



ÅRSMELDING NJJK 2023

Utarbeidet av styret i
NJJK og behandles på
årsmøtet 28. februar
2024



VEDLEGG 1 - Styrets årsmelding for 2023

Innhold

VEDLEGG 1 - STYRETS ÅRSMELDING FOR 2023.....	2
INNHold.....	2
LEDEREN HAR ORDET.....	4
SPORTSLIG JUDO	5
<i>Knøttejudo.....</i>	<i>5</i>
<i>Nybegynnere barn.....</i>	<i>5</i>
<i>Oransje belte partiet (teknikk og konkurranse –barn).....</i>	<i>5</i>
<i>Teknikk og konkurransepartiet (teknikk og konkurranse ungdom).....</i>	<i>5</i>
<i>Junior/Seniorpartiet.....</i>	<i>6</i>
<i>Crosstrening.....</i>	<i>6</i>
<i>BJJ.....</i>	<i>6</i>
<i>Jentesatsing.....</i>	<i>7</i>
<i>Sommertrening</i>	<i>8</i>
<i>Trenere</i>	<i>8</i>
<i>Påmelding til arrangementer</i>	<i>8</i>
<i>Sosialt.....</i>	<i>8</i>
<i>Graderinger</i>	<i>12</i>
<i>Landslag.....</i>	<i>15</i>
<i>Resultatliste.....</i>	<i>15</i>
SPORTSLIG JIU-JITSU	23
NABOLAGSKLUBB	26



<i>Inkludering</i>	26
<i>Ungdomssatsing/unge ledere</i>	28
<i>Frivillighet og dugnad</i>	28
<i>Klubbhåndbok (nettside)</i>	28
<i>Kompetanseheving i NJJK</i>	29
<i>Valgfritt utviklingsområde: Samarbeid bydel - Samarbeid skole/AKS - Paraidrett - Folkehelsearbeid – Bærekraft</i>	30
UNGDOMSUTVALG.....	31
REKRUTTERING OG MEDIA.....	34
<i>Rekruttering</i>	34
<i>Media</i>	34
<i>Internett og sosiale medier</i>	38
VEDLIKEHOLD.....	39
<i>Rengjøring</i>	39
ANLEGGSKOMITEEN	40
SHOPEN	40
RAPPORT FRA MINNEFONDSKOMITEEN 2023	41
MEDLEMSSTATISTIKK.....	42
LIVSVARIGE MEDLEMSKAP OG ÆRESMEDLEMMER NJJK	45
<i>Livsvarig medlemskap</i>	45
<i>Æresmedlemsskap</i>	46
ÅRETS JUNIOR 2023.....	47
STYRETS ØKONOMISKE BERETNING.....	48

Lederen har ordet

Av: May Linn Hystad, Styrets leder



Vi har vært gode i 2023 og fått til mye!

Styret har også i 2023 jobbet mye med **anlegg**. Vi har virkelig kjempet for at vi skal få de kvm vi har behov for. Vi fikk bekreftet i 2023 at vi nå har fått de kvm vi mener vi har behov for. Vi skulle ønsket at vi fikk enda mer plass til klubbdrift/sosiale, men dette kan vi leve med. Bekymringen vi har nå er nedetiden på 1 år der vi foreløpig ikke har løsning på midlertidig sted å være.

I 2023 ble vi **nabolagsklubb (OIK)**! Dette hjelper oss til å bli enda bedre, med god hjelp fra Oslo idrettskrets. Vi håper å kunne beholde statusen som nabolagsklubb fremover og håper å kunne legge til **kvalitetsklubb (NJF)** i 2024. Se mer om nabolagsklubb senere i årsmeldingen

Økonomi er også noe som har vært i fokus i 2023. I 2023 har styret fortsatt å legge til rette for at de satsende, lovende og unge judoutøverne kan få ekstra utøverstøtte ved å være trenere i klubben. I tillegg støtter vi kraftig økonomisk på klubbturene og til utgiftene for de som er på utviklingslag og landslag.

Vi har jobbet en del med å sende inn søknader for å få midler både generelt til klubben og til enkeltutøvere som har behov for økonomisk støtte. Det er fler og fler som trenger hjelp. NJJK har forsøkt å gjøre det mer synlig at vi finner løsninger slik at ingen må slutte med aktiviteten pga økonomi. Vi fikk også tildelt noen ekstra midler 2023/2024 for å holde kostnadene for foreldrene nede, derfor har vi ikke økt treningsavgiftene verken i 2023 eller våren 2024.

Norges judoforbund sine endringer i organisering av toppidretten har vært en av de store sakene styret har jobbet med. NJJK har ikke vært enig i verken beslutningene eller prosessen rundt disse. Vi har gjort det vi kunne for å påvirke.

Styret har i 2023 jobbet med en **langsiktig plan med tanke på mål, tiltak, ressurser og økonomi**. Styret har i slutten av 2023 vedtatt blant annet følgende for at vi skal kunne klare å drive klubben like bra og kanskje bedre fremover:

- Klubbens drift: Fortsette å effektivisere og delegere til flere.
- Vi har ansatt Martin Thiblin i en prosjektstilling på 1 år der han skal avlaste styreleder og nestleder, lage helhetlig sportslig opplegg, jobbe med klubbutvikling og skaffe nok inntekter til å finansiere stillingen slik at det blir mer enn 1 år. Vi ønsker å ha minst 2 ansatte innen vi får nytt anlegg i 2029.

