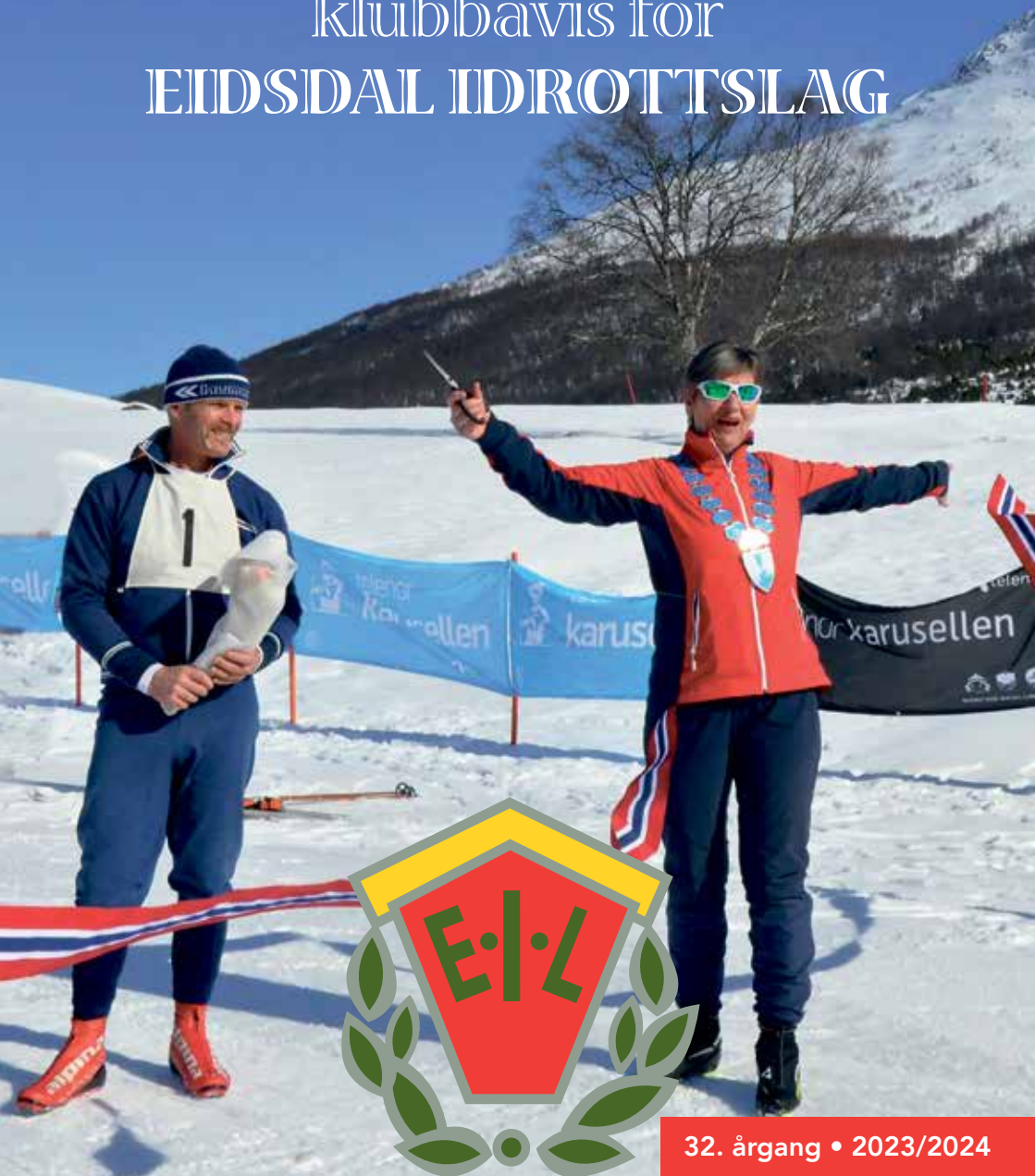


ILPOSTEN

klubbavis for
EIDSDAL IDROTTSLAG



32. årgang • 2023/2024

IMV INDREEIDE

MEK. VERKSTAD A/S

6215 Eidsdal – Tlf. 91 34 76 20 – post@imvas.no

- ◆ Bilskade
- ◆ Sandblåsing
- ◆ Lakking
- ◆ Tectylering
- ◆ Reservedelar
- ◆ Mekanisk reparasjon
- ◆ Dekk til alle føremål
- ◆ Bilutleige



Bilveksted 01
Skadeverksted 01



Valvoline

– oljeprodukt

Mekonomen

– ein bilverkstad for alle bilmerke

PARTNER



Redaktøren har ordet

Da var det min tur til å få æra av å ha redaktøransvaret for Ilposten. Det kom litt brått på under eit styremøte i haust, der eg satt og noterte i møtereferatet og Jon Kåre foreslo at dette kunne eg gjere. Eg må seie eg var ikkje heilt sikker på om det skulle gå, med tanke på det føreståande på privaten denne hausten. I tillegg er eg ein tilflyttar til bygda, som er ei utfordring i seg sjølv sidan eg ikkje har heilt kjennskap til historikken til idrettslaget og Ilposten. Da er det godt at fleire i bygda har teke vare på gamle Ilpostar heilt tilbake frå da det starta i 1988(!), slik at ein kan studere og få eit inntrykk av kva det går i. I tillegg er det mange erfarne rundt om i bygda å spørje. Så til tross for ammetåke og det som høyrer til når eit nytt vidunder kjem til verda, så gjekk det på eit vis dette òg.



Som om det ikkje var stor nok oppgåve å få redaktøransvaret i fanget, vart eg utfordra på nytt av Jon Kåre under ein prat for nokre veker sidan: «Du veit...redaktøren brukar å ha ein tekst som heiter redaktøren har ordet.» Eg trudde han berre tulla med meg, sidan eg ikkje hadde sett eit slikt innslag i dei utgåvene av Ilposten eg hadde sett. Men jau da, det stemte det han sa. Da eg bladde i dei gamle utgåvene av Ilposten, fann eg Redaktøren/Redaksjonen har ordet i fleire av dei. Jaja, da får eg nå ta utfordringa hans da, tenkte eg. Og som tenkt, som gjort.

Som sagt er eg ein tilflyttar i bygda. Og ein forholdsvis ny ein òg. Eg har ikkje budd her meir enn 4 år. Før 2019 hadde eg berre vore i Eidsdal på gjennomreise nokre gongar på veg til og frå Geiranger, som ein slags guide for utvekslingsstudentar ved høgskulen i Molde. Eg hugsar godt første tanken min da vi køyrde oppover dalen frå ferjekaia på første turen min i 2016: Wow! Har dei ein så flott idrettsbane i ei så lita bygd?! Og den dag i dag er eg framleis mektig imponert over det Eidsdal IL har fått til på Langereiten, ved å vere drifta på berre dugnad. Og det er blant anna denne dugnadsånda her i Eidsdal, og ikkje berre gjennom idrettslaget, som har gjort at eg er så glad for at det er akkurat denne bygda eg har flytta til slått meg ned i. Alt som blir gjort, arrangert og stelt i stand gjennom dugnad, må ikkje undervurderast. Det skapar samhald og fellesskap, som er gull verd. Og ikkje minst lagar det liv i bygdene. Vi er utruleg heldige som bur akkurat her!

Men tilbake til Ilposten. Eg må seie at vi fekk til godt med innhald i år. Å bla i gamle Ilpostar gjer at ein får mange idear til kva ein kan ha med. Så mange idear at ein må nesten velje vekk noko. Og når det er så mange som stiller opp når eg kjem og spør om dei kan skrive ein tekst om ditten og datten, ja da er det ikkje vanskeleg å få til innhald. Så tusen takk til alle dei som har bidrege til Ilposten i år! Det hadde ikkje gått utan den dugnaden.

Med det ønskjer eg alle god jul og eit riktig godt nytt år!

*Med venleg helsing Brit Flemmen Kleiva,
nordmøringen som forvilla seg til ei flott sunnmørsbygd.*

Helsing frå leiaren

Då nærmar det seg tida igjen for at årets Ilpost skal i trykken, redaktøren er utolmodig og meiner at no er det på høg tid at leiaren leverer nokre linjer. Skrivessperra er meir i lås enn nokon gong, men ei lita oppsummering av året som har gått må vel vere overkomeleg.

Aktiviteten i laget har vel på det administrative planet vore heilt på det jamne. Vi har hatt fire styremøte og handsama 35 saker. Drift og vedlikehald av anlegga som idrettslaget har bygt opp gjennom åra er eit arbeid ein aldri blir ferdig med. Idrettsbane, speakerbod, lysløyper, trakkemaskin, trakkemaskingarasje og klubbhus treng tilsyn og vedlikehald kvart år. I vår såg vi att rekkverket på klubbhuset var rimeleg modent for eit nytt strøk med maling. Tryggve Løvoll meinte at dette var framifrå pensjonistarbeid til han og Eli, så han kunne ta på seg dette i ledige stunder. Rekkverket vart pussa og mala og framstod etter kvart som nytt. Men då såg dei at eigentleg så trengde huset også eit strøk slik at det stod litt i stil. Litt vêrslite var det no også. Vi visste ikkje ordet av det før heile huset var mala og godt som nytt. Då var det berre terrasseborda som stod att, så då måtte dei takast dei me. Reinsing, vasking og smørjing heile vegen rundt. Særdeles kjekt med folk som har slik arbeidslyst. No stend det att berre eit møne i kvar ende. Det var litt diskusjon om kven som skulle halde stigen og kven som skulle gå opp, men her trur eg kanskje yngre krefter må trå til. I det minste få opp ein stillas. Framifrå godt arbeid og laget takkar så mykje for innsatsen.

Elles har det no i haust vore litt arbeid med i få betre lys på sprintsloyfa oppom klubbhuset. Fire nye stolpar med ei meir hensiktsmessig plassering enn dei gamle, vil gi meir lys og truleg ei betre oppleving for dei fleste. Kanskje kan vi berge eit fall og ein lårhals også. Fjerning av gamlestolpane får vi ta til våren når telen slepper taket. Takk til Alf Hoel og Gustav for framifrå arbeid i høgda, Eldar for eminent lift manøvrering på bakkenivå og Stein Ove som utlærd stolperøysar.

