



# ÅRSMØTE 2023

SAKSPAPIRER OG VEDLEGG

# SAKSLISTE

1. Åpning av årsmøte og konstituering
2. Godkjenne innkalling, sakliste og forretningsorden
3. Valg av dirigent, referent og to medlemmer til å undertegne protokoll  
Styrets forslag:  
Dirigent: Steffen Mio Kristiansen  
Referent: Trine Larsen  
Til å underskrive protokoll: Velges under årsmøtet.
4. Årsberetning 2022
5. Regnskap 2022 og kontrollutvalgets beretning for 2022
6. Medlemskontingent 2024
7. Budsjett 2023
8. Årets Bauta
9. Valg av styre, utvalg, kontrollutvalg og valgkomité
10. Forslag fra styret: Juniorløp

Vedlegg 1: Forretningsorden

Vedlegg 2: Strategi Bodø Bauta Løpeklubb





# ÅRSBERETNING 2022

Styret i Bodø Bauta Løpeklubb oppsummerer i korte trekk 2022 som et godt år for klubben. For tredje året på rad har vi en hyggelig vekst i antall medlemmer, og vi opplever en god oppslutning både på trening og våre øvrige arrangementer. Hovedmålet til klubben er å være et trygt, godt og sosialt fellesskap som skaper løpeglede, og styret mener klubben oppnådde dette målet på en god måte i 2022.

Klubben har vært representert på løp og konkurranser både lokalt, nasjonalt og internasjonalt. Vi kan se tilbake på et år med god utvikling, imponerende prestasjoner, nye personlige rekorder og vår første deltagelse i et norgesmesterskap.

## **Styremøter:**

Styret i Bodø Bauta Løpeklubb har avholdt fem styremøter i 2022.

## **Medlemmer:**

Per 31.12.22 var det registrert 262 medlemmer i Bodø Bauta Løpeklubb. En økning på 35 medlemmer fra 2021 (227).

Styret mener blant annet at "jungeltelegrafene" er en av de viktigste kildene til rekruttering av nye medlemmer. Takk til alle som hjelper oss med å spre det glade løpebudskapet.

## **Klubbteøy og profilering**

Det har vært gjennomført to felles bestillinger av klubbteøy i 2022. Vår leverandør av klubbteøy er Trimtex.

## Rapida

Klubben har videreført samarbeidet med treningskjeden Rapida. Dette innebærer blant annet en god treningsavtale for våre medlemmer.

## Fellestreninger

I 2022 har det vært avholdt flere faste ukentlige fellestreninger, både i form av intervalltrening, styrketrening og rolige løpeturer. Nytt av året er et eget tilbud om Yoga i vinterhalvåret, spesielt egnet for løpere.

Totalt har det vært gjennomført omlag 120 fellestreninger og økter som har vært tilgjengelig for medlemmene.

Oppmøtet på trening har det siste året vært veldig bra. De faste tilbudene har vært:

- Onsdager (torsdager under Gampen-sesong) rundt Bankgata / Bodø VGS.
- Søndager i møllesalen på Rapida Alsgård.

Dette er populære timer og det er derfor ofte satt opp to økter pr. søndag.

- Lørdagsøkt i motbakke, på Mørkvedlia eller langtur på asfalt/terreng.

Vi har fortsatt arbeidet med å legge ut månedelige treningsprogram. Treningsutvalget har vært ledet av Steffen Mio Kristiansen.

## Terminliste

Klubben har også i år utarbeidet en lokal terminliste på våre egne hjemmesider. Den viser en enkel oversikt og påmeldingsinformasjon over lokale løp, i håp om at dette kan bidra til økt rekruttering og deltagelse. Terminlisten ble mye brukt i 2022 og fikk gode tilbakemeldinger.

## Innendørs løpebane

En av sakene styret har jobbet med i 2022 er å se på muligheten for en innendørs løpebane i Bodø. Styret har deltatt på møter i regi av andre klubber (BHK, Bodø Sykkelklubb) og Bodø Idrettsråd. Dette prosjektet er langsiktig og fortsatt veldig i startfasen. Prosjektet fortsetter inn i 2023.