Vi går en spennende tid i møte og jeg har tro på at tiltakene vi nå har satt i gang vil komme til å løfte klubben til nye høyder.

Jeg vil også takke alle med verv i klubben og som hjelper til med den strålende innsatsen de har gjort i forrige periode. Jeg gleder meg også over å se et økt foreldreengasjement, det håper jeg fortsetter. All hjelp er verdifull for NJJK.

May Linn Hystad, NJJKs leder

Sportslig Judo

Av: Jørn Terje Krekling og May Linn Hystad, Idrettslig ansvarlige
Judo



Knøttejudo

Knøttejudo har vært og er fortsatt et av klubbens populære tilbud til medlemmene våre. I knøttejudo er det lek, bevegelsestrening (ruller, turnøvelser), koordinasjon, balanse og moro som står i fokus og det er få judoteknikker i denne treningen. Birger Aune er primus motor for dette tilbudet i NJJK, men også Karl Henrik har bidratt på trenersiden i 2023.

Nybegynnere barn

Nybegynnerpartiet både våren 2023, og høsten 2023 ble ledet av Rikke og Ognjen. Det var debuten for de to som trenere for barn, og det har fungert veldig bra. Barna trives og disiplinen og holdningene på de to partiene har vært veldig bra.

Gult og oransje lapp partiet

Høsten 2023 slo vi sammen de nygraderte gulbeltene med de som hadde trent et år for å få et litt større samlet parti. Her er det Mansur og Khusein som har vært hovedansvarlig, men bl.a Anisten har bidratt som hjelpetrener. Dette partiet har mange unge utøvere.



Oransje belte partiet (teknikk og konkurranse –barn)

Alfredo, Brice og Branislav har trent dette partiet i flere år nå - de trener tirsdager og torsdager. Det er en stabil gruppe som trener bra og er ivrige på å konkurrere på juba-pool. Utøverne her er blant de yngste i klubben.

Teknikk og konkurransepartiet (teknikk og konkurranse ungdom)

Teknikk og konkurransepartiet som Stig og Jørn Terje har hatt hovedansvaret for har trent bra hele året. Flere av de yngre utøverne har kommet til, og også noen av de største utøverne fra partiene under har kommet til. Onsdagene har Stig hatt Mosa og Lars K som hjelpetrener og mandagene har Jørn Terje hatt Birger og i høst også Egilsten som hjelpetrener. De eldste og mest erfarne utøverne her har også deltatt på flere av utviklingssamlingene i NJFs regi i 2023. Her er det også tilbud om å trene styrke med teknikkveiledning på tirsdagene.



Satsingsgruppen

Satsingsgruppen er de som ønsker å satse mer på konkurransejudo og følgende er inkludert når man er medlem av satsingsgruppen:

- Konkurranselisens
- Noe profileringstøy
- Blir invitert til utenlandsturer på høyere nivå som f.eks. Danish Open, Baltic Sea etc.. der klubben støtter med omtrent 50% av utgiftene
- Ekstra oppfølging av NJJKs sportsapparat iht til planene
- Fra og med 2024: Utviklingssamtale med NJJKs sportsapparat der man setter opp mål og planer for å nå målene

Regionstrening i landslagets regi.

På torsdager har landslaget holdt treninger i våre lokaler og det er stort sett Martin Thiblin som har holdt disse. For å være med her er en nødt til å bli invitert og det kreves at en holder et høyt nok nivå både fysisk og teknisk slik at en kan bidra positivt til en mye tøffere judoøkt enn det klubben holder på mandagene og onsdagene. De fleste ungdommene våre har vært med her, men også en god del andre av våre utøvere har vært på mange av treningene.

Junior/Seniorpartiet

Stephan har vært ansvarlig for partiet som har utøvere som spenner fra hvit belte opp til 4. dan sort belte og fra rene mosjonister til hardt satsende landslagsutøvere. Det er en utfordring å få gitt positive impulser til alle, men Stephan har lyktes godt med å innføre mye dynamisk judobevegelser ofte inspirert av Darcel Yandzis instagram innlegg. I høst har det også vært vellykket med bolker i treningen hvor hver utøver jobber mot sine mål - alt fra graderingstrening, ne-waza, ny teknikker, grep og alt i mellom. Stephan har holdt stort sett alle mandagstreningene, mens på onsdager er det Mathias og Jørn Terje som har holdt treningene.

Crosstrening

Også i 2023 har vi hatt crosstrening. Jihed, og Mansur har vært trenere her i noe som har vært et populært alternativt treningstilbud for de eldre barna og de yngre ungdommene. Matej har bidratt som hjelpetrener og har også holdt noen treninger.

BJJ

Dette tilbudet er satt på vent da vi ikke lenger har trenerressurser her.

Jentesatsing

I 2023 har vi hatt noen arrangementer for jenter/kvinner. I våres samarbeidet vi med OJK om treninger for junior/senior- jenter. Det var litt vanskelig å finne tid som passet alle.



