

STYREMØTE NR. 5-2025, NTNUI Langrenn

Agenda og referat

Møtetidspunkt: Onsdag 2. juli, 18.00-20.00

Sted: Google meet

Møteleder: Julie Meinicke

Referent: Ragnhild Marie Bondahl Sjøberg

Innkalt: Lauritz Sogn-Larssen Per Finstad Brage Bjørnstad Thea Land

Ragnhild Marie Bondahl Sjøberg Mie Christine Stangeland Sørensen Daniel Azagra Næss

Tobias Horelt

Ikke møtt:

Saksliste:

Sak 1/2025: Godkjenne innkalling og saksliste

Sak 2/2025: Innsjekk

Sak 29/2025: Evaluering av vårsemesteret

Sak 30/2025: Forventningsavklaring høst

Sak 31/2025: Rekrutteringsstrategi

Sak 14/2025: Sportslig fremover

Sak 32/2025: Bli kjent-trening - status

Sak 15/2025: Sosialt fremover

Sak 11/2025: Generelt

Sak 12/2025: Innkomne saker

Sak 01/2025	Godkjenne Innkalling og saksliste	1 min
Type sak	Vedtakssak	
Saksfremlegger	Julie Meinicke	
Saksinfo	Innkalling med saksliste er sendt ut til gruppas medlemmer på Slack. Forslag til vedtak: Innkalling og saksliste til styremøte 5 godkjennes.	
Referat	Styret godkjenner innkalling og saksliste til styremøte 5	
Konklusjon	Ingen kake :(	
Vedtak	Innkalling og saksliste til styremøte 5 godkjennes	

Sak 02/2025	Kake og sladder	10 min
Type sak	Fjas	
Saksfremlegger	Alle	
Saksinfo	Innsjekk og sladder	
Referat	Sak 02 referatføres ikke	

Sak 29/2025	Evaluering av vårsemesteret	15 min
Type sak	Diskusjonssak	
Saksfremlegger	Julie Meinicke Mie Christine Stangeland Sørensen	
Saksinfo	- Oppmøtetidspunkt for søndagsøktene - Oppmøtested på løpeøktene - Skitreninger på vinteren - Tempo på langrenn/rulleskiøktene - Tempo på løpeøktene - Rulleski/løping på søndager - Antall hardøkter - Annet	
Referat	- 33 svarte på skjema.	

	- Overvekt av folk som vil ha øktstart 09.30. - Overvekt av oppmøtested på Hovedbygget. - Mulig med hovedbygget som hovedmøtested, men alternativer som feks Ila på gitte økter. - De fleste ønsker Fjellsæter som økt-sted. - Mulig å koordinere med buss opp til Fjellsæter, når det er problematisk med å få nok biler. - Tendens til at flere sier at tempo er for høyt på øktene. - Dele opp i ulike tropper (fortropp og baktropp). - Muligheter for å ha en som stopper feltet i de første ti minuttene, slik at alle kan finne noen å løpe med, også kan vi splitte opp i ulike tropper. - Fortsette med å legge inn ruten på påmeldingen. - De fleste ønsker annenhver gang med rulleski og løp. - Fint å ta insj til økter i "treningsnakk" og vise at dette er mulig. - Flertallet sier 2 hardøkter la uka. - Mulig med to hardøkter på starten av høsten for å få med folk, også øke til tre senere på høsten. - Det har vært best oppmøte på hardøkter gjennom våren.
Konklusjon	- God respons på skjema. - Det er tatt hensyn til flertallets mening når planen for høsten er lagt.

Sak 30/2025	Forventningsavklaring høst	15 min
Type sak	Diskusjonssak	
Saksfremlegger	Julie Meinicke	
Saksinfo	Forventningsavklaring fra styremøte 1 - Hva har fungert bra til nå? - Hva kan vi gjøre annerledes? - Oppstart for nytt styremedlem Hvilke tanker har vi om den kommende høsten? - For langrennsgruppa - Sosialt - Samlinger - Økter (inndeling, baktropp, osv). - For styret - For rekruttering av nye medlemmer	
Referat	-Forventningsavklaring fra styremøte 1: - Styremedlemmene har respondert bra på meldinger som har blitt sendt ut.	

	- Styret har fått kritikk for å ha sammenkomster i forkant av sosiale arrangementer. Det er viktig at styret er en sosial gruppe som trives sammen, og så lenge dette ikke er sammenkomster som kræsjer med sosiale arrangementer til hovedgruppen må dette være ok. - Viktig at vi i styret snakker med nye medlemmer, slik at de kommer på flere enn en økt. -Tanker om kommende høst: - Muligheter for nærsamling med overnatting på Studenterhytta. - Kan man ha litt mer sosialt opplegg rundt hver trening? F.eks. lunsj, servere saft... - Muligheter for å møte opp på "felles"lunsj på studenterhytta. - Saft etter noen økter. Det må da være økter der det er mulighet for bil i nærheten av øktslutt. Sos.kom og styret kan bytte på å ha ansvaret for å blande. - Viktig å prøve å få opp medlemstallet siden vi har mistet mange medlemmer.
Konklusjon	- Vi har en god plan for høsten.

Sak 31/2025	Rekrutteringsstrategi	10 min
Type sak	Diskusjonssak	
Saksfremlegger	Julie Meinicke	
Saksinfo	Hva er viktig for å være en attraktiv gruppe? Hvordan kan vi som styre gjøre at folk har lyst til å være med i gruppa? Strategi for rekruttering til dugnad Fokusområder i oppstarten - Sosiale medier - Jente-/guttetrening - AktivUka i uke 36 og Fadderuke kick-off 12. august - Tilgjengelige økter for flere	
Referat	- Legge ut informasjon om økter og arrangementer på flere plattformer. - Instagram, slack og nettsiden. - Si til folk på trening at de må være med på slack. - Holde instagram så oppdatert som mulig. Prøve å legge ut på ig i forkant av hver økt. - Lage reels for at folk skal se hva vi holder på med. - Fremme dugnad som noe gøy og sosialt, for å få med folk på dugnad. - Mat og saft vil fremme dugnadsånden.	