Eidsdal IL prøver å leggje til rette for fysisk aktivitet på alle nivå i alle aldrar. Eit ambisiøst mål som vi neppe greier å nå, men vi prøver så godt vi kan. Til dette treng vi gode tillitsvalde, trenarar og dugnadsfolk i mange posisjonar. Når valnemnda byrjar sitt arbeid mot neste årsmøte i februar, vonar vi du også er klar til å ta på deg eit verv.





Til slutt vil eg takke alle øvrige for innsatsen i året som gjekk. Ei spesiell takk til gruppeleiarane som dreg det meste av lasset når dei idrettslege tilboda skal realiserast.

Takk takk, God Jul og eit retteleg Godt Nytt År når den tid kjem!

*Vennleg helsing
Jon Kåre Løvoll, leiar*

Gjensidige



**MED STORT
HJERTE FOR, OG
MYE KUNSKAP OM,
LOKALMILJØET.**

Gjensidige Indre Sunnmøre
Bankgata 4
70 26 92 50

Tillitsvalde i Eidsdal IL 2023



Desse vart valde til våre tillitsvalde på årsmøtet i februar 2023.

Hovudstyret

| | |
|------------|---|
| Leiar: | Jon Kåre Løvoll (1 år, attval) |
| Nestleiar: | Martine Rijgersberg (2 år, ny) |
| Skrivar: | Brit Flemmen Berg (1 år att) |
| Kasserar: | Robert Bergerud (2 år, ny) |
| Vara: | Inger Anne Aarset (1 år, attval) |
| | <i>Vara vert innkalla fast til kvart møte</i> |

Skigruppa (i funksjon frå 1/5-23)

| | |
|-------------|--|
| Leiar: | Merete Løvoll Rønneberg (2 år, attval) |
| Styremedl.: | Sigurd Rønneberg (1 år att) |
| | Ulf Johansen (1 år att) |
| | Jan Trygve Veiberg (2 år, attval) |
| | Kristina Marie Løvoll (2 år, attval) |

Friidrett- og trim gruppa

| | |
|-------------|--|
| Leiar: | Mari Linn Hole Bergerud (1 år att) |
| Styremedl.: | Tone Løvoll Kleiva (1 år att) |
| | Torveig Klamdal (1 år att) |
| | Kristian Indreeide/Anne Vestnes Indreeide (1 år att) |
| | Jan Kåre Eide (2 år, ny) |

Økonomigruppa

| | |
|-------------|--------------------------------|
| Leiar: | Märta Daggå (1 år att) |
| Styremedl.: | Elisabeth Birkeland (1 år att) |
| | Inger Anne Aarset (1 år att) |
| | Airi Kalma (2 år, attval)) |

Valnemnd

| | |
|---------|--------------------------------|
| Leiar | Elisabeth Birkeland (1 år att) |
| Medlem: | Per Arne Løvoll (2 år att) |
| | Gunnar Inge Eide (3 år, ny) |

Kontrollutval

| | |
|-------|---|
| | Egil Berge (1 år, attval) |
| | Jan Olav Hesthaug (1 år, ny) |
| Vara: | 1. Kjell Narve Indreeide (1 år, attval) |
| | 2. Terje Birkeland (1 år, ny) |

Baneansvarleg Langereiten: Gunnar Helge Lund (1 år, attval)

Materialforvaltar klubbhus: Per Andre Rønneberg (1 år, ny)

På nyåret vil vår herlege valnemnd ringje rundt for å fylle dei ledige verva. Vi håpar de er positive og takkar ja til å bli med på den fantastiske dugnaden som blir gjort her i bygda vår. Som elevane i innsats for andre sa: Det er kjekt og skapar fellesskap!



Jan Trygve fekk heidersprisen og Elisabeth i økonomigruppa hadde bursdag. Då vart kaka slik.



Heidersprisen 2022 til:

Jan Trygve Veiberg

Eidsdal Idrettslag deler årleg ut ein Heiderspris, og for 2022 vart han delt ut på årsmøtet 16. februar i år. Prisen kan gjevast til eit medlem som det siste året, eller over lengre tid, har utmerka seg sportsleg eller gjennom tilrettelegging for sportsleg aktivitet.

Styret i Eidsdal IL vedtok at Heidersprisen for 2022 skulle delast ut til ein person som i mange år har delteke trufast med tilrettelegging for fysisk aktivitet i EIL.

Eidsdal Idrettslag deler årleg ut ein Heiderspris, og for 2022 vart han delt ut på årsmøtet 16. februar i år. Prisen kan gjevast til eit medlem som det siste året, eller over lengre tid, har utmerka seg sportsleg eller gjennom tilrettelegging for sportsleg aktivitet.

Styret i Eidsdal IL vedtok at Heidersprisen for 2022 skulle delast ut til ein person som i mange år har delteke trufast med tilrettelegging for fysisk aktivitet i EIL.

Heidersprisvinnaren er ein person som med godt humør, stor arbeidsvilje og glimt i blikket har stilt på som tillitsvalt i heile 27 år for EIL. Han vart valt inn i fotballgruppa i 1979, og stod på der i 10 år både som leiar og som medlem i gruppa. I tillegg var han trenar for aldersbestemte klassar i fleire år. Seinare har han sete som medlem i hovudstyret, men flest år har han i skigruppa (12 år). I løpet av sine år som tillitsvalt har han òg vore ei god dugnadshjelp på fleire prosjekt, ikkje minst idrettsbana i Langereiten.

Heidersprisvinnaren er ei positiv drivkraft, og ein kar som alltid stiller på og følger opp der han har tatt på seg oppgåver. Han er lett å samarbeide med, hjelpsam, praktisk og løysingsorientert, og ikkje minst ein som bidreg med godt humør. Kort sagt ein god miljøskapar.

Eidsdal IL er svært takksame for den innsatsen heidersprisvinnaren for 2022 har lagt ned, og vonar engasjementet og innsatsviljen vil halde seg i mange år enno! Heidersprisen for 2022 gjekk til Jan Trygve Veiberg for svært mange år som tillitsvalt, men òg trenarinnsats og anna dugnadsarbeid for Eidsdal IL.

Gratulerer frå Ilposten!



Leiar Jon Kåre Løvoll deler ut årets heiderspris til Jan Trygve Veiberg.



Sprintstafetten under skifestivalen.



Gruppefoto av dei fleste borna som deltok på Skisprell.



Årsmelding 2022-2023 Skigruppa

Den siste sesongen har skigruppa vore samansett slik:

| | |
|----------------|-------------------------|
| Leiar/skrivar: | Merete Løvoll Rønneberg |
| Nestleiar: | Jan Trygve Veiberg |
| Styremedlem: | Ulf Johansen |
| Styremedlem: | Sigurd Rønneberg |
| Styremedlem: | Kristina Marie Løvoll |

Vinteren 2023

Skileik og treningar

Vinteren 2022 hadde Merete ansvaret for skileiken på torsdagar. Jan Kåre Eide og Jona Kåre Løvoll veksla på å ha skitreningane. Tysdagane veksla Jon Kåre, Jan Kåre og Merete på å ha trening saman for alle frå 3. klasse og oppover.

Det var stort sett ein bra vinter, og vi gjennomførte dei fleste treningane på Løvoll.

Skirenn

Telenor ENG-cup

Det vart arrangert sju stemne i ENG-cupen. Av desse stod EIL for fem og NIL for to. Vi starta sesongen med «Kom-i-lag-dag» på skeiseisen på Kilsti – eit populært tiltak der det var godt frammøte og folk koste seg godt saman. Det var også høve til å ta skeiseknappen, noko 29 personar gjorde: fleire av dei tok også både bronse, sølv og gull-knappen denne dagen. Krava til dei ulike valørane består i å gå ein viss distanse samanhengande på skeiser. Det er ikkje tidskrav på skeiseknappen, men distanse varierer etter alder. Kortaste distanse er 200 meter og lengste er 1500 meter.

Elles var dei andre ENG-cupane tradisjonelle skirenn: 0-løp på Løvoll i romjula, langrennscross i fristil på Løvoll, merkerenn i fristil (Løvoll), 0-løp i kombinasjon med sonerenn på Lilleås, turrenn til Rellingsætra, og skiFESTival på palmesøndag. Det siste vart arrangert som ein kombinasjon av kostymeskirenn og minneskirenn, og det var sett ei idealtid.





Korpset spela under opninga av sprintraseen.

joker

GEIRANGER

Tlf. 70263033

joker.geiranger@joker.no

www.joker.no

- støtter lokal idrett og aktivitet



69 personar deltok i Telenor ENG-cupen i 2023, og det er 16 fleire enn året før. Vi håper dette er eit teikn på ny, frisk oppgang etter noko begredeleg deltaking under koronaåra.

Skifestival

Under skifestivalen hadde vi også formell opning av sprintløypa på Løvoll. Ord-
fører Eva Hove stod for opninga.

Vi har tidlegare år hatt kostymeskiirenn på palmesøndag. Sist år prøvde vi oss med ein variant der vi kombinerte ulike aktivitetar. Målet var å få til eit arrangement som kunne vere attraktivt for mange, og som kan bli ein sosial og kjekk skidag i inngangen til påskeveka.

Vi ønskjer at festivalen skal vere uhøgtidleg, prega av mosjon og berre uhøgtidleg konkurranse. I tillegg vil vi at dette skal vere eit skiarrangement som kan samle folk på tvers av aldrar. Om nokon har gode idear til vidareutvikling, tek vi gjerne imot innspel.

Lagsrennet og merkerenn

Heldigvis fekk vi også i 2023 arrangert lagsrennet på Løvoll – dette året under fine forhold og i godt vær. Dette året valde vi å la heile rennet gå på austsida av vegen, på Løvollsboane. Ei litt lettare løype bidrog nok til at fleire stilte til start, sjølv om tradisjonen med å bruke løypa i Haugane kan vere litt tung å sleppe...

Heile 80 løparar deltok – gledeleg! Unni Ytredal og Jon Kåre Løvoll fekk bestemannsprisane i klubbrennet, men beste tid på 10 km hadde Alfred Oskar Foss i herrar klasse 17 år. Det var svært kjekt at såpass mange stilte av vaksne – både av dei som gjekk på tid og dei som gjekk utan tidtaking. Dette året deltok heile 9 damer med tidtaking, og 6 gjekk utan tid. Eg kan knapt hugse at vi har hatt med så mange damer! I herreklassane var tilsvarende tal 15-2.

