøy på trening sammen og at utbyttet har vært godt, dvs. de fleste barna har lært seg grunnleggende ferdigheter i orientering, kan lese kart og finne frem på N og C nivå. Vi håper at den kjernen av gjengangere som nå blir 11-12 år møter opp også i år.





Det ble tatt noen justeringer av løyper for å møte nivået på treningene for denne gjengen slik at de opplever utfordring og har lyst å fortsette. Overgangen til ungdomsgruppa er utfordrende og den største årsaken er konkurranse om tidspunkt med andre aktiviteter. Det er avgjørende at barna også kommer seg ut på noen konkurranser. Det ble gjort en innsats med fokus på dette i år, men det var i en periode få muligheter i nærområdet.

For integrering av rekrutter med foreldre i klubben bør det legges vekt på å få til noen rekrutt trening/arrangementer sammen klubben.

Flaggsprekken

Flaggsprekken turorientering har i 54 år vært et felles dagnadsprosjekt for o-klubbene i vestre Bærum, fom. 2023 er det bare Tyrving IL og Stabæk IF igjen. I 2025 har *Arne Tiltne* vært leder/koordinator og *Emil Ahlbäck* har håndtert regnskapet.

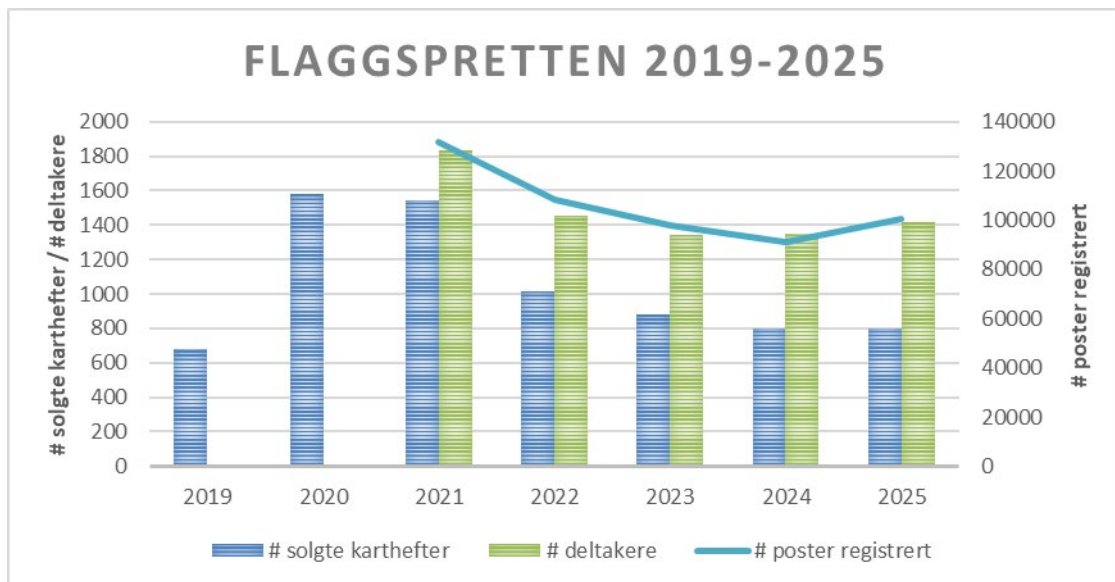
Tyrving hadde ansvaret for om lag 75% av arrangørproppgavene, bl.a. 19 (av Flaggsprettens 24) kartområder med til sammen 183 (av 230) poster. Dette hadde ikke vært mulig uten velvillig dagnadsarbeid fra mange turplanleggere (se tabellen) – takk te' dokk! Stabæks to turplanleggere samt OCAD-guru Bjørn Ødegaard har også gitt verdifulle bidrag til Flaggsprettens suksess i 2025.

