



## **NORTHERN RUNNERS 2023**

### **Saksliste til årsmøtet i Northern Runners 2024:**

Sak 1. Velkommen

Sak 2. Godkjenne antall stemmeberettigede.

Sak 3. Velge dirigent, protokollfører samt to til å underskrive årsmøteprotokollen.

Sak 4. Godkjenne innkalling, saksliste og forretningsorden.

Sak 5. Behandle Northern Runners årsmelding.

Sak 6. Behandle Northern Runners regnskap, styrets økonomiske beretning, kontrollutvalgets beretning.

Sak 7. Behandle innkomne forslag og saker.

- Ingen innkomne forslag innen fristen den 24.02.2024

Sak 8. Fastsette medlemskontingent.

- Medlemskontingenten videreføres og settes til 300 kr.

Sak 9. Budsjett for 2024.

Sak 10. Behandle idrettslagets strategi / organisasjonsplan.

Sak 11. Valg:

## Sak 5. Behandle Northern Runners årsmelding.

Styret i NR har bestått av:

- Margrethe Børvik - styreleder
- Ole-Bjørn Fossbakk- nestleder
- Anita Hansen (kolleksjons og arr.ansvarlig)
- Sissel Hansson (arr.ansvarlig)
- Tore Brattli (økonimiansvarlig)
- Håvard Pedersen (IT og kommunikasjonsansvarlig)
- Rune Ellingsen (trenerkoordinator)
- Eivind Rinde(vara)
- Fredrik Ottoson(vara)

Tore Brattli har ført regnskap, betalt regninger og ellers passet klubbens økonomi.

Styret har holdt 8 møter i løpet av 2023. Møtene har i all hovedsak vært på Framsenteret i Tromsø. Varighet på møtene har vært berammet til to timer.

### **Økonomisk status 2023:**

Northern Runners budsjetterte med et underskudd på om lag kr 50.000 i 2023.

Årsaken var planlagte innkjøp av utstyr til Sherpatrappa Opp, bl.a. telt og lydutstyr.

Både driftsinntektene (-51.000) og driftskostnadene (-74.000) ble lavere enn budsjettert i 2023.

Innkjøpene ble gjort til en lavere kostnad enn forventet, samtidig som store deler av sponsorinntektene for 2023 var bokført som kundefordringer i 2022.

Saldo på bankkontoen økte med kr 44.070 fra kr.190.366 ved årets start til kr 234.407 ved årets slutt.

Regnskapsresultatet for 2023 viser et underskudd på om lag kr 26.000, som er om lag kr 24.000 bedre enn budsjettert.

### **Prosjektresultat:**

Regnskapsresultatet for prosjekt Sherpatrappa Opp 2023 viser et overskudd på kr 25.574

Regnskapsresultatet for prosjekt Årsfest 2023 viser et underskudd på kr 18.780

### **Kommunikasjon:**

Klubben har ei egen hjemmeside( [www.northernrunners.no](http://www.northernrunners.no)) Hjemmesiden har behov for endringer og forbedringer. Styret ønsker å bruke en digital plattform som er brukervennlig og lett tilgjengelig for de som ønsker å finne informasjon om klubben vår. Hjemmesiden vår er lite brukt av egne medlemmer. Medlemmer poster innlegg på vår facebookgruppe. Bilder fra treninger, løp og andre arrangementer legges ut på facebookgruppen av medlemmer. Styret har som mål å endre fra facebookgruppe til ei egen facebookside for klubben, noe vi kommer til å jobbe med inneværende år.

Klubben har en felles mailadresse: [post@northernrunners.no](mailto:post@northernrunners.no)

Mail til styret på : [styret@northernrunners.no](mailto:styret@northernrunners.no)

Northern Runners er lovpålagt å ha et elektronisk medlemsregister. Medlemsregisteret er en del av klubbadmin i NIF.

### **Arrangement:**

Klubbens hovedarrangement er «Sherpatrappa Opp» løpet som arrangeres første lørdagen i september. Løpet ble arrangert den 02.09.2023. Formålet med løpet er å stimulere befolkningen i Tromsø til en aktiv livsstil, og bidra til bedre folkehelse. I år var det 174

påmeldte til løpet. 156 påmeldte gjennomførte løpet, derav 48 i trimklassen og 108 i konkurranseklassen.

Til neste år vil det være fokus på å øke deltakelsen generelt, men også få flere bedrifter til å stille i bedriftsklassen. Det er også foreslått å knytte løpet opp mot andre arrangement som foregår i byen på samme tid. Leder for arbeidsgruppen er Torill Dale. Øvrige medlemmer er Nina Olsen, Terje Opland, John Roar Paulsen, Jon-Vidar Schneider, Wiili Georgsen og Eivind Rinde.

