



OSLO KAJAKKLUBB



ÅRSMELDING FRA STYRET 2024



Innhold.

1. Styret, tillitsvalgte og administrasjon 2024.....	3
2. Hovedpunkter	4
3. Møtevirksomhet og samarbeidspartnere	5
4. Medlemsopplysninger	6
4.1 Medlemstall	6
5. Økonomi	7
6. Oppfølging av langtidsplanen 2023 – 2032.....	8
7. Klubbens bygg, anlegg og materiell	8
7.1 Vedlikehold av bygg og tekniske anlegg	8
7.2 Sikring av bygg	8
7.5 Materiell.....	9
7.5.5 Treningsutstyr	10
7.5.6 Kajakkhengere	10
8. Aktiviteter	11
8.1 Distanseregistrering.....	11
8.2 Kurs i OKK.....	11
8.3 OKKs veteranpadlere	12
8.4 Flattvann	14
8.5 Surfski.....	23
8.6 Kajakpolo.....	24
8.7 Havpadling	28
8.8 SUP	31
8.9 Aktiviteter for personer med funksjonsvariasjoner	33
9. Arrangement.....	35
10. HMS	35
10.1 HMS for klubbens aktiviteter	35
10.2 Arbeidsmiljø og forurensning til ytre miljø.....	35
1. Kommunikasjon.....	36
12. Administrasjon og drift.....	36
12.1 Administrasjon	36
3. utfordringer fremover.....	37
14. Avslutning og oppsummering	38



1. Styret, tillitsvalgte og administrasjon 2024

Valgt av årsmøtet:

Styret

Sveinung Oftedal	leder
Jan Egil Greenwood	nestleder
Arne Hornnes	kasserer
Marianne Meyer	styremedlem
Monica Dost Weisz	styremedlem
Eva Ljosland	styremedlem
Elisabeth Gathe	varamedlem
Eva Langballe	varamedlem

Kontrollkomite

Odd Martin Osnes	leder
Gaute Solheim	medlem
Svein Sørli Lund	varamedlem
Aasmund Berner	varamedlem

Revisor

Registrert revisor Lill Ann Monge

Valgkomite

Arve Due Lund	leder
Harald Aas	medlem
Louise Leren Moen	medlem
Anett Brohmann	varamedlem

Øvrige tillitsvalgte

Vibeke Hafstad	oppmann sprint/bane
Jan Wigaard	oppmann rekrutt
Reidar Kjelløkken	oppmann maraton
Tom Sauthon	oppmann hav
Jon Anders Berthelsen	oppmann kajakkpolo
Vegard Rolland Andersen	oppmann surfski
Bastien Jalut	oppmann SUP

Oppnevnt av styret:

Driftsgruppe:

Stein Hagen	materialforvalter
Eva Langballe	båthussjef
Svein Høyforsslett	klubbvert
Helge Hafstad	HMS-ansvarlig
Olaf Gunderson	oppmann badstue/sosiale aktiviteter

Administrasjon:

Lars Hjemdal	Daglig leder
Stein Hagen	Aktivitetskonsulent
Tom Selvik	Hovedtrener



2. Hovedpunkter

2024 var et aktivt og godt år for OKK med følgende hovedpunkter:

- OKK har et stabilt høyt medlemstall med 2050 medlemmer ved utgangen av 2024. Tusen takk til alle medlemmene som bidrar til å gjøre OKK til en å gjøre oss til en aktiv og inkluderende klubb!
- I 2024 har det vært svært stor aktivitet for barn og ungdom gjennom prosjektet "Aktivitetsløftet – sammen på vannet" som er støttet av Astrupstiftelsen, Sparebankstiftelsen DNB, Bufdir, Anthonstiftelsen, Sparebankstiften Bien, Gjensidigestiftelsen. Sommerleiren var igjen gratis og fulltegnet. Takk til Gjensidigestiftelsen og Oslo Kommune.
- OKK har organisert gratis padleopplevelser for omkring 1300 barn og ungdom fra mer enn 20 skoler og 60 skoleklasser.
- Fredrik Holm Wigaard tok gull i Olympic Hopes i sin klasse. Amund Vold tok sølv i Europamesterskapet i maraton Short Track.
- Vi har økning av unge flattvannspadlere, også i konkurranser. Vi er stolte av talentene våre.
- OKK er fortsatt landets beste i kajakkpolo med nok et NM-gull!
- Surfskipadlerne våre er aktive og gjør det godt i konkurranser. I VM i surfski på Madeira tok Einar Kjerschow tok Gull i 70+ klassen, og William Gram tok Bronse i klassen 65-69.
- Vi har hatt stor aktivitet innen parapadling gjennom hele året hatt et svært aktivt padleår med både aktivitetsdager, kurs, samlinger og egenaktivitet.
- Øvrig breddeaktivitet, spesielt i havpadlegruppen, er fortsatt høy. Det har vært arrangert to ukelange sommerturer, et titalls svært varierte helgeturer og opplæringsamling for aktivitetsledere. Kursaktiviteten både innen våttkortstigen og andre kurs er god.
- Årsmeldingen kan også vise til et aktivt SUP-miljø i klubben.
- Vi har sørget for godt vedlikehold av OKKs bygg og anlegg.
- Vi har sørget for god kommunikasjon med medlemmene gjennom å gjøre hjemmesiden informativ og aktuell og i tillegg brukt sosiale medier.
- Vi har sunn økonomi, og har fått god ekstern støtte til våre aktiviteter og investeringer. Dette muliggjør videreutvikling av klubben. Inntektsskapende arbeid, og god økonomistyring har vært viktig for styret.



3. Møtevirksomhet og samarbeidspartnere

3.1 Styremøter

Styret har mellom årsmøtet 2024 og årsmøtet 2025 hatt 10 ordinære styremøter hvor 2 av disse har vært avholdt i 2025. Styreprotokollene er lagt ut på klubbens hjemmeside.

De viktigste sakene som styret har drøftet gjennom året er:

- Gjennomføring av breddeaktiviteter for barn og ungdom.
- Søknad om offentlige tilskudd og økonomisk støtte fra eksterne aktører.
- Saker vedrørende klubbens bygg og anlegg.
- Organisering av kursvirksomheten

3.2 Eksterne møter

OKK's møter med eksterne har vært rettet mot NPF, OIK, Oslo Kommune og ulike samarbeidspartnere for gjennomføring av klubbens aktiviteter.

3.3 Samarbeidspartnere

Takk til alle samarbeidspartnere som støtter klubben.

Våre sponsorer:







Våre samarbeidspartnere:








GjensidigeStiftelsen


ANTHONSTIFTELSEN

Offentlig støtte:


Bufdir

Støttet av


Oslo


NORGES
IDRETTSFORBUND
Oslo Idrettskrets



4. Medlemsopplysninger

4.1 Medlemstall

Klubbens store medlemsvekst gjennom koronapandemien har stoppet opp og antall medlemmer er nå relativt stabil. Medlemstallet er fortsatt høyt.

Pr. 31. desember 2024 hadde klubben 2050 medlemmer. Dette er 37 færre medlemmer enn per 31. desember 2023.

Klubben har 4 æresmedlemmer. Disse er Knut Holmann, Anne Wahl, Olaf Gunderson, og Erik Rønning.