Turplanleggere		Kartområde	# poster	Turplanleggere		Kartområde	# poster
Anne Sagberg	A*	Høvik Verk	12	Kjersti & Don	N	Trulsrudmarka	12
ArneT	B*	Evje-Hamang	10	Anne Sagberg	P	Åmotkollene	13
Berit & PerKristian	C*	Rykkinn	11	Lars-Erik F	R	Burudvann	10
Berit & PerKristian	D	Bærum's Verk	10	Kjersti Tho	S	Kolsås	10
ArneT	E	Kalvøya	11	Helge & Unn	T	Ramsås	11
Stein Opsal	F	Solberg	10	Helge & Unn	U	Vestmarka vest	11
Kjersti & Don	G	Eineåsen	10	Svein & Solveig	X	Høgbrennåsen	13
Kjersti Tho	H	Dæliskogen sør	12	Stein Opsal	Y	Niskinn-Køllen	13
Unn & Helge	K	Tanumskogen	12	Dag Kolberg	Z	Kleivstua	10
ArneT	L*	Gupu	13	Anne Sagberg	juni	Solkollen	1
ArneT	M	Høymyr nord	12	ArneT	aug.	Høgås	1
ArneT	mai	Ringiåsen	1	ArneT	sept.	Gaupeberget	1

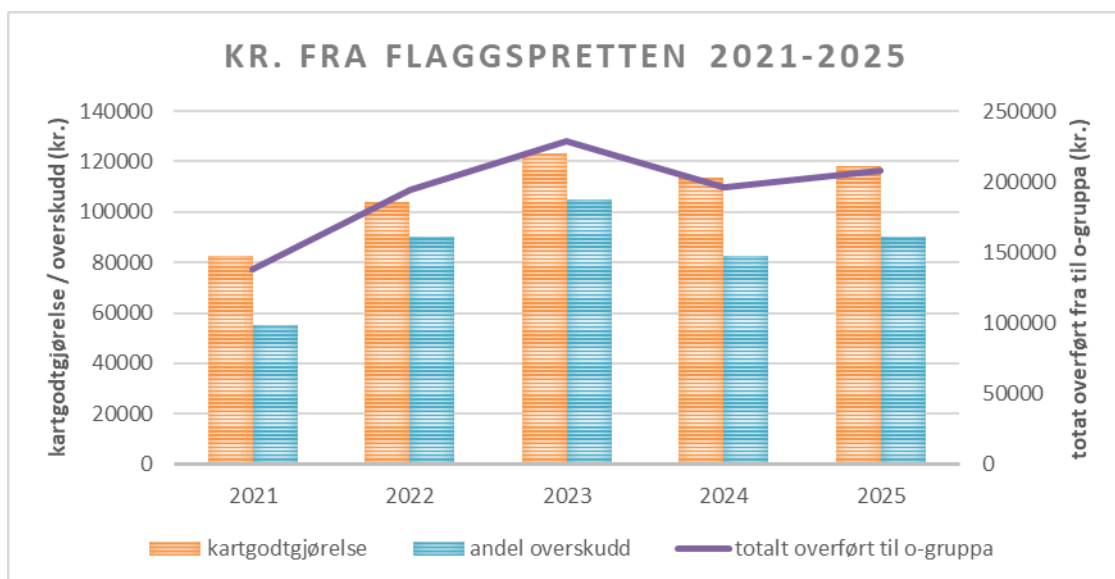
Flaggsprekken var også i 2025 Norges en av Norges 4 største turOarrangører iht. o-forbundets nettside (turo.no), med 1.417 registrerte deltaker (1.347 i 2024) og 100.577 registrerte postbesøk (91.175 i 2024).

- Flaggsprekken tilbyr både lette turer i nærområder («grønne», rullestol-vennlige turer og «blå» turer med poster nær sti) og tradisjonell skogsorientering («røde» så vel som de o-teknisk mest krevende «sorte» turer). Fortsatt er det flest registrerte deltakere på de lette turene – gjennomsnittlig var det 710 på de 4 grønne turene, 623 på 7 blå, 308 på 5 røde og 190 på 4 sorte turer, samt 243 på de 4 «månedens post».
- For deltakerne varte turOsesongen fra 1.april til 12.oktober.
- I 2025 har 578 deltakere klart kravet til gullmerke, 143 sølv og 209 bronse; (hhv. 491, 136 og 215 i 2024), og 99 deltakere har registrert alle 230 postene (75 i 2024).
- Bestilte og betalte merker og flerårs-plaketter ble delt ut 13. november på Tyrving's klubbhus; 52 deltakere hentet merker / plaketter (64 i 2024).
- Det har ikke registrert konflikter med grunneierinteresser i 2025. Som tidligere år har ca. 10 poster blitt sabotert og måtte erstattes; som vanlig en del i nærområder, men også 5 i skogsområdene øst for Høymyr.

