

Årsmelding Trio friidrett 2025



60 superklare småtassar klare til Knøtteløpet under Kvinnheradmeisterskapen. Meir enn ei dobling frå året før av 0-5-åringar som ville springe 100 meter og få medalje.

Friidrettsgruppa har hatt eit år med god aktivitet og gode prestasjonar. Vi er ei lita gruppe, og bygger oss gradvis opp. I året som har gått har vi fått i gong trening for 1.klassingar, og har no 4 treningsgrupper frå 6-18 år. Friidrettsgruppa brukar Trio si nettside aktivt rundt våre arrangement. Vi har i tillegg ei eiga Facebookside for Friidrettsgruppa, men syt også for å alltid bruke Trio si felles Facebookside til å nå ut med informasjonen vår. Det er viktig for å nå ut til flest mogleg. Treningsgruppene brukar i tillegg Hoopit til intern informasjon om treningar.

Styrearbeid og styresamansetning

Det har vore 3 styremøter gjennom året, tilknytta aktivitetene våre. I tillegg møte med Lions om Løveleikene, som som 27.juni vart arrangert med rekordstor deltaking. Første gong med over 100 deltakarar! I styret har vore Are Ulseth (leiar), Ingunn Sæverud Jensen (nestleiar), Årstein Eik, Arne Torget, Dagfinn Jensen, Tor Harald Bringedal. Det kan vera trong for å styrke styret noko for å etablere meir aktivitet i året som kjem, men vi er i høg grad eit utøvande styre.

Økonomi/støtte

Grunna søknadar om midlar har vi fått støtte frå Hydro (25.000 kr til Løveleikene) og Sparebank 1-stiftinga (45.000 til kjøp av kastutstyr og treningshekkar), og det har hjelpe oss med å vera på budsjett på økonomisida i gruppa. Og allereie har vi fått innvilga ein ny søknad frå Sparebank 1-stiftinga, som gjev uvurderleg støtte.

Vi har forlenga sponsoravtalen med Tysnes Sparebank, som hovudsponsor for friidrettsgruppa med tre nye år. I tillegg har vi ein sponsoravtale med Husnes Møbel. Pr desember 2025 har vi to reklameskilt på stadion.