Rett før påske hadde vi egen påskejentejudotrening. I sommerferien hadde vi en egen jentetrening med fokus på selvforsvar for både medlemmer og ikke-medlemmer, dette i forbindelse med sommerprogrammet vi samarbeider med Haugerud IF om.

I høst har vi hatt et samarbeidsprosjekt med Mental Helse og Trosterud skole der 20 jenter fra Trosterud skole 5-7. trinn tester ut judo to ganger.

I 2024 har vi planlagt egne jentetreninger hver uke som er åpne for alle i regionen.



Sommertrening

Vi hadde også i 2023 ekstra sommertrening for både medlemmer av klubben og helt nye som ville prøve judo. Dette ble arrangert i samarbeid med Haugerud IF.

Trenere

Oversikt over trenerne i 2023 står litt senere i rapporten. Vi beklager på det sterkeste eventuelle forglemmelser. Vi ønsker å takke alle sammen for solid innsats og engasjement i året som gikk og håper dere fortsetter med det gode bidraget til klubben. Spesielt takk til de trenerne som bidrar mange ganger i uken.

Påmelding til arrangementer

Informasjon om påmelding til alle arrangementer går via våre nettsider. Du blir der eventuelt henvist videre til ekstern påmelding eller til intern påmelding. Intern påmelding brukes til større turer der deltaker kun skal betale en egenandel eller av andre årsaker det er hensiktsmessig å bruke dette. Mindre arrangementer som Juba pool og Østlandscup dekkes av utøveren selv når de melder seg på via ekstern lenke du kommer til ved å trykke på påmeldingsknappen på arrangementet på våre nettsider.

Om noen skulle slite økonomisk med å få til å betale treningsavgift eller deltakelse på et arrangement kan man ta kontakt med klubbens leder som finner en løsning for dette enten ved å søke bydel om midler for dere eller lignende.

Sosialt

Vi har hatt flere sosiale arrangementer i tillegg til vanlig trening i 2023.

- Sommeravslutning ungdomspartiet ble flott arrangert av Ognjen og Matej som en del av oppgaven i forbindelse med Lederkurs for ungdom. Med god hjelp fra Rikke og foreldre gikk dette veldig fint. Det ble bading, grilling og veldig hyggelig.



- Nybegynnerparti, gulbelteparti og oransjepartiet hadde egen avslutning på Lucky Bowl Veivet. 35 glade barn og ungdommer var med. Bowling, pizza, slush og is var suksess 🎳 🎉 😊 Også her var det flere foreldre som hjalp til som gjorde det enkelt å arrangere.



- Høsten 2023 arrangerte Rikke og Ognjen igjen NJJKs sagnomsuste natttrening, første gang etter pandemien, som var kjempesuksess blant alle barna og mange av ungdommene.



- NJJKs nye ungdomsutvalg arrangerte Innebandy og filmkveld for Oransjebelter og Teknikk/Konkurranse gruppen.



- Rett før jul ble det på nytt arrangert klubbmesterskap, hvor det var god deltakelse og veldig god stemning og mye gøy.



- Vi hadde et prøveprosjekt med julebord for nybegynnerparti, som ble veldig vellykket! Neste år utvider vi nok konseptet.



- Høsten 2023 samlet over 20 av de utøverne på voksenpartiet seg på restaurant Coyo, en av Kawal sine restauranter hvor vi fikk en utrolig hyggelig kveld med god mat og drikke og hyggelig sosial samling. Geir, Anders og Kawal tok ansvaret for organiseringen.



Graderinger

Vår 2023 - 52 klubbgraderinger:

6. mon m/gul lapp (Hvitt med gul lapp)	Gult halvbelte (5. mon) – 13 stk - Victor Shumeyiko - Ebba Pedersen Bille - Ayna Bekhoev - Martin Alekseevich Don - Emil Tallot - Adam Rami Granerud Samandar - Vetle Thomasson Ødbehr - Aryan Noristani - Marianna Moskalets - Mikkel Sandbakken - Adam Suliman - Abraham Suliman - Dani Aleksander Battakh-olsen	5. mon med oransje lapp (gult halvbelte med oransje lapp) – 10 stk - Komang Angeleeca Maya Sitara Ytterland - Ayden Saeed - Benjamin Vimo Garner - Yafet Yohannes Beyene - Ronaldo Torres Hernandez - Aya Misimovic - Mea Misimovic - Khasan Adlanovitsj Bakajev - Aadya Sharma - Hafsa Mohamed
4. mon (oransje halvbelte) – 3 stk - Jamal Almaanee - Mostafa Josefi - Vinjar Kong	4. mon med grønn lapp (er) – 15 stk - Rolf Klem-Hewitt - Filip Duda Hildrum (to grønne lapper) - Ludvik Anker Løken - Theodor Martin Løken - Arlen Talantovitsj Utenov - Zina Lylia Abbad - Adem Abbad - Gabriel Meland Nygaard - Aleksandar Bartolovic - Linmary Elizabeth Castro Cacal - Luis Borja Chinchilla - Liam Kyung Min Thierry Fournier - Daniel Larosi - Sophie Jilacopa Povelsen - Celine Traavik	3. mon (grønt halvbelte) – 2 stk - Matheo Larosi - Matej Mikic
3. mon med blå lapp (er) Huy Martin Huynh	2. mon Linus Bråthen Håkedal	1. mon (brunt halvbelte)
5. kyu (gult halvbelte 14år +) – 3 stk - Adlan Visaitovitsj Sukasjev - David Vimo Garner - Ole Haley	4. kyu (orange halvbelte 14år +) Sofia Lorentzen Larosi	3. kyu (grønt halvbelte 14år+)
2. kyu (blått halvbelte 14år+) Alexander Shumeyiko	1. kyu (brunt halvbelte 14år +) Egilsten Pius Amarasekara	
1.Dan Birger Aune	2.Dan	3.Dan