Dei siste åra har vi hatt klart fleire deltakarar i gjesteklassane enn i EIL-klassen. Denne trenden må vi forvente held fram, men det er kjekt at påskegjestar trivst så godt med å gå skirenn på Løvoll!

I tillegg til lagsrennet i påska arrangerte vi eit merkerenn i fristil tidlegare i sesongen. 31 personar greidde kravet til Norsk Skimerke. Mari-Linn Hole Bergerud greidde kravet til bronseplaketten (10 prøver).

Norsk Skimerke er fyrst og fremst eit motivasjonsmiddel for å få folk ut på ski.





Per Andre Rønneberg i god driv under lagsrennet.



Eit flott knippe av damer som deltok i lagsrennet. Neste år er målet å få med endå fleire.

Med litt trening (og ikkje alt for sugande skiføre), kan dei fleste klare merkekrava. Sjølve utmerkingane må ein betale for sjølv, viss ein vil ha desse utmerkingane. Men i EIL har vi laga diplomar knytt til dei høgste utmerkingane. Då har ein i alle fall eit synleg prov på at ein har greidd krava, om ein ikkje vil bruke pengar på sjølve utmerkingane.

– Vil du kjøpe utmerkingane, kan du gjere dette gjennom www.idrettsbutikken.no – eller kontakt Merete i skigruppa.

ANDRE TILTAK

- **Løypekøyring**

Vi fekk stort sett køyrt opp løyper på Løvoll vinteren 2023, og det er alltid godt å få bruke «heime-løypene».

Gunnar Helge Lund, Eldar Kleiva og Jon Kåre Løvoll stod for løypekøyringa, medan Karl Oskar Indreeide og Sigurd Rønneberg prøvde seg så vidt det var.

- Stikk ut SKI.

Vi har samarbeidd med Skikrinsen og Friluftsrådet, og tatt ansvaret for å sørve posten på Fremste Haumyra i lysløypa i Hauane. Denne har også vore på plass i 2023, men er ikkje av dei mest besøkte.

- Stikk ut VINTER.

Vi har samarbeidd med Friluftsrådet og kommunen, og hatt to postar i vår bygd: Kleivahammaren og Bakkegjerdet.

- Premieutdeling

Premieutdelinga for ENG-Telenorcupen vart lagt til EIL sin basar hausten 2023.

Skigruppa takkar deltakarar, funksjonærar og andre skivenner for sesongen 2023, og sjølvsagt kryssar vi skiene for fleire – også nye fjes – i løyper, på trening og arrangement komande vinter!

Eidsdal 3. desember 2023

*Merete Løvoll Rønneberg
-leiar skigruppa-*





Det var ein nydeleg dag på Løvoll da lagsrennet gjekk av stabelen.



HOTEL UNION™
GEIRANGER • 1891 • FAM MUELVA

Hotel Union Geiranger
www.hotelunion.no
+ 47 70 26 83 00
booking@hotelunion.no

Får du aldri napp?

Prøv i Eidsvatnet!

Fiskekortsesong
1. juni – 1. september
Grunneigarlaget





Ruben Yttredal Eide (t.v.) og Ingvar Daggå Rønneberg var to av elevane frå innsats for andre som var utplassert hjå EIL. Her med Sigurd Rønneberg (t.h.) frå skigruppa.

Med innsats for andre

Våren 2023 kunne ein møte på ein gjeng ungdomsskuleelevar som frivillige på diverse skirenn, skileik og andre arrangement i bygda. Dei var på utplassering i, mellom anna, idrettslaget som ein del av valfaget «innsats for andre» ved Eidsdal skule. «Innsats for andre» er eit fag som skal gje elevane både kunnskap om og praktisk erfaring med frivillig arbeid, samt moglegheit til å bidra i fellesskapet. Elevane måtte sjølve velje både kva frivillig organisasjon dei ville prøve seg i, og ta kontakt for å avtale både tid, stad og oppgåver.

Sidan det var skisesong, var dei fleste oppgåvene deretter. Elevane fekk prøvd seg mellom anna som medhjelparar på skileik, løypevakt og med rigg og nedrigg til skirenn. Erfaringane dei sat igjen med var positive. Dei har mellom anna ytra at det er veldig viktig med dugnadsånd i små bygder og at det er veldig viktig å hjelpe dei eldsjelene som faktisk står på, slik at jobben blir litt lettare for dei. Elevane syntest også at det var kjekt å hjelpe til og sjå at folk faktisk sette pris på innsatsen. Ikkje minst var det med å skape fellesskap. Alt i alt sat dei igjen med gode erfaringar frå frivillig arbeid i idrettslaget, og fleire ytra at dei gjerne kunne gjort det igjen.

Erfaringane var også gode frå idrettslaget si side. Samarbeidet mellom idrettslaget og elevane fungerte godt, og ein hadde god hjelp av dei som stilte på. Vonleg kan ei slik utplassering i frivilligheita føre til betre rekruttering av frivillige på sikt. Det vil tida vise, men å få dei inn når dei er unge kan umogleg vere negativt. Så gjenstår det å sjå om samarbeidet held fram i åra som kjem.

Ingrid Birgitte Løvoll Harris



Sigrid Rønneberg på veg opp trappene under Fosseløpet.

Årsmelding Trim- og friidrettsgruppa 2023

Leiar: Mari-Linn Hole Bergerud
Nestleiar: Jan Kåre Eide
Sekretær: Tone Løvoll Kleiva
Medlem: Torveig Klamdahl
Medlem: Kristian Indreeide

Trim og friidrettsgruppa har i år hatt to møter – eitt før sesongstart og eitt etter sesongslutt..

ENG- cup

I 2023 vart det arrangert seks ENG-cupar. Vi starta 1. mai med Andersgarden rundt. Dei neste cupane var friidrettscup 24. mai, Fosseløpet 1. juni, rebusløp ved Eidsvatnet 21. juni og friidrettscup 5. september. Sesongen vart avslutta med sykkelorientering i Norddal 13. september. Det var seks personar som deltok i alle cupane, og 14 personar som hadde delteke i 4-5 cupar. Totalt har det vore 76 personar som har delteke i 1 – 6 cupar. Under Fosseløpet sette Unni Ytredal ny bestetid i dameklassa på tida 03.03.

Takk til alle foreldre som hjelper til under ENG-cupane.

Gjærdeløneset Hytter

6215 Eidsdal | Tlf. **99 74 88 38** | arildeide@broadpark.no



Fjelltrimmen sommar

I år har vi hatt ute 30 fjelltrimpostar. Vi hadde to nye postar – Årsetskjervane og Stølsråsa. Det vart i år innført sjølvrapportering av antal turar på dei høgstliggande toppane Tua, Lisje Grjøtet, Solskaret, Nonshornet og Soleihornet. Boka på Hesjedalshaugen forsvann i august og det vart ikkje lagt ut ny. På Verpesdalsætra og i Verpesdalen vart det satt opp kasser. Antal registrerte turar i Fjelltrimbøkene er ca 3500, og ligg på same nivå som i fjor. Det er kjekt å sjå at mange nyt godt av arbeidet som er lagt ned i alle råsene rundt om i bygda og at mange nyttar seg av naturen vår.

Årets Fjellvandarar

(besøkt alle Fjelltrimpostane)

Airi Kalma

Stein Ove Bjørge

Tone Løvoll Kleiva

Merete Løvoll Rønneberg

Jon Kåre Løvoll

Dameklasse Fjelltrimmen

1. Monika Mahle Aarset, 1930 poeng

2. Tone Løvoll Kleiva, 690 poeng

3. Else Storås Rønneberg, 540 poeng

Herreklasse Fjelltrim

1. Jon Kåre Løvoll, 1030 poeng

2. Stein Ove Bjørge, 570 poeng

3. Frode Rønneberg, 470 poeng

Jenteklasse t.o.m 15 år

1. Nora Indreeide, 275 poeng

2. Olea Nustad, 205 poeng

3. Sigrid Rønneberg, 165 poeng

Guteklasse t.o.m. 15 år

1. Jon Arve Løvol, 325 poeng

2. Magnus Indreeide, 225 poeng

3. Lars Indreeide, 170 poeng

Familie

1. Eliassen Indreeide, 245 poeng

2. Vatne Løvoll 220, poeng

3. Vestnes Indreeide, 170 poeng

Vintertrim vinteren 2022/2023

På Rongane, Brisesletta, Kilstisætra, Framgardsætra, Laupen og Eidsheia ligg det ute bøker på vinterstid. På desse postane blir det trukke tilfeldige vinnarar frå dei som har skrive seg i bøkene.

Vinnarar Vintertrim

Framgardsætra – Frode Rønneberg

Kilstisætra – Martine Hole Bergerud

Eidsheia – Stein Ove Bjørge

Laupen – Monika Mahle Aarset

Rongane – Jorunn Aspehjel

Brisesletta – Sandy Hodea





Sigrid Rønneberg på tur med tante Merete Løvoll Rønneberg.

Trolltur

Måndagar i partalsveker har det vore Trolltur og Torveig Klamdal har vore turleiar. Fokuset på det sosiale er like viktig som turmålet. Det har vore turar til mange andre turmål i nærområdet. Det har vore jamn deltaking på turane, og deltakarane og Torveig har i samråd funne ut kor turane skal gå.

Premiering:

ENG-cup: Alle som har delteke på to eller fleire cupar i løpet av sesongen.

Fjelldrønning/konge: Gå på sju utvalde fjelltoppar som omkransar Eidsdalen - Grjøtet, Smogehornet, Tretindanibba, Indreeidshornet, Heimste-, Midti- og Fremste Skårene. Du må då ta bilete av deg sjølv på toppen og sende det på e-post til: kleiva.tone@gmail.com. Du kan sjølv sagt bruke meir enn ein sesong på å oppnå tittelen.

Fjellvandrareren: Gå på alle postane i Fjelltrimmen i løpet av sesongen.

Vintertrim: Tilfeldig trekking av ein person som har skrive seg i boka, blir vinnaren av posten.

*Mari-Linn Hole Bergerud
Leiar Trim- og fridrettsgruppa EIL*



Andersegarden



Jakob Indreeide Fausa med mamma Iselin Eliassen Indreeide som følgje.



