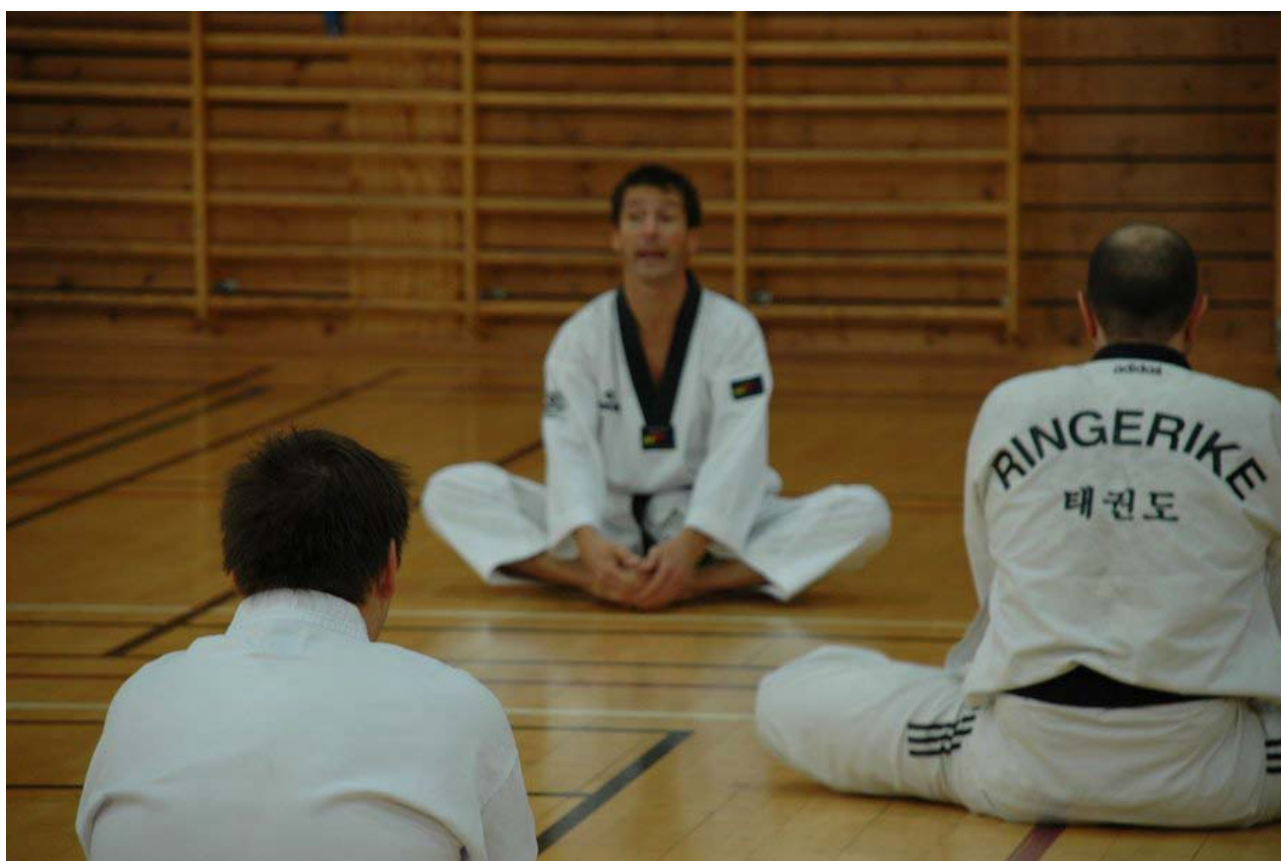


Årsmelding 2008

Ringerike Taekwondo klubb



Innhold

Styret har denne perioden bestått av	3
Nytt styre ble valgt på ekstraordinært årsmøte den 28.10.2008.....	3
Styrets oppsummering av året.....	3
Instruktørene har vært	3
Økonomi.....	3
Medlemmer	3
Dojang.....	4
www.ringeriketkd.com	4
Status på hjemmesiden per 31.12.2009.....	4
Oversikt over skrevete artikler.	4
Server statistics.	4
Utdrag statistikk www.ringeriketkd.com siste år.	5
Graderinger	9
Klubb gradering 15. Juni 2008.....	9
Juleavslutning samt gradering for barn 20.- 21. desember 2008	9
Gradering på vinterleiren 14. desember 2008	9
Sosiale aktiviteter.....	9
Juleavslutning for barn og ungdom og gradering	9
Yudanja og Kodanja samling i Hamar	10
Yudanja og Kodanja samling i Danmark.	10
TTU Sommer og vinterleir.....	10
TTU sommerleir på Brandbu	10
TTU vinterleir på Langhus.....	10
Gjeste Instruktører i klubben.....	11
Grandmaster Cho Woon Sup.....	11
Master Thomas Jensen	11
Treningshelg med Nuno Damaso.....	11
Kurs og utdanning.....	11
Styret i Ringerike TKD takker for 2008.	11

Styret har denne perioden bestått av

Leder Geir Karlsen

Nestleder: Per Ivar Pedersen

Styremedlem Fritjov Nerby.

Varamedlem: Anny Aasvang.

Nytt styre ble valgt på ekstraordinært årsmøte den 28.10.2008.

Og fra den dato og ut året besto styret av:

Leder: Geir Karlsen

Nestleder: Axel Ranvik

Styremedlem: Anders S. Helmen

Varamedlem: Camilla Cho

Styrets oppsummering av året.

Første del av året var det lite aktivitet i styret. Etter ekstraordinært årsmøte så har det vært holdt jevnlig styremøte og fokus har vært på å fordele de faste oppgavene. Alle i styret har fått noen faste oppgaver. Dette kommer styret til å fortsette med slik at alle har noen små faste oppgaver.

Mye tid har også blitt brukt til å forberede overgang til nytt medlems system. Dette er en oppgave som vi håper å ha ferdig før neste styre overtar. Økonomisk har det vært et tungt år da vi har hatt et lavere medlemstall enn de siste årene. Men styret ser positivt på fremtiden og håper at neste år skal være vendepunktet etter to litt tunge år på rad økonomisk sett.

