

# FRISKUS'N



**KLUBBAVIS FOR OGN DAL IDRETTSLAG**

[www.ogndalil.no](http://www.ogndalil.no)

**NR. 1 - 2013**

**39. ÅRGANG**



## Årsmelding for 2012

[www.ogndalil.no](http://www.ogndalil.no)



www.ogndalil.no

## ÅRSMØTE OGDAL IL

Fredag 15. mars kl. 19.00 på Gildevangen.

Til behandling:

Lovfestede saker, herunder valg.

Innkommne saker.



GRASROTANDELEN<sup>ES</sup>

## Støtt Ogdal i.l. gjennom Grasrotandelen

Organisasjonsnummer: 970164723

En kan registrere seg hos kommisjonær eller ved å gå inn på heimesida for Grasrotandelen (<https://www.norsk-tipping.no/grasrotandelen/forsiden>)

### ***Forside:***

*Glade fotballspillere etter premieutdeling, fra vår fotballcup på Røysing Stadion.*

# ÅRSMELDING FOR HOVEDLAGET 2012

## HOVEDSTYRET I OGDAL IDRETTLAG HAR I 2012 BESTÅTT AV:

Morten Resve	Leder
Jon Arne Kjesbu	Nestleder
Turid Nordtug	Kasserer
Anton Finstad	Ansvarlig barneidrett
Trine Gulli Ronnes	Ansvarlig FYSAK
Maren Sjøli	Varamedlem
Ingunn Tømte Sandhaugen	Varamedlem
Atle Egge	Leder for arrangement og økonomikomiteen
Normann Ryan jr	Leder for friidrettsgruppa
Svein Arne Giskås	Leder for fotballgruppa
Steinar Bjørgan	Leder for handballgruppa
Leif Kjesbu	Leder for skigruppa

## MØTER

I 2012 ble det avholdt 5 styremøter, foruten årsmøte i mars. 38 saker ble behandlet. I tillegg har leder og nestleder hatt møter med arrangement og økonomikomiteen og valgkomiteen i løpet av året.

## ØKONOMI

Økonomien i hovedlaget er bra. Nytt av året er at vi fikk avtale med Steinkjer kommune angående dugnad på Melodi Grand Prix som foregikk i Steinkjerhallen januar 2013. I tillegg har hovedlaget hatt dugnadsjobb i forbindelse med Steinkjer-Martnan i august. Gruppene jobber godt og skaffer seg egne inntekter også.

Ogdal IL er helt avhengig av at bygda støtter opp laget og lagene når det gjelder dugnad. Uten den fantastiske dugnadsånden som råder blant medlemmene og Ogdalिंगene, lever ikke idrettslaget lenge. Takk til alle som har vært med og bidratt.

## MEDLEMSKAP

Ogdal IL har pr 1.1.2013 529 betalende medlemmer. Dette er for så vidt bra, men idrettslaget har plass til mange flere. Flere medlemmer gir mer penger i kassa, som igjen bidrar til et mer aktivt og attraktivt idrettslag i bygda. Dette kan også gi oss en synergieffekt med mer støtte fra sentrale hold.

Skulle du motta denne utgaven av Friskus'n, uten å være medlem av Ogdal IL, så meld dere gjerne med å ta kontakt med leder eller til kasserer.

Ogdal IL ønsker å takke Lise Setten for en god jobb med å få inn medlemskontingenten.



*Årets siste trimtur, Elseberget 19. september 2012.*

## **AKTIVITET**

Aktiviteten i Ogdal IL er bra. Større barnekull i de yngste klassene enn det har vært på flere år, gjør at det spirer godt i idrettslaget. Oppslutning blant barna, i de aktivitetene Ogdal IL tilbyr, er meget god. Rekrutteringen ser meget bra ut!

Ogdal IL har hatt mange gode resultater å vise til i 2012. Mange skulle vært nevnt, men her ønsker jeg å vise til årsmeldingene fra gruppene.

To lag ønsker jeg å trekke frem allikevel: I 2012 fikk Ogdal IL et eget damelag for kvinner senior for første gang. Det er fantastisk bra. Jeg ønsker å takke alle som var med og bidro til å stable dette laget på fotene og ønsker dem lykke til i 2013! I tillegg klarte Ogdal IL å stille eget jentelag for de yngste på flere fotballcuper i 2012. Dette viser at rekrutteringen til seniorlaget er i gang!

## **ÅRETS FYRTÅRN**

Under idrettsgallen i Rock City Namsos i april ble Ogdal IL kåret til Årets Fyrtårn i Nord-Trøndelag Idrettskrets. Følgende begrunnelse hadde juryen i forbindelse med overrekkelsen:

- Ogdal IL tildeles prisen for å ha tilrettelagt for trim-, og mosjonsaktiviteter i nærmiljøet gjennom hele året. Aktivitetene har god bredde og treffer mange. Det viser god struktur i både gjennomføring og form på aktivitetene.

- Aktivitetene i idrettslaget har skapt fellesskap og bevegelsesglede i mange aldersgrupper. De klart å skape kontinuitet i aktivitetene i tillegg til at de er kreative i å skape nye.

Det er Ogndal IL som fikk prisen, men vi ønsker også å takke historielaget og bygdekvinnelaget for denne prisen. Med å involvere disse lagene har vi kunnet gi trimkasse- og turtilbudet et bredere innhold. Dette gir alle en fantastisk mulighet til å bli kjent med det historiske Ogndal har å tilby, kjentmannsplasser, fjelltopper, gravhauger eller kanskje Norges midtpunkt med flere. Samtidig som man får en gevinst med å røre på seg!

Til slutt ønsker jeg å takke alle som har lagt ned innsats for Ogndal IL gjennom 2012. Herunder styremedlemmer, gruppeledere, trenere, oppmenn, foreldre, dugnadsfolk og alle dere andre som har bidratt for Ogndal IL gjennom 2012. Ikke minst ønsker jeg å takke dere alle for tilliten som leder for Ogndal IL.

Vi møtes på årsmøtet i mars og lykke til i 2013.

*Mvh Morten Resve  
Leder Ogndal IL*



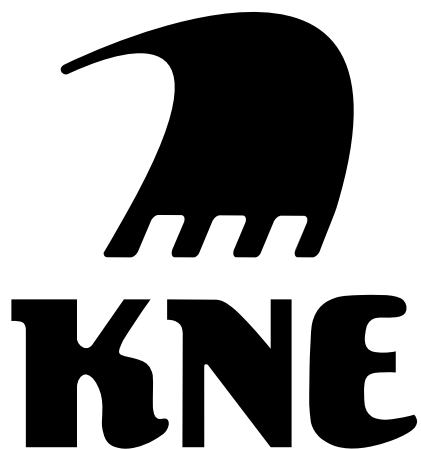
*Vi tar vare på barndommen, stopper opp og undrer oss.  
Vi har et trygt nærmiljø med allsidig natur rundt oss.*

Åpningstid: 06.30-16.45  
5 dager i uka

## **VÅLEN BARNEHAGE**

Vålen, 7718 Steinkjer – 2 avd. 0-6 år

Mail: valenbhg@frisurf.no – Telefon: 74 14 49 01 / 469 72 233



MASKINENTREPRENØR

Tlf. 74 16 11 44 - Faks 74 16 27 01  
[www.oekne.no](http://www.oekne.no)  
Tømmermannsgata 6 - 7725 Steinkjer

# ÅRSMELDING FOR HÅNDBALL 2012

Styret har bestått av Marthe Lise Bruem, Elisabeth Høy, Hilde Ø Overrein (kasserer) og Steinar Bjørgan (leder).

OGNDAL IL har følgende lag i Trønder-Energi serien:

Jenter 11

Jenter 16

Jenter 12

Gutter 16

Jenter 14

Rekrutteringslag (født 2002-2005) ved Byafossen og Røysing skole

Vi har gjennomført en arrangementsdag i høst i Steinkjerhallen. Da har vi ansvar for kiosksalg, sekretariat ihht NHF sine krav.

I høst sendte vi ut ett skriv til Steinkjer Næringssselskap og forskjellige firmaer ser vi tilby oss å ta dugnadsarbeid. Vi skaffet oss en stor dugnad under Melodi Grand Prix i Steinkjerhallen. Her måtte vi gå til hovedlaget da vi ikke kunne ta denne store jobben alene. Vi har også gjennomført 3 varetellinger ved Rema Amfi og Rema Nordsia. I tillegg har vi solgt vennekalendere og kornbånd. I år fikk vi ikke så mange kornbånd som vi bestilte da årets avling var av det beste slaget. Vi har i år hatt mange dugnader. Dette skyldes at vi ønsker å ha disse også i fremtiden. Folk synes at dugnader er bedre enn salg av diverse ting og tang.

Dette er dugnader som gjør at håndballgruppa nå har en god økonomi. Dette hadde vi selvsagt ikke klart uten foreldre som stiller velvillig opp når det trengs. Så tusen takk alle sammen!!!!

## **STATUS DOMMERE, TRENERE OG OPPMENN**

Ogndal idrettslag har manglet håndballdommere i mange år. I høst har vi arrangert sammen med Håndballregionen ett dommerkurs for våre 15–16-åringene. Teorien vart gjennomført ved Byafossen skole og praksisen i Steinkjerhallen. Vi har i dag over 10 dommere i Ogndal IL. Kandidatene leder kamper opptil 12-årsklassen. Kent Mjøsund er dommerkontakt for Ogndal IL.

Trenere våre er dyktige og engasjerte. Det trenes med ball i hallen, med alternativ trening oppe på galleriet i Steinkjerhallen. Vi har hatt friidrettsgruppa v/Stein Morten Jensen for å lære oss løpsteknikk. Mange av trenerne har i år laget en periodeplan som viser treningstider, kamptider og litt om hvilke treninger det blir.