## Sesongåpning og sesongavslutning

Klubben arrangerte også i år en egen sesongåpning og sesongavslutning i "Tokleløypa" med god deltagelse. Distansene var 5 og 10 kilometer.

## Norgesmesterskap

I 2022 har klubben for aller første gang vært representert i et norgesmesterskap. Erland Åkra Eldrup deltok i september i NM terrengultra (83 km.) og noterte seg for en kjempes fine andreplass. Arrangør var IL Koll.





### **Prestasjoner**

Selv om Bodø Bauta Løpeklubb er en breddeklubb har vi likevel tillatt oss å nevne noen prestasjoner fra 2022:

Frank Christoffersen markerte seg virkelig på friidrettsbanen i år med beste nasjonale tid på 3000m, 5000m og 10.000m i klassen "veteran 55-59". Tidene var henholdsvis 9:43:54, 16:43:48 og 34:20:68. Frank ble i tillegg nr. 2 i egen klasse på Berlin Maraton med tiden 2:43:40.

Ingrid Festø tok en kjempesterk sterk andreplass under Hoka Lofoten Skyrace, med kun en nylig pensjonert Therese Johaug foran seg på pallen. Lofoten Skyrace er et fjelløp på 30 kilometer med Matmora (789 moh.) som høyeste punkt. Erland Åkra Eldrup ble også nummer to i samme løp.

### **Klubbkveld/klubb frokost**

Klubben gjennomførte et faglig klubbtreff i 2022. I mai inviterte vi til felles frokost og en samtale om det viktige temaet spiseforstyrrelser og trening. Samtalen ble ledet av Frida Wågan og Ole Marius Røsten.

### **Bodø Bauta Ultra**

Bodø Bauta Ultra er en egen gruppe i klubben for de som sogner til de lengste løpedistansene. Gruppen har i 2022 gjennomført felles styrketreninger og en fellestur til Juran Ultra 2022 (70 km.). Gruppen er ledet av Ole Marius Røsten.

### **Gjenbruksuka**

Under Gjenbruksuka arrangerte vi åpent garasjesalg i Bodø sentrum. Medlemmer av klubben donerte brukt løpeutstyr og klær, og inntektene fra salget gikk til Kirkens Bymisjons arbeid i Bodø. Totalt ble det samlet inn omlag 3.000,- kroner. Utstyr som ikke ble solgt ble donert til Skattekammeret.

## Utvalg

Bodø Bauta Løpeklubb er representert i styret til Bodø Idrettsråd av Frida Wågan.

## Julebord

I mars møttes vi til et litt forsinket, men veldig hyggelig julebord på Bådin. Dette vil forhåpentligvis bli en sosial tradisjon i klubben.

## Åpen trening

Klubben har gjennomført to åpne treninger i 2022 hvor alle kan delta, uavhengig av erfaring, medlemskap, osv. Dette er noe vi ønsker å gjøre med jevne mellomrom for å øke både synligheten til klubben og tilgjengeliggjøre tilbudene våre.

## De Tre Kirkers Løp 2022

På julaften var "De Tre Kirkers Løp" tilbake igjen etter noen år med avlysning pga. koronapandemien. Løpeturen er en fin juletradisjon som er åpen for alle, og uoffisielt deltok over 70 løpere på en av de tre etappene/kirkene.

## Styret i Bodø Bauta Løpeklubb 2022

Leder: Trine Larsen

Nestleder: Steffen Mio Kristiansen

Styremedlemmer: Patrick Flygt, Audun Selnes, Ellen Langen, Ole Marius Røsten og Frida Wågan (vara).

