

Årsberetning 2024

Den 4. mars 2024 ble det gjennomført årsmøte i klubben. Forslag til nytt styre ble lagt frem, og følgende ble valgt inn:

Styrets sammensetting

- Leder: Stina Storvand
- Linn Eidem Myrstad (nestleder)
- Hans Robert Feldt (kasserer)
- Inga Mölder (sekretær)
- Elias Vetvik Kvalvåg (styremedlem)
- Noah Havnes de Jong (ungdomsrepresentant)
- Tina Opsahl Thorstensen (varamedlem)

Valgkomité

- Leder: Jørgen Bakken
- Medlemmer: Tiril Brovold
- Varamedlem: Iver Schjetne

Kontrollutvalg

- May Therese Rishaug (leder)
- Marita Sande (medlem)
- Jan Erik Syversen (vara)

Styrets arbeid

Det ble avholdt 5 styremøter i 2024, og et i 2025:

- Torsdag den 11. januar
- Mandag den 8. april
- Torsdag den 6. juni
- Lørdag den 14. september
- Torsdag den 7. november
- Torsdag den 30. januar i 2025

I tillegg ble det gjennomført 2 trenermøter i 2024.

I hovedsak har vi jobbet med disse punktene gjennom året:

Jobbet med Klubbhåndbok for å sikre at rutiner er samlet og tydelige.

Laget planer og gjennomført flere av punktene for å rekruttere av nye utøvere

Lagt planer og gjennomført flere av punktene for hvordan vi skal beholde eksisterende utøvere

Jobbet med planlegging og gjennomføring av vårt første Nordvest Mesterskap

Ryddet og reorganisert lager

Innkjøp av utstyr

Klubben har investert i nytt utstyr, blant annet treningsmatter og Powerkube.

Sosiale medier

Klubben er synlig på Facebook og Instagram gjennom året, med jevnlige oppdateringer. Dette er en fin måte å profilere klubben på, synliggjøre sponsorene våre og vise frem aktiviteten vår.

Aktiviteter i klubben gjennom 2024

Treningene ble holdt i Brynhallen. Klubben har i 2024 hatt 91 medlemmer, målet er å ha ca. 100 medlemmer gjennom året.

I tillegg har klubben hatt et prøveprosjekt med trening for barn på Eide gjennom høsten, men fra årsskiftet er alle parti samlet i Brynhallen.

Vi har avholdt foreldremøte.

Vi har følgende parti

- Barn 6-12 år – hvitt belte
- Barn - fargebelte
- Junior og voksne - Hvitt og gult belte
- Junior og Voksne - Fargebelter og Svartbelter

Instruktører 2024

Klubben har mange flinke og engasjerte instruktører, og hovedinstruktørene i 2024 har vært Elias Vetvik Kvalvåg, Stina Storvand, Lars Kjetil Myrstad og Iver Schjetne.

Vi har også flere dyktige hjelpeinstruktører – Ada, Tiril, Noah, Linn og Hans Robert. I tillegg har vi hatt Vivian Sundsbø som para trener.

Vi er helt avhengig av instruktørene våre for å kunne drive klubben, så stor takk til alle!

Kurs

Elias Vetvik Kvalvåg, Linn Eidem Myrstad og Stina Storvand har alle vært på dommerkurs både teoretisk og med praktisk gjennomføring på mesterskap i etterkant. Ellers har de høyest graderte utøverne våre vært igjennom diverse instruktørkurs, som de må delta på for å kunne gradere seg videre oppover. Noen er lokale, noen på Sunnmøre og noen i Trondheim. Det er viktig at instruktørkursene ikke blir utsatt, men at man deltar når kurs holdes i nærheten. Kursene trenger ikke å bli tatt i rekkefølge.

Klubbmesterskap

Årets første klubbmesterskap for de minste ble arrangert den 1. februar. Barna konkurrerte i kadettsparring (de som hadde utstyr), high kick og flyvende sidespark. Fantastisk innsats og imponerende prestasjoner!! Vi gratulerer alle sammen!! Tusen takk til alle dommere, trenere og hjelpere som bidro til en kjempeflott kveld!



Alle barna fikk hver sitt diplom, buff fra vår hovedsponsor Romsdalsbanken og gullmedalje i sjokolade.

Klubben arrangerte klubbmesterskap for junior, seniorer og veteraner den 23. og 25. april. Mesterskapet ble gjennomført på nye flotte matter, med spreke utøvere, nyklekkede dommere og medaljer av edelt metall.



Klubbsamling



Det ble arrangert treningssamling for blått, rødt og svart med 5.Dan og verdensmester Tina Katrin Holten den 26. mars.