Det er viktig at alle medlemmer i klubben bidrar til løpsavviklingen dersom dette løpet fortsatt skal kunne gjennomføres og forbedres i årene fremover.

Det er behov for innkjøp av nytt utstyr til årets arrangement. Foreløpig er det snakk om innkjøp av målflagg, vester til løpsvakter, og telt til startområdet. Det er foreløpig usikkert om årets løp går av stabelen grunnet utbygging av Fjellheisområdet. Det medfører vansker med å få fraktet utstyr opp til toppen.

### **Sosiale arrangement:**

Klubben arrangerer hvert år en årsfest (sesongavslutning) Oftest i oktober måned. I år ble festen arrangert av styret lørdag den 21. oktober, og tema på festen var «All black party med hatt. Festen ble holdt på Tromsø Maritime skoles kantine. God mat (koldtbord med et par varmretter), underholdning og dans skapte god stemning. I tillegg ble «sharethemovementprisen» delt ut til Torill Dale for hennes fantastiske bidrag og innsats i arbeidsgruppa Sherpatrappa Opp.

Klubben tar også initiativ til **Social club** med jevne mellomrom, ofte knyttet opp til deltakelse i lokale løp.

Klubben arrangerer en årlig **klubbturne**. Det varierer mellom en innenlands og en utenlandstur. I 2023 var klubben på offisiell klubbturne til Oslo i slutten av mai hvor vi deltok på Ecotrail. Det var nærmere 50 medlemmer med på turen. De fleste bodde på Thon Hotel Opera, og vi arrangerte fellesmiddag på Skur 33 om kvelden etter løpet. Hyggelig tur både idrettslig og sosialt.

### **Årsberetning Northern Runners:**

Antall betalende medlemmer i 2023: 170

- 72 menn
- 98 kvinner

Snittalder på medlemsmassen: 52 år

- Menn : 54 år
- Kvinner : 51 år

I tillegg har vi et stort antall medlemmer på vår facebookgruppe. Antall medlemmer på treninger varierer, flest til stede på klubbens mandags treninger.

### **Trenergruppen i Northern Runners:**

Gruppen har bestått av til sammen 10 personer i sesongen 2023.

Kristel Berg, Nina Olsen, Jon-Vidar Schneider, John Roar Paulsen, Terje Opland, Ulf Isaksen, Anne Andreassen, Svein Erik Holsbøl, Susann Skagseth, og Rune Ellingsen.

Klubbens hovedaktivitet er løping, og Northern Runners har tre treninger i uka. Mandag og torsdag kl. 19, og lørdag kl. 10. For øvrig har det vært styrketrening i 2 perioder hver på 10 ganger med Synnøve F Karlsen på K 24. Trenergruppens representant i styret har i 2023 vært Rune Ellingsen.

I tillegg til allerede nevnte arrangementer har klubbens medlemmer deltatt på en rekke løp og arrangementer både i inn og utland.

- Mini klubbtur til Nice hvor over 20 medlemmer deltok.
- København halvmaraton
- Stafett for livet i regi av kreftforeningen.
- MSM i Tromsø hvor en stor andel av medlemmene våre deltok på ulike distanser.
- Tromsøkarusellen som arrangeres av Bedriftsidretten
- Skjervøy 20:1000
- Trappeløp i Lyngen.
- Rosa Sløyfe løpet
- Tromsø Mountain Challenge – i regi av Midnight Sun Marathon
- Fugeltindmarsjen i Malangen
- Mørketidsløpet i regi av MSM.

### **Andre aktiviteter:**

- Mini-golf på Storgata camping
- Styrketrening på K24, 2 runder av 10 treninger.
- Fagseminar- kosthold som ble holdt på Thon Hotel Polar i Tromsø
- Northern Runners arrangerte trening med deltakere på folkehelsekonferansen i september 2023.
- Medlemmer i Northern Runners har også bidratt som vakter i forbindelse med andre løp i Tromsø.
- Nina Olsen har deltatt på trenerkurs i regi av friidrettskretsen.
- Klubbkveld på Torshov Sport og City to Summit i løpet av vår/ sommer 2023.
- Årsfest / sesongavslutning i oktober 2023
- Reportasjer i Runners om medlemmer i Northern Runners skrevet av medlem Sylwia Sørensen.