Deltakelse og salg var i 2025 omtrent som i perioden 2022-2024; totalt ble det solgt 800 komplette kartheft i 2023 (798 i 2024), samt 274 nedlastninger av enkeltkart (289 i 2024). Ca. 73% av kartheftene er solgt via butikk, de øvrige er direktesalg via nettbestilling og via bedriftsidrettslag i Norconsult og Statkraft.



Flaggspretten har i 2025 kunnet overføre totalt kr. 196.215 til Tyrvings o-gruppe (kr. 196.215 i 2024). Godtgjørelse for bruk av Tyrvings kart utgjorde kr. 118.000 (kr. 113.715 i 2024) og 75% av overskuddet kr. 90.000 (kr. 82.500 for 75% i 2024).



Flaggsprettens sesong 2026 er ferdig planlagt, med sesong fra ca 1.april til 25.oktober og i et omfang omtrent som i 2023-2025; totalt like mange kartområder/turer, men med noen flere poster i skogsterreng.

Bærum kommune hadde i planleggingsfasen flere og mer restriktive kommentarer til postplasseringer på Kalvøya og i skogsområder utenfor verneområdene, noe som har skapt betydelig merarbeid; uenighetene er løst etter samtaler.

For 2026 indeksreguleres utsalgsprisen for et komplett til kr. 490 (kr. 475 i 2024) og enkeltturer kan lastes ned for kr. 75. Månedens post samt turer som blir felles med Stolpejakten vil kunne lastes ned gratis.

Stolpejakten i Bærum

Tyrving har i 2025 arrangert Stolpejakten i Bærum for 10. gang (de 3 første sammen med Fossum IF). Hensikten med Stolpejakten er at folk i kommunen skal få et lavterskeltilbud i sitt nærområde som gjør det mulig for alle å gjennomføre en enkel og målrettet fysisk aktivitet. Tilbudet er gratis for deltakerne; utgifter (bl.a. til drift av app-løsning) dekkes dels av arrangøren, dels av bevilgninger til Foreningen Stolpejakten. For ikke å gå i minus er vi som arrangør avhengig av økonomisk støtte, noe som uteble i 2025

Berit Danielsen og Per Kristian Ekeberg har også i 2025 hatt ansvaret for det praktiske opplegget med Stolpejakten i Bærum, inkl. kontakten med Foreningen Stolpejakten, mens Svein Jacobsen har tatt seg av økonomi og rapportering.

I 2025 ble det brukt 63 stolper i 5 kartområder, se tabellen. XXL-runden (17 stolper) var kun Stolpejakt, resten var sammen med tur-o-stolper. XXL-runden kom som en ekstra runde fordi XXL var kommet inn som hovedsponsor for Stolpejakten sentralt.

Registrerte #	Evje-Hamang	Gupu	Høvik Verk	Rykkinn	XXL Sandvika	Totalt 2025	Totalt 2024	Totalt 2023	Totalt 2022	Totalt 2021
Deltakere	2.002	1.106	2.441	1.838	3.635	5.568	3.956	3.412	1.964	3.175
Stolpebesøk	16.551	13.181	25.961	18.686	45.269	119.648	71.559	59.975	37.036	56.106
Stolper	10	13	12	11	17	63	41	41	30	40
Stolper pr. deltaker	8	12	11	10	12	21	18	18	19	18



Antall stolpejegere var det høyeste siden vi startet opp. En del av forklaringen kan som i 2024 være samordning av postene til både stolpejakt og turorientering. I tillegg hadde vi en ekstra runde i Sandvika, som fikk mange flere deltakere enn de andre rundene. Det høye antallet viser vel også at det er forskjellige personer som driver med hhv. stolpejakt og turorientering, og at vi på denne måten når ut til flere mosjonister.

Kart og poster har vært tilgjengelige i Stolpejaktens mobil-app (ingen fysiske kart).