Kasserer: Thomas Aasbakk





# REGNSKAP 2022

## Resultatregnskap 2022

<u>Inntekter</u>	<u>2022</u>	<u>2021</u>
Medlemskontingent	72 934	59 675
Diverse inntekter	11 275	13 408
Grasrot - Norsk Tipping	5 815	5 934
<b>Sum inntekter</b>	<b>90 024</b>	<b>79 017</b>
<u>Kostnader</u>	<u>2022</u>	<u>2021</u>
Diverse kostnader	10 183	11 181
Løpsrelaterte kostnader	5 904	52 601
Avskrivninger utstyr	7 907	7 907
Gebyrer bank	253	442
<b>Sum kostnader</b>	<b>24 246</b>	<b>72 131</b>
Netto finansinntekter		-
<b>Overskudd</b>	<b>65 778</b>	<b>6 886</b>

---

## Balanse 2022

<u>Eiendeler</u>	<u>2022</u>	<u>2021</u>
Bankinnskudd	189 012	115 327
Utstyr	15 817	23 724
<b>Sum eiendeler</b>	<b>204 829</b>	<b>139 051</b>
<u>Egenkapital og gjeld</u>	<u>2022</u>	<u>2021</u>
Egenkapital	204 829	139 051
<b>Sum egenkapital og gjeld</b>	<b>204 829</b>	<b>139 051</b>

# KONTROLLUTVALGETS BERETNING 2022

## Til årsmøtet i Bodø Bauta Løpeklubb: Internrevisjon 2022 – regnskapsuttalelse

Vi har revidert regnskapet til Bodø Bauta Løpeklubb (org.nr 922 599 637) for regnskapsåret 2022. Regnskapet til idrettslaget består av resultatregnskap for perioden, og balanse oppgjort pr 31.12.22. Regnskapet viser et overskudd kr 65 778.

### Styrets ansvar for regnskapet

Styret og økonomiansvarlig er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet, og for at dette gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik internkontroll som styret finner nødvendig for å kunne utarbeide et regnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.

### Revisors oppgave og plikt

Vår oppgave er å gi uttrykk for en mening om dette årsregnskapet på bakgrunn av vår revisjon. Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med lov, forskrift og god regnskapsskikk i Norge. Det kreves at vi gjennomfører revisjonen på en slik måte at vi oppnår betryggende sikkerhet for at årsregnskapet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon. Revisjon omfatter tilstrekkelig kontroll av bilagsmassen, interne rutiner mv for å trygge sikkerheten for at årsregnskapet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon. Vi mener at revisjonen gir et forsvarlig grunnlag for vår uttalelse.

### Om utførelse av oppdraget

Som klubbmedlemmer er egen habilitet og uavhengighet vurdert. Vi er valgt internt blant medlemsmassen, og har ikke funnet grunn til å takke nei til oppdraget.

### Konklusjon

Basert på vår revisjon, mener vi at regnskapet er avgitt i samsvar med lov og forskrifter og gir et rettviseende bilde av organisasjonen og dens økonomiske stilling per 31. desember 2022. Vi mener at styret har oppfylt sin plikt til å sørge for ordentlig og oversiktlig registrering og dokumentasjon av løpeklubben sine regnskapsopplysninger i samsvar med lov og god bokføringskikk i Norge.