Medlemsutvikling fra 2004 til 2024:

	Menn	Kvinner	Totalt
2004	996 (67 %)	496 (33 %)	1492
2005	991 (66%)	511 (34%)	1502
2006	1086 (65%)	574 (35%)	1660
2007	1166 (67%)	574 (33%)	1740
2008	1145 (66 %)	577 (34 %)	1722
2009	1146 (64,5 %)	631 (35,5 %)	1777
2010	1160 (64%)	660 (36%)	1820
2011	1196 (63%)	693 (37%)	1889
2012	1287 (61%)	822 (39%)	2109*)
2013	1107 (60%)	729 (40%)	1836
2014	1082 (60%)	733 (40%)	1815
2015	1067 (61%)	693 (39%)	1760
2016	1032 (60%)	690 (40%)	1722
2017	1040 (60,25%)	685 (39,75%)	1726
2018	965 (58%)	695 (42%)	1660
2019	956 (60%)	641 (40%)	1597
2020	1080 (59%)	763 (41%)	1843
2021	1218 (54%)	1025 (46%)	2243
2022	1172 (55%)	972(45%)	2144
2023	1208 (58%)	879(42%)	2087
2024	1210(59)	840(41%)	2050

*) Trolig for høyt tall pga. mangelfull strykning av medlemmer

Medlemsfordeling (alder og kjønn) i 2024:

Alder	Kvinner	Menn	Totalt	Totalt %
61 år +	202	408	610	29,76%
51 - 60 år	279	299	578	28,2%
41 - 50 år	188	206	394	19,22%
26 - 40 år	112	184	296	14,44%
20 - 25 år	12	33	45	2,2%
Under 20 år	47	80	127	6,2%
Totalt	840	1210	2050	



God stemning på klubbmesterskapet 2024

5. Økonomi

Oslo Kajakklubb har en sunn og sterk økonomi. Det legges vekt på god økonomisk styring og kontroll. Regnskapsmessig resultat i 2024 var ca. 2,1 mill. kr, som først og fremst skyldes et høyt antall medlemmer og god utnyttelse av offentlige tilskuddsordninger for idretten. Ved årets utgang var den regnskapsmessige egenkapitalen på 16,9 mill. kr, som inkluderer bokført verdi av investeringer gjort i bygg og anlegg.

En solid egenkapital og god likviditetsmessig stilling gjør at klubben er godt rustet for eventuelle uforutsette kostnader eller bortfall av forventete inntekter, og investeringer og satsinger i henhold til klubbens langtidsplan. Dagens rentenivå har innenfor rammen av en trygg forvaltning gitt en tilfredsstillende avkastning på klubbens overskuddslikviditet.

Klubbens inntekter kommer hovedsakelig fra medlemsbaserte inntekter (kontingenter etc.), mens kursinntekter, sponsorinntekter og ulike typer offentlige tilskudd utgjør hoveddelen av øvrige inntekter. Styret har arbeidet aktivt for å få økonomiske støtte til klubbens drift, investeringer og aktiviteter.



Klubbens kostnader går hovedsakelig til vedlikehold av klubbens bygg, anlegg og materiell, ordinær drift av klubben og klubbens sportsaktiviteter. I tillegg brukes deler av klubbens midler til nødvendige investeringer i nye anskaffelser og oppgradering av bygg og anlegg.

For øvrig økonomisk informasjon vises det til klubbens årsregnskap og budsjettregnskap.

6. Oppfølging av langtidsplanen 2023 – 2032

På klubbens årsmøte i 2023 ble "*Langtidsplan for Oslo Kajakklubb perioden 2023-2032*" fastsatt. Denne planen som rulleres hvert andre år, er veiledende for styret i planleggingen av OKKs virksomhet gjennom de årlige budsjettene med blant annet avsetting av midler til større investeringer. Styret har sørget for god oppfølging av langtidsplanen både når det gjelder aktiviteter, drift, bygg og anlegg.

7. Klubbens bygg, anlegg og materiell

7.1 Vedlikehold av bygg og tekniske anlegg

Følgende mindre vedlikeholds- og bygg- tiltak har blitt vedtatt av styret og utført:

- Plattingen langs havburet og fundamentet ble skiftet ut og er nå dimensjonert til å tåle mer vekt enn tidligere.
- En del mindre bygg- og vedlikeholdsarbeider som: smøring av dørlåser/justere dører/ reparert krakker og benker/ skifte knuste speil/dratt til skruer på plattingene/skifte lysstoffrør/ staket avløp/renset utvendige rister for løv, etc.

7.2 Sikring av bygg

Klubbens lokaler i hovedhuset er sikret med sensorer om natten med innbruddsvarsling til alarmsentral. For brann er OKK sikret hele døgnet ved vaktsselskapet Avarn AS, som varsler brannvesenet. Avarn inspiserer og stenger anleggene våre om kvelden ved midnatt, og åpner Hovedhuset med sentral- nøkkel ca. kl. 0600 hver morgen. Det ble i 2022 installert nytt låssystem og videoovervåking utendørs i 2023. Dette skal øke sikringen av klubbens bygg og eiendeler.

7.3 Serviceavtaler og HMS-sjekk

OKK har diverse årlige service- avtaler på en del av klubbens tekniske anlegg, etc. som: kloakkpumpestasjon, brannslukningsapparater, alarmanlegget ved Avarn AS, ventilasjonsanlegg, og HMS- for EL-anleggene.

7.4 Tilsyn med eiendommen av frivillige medlemmer.

Fortsatt er det noen meget få frivillige medlemmer (ildsjeler) som passer på eiendommen vår gjennom året. Spesiell takk til **Svein Høyforslett** som nærmest daglig passer på anleggene våre, skifter ut pærer, etc.



7.5 Materiell

7.5.1 Oversikt over klubbåter

En stor del av OKKs medlemmer har ikke egen kajakk. For å gi disse medlemmene et godt tilbud, må klubben ha et stort antall kajaker av forskjellig type til utlån, samt årer og vester.

Ved utgangen av 2023 hadde klubben følgende båtspark:

- 78 stk turbåter/skjærgårdskajakker
- 78 stk havkajakker
- 11 stk racer K1
- 12 stk barnekajakker
- 2 stk barne K2
- 26 stk polokajakker
- 21 stk surfski
- 4 stk surfski plast
- 2 stk surfski barn
- 3 stk K2 tur
- 14 stk K2 racer
- 4 stk K4
- 2 stk barne K4
- 4 stk surfski K2
- 2 stk "sit on top" for funksjonshemmede
- 2 stk hav K2
- 30 SUP Brett med årer
- 2 stk katamaran følgebåt m/motor
- 1 stk Pioner følgebåt m/motor

7.5.2 Nye kajaker

Klubben har i 2024 anskaffet 2 stk nye havkajakker, 1 stk trenings k2, 6 stk nye Coast Line, og 4 stk treningskajakker. En del gamle og utdaterte båter har blitt gitt bort, solgt eller skrotet. Det ble også kjøpt inn 1 stk ny katamaran følgebåt.

7.5.3 Vedlikehold av klubbåter

Klubbåtene blir mye brukt, og slitasjen er stor. Det forekommer også en del uvettig bruk av kajakkene, som fører til unødvendige skader og reparasjoner. Det er derfor nødvendig med jevnlig vedlikehold. Lars Hjemdal har reparert båter. Havpadlegruppa har gjennomført en dugnad for å reparere havkajakker. Deltakelsen var så lav at den andre planlagte dugnaden ble avlyst.



7.5.4 Annet padleutstyr

Klubben har ca. 140 årer og ca. 100 vester til utlån. Vi har også 40 tørrdrakter som benyttes til kurs i regi av OKK. Stein Hagen har stått for vedlikeholdet av disse.

7.5.5 Treningsutstyr

Det er kjøpt inn noe nytt treningsutstyr til OKKs treningsrom blant annet en 2 nye padlemaskiner, 2 nye romaskiner og 2 nye stakemaskiner. Dette gir medlemmene et stadig bedre treningstilbud. Lars Hjemdal har utført vedlikeholdsarbeid på apparatene i treningsrommet.

7.5.6 Kajakkhengere

Klubben har 3 stk. kajakkhengere. Den ene eies sammen med NPF.

7.8 Båtplasser

Medlemsplasser med båtplassavgift:

I 2024 er det litt over syv hundre disponible, innendørs båtplasser for medlemmer i klubben. Båtplasser i hallene B til F er tilknyttet et ordinært distansekrav, mens A-hallen har et særskilt distansekrav. G-hallen er forbehold aktive konkurransepaddlere.

I løpet av året søkte til sammen 35 medlemmer om båtplass og ved utgangen av året er det 41 som står på venteliste. I tillegg til en del plassbytter blant eksisterende leietakere ble 19 plasser tildelt, hvorav nesten alle hadde søkt om plass i 2023.

Cirka 68% av søkermassen ønsker plass til havkajak og det er fortsatt ventetider på opptil ett år. For plassene til skjærgårds- og turkajak, racer eller surfski er nå også stort sett fylt opp.

I tillegg til båtplassutleie er ulike medlemssaker håndtert både i forbindelse med flytter og bytter, uregistrerte eller feilplasserte båter og andre forefallende oppgaver.

