

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

FÖR

ÖBACKA LÖPARKLUBB

2015

Styrelsen och övriga av årsmötet utsedda funktionärer:

Ordförande	Dan Agnarson
Kassör	Ida Höglund
Sekreterare	Karl Nieminen
Ledamot	Michael Westin
Ledamot	Kennet Svensson
Suppleant	Nils Dahlin
Suppleant	Mikael Engman
Revisor	Elisabeth Ohlsson
Revisor	Anette Melander
Valberedning	Marie Carlsson
Valberedning	Roger Nyberg

Under året har 44 medlemmar/familjer betalat medlemsavgift, 100 kr för enskild medlem eller 150 kr för familj.

Styrelsen har under året haft sex protokollförda möten, varav i februari, april, maj, juni, augusti och november. Stående punkter vid varje möte har varit tränings- och tävlingsverksamhet, ekonomi, Öbackalufsen och övriga arrangemang samt hemsidan och Facebook. Kort sammanfattning från styrelsemötena har presenterats på klubbens hemsida.

På klubbens hemsida www.obackalk.se presenteras nyheter, resultat och intressanta arkivreportage löpande. Resultat kan också spåras flera år tillbaka i en databas med klubbrekord och personliga rekord för respektive klubbmedlem. Under 2015 publicerades 83 nyheter, vilket är 5 fler än under 2014 men 3 färre än under toppåret 2012. Hemsidan besöktes över

4 300 gånger, vilket är rekord och 43 gånger fler än 2014. Klubbens Facebooksida har fått 28 nya medlemmar under året och har nu totalt 98 medlemmar.

Antal nyheter och besökare på hemsidan sedan 2009

År	Antal nyheter	Jmf året innan	Antal besökare	Jmf året innan
2009	47	+39	2 227	+1 678
2010	56	+9	2 046	-181
2011	64	+8	2 388	+342
2012	86	+22	3 260	+872
2013	68	-18	3 231	-29
2014	78	+10	4 315	+1 084
2015	83	+5	4 362	+47

Onsdag kväll 8 juli arrangerade klubben sjätte upplagan av Öbackalufsen. Trots regn i luften blev det nytt deltagarreord med 155 i mål. Ungefär 100 efteranmälningar under ca en timme satte hårt tryck på sekretariatet som tillsammans med övriga funktionärer återigen gjorde en fantastisk insats. Arrangemanget växer för varje år och har hittills ett snitt på imponerande 104 deltagare per år.

Klubben har också varit medarrangör i Maxiloppet i augusti samt tillsammans med lokaltidningen Allehanda Media arrangerat Tidningsloppet. Bägge loppen var för barn på kortare distanser och med imponerande deltagarantal.

I oktober arrangerade klubben tillsammans med Härnösands Orienteringsklubb ett testlopp i traillöpning på Härnön, med start och mål på Vårdkasen. Trots begränsad tid för marknadsföring kom 157 deltagare. Bägge klubbarna jobbar nu gemensamt med planering för premiären lördag 1 oktober 2016.

En del av många prestationer under året ...

- I ca 11 grader och kylslaget regn blev Jenny Rutström imponerande 18:e tjej på Stockholm Marathon på tiden 2.56.38. Tiden räckte till en 10:e plats bland svenska deltagarna. Jenny radade som tidigare år upp topplaceringar med ett tiotal vinster under säsongen.
- Liksom 2014 stod Johanna Bergman för året prestation i uthållighet när hon för andra året i rad vann High Coast Ultra. Efter 129 km från Örnsköldsvik till Höga Kusten bron nådde Johanna målet på 15 timmar jämt, vilket blev 2.5 tim. snabbare än föregående år. Dessutom vann Johanna för fjärde året och på nytt banrekord tuffa Urskogsloppet med mål i Björna.
- Också en oerhört bra prestation i uthållighet av klubbens starkaste manlige löpare Mikael Näslund, som i Ultravasan mellan Sälen och Mora sprang på 7 tim. och 26 min. Det blir en snittfart på under 5 min per km i 90 km terränglöpning. Mikael gjorde även årsbästa för klubben på de distanser han sprang, som 10 km, halvmaraton och maraton.
- Som tidigare år fanns ett lag från klubben med i stafetten Indalsledenloppet från Bispgården till målet Bergeforsens skidstadion. Även detta år en topplacering i den öppna klassen med en femteplats, 33 sek. från fjärdeplatsen.
- Syskonen och skidåkarna Lovisa 16 år och Arvid Henning 14 år sätter hög fart på intervallträningarna, vilket syns i resultatlistorna. Lovisa sprang bland annat Vår Ruset på