## REKRUTTERINGSLAGET

Ved Røysing skole har rekruttlaget trenet hver mandag i høst. Vi skulle gjerne tenkt oss flere spillere i denne aldersgruppen. Ansvarlig for denne gjengen er Anne Berit Lein og Ingri Hanssen Finstad.

### JENTER 11

Jenter 11 består av jenter født 2001. Det er Lina Emilie Bjørgan, Ida Salthammer, Bjerkan, Andrea Fiskum, Sandra Lyngås Hanssen, Kine Kjesbu, Maja Hustad, Hanna Synnøve Gulstad, Sofie Tuset, Malin Langeng, Martine Øyen, Emilie Belsaas og Siren Amanda Laugsand. Vårt fantastiske trenersteam består av Ingrid Skjelstad, Anne Katrine Hatling og Åse Farbu. Oppmann: Sunniva Salberg

Da er vi i gang med vårsesongen av 2012/2013. J11 har i år vært utrolig flinke til å møte på trening og er en positiv og flott gjeng med god motivasjon for å lære håndball. Vi har hatt to treninger i Steinkjerhallen sammen med J12. J11 er 12 spillere født 20001/2002. Jentene har spilt kamper i Trønder Energiserien med både tap og seier som resultat. I april er vi påmeldt Shellcup i Kristiansund samt Sparbankcup i Steinkjer.

### JENTER 12

Jenter 12 år består av jenter født i år 2000. Anne Stine Tengelsen, Runa Sand, Tina Elise Tønne, Amalie G. Bjørnstad, Maren G. Kjesbu, Catrine Warberg, Emilie Hermanstad og Emilie Bye. Vårt fantastiske trenersteam består av Anne Katrine Hatling og Åse Farbu.

Da er vårsesongen i gang i Trønder Energiserien. Ogndal J12 har hatt en fin sesong så langt med godt motiverte spillere med fin innsats på trening og i kamp. Jentene ligger nr 2 på tabellen og vi håper dette blir sluttplassering. Det er meget godt oppmøte på trening og god vilje til å lære og til å videreutvikle seg i håndball. J12 har trent sammen med J11 i Steinkjerhallen 2 ganger



*Fra venstre: Anne Katrine Hatling, Ingrid Skjelstad og Åse Farbu.*





*Bak fra venstre: Sandra Hanssen, Catrine Warberg, Kine Kjesbu, Runa Sand, Anne Stine Tengelsen, Sofie Tuset, Maren G. Kjesbu. Andre rekke fra venstre: Emilie Bye og Amalie G. Bjørnstad. Foran fra venstre: Lina Bjørgan, Andrea Fiskum, Malin Langeng, Ida S. Bjerkan og Siren Amanda Laugsand.*

pr uke. På kamper har vi stilt med 3-4 J11 spillere i tillegg for å ha nok spillere på kamp. Laget er påmeldt på Shellcup i Kristiansund samt Sparebankcup i Steinkjer i april. Håper sesongen fortsetter med like motiverte spillere og flotte resultat.

## **JENTER 14**

Består av: Ingrid Skjei, Ingrid Nordgaard, Sigrid Overrein, Lene Furuli, Amalie Berg Vollan, Ragna H. Aasheim, Lillian Setten, Ingrid Giskås Sætre og Hanne Bruem Hammer, Elin Sørli, Ingrid Nordgaard, Ingrid Hynne, Oda Karoline Skjei og Siri Elise Bjørgan. Vårt fantastiske trenersteam består av Stein Egil Furuli og Stig Fuglesang. Oppmann er Åse Farbu og Lise Setten.

Ja, så er vi nok en gang godt ut i handballs sesongen 2012/13.

Det er 13 supermotiverte og treningsvillige jenter, som møter på trening 2 kvelder i uka. Oppmøte for treningene er satt 30 minutter før oppsatt time i hall, hvor de er ute og løper sammen med treneren. Da er de godt oppvarmet til de kommer inn i



*Bak fra venstre: Åse Farbu, Ingrid Nordgaard, Lene Furuli, Oda Karoline Skjei, Siri Bjørgan, Ingrid Skjei og Stig Fuglesang. Andre rekke fra venstre: Ingrid Giskås Sætre, Sigrid Overrein, Lillian Setten, Ragna Høy Aasheim. Foran fra venstre: Ingrid Hynne, Hanne Hammer og Elin Sørli.*

hall`n og kan starte terping på handballferdigheter. Dette er jentene blitt innstilt på og det har pr dags dato ikke vært en negativ kommentar på at de er ute, selv om det er vinter. De har også ei økt med styrketrening i uka, noe som vi ser har kommet godt med for dem alle. Resultatmessig må vi si oss godt fornøyd, da vi hittil er blitt slått av kun ett lag, Nesse gutten.

I jula deltok vi på Romjulsturnering i Steinkjerhall`n. Der spilte jentene seg rett til finalen, som ble avgjort til vår fordel i ekstraomgang. Litt for spennende spør du meg..... Veldig bra innsats og takk til Runa Sand som steppet inn som keeper og utespiller.

Sesongens spillerstall består av følgende spillere:

Ellers gleder vi oss til og delta på Shellcup i Kristiansund i april, samt den tradisjonelle Sparebankcup siste helga i april.

Trine Aas Strandvik var med på laget fram til jul, men har valgt og spille sammen med jenter 16 resten av sesongen.

## JENTER 16

Består av: Sigrid Elise Forr, Maren Kristine Gulstad, Randi Emelie Kvernmo, Beate Overrein, Rebekka Hembre Storli, Emma Svarva Giskås, Malin Tronstad, Andrea Krogstad, Marie Sofie Kjesbu, Katrine Hammer, Trine Aas Strandvik og Mari Skjei. Vårt fantastiske trenerteam består av Kent Andre Mjøsund og Anita Bilstad. Oppmann: Margrethe Haugum.

Det er en gjeng med ivrige og treningsvillige jenter som har bidratt til bra treningsoppmøte. I tillegg har Rannveig Bragstad, Sigrid Elise Gangstad og Mari Krøke deltatt på noen treninger. I forbindelse med seriestart hadde jentene ei treningshelg med ei økt på fredag og to økter på lørdag. Her fikk vi hjelp fra sporty foreldre som stilte opp som motstandere. Treningshelga gjorde godt både for handballspillet og miljøet i laget. Det er en gjeng som har det mye morsomt sammen.

Laget har nye trenere denne sesongen. Det er Kent Andre Mjøsund og Anita Bilstad. De har begge lange handballkarrierer bak seg. Kent Andre trener i tillegg G16. Laget har trent to ganger i uka, i 1 og 1,5 timer. Spillere fra J14 har også deltatt jevnt på J 16 treningene og laget er svært glad for å kunne få benytte dem i kamper.

De sportslige prestasjonene har vært bra, selv om laget ikke ligger i toppen av tabellen. Så langt er det bare Ogndal som har tatt poeng fra serieleder Namsos, og bare Ogndal som har slått Rørvik 2 som også ligger godt an på tabellen. Samtidig har laget tapt jevne kamper mot Frosta, Inderøy og Levanger 4. Lagets sterke side



*Bak fra venstre: Anita Bilstad, Randi E. Kvernmo, Andrea Krogstad, Marie Sofie Kjesbu, Malin Tronstad, Mari Skjei, Trine A. Strandvik, Margrete Haugum. Foran fra venstre: Maren K. Gulstad, Rebekka Storli, Sigrid Forr, Sigrid Gangstad og Emma S. Giskås.*

er et utrolig godt forsvarsarbeid – god disiplin og et godt samarbeid. Mari Skjei er lagets keeper og hun har gjort en god innsats mellom stengene og har en stor ære for lagets gode innsats.

I romjula deltok laget på cup på Steinkjer. Her møtte vi sterke lag som Steinkjer, Varden og Byåsen, og fikk oppleve litt annet tempo og prestasjoner enn hva vi er vant med fra egen serie. Det ble tap i alle kampene og mange slitne spillere etter en tøff dag. Vi håper å kunne stille i Shellcup i Kristiansund og Steinkjercupen før sesongen avsluttes.

## **GUTTER 16**

Består av: Kasper Kvernmo, Sindre Jensen, Martin Sand, Robin Finstad Andersson, Ole Kristian Bruem Berg, Otto Knoph, Torbjørn Lorås, Øyvind Tunnsjø, Magnus Tønne, Ole Andreas Skei, Thomas Bjerkan Gangstad, Sindre Buan, Eirik Andreas Lorås, Thomas Pedersen og Jacob Hegstad. Vårt fantastiske trenersteam består av Kent Andre Mjøsund og Erik Knoph. Oppmenn: Erling Tønne og Solfrid Bruem.

Ogndal-G16 består av 15 spillere fra Ogndal, Byafossen, Steinkjer, Egge og Sparbu. Spillerne er født i 1996 (7), 1997 (7) og 1998 (1). 10 av disse spilte for Ogndal i forrige sesong, fire for Steinkjer og en har tidligere spilt for Sparbu.



*Bak fra venstre: Solfrid Bruem, Magnus Tønne, Otto Knoph, Øyvind Tunnsjø, Thomas Pedersen, Kasper Kvernmo, Erik Knoph og Erling Tønne. Foran fra venstre; Martin Sand, Sindre Buan, Torbjørn Lorås, Ole Andreas Skei, Eirik Lorås og Thomas Gangstad Bjerkan.*

G16 startet treningene i månedsskiftet august/september og trener mandager 20:30-22:00 og onsdager 19:30 – 21:00. Laget hadde en treningshelg i Steinkjerhallen 14-15. september. Dette ble en suksess både sosialt og treningsmessig. Laget har i tillegg hatt treningskamper mot Følling G16 og Egge J18 før sesongens seriekamper startet.