Klubbens plasser:

Til klubbåter (utlånskajakker) har klubben 160 inneplasser, 20 plasser i kajakkbur (2014), 20 plasser i nytt kajakkbur (2016), samt 14 uteplasser (på ytterveggen. I tillegg har klubben 18 utelagringsplasser til flattvann i låsbart bur, 22 plasser til polokajakker, 10 plasser til SUP-brett (nye), og 2 plasser til flattvann lagbåt (K4/K2) i kasse. Klubben har 40 plasser på to lagringsbrygger.

Styret har de siste 10 årene foretatt investeringer som har medført betydelig økning (166 ekstra plasser) i båtlagringskapasiteten. Klubben har nå totalt 1023 båtplasser.



8. Aktiviteter

8.1 Distanseregistrering

Sluttdistanseprotokollen er nettbasert og sluttdistanse registreres online på OKK sin hjemmeside. Det ble sendt ut felles e-post til medlemmene som har båt plass med info om registrering av sluttdistanse via hjemmesiden. Fortsatt er det noen med båt plass som unnlater å føre inn padlet distanse, med det resultat at de kan miste båt plassen. Styret vil i år, som i fjor, bruke protokollen aktivt for å vurdere om medlemmer som ikke fører opp padlet distanse, skal miste båt plassen.

8.2 Kurs i OKK

OKK har et eget kursutvalg for å koordinere den økende kursaktiviteten til klubben. Følgende kurs er avholdt i 2024:

- 34 Introduksjonskurs.
Av disse er 28 kurs for nye medlemmer og 6 kurs for bedrifter.
- 7 Grunnkurs Hav.
- 1 Grunnkurs Surfski
- 2 Teknikkurs Hav
- 3 Rullekurs
- 1 fremdriftstak HAV
- 1 teknikk oppfriskning HAV
- 1 Trener 1 Flattvann
- 1 Trener 1 Kajakkpolo
- 1 Grunnkurs Kajakkpolo
- 1 Grunnkurs Livredning
- 1 Surfski Nivå-2 og 2 Surfski Nivå-1
- Surski Startup-kurs på tirsdager gjennom sesongen
- 2 SUP-kurs bedrift
- SUP intro-kurs på torsdager gjennom sesongen

Denne oversikten viser at klubben har et sort og variert kurstilbud. Det er svært viktig at klubben vedlikeholder sin pool med kompetanse til å holde kurs og lede turer.

8.3 OKKs veteranpadlere

De eldste i klubben har et godt aktivitetstilbud på dagtid. OKKs veteranpadlere trener flere ganger i uka på formiddagen og møtes etterpå til felles lunsj. Til faste tider møtes de på kjøkkenet om vinteren eller på balkongen til kaffe og sosialt samvær der diskusjonene foregår med stort engasjement.

OKK er et godt sted å være også etter at man fyller 80 år. Den eldste kajakkpadleren i OKK er Bjørn Slapø som har passert 95 år. Alder er ingen begrensning, bare en utfordring! Om vinteren trener de innendørs for å vedlikeholde eksisterende muskulatur, for å bli sterkere og smidigere, få bedre balanse og koordinasjon, samt vedlikeholde kognitive funksjoner. Alt dette bidrar til at man kan klare seg bedre hjemme uten behov for sosiale tjenester eller innlegges på institusjoner.



Solveggen på bryggekannten er god og varm.



Hygge på balkongen etter en padleøkt



Trening på dagtid om vinteren er populært og sosialt



God Jul fra Oslo kajakkklubb!

Julelunsj med dikt, sang og gode padlehistorier rundt bordet.

8.4 Flattvann

8.4.1 Sprint/Bane

Oslo Kajakklubb er blant landets ledende klubber innen flattvann. Vi legger vekt på både ha rekruttering og breddeaktiviteter samtidig som vi har en langsiktig målsetting om å behold utøvere og elitesatsing godt opp i senioralder i forhold til konkurranser.

8.4.1.1 Internasjonale resultater i 2024

Vi fortsetter å vise internasjonale muskler med våre padlere. Amund Vold hadde sitt beste internasjonale resultat i K1 med sølv under Europamesterskapet short track. Det er det beste mesterskapsresultat i K1 etter kreftsykdommen. Hans bror Eivind Vold ble også rammet av kreftsykdom og fikk ikke padlet noe internasjonalt i 2024. Amund ble også nr. 4 i europamesterskapet på maraton. Verdensmesterskapet på K1 5000m ble Amund nr. 7 og Amund sitt «dårligste» resultat er 10 plass i VM eller EM-sammenheng i 2024. Han fortsetter å bygge opp igjen kapasitet som en solid internasjonal padler.

Fredrik Holm Wigaard fortsetter å imponere stort. Han møtte verdens beste padlere i sin årsklasse U15 gjennom konkurransen Olympic Hopes i Szeged Ungarn. Det var hele 35 nasjoner som stilte i årsklassen. Fredrik padlet til GULL og padlet på råsterke 1:44,9 på K1 500. Aldri har Norge hatt en padler i den årsklassen som padler så fort. Det blir spennende å se utviklingen hans i årene fremover.



Treningsleir vinter 2024



Fredrik Holm Wigaard – GULL K1 500 m Ungdom 15 år

I Nordisk Mesterskap i Silkeborg fikk OKCs padlere gode resultater.

Her er de beste:

- Gull: Fredrik Wigaard/ Morten Haaland - K2 200m UH
- Gull: Fredrik Wigaard - K1 200m UH
- Gull: Fredrik Wigaard - K1 500m UH
- Gull: Fredrik Wigaard/Fevang/Solvik/Ellingsen - K4 500m UH
- Gull: Fredrik Wigaard /Georg William Fevang/ - K2 500m UH
- Sølv: Fredrik Wigaard/Haaland/Fevang/Solvik - K4 200m UH
- Sølv: Håkon Hafstad/Celine Hellenen - K2 200m S-mix
- Bronse: Håkon Hafstad Emil Fjeldheim/ - K2 200m SH

Fra OKK deltok også Helena Stenslet UD, Alexander Roer Amundsen JH og Jens Ulrik R Quale SH. Jens Ulrik ble nr. 6 på K2 5000m med Håkon. Beste resultat for Helena var 4 plass i K4 1000m. Beste resultat for Alexander var 4. plass i K4 500m.



8.4.1.2 Nasjonale resultater i 2024

Norgesmesterskapet K1 og (NM lagbåt UM):

- Gull: Amund Vold - K1 5000m SH
- Sølv: Fredrik Wigaard (15 år) - K1 200m JH
- Sølv: Amund Vold - K1 500m SH
- Sølv: Fredrik Wigaard (15 år) - K1 500m JH
- Sølv: Amund Vold - K1 1000m SH
- Sølv: Alexander Røer-Amundsen - K1 5000m JH
- Bronse: Mari Asserson/Yaroslava Donets/Tindra Demey/Yaroslava Koval - K4 200m DU
- Bronse: Mari Asserson/Helena Stenslet/Koval Yaroslava/Tindra Demey - K4 500m DU
- Bronse: Tindra Brigitte Demey/Helena Stenslet - K2 500m DU
- Bronse: Tindra Brigitte Demey/Helena Stenslet - K2 2500m UD

NM Lagbåt:

- Gull: Fredrik Wigaard/Alexander Røer-Amundsen - K2 500m JH
- Gull: Håkon Hafstad/Amund Vold - K2 2500m SH
- Sølv: Fredrik Wigaard/Alexander Røer-Amundsen - K2 1000m JH
- Bronse: Amund/Eirik/Håkon/Joachim - K4 500m SH

NM Maraton:

- Gull: Alexander Røer-Amundsen - K1 21000m JH
- Sølv: Fredrik Wigaard - K1 3500m UH
- Bronse: Helena Stenslet - K1 3500m UD
- Bronse: Helena Stenslet - K1 13000m DU
- Bronse: Per Wessel - K1 25000m SH

Norges Cup Sammenlagt 2024 - OKK:

- Alexander Roer Amundsen 2 Plass
- Helena Stenslet P 14 2 Plass
- Fredrik Wiigard UH 3 Plass
- Neo Meyer G14: 3 Plass
- Yaroslava Donets 3 Plass

Konkurranser og treningssamlinger vi har deltatt på i 2024 er:

- Skisamling Skeikampen
- Påskesamling Flekkefjord
- Sevilla Treningssamling
- NC-1 Tysvær
- NC-2 Kristiansand
- NC-3 Bergen NC-4 Tysvær
- NM Kristiansand
- NM Lagbåt NC-6 Årungen
- Klubbmesterskap

Vi er svært fornøyde med enda flere som har deltatt i konkurranse i 2024. Vi var totalt 52 padlere. 32 padlere deltok i Norges Cup og NM og 20 padlere fikk prøve seg på Bien Cup i Bestumkilen. Det gror godt i OKK. Vi gleder oss til 2025.