## Sak 6. Behandle Northern Runners regnskap, styrets økonomiske beretning, kontrollutvalgets beretning.

<b>NORTHERN RUNNERS</b>	<b>Budsjett 2023</b>	<b>Regnskap 2023</b>	<b>Avvik</b>
<b>Driftsinntekter</b>	<b>201 250,00</b>	<b>150 434,87</b>	<b>50 815,13</b>
3120 Salgsinntekt tjenester, innenlands, avgiftsfri	0,00	750,00	-750,00
3123 Sponsorinntekt, avgiftsfri	80 000,00	31 418,19	48 581,81
3250 Inntekter fra egne arrangementer	51 250,00	39 835,64	11 414,36
3400 (Mva-kompensasjon)	0,00	14 980,00	-14 980,00
3920 Medlemskontingenter	45 000,00	47 851,04	-2 851,04
3940 Egenandeler	25 000,00	15 600,00	9 400,00
<b>Driftskostnader</b>	<b>-251 130,00</b>	<b>-176 664,13</b>	<b>-74 465,87</b>
5920 Yrkesskadeforsikring	-2 700,00	-1 419,00	-1 281,00
6300 Leie lokaler	0,00	-9 055,11	9 055,11
6420 Leie datasystemer	-7 500,00	-975,00	-6 525,00
6490 Annen leiekostnad	-10 500,00	-4 976,00	-5 524,00
6540 Inventar (Res)	-50 000,00	0,00	-50 000,00
6590 Annet driftsmateriel	-35 930,00	-30 381,95	-5 548,05
6770 Medisinsk behandling, utstyr etc	-4 000,00	-4 000,00	0,00
6810 Datakostnad	-5 000,00	-4 803,75	-196,25
6860 Møter, kurs, oppdatering etc.	-15 000,00	-5 100,00	-9 900,00
7162 Beverting	-60 000,00	-40 131,30	-19 868,70
7215 Sponsorkostnader	-10 000,00	0,00	-10 000,00
7320 Reklamekostnader	-1 000,00	0,00	-1 000,00
7400 Kontingenter	-1 500,00	-1 500,00	0,00
7415 Påmelding serier, turneringer etc	0,00	-600,00	600,00
7420 Gaver, donasjoner og premier	-31 000,00	-53 095,87	22 095,87
7430 Gaver, ikke fradrag	0,00	-6 401,00	6 401,00
7500 Forsikringspremier	0,00	-1 358,00	1 358,00
7700 Styre- og årsmøter	-15 000,00	-11 002,00	-3 998,00
7770 Bank og kortgebyrer	-2 000,00	-1 712,85	-287,15
7830 Konstaterte tap på fordringer	0,00	-152,30	152,30
<b>Driftsresultat</b>	<b>-49 880,00</b>	<b>-26 229,26</b>	<b>-23 650,74</b>
<b>Årsresultat</b>	<b>-49 880,00</b>	<b>-26 229,26</b>	<b>-23 650,74</b>
<b>Overføringer</b>			
8960 Overføringer annen egenkapital	49 880,00	26 229,26	23 650,74

**Balanserapport**  
**NORTHERN RUNNERS**  
**998 288 525**

Gjelder periode 01.01.2023 - 31.12.2023

Periode fg år: 01.01.2022 - 31.12.2022

	Ved periodens start	Endring	Ved periodens slutt	Periode fg år:
<b>EIENDELER</b>				
Omløpsmidler				
1500 Kundefordringer	80 000,00	-80 300,00	-300,00	80 000,00
1530 Opptjent, ikke fakturert driftsinntekt	1 750,00	0,00	1 750,00	1 750,00
1920 Bankinnskudd	190 336,80	44 070,74	234 407,54	190 336,80
	272 086,80	-36 229,26	235 857,54	272 086,80
<b>SUM EIENDELER</b>	<b>272 086,80</b>	<b>-36 229,26</b>	<b>235 857,54</b>	<b>272 086,80</b>
<b>EGENKAPITAL OG GJELD</b>				
Egenkapital				
Egenkapital (innskutt og opptjent)				
2050 Annen egenkapital	-262 086,80	26 229,26	-235 857,54	-262 086,80
Udisponert resultat				
Udisponert resultat	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Sum egenkapital (inkl. udisp. resultat)</b>	<b>-262 086,80</b>	<b>26 229,26</b>	<b>-235 857,54</b>	<b>-262 086,80</b>
Gjeld				
Kortsiktig gjeld				
2400 Leverandørgjeld	-10 000,00	10 000,00	0,00	-10 000,00
<b>Sum gjeld</b>	<b>-10 000,00</b>	<b>10 000,00</b>	<b>0,00</b>	<b>-10 000,00</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>	<b>-272 086,80</b>	<b>36 229,26</b>	<b>-235 857,54</b>	<b>-272 086,80</b>
<b>Avvik</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>

Tromsø 26. februar 2024

Margrethe Tora Børvik  
Styreleder

Tore Brattli  
Styremedlem/kasserer

Siv-Randi Bjørklund  
Kontrollkomité

Ann Elisabeth Evenseth  
Kontrollkomité

# Prosjektresultat

NORTHERN RUNNERS  
998288525

Regnskapsår: 01.01.2023 - 31.12.2023  
Gjelder periode: 01.01.2023 - 31.12.2023  
Prosjektperiode: 01.01.2023 - 31.12.2023  
8 Sherpatrappa Opp 2023 (Pågående)