Laget spiller i 2. divisjon og ble i høstserien nr 6 av 9 lag. Vinterserien har nettopp startet og laget spiller i en gruppe med sju lag. Dette er en sterk gruppe med Sandnessjøen, Rørvik, Skogn-2, Steinkjer, Brønnøysund, Frol og Ogdal. (Sandnessjøen og Rørvik spilte i 1. div før jul). Lagets mål er å bli nr 5 eller bedre. Laget har vist framgang i løpet av sesongen og målet er oppnåelig.

Helga 26-27. januar var laget i Sandnessjøen og Brønnøysund. I tillegg til å spille to kamper, ble det en fin og sosial tur som guttene satte pris på. Det at laget vant over Brønnøysund med 16-18 gjorde turen ekstra hyggelig. Da lagene spilte mot hverandre for 3 måneder siden (da også i Brønnøysund), ble resultatet 33-18 til Brønnøysund.

En spiller fra Ogdal har deltatt på spillersamlinger og G-sport talentsamling i regi av NHF Region Midt-Norge. En spiller er utlånt til Følling G16 (1. div) for vinterserien.

---

# **NT MASKIN AS**

---

Arve Skjeflosveg 2 B, 7713 Steinkjer - Tlf. 74 14 89 00

# **RUTETILBUD OGNDAL**

## **Fra Hyllbrua:**

Kl. 07:25 på skoledager

Kl. 10:15 på hverdager

## **Fra Steinkjer st.:**

Kl. 14:05 på hverdager

Kl. 15:45 skoledager

Bussene kjører nordveien.

# **STEINKJERBUSS AS**

Sjøfartsgt. 10B, 7714 Steinkjer  
[www.buss.no](http://www.buss.no)

# ALLSKOG BA

- skogeiernes egen samarbeidspartner

- Tømmersalg
- Skogsdrift, slutthogst og tynning
- Planting
- Ungskogpleie
- Ulike planleggingsoppgaver

Kontakt skogbruksleder Indstøy 416 01 388.

Telefon 815 59 980

# ALLSKOG



SKOGEIERE NORDAFJELLS



**Steinkjer  
Mekaniske AS**



**AKT – hurtigkoblinger:**

Markedets mest solide hurtigkobling for traktor og redskap.

**Silotaljer:**

Vi utfører reparasjoner, årlig kontroll og sertifisering samt levering og montering av nytt utstyr. Bl.a. personheis for sikker transport ned i siloen.

**Snøskjær med faste vinger:**

Kombinerer snøskuffens og skjærets beste egenskaper.



**I tillegg utføres:**

Maskinering, sandblåsing og overflatebeh. av alle materialer.

Reparasjon/Konstruksjon/produksjon etter kundens ønske.

**Kontakt oss på** Tlf: 74 10 01 50, Fax: 74 10 01 51

e-mail: [info@steinkjer-mekaniske.no](mailto:info@steinkjer-mekaniske.no)

[www.steinkjer-mekaniske.no](http://www.steinkjer-mekaniske.no)

# Topp 5 Garanti - garantert bra!



Med Topp 5 Garanti har du en av de rimeligste strømvitalene på årsbasis. Strømprisen du betaler er blant de fem rimeligste på en referanseliste over de største leverandørene av variabel pris.

*Topp 5 Garanti - garantert bra!*

Les mer og bestill på [nte.no](http://nte.no).





# ÅRSMELDING FOR FOTBALLGRUPPA 2012

## **STYRET HAR BESTÅTT AV**

Leder: Svein Arne Giskås

Kasserer: Elisabeth Myre

Styremedlem: Jon Arne Kjesbu

Styremedlem: Sigurd Dambo

Styremedlem: Lina Overrein

Styremedlem: Rolf Ove Korsvei

## **LAGENE**

Ogndal fotball har for sesongen 2012 hatt 75 aktive fotballspillere. På grunn av små barnekull i alderen 10–16 år har vi ikke greid å stille med lag i disse klassene. Mange av disse barna spiller nå for Byafossen fotball. Det gir et større og et godt fotballtilbud for de som ønsker å satse på fotball. Ogndal har denne sesongen hatt lag og treninger for barn i alderen 6–9 år. Det registreres at tilveksten er god for potensielle fotballspillere i årene fremover. Herrelaget har stabilt og voksende lag for tiden. Nytt for året er damelaget, de har kommet seg godt igjennom sin første sesong, her meldes det om anmeldt tilsig av nye spillere fra andre klubber.

## **FOTBALLANLEGGET**

Ole Henrik Gulstad har også i år gjort en flott jobb som gjør at vi har noe av distriktets flotteste fotballbane. Øyvor Skjei har hatt ansvar for klipping av anlegget denne sesongen. Fotballgruppa har blitt tildelt et pengebidrag i fra Gjensisdige stiftelsen. Pengene skal brukes til å ruste opp fasilitetene rundt fotballbanen.

## **FOTBALLCUP**

Ogndal arrangerte høstcup i september. Med underkant av 200 fotballspillere i alderen 6-10 år som trosset vær og vind ble dette et flott arrangement med mye gode tilbakemeldinger fra deltakere og supportere.

## **KNØTTENE**

Den minste fotballgruppa i år har bestått av de som begynte i 1. klasse høsten 2012. Vi startet fotballtreningene i vår mens ungene enda gikk i barnehagen. Det var en gjeng med sprudlende energibunter som viste masse idretts glede. I starten var det uvant for ungene å spille på lag, men innsatsen var på topp. Utover sesongen har alle vist en fantastisk utvikling og fått bedre og bedre tak på det å spille på et lag. Så progresjonen har vært upåklagelig. Vi har deltatt på tre fotballcuper, på Sandvollan, på Beitstad og turneringa som var her i Ogndal. Årets høydepunkt må sies å være

når vi på hjemmebane vant over førsteklasingene fra Steinkjer. Eller som en spiller på laget sa: “Vi slo byen”. Det har vært en fantastisk artig gjeng å ha vært trenere for og det er godt å se at ungene har glede av å være i aktivitet. Vi takker alle for flott innsats i 2012.

De som har deltatt på laget vårt er: Edvard Lien Røliaunet, Linus Oshaug, Vetle Vistven, Sander Birkebekk, Odd Tobias Sjøli, Tom Adrian Vangstad, Kristian Overrein Bragstad, Sigrid Overrein, Jørgen Belsaas og Jon Elof Gaundal.

*Andreas*



## ÅRSBERETNING 2012 FOR FOTBALLAGET MIX 2003-2005

Sesongen 2012 er over og vi har hatt mange bra fotballtreninger og cuper. Trenerne har i år som i fjor vært Anton Finstad og Rune Fossum. Oppmann har vært Morten Resve. Vi startet opp med treningene i mai. På det meste har vi vært ca 23 glade fotballgutter og fotballjenter på gressmatta på Røysing stadion. Alle har hatt fin utvikling både i ferdigheter og i utholdenhet. Høydepunktene i år som i fjor i løpet av sesongen har selvsagt vært cupene vi har deltatt på. På vårsesongen deltok vi i Henning på deres cup på Poengtrøa. Flott vær og god stemning. I tillegg stilte vi med lag i år også på NTE cupen på Guldbergaunet. I høstsesongen deltok vi på Beitstadcupen og selvsagt på vår egen høtcup på Røysing stadion. Vi ble også bedt

*Emma Gaundal,  
Ida Haugseth,  
Maja Finstad,  
Nathalie Dahl  
Smevik, Nathalie  
Røyseng, Rakel  
Henninen Farbu,  
Tuva Pettersen.*



*Fra v.: Inge Martin  
Bosnes, Patrick  
Kaldhal, Iver  
Kjesbu, Martin  
Sværd, Jon Arild  
Ramdal, Jon  
Kristoffer Bosnes,  
Oskar Røysing,  
Sverre Sjøli.*

til Sandvollan til deres arrangement på Stornesøra. Der stilte vi med to lag og vi fikk bryna oss mot gode Sandvollinger. I år har vi meldt på et rent jentelag på to cuper. Dette syntes jentene var stor stas. Håper dere alle fortsetter i kommende sesong slik at vi kan melde på et rent jentelag da også.

Takk for stor innsats fra dere alle.

Her er de som vær med i sesongen 2012: John Arild Ramdahl, Fredrik Belsaas, Nathalie Egge, Karl Erik Lein-Fossum, Raket Farbu, Sigurd Røliaunet, Joakim Resve, Iver Kjesbu Gravås, Odin Langfjord, Patrik Kaldahl, Oskar Røysing, Emma Gaundal, Martin Sværd, Ida Haugseth, Tuva Pettersen, Johannes Finstad, Maja Finstad, Erik Overrein, Inge Martin Bosnes, John Kristoffer Bosnes, Sverre Sjøli, Nathalie Dahl Smevik.

*Anton Finstad*

*Rune Fossum*

## **ÅRSMELDING FOR KVINNER 7-ER 2012**

Ogndal damelag har bestått av en sesong med mye sosialt, moro og fotballspilling. Laget har slitt med å stilt på alle kampene, pga. mangel på spillere. Men likevel har vi hatt det gøy på de kampene vi har vært på.

Vi endte nederst på tabellen dette året, men i 2013 skal vi klatre oppover på tabellen.

PS: Ogndal damelag ønsker seg en trener! Ring for mer info...