Høst 2023 - 51 klubbgraderinger:

Gult halvbelte (5. mon) - Mathias Zamsa - Kaisa Hystad Vasaasen - Vilja Smedhaugen Solem - Teim Sam Saeed - Mohini Sahni - Elise Moldovan - Ngoc Trinh Thi Nguyen - Bilal Adem - Neda Nazari - Melek Adem - Ferdinand Müller - Magnus Søråa Odland - Brage Tryggestad Dankel - Tobias Øystad-Larsen - Oliver Salas-ween - Ida Eckhoff - Olai Mjøs Veberg	  	5. mon med oransje lapp (gult halvbelte med oransje lapp) - Dani Aleksander Battakh-Olsen - Aryan Noristani - Ayna Bekhoev - Marianna Moskalets - Abraham Suliman - Adam Suliman - Martin Alekseevich Don - Adam Rami Granerud Samandar - Abbas Ali Alhusseini - Victor Shumeyiko - Merry Rashidyan - Vetle Thomasson Ødbehr
4. mon (oransje halvbelte) - Farida Amin Furehaug - Ayden Sam Saeed - Kaira Bansal - Mikkel Sandbakken - Aya Misimovic - Mea Misimovic - Ronaldo Torres Hernandez - Yafet Yohannes Beyene - Benjamin Vimo Garner - Yacoub Awanzo	4. mon med grønn lapp. Mohammed Yahia 	3. mon (grønt halvbelte) - Zina Lylia Abbad - Alexander Bartolovic - Teodor Karanovic
3. mon med blå lapp Dino Salimi	2. mon - Matheo Larosi - Sabella Zeremariam Yohannes - Huy Martin Huynh	1. mon (brunt halvbelte)
	4. kyu (orange helbelte 14år +) - Komang Angeleeca Maya Sitara Ytterland - Gabriel Meland Nygaard (med 2 grønne lapper) - Sofia Lorentzen Larosi (med 2 grønne lapper) - Mostafa Josefi (med 2 grønne lapper)	3. kyu (grønt helbelte 14år+) Matej Mikic
2. kyu (blått helbelte 14år+) Linus Bråthen Håkedal	1. kyu (brunt helbelte 14år +)	Dangrader 1. Dan: Lars Knoll 3. Dan: Mathias Hansen

Grad		Vår 2017	Høst 2017	Vår 2018	Høst 2018	Vår 2019	Høst 2019	Høst 2020	Vår 2021	Høst 2021	Vår 2022	Høst 2022	Vår 2023	Høst 2023
6. mon +	Hvitt med gul lapp	0	0			0	14	12						
5. Mon	Gult (stripe)	21	24	26	21	16	0	7	9	30	11	19	13	17
5. Kyu	Gult (helbelte)	5	1	1	8	1					0	0	3	
5. Mon +	Gult (Stripe) med oransje lapp	26	0	10	10	12	14		4	10	17	2	10	12
4. Mon	Oransje (stripe)	6	20	2	5	10	4	3		5	8	11	3	10
4. Kyu	Oransje (helbelte)	1	2	0	0	5			1	1	0	1	1	4
4. mon +	Oransje (stripe) med grønn lapp	2	9	17	4	7	4	1		7	6	13	15	1
3. Mon	Grønt (stripe)	7	3	5	12	1	4				0	0	2	3
3. Kyu	Grønt (helbelte)	0	2	1	1	1	1						0	1
3. mon +	Grønt (stripe) med blå lapp	7	12	5	6	10	8	1		2	1	2	1	1
2. Mon	Blått (stripe)	0	0	10	3	2	2	5			0	0	1	3
2. Kyu	Blått (helbelte)	4	1	1	1	0				2	2	3	1	1
1. Mon	Brunt (stripe)	0	0	0	0		3				0	0	0	
1. Kyu	Brunt (helbelte)	0	0	1	1	2					0	0	1	
		79	74	79	72	66	54	29	14	57	45	51	52	53
		153		151		120		29	71		96		105	

Landslag.

I 2023 var følgende på landslaget:

Khusein Dudorkhanov (senior), Mansur Abubakarov (U21), Rohil Noor(U21) og Egilsten Pius Amarasekara(U21) tatt ut på landslaget. I tillegg ble Mosa Soslangireev tatt ut på NJFs utviklingsgruppe U21.