Airi Kalma i full fart..

rundt 2023



Sevrin Ytredal Schreijer med Matheo Melchior rett bak.



Eli og Tryggve Løvoll godt i gang med runden sin.



Idrettsskolen 5.-7. klasse, der Jan Kåre Eide, Mari-Linn Hole Bergerud og Martine Hole Bergerud er trenarar. Bak f.v.: Johannes Mikael Eide, Kjetil Linge Dale, Magnus Indreeide og Kaspian Storås. Framme f.v.: Daniel Yttredal Eide, Andreas Laurits Eide og Julianne Hole Bergerud.



Idrettsskolen 2023



Idrettsskolen 1.-4. klasse, der Märta Daggå er trenar. Bak f.v.: Olivia Storås, Eirin Indreeide Røbekk, Wilhelm Indreeide Fausa, Emil-Elias Sara-Tafjord, Märta Daggå, Ingebrigt Daggå Rønneberg, Elia (Elisabeth Geertruida) Meijne og Elin Relling. Framme f.v.: Ragnar Berge, Andreas Laurits Eide, Lars Vestnes-Indreeide, Martinus Melchior Meek og Elef (Eleftherios Ephraim) Kottis.



Fjelltrimpostar sommare 2023

Eidsdal

| | | |
|---------------------------------|--|----------|
| Rongane (skogsveg o. Kristian) | Stolpe | 05 poeng |
| Brisesletta | Tre | 05 poeng |
| Stølsråsa (NY) | Tre ved midt i kvilet | 05 poeng |
| Storhjellesetra | På bjørk v. mur | 05 poeng |
| Veibergsetra | På sel | 05 poeng |
| Kleivahammaren | På bjørk | 05 poeng |
| Tua* | Varde | 20 poeng |
| Laupen (høgste punkt i Hauane) | Bjørk | 05 poeng |
| Årset-skjervane (NY) | Tre ved benk | 05 poeng |
| Møllsvatnet | Nær osen – i kasse | 10 poeng |
| Hesjedalshaugen | Kasse ved varde | 15 poeng |
| Grandevatnet (austsida av osen) | Stein – etter kvart lagt i kasse på robb | 15 poeng |
| Hausetsetra | Sel | 05 poeng |
| Soleihornet* | Varde/stein (kvitt flagg) | 20 poeng |
| Svartevatnet | Varde | 10 poeng |
| Eidsheia | Stolpe | 10 poeng |
| Solskaret* | Varde | 15 poeng |
| Nonshornet* | Varde | 20 poeng |
| Øygardsetra | Sel | 05 poeng |
| Framgardssetra | Stolpe | 05 poeng |
| Smogereset | Stein (kasse) | 10 poeng |
| Smogedalen | Stolpe | 15 poeng |
| Little-Grjótet* | Varde (kvitt flagg) | 20 poeng |
| Kilstisetra | Sel | 05 poeng |
| Kilstiheia | v/rås nedstiging til Verpesdalsetra | 10 poeng |
| Verpesdalsetra | Hjørne på mur | 15 poeng |
| Verpesdalen | På løevegg | 10 poeng |
| Flåna | På stolpe | 10 poeng |
| Blåhornet | På husvegg | 10 poeng |
| Ospahjellen (Hjellen) | Tre | 10 poeng |

Norddal

| | | |
|----------------------------|----------------------------|----------|
| Kvilet | Gamlevegen (mot Hatlestad) | 05 poeng |
| Lilleåsskagen | Tre | 05 poeng |
| Storåsnakken | Skitau/trommel | 05 poeng |
| Hallstadsetra | Sel | 05 poeng |
| Kvithaugen | Gjerdestolpe | 10 poeng |
| Nonshaugen | Stein/flagg | 15 poeng |
| Middagshesten | Varde | 20 poeng |
| Brune | Ved Taubanefeste | 10 poeng |
| Innsetsetra | Fjøs | 05 poeng |
| Daurmålsfjellet | Hammaren | 15 poeng |
| Kvilebjørka/Fannabrotet | Bjørk | 10 poeng |
| Storvatnet | Naust | 20 poeng |
| Kallskardsetra | Sel | 10 poeng |
| Kallskardet | Hytte | 15 poeng |
| Kallsethaugen | Tre | 10 poeng |
| Nøre-Herdalen | Os/tre v. nedste vatnet | 15 poeng |
| Kjellsura v. «Poststeinen» | Tre/stein | 05 poeng |
| Solegga | Varde | 20 poeng |



Damene i økonomigruppa stod for serveringa på årsmøtet vinteren 2023. F.v.: Airi Kalma, Inger Anne Aarset, Märta Daggå og Elisabeth Birkeland.



Else Rønneberg klar for tombolasal under lagsrennet.

Årsmelding for økonomigruppa i EIL 2023

Økonomigruppa er samansett av

Märta Daggå – 1 år, leiar for 1 år

Inger Anne Aarset – 1 år att

Elisabeth Birkeland – 1 år att

Airi Kalma – 2 år

Vi starta sesongen med skikafé allereie i romjula. Vêret var bra utover etterjulsvin-teren, så vi hadde skikafé bortimot kvar torsdag. I tillegg hadde vi kafé på kvart skirenn. På kvar kafé var vi alltid ein frå økonomigruppa saman med heldige utvalde. Dette fungerte bra.

Til påskeskirennet stilte vi med loddbøker og tombolautlodding. Indre Sunnmøre Gjensidige sponsa gevinstar på bøkene, og medlemmane og bygdefolket kjøpte inn tombolagevinstar.

I juni grilla vi for tunnelgjengen på Indreeide. Eit stort, men kjekt oppdrag. Takk til dei som hjelte oss.

I oktober arrangerte vi basar. Det var bra frammøte og god stemning. Vi hadde tombola, årsal og loddbøker. I tillegg kunne ein gisse på lengda på eit silkeband i eit glas. Samla inntekt frå basaren vart om lag kr. 29 000,-.

Vi har no kjøpt inn nytt Hardangerbestikk til klubbhuset. Det gamle hadde fått rustflekkar.

Økonomigruppa har hatt fire møter gjennom året. Vi har handsama åtte saker.

Vi takkar så mykje alle som kjøper lodd, leverer gevinstar, bakar og hjelper til på skikafé!

*Økonomigruppa i Eidsdal Idrottslag
Märta Daggå, Airi Kalma, Inger Anne Aarset og Elisabeth Birkeland*



HOFSETH



LOKAL
verdiskapning



BÆREKRAFTIG
oppdrett

www.hofseth.no

Graving, større og mindre oppdrag.
Septikanlegg, tomting og muring.

SUNDE
ENTREPRENØR AS
Valldal • Tlf. 95 92 74 16



Mekonomen



Godkjend karosseri- og bilverkstad.
Bilutleige | Bergingsbil
Vaskehall | Drivstoff

VALLDAL
BILSENTER AS
Tlf. 70 25 77 06 • Bergingsbil, tlf. 90 64 62 80

rem
pro.

SPAR  **VALLDAL**

Tlf. 48 08 21 01



Telenor ENG-cup - Oversyn over renndatoar

| | | | |
|---------------|-------|---|---------------|
| Torsdag 28/12 | 13.00 | EIL1. Telenor/ENG-cup. 0-løp | Klassisk /Fri |
| Søndag 14/1 | 13.00 | EIL 2. Telenor/ENG-cup. Fellesstartartar. Valfri distanse Kombinasjon med «SKISPRELL» | Klassisk |
| Søndag 11/2 | 13.00 | EIL 3. Telenor/ENG-cup. langrennscross | Fristil |
| Søndag 25/2 | 13.00 | NIL 4. Telenor/ENG-cup. Turrenn Rellingsætra | Klassisk |
| Torsdag 29/2 | 18.00 | EIL 5. Telenor/ENG-cup. Skimerke-renn | Fristil |
| Søndag 10/3 | 13.00 | NIL 6. Telenor/ENG-cup/Sonerenn. Normal. | Klassisk |
| Søndag 24/3 | 13.00 | EIL 7. Telenor/ENG – sesongavslutning SKIFESTival | Klassisk/fri |

Frå klasse 15 år kan deltakarane velje distanse: 3, 5 el. 10 km på skirenn. Dei som vel same distanse, går i same klasse, uavhengig av alder og kjønn.
MERK: Det er også klasser utan tidtaking! På ENG-cup nr. 2, kjem vi til å ha valfrie distansar også i lågare klassar.



sjon sesongen 2023 – 2024

Andre klubbrenn

Torsdag 28/3 13.00 EIL Lagsrennet. Klubbmeisterskap. Merkerenn.
Klassisk

Mosjonsklasse i alle ENG-cupar og sonerenn: **GÅ UTAN TIDTAKING.**

Vi ønskjer å få med flest mogleg på renna våre. Sjølv sagt er det høve til å gå utan tidtaking. Meld deg på og få eit startnummer. På ENG-cupen startar du når du vil og bestemmer sjølv kor langt du vil gå. Det viktigaste er å delta.

Påmelding- alle klubbrenn

Innan kvelden før rennet kl.20.00 til:

EIL: Merete Løvoll Rønneberg, merete@verdsarvfjord.no / Tlf. 99 37 65 85

NIL: Kari E.L. Dalhus, keldalhus@hotmail.com / Tlf. 454 80 634.

Det er **IKKJE ønskjeleg** med påmelding på renndagen, og vi gjer merksam på at det ofte vil medføre lengre tid for å få avvikla rennet, særleg fordi vi ofte slit med å få nok funksjonærar. Men vi avviser ikkje deltakarar.

Startkontingent- Telenor ENG-cup

Einskildpersonar: Kr. 60,- pr. renn eller kr. 230,- for alle renna

Familiar: Kr. 170,- pr. renn eller kr. 550,- for alle renna

Premiering –Telenor ENG-cup

Deltakarpremie til alle. Ytterlegare premiering til alle med to renn eller meir.

Premieutdeling på eige arrangement etter sesongen.

Startkontingentar andre klubbrenn:

Klubbmeisterskap EIL: Born kr. 70,- Vaksne kr. 80,- Familie kr. 250,-



Eide Camping

Tlf. 930 49 185

pegarden@eidsvatnet.no



Hjelle Bygg

Snekker tek oppdrag på nybygg og renovering.

