

Årsberetning 2023 fra Rustad IL Paraidrett

Styret:

Styret har i perioden bestått av:

Leder:	Vidar Larsen
Kasserer:	Hege Benedicte Gard Haugen
Styremedlem:	Christian Reitan Hatlehol

Styrets arbeid

Styremøter

Det avholdes møter når det er saker som må behandles.

Spesielle oppgaver

- *Gruppens drift og aktiviteter*
- *Utstyr på Rustad skole*
- *Rekruttering av nye medlemmer*
- *Fastsettelse av kontingent*
- *Utvidelse av treningstilbudet*

Representasjon:

Vidar Larsen sitter i arbeidsutvalget og hovedstyret i Rustad IL.

Aktivitet

Rustad IL, Paraidrett er et treningstilbud til barn med psykiske og fysiske utfordringer. Det er per dato kun medlemmer med psykiske utfordringer. Hovedsakelig barn og ungdommer fra nærområdet og bydelen, men også fra andre deler av Oslo og Akershus har vært, eller er medlemmer.

Trening inne i gymsal hvor vi veksler på trening på "gymsalapparater", div. ballspill som innebandy, håndball etc. Oppvarming som oftest i form av lek som f.eks: alle mine duer, stiv heks, ta halen, egen versjon av dødball osv.

I tillegg til leder som også er trener, er ytterligere 2 trenere engasjerte: Fredrik Gard Haugen og Henriette Gard Haugen. Dette er nødvendig, da enkelte av barna trenger nærmest 1:1 oppfølging.

Hvert år deltar Rustad IL Paraidrett med utøvere på ViVil-lekene i månedsskiftet mai/juni på Nadderud stadion, samt svømming som foregår i svømmehallen på Nadderud.

Løvelekene i starten av juni på Lambertseter stadion stiller vi med nærmest fulltallig stall.

Idrettslige resultater

Rustad IL Paraidrett deltar ikke på idrettslige arrangementer hvor resultater er hovedmålet.

Økonomi

Gruppens økonomi er god, med god økonomistyring. Se regnskap.

Medlemstall

Antall registrerte medlemmer 31. desember i 2023 var 10.

Dette er 1 medlem mindre enn foregående år.

	0-5 år	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt
Kvinner		1	2			3
Menn		1	5	1		7
Totalt		2	7	1		10

Medlemsutvikling siste 6 år:

	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Kvinner	4	3	3	3	3	3
Menn	10	9	9	9	8	7
Totalt	14	12	12	12	11	10

Oppsummering 2023

Rustad IL Paraidrett har en relativt stabil medlemsmasse, også inn i starten av 2023.

Treningsgruppen har 1 time trening i uken på mandager, «allsport» med diverse aktiviteter..

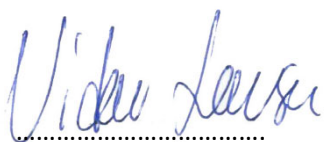
1 time «allsport» med diverse aktiviteter.

Treningen vi gjennomfører passer godt sammen med andre aktiviteter familiene til våre medlemmer deltar på.

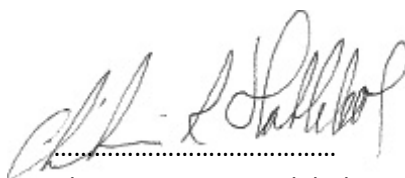
Vi vil opprettholde samme aktivitetsnivå i 2023, men med mer utetrening når været tillater.

Parallelt har langrenn fått til en stabil treningsgruppe på onsdager hvor noen av medlemmene er med på begge treningsgruppene.

Under Løvelekene 2023 klatret Rustad IL Paraidrett til topps på 4 x 100 meter stafett.



Vidar Larsen
Leder



Christian Reitan Hatlehol
Styremedlem



Hege Benedicte Gard Haugen
Kasserer