Resultatliste

VM U21

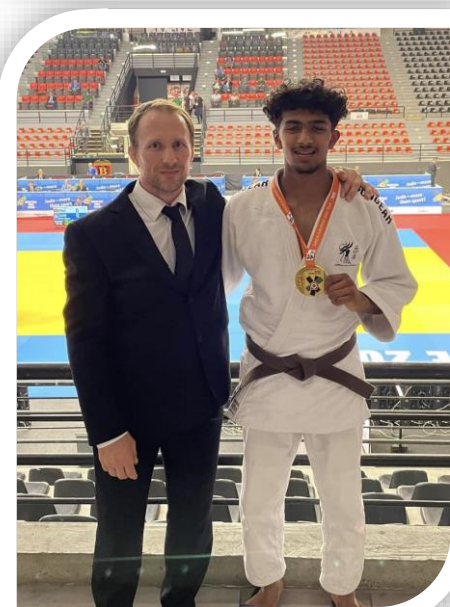
Egilsten Pius Amarasekara deltok fra NJJK og var tatt ut som eneste utøver fra Norge. 1 tap.

EM U21

Egilsten Pius Amarasekara deltok fra NJJK og var tatt ut som eneste utøver fra Norge . 1 seier/1 tap

Europa cup

Egilsten Pius Amarasekara vant EC Makedonia(U21) og har 12 kampseire, Rohil Noor har 2 seire og en 7. plass fra EC Makedonia(U21). Khusein har 4 kampseire i EC og en 7. plass EC Portugal(Senior).



Nordisk mesterskap – Norge (Drammen)

Gull

- Egilsten Amarasekara Pius U21 Herrer -60
- Rohil Noor U21 Herre -90

Sølv

- Egilsten Amarasekara Pius Senior Herrer -60

Bronse

- Bård Nesbø Skreien Senior Herrer -100
- Mosa Soslangireev – U21 Herrer -73



Andre Internasjonale resultater

Baltic Sea Finland

Sølv

- Max Hoven U15 -60

Green Hill Open Stockholm

Bronse

- Max Hoven U15
- Max Hoven U18
- Celin Traavik U15



Matsumae Cup

Gull

- Max Hoven

Bronse

- Khusein Dudorkhanov

Copenhagen Open

Sølv

- Max Hoven MU15-55

Bronse

- Khusein Dudorkhanov MO18-73
- Rohil Noor MO18-90



Krakow Open
Gull

- Rohil Noor U21 -90

Bronse

- Mansur Abubakarov U21 –73

Budo Nord
Gull

Rikke Folkvord U21– 70 kg

Bronse

- Mosa Soslangireev U21 Herrer -73
- Mosa Soslangireev Sr Herrer –73
- Egilsten Amarasekara U21 Herrer -60



NM individuelt

Gull

- Mansur Abubakarov -73 U21 Herrer
- Rikke Folkvord -70 U21 Damer
- Rohil Noor -90 U21 Herrer

Sølv

- Mosa Soslangireev -73 U21 Herrer
- Mosa Soslangireev -73 Senior Herrer
- Rohil Noor -90 Senior Herrer
- Rikke Folkvord -70 Senior Damer

Bronse

- Mansur Abubakarov -73 Senior Herrer
- Bård Nesbø Skreien -100 kg Senior Herrer
- Una Rojahn -57 U21 Damer

NM Lag - ble ikke arrangert i 2023

Norges cup

NJJK ble i 2023 Norges 3. beste klubb i NCUP med 176 poeng, bak Ippon(1) og Levanger(2).

NJJK ligger på 4. plass på beste jenteklubb. Levanger, Trondheim og Nidaros tar plassene foran oss

Rikke Folkvord ble beste utøver for Senior Kvinner

830 cup Kongsberg

Gull

- Rikke Folkvord Sr Jenter –70

Sølv

- Max Hoven U18 +66 kg

Bronse

- Una Rojahn
- Max Hoven



Fredrikstad Open

Gull

- Max Theodor Hoven MU15 -60
- Shayan Shamloo MU18 -55
- Rikke Folkvord Senior-70

Sølv

- Shayan Shamloo MU15 -60
- Mostafa Josefi MU18 -55
- Max Theodor Hoven MU18 -60
- Lilian Kryker WU18 -52

Bronse

- Komang Angeleeca Maya
Sitara Ytterland WU15 -44
- Lilian Kryker WU15 -44
- Sabella Zeremariam Yohannes
WU15 -57



Åpent trøndersk

Gull

- Rikke Folkvord Senior
Kvinner -78

Sølv

- Max Theodor Hoven U15
Gutter -60

Bronse

- Sofia Larosi U15 Jenter -52
- Brice Fournier Senior
Herrer -73



Ippon Cup

Gull

- Max Theodor Hoven U15 Gutter -55
- Mansur Abubakarov U21 Herrer-73
- Mansur Abubakarov Senior Herrer-73
- Egilsten Amarasekara Pius U21 Herrer -66

Sølv

- Lilian Kryker U15 Jenter -40
- Rikke Folkvord Senior Damer +63

Bronse

- Mosa Soslangireev U21 Herrer -73
- Mosa Soslangireev Senior Herrer -73
- Shayan Shamloo U15 Gutter -55
- Sofia Larosi U15 Jenter -63
- Ognjen Radosavljevic U18 Gutter -81
-