Karl Øyvinn Hjelle | Tlf. 922 30 863



hoppid.no®

Snakk med oss om din idé!
Etablerarrådgeving og -kurs
Hoppid.no gründerstøtte

FJORDHAGEN

6210 Vallidal Tlf. 928 05 659 – www.fjordhagen.com



hoppid.no | eit samarbeid mellom Møre og Romsdal fylkeskommune,
Innovasjon Norge og kommunane.



SKISPRELL

Tilrettelegging på ski for alle – nytt i 2022 Søndag 14. januar frå kl. 11.30.

Denne kvelden inviterer vi særskilt alle som vanlegvis ikkje er med på skiaktivitetar til å prøve dykk på ski, og til å bli kjent med aktivitetstilboda våre. Sjølvstapt vert det skikafé og sosialt samvere!
Det vil vere mogleg å låne skiutstyr.

Soneskirenn

| | |
|--------------------------|--------------------------------------|
| Søndag 21.01 Eidsdal IL | Parstafett - langrennscross. Fristil |
| Laurdag 03.02 Valldal IL | Nulløp. Fristil |
| Søndag 27.02 Stordal IL | Rundeløp. Fristil. |
| Søndag 10.03 Norddal | Normaldistense. Klassisk. |

For dei som ikkje ønsker å delta på langrennscross, vert det tilbod om distanserenn: Open klasse, fri fart og distanse, med eller utan tidtaking.

Påmelding sonerenn

Før kl. 22 to dagar før rennet.

EIL: Merete Løvoll Rønneberg | merete@verdsarvfjord.no | Tlf. 993 76 585

NIL: Kari EL Dalhus | keldalhus@hotmail.com | Tlf. 454 80 634

Eidsdal IL og Norddal IL dekker startkontingenten for sine løparar.

KRINSRENN OG TURRENN

Informasjon om slike renn finn du på www.skiforbundet.no – velg så Møre og Romsdal.

Merk kravet om startlisens! Vend deg til leiaren i skigruppa i din klubb dersom du treng informasjon om lisens. Påmelding gjer du sjølv – online.

Merete får tilsendt innbydingar til ein del skirenn, mest turrenn. Det vi vurderer som relevant vert vidaresendt på fellsmail til «ENG-familien». Om du ikkje får slike mailar, men ynskjer å få, så gje beskjed til merete@verdsarvfjord.no



Løypekøyning-skitrekk m.m.

Eidsdal IL: Løvoll:

Desse kører løyper i år:

Gunnar Helge: Tlf. 913 47 383

Eldar: Tlf. 452 25 767 | Jon Kåre: Tlf. 415 74 676

Sigurd, tlf. 476 07 639 | Karl Oskar, tlf. 476 75 227

Så langt det er mogleg, prøver vi å ha løypene klare slik:

Tysdagar og torsdagar: Løypene klare til kl. 18.00. Tidlegare v/stabile forhold

Andre dagar: Løypene klare til kl. 12.00

Det vert i hovudregelen IKKJE køyrt løyper på måndagar, men løypekøyrarane gjer sjølvstendige vurderingar dersom forholda ligg til rette. Følg elles med på EIL si facebookside eller www.loyper.net.

Det vert køyrt løyper andre stader i bygda etter snøforhold og kapasitet.

Norddal IL: Kontaktperson: Arve Bjørneberg tlf. 46 42 30 69

Løypene til Rellingsetra og på Lilleåsen – klare til kl. 11.00 laurdag og søndag.

I vekene vert det køyrt etter behov, så langt ein har kapasitet.

Oppkøyning av løyper nede i bygda, med snøscooter tidleg i sesongen, om mulig.

Geiranger IL: Kontaktpersonar: Terje Rusten, tlf. 917 61 824

Rune Maråk, tlf. 417 80 070 | Tor Hole, tlf. 952 41 909

Løyper vert køyrt på Korsmyra/Hausetsetra/Gråsteindalen etter forhold

og kapasitet. I hovudregelen kører ein løyper i helga. Sjekk facebookside

«Skiløyper i Geiranger» eller www.loyper.net

Bruk løypene våre!

Vi har einestående forhold og løypekøyrerar som gjer ein kjempejobb!

Skileik og skitrening på løvoll

Tysdagar: Skitrening: 3. klasse og eldre kl. 18.00-19.30
Ansvar: Merete

Torsdagar: Skileik 1.-4. klasse kl. 18.00-19.00
Ansvar: Merete

Skitrening 5. klasse og eldre kl. 18.00-19.30
Ansvar: Jan Kåre / Jon Kåre



Skikafe på klubbhuset

Torsdagane har vi open skikafe på klubbhuset frå kl. 19 til ca. kl. 21. Er der ikkje folk, stenger vi dørene før. Men vi oppmodar folk til å komme. Rusle ein tur i lysløypa, eller ein tur på vegen. Ta gjerne med strikketøyet og kos deg på klubbhuset. Gje deg tid. Snakk med bygdefolket. Kjøp deg ein kaffikopp eller ei vafle.

Skikafeen er fyrst og fremst ein **MØTEPlass** for bygdefolket, og vi treng kvarandre.

Skitrim på torsdagskvelden

Anten du er med på organisert trening, eller berre vil gå ein tur for deg sjølv, kan du registrere deg i **SKITRIMBOKA** på klubbhuset. For kvar halvtime du er aktivitet, kan du notere deg for eitt lodd, men maksimalt 3 lodd pr. torsdagskveld. Alternativt kan du notere eitt lodd pr. runde du går i lysløypa i Haugeane, men også der maksimalt tre lodd kvar torsdagskveld.

Vi trekker nokre gåvepremiar mellom alle som har delteke når skisesongen er slutt (lagsrennet).

Stikk ut – ski

Ordninga med Stikk ut ski held fram også i år. Møre og Romsdal skikrets står for dette i samarbeid med klubbane og Friluftsrådet, etter same mønster som på barmark. I bygdene våre har vi desse postane: Dette er postar der folk **skal gå på ski**.

Eidsdal IL: I lysløypa: Post plassert på toppen av motbakke fremst i Hauane.

Norddal IL: Post plassert ved skihytta på Rellingsætra.

Postane skal stå ute frå 15. desember til 2. påskedag.

Stikk ut – vinter

Dette er vinterfotturar, og vert lagt til stadar der ein ikkje er konflikt med skiløyper. I vårt område har vi med desse turmåla:

- Bakkegjerdet, Eidsdal
- Kleivahammaren, Eidsdal
- Litleåsskagen, Norddal
- Kvilet frå grendahuset, Norddal
- Hyskjett, Geiranger

Turmåla her er klare frå 15. desember – 2.påskedag.

Rekneskapstenester, årsoppgjer og økonomisk rådgjeving




FJORD REKNESKAP AS

Tlf. 477 50 705 Grandegata 48, 6210 Valldal

Jan Kåre Eide

Telefon 70 25 70 67

Mobil 951 46 088



ROBUST

REGNSKAP OG REVISJON

Valldal - Stranda - Sjøholt Tlf. 70 25 85 70





I samband med lagsrennet 7. april vart det delt ut ei gåve til barneavdelinga ved Ålesund sjukehus. Dette var midlar som stod att etter Jordmormarsjen, og kva passa vel betre enn å gje dei til barneavdelinga?!

Ingvild Hareide Rødal takka hjarteleg for gåva. Representantar frå ulike lag og organisasjonar som stod bak Jordmormarsjen stod for overrekkinga. F.v.: Ingvild Hareide Rødal, Kari Elisabet Løvoll Dalhus, Nina Rønneberg Grønningseter og Per Arne Løvoll.



Lag 1: F.v.: Jan Kåre Eide, Jon Arve Løvoll, Julianne Hole Bergerud, Martine Hole Bergerud og Peter Nikolaus Eide.



Barnestafettlaget med f.v. Noah Johannes Meijne, Olivia Storås, Andreas Laurits Eide og Eva (Evangelina) Kotti.



Lag 2: F.v.: Finn Helge Nustad, Karl Oskar Indreeide, Mari-Linn Hole Bergerud, Olea Nustad og Martin Kristoffer Eide.



i Fjordstafetten 2023

Valldal Idrettslag tok hausten 2022 initiativ til å restarte og revitalisere Norddalsstafetten, etter eit par år utan stafett. Og med ny kommune måtte stafetten også få nytt namn. Valet fall på Fjordstafetten og at den arrangerast for alle idrettslaga i Fjord kommune. Ansvarert delast mellom Stordal, Valldal og Eidsdal, og i år var det Valldal Idrettslag som var arrangør.

Lagoppsett har blitt endra frå korleis det var under Norddalsstafetten. I barnestafetten er det fire etappar på 200 meter, deltakarane må vere mellom 9 – 12 år, kvart lag må ha minst ei jente/ein gut, og total maks alder 45 år.

Frå 13 år og oppover er det fem etappar med følgende fordeling:

- | | |
|-------------------------------------|---------------------|
| 1. etappe: Gut 16 år eller yngre: | ca. 300 meter |
| 2. etappe: Jente 16 år eller yngre: | ca. 250-300 meter |
| 3. etappe: Dame | ca. 900-1000 meter |
| 4. etappe: Mann: | ca. 1300-1400 meter |
| 5. etappe: Veteran +35år, | ca. 600-700 meter |

Det er satt opp nye vandrepokalar med støtte frå Sparebanken Møre. Medalje til alle på barnestafetten og elles til vinnarlaget.

22. april kl. 17.00 gjekk historias første Fjordstafett av stabelen på Omnås, og heldigvis hadde mesteparten av snøen forsvunne til den tid. Eidsdal Idrottslag stilte med eitt lag i barnestafetten og to lag for 13 år og eldre. Det var god innsats på alle laga, og vi er stolte av å kunne stille med så mange lag.

Resultatliste for 13 år og eldre

1. Norddal IL – tid 11.30
2. Valldal IL 1 – tid 11.39
3. Valldal IL 2 – tid 12.12
4. Eidsdal IL 1 – tid 12.22
5. Valldal IL 3 – tid 13.03
6. Valldal IL 4 – tid 13.47
7. Eidsdal II 2 – tid 15.06

Resultatliste for barnestafetten

1. Valldal IL 1
2. Norddal IL
3. Valldal IL 2
4. Eidsdal IL
5. Valldal IL 3

Vi gratulerer Valldal IL med sigeren i barnestafetten og Norddal IL med sigeren for 13 år og eldre!