Instruktørene har vært

Instruktører Ungdom og voksne: Geir Karlsen, Roger A. Lippert, Per Ivar Pedersen, Nils-Erik Jørgensen og Kim Røed Pedersen.

Instruktører Barn 1 og 2: Anders S. Helmen, Camilla Cho, Anny Aasvang, og Daniel Jørgensen Fecadu.

Økonomi

Klubben har hatt et dårlig år rent økonomisk sett, men vi har hatt en kraftig bedring fra foregående år. Vi har styrt utgiftene i henhold til budsjett. Men våre utgifter slik som husleie m. v har også i år økt, og vi har hatt lavere medlemstall enn på noen år. Avtroppende styre kommer derfor til å foreslå en økning i kontingentene for kommende år. Årets resultat ble kr – 24428. Det er trist å gå med underskudd, men årets resultat er kr 28138 bedre enn for foregående år. Avtroppende styre legger opp til en svak kontingent økning som et resultat av dette. Dette på grunn av at vi forventer økte husleie og vi synes klubbens medlemskontingent er på et noe lavt nivå. Foregående år bar også preg av en lengre periode med lavt medlemstall som også gir sitt utslag på årets resultat.

Medlemmer

Per 31.12.2008 hadde klubben 88 medlemmer. Dette er som tidligere nevnt lavere enn på noen år og noe som styret håper vil bedre seg i løpet av kommende år.

Dojang

Klubben trener i Ringerikshallen i 2.etg. Dette er rimelig økonomisk sett i forhold til andre alternativer som vi kjenner til. Vi ønsker oss et noe større trenings rom på sikt, men ikke prioritert arbeid med dette i denne perioden. Det jobbes i Ringerike idretts råd med å bygge ny idrettshall i distriktet. Også vår klubb kan få treningstid her. Slik at dette kan medføre nye treningsmuligheter for vår klubb.

www.ringeriketkd.com

6 forfattere på siden nå. Geir, Kim, Anders, Axel, Camilla og Nils- Erik.

Camilla og Axel ble lagt til som forfattere mot slutten av året og ikke enda fått opplæring i hvordan legge ut artikler på hjemmesiden.

Status på hjemmesiden per 31.12.2009.

Oversikt over skrevete artikler.