Foruten å være tilgjengelig på Stolpejaktens app har det vært lite PR, kun en melding på Facebook-siden til Stolpejakten i Bærum. Men Stolpejakten får mye generell omtale i media, noe som er positivt for deltakelsen.

Stolpejakten i Bærum har i belastet regnskapet med et minus på kr.23.500.- (kr. 6.200 i 2024).

ØKONOMIRAPPORT

Styret legger frem et resultatregnskap for 2025 med et underskudd på kr 118.615- mot budsjettert underskudd kr.128.000.

Vi har gjennom sesongen hatt et mindreforbruk på ca kr. 10.000.- i forhold til budsjett. Men enkeltposter har større avvik, bl.a et mindre tilskudd fra Ivar O fondet enn budsjettert. En del av dette skyldes høyere tilskudd til kartproduksjon gjennom bidrag fra DNB stiftelsen og mer ekstern støtte til våre rekruttkurs, som medførte at disse i fjor ble gratis for deltagerne.

Klubbens drift for er basert på offentlige tilskudd, samarbeidsavtaler, tilskudd fra Ivar Opsahl fondet, dugnader, et årlig overskudd fra Flaggspetten , og ved at klubbens medlemmer i hovedsak betaler for sin egen aktivitet i terminfestede løp.

O-gruppa har god økonomi.

Arveoppgjøret etter Ivar Opsahl, er nå nærmest avsluttet i 2025, unntaket er en leilighet i Moskva. Et årlig beløp overføres fra fondet til drift av o gruppa.

Kr.1.350.000 ble overført fra fondet til o gruppa i 2025. Resten av midlene forvaltes i Ivar O fondet, hvorav en årlig utbetaling vil bli foretatt til o gruppas drift hvert år, for 2026 er det budsjettert med kr.1.650.000. Fondet hadde i 2025 en positiv avkastning på 1,3 mnok (8%) på sine plasseringer ved realiserte og urealiserte verdier.

ARRANGEMENTER 2025

Organisering

Arrangementsansvarlig: Per Kristian Ekeberg

Forvalter at EKT-utstyr og postskjermer til konkurransebruk: Aud Spjelkavik

Teknisk delegert på vegne av Tyrving: Per Kristian Ekeberg (KM Sprint stafett Asker 15. mai)

Sesongoppsummering

Tyrving har gjennom sesongen 2025 arrangert 5 orienteringsløp. En oversikt over disse, med tilhørende løpsinformasjon, er presentert i tabellen under. Året har vært et «normalår» for arrangementer med Ivar O løpet med Trimtex-cup som det største.

Arrangement	Dato	Kart / Sted	Løpsleder / Løypelegger	Deltakere
Vintergate-O-løp nr. 1	16.01.2025	Rud/ BIP-hallen	Kenneth Buch/ Kenneth Buch	69
Vintergate-O-løp nr. 4	27.02.2025	Rykkinn / Rykkinnhallen	Kenneth Buch / Kenneth Buch	60
Ivar O løpet med Trimtex-cup	16.08.2025	Høgobrennåsen / Sollihøgda barnehage	Per Kristian Ekeberg / Ingrid Gulbrandsen og Hans Petter Mathisen	314
Klubbmesterskap	19.08.2025	Høgobrennåsen / Hytta	Svein Jacobsen /	57

		til Svein og Solveig	Kenneth Buch	
Skumringskampen	20.10.2025	Veritasskogen / Høvikodden	Per Kristian Ekeberg / Egil Eide	101

Vintergate-O-løp

Tyrving arrangerte løp 1 og 4 i vintergate-O-løp-serien, et samarbeid mellom Fossum IF, Asker SK og Tyrving IL. Arrangør og løypelegger var Kenneth Buch.

Løpene ble arrangert torsdag kveld som (forlenget) nattsprint.

Ivar O løpet

Årets hovedarrangement var Ivar O løpet som ble arrangert som kretsløp med innlagt Trimtex-cup fra Sollihøgda på nytt kart over Høgbrennåsen sør for Sollihøgda. Arena var Sollihøgda barnehage hvor vi leide både utendørs og innendørs arealer av Hole kommune, og hadde tilgang til strøm, vann og WC. Det var oppholdsvær under løpet.