I 2024 er det EIL som er arrangør av Fjordstafetten og då håper vi å stille fleire lag.



Velkomne til

ROMJULSSPRETTEN

Fredag 29. desember
Sosial trim – mest for moro!

For sjuande år inviterer vi til uhøgtidleg trim i romjula! I år går turneringa som eit samarbeid mellom EIL og NIL. Fyrste del av dagen vert det fotballcup for 3.-7. klasse. Deretter held vi fram med venne- og grendecup i volleyball. Dette har vore vellukka sidan oppstarten, og vi vonar at mange lag vil melde seg på i år også!

Målsetjing med turneringa

Dette skal fyrst og fremst vere ei turnering utan topping av lag, og der vi prøver å inkludere, framfor å ekskludere. Sjølv om vi alle gjer vårt beste, og mange av oss har vinnarvilje så det held, er dette meint som uhøgtidleg konkurranse, eit høve til å treffe folk i jula, og moglegheit til litt mosjon mellom etargilda. Vi ber alle deltakarar og lag legge seg på minnet at «utidig topping» er fyrste steg til dårlegare deltaking og mindre trivsel – det ønsker vi ikkje

Kl. 10.00-11.00 Fotballturnering med 3-ar lag for 3.-7. klassingar

- Mixlag. Vi spelar på 3-ar lag, men kan i tillegg ha 1-2 innbyttarar.
- Påmelding individuelt. Arrangør set opp lag. Påmelding til Merete innan kl. 20 kvelden før.
- Kampar på 5-10 minutt, alt etter talet på lag.
- Vanlege fotballreglar (innefotball)
- Premie til alle straks turneringa er slutt
- Kr. 30 i deltakaravgift pr. person

Frå kl. 12.00-18.00 Volleyballturnering med 6-ar lag for 8. klassingar og oppover

- Mixlag. Alle lag bør ha med spelarar av begge kjønn, og det skal vere jenter/damer på alle lag. Hovudpoenget er uansett at ein ikkje skal «toppe» lag. Vi oppmodar til vennelag, grendelag, familielag m.m. Gløym ikkje å inkludere yngre spelarar. Juryen kan be om justeringar i lagoppsett viss vi ser tendensar til topping.
- Startkontingent kr. 50 pr spelar. Betalast ved frammøte.



Turneringsreglement volleyball

- Eit lag kan spele med så mange innbytтарar dei sjølve vil.
- Ein spelar kan spele på max 2 lag, men dette skal då gå fram av spelaroversikta ved påmelding.
- Dersom eit lag mistar spelarar undervegs i turneringa (skade el. anna), skal det vere høve til å setje inn andre spelarar, men ikkje på ein slik måte at spelarbytta bidreg til å styrke laget merkbart i høve til «startoppstillinga». Endringar på lagoppsett skal godkjennast av arrangør (eigen jury).
- Alle kampar går max 3x15 poengers sett. Men vi set eit tak på ca. 20 min. speletid (+5 min. «slingringsmonn»), elles kan tidsskjema sprekket totalt . Det laget som ligg best an når tida er ute, vinn. NB: Notere resultatet i setta – kan bli avgjerande! = beste «målforskjell»
- Dommaren dømmer (bestemmer) – også når han dømmer feil!
- Generelt følgjer vi spelereglane i volleyball. Merk då:
 - Alle ballar gjev poeng, ikkje berre sørv.
 - Ballen kan berøre nettet på sørv
 - Det er lov å bruke alle delar av kroppen, men ballen skal slåast – ikkje førast eller kastast
 - Max tre slag på ei side før ballen må over nettet. Men berøring i «blokk» tel ikkje som eit slag.
 - Det er lov å ta att ballen frå nettet innafor laget sine tre slag
 - Vi dømmer på:
 - Sørvefeil (trakk på strek, feil ved oppkast av ball mm) (men bruk skjønn etter alder og ferdigheit!). Viktig at unge spelarar får sjansen til å lukkast!
 - Nettberøring
 - Inntreden i «spelerommet» til det andre laget (over eller under nettet)

Kåring av vinnarar

- Ved rein serie: Laget som vinn flest kampar, vinn turneringa
- Dersom fleire lag har like mange singlar i innleiande rundar, vinn den som
 - Har vunne flest sett
 - Har best «målforskjell» totalt sett.
- Ein vandrepokal vert delt ut til vinnarlaget. Denne går «evig». Det følgjer med ein diplom der namna på vinnarane frå år til år vert ført opp. Pokal og diplom skal til vanleg stå på klubbhuset på Løvoll.





Denne gjengen vann Fair play-prisen i fjor. F.v.: Unni Ytredal, Liv Hilde Vågsæter, Sine Willemijn Schreijer, Jonas Hesthaug, Kristine Birkeli og Ragnhild Hesthaug.



Laget som vart vinnarar av Romjulssprett i 2022. F.v.: Daniel Rønneberg, Jobjørn Rønneberg, Karl Oskar Indreeide, Jon Kåre Løvoll, Merete Løvoll Rønneberg og Frode Rønneberg.

Kåring av fair play-laget

- Det vert delt ut ein eigen pris til det laget som utmerkar seg som fair play-lag.
- Eigen jury bestemmer kven som får prisen. Dei kan òg velje å ikkje dele han ut.
- Fleire forhold undervegs kan bidra i juryen si vurdering, men forhold som i utgangspunktet bør telje med er
 - Lagoppsett
 - Inkludering og involvering undervegs
 - Opptreden i kampane (og utanom kampane)

Kiosksal

Vi vil ha enkelt kiosksal i hallen. Pølser med brød, brus og ev. litt anna.

Påmelding

Lag må meldast på til Merete Løvoll Rønneberg innan 28. desember kl. 20. Lagoppsett må følgje med påmeldinga. Mobil: 99 37 65 85. E-post: merete@verd-sarvfjord.no



Vi håper mange vil vere med på ein kjekk aktivitetsdag i romjula.



1996-årgangen var gjengen som stilte lag frå klassen sin i turneringa i fjor. F.v.: Victoria Indreeide, Ida Oline Rønneberg, Steinar Lunden Storås, Torskjell Rønneberg og Ådne Hanset.



MURITUNET

Aktivitetar på Muritunet

Offentleg bading:

Onsdag kl 17.45 – 20.15

Laurdag kl 15.00 – 17.30

Helsebading:

Onsdag kl 16.00 – 17.30

Laurdag kl 13.00 – 14.30



FJORDTRIM

WWW.FJORDTRIM.NO



SYLTEMOA SANDTAK AS



TLF: 70257711 E-post: post@syltemoa.no

Ferdigbetong - Sand - Singel - Pukk - Grus - Fallsand (HIC) - Massetransport



VI PÅTAR OSS NESTEN ALT AV TYPE OPPDRAG 😊



EIDSDAL BYGDESØRVIS SA

TLF. 90767958, 41574676 OG 99748838





Klare til start i Nibbeløpet mini til Flydalsjuvet.

Tilbakeblikk på Sykkel-/Volleyballgruppa

Tre tiår med løp i Geiranger

Eg fekk ei oppfordring å skrive litt om historia til Sykkel-/Volleyballgruppa og Nibberittet etter at dei vart lagt ned i år. Så eg får gjere eit forsøk.

Geiranger IL arrangerte Geirangermarsjen for første gong i 1993 og Geiranger halvmaraton for første gong i 1994, med start i Geiranger sentrum og målgang på Dalsnibba etter 21km og 1500hm. Geiranger miniton kom i 1995.

I 1999 inviterte Geiranger IL Eidsdal IL til eit møte om vidare utvikling av arrangementet. Øystein Klempe (leiar i EIL), Merete L. Rønneberg og underteikna møtte gruppa frå Geiranger IL på Union Hotell. Der vart vi einige om å prøve eit sykkelritt til Nibba.

I slutten av februar 2000, blei det nedsett ei arbeidsgruppe, bestående av Ivar Hole, Britt Ingunn Maurstad, Jan Kåre Eide, Geir Olav Øien og Øystein Klempe, som skulle arbeide med sykkelrittet. Vi måtte då ha eit samarbeid med Ålesund sykkelklubb, sidan vi ikkje var medlem i sykkelforbundet.



I juni 2000 blei det første sykkelrittet til Nibba arrangert. Det gjekk strålende og det var 47 menn og 3 kvinner som fullførte. I 2001 melde vi oss inn i sykkelforbundet, og i 2002 blei Volleyballgruppa utvida til å vere Sykkel- og Volleyballgruppa. Det hadde vore stor aktivitet i volleyballgruppa med eit godt damelag, men aktiviteten var på nedadgåande kurs. Gruppa bestod då av Geir Olav Øien (leiar), Kjellrunn Hareide, Monika M Aarset og Ragnhild Døving.

Etter dette trekte arbeidsgruppa seg ut av Nibberittet, og ansvaret vart på Sykkel-/Volleyballgruppa. Eg vart leiar i 2003 og har vore det fram til no, med unnatak av 2008 og 2009 då Merete L. Rønneberg var leiar. Ho har også vore fast i gruppa sidan 2008.

Vi har hatt mange flotte stunder med liv og røre rundt arrangementet, men det kunne også vere litt stressande. Dei første åra var det veldig mykje å halde styr på, før vi fekk organisert oss skikkeleg med ansvarsoppgåver (Else Ragni meinte ho ikkje fekk skikkeleg kontakt med meg dei 2 siste månadane før start). Det blei betre etter nokre år. 😊

Vi har prøvd å fornye oss fleire gongar, og har i tillegg til tidlegare nemnd, arrangert Nibberittet mini, Nibberennet på rulleski, Nibbedobbelen, hatt Eliteklasse for junior og senior på sykkel, arrangert Ultraløp frå Norddal til Dalsnibba og i 2009 arrangerte vi NM i motbakkeløp og uoffisielt NM i motbakkeritt.

Av Norges Cykleforbund (NCF) følte vi oss motarbeida i arbeidet for å arrangere uoffisielt NM i motbakkeritt, og dei presterte å sette opp Norgescupritt landeveg same dag som vi hadde vårt arrangement. Dei som var med i rittet var strålende fornøgd, men vi valde å ikkje arbeide vidare med NM motbakkeritt.