20 min, Tjejmilen på 43 min. samt sprang Arvid bland annat Öbackalufsens tuffa fem km på 20 min.

- Klubbens internationelle representant Erkki Onkamo besökte under året Barcelona Marathon, Krakow Marathon, finska Salla Midnight Trail Marathon, finska Maisematiemaraton samt Valencia Marathon. Även Katarina Rönngren sprang Krakow Marathon samt sprang Jenny Rutström Dublin Marathon och Tonny Björkman Ljubljana Halvmarathon i Slovenien.
- Den största framgången var alla nya medlemmar som strömmat till vår löparklubb, och bidraget med god reklam vid flertal olika lopp.

Under året har det funnits minst en deltagare från Öbacka LK i drygt 80 lopp runt om i landet och utomlands. Ett 40-tal öbackalöpare gjorde sammanlagt drygt 230 starter under 2015. Vid flest tävlingar deltog Jenny Rutström med 24, före Erkki Onkamo 23 och Kent Rovio 18. Flest tävlingskilometer fick Erkki Onkamo ihop, hela 526 km med bland annat sex(!) maratonlopp. Därefter följer Mikael Näslund med 363 km och Jenny Rutström med 313 km.

Vid årets 52 gemensamma måndagsträningar har 67 personer gjort sammanlagt 643 träningar. Det ger ett snitt på 12,4 personer per träning. Flest träningar gjorde återigen Örjan Janulf, som deltog på samtliga 52 träningar och vann träningsligan för sjunde året i rad! Närmast därefter följde Dan Agnarson och Michael Westin med 45, Mikael Engman med 43 samt Nils Dahlin och Karl Nieminen med 33 träningar.

År	Antal deltagare i snitt på måndags-träningarna	Antal personer som deltog i minst en måndagsträning	Antal personer som deltog i minst tio måndagsträningar	Antal personer som deltog i minst hälften av måndags-träningarna
2009	7,6	33	13	6
2010	7,9	39	15	5
2011	8,1	43	15	4
2012	8,9	46	14	5
2013	7,9	42	10	6
2014	13,0	64	22	10
2015	12,4	67	18	8

Redan under 2014 startade klubben ett samarbete med Intersport som innebär att 3 % av det som medlemmarna handlar för utgår som kickbackbonus till Öbacka LK. Den enskilde medlemmen förlorar inget på detta och erhåller givetvis sin ordinarie bonus från Intersport. Hittills har sju personer anslutit sitt medlemskonto och handlat på Intersport som ger klubben en bonus. Målsättningen är att fler ska ansluta sig så att denna inkomstkälla på sikt kan öka.

Klubbens ekonomi är i fortsatt god balans. Klubben får intäkter från medlemsavgifter, Binglotto samt Öbackalufsen. Intäkterna har till största delen gått till anmälningsavgifter enligt klubbens stadgar och bilersättning. Den ekonomiska redovisningen 2015-01-01 - - 2015-12-31 samt revisionsberättelse presenteras i särskild bilaga.

Klubben kan se tillbaka på ett år där allt flera nya medlemmar besökt våra träningar. Förhoppningen är att denna trend ska fortsätta och att klubben på sikt kommer att öka. Många

av våra medlemmar har under året gjort värdefulla insatser, vilket styrelsen särskilt vill tacka för.

Härnösand 2016-01-20

Dan Agnarson Ordförande

Karl Nieminen Sekreterare

Ida Höglund Kassör

Michael Westin

Kennet Svensson