Kjempegøy med mønsterpirking, kjappe bein og høy puls, god stemning og mental input!

I tillegg ble det arrangert egen svartbelte trening i jula med Tina Katrin Holten som instruktør,.

Graderinger 2024

Det ble gjennomført tre ordinære graderinger i 2024 - 21. april, 13. juni og 12. desember.

Alle graderinger ble gjennomført som planlagt, med John Sverre Vik, Marius Flemmen og Torgeir Haukebø som sensorer.

Påskegradering den 21. mars



Sommergradering den 13. juni



Julegradering den 12. desember



Svartbeltegraderinger

For svartbeltene har det vært to graderinger i Molde. 29. mai deltok fem av Hustadvika sine utøvere på svartbeltegraderingen i Molde. Størst av alt var at vi fikk et nytt svartbelte i klubben vår, Jan Erik som gikk opp til svart belte 1.Dan. Oliver, Linn og Stina graderte seg til 1.Dan-3.

11. desember gikk Linn og Stina opp til 2.Dan! Iver Schjetne gikk opp til 2.Dan-1 og Elias opp til 1.Dan-3.



Konkurranse, samlinger og sommerleir i Surnadal

Midtnorsk-mesterskap 1 i Trondheim



Den 4. februar var det Midtnorsk-mesterskap i Trondheim, og Noah, Oliver og Elias konkurrerte i både mønster og sparring i sine klasser. Alle gjorde en kjempeinnsats, og Noah fikk med seg GULL i mønster!! Elias tok tredje plass i sparring, og Oliver en fjerdeplass i sin klasse! Maiken konkurrerte i mønster og fikk en pen delt 9.plass. Gratulerer så masse!!

Stina var med som coach og lagleder.

Nordvest-mesterskap i Haram

Søndag den 17. mars reiste flere utøvere fra Hustadvika til Haram, deriblant to barn som deltok som kadetter og konkurrerte i både mønster og sparring. Det var fantastisk innsats av alle sammen, og vi er meget stolte av prestasjonene de leverte!



Vi trekker frem de ferske fylkesmesterne:

GULL til Sivert i sparring
GULL til Hans Robert i sparring
GULL til Stina i mønster

Midtnorsk-mesterskap 2 i Trondheim

Den 14. april var det mesterskap i Trondheim, med 177 deltakere i klassene junior, senior og veteran. Vi reiste oppover med 4 utøvere, 2 coacher og 2 rykende ferske dommere, og hadde en kjempeflott helg!! Alle gjorde en kjempeinnsats, og vi er superstolte av hver og en av dere!! Vi

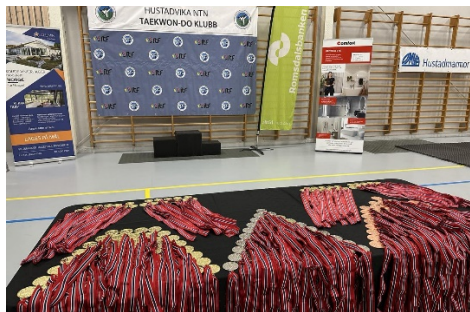
trekker frem Sivert som fikk med seg sølvet hjem i sparring, utrolig bra!! Gratulerer til alle sammen!

Nordvest-mesterskap i Hustadvika

Hustadvika Taekwon-Do klubb arrangerte fylkesmesterskap i Brynhallen 22. september!! Det ble en stor feiring, både sportslig og resultatmessig, og der klubben fikk vist fram den flotte hallen vår.

Det ble konkurrert i kadetter, junior, senior og veteran, samt para-klasse for første gang! Hustadvika Taekwon-Do klubb er utrolig stolt av å ha arrangert Norges første konkurranser for parautøvere i ITF Taekwon-Do.

Omtrent 25 stk fra klubben vår deltok på mattene og konkurrere denne dagen! Totalt kom ca 150 utøvere fra hele fylket + noen fra Trøndelag.



Fantastisk gode resultater i tillegg til suveren innsats fra alle utøverne i klubben vår som deltok!

Vi trekker ekstra frem medaljevinnerne våre:

- Lars gull i knusing! 🏆
- Stina gull i mønster! 🏆
- Iver sølv i mønster! 🥈
- Mikke sølv i mønster! 🥈
- Mikke bronse i firevending! 🥉
- Elias bronse i mønster og i sparring! 🥉 🥉
- Hans Robert bronse i sparring! 🥉
- Og alle kadettene (barna) fikk medaljer for suveren innsats

Midtnorsk-mesterskap 3 i Trondheim

Den 20. oktober deltok utøvere fra Hustadvika på Midtnorsk-mesterskapet, og Noah kom hjem med en imponerende sølvmedalje i mønster!