Dei første åra gjekk rittet på terrengsykkel, for då var det ikkje asfalt dei 4 siste km til Nibba. Då var det eit slit når det var våt og gjørmete veg, og ein kunne risikere at ein ikkje ville klare å sykle opp på ein landevegssykkel. Etter at det vart asfaltert gjekk vi over til landevegsritt.

Det kunne vere ein nydeleg tur opp til toppen, men «alle» huskar vel det året det var 0 grader på toppen med snø og sludd?! Røde Kors hadde nok arbeid med å «tine opp» frosne fingrar og kalde kroppar, og syklistane ville ned i motoren på bilane for å varme seg...

Og kva med det året det vart trafikkaos i ein sving slik at syklistane reiste forbi den kombinerte bussen/varebilen, som frakta kleda til syklistane opp til Dalsnibba?! Då var det ein stressa sjåfør som tenkte på alle som kom til å fryse på toppen.

I 2014 fullførte 887 deltakarar Fråfjordtilfjell; dette var det året med flest påmelde.



I tillegg til all god reklame som arrangementet har laga for området vårt og gode opplevingar for deltakarar og arrangørar, har idrettslaga hatt gode inntekter. Eg fann tala frå 2010 til 2022 og ser at EIL har til saman eit netto overskot på kr 756 000,- desse åra. Desse pengane har og vil kome godt med i arbeidet til EIL.

Vi har fått mange gode tilbakemeldingar på arrangementet vårt, men etter over 20 år merkar vi at engasjementet vårt har vorte mindre. Vi har òg fått fleire krav, som til dømes kurs kvart femte år for trafikkvaktene våre. Vi valde då å avslutte Geiranger Fråfjordtilfjell.

Eg vil takke alle dei 100 funksjonæranne frå Eidsdal, Norddal og Geiranger som har stilt opp kvart år som bussjåfør, på drikkestasjon, som trafikkvakt og i sekretariatet. Utan dokke hadde det ikkje vore mogeleg med eit så flott arrangement! Eg vil også takke alle dei flotte sponsorane våre, som har stilt opp år etter år.

Elles har Sykkel-/Volleyballgruppa drive med spinning, der 10 grupper på 6 personar trena fast på det meste. Syklane stod først på Kafé Sjøkanten, blei så flytta til Røde Kors-huset og vidare til Blomrobben, før dei hamna på gymsalen der dei er no.

Som tidlegare sagt, dala interessa for volleyball og vi melde oss ut av Volleyballforbundet i 2011.

Vi arrangerte sykkeltrim ved Eidsvatnet nokre år før det vart Grendastafett i staden, i samarbeid med friidrettsgruppa, noko som var populært i mange år. Vi har òg vore med på å arrangere Romjulsturnering i gymsalen dei siste åra.

Då vil eg ynskje alle ei God Jul og eit Godt Nytt År!

Jan Kåre Eide





Start Nibbedobbelen 2016.



Sekretariatet klar til innsats i 2017. F.v.: Terje Birkeland, Cathrin Hole, Geir Olav Øien og Jan Olav Hesthaug.



Klargjering til Geiranger frå fjord til fjell i 2014.



Fjordsenteret: Zumbatrening med Anna Lina Hareide frå 2010.



Frode Rønneberg under ei økt på spinning-syklane i 2014.

Måndag-fredag:

9-20

Laurdag:

9-18



EIDSDAL

Tlf.: 97 99 52 60

Godt vi har hverandre

Europas høgaste fjordutsikt frå bilveg

Kafé • Butikk

Selskapslokale

Geiranger Skywalk

DALSNIBBA 1500 METER



Følg oss på



www.dalsnibba.no • booking@dalsnibba.no



Selboskar & Relling

MASKIN AS

6210 Valldal – Tlf. 975 00 550/918 12 240





Dame- og herrefrisør Dameklær og vesker
Svitlana Maltseva
Tlf. 414 77 206
Lanas Salong
6215 Eidsdal

Storfjordnytt

Lokalavis for indre Sunnmøre | www.storfjordnytt.no

SPORT 1

Digerneset



RINGDAL





HOTEL GEIRANGER

Mat og drikke

Restaurant Skageflå tilbyr en spennende À la Carte-meny med lokale delikatesser, og Låna serverer deilig tradisjonell lunsj og middag

HAVILA HOTEL GEIRANGER, GEIRANGER 6216
Tel. 70 26 30 05 booking.geiranger@havila.no
havilahotelgeiranger.no

Nasjonalforeningen
for folkehelsen



Eidsdal
helselag

Alt i byggevarer, jernvarer, maling, hus, hytte garasje m.m.



Byggtorget

Valldal Høvleri AS



GODKJENT FOR
ANSVARRETT

DIREKTORATET FOR BYGGKVALITET

Tlf. 70 25 85 80
post@v-h.no | www.v-h.no



SYSTEMHUS

Din partner i landbruk og anlegg

Tlf. 70 25 96 50

svein@remseth-maskin.no

Valldalsvegen 69 6210 Valldal

REMSETH MASKIN AS

6210 Valldal • Tlf. 70 25 96 50 • www.remseth-maskin.no





Stolt sponsor av dobbelttak med fraspark

Det er viktig å satse på de ressursene som skal glede oss i dag og i fremtiden. Derfor sponser vi barn og unge innen lokal idrett og kultur som gir oss noe å juble for. Nå kan du søke om økonomisk støtte til ditt lag eller din organisasjon. Vi gir ut midler fire ganger i året. Les mer på tafjord.no/sponsing





Frå Dalsnibba i august. Foto: Hyke Studio.

Jonas Hesthaug på veg mot toppen

Fjelløping, er det ei greie?

“Fjelløping? Er det ei greie?” Det er ofte responsen eg får dersom eg fortel folk om kva eg trenar til. Ikkje så rart eigentleg. Eg sjølv oppdaga idretten for første gong for 8 år sidan.

Som mange av dykk veit har eg lagt ned mykje tid, innsats og energi på denne uthaldsidretten. Det hadde eg aldri trudd eg kom til å gjere for 10-12 år sidan, då eg nesten kjende nistepakka kome opp igjen etter å ha sprunge 2,5 km-løp i kroppsvøvingstimen ved Eidsdal Skule. Eg følte eg hadde gjort ein svært god innsats dersom eg la inn to løpeøkter frå Hesthaug til Gjerdeneset dei siste to vekene før denne løpstesten. Samstundes burde eg kanskje skjønt tidlegare at uthald var noko eg hadde teft for. Tilbakemelding frå trenaren under ein fotballkamp for NEG var tross alt at “eg sprang for mykje” på fotballbana. Men lat oss gå tilbake til det innleiande spørsmålet. Som ein mann på innsida av idretten kan eg absolutt svare “Ja! Å springe om kapp over fjell, sti og steinrøyser er absolutt ei greie!” I denne teksten skal eg ta dykk litt med inn i den verda, høgdepunkt frå



sesongen 2023, samt noko av det som gir meg motivasjon til å drive med dette.

Fjell- og stiløping er førebels ein liten idrett på verdsbasis, men den opplev stor vekst i breiddeidrett og profesjonalitet! For alle som konkurrerer i springing, er 15% av målgangane i eit fjell- eller stiløp. Og prosentandelen går oppover. Til dømes har antalet deltakingar i fjell- og stiløp på verdsbasis økt med 230% dei siste ti åra (Andersen, RunRepeat, 2022). No skal ikkje eg gjere dette til mykje statistikk og tal, men veksten inneber også at det er stadig fleire profesjonelle fjelløparar. Det er altså stadig fleire toppidrettsutøvarar på heiltid i denne idretten. Det er ikkje kun ein hobby. For andre, blant anna meg, må eg førebels kombinere satsinga med arbeid eller skule.

Bachelor i fysioterapi

For slik er situasjonen min no. Eg har satsa på idrett ved sidan av fulltidsstudie dei siste åra. Eg fullførte nyleg bachelor i fysioterapi og arbeider no for å bli autorisert fysioterapeut: Eit kalenderår som turnusfysioterapeut på Voss frå august 2023 til august 2024. Kvifor Voss? Jo, delvis for å ha lettare tilgang til fjell og natur enn turnusplassane lokalisert i storbyane i Noreg. Eg vonar det kan bidra til at eg kan prestere endå betre i konkurranse i åra framover. Kvar ein skal bu er eit relativt stort val. Og nokre slike større val trur eg at ein skal ta for å nå draumane og måla ein har sett seg. Samstundes trur eg at det er dei små vala i kvardagen som har mykje å seie for framgang, og det er også dei små målretta vala som har tatt meg til nivået eg er på idrettsmessig no.



Flyttelass til Voss.



Din elektriker hjemme, på hytten og på jobben.
TELEFON 41 24 24 24, post@el-24.no.



Frå uttaksløpet til VM.



Klar for VM...?

Det har vore ein lang konkurransesesong med fleire oppturar og nedturar og mange internasjonale konkurransar. Eg vel å fokusere på det nye og litt unike for året. Som nemnt så er dette ein idrett i vekst og utvikling, men det eksisterer likevel offisielle meisterskap arrangert av det internasjonale friidrettsforbundet. På VM i fjelløp er det ulike distansar: Motbakke 45km og ultra-distansen på over 80km. Dei nasjonale friidrettsforbunda sender derfor ulike representantar til dei forskjellige distansane. Noreg har i fleire år sendt representantar til Motbakke og ultra-distansen. I november 2022 sendte Noreg for første gong ein representant på 45km-distansen i VM i Thailand. Det enda med at han vart verdsmeister! Derfor bestemte friidrettsforbundet seg for å sende fleire representantar til denne distansen ved neste høve. Sidan VM i 2022 var utsett frå 2021 grunna covid-19, vart avgjerla om å utvide 45km-laget teken i siste liten før uttaket til neste VM: Innsbruck i juni 2023. Det var dermed duka for eit uttaksløp, og dette måtte skje før slutten av april. Av naturlege grunnar er det ikkje så mange norske fjelløp så tidleg på året, så det offisielle uttaksløpet vart det vesle årlege langfredags-arrangementet: Sjutoppsturen på Sandsøya på Sunnmøre. Perfekt for meg. Eg kjente løypa frå tidlegare deltakingar. Det er alltid ein fordel.