8.4.1.3 Rekruttering, breddeaktivitet og integrering

Prosjektet "**Aktivitetssløftet – Sammen på vannet**" har medført at Oslo Kajakklubb har økt aktivitetsnivået betydelig og styrket det gode barne- og ungdomsmiljøet vi har i klubben.

Padleforbundets visjon om «padleglede for alle» innebærer blant annet å inkludere barn og ungdom fra lavinntektsfamilier og minoritetsgrupper, de med utfordringer i skole og sosiale sammenhenger. Målet med prosjektet er å gi flere barn og ungdom mulighet til å oppleve mestring og fellesskap gjennom ulike padlegrener.

Prosjektet mottar flerårig støtte fra Eivind Astrups Allmenntilfælde, DNB Sparebankstiftelsen og BUFDIR. På årlig basis har vi mottatt støtte fra offentlige og private stiftelser:



Sparebankstiftelsen Bien støtter tiltaket «OKK Ung Leder Utdanning» - leder og frivillighetsprogram for vår ungdom. Målet er å utdanne unge kajakktrenere og ledere og øke den frivillige innsatsen i klubben og nærmiljøet.



Vi ser stadig økning i antall barn i Kajakkskolen og Rekrutt gjennom hele året.

Sommerleir 2024 - oppsummert

- Sommerleir 2024 var i 5 uker (uke 26, 27 og 31, 32, 33).
- 131 barn deltok i alderen 9-14 år en uke hver.
- 26 sommervikarer i alderen 17-28 år jobbet noen uker hver.
- Sommerleiren var gratis for alle barn og fullfinansiert takket være støtte fra Gjensidigestiftelsen, Oslo idrettskrets og bydelene Ullern og St. Hans haugen.
- Tilbakemelding: *Barna og foreldre gir positiv tilbakemelding: "Dette var årets beste sommeropplevelse!"*
- 2024: [Idrettssommer- UKENS ØYEBLIKK- om sommerleir i Oslo kajakklubb](#)
- Les mer om [sommerleir i Oslo kajakklubb her](#).



Glade barn og sommervikarer på sommerleir

Padling og friluftsliv med skoler - oppsummert

- I 2024 har OKK organisert gratis padleopplevelser for omkring 1300 barn og ungdom fra mer enn 20 ulike skoler og ulike 60 skoleklasser.
- Vi mottar hele skoleklasser og mindre grupper.
- Synergieffekt av skolesamarbeidet: Langsiktig satsing på samarbeid med skolene gir økt rekruttering til padling som idrett innen alle padlegrenene.
- Padletilbudet og det gode miljøet i Oslo kajakklubb er til stor glede for alle aldersgrupper i bydelen.
- Les mer om prosjektet [Padling og friluftsliv med skoler her](#).



Eksempler på skolesamarbeidet i 2024:

- Samarbeid med Øraker skole: Padling i valgfaget Fysisk aktivitet og helse (LK20).
- Padling og friluftsliv (Mai-juni 2024) for spesiell gruppe med utvalgte elever fra Øraker skole, samarbeid med rådgiver og lærere.
- Alle de fem 8. klassene ved Øraker skole fikk en padleopplevelse i august.
- Bjørnsletta skole, padleopplevelser for elever i friluftsliv valgfag i ungdomsskolen
- 8 av 9 skoleklasser fra Sollerudstranda ungdomsskole har padlet 1 eller flere dager i 2024. Både Introkurs og Grunnkurs HAV ble gjennomført samt innføring i kajakkpolo og flattvann.
- Padledager med klasser fra barneskolene i bydel Ullern
- Padling med friluftslivklassene i 8-10. klasse fra Hauketo skole
- Pilot i 2024: Padledager med elever med ulike utfordringer fra spesialklasse ved Ullern videregående.

Rekruttering til flattvann rekrutt og kajakkpolo ungdomslag

Tilbud om skolepadling, kajakkskole og sommerleir over flere år vil gradvis gi resultater i rekrutteringen fordi klubben og aktivitetstilbudet blir godt kjent i både barneskoler (5-7 klasse) og ungdomsskoler og blant foreldre i nærliggende bydeler.

OKK har i 2024 hatt en økning i antall yngre utøvere som trener gjennom hele året både i ute- og innetrening etter at padlesesongen på vannet er ferdig. Aktivitetskonsulenten og daglig leder har dialog med hovedtrenerne om rekrutteringstiltak.

Samarbeidspartnere

Aktivitetskonsulent Stein Hagen, jobber for å finne gode samarbeidspartnere. Han deltar blant annet på møter om inkludering og paraidrett i idrettskretsen og padle-forbundet, samt kurs, diskusjonsforum og konferanser innen idrett og friluftsliv.

For å øke rekrutteringen fra målgruppen, har vi etablert kontakt med ulike bydeler i Oslo kommune, skoler, Nav-kontorer, idrettslag og klubber mm. Vi har også en rekke samarbeidspartnere for gjennomføring av ulike aktiviteter.

Her kan nevnes noen OKK har samarbeidet med i perioden 2020-2024:

- Tett samarbeid med Kultur og oppvekstavdelingen (UNG JOBB, SALTO), barnevernet og BUP i bydel Ullern, samt dialog med foresatte, skoler mm.
OKK tilrettelegger padling, trening og jobbpraksis for ungdom som står i fare for å falle utenfor: ungdom i sommerleir i tilrettelagt jobbpraksis OKK på deltid.
- 2020-2024: Skoler i Oslo (padling og friluftsliv med 1300 elever fra 22 skoler).
- Oslofjorden friluftsråd, aktiviteter for skoleklasser (marinbiologi, livet i fjæra) og samarbeidsleker for ungdomsledere og sommervikarer i OKK.
- Norsk Friluftsliv (seminarer og møter om inkludering og mangfold)
- Tøyen Sportsklubb (TSK) og Tøyenakademiet, kajakkopplæring av ungdomsledere og sommerleir for noen utvalgte barn og ungdom fra TSK.
- NIF, Oslo idrettskrets – støtte til aktivitet og møter om inkludering, paraidrett, lederkurs for sommervikarer og unge trenere.



- Norges Padleforbund (markedsføring, kompetanseheving innen padling og livredning, tilrettelegging padling på dagtid, støtte til aktiviteter).
- Norges Livredningsselskap, Redningsselskapet og NPF (kurs og kompetanseheving innen livredning og førstehjelp).
- Norges Idrettshøyskole (leie svømmehall: kajakkpolo, livredning, rulletrening).
- BUFDIR 2023-2024: (Erasmus+ Ungdom: flerkulturelt inkluderings- og lederkurs for unge ledere (18-35 år). Ungdom i OKK, TSK, KNS, NIF deltok.
- Samarbeid 2022-2024: padling med flyktninger og sårbare grupper, barn og voksne: Stiftelsen Petter uteligger, Rikshospitalet, Ukraina HUB Skøyen, Dråpen i Havet, SOS Barnebyer, med flere.

8.4.1.4 Trenerteamet

Klubbens resultater hadde aldri vært oppnådd uten kompetente trenere. OKK har et utrolig bra trenerteam som har gjort en fantastisk innsats for klubben i 2023.