Landsstevnet

Bronse

- Shayan Shamloo U16 Gutter -54
- Max Theodor Hoven U16 Gutter -56
- Matej Mikic U16 Gutter -56
- Komang Angeleeca Maya Sitara Ytterland U16 jenter -44



Deltakelser i NCUP (U18, U21, Senior)

Stevne	2023	2024	2025	2026
Åpent trøndersk mesterskap	5			
Ippon cup	9			
NC Fredrikstad	9			
NC Kongsberg/ 830 CUP	4			
NM	6			

Deltakelser i barne og ungdomstevner lavere nivå

Stevne	2022	2023	2024	2025
JubaPool 1	14	16		
JubaPool 2	12	14		
JubaPool 3	17	19		
JubaPool 4	15	19		
Østlandscup 1	17	9		
Østlandscup 2	1	9		
Østlandscup 3	13			
Østlandscup 4				
Klubbmesterskap	?	39		



Sportslig Jiu-Jitsu

Av: Arne Ivar Hansen



2023 aktivitetskalender:

Fokuset vårsemesteret var rett og slett å ta vare på den aktive kjernen samt jentene våre, med tanke på å videreføre jentekurs til høsten, samt få frem flere som kan holde jentekurs. Kurset i Februar ble holdt av Eileen og Susann, som også gjorde en god innsats for å få spredt informasjon om kurset på sosiale media. Vi holdt også jentekurs i Oktober, med Eileen og Susann som instruktører, og også her var det greit oppmøte. Påmelding direkte via klubbens side fungerer bra.

Vi har deltatt på fire treningsleirer i Sverige:

- Instruktørleir i Halmstad i Februar (2 deltagere). Her ble Arne Ivar utnevnt til Forbundsinstruktør.
- Leir for høyere graderte i Halmstad i Mai (2 deltagere).
- Sommerleir Katrineberg Folkehøyskole (4 deltagere), med Tom gradert til 1 Dan
- Juleleir i Gøteborg første helgen i Desember (3 deltager)



Benny Eriksson (8 Dan) gir Tom noen gode tips på spsialleiren i Mai, og demonstrerer ett av systemets prinsipper "bestemthet" ved felling av Arne Ivar.
Den "Glada norske gruppan" på sommerleir:



Tom, Rune, Susann og Steffen på Sommerleir.



I høst prøvde vi å lokke med Yoga og JiuJitsu som Søndagstrening - det var veldig bra, og neste år håper vi å nå flere utenfor vår enge krets. Siste leir i 2023 var Juleleiren i Gøteborg - Ola og Rune kjemper om staven!

Det ble utført to graderinger i vår/sommer og to før jul:

Vår	Høst
3. kyu til Susann Nashat-Gullbekkhei	5. kyu til Thomas Ferniss
1. Dan til Tom Rikenberg	2. kyu til til Susann Nashat-Gullbekkhei

Tom graderte som fortjent til 1 Dan på årets sommerleir. Graderinger til høyere grader er kun mulig to ganger i året, på sommerleiren i Juni, eller på juleleiren i Gøteborg.

Steffen gratulerer Tom med 1 Dan - Sommerleir 2023

Trenerutvikling: Vi følger Sveriges Jiujitsu Forbunds (SJF) sin trenerstige. Trinnene på trenerstigen er: Forbundsaspirant, Klubbinstruktør, Forbundsinstruktør, Spesialinstruktør og Daninstruktør. I tillegg har vi gradene til forbundets to høyeste graderte som er Biträdande Riksinstruktør og Riksinstruktør. Det er Benny Ericsson 8 Dan som er SJF's Riksinstruktør, og den ledende kraften i vårt system.

NJJK har nå to Forbundsinstruktører, en Klubbinstruktør og en Forbundsaspirant. Vi har tro på at vi snart har to Klubbinstruktører.



Satsning 2024:

Jiu-jitsu har de siste årene jobbet målrettet med å videreutvikle jentekurset basert på erfaringene gjort underveis, og dette vil vi nå ta med inn i 2024. Vi har nå et godt opplegg rundt jentekurset, og jobber videre med et bedre opplegg rundt markedsføring via sosiale media for å nå den egentlige målgruppen, unge kvinner opp til 19 år. Dette er nødvendig for å beholde støtten fra Oslo Idrettskrets, og her har vi tro på at Martin kan hjelpe til i sin kontakt med skolene.

Vi må fortsatt jobbe for økt aktivitet, eksponering og medlemsmasse.

Planlagte aktiviteter i 2024:

- Mer og bedre bruk av sosiale medier, få på plass videosnutter som kan deles
- Vurdere heldags trening med " premium " gjestetrener i løpet av våren eller høsten 2024, det er mange som uttrykker ønske om en treningshelg i Oslo.
- Fortsatt fokus på i forhold til sort belte, og kyu grader. Vi ønsker at våre medlemmer er blant de beste på knivteknikker ved graderinger.
- Fokus på instruktørutdanningen, dvs delta på instruktørsleirer i Sverige
- Selvforsvar jente/kvinnekurs -planlegger kurs vinter og høst
- Ekstra lørdagstreninger
- Delta på årets sommerleir nær Falkenberg og juleleir i Gøteborg.