Løpet var mellomdistanse og Ingrid Gulbrandsen og Hans Petter Mathisen la løypene som ble godt mottatt av løperne.

Løpsleder var Per Kristian Ekeberg og fikk god hjelp av en arrangementsstab på ca. 40 personer, de fleste med god erfaring fra tidligere arrangementer, som gjorde at arrangementet ble vel gjennomført. Antall deltakere var i overkant av 300 som vi bør anse oss fornøyde med.

Klubbmesterskap

Klubbmesterskapet 2025 ble arrangert av Svein Jacobsen og Solveigs Sikkeland fra hytta deres ved Tjernslitjernet på Sollihøgda. Løypelegger var Kenneth Buch som gjenbrakte poster fra Ivar O løpet helga før. Løpet samlet 57 startende, det var fint vær som sammen med grilling og bademuligheter gjorde at løpet ble en fin opplevelse.



Skumringskampen

For fjerde året på rad arrangerte Tyrving et av løpene i Skumringskampen. Det er uformelle nattløp som går på ukedager på senhøsten. Per Kristian Ekeberg var løpsleder, løypelegger Egil Eide og teknisk ansvarlig Frode Kamsvåg. Løpet ble arrangert med P-plass Høvikodden som arena og Veritasskogen som løpsområde. Antall deltakere var omtrent 100.

Veteranmesterskapet 2026

Under ledelse av Svein Jacobsen ble det gjort forberedelser til Veteranmesterskapet som Tyrving skal arrangere 11.-13. september 2026 med sprint på Rud og lang- og mellomdistanse på Løvli. Arrangements organisasjon begynner å ta form, der nøkkelanvarlige er på plass.

KARTARBEID 2025

Organisering

Kartansvarlig: Emil Ahlbeck, Kenneth Buck

Søknadsansvarlig: Eystein Weltzien

Det er i hovedsak trenerne Kenneth Buck / Emil Ahlbeck og Arne Tiltne gjennom Flaggsprettene som er hovedbrukere av kartene i det daglige. Eystein Weltzien bistår som aktiv støttespiller i arbeidet med nye kart og har vært hovedansvarlig bak søknadene som sendes til kommunen og bak det jevnlig vedlikeholdet som utføres.

Oppsummering av kartarbeid

Tyrving har flere orienteringskart og kartene som er mye i bruk er oppdatert og holder høy kvalitet. Noen kart begynner å bli gamle, men det er i hovedsak kart som benyttes lite.

Kartene benyttes til orienteringsløp, treninger og tur-orientering/stolpejakt.

Gjennom sesongen er det flere ulike personer som har bidratt til å oppdatere og tegne kart for Tyrving

Kartarbeid 2025

Høgbrennåsen

Helge Gisholt har ferdigstilt det nye kartet over Høgbrennåsen. Synfaringsarbeid ble gjennomført i 2024, rentegningen 2025, og kartet ble ferdig til sesongstart i 2025.

På denne bakgrunn arrangerte vi både IvarOløpet og klubbmesterskapet i 2025 på vårt nye kart.

Kartdatabase

Tyrving har opprettet en kartdatabase gjennom tjenesten gjennom tjenesten kartarkiv.no. Tjenesten åpner for enkel nedlasting og deling av kart samtidig som versjonshåndtering ivaretas.