## **ÅRSRAPPORT FRA OGDAL IL SENIORFOTBALL**

Ogndal il senior har i 2012 spilt 16 kamper. Vi startet sesongen 2012 fryktelig dårlig med 4 strake tap. Etter endt vårsesong hadde vi bare 8 poeng. Høstsesongen gikk langt bedre og vi endte opp på en 5. plass av 9 lag, noe vi må si oss fornøyd med etter den miserable starten.

Vi er i full gang med forberedelsene til sesongen 2013, med halltrening i Steinkjerhallen hver søndag frem til mai. Vi teller pdd. ca 25 spillere i alt og har forhåpninger og ambisjoner om å slåss om seriegullet i 2013.

Vi trives kjempegodt i Ogndal IL og storkoser oss på den flotte hjemmebanen vår som må sies å være en av Nord-Trøndelag's beste baner.

Tar til slutt med en kampoppsummering som er skrevet av Arnstein Saurasunet på facebooksidene vår: Beitstad-Ogndal 1-5. Byinne å bli ein hyggelig vane å skriv om gode kampa no. På ein litt trang bane som ikke favoriserer oss tok vi kommandoen næsten fra start. Å te ei forandring kom vi ikke bakpå i skåringsprotokollen. Godt og tålmodig spill ga oss fine muligheter som vi tok vare på. Tru nok vi vant skuddstatistikken ganske klart. Og når Beitstad va frampå så stod Martin der og

rydda opp. Forsvaret va bunnsolid og på midta jobba spesielt Marius som ein klægg. Dagens høydare va nok langskudde te Kenneth. Va vel nærmar 70 meter itj saint ;))) Vanskelig å trækk fram nån spesielt, men Krister og Kenneth skåra to kvar, Roffe skåra å to, eit kvar vei og ha ber oversikt med pasningan i kveld. Jens ha å ein del muligheta som strøk like utafer, kred fer god jobbing heimover. Kristoffer og Mads ha rimelig bra kontroll på sidan sin og va villig med framover. Vart litt tunge bein utover i kampen i å me at vi ha bærre ein innbytter, men guttan jobba steingodt.

Kjæmpebra!!!

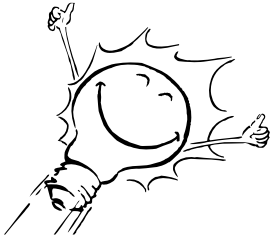


**STEINKJER**

---

Din sportsbutikk i Nord-trøndelag  
74142800  
Sjøfarsgata 2  
7714 Steinkjer

Når du har behov for belysning!



- Et lyspunkt  
i hverdagen



**ElektroNord**

Installasjon og belysning



medlem av nelfo

*En god forbindelse*

**Bomveien 9, 7725 Steinkjer. Tlf.: 74 16 78 00**



**Velkommen**

til en attraktiv innfallsport for  
Blåfjella – Skjækerfjella  
nasjonalpark



Steinkjer kommuneskoger  
Ogndalsbruket KF



STEINKJER  
*åpen, lys og glad*

[www.steinkjer-kommuneskoger.no](http://www.steinkjer-kommuneskoger.no)

# ÅRSMELDING FOR SKIGRUPPA 2012

## STYRET

Styret i ski gruppa har i 2012 bestått av leder Leif Kjesbu, nestleiar Espen Loe, kasserer Morten Åsheim, sekretær Bente Giskås, styremedlem Bjørn Tore Lindseth og Terje Kvernmo.

Vi har hatt mange flotte arrangement og den allmenne ski interessa i bygda er forholdsvis stor, det ser vi blant anna på bruken av begge lysløypene, og deltaking i karusellen, og ikkje minst villigheita når vi spør om hjelp.

Vi fekk like før jul -11 bestilt nye skidressar disse ble tatt i bruk på nyåret. Vi har og kjøpt inn rulleski og tråkkemaskin.

## ANLEGG/UTSTTYR

Som sagt er lysløypene mye i bruk, det krev ein del dugnad sommartid for å halde traseane i hevd og anna vedlikehald, det er det Espen og Morten som har ansvaret for i Røysinga og Terje og Leif på Vålen, begge løypene er i god stand.

I haust fekk vi eit uimotståeleg tilbod på ei brukt tråkkemaskin, som finansiering vil vi på nyåret selje ein av snøscooterane. Begge snøscooterane er godt vedlikhaldd. Som tidlegare nemnd har vi kjøpt inn 4 par rulleski som lånes ut til dei aktive i klubben.

## ØKONOMI

Skigruppa har grei økonomi, overskot på både sonerenn og Sellifjellrennet. Vi har også hatt fleire dugnadsrunder: Tar inn brøytestikker om våren, reiv ei skogstue for Statsskog, og flytta utsyr frå Vålen til Ogdal skole, martna og julebord har vi også deltatt på.

## TRENINGER

Etterjulsvinteren -12 hadde vi to treningar for veka, ei kor alle frå 1 klasse fekk være med og ei for dei over 10 år. Inntil 20 har deltatt på treningane, nokre av treningane har dei størst tatt saman med Steinkjer Skilubb. På hausten har vi hatt ei trening i veka, denne har vore litt delt, vi har delvis køyrt eit par blilar og trena på Hallem, da dei har hatt betre snøforhold, resten har vore på Vålen, noe inne og noe på gammelski i lysløypa. I haust har vi vore opptil 25 stk på trening. Leif er trenar, medhjelparar har vore Bjørn Tore Lindseth, Jørn Inge Warberg og Bente Giskås

## ARRANGEMENT

Alle planlagde arrangement vart gjennomført i 2012.

**Telenorkarusell:** Vi hadde 3 karusell renn og i alt 64 stk deltok.

**Klubbmesterskapet:** Vart avholdt 4. mars det var 31 som deltok.

**Ogndalsrennet:** Nyåret kom brått, med sonerenn 21.januar, flott dag men helt utan straum. Det ordna seg ganske greitt for vi fann aggregat vi kunne bruke på tidtakerutstyr og vaffeljern, pappkoppar for kaffe, verre var det ikkje. Retter også i år ein stor takk til alle som stiller opp og hjelper til også denne dagen. Vi får gode tilbakemeldingar både på arrangementet generelt og løypetraser. Det mest gledelige med dette arrangementet var at vi hadde 16 egne deltakarar.

**Sellifjellrennet:** Var litt lite snø og ein periode var det litt uklart om vi kunne kjøre rennet men vi gjorde det like vel. Det vart ein fin dag over fjellet med god deltaking 146, og mange premier til Ogndal, kjæmpeartig.

Nokre resultat frå Sellifjellrennet:

Beste 3-mannslag herrar: Kjell Eriksen, Leif Kjesbu, Andreas Overrein

Beste 3-mannslag damer: Turid Nordtug, Cathrine Warberg, Maren G Kjesbu

Beste ti mannslag: Kjell Eriksen, Leif Kjesbu, Andreas Overrein, Jan Olav Finstad, Even Hollås, Roald Sand, Bjørn Tore Lindseth, Skule Y Skei, Terje Kvernmo, Kristian Andersen.

FLEST DELTAGERE: Ogndal il.

Vi retter ein stor takk til alle som har deltatt og støtta oss i 2012. Ikkje minst alle som har vore med på dugnad.

## **KRESTRENN VI HAR HATT DELTAGERE I**

### **Leksdalsrennet:**

Martin L Sværd

Magnus L Sværd

Kine Kjesbu

Cathrine Warberg

Maren G Kjesbu

Emma Elise Vangstad

Emelie Belsås

Andrea Smith

Patric A. Kaldal

Per Morten Guldahl

Signe Warberg

Magnus L Sværd

### **Markabygda, stafett:**

Kine Kjesbu

Maren G Kjesbu

Cathrine Warberg

Kine Kjesbu

Karl Martin Sjøli

Sindre B Dambo

Cathrine Warberg

Maren G Kjesbu

### **Ogndalsrennet:**

Martin L Sværd

Johannes Finstad

Iver G Kjesbu

Karl Erik L Fossum

### **Agle, stafett:**

Kine Kjesbu

Cathrine Warberg

Maren G Kjesbu



**Steinkjer skifestival:**

Emma E Vangstad  
 Iver Kjesbu  
 Martin L Sværd  
 Karl Erik L Fossum  
 Magnus L Sværd  
 Kine Kjesbu  
 Cathrine Warberg  
 Maren G Kjesbu

**Grongrennet:**

Maren G Kjesbu  
 Cathrine Warberg

**Follafossrennet:**

Magnus L Sværd  
 Kine Kjesbu  
 Maren G Kjesbu

**Beitstadsprinten:**

Magnus L Sværd  
 Kine Kjesbu  
 Cathrine Warberg  
 Maren G Kjesbu

**Teamsprint Henning  
(steinkjer skistadion):**

Maren G Kjesbu  
 Cathrine warberg

**TURRENN VI HAR HATT DELTAGERE****Isbolrennet:**

Bjørn Tore Lindseth  
 Bertil Aasheim  
 Terje Kvernmo  
 Leif Kjesbu  
 Kjell Eriksen

**Hærvolrennet:**

Kjell Eriksen

**Byafjellet rundt:**

Andreas Overrein

**Bulleråsrennet:**

Kjell Eriksen

**Birkebeinerrennet:**

Kjell Eriksen

**Flyktingerenet:**

Kjell Eriksen  
 Kristian Hagen  
 JanOlav Finstad  
 Bertil Aasheim  
 Bjørn Tore Lindseth  
 Leif Kjesbu  
 Hilde Tødås  
 Jon Toresen

**Holdenrennet:**

Kjell Eriksen

**DESSE TOK SKIMERKE 2012**

Asbjørn Aasheim .....	46 år	Leif Kjesbu .....	36 år
Christian Hagen .....	45 år	Kjell Olav Brandsegg .....	31 år
Jan Olav Finstad .....	43 år	Ellen V Forfang .....	26 år
Kari Aasheim .....	42 år	Villy Wikan .....	22 år