Geir Karlsen	83
Anders S Helmen	6
Kim R Pedersen	4

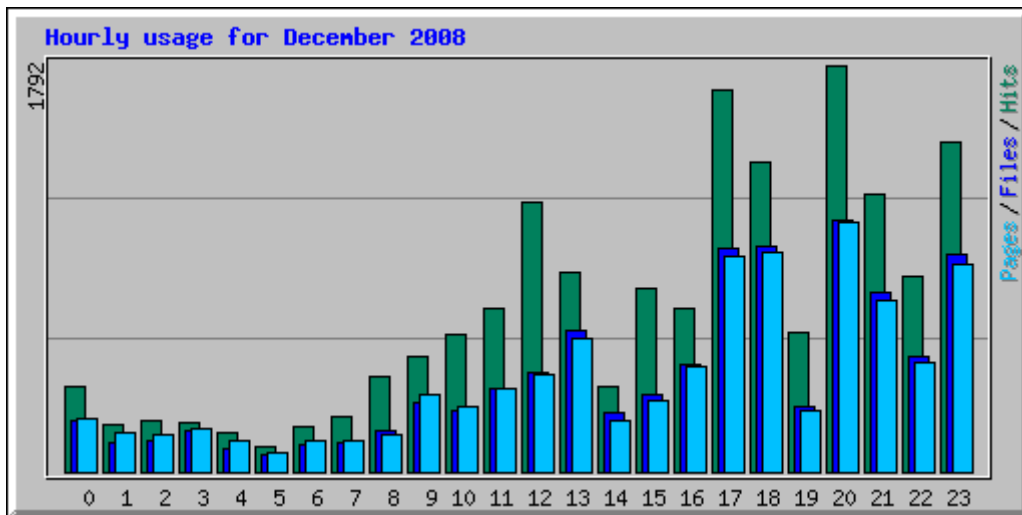
Server statistics.

Plass brukt (MB)	559,34
Artikler	93
Sider	44
Filer	1176
Listninger Vist	28567
Artikler vist	37419
Totalt sider vist	65986

Utdrag statistikk www.ringeriketkd.com siste år.

Summary by Month										
Month	Daily Avg				Monthly Totals					
	Hits	Files	Pages	Visits	Sites	KBytes	Visits	Pages	Files	Hits
Jan 2009	405	294	302	44	226	19987	1151	7867	7668	10550
Dec 2008	547	322	318	47	419	22687	1484	9869	9988	16971
Nov 2008	504	237	239	44	410	28963	1338	7175	7130	15149
Oct 2008	299	226	224	48	441	17798	1494	6952	7028	9281
Sep 2008	405	301	294	50	305	25679	1527	8828	9049	12176
Aug 2008	397	329	307	40	301	49527	1253	9522	10207	12333
Jul 2008	369	289	257	45	250	55705	1417	7969	8967	11440
Jun 2008	273	209	207	47	375	17400	1411	6234	6273	8209
May 2008	233	169	156	55	677	25455	1710	4862	5265	7226
Apr 2008	337	240	223	56	819	37954	1697	6707	7216	10118
Mar 2008	338	247	245	68	1085	47125	2128	7597	7663	10503
Feb 2008	357	255	244	94	901	67396	2750	7100	7401	10364
Totals						415676	19360	90682	93855	134320

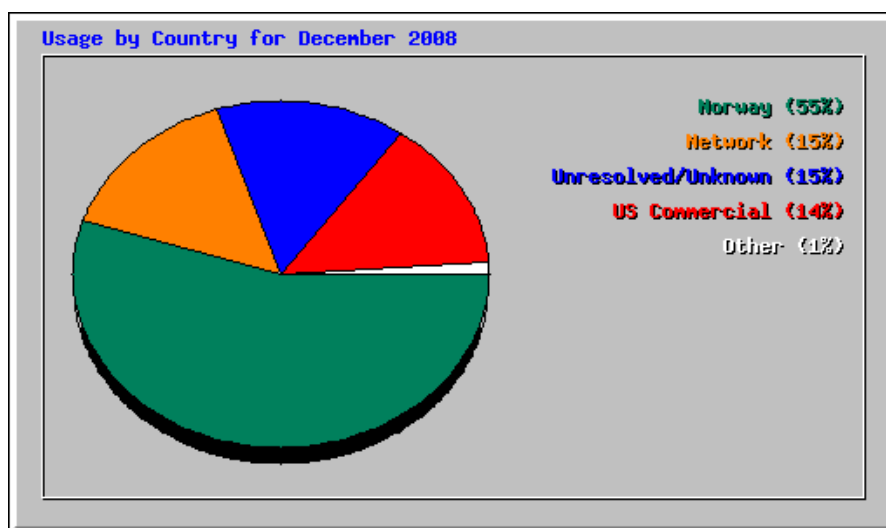
Monthly Statistics for December 2008		
Total Hits	16971	
Total Files	9988	
Total Pages	9869	
Total Visits	1484	
Total KBytes	22687	
Total Unique Sites	419	
Total Unique URLs	177	
Total Unique Referrers	169	
Total Unique Usernames	1	
Total Unique User Agents	39	
	Avg	Max
Hits per Hour	22	630
Hits per Day	547	1589
Files per Day	322	942
Pages per Day	318	1006
Visits per Day	47	71
KBytes per Day	732	1378
Hits by Response Code		
Code 200 - OK	9988	
Code 301 - Moved Permanently	94	
Code 302 - Found	4402	