---

Aleksander Holand  
Revisor

---

Nikko Aasen  
Revisor

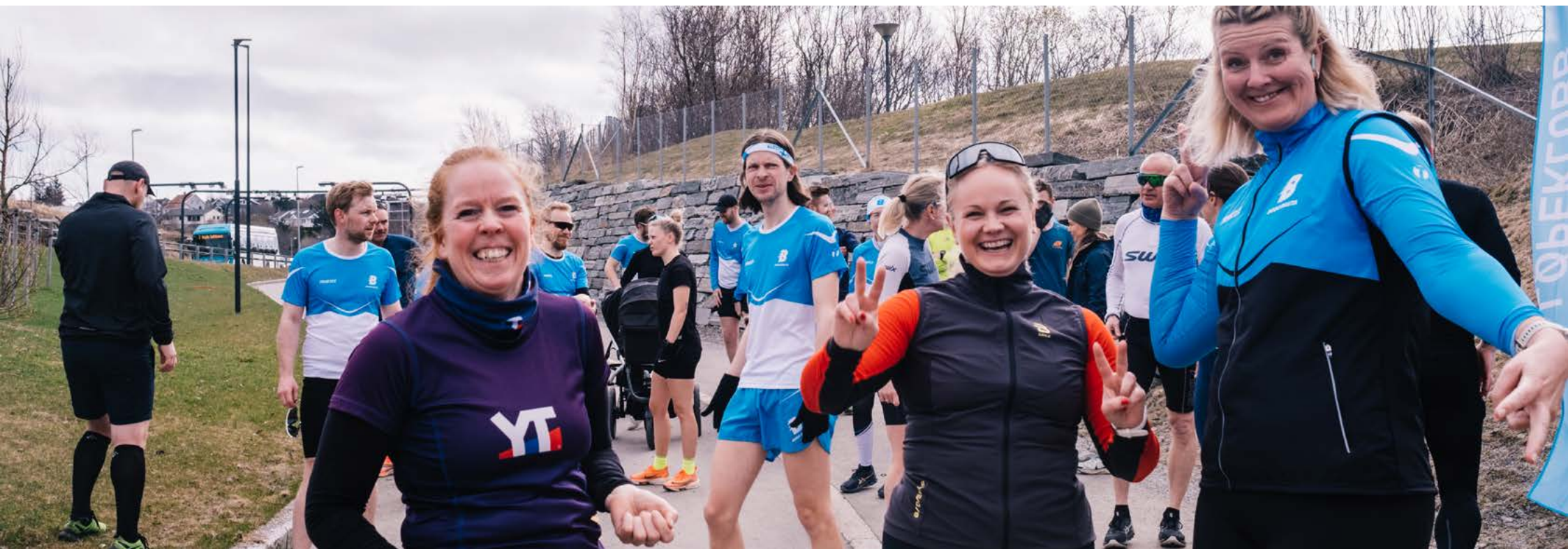


# MEDLEMSKONTINGENT 2024

Styret foreslår at medlemskontingenten forblir uendret. I 2023 er medlemskontingenten på 300,- ink. adm. gebyr.

Medlemskontingenten inkluderer blant annet:

- Rabattert treningsavtale hos treningskjeden Rapida.
- Rabatt på løpesko og utstyr ved Sport1 Bodø.
- Ukentlige fellestreninger og intern Facebook-gruppe hvor treningstips og økter deles.
- Rabatt på laktattest hos Thomas Nilsen / Moveo.
- Bestilling av offisielt treningstøy fra Bodø Bauta Løpeklubb.
- Leie av klubbens laktatmåler.
- Kjøp av lisens fra Norges Friidrettsforbund.
- Representere Bodø Bauta Løpeklubb på løp og konkurranser.
- Klubbkvelder.





## BUDSJETT 2023

### Inntekter

Medlemskontingent	75 000
Grasrotandel	5 000
Stevneinntekter	-
Utstyrssalg	5 000
Andre inntekter	3 000
<b>Sum inntekter</b>	<b>88 000</b>

### Kostnader

Stevnegjennomføring	10 000
Baneleie trening	7 500
Datakostnader	2 500
Kurs/testløp	10 000
Innkjøp varer for videresalg	-
Klubbkvelder	30 000
Klubbtur	15 000
Møter	3 000
Avskrivninger	10 000
<b>Sum kostnader</b>	<b>88 000</b>

**Resultat** **0**

# VALG AV STYRE OG UTVALG

## Valgkomiteens innstilling:

Årets valgkomité har bestått av Petter Waldemar Nohr Unstad, Kristoffer Magnus Nohr Unstad, Ingrid Festø og Ingrid Bredesen Hangaas (vara).

## Styre

Styreleder:	Trine Larsen	Ikke på valg
Nestleder:	Steffen Mio Kristiansen	Ikke på valg
Styremedlem:	Ellen Langen	På valg (To år)
Styremedlem:	Audun Selnes	Ikke på valg
Styremedlem:	Moa Björnson (ny)	På valg (To år)
Styremedlem:	Ole Marius Røsten	Ikke på valg
Varamedlem:	Frida Wågan	Ikke på valg
Kasserer/sekretær:	Thomas Aasbakk	Ikke på valg

## Valgkomité

Leder:	Petter Waldemar Nohr Unstad
Medlem:	Kristoffer Magnus Nohr Unstad
Medlem:	Ingrid Festø
Vara:	Ingrid Bredesen Hangaas

## Kontrollutvalg

Revisor:	Aleksander Holand og Nikko Aasen
----------	----------------------------------

## Treningsutvalg

Leder:	Steffen Mio Kristiansen
--------	-------------------------

## Bodø Bauta Ultra

Leder:	Ole Marius Røsten
--------	-------------------





# FORSLAG FRA STYRET: JUNIORLØP

Siden den offisielle oppstarten av Bodø Bauta Løpeklubb i 2019 har klubbens medlemmer i all hovedsak vært voksne løpere fra 18-65 år. Tilbudet for løpere i denne målgruppen har etterhvert blitt svært godt i Bodø, men det finnes relativt få rene løpskonkurranser og aktiviteter for barn og unge.