	Periode	Akkumulert	Akkumulert fra starten av prosjektet
Driftsinntekter			
3123 Sponsorinntekt, avgiftsfri	25 000,00	25 000,00	50 000,00
3250 Inntekter fra egne arrangementer	40 769,20	40 769,20	40 769,20
	65 769,20	65 769,20	90 769,20
Driftskostnader			
6420 Leie datasystemer	-975,00	-975,00	-975,00
6490 Annen leiekostnad	-4 000,00	-4 000,00	-4 000,00
6590 Annet driftsmateriel	-26 994,55	-26 994,55	-26 994,55
6770 Medisinsk behandling, utstyr etc	-4 000,00	-4 000,00	-4 000,00
7420 Gaver, donasjoner og premier	-29 224,88	-29 224,88	-29 224,88
	-65 194,43	-65 194,43	-65 194,43
<b>Driftsresultat</b>	<b>574,77</b>	<b>574,77</b>	<b>25 574,77</b>
<b>Ordinært resultat før skatt</b>	<b>574,77</b>	<b>574,77</b>	<b>25 574,77</b>
<b>Ordinært resultat</b>	<b>574,77</b>	<b>574,77</b>	<b>25 574,77</b>
<b>Årsresultat</b>	<b>574,77</b>	<b>574,77</b>	<b>25 574,77</b>

# Prosjektresultat

NORTHERN RUNNERS  
998288525

Regnskapsår: 01.01.2023 - 31.12.2023  
Gjelder periode: 01.01.2023 - 31.12.2023  
Prosjektperiode: 12.09.2023 - 31.12.2023  
9 Årsfest 2023 (Pågående)

	Periode	Akkumulert	Akkumulert fra starten av prosjektet
Driftsinntekter			
3940 Egenandeler	15 600,00	15 600,00	15 600,00
Driftskostnader			
6300 Leie lokaler	-4 000,00	-4 000,00	-4 000,00
6590 Annet driftsmateriel	-1 205,40	-1 205,40	-1 205,40
7162 Bevertning	-28 815,20	-28 815,20	-28 815,20
7430 Gaver, ikke fradrag	-360,00	-360,00	-360,00
	-34 380,60	-34 380,60	-34 380,60
<b>Driftsresultat</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>
<b>Ordinært resultat før skatt</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>
<b>Ordinært resultat</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>
<b>Årsresultat</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>	<b>-18 780,60</b>

## Sak 7. Behandle innkomne forslag og saker.

- Ingen innkomne forslag innen fristen den 24.02.2024

### **Årets planlagte aktiviteter 2024:**

Det er viktig for styret at klubben holder på de faste treningene i løpet av uka. Det er foreløpig ikke aktuelt å endre treningstider.

Klubben har som ambisjon å arrangere og videreutvikle innen fornuftige rammer «Sherpatrappa Opp» løpet.

Northern Runners klubbturn i 2024 går til Budapest.

Årsfest på høsten. Tid og sted er ikke bestemt.

Treningssamling Bardufosstun.

Klubbkvelder x 2 på Torshov sport og City to Summit.

Deltakelse i Stafett for Livet i september i regi av Kreftforeningen.

TUIL stafett på vårparten 2024.

MSM i juni.

Tromsøkarusellen v / Bedriftsidretten. Tradisjonelt vært mange deltakere fra Northern Runners.

Kosting av trappa før trappeløpet vårt i september.

Social Club

Kafe etter lørdagsløping er noe styret ønsker å gjennomføre når det er mulig.

Styrketrening med kvalifisert trener for betalende medlemmer i klubben.