Top 30 of 169 Total Referrers

#	Hits	Referrer
1	4743	27.95% - (Direct Request)
2	95	0.56% http://www.google.no/search
3	14	0.08% http://www.google.com/search
4	10	0.06% http://www.kvasir.no/nettsok/searchResult.html
5	5	0.03% http://verden.abcsok.no/index.html
6	5	0.03% http://www.whois.sc/
7	4	0.02% http://co105w.col105.mail.live.com/mail/InboxLight.aspx
8	4	0.02% http://www.packardbell.com/search
9	4	0.02% http://www.ringerikekk.no/default.asp
10	3	0.02% http://bl131w.blu131.mail.live.com/mail/InboxLight.aspx
11	3	0.02% http://by107w.bay107.mail.live.com/mail/InboxLight.aspx
12	3	0.02% http://by108w.bay108.mail.live.com/mail/InboxLight.aspx
13	3	0.02% http://by118w.bay118.mail.live.com/mail/InboxLight.aspx
14	3	0.02% http://by142w.bay142.mail.live.com/mail/InboxLight.aspx
15	3	0.02% http://co117w.col117.mail.live.com/mail/InboxLight.aspx
16	3	0.02% http://epost.telenor.no/mobileoffice/
17	3	0.02% http://search.msn.no/results.aspx
18	2	0.01% http://abcsok.no/index.html
19	2	0.01% http://images.google.no/imgres
20	2	0.01% http://majestic12.co.uk/bot.php
21	2	0.01% http://no.search.yahoo.com/search
22	2	0.01% http://search.conduit.com/ResultsExt.aspx
23	2	0.01% http://search.live.com/results.aspx
24	2	0.01% http://search.msn.com/results.aspx
25	2	0.01% http://www.aalesundtaekwondo.net/linker.htm
26	2	0.01% http://www.google.no/webhp
27	2	0.01% http://www.kampsport.no/Organisation.asp
28	2	0.01% http://www.ttu.no/wordpress/testing/
29	1	0.01% http://www.ask.com/web
30	1	0.01% http://www.google.co.uk/search

Top 9 of 9 Total Search Strings			
#	Hits		Search String
1	3	18.75%	ringerike tae kwon do
2	3	18.75%	ringerike tkd
3	2	12.50%	ringeriketkd.com
4	2	12.50%	sommerleir 2009
5	2	12.50%	www.ringeriketkd.com
6	1	6.25%	renate sÃ¸ter
7	1	6.25%	taekwondo ringerike
8	1	6.25%	vinterleir 2008
9	1	6.25%	www.ringeriketkd.com/jul



Top 13 of 13 Total Countries							
#	Hits		Files		KBytes		Country
1	9408	55.44%	4817	48.23%	10598	46.71%	Norway
2	2590	15.26%	2018	20.20%	3013	13.28%	Network
3	2499	14.73%	1468	14.70%	6209	27.37%	Unresolved/Unknown
4	2398	14.13%	1624	16.26%	2609	11.50%	US Commercial
5	36	0.21%	31	0.31%	81	0.36%	Non-Profit Organization
6	15	0.09%	11	0.11%	27	0.12%	Germany
7	6	0.04%	6	0.06%	15	0.06%	Russian Federation
8	6	0.04%	6	0.06%	57	0.25%	Seychelles
9	6	0.04%	1	0.01%	5	0.02%	Sweden
10	4	0.02%	4	0.04%	53	0.23%	United Kingdom
11	1	0.01%	1	0.01%	0	0.00%	Canada
12	1	0.01%	1	0.01%	18	0.08%	India
13	1	0.01%	0	0.00%	1	0.01%	Japan

Ringerike TKD legat 2008

Det ble ikke tildelt legat for 2008. Pengene ble i stedet avsatt til ekstra utdanning av klubbens nye instruktører.