Under prosjektnavnet "juniorløp" ønsker derfor styret i første omgang å se på muligheten for et nytt tilbud til denne gruppen. Enten som ett eller flere løp med barn og unge som målgruppe.

Løpet kan organiseres på flere ulike vis, og det kan både være ett enkeltstående løp eller en løpekarusell som går over flere løp og kategorier. Terrengløp, baneløp, motbakkeløp, osv.

Løpet skal ikke gå i konkurranse med eksisterende og tilsvarende tilbud fra Bodø Friidrettsklubb, Gampen, Bodø Run Festival, Bodø Orienteringsklubb, osv, men forhåpentligvis være et fint supplement til fridrettsrekruteringen i byen.

Målet er å spre løpeglede og mestring til neste generasjon med løpere. Forhåpentligvis vil tilbudet tiltrekke seg både aktive fra blant annet langrenn, fotball, osv, men også deltagere som ikke nødvendigvis driver med organisert idrett fra før.

**Forslag til vedtak: Styret setter ned et eget utvalg i klubben som skal jobbe med utvikling, organisering og gjennomføring av et eget løp for barn/junior. Målsetningen er ett testløp i 2023. Utvalget skal ledes av noen utenfor styret.**



# VEDLEGG: FORRETNINGSORDEN

## Forretningsorden

- Ordstyrer/dirigent går gjennom sakslisten sak for sak.
- Bank med joggesko markerer at vi går videre til neste sak
- Deltakere på møtet kan komme med innspill til saker ved håndsopprekking
- Ved innspill fra stemmeberettigede tildeles taletid på ett par minutter
- Under valg:
  - Valgkomite legger frem forslag til styre
  - Stemmeberettigede kan komme med motforslag ved å nominere kandidater til valg.
  - Dersom det er kun en kandidat til et verv, velges kandidaten ved akklamasjon
  - Dersom det er flere nominerte på samme verv, gjøres det valg ved håndsopprekking/lappesystem
  - Nyvalgte i styret velges for 2 - to år.

## Styrets forslag til organisasjonsplan

- Styre (leder, nestleder, 4 styremedlemmer, 1 varamedlem og kasserer/sekretær)
- Valgkomite
- Kontrollutvalg (To revisorer)
  
- Juniorløp
- Treningsutvalg
- Bodø Bauta Ultra

# VEDLEGG: STRATEGI FOR BODØ BAUTA LØPEKLUBB



# BODØ BAUTA LØPEKLUBB

Bodø Bauta løpeklubb ble formelt stiftet 19.03.2019 og har som hovedmål å bidra til løpegleder i Bodø. Klubben har rundt 200 medlemmer ved starten av 2021, og er organisert under Norges Friidrettsforbund.

Klubben gjennomfører felles treningsøkter utendørs, samt tilbud om styrketrening og mølleøkter i vinterhalvåret. Andre medlemstilbud inkluderer en rabattert treningsavtale med Rapida i Bodø, utleie av lakatmåler, kjøp av treningstøy, treningslisens og en avtale om lakattest med Moveo.

Bodø Bauta Løpeklubb ser verdien av å skape fellesskap rundt løpesporten, og ønsker at så mange som mulig skal få oppleve den samme løpegleden. Vi ønsker å være en inkluderende klubb der alle skal føle seg velkommen uavhengig av kilometertider og ferdighetsnivå.

## **Kortsiktig mål:**

Bodø Bauta Løpeklubb tilbyr et fellesskap som skaper løpegleder.