Roald Sand .....	18 år	Magnus L Sværd .....	4 år
Even Hollås .....	16 år	Karl Martin Sjøli .....	3 år
Bente E Giskås .....	12 år	Iver Kjesbu .....	2 år
Skule Y Skei .....	12 år	Karl Erik Fossum .....	2 år
Jonas Kjesbu .....	11 år	Emil Farbu .....	1 år
Terje Kvernmo .....	10 år	Gustav Farbu .....	1 år
Kasper Kvernmo .....	10 år	Emma E Vangstad .....	1 år
Emil G Kjesbu .....	7 år	Martin L Sværd .....	1 år
Elrunn Ystad .....	7 år	Jon Arild Rvndal .....	1 år
Sindre B Dambo .....	6 år	Adrian Simonsen .....	1 år
Maren G Kjesbu .....	5 år	Signe Warberg .....	1 år
Magnus Wist .....	5 år	Odin Langfjord .....	1 år
Bjørn Tore L Sværd .....	5 år	Sverre Sjøli .....	1 år
Cathrine Warberg .....	4 år	Ronja Andersen .....	1 år
Kine Kjesbu .....	4 år	Silje Bergstrand .....	1 år

**.Jonsered**  
**MOTORSAGER**



**VERKSTED MALMO AS**

Strandvn. 3, Steinkjer. Tlf. 74 16 29 33

**Mekonomen®**

**Gaundal Bil og Landbruksservice DA**

# **STEINKJER** **MOTORSENTER AS**

Hamnegata 22, 7714 Steinkjer  
Tlf. 74 16 22 32 – Fax. 74 16 65 07

**Snøscootere**

**ATV-er**

**Mopeder**

**MC-er**

**Sykler**

**Hengere**

**Brøyteutstyr**

*Verksted for alle merker*

**[www.steinkjermotorsenter.no](http://www.steinkjermotorsenter.no)**



**ELEKTRO – TELE – DATA – VARMEPUMPER**

*Vi utfører alle elektro, tele og datainstallasjoner.  
Vi leverer varmepumper fra LG.*

Du finner oss på "Sneppen".

Tlf: 74 14 54 60  
www.e-nor.no

Medlem av elektrikerkjeden

**EL-PROFFEN**

## **SELSKAPSLOKALER NORDHEIM**



- Overnatting, 63 sengeplasser, 16 rom
- 2 store kjøkken med utstyr
- Store stuer tilpasset selskaper ca 60-80 personer
- Store friområder rundt bygg m nærhet til vann
- Nærhet til Norges geografiske midtpunkt
- Konferanserom

Henvendelser: [www.fergeland.no/nordheim](http://www.fergeland.no/nordheim)

# ÅRSMELDING FOR TRIMGRUPPA 2012

Også i 2012 har det vært stor aktivitet i trimgruppa. Fra idrettslaget har Willy Wikan, Torgunn Sollid og Anne Berit Lein deltatt. Vi har et tett og godt samarbeid med Ogdal historielag og Ogdal bygdekvinnelag, og når trimgruppa nevnes med navn er også historielagets Jorid Kjesbu og Lars Tønne, samt bygdekvinnelagets Marna Ramsøy sentrale deltakere i den utvidede trimgruppa.

## NYTT TRIMKART – MIDTPUNKTKARTET/OGNDALSKARTET

Et nytt flott tur- og trimkart fra Ogdal, Midtpunkt kartet, som strekker seg fra Innerherred turistkontor til og med Sjøkerhattene ble ferdigstilt av Ogdal historielag og Ogdal IL i november. Kartet ble et fint produkt som viser fram de flotte trim- og turmulighetene vi har i Ogdal. Vi håper det nye kartet vil inspirere mange til trimturer! En stor takk til de mange som har bidratt i kartet på forskjellige vis, men en spesiell takk rettes likevel til vår enestående kartkompetanse, Berit Nordtug! Tusen takk for utholdende arbeid! Kartet er i salg hos Malmo sport, Mx-sport, Sports-hytta, Bunnpris, bokhandelen, Willy Wikan og Lars Tønne.

## TRIMKASSENE

Besøkstallet er også i 2012 riktig bra. Til sammen er notert 5400 navn! Tilbakemeldingene tyder på at merkinga er bra, og at kassene er lette å finne. Likevel har vi planer om oppgradering av merkinga nå i sommer. Selv om besøkstallene er svært varierende, har vi bestemt oss for å beholde alle kassene, for dette er en fin måte å bli kjent i bygda på. Til sammen har vi nå 30 kasser. Ogdal idrettslag har 20 og Historielaget 10.



*Willy Wikan sammen med to av de fem ungdommene som fikk premie: Karl Erik Lein Fossum og Maren Giskås Kjesbu.*

I år var det 25 stykker som besøkte alle kassene. Ny rekord! Fra og med sesongen 2010/2011 ble det gitt en ”rabatt” til godt voksne folk, på den måten at de kan velge bort kasser:

Under 70 år:	30 kasser
Fra det året de fyller 70 år:	28 kasser
Fra det året de fyller 75 år:	26 kasser
Fra det året de fyller 80 år:	24 kasser

Turgåere som har besøkt alle kassene får stjerne som limes på en tre-pyramide, og de er i tillegg med på trekning om vandreluren. Etter å ha klart 6 stjerner, kan de kjøpe hovedpremie. Disse har i år besøkt alle kassene: Oddbjørg Andersson, Kåre Berg, Snorre Bolås, Tor Finstad, Johannes Finstad, Aud Finstad, Ole M. Hammer, Oddvar Hammer, Ella Holdaas, Ella Skjelstad, Kari Solheim, Lars Tønne, Asbjørn Aasheim, Kari Aasheim, Ellen V.Forfang, Leif Kjesbu, Lise B. Setten, Jarle Kjesbu, Willy Wikan, Cathrine Warberg, Kine Kjesbu, Anne Berit Lein, Toril Aunan, Gerd Anita Welde, Anbjørg Kjesbu. Vi gratulerer alle med en fin prestasjon! Vandreluren for 2012 ble vunnet av Johannes Finstad.

I tillegg ble det lagt ut 10 mindre premier i tilfeldig valgte kasser. Vi får tilbakemeldinger om at dette er et populært tiltak. I år prøvde vi å motivere skoleelever til å besøke minst 20 kasser. Disse greidde kravet: Kine Kjesbu, Cathrine Warberg, Maren Giskås Kjesbu, Per Morten Fornes Guldahl og Karl Erik Lein-Fossum.

Vi har i mange år hatt premieutdeling på Historielaget sin tjuendedagsfest på Vålen samfunns-



*Johannes Finstad overtok vandreluren, uttrekt blant de som hadde gått på alle 30 trimpostene. Luren har vært på vandring i 20 år:*

hus, og i år vart det også en svært trivelig kveld med god mat, fin musikk og hyggelig prat. Alle fremmøtte ble imponert over Oddleiv Almlis kåseri.

### **ONSDAGSTRIMMEN – GUIDA TRIMTURER I OGDAL**

Også i 2012 ble det sammen med våre samarbeidspartnere arrangert 13 onsdagstrimturer til utvalgte turmål. Turene startet opp onsdag 16. mai og gikk fram til 19. september. Det har vært stor oppslutning om disse turene. I tillegg ble 3 søndags-/familiearrangement annonsert i trimkalenderen, også sammen med våre samarbeidspartnere. Friluftsgudstjeneste på Bodomheimen 27. mai/1. pinsedag, familiedag/kanotur fra Hyllbrua til Støa 10. juni og St.Hansmorro på Bodomheimen 24. juni.



*Jorid Kjesbu takker Oddleiv Almlis for hans kåseri om Osebergskipet.*

### **ORGANISERT TRENING/TRIM**

Det er gjennomført volleyballtrening på Røysing for ungdom og voksne hver mandag både vår og høstsemester. Det var trening på Vålen for samme aldersgruppe hver torsdag fram til påske.

### **PLANER FOR 2013**

Onsdagstrimmen videreføres, og ny trimkalender sendes ut i mai. Bedre merking av trimkassene. Volleyballtreningene fortsetter som før.

**Vi takker alle våre samarbeidspartnere for trivelig samarbeid og håper å videreføre dette i 2013!**

*Torgunn Sollid, Willy Wikan og Anne Berit Lein*

# KVALITETSSIKRET NORSK TRELAST

*Medlem av:*

- Norsk Trelastkontroll
- Fingerskjøtekontrollen
- Norsk Impregneringskontroll



Kirknesvaag Sagbruk & Høvleri AS

7725 STEINKJER – TLF. 74 17 07 20



# ÅRSMELDING FRIIDRETTSGRUPPA 2012

Friidrettsgruppa 2012 har hatt følgende sammensetting: Normann Ryan jr. (leder), Stein Morten Jensen, Morten Stokkan, Heidi Okstad, Kjell Eriksen.

## REPRESENTASJON

Normann representerte laget på friidrettskretsens ting i Levanger. Kurt Bye er med i kretsens treningsutvalg, Bjørn Jegersen i veteran/mosjon/helseutvalget (vara), Normann i statistikk- og uttakingsutvalget (vara), Morten og Normann i styret i Friidrettens Venner i Nord-Trøndelag.

## TRENING

Stein Morten og Kurt har vært trenere i 2012, med treninger i Steinkjerhallen i vinterhalvåret og Guldbergaunet Idrettspark i sommerhalvåret. Treningene i den nye friidrettshallen var stort sett sammen med Steinkjer FIK og friidrettskretsen. I tillegg har flere veteraner som vanlig møttes til ei daglig treningsøkt fra Guldbergaunet/Bunnpris.