Resultatrapport 2023 med budsjett 2024

NORTHERN RUNNERS

998 288 525

Gjelder periode 01.01.2023 - 31.12.2023

	Regnskap 2023	Budsjett 2024	Merknader budsjett 2024
<b>Driftsinntekter</b>	<b>150 434,87</b>	<b>198 000,00</b>	
3120 Salgsinntekt tjenester, innenlands, avgiftsfri	750,00	0	
3123 Sponsorinntekt, avgiftsfri	31 418,19	80 000	Remiks, Polar Hotel, Sparebank1 NN.
3250 Inntekter fra egne arrangementer	39 835,64	40 000	Sherpatrappa opp
3400 Spesielle offentlige tilskudd	14 980,00	15 000	Mva- kompensasjon
3900 Andre driftsrelaterte inntekter	0,00	0	
3920 Medlemskontingenter	47 851,04	48 000	Medlemskontingenter NR
3940 Egenandeler	15 600,00	15 000	Egenandel årsfest
<b>Driftskostnader</b>	<b>-176 664,13</b>	<b>-162 000,00</b>	
5920 Yrkesskedeforsikring	-1 419,00	-1 500	
6100 Frakt, transport og forsikring	0,00	0	
6300 Leie lokaler	-9 055,11	-13 000	Lagerleie og lokale årsfest
6420 Leie datasystemer	-975,00	-1 000	Lisens EQ Timing
6490 Annen leiekostnad	-4 976,00	-5 000	Domeneshop, Speaker Sherpatrappa opp
6540 Inventar (Res)	0,00	0	
6560 Rekvista	0,00	0	
6590 Annet driftsmateriel	-30 381,95	-12 000	Startnummer, saft, beachflagg til Sherpatrappa opp 2024
6730 Idrettsfaglig bistand	0,00	0	
6770 Medisinsk behandling, utstyr etc	-4 000,00	-4 000	Norsk Folkehjelp, Sherpatrappa opp
6810 Datakostnad	-4 803,75	-5 000	Lisens regnskapsprogram
6860 Møter, kurs, oppdatering etc.	-5 100,00	-5 000	Kurs, foredrag
6890 Annen kontorkostnad - ref mva	0,00	0	
7140 Reisekostnader, ikke oppgavepliktig	0,00	0	
7162 Beverting	-40 131,30	-40 000	Årsfest, trenermøter, klubbtur
7215 Sponsorkostnader	0,00	0	
7395 Øreavrounding	0,00	0	
7400 Kontingenter	-1 500,00	-1 500	Kontingent Troms friidrettskrets
7415 Påmelding serier, turneringer etc	-600,00	-600	
7420 Gaver, donasjoner og premier	-53 095,87	-60 000	Trimtex, Sherpatrappa opp
7430 Gaver, ikke fradrag	-6 401,00	0	
7500 Forsikringspremier	-1 358,00	-1 500	
7700 Styre- og årsmøter	-11 002,00	-10 000	Styre- og årsmøter
7770 Bank og kortgebyrer	-1 712,85	-1 900	
7798 Annen kostnad, fradragsberettiget	0,00	0	
7830 Konstaterte tap på fordringer	-152,30	0	
<b>Driftsresultat</b>	<b>-26 229,26</b>	<b>36 000</b>	
<b>Ordinært resultat før skatt</b>	<b>-26 229,26</b>	<b>36 000</b>	
<b>Ordinært resultat</b>	<b>-26 229,26</b>	<b>36 000</b>	
<b>Årsresultat</b>	<b>-26 229,26</b>	<b>36 000</b>	
<b>Overføringer</b>			
8960 Overføringer annen egenkapital	26 229,26	-36 000	

## Sak 10. Behandle idrettslagets strategi / organisasjonsplan.

# Strategiplan for Northern Runners 2024

### Klubbens formål:

Northern Runners formål er **å gi et sosialt løpetilbud til alle på alle nivå gjennom åpne fellestreninger og felles konkurranser**

### Verdier: PRIM

- **Plass til alle**
  - Fokus på folkehelse og lavterskeltilbud
  - Regelmessige åpne og inkluderende treninger
  - Trygt og godt miljø
  - Frivillighet, åpenhet og demokrati
- **Respekt**
  - Tillit
  - Ærlighet
  - Toleranse
  - Lojalitet
- **Idrettsglede**
  - Gøy på trening og løp
  - Felleskap
  - Lykkes sammen
  - Skape en kultur på: rose, støtte og trøste
- **Mestring**
  - Bli sett
  - Gode opplevelser
  - Selvfølelse, selvtillit og selvbilde
  - Riktig ambisjonsnivå

Denne planen inneholder råd og retningslinjer for aktiviteten på feltet vi driver innen – altså løping. Planen synliggjør all aktivitet i klubben, inkludert løp som vi arrangerer. Planen gjelder for 1 år av gangen og revideres hvert år.

**Visjon:** *Northern Runners skal være inkluderende og skape løpeglede og mestringsfølelse for alle.*

### Klubbens målsettinger:

- Motivere til løping på alle nivå
- Bidra til at flest mulig opplever løpeglede
- Gi et godt sosialt løpemiljø

- Motivere til deltakelse på ulike løp, spesielt lokale
- Samlende dugnadsinnsats i klubbens arrangement Sherpatrappa Opp-løpet

### **Handlingsplan:**

- Treninger
  - 3 treninger i uka, fordelt på mandag, torsdag og langtur på lørdag
  - Treningsøker legges opp med tanke på deltakelse på lokale løp
  - Northern Runners trenerutvalg organiserer treningene slik at alle deltakerne blir ivaretatt
  - Nye deltakere skal ønskes velkommen og følges opp under treningen
  - Tilstreber felles samling for deltakerne før og etter trening
  - Fotografering før trening (til sosiale medier)
- Sosiale arrangementer
  - Årsfest/ sesongavslutning
  - Årlig klubbtur – innenlands/ utenlands annethvert år
  - “Social club” i forbindelse med større lokale løp og årsmøte
  - Fagseminar x 2 i året (skadeforebyggende)
  - Kafétur etter langtur på lørdag
- Sherpatrappa opp
  - Felles kostedugnad før løpet
  - Alle medlemmer bidrar før, under og etter avviklingen av løpet

### **Trenerutvalg/ trenergruppen:**

Trenergruppen skal:

- Planlegge og organisere 3 treninger per uke
- Alternativ trening ved behov
- Organisere tilbud om felles styrketrening
- Planlegge og organisere åpne treninger i forkant av Sherpatrappa Opp
- Ha en trenerkoordinator som også har plass i styret

Trenergruppen består av seks personer.