	- Jente-/guttetrening gir godt oppmøte. Første i september. - Jentetrening - blekksprutintervall for å få det til noe sosialt. - Steinbæring gir guttastemning, viktig å ha dette tidlig i semesteret. - Mulig å ha jente-/guttetrening en gang i mnd? - Dette gjør at de som ikke tørr å møte opp på fellestreninger møter opp på økter. - Fadderuke kick-off 12. august 14-17. Viktig at styret møter opp for å fremme gruppa.
Konklusjon	- Planen er lagt for å få rekruttere mange nye medlemmer.

Sak 14/2025	Sportslig fremover	10 min
Type sak	Informasjons- og diskusjonssak	
Saksfremlegger	Mie Christine Stangeland Sørensen	
Saksinfo	- starte treninger fra 21.08? - to eller tre intervaller i uken? annen hver? - når starte med vassfjellhufs, med en gang? - Hva på rulleski, hva på løping? - Hva sa Google formes om oppmøtes etc? - onsdagsstyrke	
Referat	- Vi starter med treninger uke 34 (tirsdag 19.08). - Ha noen rolige økter denne uken for å få med de som har fadderuke. - Starte med to hardøkter, og øke til tre hardøkter utover høsten. Saken er diskutert over (sak 29). - Vi starter med Vassfjellhufs 6. september (lørdag). - Mulighet for å bli med svenske venner på deres samling i Trondheim. - Vi starter med onsdagsstyrke, annenhver gang o-gruppa og langrenn. - Fast plan med rulleski og løp eller annenhver gang? - Mie sender planen til styret, slik at vi andre kan godkjenne før den sendes ut til medlemmene. - 3000m lørdag 27. september.	

Sak 32/2025	Bli kjent-trening status	5 min
Type sak	Informasjons- og diskusjonssak	
Saksfremlegger	Julie Meinicke Mie Christine Stangeland Sørensen	

Saksinfo	Vi får bruke SalMar sitt lokale på Piren Mandag 25. august Middag med presentasjoner av gruppa Sportslig del: - trenger ikke buss? sparer - hvem fikser: styrepresentasjon, prosjektor, mikrofon etc. Lager vippsplakat, infomail søndag kveld, henter utstyr - tidsplan? hvor skifte, dusje? - tre stasjoner: ulike typer stafetter, nappe hale, evt kortstafett i stedet for myrfotball som har vært før? - Kanskje ha på øya? stafetter på friidrettsbane, nappe hale på grusbanen, kortstafett annet sted?
Referat	- Bli-kjent-trening mandag 25. august. Middag med presentasjon hos SalMar på Piren. - ulike stasjoner på vei ned til piren. - Muligheter for å ha ulike poster i festningsparken. Dette gjør det lett å rullere, så kan vi løpe ned til Piren sammen. Bagasjen blir kjørt hit, så kan man skifte på piren før man går inn til presentasjon og mat. - Sette opp en isj tidsplan: Oppmøte 17.45 utenfor hovedbygget. Starter økt 18.00, dette gir oss bedre tid til informasjon og legge bagasje i bilen. Presentasjon og mat ca 19.15-19.30. - Lage presentasjon - Julie - Mie lager tidsplan, treningsplan og ansvarsliste.

Sak 15/2025	Sosialt fremover	10 min
Type sak	Informasjons- og diskusjonssak	
Saksfremlegger	Brage Bjørnstad	
Saksinfo	Bli kjent festen: -sukkehuset opptatt -positive signaler fra Dollarhuset. Bli kjent trening + de første treningene: Tilby saft etter økt på enkelte økter i starten Bør få til sosialt og lag på NM Steinkjer i år	

Referat	- Dollarhuset er mest sannsynlig i boks til Bli-kjent-festen. Brage sender melding i starten av august for å være helt sikker. - Sos.kom. fikser før festen, styret vasker etterpå. - Tilby saft etter treninger. - Mulighet for å få til boksing som guttetrening? - Undersøke leie av lokale. - Få til noe sosialt/tur rundt NM Steinkjer, det er jo så nærme!
---------	---

Sak 11/2025	Generelt	10 min
Type sak	Informasjons- og diskusjonssak	
Saksfremlegger Saksinfo	Lauritz Sogn-Larssen - Sponsor - Klesleverandør Dugnad på Trondheim Triatlon 24. august Pxathlon - Skio x NTNUI Langrenn	
Referat	- SalMar er positive til NTNUI langrenn som gruppe, og ønsker å fortsette å sponse oss med samme beløp som tidligere. - Skal ha evalueringsmøte med Noname. - Trondheim Triatlon trenger 2-3 vakter 24. august. - Julie sender ut meldingen i hovedgruppa, og man får ett dugnadspoeng for å delta. - Skio x NTNUI Langrenn - høre hvilken dato de tenker. - Mulighet for å ha dette som den offisielle treningen den dagen.	

Sak 12/2025	Innkommne saker	1 min
Type sak	Informasjons- og diskusjonssak	
Saksfremlegger	Julie Meinicke	
Saksinfo	Gjennomgang av forslagskassa.	
Referat	Ingen innkommende saker	

Neste styremøte: 1. september 2025, kl. 18.