Martine Bye har trent og gitt instruksjon til yngre utøvere på trening. Hun har også vært med flere samlinger i regi av friidrettsforbundet. Håkon Ellngen har vært på kretsamlinger.

## ARRANGEMENT

Friidrettsgruppa har hatt følgende arrangement i 2011:

- Innendørsstevne i Steinkjerhallen, alle klasser, i samarbeid med Snåsa, Namdals-eid, Overhalla, Beitstad og Frol.
- Ogdalsstafetten, 8-10 år t.o.m. veteraner, Røysing skole og stadion mai. Det deltok 66 lag, 264 løpere.
- Finale i TA-sprinten, 10 - 14 år, i samarbeid med Beitstad IL og Sparbu IL på Guldbergaunet 12. august. Rundt 200 deltakere.
- Ogdals kastkarusell, med stevner på Guldbergaunet 30. mai, 13. juni, 25. juli og 5. september. Det siste stevnet inngikk også i Innherredskarusellen. I alt 77 starter.
- Samarbeid med idrettsmerkeutvalget om prøver på Guldbergaunet.
- Ogdal IL Friidrett har i 2012 administrert hele konseptet TA-sprinten, med sonestevner fem steder i fylket samt finale, profilering m.m.
- Det har vært arrangert ett klubbterrengløp.

## **IDRETTSLIGE PRESTASJONER INTERNASJONALE MESTERSKAP**

### **Nordisk mesterskap i mangekamp, Sandnes**

Martine Bye nr 8 i sjukamp i klasse senior 4.448 poeng.

### **Nordisk mesterskap enkeltøvelser, Växjö**

Martine Bye: 4. plass i høyde med 1.73.

## **NORGESMESTERSKAP**

### **Ungdoms-NM innendørs, Sandnesshallen**

Martine Bye: Gull i høyde 1.64 i klasse 18-19 år, bronse i kule 9.44, nr 12 i lengde 4.82.

### **Senior-NM innendørs, Steinkjerhallen**

Martine Bye nr 5 i høyde 1.70, nr 6 i kule 10.77.

### **NM halvmaraton, Hegra**

Kjell Eriksen, 5. plass i 55-59 år: 1.24.58.

### **NM ultra 100 km, Malm**

Jan Olav Dagsvik: Sølv i kl 40-44 år.  
10 km (ikke NM): Kjell Eriksen nr fem totalt.

### **Junior-NM, Sigdal**

Martine Bye: Gull i høyde 1.72 i klasse yngre junior, 8. pl i lengde 5.08 (5.12 i kvalifiseringa, 11. pl i kule 10.11 (10.50 i kval).

### **Hoved-NM, Kristiansand**

Martine Bye: Sølv høyde 1.75 - ny pers og bare slått av Tonje Angelsen (sølv i EM, og OL-deltaker), 10. plass i kule 10.54.

### **Ungdoms-NM enkeltøvelser, Askøy**

Martine Bye: Gull i høyde 1.70, sølv i stav 2.91.



*MILSLUKER: Jan Olav Dagsvik løper lenger enn de fleste. Sølv i ultra-NM 100 km er en av flere sterke prestasjoner i 2012.*

### **NM mangekamp, Arna**

Martine Bye: Bronse i sjukamp 18-19 år - 4586 p. 100 m hekk 16.76 (4), høyde 1.68 (1), kule 10.84 (2), 200 m 28.04 (4), lengde 5.01 (4), spyd 38.30 (2), 800 m 2.27.73 (2).

### **NM i terrengløp lang løype, Ås**

Carlos Silva de Brito, 4. plass i 40-44 år.

### **NM maraton, Oslo**

Jan Olav Dagsvik: 18. plass i 40-44 år. Tid: 3.12.27 (4.33 km-snitt).

### **NM ultra 24-timersløp, Oslo**

Jan Olav Dagsvik: 7. plass 40-44 år. Distanse: 131.040 meter.

## **REGION/LANDSDELSSTEVNER**

### **Regionale Ungdomsleker (NCC-lekene) for de fem nordligste fylkene, Stjørdal**

Håkon Ellingen (13): 13. plass kule (7.73), 6. plass i sitt forsøksheat på 60 m hekk - 14.17.

## **KRETSMESTERSKAP**

### **KM i terrengløp kort løype, Sona**

Kjell Eriksen: Gull 55-59 år.

### **Høst-KM bane, Overhalla**

Martine Bye: Gull 100 m hekk og i høyde 18-19 år.

### **KM i terrengløp lang løype, Frol**

Grete Elnan: Sølv kvinner senior.

Ola Berget: Gull klasse 50-54 år.

## **STAFETTER**

### **Beitstadstafetten**

Mix 8-10 år: Johannes Finstad, Maja Finstad, Odin Ellingen, Oskar Røysing.

Jenter 11-12 år, 12. plass: Anne Ellingen, Anne Stine Tengelsen, Kine Kjesbu, Maren Giskås Kjesbu.

### **Ogndalsstafetten**

Mix 8-10 år: Lag 1: Emilie Belsaas, Helga Sand, Emma Gaundal, Rakel Farbu.

Lag 2: Truls Overrein, Karl Erik Lein-Fossum, Fredrik Belsaas, Erik Overrein. Lag 3: Johannes Finstad, Oskar Røysing, Odin Ellingen, Maria Finstad.

Jenter 11-12 år, 8. plass: Anne Stine Tngelsen, Kine Kjesbu, Runa Sand, Anne Ellingen.

Jenter 13-13 år, 5. plass: Ingrid Giskås Sætre, Lillian Setten, Sigrid Overrein, Ragna Høy Aasheim.

Gutter 13-14 år, 3. plass: Sigurd Landsem Mslhus, Martin Horg, Erik Kjøsnes Wekre, Magnus Wist.

Gutter 15-17 år. 4. plass lag 2: Gabriel Grøndal, Øyvind Tunnsjø, Robin Andersson, Ole Kristian Bruem Berg. 5. plass lag 1: Magnus Tønne, Marius Landsem Melhus, Sindre Jensen, Faste Ystad Skjei.

Menn veteraner, 1. plass: Kjell Eriksen, Roald Sand, Svein Anders Melhus, Espen Loe.

### **Mosvikstafetten**

Jenter 11-12 år, 5. plass: Anne Stine Tengelsen, Maren G. Kjesbu, Anne Ellingen, Kine Kjesbu.

### **Steinkjerstafetten**

Mix 8-10 år: Rakel Farbu, Emma Gaundal, Erik Overrein, Karl Erik Lein-Fossum.

Jenter 11-12 år, 6. plass: Maren Giskås Kjesbu, Anne Ellingen, Silje Anita Bergstrand, Kine Kjesbu.

Menn veteraner, 3. plass: Kjell Eriksen, Ola Berget, Svein A. Melhus, Roald Sand.

### **St. Olavsloppet - Östersund til Trondheim, fire dager**

Ogndal nr 13 i mosjonsklassen. Tid: 21.45.59. Gjennomsnittlig tid pr km: 3.54 minutter. Disse deltok (med plassering på etappen i parentes): 1. dag (nr 16): Frode Aas Strandvik (15), Tore H. Krisoffersen (33), Iver Anton Flatås Aune (12), Skule Ystad Skjei (25), Erlend Brønstad (39), Trygve Kjøsnes Wekre (16), Jørund Skjei (12), Truls Trøan Aune (17), Bjørn Jegersen (58), Jonny Sundkjøyen (39), Morten Stokkan (37), Ola Berget (12), Sebastian Benonisen (31), Kjell Eriksen (46), Jan Olav Dagsvik (12), Ludvig Østerås Bøgseth (13), Grete Elnan (50), Morten Vannebo (7).

2. dag (nr 17): Morten Vannebo (18), Anders Hynne (22), Jørund Skjei (21), Trygve K. Wekre (10), Truls T. Aune (40), Kristin Hynne (50), Iver Anton F. Aune (11), Skule Y. Skjei (23), Eskil J. Hollås (16), Erlend Brønstad (27).

3. dag (nr 14): Carlos Silva de Brito (7), Carlos (17), Svein A. Melhus (9), Frode



*FLOTT INNSATS: St. Olavsloppet ble ei god opplevelse for 33 løpere, som sikret 13. plass etter fire dagers løping. Her etter innkomsten i Trondheim. Fra venstre: Sigrid Flatås Aune, Grete Elnan, Carlos Silva de Brito og Skule Ystad Skjei.*

Aas Strandvik (7), Mariu Landsem Melhus (16), Grete Elnan (35), Rune Morten Vannebo (25), Jan O. Dagsvik (10), Beimnet Haile Wolday (23), Kjell Eriksen (17).

4. dag (nr 12): Frode Aas Strandvik (36), Jørund Skjei (16), Beimnet (17), Eskil J. Hollås (6), Truls T. Aune (25) Hallvard Riseth Fjone (13), Trygve K. Wekre (33), Grete Elnan (50), Svein A. Melhus (8), Eivind Jenssen (3), Carlos (12), Trond Einar Elden (19), Trond E. Elden (26), Sigrid Flatås Aune (22).

## **BANESTEVNER**

Resultater fra en del banestevner:

### **Innendørsstevne, Steinkjerhallen**

Odin Ellingen (8): 60 m, lengde, kule.

Jon Martin Kjesbu (13): 3. plass i kule.

Håkon Ellingen (13): 4. plass i kule, 5. plass 60 m hekk.

Anne Ellingen (11): 4. plass i kule, 5. pl 60 m, 7. pl lengde.

Martine Bye (18-19): 1. plass i høyde (1.70) og 60 m hekk.