- Tom Slevik (Hovedtrener)
- Jacob Norenberg (Senior/junior/ungdom/rekrutt)
- Kristian Strand Lühr (Senior/junior/ungdom/rekrutt)
- Vegard Bull Jensen (Rekrutt/Kajakkskole)

Trenere på kajakkskole, sommerleir, skolepadling, para-padling, aktivitetsdager mm.:

FLATTVANN

- Håkon Hafstad
- Jens-Ulrik Ruus Qvale
- William Wang
- Dastin Farzelayev
- Fredrik Wigaard
- William Kvalnes
- Endre Watnar
- Vegard R. Andersen
- Martin Hafstad
- Marcus Wang
- Jens Chr. Landmark
- Fredrik Fongen
- Sverre Petlund
- Victoria Wang
- Idunn Thorsdottir
- Amanda Robertsen
- Tuva Langballe
- Tindra Demey
- Cilja Kjellén
- Mina Jørundland

SURFSKI

- Vegard Rolland Andersen
 - Einar Kjershow
- #### POLO
- Jon Anders Berthelsen
 - Konrad Andziak
 - Mikkel Blomnes
 - Amund Dugstad
 - Sondre Sjøtveit Rødsand
 - Pelle Storaas
 - Sibe Demey
 - Yaroslava Koval
 - Daniel Dahl

HAV

- Tuva Stenersen
 - Stein Hagen
 - Vegard Rolland Andersen
 - Daniel Johansen
 - Fredrik Fongen
 - Annett Brohmann
 - Einar Knutsen
- #### SUP
- Bastien Jalut
 - Julie Vie
 - Sandra Theodorsen



8.4.2 Maraton ("Flåten")

"Flåten" er gruppen for OKK-medlemmer med interesse for konkurransepadling på flattvann. Majoriteten av oss er masterpadlere, altså godt voksne. Noen har padlet hele livet, men de fleste har funnet kajaksporten i voksen alder. Uansett bruker vi sesongen til å finpusse form og teknikk.

Vi har opplevd normal interesse for våre aktiviteter i sesongen 2024. Fra mars var det nærmest daglige fellesøkter i OKKs nærområder. Vi trener også sammen med klubbens ungdoms og seniorpadlere, som holder godt nasjonalt nivå. Aktivitetsnivået opprettholdes helt til dagene blir korte og isen legger seg i Bestumkilen.

Fremgang måles fremfor alt i det ukentlige klubbracet, Tirsdagsracet. Her er det selvsagt om å gjøre å prestere best mulig fra gang til gang, men det tildeles også poeng som teller i cupen for sesongen. Racet er todelt med en 500-meter og en 5000-meter på rundbane. Deltakerne har ofte lang erfaring og store forventninger til egne prestasjoner, så her mangler det hverken innsats, skitne triks eller temperament. I 2024 ble det gjennomført 21 race fra mai til oktober. Deltakelsen var god gjennom hele sesongen, men nådde ikke helt opp til samme høyder som i 2023. Gjennom sesongen har 70 padlere fra 12 til 76 år, stilt til start en eller flere ganger. Vi setter stor pris på regelmessig deltakelse av ungdoms og seniorpadlere. Vi får også en del besøk av padlere fra andre klubber, som vil prøve seg i det legendariske T-racet.

Klubbmesterskapet med jaktstart ble avholdt i uke 39. Jaktstarten har intervallstart og er basert på at alle padlerne får starttid i forhold til sine prestasjoner gjennom sesongen. Starttidene justeres skjønnsmessig av undertegnede i samarbeid med Jørgen Skabo. Den beste padler starter sist og må passere hele feltet for å vinne. Første padler over mål, mann eller kvinne, vinner Klubbmesterskapet. Både sportslig og sosialt ble jaktstarten sesongens høydepunkt. Forholdene var fine og hele 35 padlere stilte til start. Ti av deltakerne presterte sitt beste løp for sesongen. Mange var i posisjon til å ta seieren, men det var Hanne Iversen Rye som ble årets klubbmester! Helena Stenslet var kun to sekunder etter i mål. Vi gratulerer!

Vinneren av T-race cupen i Dameklassen ble Eva R. Langballe. I herreklassen var ringreven Sverre Petlund best. Vi gratulerer med god innsats og gode prestasjoner!

Resultatene fra Tirsdagsracene har blitt ført av Jørgen Skabo. Lenke ligger på Facebook. Der finner en også referater fra mange av racene.



Eva R Langballe og Sverre Petlund vant T-race cupen i 2024



Årets klubbmester - Hanne Iversen Rye



8.5 Surfski

OKK har et mangfoldig og aktivt miljø i Surfski som vi er stolte av. Et stabilt antall aktive padlere deltar på ulike treninger og kurs hvert år. Mandagstreningene er godt besøkt og vi arrangerte Surfski StartUp-kurs for nye medlemmer som ønsket å få innføring i surfski. Vi arrangerte også ett Surfski Nivå 2-kurs.

Okk organiserte surfski-samling på Hvasser i mai og inviterte andre klubber. Det ble en inspirerende samling med treninger og erfaringsutveksling med god deltakelse. Surfskientusiastene følger med på hva som skjer via facebook gruppen «Bølgen Surfski – Lek i en ski» og deltar på «Seadog race» på torsdager.

OKK Surfski sesongen oppsummert: 20 løp, hele 275 gjennomførte løp fordelt på 17 damer og 38 herrer. Imponerende og gratulerer til alle!

For OKKs konkurransepaddlere var disse konkurransene viktige mål for sesongen: Bellevue Ocean Race (Danmark), Nordisk Mesterskap, samt NM i Risør, NC i Drøbaksund Downwind, Asker Medvindsdyst.

Noen resultater fra 2024 sesongen:

Norsk Mesterskap i Risør:

Single Surfski (SS1): Anders W Andersen vant sølv og Anders Wenneberg fikk bronse.
Dobbel Surfski (SS2): Vegard R. Andersen og Anders W. Andersen vant gull, mens Mats Grov og Anders Wenneberg sikret seg bronse.

Nordisk Mesterskap i Risør:

Anders W Andersen vant Gull SS1 i 50-65 klassen og Anders Wenneberg tok bronse i Senior-klassen, mens Einar Kjerschow vant Gull i 65+ klassen.

VM i surfski (SS1) på Madeira:

Einar Kjerschow vant Gull i 70+ klassen. William Gram tok Bronse i klassen 65-69.

Drøbaksund Downwind 2024:

OKK deltok der ca. 40 deltakere kunne velge lavterskel kort løype eller lang løype.

Treningssamlingene i 2024 var populære, så vi satser også på bra oppslutning på samlinger i 2025 blant annet på Hvasser 9.-11. mai og Flekkerøy 5.-12. juli, midt i Sørlandets mekka med skikkelig surfskivær fra flere retninger.

Voksne i alle aldre deltaker aktivt i Surfski-gruppa, men vi vil gjerne utfordre flere av våre unge flattvannspaddlere til å konkurrere i Surfski-konkurranser. Vi trenger gode utfordrere til å slå svenskene.

[Les mer om Surfki-gruppa i OKK her.](#)



Edelt metall til OKK Surfskipadlere i både NM og Nordisk SS1 og SS2.



Til Høyre: Gull til Einar i 70+ klassen i VM på Madeira. Til venstre: Det norske laget som deltok i VM på Madeira: William Byron Gram, Terese Østeraas og Einar Kjerschow

8.6 Kajakkpolo

8.6.1 Rekruttering

Kajakkpologruppen har opplevd en fortsatt vekst i antall aktive spillere i 2024. Rekrutteringen har vært spesielt god blant barn, unge og studenter. Et nytt fokusområde har vært sosiale medier, og Instagram-kontoen som ble opprettet ved årsskiftet har bidratt betydelig til økt synlighet og rekruttering. Dette har vist seg å være en svært effektiv metode for å tiltrekke nye spillere til klubben.

8.6.2 Aktiviteter

Treningsmengden har økt noe fra tidligere år, men aktiviteter utenfor klubben har vært på et rekordhøyt nivå. Oslo Kajakkklubb har aldri tidligere sendt så mange utøvere til konkurranser og samlinger på ett år, og for første gang har tre lag deltatt samtidig i turneringer.



I løpet av 2024 har klubben deltatt på fem turneringer:

- Järfälla Cup (februar)
- NC Kristiansand
- NM Oslo
- Spreecup Berlin
- Järfälla Cup (november)

I februar stilte klubben med et U16-lag for første gang. I mai deltok to lag på NC i Kristiansand, hvor det var en fantastisk stemning. Det var også spesielt at et svensk lag deltok i en norsk turnering for første gang på mange år. Under NM i Oslo i juni var hele 17 spillere fra OKK med. I september reiste syv av klubbens beste spillere på årets lengste tur, da 7 kajaker ble pakket på ett biltak og fraktet 16 timer til Berlin. I november deltok tre norske lag på turnering i Sverige, hvor fire spillere fra Larvik Padleklubb samarbeidet med OKK for å sette sammen blandede lag basert på ferdighetsnivå.