## **Langsiktig mål:**

Bodø Bauta Løpeklubb har satt Bodø på kartet som landets ubestridte løpeby

## **1. Treningsfellesskap**

Med et variert og kontinuerlig treningstilbud skaper vi løpegleder for våre medlemmer. Treningene skal vise at Bodø Bauta Løpeklubb er åpent for alle, uavhengig av ferdighetsnivå, og vi ønsker å hjelpe våre medlemmer til å nå sine mål.

## **2. Medlemmer**

Vi ønsker nye medlemmer velkommen, og ivaretar allerede eksisterende medlemmer, med gode medlemstilbud og et inkluderende fellesskap. Klubbkvelder, inspirasjon fra andre og treningsfellesskapet er viktige faktorer for å sikre dette.

## **3. Utvikling av løpebyen Bodø.**

Bodø Bauta inntar en posisjon i det idrettspolitiske arbeidet for å sikre anleggsutbygging, og støtte opp under det allerede gode idrettspolitiske arbeidet som drives av Bodø Idrettsråd.

## **4. Bodø Bauta Løpeklubb stiller til start.**

Vi deltar på løp med hovedfokus på arrangementer i Salten og Nord-Norge, men reiser også til større løp andre steder i fellesskap. Klubben tilbyr også frivillig støtte til løpsarrangører og bidrar til vellykkede arrangement som kan vokse i årene som kommer.

## **5. Løp for livet**

Bodø Bauta Løpeklubb ønsker å bruke løping som en arena for å sette fokus på andre ideelle organisasjoner.



# 1. TRENINGSFELLESSKAP

Hovedmål:

Bodø Bauta Løpeklubb gjennomfører minimum to løpeøkter og en styrke/spenst-økt per uke med bred deltakelse blant våre medlemmer.

Strategi:

- Kontinuitet er nøkkelen til suksess, og fellesøkter gjennomføres uansett vær, vind og føreforhold. #alltidbauta
- Det settes ned et treningsutvalg som får ansvaret for planlegging og gjennomføring av trening
- Det utarbeides månedlige planer for fellestreninger inklusive testløp

# 2. MEDLEMMER

Hovedmål:

Bodø Bauta Løpeklubb skal være et naturlig miljø å oppsøke for alle som ønsker å drive med løping i Bodø.

Strategi:

- Nye medlemmer ønskes velkommen og får informasjon om våre medlemsfordeler og fellesøkter
- Treninger og andre tilbud hvor det er mulig skal alltid være åpne for ikke-medlemmer for å gi et innblikk i klubben
- Det utarbeides gode medlemsavtaler for våre medlemmer.





## 3. UTVIKLING AV LØPEBYEN BODØ

Hovedmål:

Bodø Bauta Løpeklubb ønsker å utvikle eksisterende, samt realisere nye anlegg for løping i Bodø, både inndørs og utendørs.

Strategi:

- Styret deltar på møter i regi av Bodø Idrettsråd, og deler medlemmenes innspill til anleggsarbeidet i kommunen.
- Søke samarbeid med andre klubber og evt. støttespillere.

## 4. BAUTAER STILLER TIL START

Hovedmål:

Bodø Bauta Løpeklubb bidrar med fremsnakk og deltakelse på løp i regionen. Klubben gjennomfører også årlige klubbreiser til løpsopplevelser i innland og utland.

Strategi:

- Kontinuerlig oppdatert løpskalender på våre egne hjemmesider.
- Info om løp og påmelding deles i våre sosiale kanaler.
- Løpeklubben administrer transport til enkelte løp i regionen.
- En gruppe får ansvaret for å finne og planlegge årlige reisemål til større løp.

## 5. LØP FOR LIVET

Hovedmål:

Bodø Bauta Løpeklubb ønsker å bruke løping som en arena for å støtte andre ideelle organisasjoner som jobber innenfor enten klima og miljø, psykisk helse, rusomsorg eller bistand.

Strategi:

- Arrangere løp eller aksjoner som samler inn penger til ideelle organisasjoner.
- Være en lokal pådriver for nasjonale innsamlingsaksjoner.
- Se på muligheten for å samle inn løpestyr til frivillige hjelpeorganisasjoner