NM/LM i Trondheim

Hustadvika deltok med 9 utøvere og en coach i Trondheim. Alle bodde på utøverhotellet på Lerkendal sammen med alle de andre deltagerne. Det ble gjennomført konkurranser hele lørdag og søndag. Over 500 deltagere fra 70 klubber deltok, og utøverne fra Hustadvika konkurrerte i sparring, mønster, knusing, lagsparring og lagmønster.

Dette var skikkelig gøy, og så vidt vi kjenner til ny rekord i antall utøvere fra Hustadvika. Dette var en fantastisk bra helg, og vi gleder oss veldig masse til neste år! Vi fikk kjenne sommerfugler og stolthet når nasjonalsangen ble fremført, nerver når vi skulle ut på mattene, samhold innad i klubben – og i regionen og ellers.

Coachene i vår region fikk i anledning NM/LM utdelt jakker med Nordvest samt etternavnet på ryggen. Dette gjorde at vi på søndag når det skulle gås lagmønster og lagsparring, var region Nordvest veldig synlige, kjempekjekt!

Alle gjorde seg et lass med erfaringer rikere, og bidro til god stemning og en god opplevelse både for våre egne og de rundt oss.

Vi trekker frem medaljevinnerne våre:

Lars tok NM sølv i knusing

Stina tok NM sølv i mønster

Oliver tok NM bronse i lagsparring sammen med regionslaget

Ludvik tok LM bronse i sparring

Noah tok LM bronse i mønster

Helt utrolige resultater, og skyhøyt over våre forventninger på forhånd. Dette ga mersmak!

I tillegg var det superkjekt at hele fire sett med foreldre kom og heiet på våre utøvere under mesterskapet, det setter vi stooooor pris på! <3



Idrettens dag på Eide

Lørdag den 18. januar fikk Hustadvika Taekwon-Do Klubb vist seg fram på Idrettens dag i Eidehallen. Vi jobber hele tiden med å rekruttere nye medlemmer, og da er det viktig å vise seg frem på slike arrangement.

Ulike seminar og samlinger

Team Nordvest har hatt flere regionsamlinger gjennom året, fordelt mellom Molde og Ålesund. Der har de utøverne som ønsker det, fått ekstra treningsmuligheter – spesielt frem mot mesterskap.

Sparringsseminar

Ble arrangert i Trondheim den 15. oktober, med Master Ryan og Master Byrne de irske landslagstrenerne. Kjempebra helg, og Elias og Stina var med!

Sommerleir i Surnadal



Sommerleir i Surnadal er årets høydepunkt for mange av våre utøvere, der hundrevis av utøvere fra mange klubber samles for trening med kjempeflinke instruktører, gøy og moro!

På sommerleir for ungdommer hadde Hustadvika tre veldig fornøyde jenter som alle bestod graderingen på Sommerleirens siste dag. Gratulerer så masse!

Noah og Jan Marius var de eneste deltakerne fra oss i 2024 på Sommerleir fra voksne i Surnadal, men strålende fornøyd med masse ny kunnskap, såre muskler - og Noah fikk gå opp til gradering og klarte ny grad!! Gratulerer!

Juleavslutning for klubbens medlemmer

Den 30. november reiste ungdommene til Ålesund på trampolineparken som juleavslutningen, noe som de synes var veldig gøy!

De voksne i klubben hadde juleavslutning på Escape Room, med påfølgende middag på Egon.

Barna hadde juleavslutning på siste treningen før jul, og vi fikk bruke hoppegroper i Brynhallen til stor glede blant barna. Nissen var gavmild denne julen også, og hadde sendt pakker til barna. Stor var entusiasmen når Stina hamlet opp med tyvene som kom for å stjele julegavene til barna!

Julegave til naboklubben vår Molde



Våre sortbelter er alltid hjertelig velkomne til Molde og trene, og dette setter vi umåtelig stor pris på.

Denne julen ga vi de nye targets som en takk for tips, råd, motivasjon og læring som vi tar med oss fra treningene hos dem, samt en pakke med teoribøker med masterne Suska og Lukaz.

Sponsorer

Klubbens hovedsponsor er Romsdalsbanken. I tillegg har vi Comfort Brovold, Alumin Vinterhager og Omya Hustad Marmor som sponsorer.

Takk også til foreldrene som har bakt og bidratt til graderinger, samlinger og konkurranser!! Vi setter stooooor pris på all hjelpen vi får!

Styret

Hustadvika Taekwon-Do klubb

Bildene i årsberetningen er tatt av Linn Eidem Myrstad, Stina Storvand, Molde TKD