Nabolagsklubb

Av: May Linn Hystad

[Nabolagsklubb \(njjk.no\)](http://njjk.no)

NJJK er blitt tatt opp i Oslo idrettskrets(OIK) sitt program Nabolagsklubb!



Styret sendte inn søknad om å bli tatt opp i programmet i slutten av 2022 og vi er veldig glade for at OIK har troen på oss og har tatt oss med for året 2023.

Som Nabolagsklubb har Norsk Judo og Jiu-jitsu Klubb sagt seg villig til å jobbe for at alle barn og unge har muligheten til å drive idrett med venner i eget nærmiljø. Deltagelse skal ikke begrenses av familieøkonomi, etnisitet, kultur, kjønn, legning eller mangel på sportslige ferdigheter. Idrettslagets virksomhet skal understøtte frivilligheten i lokalmiljøet

Norsk Judo og Jiu-jitsu Klubb skulle i 2023 arbeide med disse innsatsområdene i programmet:

- Inkludering
- Kompetanse
- Frivillighet og dugnad
- Ungdomssatsning
- Klubbhåndbok
- Valgfritt utviklingsområde:
 - Samarbeid bydel
 - Samarbeid skole/AKS
 - Paraidrett
 - Folkehelsearbeid
 - Bærekraft

Kjennetegn ved en nabolagsklubb:

- Idrettslaget har en visjon, verdier og tydelige planer for aktiviteten
- Idrettslaget har konkrete tiltak for å rekruttere flere fra lokalmiljøet
- De tillitsvalgte har kompetanse i tråd med sine oppgaver

Dere kan lese mer om nabolagsklubb her: [Nabolagsklubb \(idrettsforbundet.no\)](http://idrettsforbundet.no)

Inkludering

Vi har gjort flere tiltak innenfor inkludering:

Økonomi som barriere

- Vi har gjort det mer synlig at man kan søke om støtte til treningsavgift og deltagelse på stevner både på nettsiden og i utsendt e-post. Flere har benyttet seg av denne muligheten.
- Søkt etter flere steder å søke midler. Fikk tilslag på Borifondet slik at vi har fått støtte til innkjøp av treningsutstyr. Borifondet skrev også en kjempeseremoni reportasje om klubben med fokus på nabolagsklubb: [Den viktige nabolagsklubben - BORI BBL](#)

- Tiltak: En tur i året skal være gratis: Dette førte til at flere deltok til vår tur til BUDO NORD, et arrangement med konkurranse og treningsleir i Sverige.

Inkludering av alle uansett etnisitet, kultur, kjønn, legning, sportslige ferdigheter eller forutsetninger.

- Endret visjonen vår slik at den passer bedre med hva vi jobber for: "NJKK- din andre familie"
- Deltatt i Oslo Pride paraden
- Deltatt i samarbeidsmøter med alle aktører i nærmiljøet arrangert av politiet
- Kompetanseheving ADHD, deltatt på kurs i ADHD i Barneidretten
- Judo for blinde, se punkt under.



Jentesatsing

- Vi arrangerte egne arrangementer for jenter for å skape et bedre miljø for jentene som foreløpig er i mindretall i klubben.
- Samarbeidsprosjekt med Mental Helse og Trosterud skole om prosjekt slagkraft der 20 jenter fra Trosterud skole 5-7. trinn tester ut flere idretter, blant annet judo.
- Gratis selvforsvarskurs for jenter/kvinner 2 ganger i året (2 kvelder hvert kurs)
- Foredrag om trenerrollen for jenter i regi av NJF



Ungdomssatsing/unge ledere

- Valgt inn en ungdom til å sitte i styret
- 2 ungdommer på lederskurs for ungdom
- Flere ungdom på trenerkurs
- Flere ungdom som trenere. Ungdom som tar rollen som trenere får mer støtte til turer.
- La ungdom få arrangere for ungdom – Avslutning Sognsvann og bowling
- Opprettet ungdomsutvalg, se referat senere i arapporten.
- Flere ungdommer på ulike kurs, se under kompetanseheving senere i rapporten.
- Startet på et prosjekt "Ulike veier å gå i NJJK" for å tilrettelegge for at alle ungdommer har muligheten til og er informert om flere veier man kan gå i klubben – som dommer, leder, utøver, mosjonist.

Frivillighet og dugnad

- Opprettet egen side på nettside med informasjon om frivillighet. Sendt ut nyhetsbrev med informasjon. Dette førte til punktet under:
- Opprettet en fiksegruppe med 4 fedre som gjør smått og stort av vedlikehold, transport av matter og diverse dugnad. Disse har fått egne klubbgensere og t-skjorter for å vise at de tilhører gruppen.
- Foreldremøter for å engasjere foreldrene til å bidra.
- Arrangert KICK OFF 25. august 2023 for styret, trenere og andre ivrige støttepersoner. Her gikk vi igjennom "Rent idrettslag" og planla høstens treninger. Dette var både for å engasjere frivilligheten og for kompetanseheving.