- Hver trener har ansvar for to treninger i måneden som kan byttes innbyrdes
- Trener rekrutteres av trenerkoordinator for 3 år med mulighet for gjenvalg
- Krav til trenere i NR:
  - Delta på organisering og planlegging av treningene
  - Stille på treninger som de har ansvar for
  - Lede treninger, spesielt intervall
  - Motivere løpere, være en samlende person
  - Ta ansvar for nye løpere, organisere samløping med andre på samme nivå
  - Ønskelig med formell trenerkompetanse (løperelaterte kurs)

### **Arbeidsgruppa Sherpatrappa Opp:**

- Løpet arrangeres på høsten. Fortrinnsvis første lørdag i september
- Arbeidsgruppen er på 8 personer. Arbeidsgruppen har en leder. Leder utpekes av styret, og leder innhenter/ forespør andre aktuelle medlemmer til arbeidsgruppen

- Arbeidsgruppen har ansvar for å planlegge og igangsette løpet
- Arbeidsgruppen lager en arrangementsplan med årshjul, frister, oppgaver og liste over kontaktpersoner
- Arbeidsgruppen er ansvarlig for å lage dugnadslister hvor man plotter inn navn på frivillige etter hvert. Viktig med fordeling av arbeid blant medlemmer av arbeidsgruppen
- Arbeidsgruppen er organisert i undergrupper:
  - SoMe
    - Annonserer løpet på sosiale media
    - Aviser
    - Radio
  - Premiegruppa
    - Innhenter premier
  - Sponsorgruppe
    - Kontakt med hovedsponsor Remiks
    - Øvrige sponsorer
  - Logistikkgruppe
    - Frakt av utstyr til og fra lager
    - Transport til fjellheisplatå

#### ***Klubbklær (utstysavtaler og samarbeidsavtaler):***

Klubben har utstysavtale med **Trimtex**.

Klubben har en egen kleskolleksjon. Bestilling av klubbklær skjer to ganger i året, vår og høst. Styret har til enhver tid en kontaktperson vedr. kleskolleksjon til klubben.

#### **Samarbeidsavtaler per 2024:**

**Thon Hotel:** Avtale gjeldende ut 2024. 15.000 kr per år i avtaleperioden.

**Torshov Sport:** 15 % og 10 % (Nike) på produkter i butikken.

**City to summit:** 20 % på varer bortsett fra på et par utvalgte merker.

**Samfunnsløftet ved SNN:** 25.000 per år over tre år. Avtale ut året 2024.

**Remiks** – hovedsamarbeidspartner. Bidrar med 40.000 per år i avtaleperioden 2022 - 2024. Reforhandles januar 2025.

#### ***Rekruttering av nye medlemmer:***

Nye medlemmer rekrutteres i dag i stor grad via eksisterende medlemmer. I forbindelse med Sherpatrappa Opp organiseres det åpne treninger som kan bidra til rekrutteringen. Det er også tenkt å invitere bedrifter til disse åpne treningene for teambuilding i et folkehelseperspektiv.

Det planlegges en endring av Facebook-gruppen til en åpen side. Dette vil gjøre det lettere å dele informasjon med ikke-medlemmer og brukes i rekruttering.

## Sak 11. Valg:

### 11.1 styret:

- leder, nestleder
- øvrige styremedlemmer
- varamedlem (1)

### 11.2 Kontrollutvalg:

- leder
- medlemmer

### 11.3 Valgkomitè:

- leder
- medlemmer
- 1 varamedlem

### 11.4. Representant til friidrettskretsen.

- velges en representant.