I tillegg til konkurranser har det vært deltakelse på flere samlinger og kurs. Treningsamling i Larvik ble arrangert i august, samt en ungdomsleir i Sverige og et grunnkurs i kajakkpolo på OKK. Deretter gikk turen til Trondheim for trener 1-kurs, før året ble avsluttet med en ny samling i Kristiansand. Sondre og Jon Anders holdt også et kajakkpolo-grunnkurs i Hamar i samarbeid med Norges Padleforbund.

Til sammen har 24 spillere fra Oslo Kajakklubb deltatt på konkurranser og samlinger i 2024, en betydelig økning fra 14 spillere i 2023. I tillegg til trening og konkurranser har det vært flere sosiale arrangementer, inkludert langrennsturer, filmkvelder, årsavslutning og felles middager gjennom høsten.

Aktiviteter 2024:

Järfälla cup februar	Grunnkurs Oslo
NC Kristiansand	Trener 1 Trondheim
NM Oslo	Samling Kristiansand
Samling Larvik	Spreecup Berlin
Ungdomsleir Stockholm	Järfälla cup november

Bilder fra aktivitetene: https://www.instagram.com/okk_kajakkpolo

8.6.3 Resultater

2024 har vært et sterkt år sportslig sett for OKK sin kajakkpologruppe. For sjette året på rad ble gullmedaljen sikret i NM. Førsteplass ble også oppnådd i NC i Kristiansand og i andre divisjon i Sverige i februar.

Med flere lag ble det mulig å ta flere plasseringer. U16-laget tok sølv i ungdomsdivisjonen i Sverige, mens OKK B-laget oppnådde både en femte- og en fjerdeplass i ulike turneringer.

Senere på året brakte internasjonale konkurranser nye utfordringer og verdifulle erfaringer. I Belgia endte laget på 8. plass av 14 lag. I Sverige i november stilte OKK med tre lag, hvorav lag 3 presterte best i sin divisjon.

8.6.4 Utstyr

For å sikre at alle kan delta i kajakkpolo, er det viktig med tilstrekkelig og variert utstyr. I 2024 ble det investert i nye padleårer som erstatning for flere som hadde brukket. I tillegg ble det gjort innkjøp av baller, fløyter, kort og vedlikeholdsmidler. Vedlikehold har hovedsakelig vært rettet mot kajaker og årer, og et kajakkpolomål måtte også repareres etter skade.

8.6.5 Møter og planlegging

I desember ble et styre for kajakkpolo etablert, bestående av åtte spillere. De har allerede avholdt to møter for å legge planer for 2025. Dette initiativet vil forhåpentligvis bidra til en mer strukturert drift av gruppen og lette byrden på oppmannen. Det er inspirerende å se et sterkt engasjement blant medlemmene, noe som styrker både sporten og fellesskapet i Oslo Kajakkklubb.



Felles middag på klubben



2 lag i NM i Oslo



Ungdomslag i Sverige i november



Action i Berlin, Tyskland



8.7 Havpadling

8.7.1 Generelt

2024 ble et år med høy aktivitet og god deltagelse på felles aktiviteter i Havpadlegruppa. Ved inngangen til året ble det satt opp ei terminliste med et litt større program enn foregående år. Ved inngangen til 2025 er det gledelig å se seg tilbake og konkludere med at vi klarte å gjennomføre programmet.

Onsdags- og torsdagspadling samt mange og varierte kurs, dags- og helgeturer er kjernen i å bygge et inkluderende og aktivt miljø. Det er gledelig å kunne observere at det også er mange som låner kajaker på egenhånd for å ta seg en tur i nærområdet.

8.7.2 Aktivitetsledere og kursledere

Kursvirksomheten i klubben er viktig både for rekrutteringen og for å heve kompetansen. Aktivitetsledere som leder kurs, blir gjerne gode turledere. I løpet av 2024 har flere aktive padlere blitt aktivitetsledere, dog ser vi at vi sliter med både å engasjere og rekruttere nye turledere samt å få de vi har til å ta på seg og lede turer. De fire som i 2023 før tok videregående kurs fikk i løpet av året praktisere og utvikle sine nyervervede kunnskaper. Begge deler er viktig for at vi skal kunne utvikle miljøet, øke kompetansen og ikke minst organisere flere og til dels mer krevende turer. Samtidig må den vanlige hverdagspadlingen gi gode muligheter for gradvis å bygge opp padleferdigheter og erfaringer.

Havpadlegruppa trenger flere trygge, kompetente og erfarne aktivitetsledere som ønsker å bruke fritiden sin på å lede turer for OKK. Når vi skal være ansvarlige turledere for mange nye og ukjente padlere, må vi oppleve at vi mestrer oppgaven under vekslende forhold. Både for å hjelpe ferske aktivitetsledere i gang samt for å motivere de som har bidratt en stund, har Havpadlegruppa jobbet mye sikker turledelse i løpet av høsten. Det gir praktiske tips og råd som kan trygge dem som vil ta ansvar for å lede turer.

Vi oppfordrer også aktivitetsledere til å hospitere og lære seg å lede kurs. Dette er det stor interesse for. Fra og med 2023 har kurskomiteen invitert alle aktivitetsleder som ønsker å avholde kurs til og melde seg, og denne fremgangsmåten førte til at det var mange flere forskjellige aktivitetsledere som avholdt kurs enn tidligere år. Dette er en veldig gledelig utvikling. På sikt er målet at flere aktivitetsledere går videre i våttkortstigen.

Vi tilbyr samlinger høst og vår for å vedlikeholde og øke ferdighetene til aktivitetslederne. Her trener vi på redning, navigasjon og turledelse, slik at turlederne skal mestre de utfordringene som kan oppstå når vi leder turer. Disse samlingene er svært viktige for å styrke samholdet og engasjementet i gruppa. Begge samlingene i 2024 hadde godt oppmøte, og veldig gledelig, deltagerne meldte tilbake at de hadde fått godt utbytte av samlingene.

I begynnelsen av april gjennomførte vi en aktivitetsledersamling på Gurvika, med ekstern kursholder, med fokus på hypotermi og redning. Dette ble en veldig god, samlende og lærerik samling hvor mange av oss lærte mye nytt!

Oppsummering av samlingen er lagt ut på OKK's hjemmeside med link <https://www.okk.org/2024/04/24038/>



I september gjennomførte vi den andre aktivitetsledersamlingen. Samlingen ble gjennomført med egne ressurser: De tre som arrangerte samlingen gjennomførte videregående kurs i løpet av 2023 og disse bruker nå en del av sin fritid for klubben! Dette setter vi stor pris på!

8.7.3 Møter og kommunikasjon i havpadlegruppen

Vi informerer om Havpadlegruppas aktiviteter på OKKs hjemmeside og på Facebook. Facebook-gruppen, som også er åpen for ikke-OKK'ere, har 2814 medlemmer, en økning på 122 det siste året, sammenlignet med en økning på 320 året før. Facebook-gruppen til Havpadlerne brukes for å annonsere onsdags- og torsdagspadling.

I tillegg har aktivitetslederne en egen Facebook-gruppe for å planlegge og koordinere aktiviteter og oppsummere erfaringer. Aktivitetsledernes Facebook-gruppe har 111 medlemmer, en økning på 2 medlemmer det siste året.

8.7.4 Turer, samlinger og arrangementer

Sesongen 2024 startet allerede i begynnelsen av mars hvor vi inviterte våre medlemmer til søndagstur fra klubben. Dette var nytt av året, og det var veldig gledelig å registrere at mange deltok på denne turen.

I begynnelsen av mai fulgte vi opp med vår tradisjonelle vårsamling på Hvasser, med et bredt utvalg av turer i skjermet farvann eller ute i bølgene og med teknikktraining. Samlingen var også tilrettelagt for parapadlere. Vårsamlingen ble en flott start på sesongen. Veldig gledelig var det også at det var mange nye medlemmer av Havpadlegruppa som deltok på vårsamlingen samt at flere fra OKK's SUP-gruppe deltok og introduserte av havpadlerne for SUP.