Vestmarka

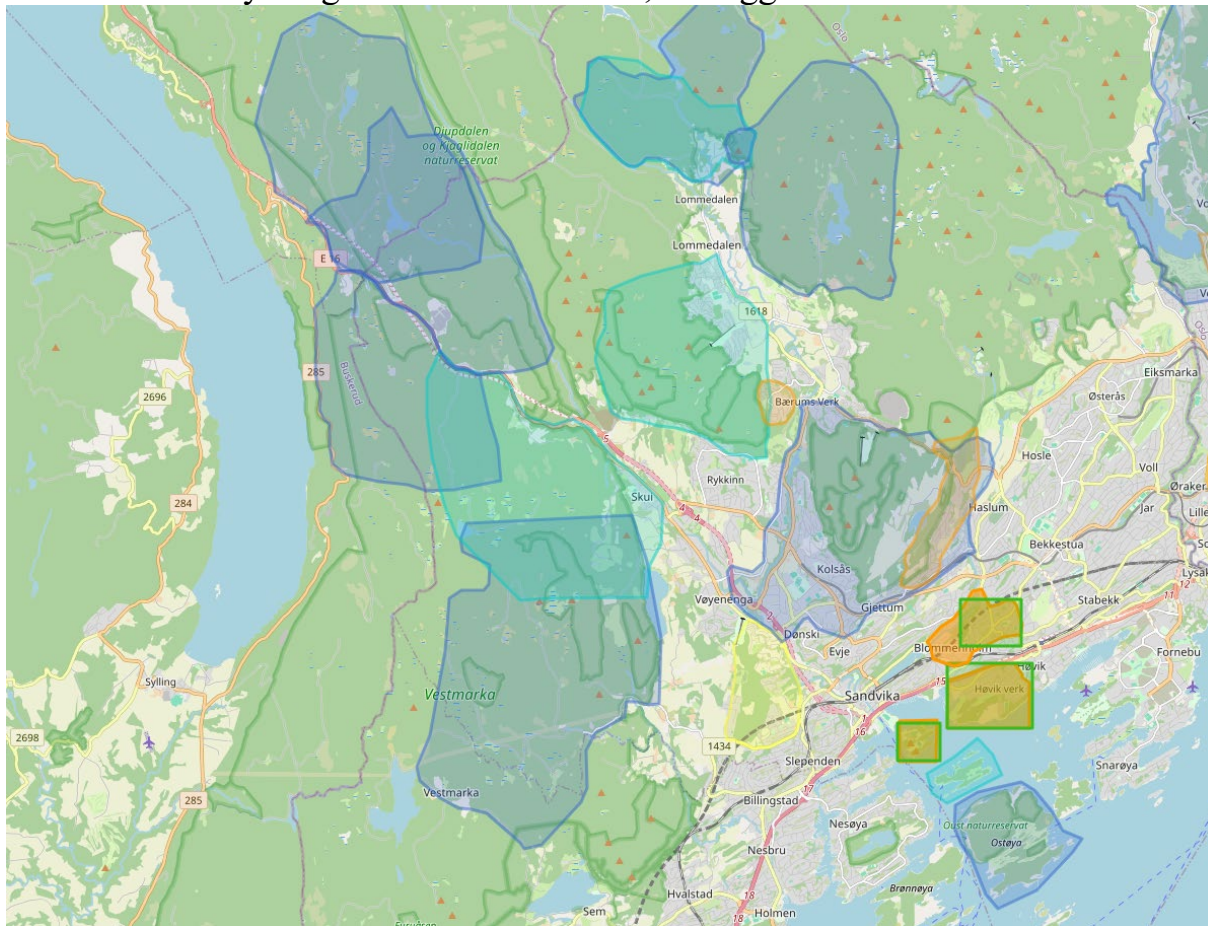
Det er planlagt å gi ut nytt kart over de mest sentrale deler av Vestmarka. Vi har fått innvilget anleggsmidler til prosjektet, og engasjert Kristen Treekrem til å synfare sommeren 2026. Grunnlaget blir nytt basert på laserkurver

Løvlia

Vårt kart over Løvlia, vil ble oppdatert med endringer etter nyutgivelsen i 2022 til NM for Veteranmesterskapet i september 26.

Også her vil Kristen Treekrem stå for jobben.

Oversikt over Tyrving sine Okart i Bærum, i tillegg kommer Løvli Kleivstua



Planer for 2026

Tyrving ligger inne i kommunal anleggsplan 2024-26 for kartene på Eineåsen, Burudvann, Høgbrennåsen, Vestmarka og støtte til revidering for Flaggspretten. Spillemiddelsøknad for Høgbrennåsen ble utbetalt i tillegg ble vi støttet av Sparbankstiftelsen DNB til dette kartprosjektet. Vestmarka er er planlagt påbegynt i 2026, der Kristen Treekrem er engasjert til å synfare.