# Valgkomiteens innstilling til årsmøtet

Valgkomiteen oversender herved sin innstilling til valg av representanter til styre, valgkomité, kontrollkomité og Troms Friidrettskrets:

Styret:

Leder	Margrethe Tora Børvik	På valg. Gjenvelges for 1 år i 2024
Nestleder	Eivind Rinde	Velges for 2 år i 2024 (valgt som varamedlem for 2 år i 2023)
Styremedlem	Anita Hansen	Ikke på valg. Valgt for 2 år i 2023
Styremedlem	Håvard Pedersen	På valg. Gjenvelges for 2 år i 2024
Styremedlem	Trenerkoordinator, forslag mangler	På valg. Gjenvelges for 2 år i 2024
Styremedlem	Sissel Hansson	Ikke på valg. Valgt for 2 år i 2023
Styremedlem	Tore Brattli	Ikke på valg. Valgt for 2 år i 2023
Varamedlem	Fredrik Ottosson	Ikke på valg. Valgt for 2 år i 2023
Varamedlem	Ole-Bjørn Fossbakk	Velges for 2 år i 2024 (valgt som styremedlem for 2 år i 2023)

Valgkomité:

Leder	Thomas K. Føre	På valg. Velges for 2 år i 2024 (valgt som medlem for 2 år i 2022)
Medlem	Nina Olsen	Ikke på valg. Valgt for 2 år i 2023
Varamedlem	Unn Sollid Manskow	På valg. Gjenvelges for 2 år i 2024

Kontrollkomité:

Medlem	Siv-Randi Bjørklund	På valg. Gjenvelges for 2 år i 2024
Medlem	Ann Elisabeth Evenseth	På valg. Gjenvelges for 2 år i 2024

Troms friidrettskrets

Representant	forslag mangler	
--------------	-----------------	--

Tromsø, 8. februar 2024

Nina Olsen  
Medlem

Thomas K. Føre  
Medlem

Unn Sollid Manskow  
Varamedlem

# Vedtekter for løpeklubben Northern Runners

Vedtatt på årsmøte, Tromsø, 23. april 2016. Se også [tidligere vedtekter fra stiftelsesmøte 22. april 2012 i pdf.](#)

## § 1 NAVN

Foreningens navn er Northern Runners. Foreningen ble stiftet 22. april 2012 og har sitt hovedsete i Tromsø.

## § 2 FORMÅL

Northern Runners er en åpen og inkluderende forening for løpere. Foreningen skal gjennom ulike aktiviteter inspirere og motivere til fysisk aktivitet samt deltakelse i løp og konkurranser.

## § 3 JURIDISK PERSON

Foreningen er selveiende, hvilket innebærer at ingen i kraft av eierposisjon kan disponere dens formue, har krav på utdeling av overskudd, hefter for foreningens gjeld mv.

## § 4 MEDLEMSKAP

Innmelding skjer skriftlig. Medlemskontingent betales ved innmelding. Nye medlemmer skal formelt sett godkjennes av styret.

Medlemskap gir rett til deltakelse på foreningens aktiviteter og tilgang til de til enhver tid gjeldende medlemsfordeler.

Årlig medlemskontingent for inneværende kalenderår betales innen 1. februar hvert år. Nye medlemmer som melder seg inn etter 1. juli, betaler halv medlemskontingent for inneværende år.

Utmelding skjer skriftlig innen 31. desember hvert år. Betalt medlemskontingent refunderes ikke.

Årsmøtet fastsetter medlemskontingent for påfølgende kalenderår.

Aldersgrense for medlemskap er 18 år. Alle medlemmer har stemmerett og er valgbare til tillitsverv i foreningen.

## § 5 MEDLEMSKONTINGENT

Medlemskontingenten fastsettes av årsmøtet og betales forskuddsvis.

Medlemmer som skylder kontingent for mer enn ett år, har ikke stemmerett eller andre rettigheter, og kan av styret strykes som medlem av foreningen. Strykkes et medlem, kan det ikke tas opp igjen før skyldig kontingent er betalt.

Andre avgifter/egenandeler kan kreves for deltakelse i foreningens aktivitetstilbud.

## § 6 ÅRSMØTE

Årsmøtet, som holdes hvert år i april måned, er foreningens høyeste myndighet. Årsmøtet ledes av valgt møteleder. Møtelederen skal være et medlem av foreningen.

Årsmøtet innkalles av styret med minst 1 måneds varsel direkte til medlemmene. Forslag som skal behandles på årsmøtet skal være sendt til styret senest 2 uker før årsmøtet. Fullstendig saksliste må være tilgjengelig for medlemmene senest 1 uke før årsmøtet.

Alle medlemmer har adgang til årsmøtet. Styret kan invitere andre personer og/eller media til å være til stede.

Årsmøtet er vedtaksført med det antall stemmeberettigede medlemmer som møter. Ingen har mer enn én stemme, og stemmegivning kan ikke skje ved fullmakt. Ved stemmelikhet er møteleders stemme avgjørende.

Med mindre annet er bestemt skal et vedtak for å være gyldig være truffet med alminnelig flertall av de avgitte stemmene. Blanke stemmer skal anses som ikke avgitt.

På årsmøtet kan ikke behandles forslag om vedtektsendring som ikke er oppført på sakslisten senest 1 uke før årsmøtet. Andre saker kan behandles og avgjøres når 2/3 av de fremmøtte krever det. Slik beslutning kan bare tas i forbindelse med godkjenning av sakslisten.

