

ÅRSBERETNING FOR
LARVIK JUDOKLUB 2010

1. Styrets sammensetning 2010

Leder:	Ronny Olavesen
Nestleder:	Morten Solum
Kasserer:	Ronny Olavesen
Sekretær:	Siv-Monica Tjeldvoll
Styremedlem:	Rune S. Lindgren
Styremedlem	Rune Andersson
Styremedlem	Roger Johanesen
Styremedlem	Nina F. Bråthen
Styremedla	Line Bråthen
Vara:	Per Øyvind Johansen
Vara:	Ivar Haugen

Sportlig utvalg har bestått av:

Hovedtrener:	Line Bråthen
Sportslig leder:	Rune S. Lindgren

Trenere:

Andreas Johansen	Tord Lindgren
Martin Markussen	Torgeir Hvaara
Line Bråthen	Morten Solum

En spesiell takk til alle trenere som har vist et stort engasjement på sine partier og for klubben.

2. Nye lokaler

Det største løftet for klubben i 2010 var å få egne lokaler. Klubben leier nå lokaler rett ved Framhallen, og har en 3 årlig avtalt med eiendomsselskapet Fram 2015.

Vi startet opp oppussing i påska, og startet opp med trening i april. Vi har også fått en egen klubbstue som er et flott møtested for både foreldre og utøvere.

Den offisielle åpning av lokalet ble gjennomført 10.september 2010, og snoren ble klipt av Larviks ordfører Riise Jensen. NJF president Vibeke Thiblin, samt gjester fra idrettsråd og idrettkrets. var også tilstede, og mange fine taler ble holdt.

Kostnaden på oppussingen ble satt til kr. 30.000,- , og den reelle kostnaden ble også denne summen.

3. Æresmedlem.

På klubbens offisielle åpning av lokalene ble Svein Gårdsø utnevnt til klubbens første æresmedlem. Svein var med å starte klubben i 1982, og har vært en viktig støttespiller for klubben i alle år.

4. Møtevirksomhet

Det har i år vært gjennomført 9 styremøter, 2 trenermøter og 1 fellesmøte.

5. Medlemstall

Aktive medlemmer i 2010 har vært ca 60 utøvere

6. Trening

Sportsutvalget har hatt som prioritet for 2010 å øke forutsigbarheten og kvaliteten på treningene.

I denne prosess har det vært avgjørende å sette fokus på hva som skal gjennomføres av teknikker til enhver trening slik at det leder fram til den ønskede kompetanse hos utøverne, samtidig letter dette arbeidet for de trenere som må vikariere ved f eks sykdom. Det er hovedtrener som har hatt ansvar for utarbeidelse av treningsplanen.

Samtidig har sportslig leder laget maler for hvordan treninger skal gjennomføres slik at dette også bidrar til å sikre forutsigbarhet og kvalitet.

Trenere og sportsutvalg har jevnlig kontakt og er stadig i diskusjon angående trening, metodikk osv.

Ved siden av de ordinære treningene har klubben hatt ulike type treningsgrupper som et ekstra tilbud. Det har vært basistrening (grunnleggende styrke og utholdenhet), teknikktrening, randoritrening og egen trening for våre trenere.

7. Utdanning/kurs

Sportsutvalget og de fleste av trenerne har deltatt på Fagseminar i Oslo i regi Akershus Idrettskrets og Norges Judoforbund. Her fikk de en del kunnskap til å videreutvikle seg som trenere / utøver / leder. Det kan her nevnes foredrag om idrettsskader og treningsøker med fokus på både grep og fotarbeid.

Klubbens leder deltok på Storklubbseminar i Oslo i Des 2010.

Klubbens trenere har gjennomført førstehjelpskurs i regi Larvik Røde Kors. Dette er et grunnleggende kurs i akutt førstehjelp spesielt med fokus mot hjerte/lunge redning.

I mars 2010 hadde vi den første samling i klubb utviklingsprosjektet.

Lill Merethe Tjeldvoll, styremedlem i NJK og medlem i LJK dro til India med Judo for fred i feb. 2010

8. Gradering/oppvisning

I mars ble klubben invitert til å delta på Japanske dager på Sliperiet Larvik. Klubbens trenere lagde et program på ca 15 min og fikk vist mye flott judo.

Tirsdag 26.januar var det stor graderingsdag på Spenst Arena 13 ivrige judoka var klare til å vise hva de har lært og pugget på de siste uker og måneder.

Til hel oransje viste Roy Phillip Andresson og Daniel Haugen at de hadde full kontroll på pensumet. Mats som graderte til helgult viste en meget god gradering. De yngste som graderte denne gang var Anniken Løvgren og Jennie Helgesta som meget stolt fikk diplom og belte etter å ha vist sensor at de behersker alle tekniker som skal til for å få det oransje belte. Til halvgrønt var det hele 8 utøvere som gikk opp. Emilie Madsen, Øyvind Monsen, Jonas Hansen, Emil S. Olavesen, Hubert August Kowalczyk, Ole Andreas Gjerstad, Truls Halvorsen og Simon Johannessen Johannesen viste at de alle hadde ferdigheter som gjør at de stolt kan bære det grønne belte.