MARKED

Svein S Jacobsen har videreført arbeidet med sponsorer, der vår avtale med revisjons og rådgivningsselskapet BDO for 2025 sesongen på kr 55.000 er viktigst. Avtalen videreføres for 2026

I tillegg ble det tegnet en avtale med nanoCaps/Per Øhlchers med en årlig verdi på kr. 25.000.- som løper til 2027

Tyrving sine utstyrsavtaler gir også gode bidrag. Trimtex klesavtale gir klubbens medlemmer 25% rabatt på løpstøy, i tillegg til løpstøy til Elitegruppen med verdi kr. 40. 000. Lumonite sponser våre stafettlag med hodelykter, og gir klubbens medlemmer gode rabatter.

SOSIAL OG BREDDE

Sosial-/bredde ansvarlig har samarbeidet med «miljøskapere» for rekrutt, O-Ung, juniorer og seniorer for å arrangere og få med folk på sosiale aktiviteter i tillegg til det sportslige.

Følgende personer har bidratt som miljøskapere i 2025:

Rekrutt:	Cassie Trewin
O-ung	Solveig Egeberg, Kaja Tiltnes, Erling Reinemo, Christian Holmboe
Juniorer	Katrine Finstad Land, Roger Telle-Hansen
Seniorer	Kristine Fjeldbo
Veteran/alle	Nora Skauen
Leder/styrerepresentant	Nora Skauen

Tyrvingmiddager

Det ble gjennomført 6 T-middager etter trening fra januar – mars og i desember 2025, flere av disse kombinert med foredrag av Kenneth og Emil. Vanligvis 20-30 deltagere. 16 desember 2025 var det julegrøt - kombinert med O-bingo løpet. Det var stor suksess og bra deltagelse (ca 40 deltagere).





Klubbmesterskap med sosial ramme

Klubbmesterskapet ble arrangert på hytta til Svein og Solveig, ved Tjernslitjernet på Sollihøgda 18 august. Det var 69 deltagere.

Andre sosiale turer/ samlinger

- Mindre deltagelse på årests 15-stfett. Vi klarte spvidt å stille 2 lag (mot tre lag i 2024). Det kan være fordi den gikk i august i stedet for i mai. Det ble ingen sosial samling etterpå på grunn av regnvær.
- Felles overnatting ifm. O-festivalen Geilo 20-22 juni (22 deltagere)

- 25 manna 10-12 oktober – ble en stor suksess både sportslig og sosialt. Vi klarte å stille med 2 lag etter intents rekrutteringsarbeide. Her var det felles busstransport og overnatting på hotell med felles middag/ bankett på lørdagskvelden
- Tur til O-Event i Borås 6 - 8 november. 7 ungdommer og tre ledere fra Tyrving deltok her.

Sesongavslutning med «heder og ære» 11 november

Sesongavslutningen ble gjennomført 11 november på Thon hotell med 58 deltakere, som er tilsvarende antall som 2024. Her var det utdeling av ulike sportslige- og breddeutmerkelser:

- Tiril Jacobsen Myklatun vant Aftenpostens pokal for største personlig fremgang
- Wilma Stopar vant Tyrvingrankingen/ Tyrvingpokalen
- Wilma for beste oppmøte treninger
- Årets løft – Jacob Finstad Land
- Årets Bom – Don Skantze
- Årets Globetrotter – Kjersti Skantze
-





Kommunikasjon:

Bredde og sosial bruker i hovedsak Facebook gruppen «Tyrving+» og «O-ung IL Tyrving» til å legge ut oppdateringer fra arrangementer – reportasjer og bilder. Tyrving+ og SPOND benyttes til informasjon om klubbarrangementer slik at klubbens medlemmer holdes oppdatert på ulike aktiviteter i klubben. Det er i tillegg egne Facebook grupper for herrer junior/senior og damer junior/senior det det avtales treninger og annet sosialt.

Klubbetøy

Tyrving har en samarbeidsavtale med Trimtex som varer frem til 2028. I tillegg til løpstøy i forskjellige varianter og overtrekksdrakter, er utvalget utvidet de seneste årene til å omfatte også annet sportstøy med Tyrving logo.

Tøysalget administreres av Solveig Sikkeland gjennom klubbens egen web shop.

For styret i Tyrving Orientering
Svein S Jacobsen