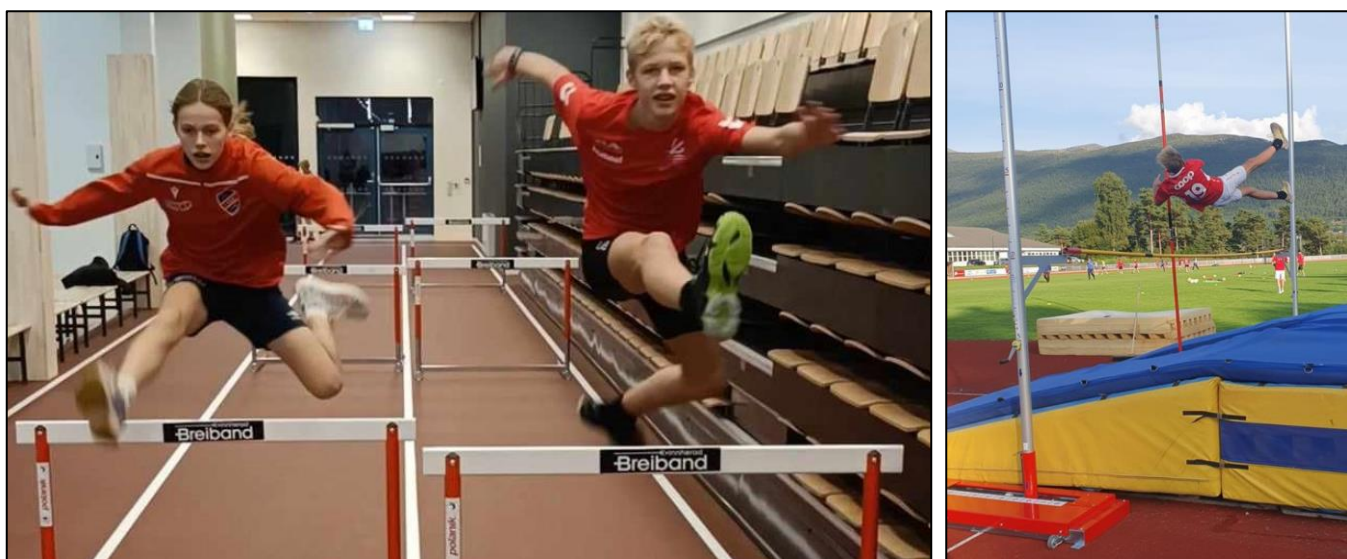


Våre mest aktive ungdomar deltek også på ein del stemner rundt om på Vestlandet, så vi er avhengig av dei faste fordelingane frå hovudstyret (kontingent, kompensasjonsmidlar, grasrotandel) for at budsjettet skal gå i hop. Elles er det ei handfull år sidan friidrettsgruppa fekk eigen økonomi og ikkje lenger berre høyrer under hovudlaget sitt rekneskap. På denne tida har vi også vist at vi klarar å drive utan årlege driftstilskot frå hovudlaget. Vi held fast på vårt mål om at så sant ein har betalt medlemsskap i idrettslaget, skal det ikkje vera nødvendig å betale treningsavgift i friidrettsgruppa.

Aktivitet

Treningar

Vi har hatt fin oppsving på treningsfronten. Vi har vi etablert nesten fulle treningsgrupper på inntil 15 faste utøvarar i både 6-7 år, 8-9 år, og noko færre i dei eldste gruppene. Ergo har vi om lag 50 aktive ungar i friidrettsgruppa no. Vonleg klarar vi å oppretthalde det også neste år. Vi har klart å styrke oss med å få med fleire på trenarsida og altså starta tilbod for dei aller minste. I vår hadde vi også treningstilbod i friidrett til paraidrettgruppa, som tilhøyrer Turn. For å gje eit allsidig tilbod til desse, la vi til rette for vekentlege treningar.



Alexandra, Ådne og Sander i aksjon med nytt utstyr.

Attpåtil har vi fått betre treningstilhøve vinterstid. Diverre var vi seint ute med bestillinga og vart avspist med ein del gymsaltreningar, men frå hausten 2025 har vi fått godt med tider i Husneshallen og Kvinnherad Arena. Å disponerer område med løpedekket i Kvinnherad Arena løps- og hekketrening med god kvalitet, er veldig kjekt.

Med utspring i triathlongjengen er det felles løpstreningar 3 gonger i veka. Vår veldig aktive Triathlon-/løpegruppe er inkluderande og flinke til å annonsere ulike treningsøkter. Dei har med Frida i front vore pådrivar for å arrangere løp også, og i september vart det ultraløp på Husnes stadion, med 3-timars, 6-timars og 12-timars distanse. Dette skal vi få til også neste år, og i tillegg jobbar vi med planar om å arrangere Trioløpet over i april.



Ei nyvinning av året var Ultraløp på Husnes stadion, 3-, 6- og 12-timarsløp med om lag 25 deltakarar. Det blir det i 2026 også.

Arrangement

Som nemnt arrangerte vi **Løveleikene** igjen, no som eine-arrangør, då dei lokale Lionsklubbane no er nedlagt. Likevel har vi uvurderleg hjelp til gjennomføring i tidlegare Lionsmedlemmar og karar frå Trio sin onsdagsgjeng. Årets Løveleiker vart ein formidabel festdag. Sidan det vart samkøyrd med leir på Halsnøy Folkehøgskule er deltakartalet over dobla og i år på formidable 101 deltakarar. Dette må vi klare å føre vidare!



Ny deltakarrekord på Løveleikene.

Diverre vart det ikkje nok påmelding til at Triostafetten vart noko av, men i haust arrangerte vi **Kvinnheradmeisterskapen** i friidrett på Husnes stadion. Nøkkelen til suksess er god planlegging og promotering og det var deltakarrekord med 114 deltakarar. 54 ordinære deltakarar, samt formidable 60 småtassar i «Knøtteløpet», som fekk sin første smak på friidrettsstemne og medalje rundt halsen. Brorparten av deltakarane var frå IL Trio, men Rosendal TL og Halsnøy IL var også representert. Ekstra kjekt med stor deltaking på den avsluttande 1500-meteren, heile 11 deltakarar frå 13 til 62 år.

I tillegg har vi arrangert 5 **seriestemner** på onsdagar. Deltakinga er normalt på vel 30-40 utøvarar. Attpåtil arrangerte vi ein mangekamp over to dagar på Husnes stadion i august, med 19 deltakarar.



10-11-åringane på 60-meteren under mangekamp på Husnes stadion.