### **Åpningsstevnet, Guldbergaunet**

Martine Bye (18-19): 1.plass i høyde, 2. pl i spyd og 100 meter.

### **Sonestevne TA-sprinten, Snåsa**

Signe Warberg (9): 60 m, lengde, liten ball.

Kine Kjesbu (11): 2. pl lengde, 3. pl liten ball, 5. pl 60 m.

Silje Anita Bergstrand (11) 4. pl 60 m og liten ball, 5. kl lengde.

Maren G. Kjesbu (12): 4. pl lengde, 5. kl 60 m, 6. pl liten ball.

Sigrid Overrein (13): 3. pl 60 m, 4. pl kule.

Erik Overrein (8): 60 m, lengde, liten ball.

Truls Overren (10): 60 m, lengde, liten ball.

### **Sonestevne TA-sprinten, Beitstad**

Odin Ellingen (8): 60 m, lengde, liten ball.

Anne Ellingen (11): 2. pl liten ball, 9. pl lengde, 110.pl 60 m.

Håkon Ellingen (13): 3. pl høyde, 4. kl 60 m og kule.

### **Seriestevne, Øverlands Minde i Stjørdal**

Martine Bye (19): 1. plass i høyde (1.71) og i spyd.

### **Världsongdomsspelen, Göteborg**

Martine Bye (18-19): 5. pl i spyd 41.01, 6. pl i høyde 1.62, 8. pl i kule 10.13, 18. pl i lengde 5.04, forsøk 100 m hekk 16.27.

### **Ongdals kastkarusell/Innherredskarusellen, Guldbergaunet**

Disse har vært med på eller flere av de fire stevnene:

Juan Carlos Hanga Silva de Brito, Odin Ellingen, Anne Ellingen, Håkon Ellingen, Jon Martin Kjesbu, Martine Bye, Aksel Sende.

Det fjerde stevnet inngikk i Innherredskarusellen. Plasseringer i rangerte klasser:

Jenter 11 år: Anne Ellingen 2. pl kule og liten ball. Gutter 13 år: Håkon Ellingen 2. pl og Jon Martin Kjesbu 3. pl i kule.

### **Eideleikan, Namdalseid**

Martine Bye (19) 1. plass i kule og lengde.



*GNISTRER: Det gnistrer av unge Odin Ellingen når han her kaster liten ball i sonestevnet i TA-sprinten.*

### **Finale i TA-sprinten, Guldbergaunet**

Anne Ellingen (11): 5. pl i liten ball.

Silje Anita Bergstrand (11): 8. pl på 60 m, 13. pl liten ball.

Kine Kjesbu (11): 11. pl i liten ball, 13. pl i lengde.

Maren G. Kjesbu (12): 10. pl på 60 m, 10. pl i lengde.

Håkon Ellingen (13): 5. pl i høyde, 6. pl i kule.

### **LØP UTENFOR BANE**

#### **Frostatingløpet**

Jan Olav Dagsvik: 3. pl i 40-44 år.

#### **Namsosløpet**

Jan Olav Dagsvik: 7. plass i 35-50 år.

#### **Våttån Opp, Leksvik**

Grete Elnan: 6. pl klasse kvinner.

Ola Berget: 20. pl klasse menn.

#### **Saldiltén, Alhusstrand**

Aleksander Dagsvik: 8. plass i gutter 14-15 år.

Jan Olav Dagsvik: 5. plass i 40-44 år.

#### **Tordenskioldløpet, Trondheim**

Jan Olav Dagsvik: 13. pl i 40-44 år.

#### **Östersund Marathon**

Jan Olav Dagsvik: 7. plass totalt på 11 km.

#### **Bruløpet, Jan Sandstads Minneløp, Inderøy–Mosvik**

Aleksander Dagsvik: 1. pl 12-14 år.

Kjell Eriksen: 1. pl 55-59 år.

Jan Olav Dagsvik: 4. pl 40-44 år.

Beimnet Haile Wolday: 5. pl 20-34 år.

#### **Veresjøen Rundt, Vera**

Grete Elnan: 2. plass 19-34 år.

Beimnet Haile Wolday: 2. plass Rakstertausmila.

Ola Berget: Seier 50-54 år 8.2 km.

Kjell Eriksen: Seier 55-59 år.

### **Sognsvann Rundt Medsola, Oslo**

Carlos: 1 plass fire-runderløp, 1. pl i tre-runderløpe.

### **Bartnes Open, Beitstad**

Grete Elnan: Seier totalt.

Kjell Eriksen: 7. plass totalt.

### **Follaheiløpet, Follafoss**

Svein Anders Melhus: Seier totalt og klasse 36-50 år.

Ola Berget: 1. pl 50 år og eldre.

Grete Elnan: 5. pl 20-35 år.

### **Romerike 6-timers, Jessheim**

Aleksander Dagsvik: 1 pl ungdom, 50.350 meter.

Jan Olav Dagsvik: 4. pl kl 40-44 år, 66.942 meter.

### **Egebergs Minneløp, Tolga**

Ola Berget: Seier i klasse 50-59 år.

### **Inderøyløpet**

Ola Berget: 1. plass 4.2 km 50 år og eldre.

### **Skageløpet, Overhalla**

Jan Olav Dagsvik nr 4 i 40-44 år.

### **Festningen Rundt, Hegra**

Ola Berget: 1.plass 50-54 år.

### **Mosvikløpet**

Grete Elnan: Seier totalt i kvinneklassen.

### **Göteborgsvarvet**

Jan Olav Dagsvik: Nr 261 uansett klasse. Tid: 1.29.32 på halvmaraton.

### **Trondheim Maraton**

Jan Olav Dagsvik nr 3 på helmaraton 40-44 år. Tid: 3.29.12..



*TROFAST: Kjell Eriksen er en av flere trofaste veteraner i Ogdal IL.*



### **Mosviksenderen Rundt, Mosvik**

Grete Elnan: 2. pl i 21-34 år.

### **Tittinghalla Rundt, Inderøy**

Jan Olav Dagsvik: Seier totalt og i klasse 40-49 år.

Viggo Ballo: 4. pl i 50-59 år.

### **Borgfjelløpet, Kvam**

Grete Elnan: 2. plass kvinner.

### **Oftenåsen Opp, Steinkjer**

Grete Elnan: 5. plass kvinner.

Svein Anders Melhus: 6. plass menn.

Ola Berget: 12. plass menn

### **Mosviksenderen Opp**

Morten Vannebo: 11. plass i menn senior.

### **BEST I NORGE**

Martine Bye topper norgesstatistikken i høyde i klasse 18-19 år i sesongen 2012. Hun har 1.75, som er sju centimeter høyere enn nummer to i øvelsen. I tillegg har hun følgende plasseringer på årsstatistikken utendørs i 2012: Nr 2 i stav med 2.91, nr 3 i sjukamp med 4.586 poeng, nr 6 i kule med 10.84, nr 8 på 100 m hekk med 16.13, nr 9 i spyd med 38.30, nr 14 i lengde med 5.10, nr 8 på 100 m hekk med 16.22.



*KNALLSESONG: Martine Bye har hatt en strålende sesong, med tre gull i junior- og ungdoms-NM samt sølv i senior-NM.*

## **NYE KLUBBKREKORD**

Klubbrekordene for senior kvinner og menn tilhører stort sett storhetstida på 1970-80-90-tallet, men Martine Bye har forbedret sin egen klubbrekord i høyde flere ganger, og stoppet altså på 1.75 da hun tok sølv i senior-NM.

## **OPPSUMMERING**

Sesongen 2012 har gitt flere meget gode resultater og flotte prestasjoner.

Martine Bye er Ogdal ILs desiderte ener og frontfigur. I 2012 ble det tre nye NM-gull. I tillegg ble det to sølv og to bronse i siste års norske mesterskap, hvorav sølvet i hoved-NM (senior) rager klart høyest. Det er Ogdal ILs første individuelle medalje for kvinner i hoved-NM. Martine har også 4. plass (høyde) og 8. plass (sjukamp) i nordisk mesterskap 2012.

Jan Olav Dagsvik har spesialisert seg på ultraløp, og tok sølv i sin klasse i NM 100 km i Malm. Carlos Silva de Brito tok 4. plass i NM i terrengløp lang løype, mens Kjell Eriksen ble nummer fem i NM i halvmaraton. Grete Elnan har flere seire og andre gode plasseringer i diverse løp, så vi har også en kvinnelig seniorutøver som hevder seg bra.

Det ble en ny seier sammenlagt i klasse menn veteraner i kretsens stafettserie. St. Olavsloppet ble en positiv opplevelse med 13. plass totalt i mosjonsklassen, og med 33 ulike løpere på laget.

Vi har liten rekruttering av nye utøvere, og har en stor utfordring på det området. Vi opplever det likevel som positivt at 33 forskjellige jenter og gutter i 13 år og yngre deltok i flere stafetter i 2012. Tretten deltok i banestevner i samme aldersgruppe.

Vi får et godt økonomisk resultat i 2012. Vi har hatt bra uttelling på våre arrangement. Vi har jobbet hardt med profilering av TA-sprinten, og har hatt en meget god og kjærkommen sponsoravtale med Kurt Bye AS.

## **IDRETTSMERKETAKERE**

Idrettsmerkeutvalget med Willy Wikan i spissen har gjennomført prøver i tilknytning til friidrettsgruppas treningskvelder på Guldbergaunet. Disse har avlagt prøvene i 2012:

Jorunn Grande, Dagrund Gravås, Anne Berit Lein, Hilde Lein, Anne Grete Sand, Roald Sand, Ivar Stene, Randi Torås, Jon Arne Kjesbu, Willy Wikan.



Vi tilbyr et eksklusivt opphold med matservering, overnatting og utfordrende aktiviteter på en unik villmarksarena.