Onsdags- og torsdagsturer er en veldig viktig kjerneaktivitet i havpadlegruppens virksomhet. Disse gjennomføres ukentlig fra slutten av april til og med oktober, kun avbrutt av ferieperioden i juli. For året besluttet Havpadlegruppa å tilby tur tilsvarende «mellomgruppe-nivå» på hver tredje onsdagspadling. Dette ble gjort for å sikre kapasitet til å gjennomføre alle onsdags- og torsdagspadlinger. Denne strategien virket etter hensikten; i løpet av hele sesongen ble et to onsdags- og torsdagspadlinger avlyst (grunnet sykdom hos turleder rett før planlagt padling). Med andre ord lyktes vi med å sikre kapasitet til å gjennomføre de aller fleste de planlagte onsdags- og torsdagspadlingene. Dog kan vi konstatere at det er til dels vanskelig å fylle opp en lang liste over året med frivillige turledere, og dette gjelder spesielt til ordinære onsdags- og torsdagsturer.



Havpadlegruppa valgte også å tilby i alt fire kvelder med fokus på redning, balanse, lek og noe rulling. Dette var et veldig populært tilbud med høy deltagelse.

En annen viktig kjerneaktivitet er å arrangere dags-, helge- og lengre turer. Det ble gjennomført flere turer i 2024 for et stort spenn av padlere: To lavterskelturer i indre Oslofjord, overnattings-/helgeturer til Håøya, Fjorda og Bohuslän, samt fyrstur fra Lillesand til Risør. Vi arrangerte en sommertur til Helgelandskysten. Videre har det blitt gjennomført flere dagsturer. Sesongen for overnattingsturer ble tradisjonen tro avsluttet med Havpadlegruppa's høstavslutningstur til Smøgen i Sverige.

En nyvinning i 2024 var «mørkepadling» (kveldspadling) og søndagsturer ut fra klubben i november og desember. Disse turene ble tatt veldig godt mot og hadde generelt god eller veldig god deltagelse. Spesielt var julepadling til Aker Brygge den 22. desember svært god deltagelse.

I tillegg arrangeres det mer spontane turer i Oslofjorden som aktivitetsledere kunngjør på Facebook. Medlemmene drar selvfølgelig også på private turer, ikke minst i sommerferien.

Havpadlegruppa legger opp til tilsvarende aktivitetsnivå i 2025. Havpadlegruppas terminliste for 2025 er under utarbeidelse. Tilbudet for 2025 vil sannsynligvis bli marginalt større enn i 2024, og vi vil fortsette arbeidet med «strekke» sesongen med felles aktiviteter fra mars og helt frem til og med desember. Vi vil også fortsette med et økt fokus på kompetanseheving blant aktivitetslederne.

8.7.5 Vintertrening

Havpadlegruppa tilbyr ukentlig styrketrening i klubbens lokaler hver torsdag kveld gjennom vinteren. For vintersesongen 2023-2024 har vi dessverre ikke kunne planlegge med rulletrening og vedlikehold av kompetanse i svømmehall, men det skal vi få til for vintersesongen 2024-2025.

8.7.6 Utstyr

Det er viktig at klubben kan tilby utstyr til medlemmer på turer. Den høye aktiviteten sliter på utstyret. Det var et viktig tiltak å utbedre Zegul-kajakkene for å sikre at skott mellom cockpit og fremre lasterom ikke løsner. Vi håper denne reparasjonen holder en god stund. Vi ser også fram til bedre årer (glassfiber) for havpadlingen, et fåtall nye plastkajakker samt noe nytt sikkerhetsutstyr.

8.7.7 En stor takk rettes til . . .

Havpadlegruppa retter en stor takk til alle de som på frivillig basis bruker sin fritid for å lede turer og andre aktiviteter! Uten dere ville fundamentet for vår virksomhet falt bort.

[Se noen innlegg i kategorien fra Havpadling på okk.org her.](#)

8.8 SUP

OKK har hatt en SUP-gruppe i flere, og det er mange som har stor glede av å padle SUP. Gruppen har hatt faste treningstider en gang per uke gjennom store deler av sesongen. «SUP Oslo kajakklubb» har per nå 200 følgere. Vi har nå blitt 8 sertifiserte instruktører i klubben. Noen er sertifisert for videregående kurs (Open Water). Vi skulle kunne sertifisere egne trenere, men SUP forbundet (ISA) har endret kravene, noe som gjør at vi må vente litt.

SUP-brettene

Klubben har fortsatt flere gode brett: oppblåsbare brett og harde brett for medlemmene. Klubben er derfor godt rustet til introkurs, lek og konkurranse-aktiviteter. Om interessen vokser og lysten for deltagelse i konkurranser, ser vi på mulighet til innkjøp av raskere brett. I 2024 har vi kjøpt flere årer og leash. Dette gjør at vi kan ha store grupper på kurs.

Kursvirksomhet

2 SUP kurs bedrift. Faste treninger hele sesongen på torsdager var også tilpasset introkurs for nye medlemmer. Bra antall instruktører, men sårbare pga. jobbreiser.

Faste aktiviteter

I padlesesongen mai-september har det blitt gjennomført én aktivitet per uke på torsdager. Vi padlet i nærområdet til klubben i Bestumkilen, rundt Killingen og noen ganger lengre turer til Huk.

Vi planlegger for 2025 kurs på torsdager som før. Dersom flere kommer til treninger, vil vi øke til et kurs til på tirsdager. Vi har også deltatt til Seadog med Surfski gruppa. Butikken «Surfsjappa» har gitt oss en SUP foil som demo. Dette er gøy men veldig krevende fysisk. Vi får se om vi klarer dette nå til våren. Barna på sommerleir er veldig glad i SUP som stimulerer til mye bading, lek og moro som igjen gir trygg vanntilvenning og bedre svømmeferdigheter.



SUP-kurs for sommervikarene på sommerleir.



SUP trening



Lek og moro på SUP om sommeren



8.9 Aktiviteter for personer med funksjonsvariasjoner

OKK tilbyr et allsidig aktivitetstilbud for medlemmer med funksjonsvariasjoner og har gjennom hele 2024 hatt et svært aktivt padleår med både aktivitetsdager, kurs, turer, samlinger og egenaktivitet. OKK har utført tiltak innen tilrettelegging og universell utforming (bryggeanlegg, tilgjengelighet, tilpassing av kajaker, utstyr mm.).

Gruppen som deltar på tilrettelagt padling på dagtid hver onsdag, padler andre dager også. Stadig flere har valgt å bli med på kajakturer og integreres i klubbens øvrige aktiviteter.

Takk til våre økonomiske støttespillere og samarbeidspartnere som gjør arbeidet med tilrettelegging for parapadling mulig:



Midler vi mottar støtter tilrettelegging av parapadling og inkluderingsaktiviteter, relevante stødige båter, tilrettelegging- og sikkerhetsutstyr, universell utforming av brygge og anlegg, eller støtte som er med på å finansiere aktivitetskonsulentene og trenere.

Oslo Kajakklubb har i 2024 vært engasjert i en rekke aktiviteter for parautøvere:

- padling på dagtid og turpadling på ettermiddager i ukedagene
- kompetansesamlinger, opplæring av parautøvere og aktivitetsledere
- lavterskelturer med overnatting på øyer i Oslofjorden
- frivillig innsats 14 juni på «Camp Spinal Sommer 2024», i regi av Sunnaasstiftelsen
- deltok på møter om inkludering og paraidrett i regi av NIF og Oslo idrettskrets (erfaringsdeling og samarbeid mellom klubber)
- kurs i tilrettelegging, med deltakere fra OKK Ung lederutdanning
- Aktivitetsdag for parautøvere 1. september med 12 deltakere og opptil 10 tilretteleggere, med stor frivillig innsats.
- Tilrettelagt padling på dagtid: 80 padleturer inkl. dagtid (onsdager), ettermiddag (mandager) og helgeturer med overnatting.
- Individuell oppfølging av parapadlere utenom faste treningstider og aktivitetsdager

Les mer om parapadling i OKK her:

- [Aktivitetsdag for parapadlere 1. september 2024](#)
- [Oslo kajakkklubb – Parapadling – en samling artikler](#)
- [Vellykket satsning på parapadling i Oslo Kajakkklubb](#)
- [Padling med blinde og svaksynte ungdom og unge voksne](#)
- Tilrettelagt kajakkurs hos OKK for CP-gruppe ([artikkel fra CP bladet 3-23](#))
- [Utvidet rapport om tiltaket Padling på dagtid \(2023\)](#)



Aktivitetsdag 1. september 2024. Kajakk med flottører gir økt sidestabilitet og trygghet for parautøvere med høy ryggskade.