Graderinger

Klubb gradering 15. Juni 2008

14.-15. juni hadde vi en treningshelg med Master Jon Lennart Løbak. Helgen ble avsluttet med en gradering på søndagen. Dette var første gradering vi hadde i klubben har hatt Master Jon. Det var hovedsaklig unge utøvere som tok ny grad og alle som deltok hadde forbredt seg godt. M. Jon var fornøyd med graderingen og syntes nivået generelt var bra.

Juleavslutning samt gradering for barn 20.- 21. desember 2008

Dette er det andre året klubben arrangerer en juleavslutning med trening, overnatting, pizza og film. Denne gangen hadde vi også lagt opp til en gradering for barn med Master Jon Lennart Løbak. 30 stykker var oppe til gradering og mange fikk ny grad.

Gradering på vinterleiren 14. desember 2008

I år var det 24 stykker som deltok på vinterleir. Mange graderte og fikk ny grad, men det er spesielt 3 stykker som vi er stolte av. Disse 3 gikk opp og graderte til 1. dan sort belte. De gjorde alle en god gradering og kan velfortjent tre det sorte beltet rundt livet. Vi håper de står på og trener hardt framover slik at vi om 2 år kan se på at de går opp til 2. dan.

Sosiale aktiviteter

Jule avslutning for barn og ungdom og gradering

Dette er andre år på rad vi arrangerer en litt annerledes juleavslutning.

Det startet på lørdag med trening for ungdom med Master Jon Lennart Løbak.

Etter to økter og en pause, var det barna sin tur og det ble ordnet med registrering og betaling for deltagelsen. Til sammen var det 55 stykker som deltok på avslutningen og 30 håpefulle som skulle gradere. Barna fikk utnyttet treningen godt og de fikk gå igjennom mange teknikker og pensum til gradering.

Da treningen var overstått, var det på tide med dusjing og utpakking. Til sammen hadde vi 3 rom til disposisjon. Karatehallen nede var såkalt «bråkerommet», mens karatehallen oppe var «stillerommet» Instruktørene fikk sove i Taekwondohallen. Alle begynte å bli sultne og da var det godt med pizza. Vi hadde bestilt rikelig med mat, så alle ble mette og vel så det. Kl. 9 startet oppvisningen. Det ble vist poomse fra taeguk Iljang til Pyongwon og forskjellige brekkesekvenser. Anders og Daniel skulle prøve seg på 6 takstein hver. Det endte med en skadet hånd og en tur til sykehuset for Daniel, men begge kom seg igjennom alle 6. Da var oppvisningen ferdig og alle begynte å flytte seg til Taekwondo rommet der det skulle bli vist film. Også i år var Nils-Erik vår filmtekniker. Før filmen startet kom nissen inn med godteposer. Han ble vel mottatt og fikk delt ut poser til alle. Vi så på Rush Hour 3 som alle synes var en morsom film.

Etter filmen var ferdig var det leggetid og pussing av tenner. Men det ble ikke ordentlig stille før noen timer etter det. Det var en trøtt gjeng som våknet kl. 8 og noen var veldig spente til graderingen. Alle spiste frokost og gjorde seg klare. Kl. 11 begynte graderingen og Master Jon Lennart og Geir var sensor. Det var bra innsats på graderingen og mange fikk nye grader. Og så var juleavslutningen 2008 overstått.

Klubben vil få lov til å takke de flotte foreldrene som stilte opp og hjalp til. Øystein, Terje og Kåre.

Sortbeltesamlinger.

Yudanja og Kodanja samling i Hamar

Det ble holdt dansamling på Hamar 24. - 26. oktober 2008 i regi av TTU.

Hamar hadde et fantastisk treningslokale og tilbød mye variert trening, som for eksempel ki-trening og streetdefense. Masterene denne gangen var GM Cho, Master Jon Lennart Løbak, Master Patrick Mhyren og Master Are Simensen.