Og i september arrangerte vi altså også eit ultraløp, for første gong i Husnes idrettspark. Dette gjekk inne på Husnes stadion og ein kunne delta i 3-timars, 6-timars og 12-timarsklasse. Totalt var over 30 løparar i aksjon på ein dag der til saman over 2100 rundar på Husnes stadion vart unnagjort.

Prestasjonar

Fleire av våre ungdomar har delteke på stemner på Vestlandet, både enkeltvis og som representantar på lag i dei årvisse Lerøyleikene, der friidrettskretsane konkurrerer mot kvarandre i 13-14-årsklassen. Våre vaksne løparar har også hevda seg sterkt i mange løp og triathlonkonkurransar i regionen.

Dette kan ein finne meir om i ulike nyhendesaker på Trio si nettside: [Friidrett - I.L. Trio](#)

Det er blitt sett 6 lagsrekordar i løpet av 2025, alle ved allsidige Alexandra Tveit Rosendahl (15). Oversikt over lagsrekordane finn du også på nettsida, [IL-Trio-friidrett-lagsrekordar 20251015.pdf](#)

Opp-og-fram-prisen

Vår etablerte pris, namngjeven etter eit kjent Tjerand Lunde-mantra, vart delt ut to gonger til utøvarar som har vist stor forbetring i ei friidrettsøving. Eit stipend på 2000 kr, som delast ut to gonger i året. På vårparten gjekk prisen til Andrei Bringedal (15) og på hausten til Alexandra Tveit Rosendahl (15) for ny rekord på 200 meter hekk. Det er andre gong allsidige Alexandra vann prisen, og trass ung alder har ho sett 6 seniorrekordar i IL Trio i 2025.

Friidrettsanlegget

Husnes stadion er eit framifrå friidrettsanlegg. Kommunen utførte reinsing av dekket sommaren 2025, men har også noko uteståande med å erstatte det gamle kastburet med eit som tilfredsstiller dagens krav.

Vi har eit prosjekt på gang med å få bygd ei tidtakarbu ved målstreken, noko som er naudsynt for å kunne få elektronisk tidtaking opp å gå. Det er omfattande arbeid, men planane er klare og til avklaring med kommunen, og så jobbar vi med å få finansiering på plass.

Skulane har vore flinke å bruke det flotte friidrettsanlegget vårt, både til treningar/gymtimar og til ulike arrangement. Anlegget er elles mykje brukt til ymse uorganisert trening. På haustparten er også Trioløypa i fullgod stand igjen, etter anleggsarbeid med Kvinnherad Arena og ny kunstgrasbane. Traseen er lite grann endra, men no er løypa flott å springe og gå i.

Medlemsutvikling

Med auke i treningstilbodet for barn gjennom året, har antal medlemmar stabilisert seg på eit godt nivå rundt 60.

Kompetanseutvikling

I mars hadde vi treningssamling i Kvinnherad Arena, med to instruktørar frå friidrettskretsen. Dette var nyttig læring for både utøvarar (20 deltakande) og ca 10 trenarar som var til stades og overvar seansen.

Arne Torget tok våren 2025 NAR dommarsertifisering. Elles har Dagfinn Jensen utdanning som startar, og følgjande er kretsdommarar: Ingunn Sæverud Jensen, Are Ulseth, Dagfinn Jensen, Sindre Nymark Jensen, Arne Torget, Tor Harald Bringedal, Årstein Eik, Geir Sigmund Saghaug, Alexandra Tveit Rosendahl, Ådne Opsanger Tveit.

Representasjon

Arne Torget sit i valkomitéen i Hordaland friidrettskrets. Arne var også dommar under U23-EM i Bergen i sommar.

Planar

Øvst blant måla for 2026 står:

- Oppretthalde treningstilbod for born i alle alderstrinna.
- Bygge kompetanse i bruk av det elektroniske tidtakarsystemet (permanent tilgjengeleg).
- Jobbe vidare med planar og bygging av tidtakarbu på stadion.
- Arrangement: Gjennomføre våre faste arrangement også i 2026. Datoar er allereie fastsett.
- Arrangement: Etablere Trioløpet, 5 km løp med klassar for både aktive, mosjon, barn og lågterskel.
- Om mogleg bidra så turngruppa sitt tilbod for parautøvarar kan trene friidrett også i år.

27.01.2026, for friidrettsgruppa, leiar Are Ulseth