Thor Magnus Saga graderte til halvoransje i forrige uke pga. ferietur, og han ble også godkjent med glans.

9. Deltagelse stevner/treningssamling

Larvik Judoklubb har en stabil gjeng ungdomsutøvere som deltar på stevner og for flotte resultater.

Første stevne var Nyttårstevne som Krokstad judoklubb arrangerer. Her fikk Daniel Haugen, Roy Phillip Andersson og Jonas Bråthen hver sin bronsemedalje.

I NM mars 2010 deltok Daniel Haugen, Jonas Bråthen og Roy Phillip Andersson. Det ble sølv og bronse på Daniel og Roy Phillip.

På Himmelspretten Cup i Sandefjord 13. mai, stilte vi med 5 utøvere. Mats Halvorsen vant sitt første stevne ,sølv til Jonas Bråthen, og bronse til Katharina Johansen, Daniel Haugen og Thor Magnus Saga.

På Sandefjordstevne 2. oktober deltok 5 utøvere. Thor Magnus Saga, Daniel Haugen, Katharina Johansen, Jonas Bråthen og Roy Phillip Andersson. Det ble ingen medaljer, men stor innsats av alle var der.

830 cup i Kongsberg ble arr i oktober hvor LJK stilte opp med 2 barneutøvere og 5 ungdomsutøvere. Her fikk Jonas Bråthen full klaff og tok endelig gullmedaljen hjem.

Ippon Cup ble holdt i nov og her deltok 3 barn og 2 ungdommer. Barneutøverne gjorde en flott innsats. De som deltok var Jonas Hansen, Øyvind Monsen og Nataniel Svendsen. Daniel Haugen og Jonas Bråthen var ungdomsutøverne. Jonas Kom hjem med sølvmedaljen.

14 Des hadde vi avslutning for 2010 med pizza og brus for utøvere, søsken og foreldre. Barneutøverne holdt en liten oppvisning for sine foreldre.

Vi har også hatt utøvere som har vært på regionale treningsamlinger, samt deltatt på VikingCamp.

På funksjonærsiden har Morten Larsen og Runde S. Lindgren gjort en god jobb ved å representere klubben ved å sitte i sekretariatet ved arr. av stevner i Sandefjord.

10 Økonomi

Klubbens økonomi er bra, selv om det ble et underskudd på ca 30.000,- og dette er summen som er blitt brukt på oppussing av nye lokaler.

Største utgift er leie av lokaler, ca. 80.000,-. På inntektssiden er medlems kontingent xx|

Vedr. inntektsbringende tiltak har klubben gjennomført salg av julekalendere, og salg av pleieprodukter. Disse to tiltak har tilført klubbkassa ca. 30.000,-

Viktige inntektskilder for 2011 vil være å øke medlemsmassen, salgsbringende tiltak, samt sponsormidler

Larvik Judoklubb har en egenkapital på ca 165 000,-

11 Oppgaver for 2011

De sportslige utfordringer for 2011 er å videreføre et godt trenerteam, og legge til rette for en god og bred sportslig aktivitet. Å utvikle gode trenere med bl.a. å legge til rette for trenerkurs i regi av forbundet er et viktig. Vi ønsker også å utvikle egne kurs/temakvelder for våre trenere. Bl.a. idrettsskadekurs, antidopingkurs etc.

Også dommerkurs ønsker klubben å ha fokus på. Gjennomføring av judoforbundets klubbutviklingsprosjekt er en viktig prosess for å nå de mål klubben setter.

Klubben har etablert et samarbeid med vennskapsklubben, Hjørring Judoklub, og ønsker å utvikle dette samarbeidet videre. Samarbeid med andre klubber, og da spesielt i region Sør er også viktig for den sportslige utvikling.

Klubbe har også startet et samarbeid med NAV, og vi ønsker å utvikle dette samarbeidet.

Klubben har et mål på 100 medlemmer innen jubileumsåret 2012, og det skal jobbes aktivt på rekrutteringen av nye judoka. Larvik Judoklubb ønsker også å se på alternative stevneformer, og vil etablere et samarbeid med Ung Judo for gjennomføring av Randori Stevner.

Å videreføre og utvikle det gode miljøet i klubben vil også være viktige arbeidsoppgaver for klubben.

På inntektsiden ønsker vi å bli mer aktive på sponsorsiden, og etablere inntektskilder som er både fruktbar, forutsigbar og gjennomførbar.

Larvik Judoklubb vil vurdere all aktivitet i forhold til Engasjement, Økonomi, System slik at vi kvalitetssikrer vår virksomhet på best mulig måte.

Larvik Judoklubb

08.02..2010

Ronny Olavesen

Leder

Siv Monika Tjeldvoll

Sekretær