## § 7 ÅRSMØTETS OPPGAVER

Årsmøtet skal behandle følgende saker:

- Valg av møteleder, referent og to til å undertegne protokollen
- Godkjenning av innkalling og saksliste
- Godkjenning av fremmøtte medlemmer
- Årsrapport med styrets beretning
- Regnskap med revisors beretning
- Innkomne forslag
- Styrets forslag til handlingsplan
- Fastsettelse av medlemskontingent
- Fastsettelse av godtgjørelse til tillitsvalgte
- Styrets forslag til budsjett  Vedtektsendringer  Valg, herunder:
  - a) Styrets leder
  - b) Styrets nestleder
  - c) Styremedlemmer
  - d) Varamedlemmer
  - e) Revisor
  - f) Valgkomité



## § 8 EKSTRAORDINÆRE ÅRSMØTER

Ekstraordinære årsmøter holdes når styret bestemmer det, eller minst 1/3 av de stemmeberettigede medlemmene krever det.

Det innkalles på samme måte som for ordinære årsmøter med minst 14 dagers varsel.

Ekstraordinært årsmøte kan bare behandle og ta avgjørelse i de sakene som er kunngjort i innkallingen.

## § 9 VALG AV STYRE, VALGKOMITE OG REVISOR

Foreningens styre skal bestå av 3-7 faste medlemmer som velges av og blant medlemmene på årsmøtet. Styrets medlemmer velges for 2 år. Styrets leder velges for 1 år av gangen. Inntil 2 varamedlemmer velges for 1 år.

Styrets funksjonstid gjelder fra årsmøte til neste årsmøte. Styret gjennomfører normalt konstituerende styremøte kort tid etter årsmøtet. Styret velger selv nestleder og økonomiansvarlig blant styrets medlemmer.

Foreningens valgkomité skal bestå av 2 faste medlemmer som velges av og blant medlemmene på årsmøtet. Valgkomiteens medlemmer velges vekselvis annethvert år for 2 år.

Foreningen skal ha en ekstern revisor som velges for 2 år.

Styret fremmer forslag til medlemmer av valgkomiteen.

Valgkomiteen fremmer forslag til styrets leder, nestleder, styremedlemmer, varamedlemmer og revisor og ev. vararevisor.

## § 10 STYRETS ARBEID

Styret skal:

1. Iverksette årsmøtets bestemmelser
2. Sikre tilstrekkelig aktivitetsnivå i foreningen
3. Oppnevne etter behov komiteer/utvalg/personer for spesielle oppgaver og utarbeide instruks for disse
4. Administrere og føre nødvendig kontroll med foreningens økonomi i henhold til de til enhver tid gjeldende instruks og bestemmelser
5. Representere foreningen utad

Styret ledes av styreleder, eller ved dennes forfall nestleder. Styret skal ha regelmessige møter. Det er styreleders ansvar å innkalle til styremøter. Med innkallingen skal det følge saksliste. Saksdokumenter skal være sendt styremedlemmene i rimelig tid (ca. 1 uke) før møtene. Styret skal avholde møte når styrelederen forlanger det eller et flertall av styremedlemmene forlanger det.

Saker til behandling i styret utredes og fremmes av styreleder eller den styret velger til å arbeide med enkeltsaker.

Styret skal årlig utarbeide handlingsplaner for året og sørge for at medlemmenes interesser ivaretas.

Styret er beslutningsdyktig når minst halvparten av styremedlemmene deltar, herunder styreleder og/eller nestleder. Vedtak fattes ved simpelt flertall av de avgitte stemmene. Ved stemmelikhet er møteleders stemme avgjørende.

Det skal føres protokoll fra styremøtene. Styret skal gjøre møteinnkallinger, møtereferater og annen relevant informasjon tilgjengelig for medlemmene.

Styret vedtar innstilling i alle saker som styret måtte forelegge årsmøtet.

### **§11 STYRETS SIGNATUR**

Styrets leder tegner foreningen.

## **§ 12 GODTGJØRELSE TIL TILLITSVALGTE**

Styremedlemmer mottar normalt ikke honorar. Ev. godtgjørelse til styremedlemmer og andre tillitsvalgte foreslås for og godkjennes av årsmøtet.

## **§ 13 VEDTEKTSENDRING**

Endringer i disse vedtekter kan bare foretas på ordinært eller ekstraordinært årsmøte etter å ha vært på saklisten, og det kreves 2/3 flertall av de avgitte stemmene.

## **§ 14 OPPLØSNING (§ 14 KAN IKKE ENDRES)**

Oppløsning av foreningen kan bare behandles på ordinært årsmøte. Blir oppløsning vedtatt med minst 2/3 flertall, innkalles ekstraordinært årsmøte 3 måneder senere.