- Kurs, konferanser, team-building og kick-off for bedrifter og offentlige etater
- Arrangement for lag og foreninger
- Leirskole for grunnskole
- Private selskaper

Ta kontakt for skreddersøm av ditt arrangement!

[post@brandheia.no](mailto:post@brandheia.no)  
[www.brandheia.no](http://www.brandheia.no)  
tlf.932 02 266

Følg oss gjerne på facebook og twitter.  
Søk etter Brandheia Villmarkssenter.

# ÅRSMELDING FOR BARNEIDRETTEEN 2012

Barneidretten er idrettsaktiviteter for barn til og med det året dem fyller 12 år. Ogn-dal IL sitt hovedmål med et tilbud for barneidretten, er å gi barna kunnskap og erfaring med ulike idretter. Det er mest mulig lagt opp etter alder og ferdighetsnivået til barna. Vårt ønske med dette er å gi spiser og inspirasjon til å satse på idrett, der de kanskje finner en særiddrett dem kan satse på. Vi ønsker at barna skal oppleve glede og mestring ved å være fysisk aktiv.



*1.rekke (liggende): Tom Adrian Vangstad, Sigrid Overrein, Edvard André Jørum og Kristian Overrein Bragstad. 2.rekke: Sverre Sjøli, Inge Martin Roel Bosnes, Ronja Andersen, Per Morten Guldahl, John Arild Ravndal, Nathalie Dahl Smevik, Tuva Ronnes Pettersen, Adrian Simensen, Odd Tobias Sjøli (delvis skjult), John Christoffer Roel Bosnes og Iver Kjesbu. 3.rekke (midten): Harald Warberg, Sunniva Marri Jørum, Kristina Roel Bosnes, Emma Elise Vangstad (delvis skjult), Jøren Elise Jørum, Joakim Resve, Signe Warberg, Silje Bergstrand og Cathrine Warberg. 4.rekke (bakerst): Robin Norum, Frida Resve, Karl Martin Sjøli og Bent Ivan Roel Bosnes.*

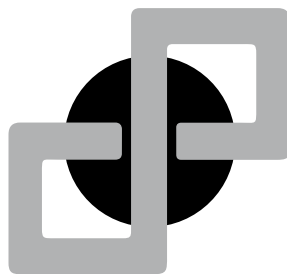
I 2012 har det vært allidrett på Røysing og Vålen. Allidretten på Vålen har i 2012, som tidligere år, vært for 1-7.klasse. Dette har vært en fantastisk oppslutning på hver trening, med et snitt på ca 20 unger hver gang.

Treningene har hatt stort fokus på ”lek og moro”. Der det viktigste er å la barna føle glede ved å benytte kroppen til fysisk aktivitet. Vårt fokus har vært lek, ballspill, styrke, utholdenhet og koordinasjon med mer.

Vålen samfunnshus har nå heldigvis blitt ferdig med oppussing / påbygging, slik at gymsalen er mye større enn tidligere. Dette gir oss større rom å trene på, noe som har vært meget godt på de treningene vi har passert over 20 stykker. Vi har også vært så heldige at det har blitt en del nytt utstyr på Vålen det siste året.

Vi ønsker alle sammen velkommen til nye treninger i 2013.

*Morten Resve*



**digipark**

Profiling og markedsføring på web

**[www.digipark.no](http://www.digipark.no)**

## **Frigjør din tid, vi tar oss av:**

- Regnskap og årsoppgjør
- Lønn
- Fakturering
- Budsjettering
- Firmastiftelser / nyetableringer
- Rådgivning



# **Steinkjer Regnskap AS**

Autorisert Regnskapsførerselskap

Hamnegt. 33, 7714 Steinkjer  
Tlf. 74 15 09 50 - Fax 74 15 09 60  
E-post: [post@steinkjer-regnskap.no](mailto:post@steinkjer-regnskap.no)  
Hjemmeside: [www.steinkjer-regnskap.no](http://www.steinkjer-regnskap.no)

# *Klubbleverandør*

**MALMO SPORT AS**   
**FAGKUNNSKAP – SERVICE – KVALITET**  
Kongensgt. – Steinkjer – Tlf. 74 16 19 89





	Hovedlag	Fotball	Friddrett	Handball	Ski	
<b>Driftsutgifter</b>						
4200	Varekjøp, kiosk		8 000	8 000	5 000	
4250	Utg. til innt.br.tiltak	5 000	1 000	17 500		
4320	Innkjøp lodd				2 500	
4500	Stevneutgifter/barneidrett	5 000	3 000	11 000	3 000	
4502	Karusellrenn				1 000	
4510	Stevnedeltakelse	50 000				
4550	Dommerutgifter		3 000	15 000		
4551	Kurs og utdanning		500	5 000		
5000	Lønn / honorar		4 000			
63	Leie lokaler / anlegg	10 000	18 000	15 000	100 000	
6341	Lysløype Røysing				12 000	
6342	Lysløype Vålen				6 000	
65	Inventar og utstyr		60 000	6 000	10 000	
66	Vedl.h.bygg og anlegg		10 000			
67	Regnskap/revisjon	10 000			700	
6800	Kontorrekvisita	3 000	500			
6820	Trykking Friskusen	18 000				
6860	Møter, kurs, oppdater.	5 000	800			
6880	WEB-domene	4 000				
69	Porto/telefon	5 000	2 500			
70	Drivstoff transp.midler				13 000	
70xx	Vedlikehold transportmidler				15 000	
7320	Reklame/annonser	4 000	2 500			
7350	Deltakelse/reise stevner		7 000	70 000	50 000	
7355	Reisedekning NM-fond	15 000			3 000	
74	Kontingent,avgift,gaver	4 000	3 000	7 000	5 000	
7421	Avslutningsfest			1 000	5 000	
7430	Sponsorbonus	3 000			1 500	
7451	Overgangsgebyr		3 900			
7453	Avgift særkretser/forbund			30 000	5 000	
7500	Forsikring	10 000	4 500			
7790	Martnasandel til gruppene	80 000				
<b>Sum</b>		<b>231 000</b>	<b>116 400</b>	<b>125 800</b>	<b>245 500</b>	<b>87 700</b>
<b>Driftsresultat</b>						
8040	Renteinntekter	15 000	0	0	0	0
8170	Finanskostnad, gebyr	300	200	0	0	0
<b>RESULTAT</b>		<b>254 300</b>	<b>14 300</b>	<b>9 200</b>	<b>37 500</b>	<b>39 300</b>

# mokk gård

- Selskaper, kurs og samlinger
- Servering
- Møterom med trådløst nett
- Truge-, grotte- og gruveturer

Kjell og Kristin Delbekk – Tlf. 957 88 852 / 482 94 694  
www.mokk.no – e-post: post@mokkgaard.no

# Pynteblær

FRA NORSK NATUR



## STATOIL

***Statoil Sannan***

*Kongensgt. 45*

*7713 Steinkjer*

*Telefon: 74 16 19 00*



# Holberg

*- først og fremst*

BIL - TILHENGER - UMLEIE - VERKSTED  
OPPRETTING - LAKKERING

Asphaugen, Steinkjer - tlf. 74 17 09 00  
e-post: [post@steinkjer.toyota.no](mailto:post@steinkjer.toyota.no) - [www.holbergsauto.no](http://www.holbergsauto.no)



**Bruk  
landbrukets  
eget innkjøps-  
samvirke**

Samvirke er sunt  
bondevett i praksis  
– sunt bondevett  
blir aldri gammeldags!



**Felleskjøpet**

**Felleskjøpet Agri BA**

**Steinkjer Tlf. 03520**

**[www.fka.no](http://www.fka.no)**

## BRANDTSEGG NATURSTEIN

***Brandtsegg Naturstein kjennetegnes ved sin særegne og flotte fargeprofil.***

Vi leverer naturstein i alle størrelser til blant annet; pyntemurer, støttemurer, hageanlegg, trappheller, gravsteiner, bord og benker fra eget steinbrudd.

**Kontakt: Ole Andreas Brandtsegg**  
**E-post: [oab@steinmur.no](mailto:oab@steinmur.no)**  
**Telefon: 99169141**



# **Veidekke**

---

## **Pukk og Grus**

**Produsent og leverandør  
av knust stein, pukk/singel,  
fyllmasser**

Lerkehaugvn. 2, 7711 Steinkjer  
Postadresse: PB 90, 7701 Steinkjer  
Tlf: 741 60 550 – [steinkjer@veidekke.no](mailto:steinkjer@veidekke.no)







En samarbeidspartner til idretten.  
Vi har hyggelige idrettspriser.  
Ta kontakt for nærmere informasjon.

## **Best Western Tingvold Park Hotell**

Gamle Kongeveg 47

7725 STEINKJER

Tlf. 74 14 11 00

E-post: [tingvold@bestwestern.no](mailto:tingvold@bestwestern.no)

[www.tingvoldhotel.no](http://www.tingvoldhotel.no)

# Hos oss er alt mulig



Totalleverandør av grafiske tjenester.  
Spesialist på preg og foliering av trykksaker.

**designtrykk**  
*litt annerledes*

**NAMSOS**

Søren Thornæs. 10, Namsos  
Tlf. 74 21 21 50  
namsosdesigntrykk.no

**STEINKJER**

Skippergt. 11 D, Steinkjer  
Tlf. 74 12 13 35  
firmapostdesigntrykk.no

**ORKDAL**

Megardsvegen 1, Fannrem  
Tlf. 406 406 00  
svend.agedesigntrykk.no



www.designtrykk.no  
Miljømerket trykksak 241 781



www.designtrykk.no  
Miljømerket trykksak 241 781