Sjølv om antal påmeldte var relativt lågt, var nivået på dei ti beste høgt. Det var ei utfordring å skulle kome på pallplass her. Men ein kan kome langt med å ha trua på seg sjølv og eigen strategi. Det var dette eg gjorde. Eg vart stadig tatt igjen i nedoverbakkane, men eg sparte bevisst på kruttet til siste motbakke før eg la inn eit støt. Heldigvis heldt luka heilt inn til mål. Då eg passerte målstreken som førstemann i eit uttaksløp til VM skjønte eg kvar dette måtte ende. Eg kunne sleppe jubelen laus: Eg var klar for VM! I tillegg til



fjorårets verdensmeister, Stian Angermund, vart dei tre første mennene på Sand-
søya teken ut til å representere Noreg på 45-km distansen på VM i 2023. Det var
utruleg stas å motta landslagsdrakta frå friidrettsforbundet. Kven skulle tru at ein
eidsdaling, som ikkje ein gong er oppvaksten i ein av dei argaste idrettsfamiliene i
bygda, skulle få moglegheita til å representere Noreg i eit VM?

45 km med over 3000 høgdemeter opp og ned

Eg var klar for legge ned innsatsen og toppe forma dei to siste månadane før VM.
Diverre skulle det ikkje gå heilt slik som planlagt. I idrett på høgt nivå er det alltid
svært kort veg frå å være i god form til at det bikkar over til skade. I vekene før og
under uttaksløpet på Sandsøya kjende eg på litt ubehag frå ein legg. Ikkje heilt uvant
for meg, men denne gongen gjekk ikkje ubehaget vekk. Det vart heller svært gradvis
verre i løpet av den neste månaden. Derfor var det ein tung beskjed å få bekrefta
belastningsskade i leggbeinet i starten av mai, berre ein måned før mitt livs første
VM! Etter samtale med manuellterapeut på Olympiatoppen, valde eg likevel å ta
ein sjanse og stille til start i VM. Dette innebar at eg knapt kunne springe siste fem
vekene før VM. Faktisk enda eg opp med å springe kortare totalt desse fem siste
vekene enn distansen eg skulle springe på VM. Korleis skulle det då gå å springe 45
km med over 3000 høgdemeter opp og ned?

Eg førebudde meg på den einaste måten
eg kunne: Justere målsetting for løpet og trene
alternativt med symjing, trappemaskin, tunge
sykkeløtter og styrketrening. Totalt sett klarte
eg å vedlikehalde ein god del av kondisen
gjennom dette. Eg prøvde også å førebu meg
mentalt med ein klar løpsstrategi og ener-
giplan. Men korleis skal ein eigentleg førebu
beina på å springe mange tusen høgdemeter
nedover utan å kunne springe? Dette skulle eg
få kjenne på.

Fellesskap og venskap

Eg justerte målsettinga frå å oppnå ei topp
20-plassering, til å unngå forverring av skade,
kome meg i mål og ha ein følelse av å ha gjort
mitt beste.

Arrangementet føregjekk i ein fanatisk flott
by: Innsbruck i Østerrike.



Over målstreken som nr. 48.





Frå internasjonalt finale i Golden Trail Series.

Det var ei stor oppleving å bu saman med og verte betre kjend med så mange dyktige fjelløparar. Fellesskap og venskap ein kan bygge gjennom idrett er verkeleg av stor verdi! Sjølv løpet gjekk greitt første halvdel, men etter løpets første lange utforbakke var beina ganske ferdig. Plutseleg var det fleire som passerte meg, blant anna den raskaste dama. Dette var eigentleg bra, for den som er i leiinga i eit løp mottar alltid ekstra støtte frå publikum. Sjølv om eg var langt bak i herrefeltet, var eg no midt i kampen mellom dei to fremste damene! Stemninga var enorm. Det var jubelbrøl, flagg og bengalsk bluss frå publikum langt oppe i dei austerriske fjellsidene. Eg absorberte all energien eg kunne og klarte på merkeleg vis å hente inn igjen den raskaste dama før siste toppen i løypa. Men dei fem siste kilometerane av løypa var ein brutal nedoverbakke på cirka 1300 høgdemeter. Nesten som at det skulle gått ein sti frå toppen av Grjøtset og rett ned til Veiberg. Då fekk eg kjenne på det låge løpsvolumet dei siste vekene før VM. Musklane i låra mine var ferdig. Finito! Dei siste kilometerane gjekk ikkje imponerande raskt. Likevel kan eg seie meg fornøgd med å ha fullført mitt livs første VM på topp 50, som landslagets yngste. Dette gav verkeleg motivasjon til å kvalifisere meg til og oppnå eit betre resultat i 2025! Dessutan oppnådde eg målet om å unngå forverring av skade før resten av sesongen.

Sentral byggjestein for meistring og suksess

Faktisk vart det eit ganske godt år resultatmessig vidare. I tillegg til å vinne eit par lokale løp, deltok eg på fleire nordiske løp i ein prestisjefyllt fjelløparcup kalla Golden Trail Series. Denne cupen hadde også ei internasjonal finale i Italia med minst like høgt nivå som VM, om ikkje endå høgare. Her enda eg som nr. 31. Så totalt sett gjekk nok forma oppover i løpet av sesongen i år også. Og endå litt betre enn fjoråret. Framgang er alltid positivt.

Eg trur faktisk at ein sentral byggjestein for meistring og suksess, er å kunne sette fokuset på framgang i seg sjølv. Då kan ein la seg motivere på vegen i staden for å sjå på det store målet langt framme som til tider kan framstå så fjernt. Samstundes kjenner eg at dei store, konkrete og motiverande måla sørger for enormt med “drive”, engasjement og stå-på-vilje i ein grå kvardag. Å våge og sette seg mål ein er i tvil om ein kan klare, er sårbart for ein kan risikere å mislykkast. Samtidig har eg erfart at det er nettopp desse måla som gir den aller største gevinsten. Å gå frå å grue seg til eit 2,5km-løp i kroppsøvingstimen til å kunne delta på VM, var ikkje gjort over natta.

Kolossarane 3,23

Med det vil eg slå eit slag for idrett, aktivitet og trening ute i det fri. Sjølv utanom konkurranse gir dette meg mykje meistring og glede. Ein grunn til dette er autonomien - kjensla av eigarskap. Det er eg som tar eit val om å gå ut døra og ta ei treningsøkt. Det er ingen andre som kan gjere det for meg. For meg så er det også ein stor verdi i å være ute i naturen, skaparverket. Å få ei påminning om at ein berre er ein liten del av noko så mykje større. Det er mektig. Samtidig får ein brukt kroppen til det den var meint til. Vi har ikkje blitt utrusta med over 600 musklar og 350 ledd utan grunn. Vi er bokstaveleg talt skapt for å bevege oss. Sjølv vår eiga hjerne lønar oss med lykkehormonet endorfin av rørsle! Til sist tenkjer eg at trening er ei lett inngangsdør til å gjere noko ordentleg og heilhjarta. Det er alltid ei god kjensle. Sjølv “ei lita treningsøkt” utførest skikkeleg om ein oppnår formålet med økta! Dessutan er heilhjarta arbeid ein god verdi uavhengig om ein trener til VM eller gjennomfører årets første skitur.

Kolossarane 3,23: “Alt arbeid skal de gjera heilhjarta, for det er Herren og ikkje menneske de tener.”

Med det vil eg takke så mykje for støtta frå Eidsdal IL og alle helsingar frå bygdefolket i år! Eg ser allereie fram til neste sesong, og er klar for å leggja inn heilhjarta arbeid vidare!

Jonas Hesthaug



Fjordbuda Geiranger

Sport og friidretts utstyr.
Joggesko og fjellsko m.m.

Bergans
OF NORWAY



NORRØNA 

Kom innom for ein god handel!

6216 Geiranger | Tlf. 92 23 08 63

Velkomen til Norsk Fjordsenter

– autorisert besøksenter for verdsarven Vestnorsk fjordlandskap



**Geirangerfjorden
verdsarv**

www.fjordsenter.com



Kva bidreg Eidsdal IL med i bygda vår? Bli medlem du òg!

- Oppkøyrde langrennsløyper og preparert skileikbakke om vinteren.
- Lysløype for fri bruk – heile året. Alle kan slå på lyset og bruke traseen, når som helst på døgnet.
- Rydding av turråser, merking og skilting.
- Gratis utlån av skøyteski til born t.o.m. 12 år.
- Organisering av fjelltrim, med turkasser og bøker.
- Organisert skileik og skitreningar.
- Idrettsskule med allsidig aktivitet og trim for born 1.-7. klasse.
- Ungdomstrim for 8.-10. kl. (ikkje i haust).
- Måndagstrim – lågterskel trimtilbod for alle frå 16 år og eldre.
- Fredagstrim – fellestrening for alle frå ungdomsskulealder til 60+ i gymsalen.
- Idrettsanlegget i Langereiten.
- Gamma i Haugane. Open for alle.
- Klubbhus med skikafé + mogleg å leige til ulike arrangement.
- Arrangerer fleire skirenn årleg.
- Skimerketaking og idrettsmerketaking.
- Arrangerer ulike friidrettsstemne for born.
- **Fellesturar i fjellet om sommaren.**
- **Romjulssprett: Fotball- og volleyballturnering.**
- **Kom-i-lag-dagar på skeiseisen, når det er forhold til det**
- **Kurs i skismøring, etter behov og ønske**
- **Vedlikehald og utvikling av idrettsanlegg.**

MEDLEMSSKAP I EIDSDAL IDROTTLAG



Medlemskontingent frå 2024:

kr. 100 pr. person, uavhengig av alder.

Kr. 500 for familie inkl. ungdom t.o.m. 19 år.

Du melder deg inn i EIL digitalt på sida www.idrettsforbundet.no/digital/innmelding-i-norsk-idrett/
Laget står oppført som Eidsdal Idrottslag.

Dersom du synest dette er vanskeleg, håper vi du vil kontakte Robert Bergerud. Han er kasserar i EIL og fører medlemsregisteret. Send ein e-post til robert@sherpaekonomi.no eller ring 918 30 916. Eller spør om hjelp av nokon med digital kompetanse, som du stolar på.

Ansvarlege for årets IL-post

Redaktør: Brit Flemmen Kleiva | Annonser: Mari-Linn Hole Bergerud

Grafisk oppsett: Storfjordnytt / Alfred Nilsen | Trykk: Unistrykk AS

Lokal bank.
ENGASJERT BANK.
Sparebanken Møre.