Yudanja og Kodanja samling i Danmark.

Det var Yudanja- og kodanjasamling helgen 28. til 30. mars, i tillegg hadde det vært KI-seminar helt fra mandag. De reisende fra Ringerike var Daniel, Yebio, Kim, Per Ivar, Roger og Anders og vi synes det var en knallhelg. For de som lurte på hva Yudanja- og kodanjasamling er så er yudanjasamling en samling for svartbelter og folk som skal opp til svartbeltegrad (min 2. Cup) og kodanjasamling er for mastere og folk som skal opp til mastergrad.

Danseminar i Moss

Traditional Taekwondo Union og Moss Taekwondo Klubb hadde gleden av å invitere til danseminar i Moss 21.—23. november 2008. Seminaret var obligatorisk for alle som skulle dangradere i TTU og var også en mulighet for andre til å få trene sammen andre på dan-nivå (eller rett under) under instruksjon av anerkjente master-instruktører. Dette var en viktig helg for de som skulle dangradere for det var her teoriprøven ble holdt. Heldigvis holdt Master Jon Lennart Løbak en teoritime dagen før, slik at ikke bare de som skulle ta prøven, men også andre fikk lære noe nytt.

TTU Sommer og vinterleir.

TTU sommerleir på Brandbu

I år var vi ekstra mange som deltok på TTU sommerleir. I alt ca 36 fra klubben var innom leiren og trente. Mange av oss var der hele uken, mens noen bare kom og var med noen dager. Men vi tror alle som deltok hadde det moro og har lyst til å bli med også neste år.

Mange i klubben ble fasinert av Master Nuno Damaso. Hans treninger var spesielle å være med på. Han hadde utrolig flott teknikk og han var en veldig inkluderende instruktør som forsøkte å få med seg hele gruppen. Også Master Filipe Montosi var som vanlig en opplevelse for oss som har trent med han noen ganger. Mange andre gode instruktører var deg også å trene med.

I år ble det for første gang arrangert en egen junior leir. Hvor det ble rettet spesielt fokus mot og for de yngste som er med på leiren. Dette må sies å ha fungert utmerket, slik at dette kommer nok tilbake også neste år. Vi i klubben starter å jobbe mot neste års sommerleir.

TTU vinterleir på Langhus

I år var vi 24 stykker som deltok på vinterleiren. Mange graderte også og fikk ny grad, men det er spesielt 3 stykker som vi er stolte av.

3 av klubbens medlemmer og instruktører gikk opp og graderte til 1 Dan sort belte. De gjorde alle en god gradering og kan velfortjent tre det sorte belte rundt livet. Vi håper at de står på og trener hardt fremover slik at vi om 2 år kan se på at de går opp til 2 Dan.

Gjeste Instruktører i klubben.

Grandmaster Cho Woon Sup.

Grandmaster Cho besøkte klubben 3.-4. mai med samarbeid med Nittedal TKD. Treningen var åpen for medlemmer av andre klubber også.

Master Thomas Jensen

Klubben hadde en treningsdag med Landslagstrener i mønster Master Thomas Jensen. Treningen gikk på poomse og teknikker og prinsipper rundt poomse. 2 gang vi har besøk av Thomas og vi håper å få til en slik dag også neste sesong.

Treningshelg med Nuno Damaso

Flere av oss ble fasinert av nuno på årets TTU sommerleir. Han gjorde en meget god gradering til 6 Dan og imponerte også med sine treninger utover på sommerleiren. Ringerike og Nittedal TKD samarbeidet om denne treningshelgen og vi må si at dette ble en flott treningshelg. Master Nuno er veldig inspirerende å trene med og vi gav alt det vi hadde på treningene. Selv om kroppen var sliten på søndag kveld, så var dette en virkelig stor inspirasjon.

Kurs og utdanning.

Anders, og Anny har gjennomgått og bestått Trener 1 utdanning i regi av NKF
Camilla fullført del 2 og 3 av trener 1 utdanningen.
Anders har i tillegg også tatt del 1 og 2 av trener 2 utdanningen.

Styret i Ringerike TKD takker for 2008.



Geir Karlsen
Leder



Axel Ranvik
Nestleder



Anders S Helmen
Styremedlem



Camilla Cho
Vara medlem