Padling på dagtid. Hvilepause og lunsj etter en lengre tur.



Kompetanseheving for parautøvere. Livredningsøvelser må vedlikeholdes og øves på hver sesong

9. Arrangement

Det ble arrangert et NM i kajakkpolo i klubbens lokaler og NM lagbåt/NC6 på årungen. Klubben arrangerte også 3 stk Bien cup som et rekruteringsarrangement.

10. HMS

10.1 HMS for klubbens aktiviteter

Klubbens HMS-rutiner for havpadling og flattvann gjelder også for aktiviteter som SUP, kajakkpolo og tilrettelagt padling. Dette gjør padling i regi av Oslo Kajakkklubb trygt. Grunnleggende redning og HMS er inkludert i eksisterende kursplan i OKK for flatvann, havpadling og surfski, basert på NPFs våttkortstige. HMS dokumenter er samlet og vil oppdateres i den grad som er nødvendig videre. HMS-leder er Helge Hafstad, det er styret og daglig leder som har HMS ansvaret for klubben.

Det henstilles til oppmenn og turledere å rapportere inn hendelser til daglig leder, og det vil komme en enkel registreringsmulighet for hendelser via www.okk.org.

10.2 Arbeidsmiljø og forurensning til ytre miljø

Klubbens aktiviteter forurenser i liten grad det ytre miljø, og kajakk er en miljøvennlig vannsport som i liten grad forstyrrer sjøfugl og annet liv i sjøen. Klubbhuset varmes med elektrisitet som med Nordisk strømmiks er et forholdsvis miljøvennlig energibruk. Klubbens følgebåter bruker bensin, men fart og forbruk er beskjedent.

Arbeidsmiljøet i klubben ansees som godt. Klubben har enkelte ansatte under 18 år, men har ikke registrert spesielle utfordringer i forhold til dette. Det er både kvinner og menn som ansatte, men de to med størst stillingsandel – daglig leder og aktivitetskoordinator – er menn, så kvinnedelen blir dermed lav. Tillitsvalgte, styre og oppmenn i klubben er ikke ansatte og det er både kvinner og menn i funksjonene. Disse funksjonene er helt basert på frivillig innsats.



1. Kommunikasjon

Klubbens hjemmesider, e-post, SMS og Facebook-sider er nå den primære kommunikasjonsformen i det interne og eksterne informasjonsarbeidet i Oslo Kajakklubb. Det er mange som er inne på klubbens hjemmeside. Antall besøkende på OKKs hjemmeside (www.okk.org) er fortsatt høyt.

Det er et mål i 2024 at alle klubbens aktivitetsgrupper regelmessig bidrar med stoff fra gruppens aktiviteter til klubbens nettsider slik at klubbens offisielle informasjonskanal blir et levende og godt besøkt nettsted.

Sosiale medier. Det har vært en klar økning av folk som følger Oslo Kajakklubb på Facebook (se tabell under). Det er imidlertid et mål at alle som følger en av OKKs temasider, også følger OKKs offisielle side. På den måten vil man få en bedre oversikt over hva som skjer i klubben.

	Følgere 2020	Følgere 2021	Følgere 2022	Følgere 2023	Følgere 2024
OKKs offisielle Facebook-side	845	1275	1551	1700	1809
Havpadlerne Oslo kajakklubb	1649	2017	2372	2689	2816
Flåten Oslo Kajakklubb	277	308	328	385	399
OKK Surfski		124	177	203	234
SUP Oslo kajakklubb		95	152	189	200
OKKs offisielle Instagram	237	414	519	671	767

FB-siden har vært en viktig kanal for kommunikasjon rundt planlegging av turer, og for deling av informasjon (tekst og bilder) om disse i etterkant. FB har også vært mye brukt til å organisere spontane og mer private turer medlemmene seg imellom, og den bidrar til å skape interesse eksternt for klubben.

Stor takk rettes til Bjørn Birkeland for teknisk utforming- og vedlikehold av nettsiden.

12. Administrasjon og drift

12.1 Administrasjon

Klubben har en daglig leder på 100% stilling og en aktivitetskonsulent på 100% stilling.

Daglig Leder er ansvarlig for klubbens daglige drift, og har i tillegg lederansvar for klubbens øvrige ansatte og engasjerte (aktivitetskonsulent, kurskoordinator, trenere og instruktører, renhold og reparasjon).



3. utfordringer fremover

Oslo Kajakklubb er et stort idrettslag med en betydelig utvikling de siste 10-15 årene. Vi har et godt fundament for å takle utfordringene vi står overfor. De viktigste er:

- **Videreutvikling av aktivitetene slik at vi er landets ledende klubb for aktive konkurransepadlere og mangfold aktiviteter**
Vi må arbeide godt for å rekruttere flere aktive unge konkurransepadlere. Vi skal også jobbe godt og langsiktig for å utvikle internasjonale topp padlere. Da må vi tilrettelegge for et godt miljø og gode treningsforhold for klubbens aktive konkurransepadlere. Samtidig sikre rekruttering ved at vi fremstår som attraktive for ungdom som ønsker å utvikle seg i et trenings og konkurranse miljø. Klubben bør også sørge for å utvikle mangfoldet av padleaktiviteter slik at vi er komplette innen padlesportens grener. Som landets ledende klubb bør vi ha alle grener og sørge for et tilbud til medlemmer med ulike ferdighetsnivåer.
- **Stor innsats for integrering og miljøskapende arbeid**
Klubbens rolle som sosial og miljøskapende arena er svært viktig. Vi må gjøre vårt ytterste for at folk skal føle glede og tilhørighet ved å komme til klubben. Oslo er i vekst og endring. Byen har et stort mangfold med innbyggere fra alle verdensdeler. Oslo kajakklubb må i de kommende årene fortsette det aktive arbeidet for at ulike minoritetsgrupper integreres i klubben.
- **Sørge for stabilt høyt medlemstall**
Med en robust klubbdrift og gode fasiliteter på plass, er vi i stand til å ha mange medlemmer. Vi har en viktig oppgave i å gi et godt tilbud til byens innbyggere. En stabilt høyt medlemsmasse vil bidra til et levende miljø og stabil økonomisk drift. Klubben bør fortsette arbeidet med aktiv medlemsrekruttering.
- **Sørge for høy standard for våre anlegg**
Høy standard på bygg, anlegg og utstyr er viktig for at klubben skal fungere godt for et høyt medlemstall, og for at vi skal imøtekomme medlemmenes forventninger om en god standard på klubbens anlegg og materiell. Vi må sørge for ferdigstilling av ro- og padlebanen i Bestumkilen, og etablering av permanent kajakpolobane.
- **Sørge for tilstedeværelse i Bestumkilen**
Oslo kajakklubb har hatt tilhold i Bestumkilen siden starten i 1931. Det er et perfekt sted for padling i Oslo. For å beholde gode padlemuligheter og utvikling av klubben, vil aktiv deltakelse i byens utvikling være viktig.
- **Profesjonalisering av klubbens drift og organisering av aktiviteter**
Et stort fartøy er avhengig av et godt maskineri for sikker ferd mot målene. Vi har sørget for profesjonalisering av klubbens drift og organisering av aktiviteter er avgjørende for at padlere på alle nivåer skal trives i klubben. Dette er i tråd med Norges Padleforbunds arbeid for å bygge robuste klubber. Profesjonell drift betyr også god økonomisk styring med god inntektsstrøm de kommende årene. Det er viktig at dette opprettholdes og videreutvikles i de kommende årene.



14. Avslutning og oppsummering

Oslo Kajakklubb har et godt aktivitetsnivå innen alle gruppene i klubben. Det er imidlertid fortsatt mulig å skape mer både når det gjelder rekruttering, breddeaktivitet og toppidrett. OKK er et godt sted å være, og det miljøskapende arbeidet er svært viktig for å holde på medlemmene og redusere frafall.

Styret konkluderer med at klubben har et godt vedlikeholdt anlegg, og vi er godt rustet til å skape padleglede for alle i årene fremover.

for Styret

Oslo, Februar 2025

Sveinung Oftedal