Klubbhåndbok (nettside)

Vi har en del på plass allerede med tanke på klubbhåndbok men holder nå på å sy sammen etter NIF sin mal for dette, klubbhåndboken kommer til å inneholde mange lenker til informasjon som ligger på nettsien slik at vi unngår at innhold ligger dobbelt opp og vi må endre flere steder ved endringer.

Vi har startet arbeidet her: [Klubbhåndbok \(njkk.no\)](https://www.njkk.no) . Denne siden er under arbeid.

Kompetanseheving i NJJK

Som en del av nabolagsklubb har vi økt fokus på kompetanse og kursing av tillitsvalgte og medlemmer i klubben. I 2023 deltok vi på følgende:

01.01.2023	Trener 2 e-læring, forberedelser og valgfri fordypning Judo	Jørn Terje Krekling
06.01.2023	Trener 2 kurs Norges Judoforbund (Helg 1)	Jørn Terje Krekling
18.01.2023	Valgkomiteens ansvar og oppgaver – digitalt	Birger Aune
23.01.2023	Klubbtiltak Samling Nabolagsklubber	Jørn Terje Krekling
04.02.2023	SJJF Instruktørleir	Arne Ivar Hansen, Magnhart Johannesen
08.02.2023	SF Økonomikurs – Februar 2023	May Linn Hystad
24.02.2023	Trener 2 Kurs Norges Judoforbund (helg 2)	Jørn Terje Krekling
04.03.2023	Mangfold og inkluderingsamling	May Linn Hystad
16.03.2023	Digitalt Klubbtiltak Nabolagsklubb – NJJK	May Linn Hystad, Jørn Terje Krekling
17.03.2023	Lederkurs for ungdom 15-19 år, del 1 Mars 2023	Ognjen Radosavljevic, Matej Mikic
26.04.2023	Frivillighetsforum Bydel Alna: Rekruttering og synliggjøring av frivillig aktivitet	May Linn Hystad
28.04.2023	Trener 1 Judo (kurshelg) Trondheim	Rikke Folkvord
06.05.2023	SJJF leir for høyere graderte	Arne Ivar Hansen, Tom Rikenberg
30.05.2023	SF Klubbtiltak Paraidrett erfaringsutveksling	May Linn Hystad
06.06.2023	SF Temakveld om ADHD i Barneidretten	May Linn Hystad
15.06.2023	Klubbtiltak Ungdomsutvalg Workshop 1 – NJJK	11 ungdommer
	SF Digitalt Klubbtiltak – Informasjonsmøte for	
22.06.2023	tilskuddsmottakere ferieaktiviteter	May Linn Hystad
		Steffen Rikenberg, Tom Rikenberg, Susann
29.06.2023	SJJF Sommerleir	Nashat, Runde Sandnes
29.08.2023	Lederkurs for ungdom 15-19år, del 2 – oppfølgingssamling	Ognjen Radosavljevic, Matej Mikic
31.08.2023	Klubbtiltak Ungdomsutvalg Workshop 2 – NJJK	7 ungdommer
		Ognjen Radosavljevic, Anisten Pius,
17.09.2023	Hjelpetrenerkurs Judo Bærum	Gabriel Nygaard, Matej Mikic, Max Hoven,
19.09.2023	SF Idrettsrådstilltak ISU Alna	Sofia Larosi
		May Linn Hystad
		May Linn Hystad, Jørn Terje Krekling, Lars
		Knoll, Egilsten Amarasekara, Stephan
23.09.2023	Trenerfestivalen Judo	Röhr, Mansur Abubakarov, Alfredo
		Chinchilla, Birger Aune, Arne Midtlund,
		Kawal Singh, Brice Fournier, Stig Traavik,
		Qudsia Khalili, Farhad Hazrati
19.10.2023	NJF foredrag: Trenerrollen for jenter/Kvinner	May Linn Hystad
26.10.2023	Ungdomssamling med Oslo idrettskrets	Sofia Larosi, Gabriel Meland Nygaard
31.10.2023	Klubbtiltak Områdesamling Groruddalen – Nabolagsklubber	Jørn Terje Krekling
13.11.2023	SF Digitalt Klubbtiltak Infomøte Lederkurs for ungdom	May Linn Hystad
	Idrettsglede for alle: Hvordan styrke treneren for å bedre	
14.11.2023	forstå adferd som utfordrer	May Linn Hystad
07.12.2023	Klubbtiltak – NJJK – Ungdom del 3	Ungdomsutvalget
		Arne Ivar Hansen, Rune Sandnes og
Des 2023	SJJF Juleleir Gøteborg	Magnhart Johannesen

I tillegg har vi deltatt på flere utviklingssamlinger og informasjonsmøter i regi av Norges judoforbund. Vi har også brukt tid på å følge opp at alle trenere har politiattest og trenerattest. Vi har hatt fokus på å få flest mulig ungdommer på kurs.

Valgfritt utviklingsområde: Samarbeid bydel - Samarbeid skole/AKS - Paraidrett - Folkehelsearbeid – Bærekraft

Vi har i 2023 fokusert på utviklingsområdene Paraidrett og folkehelsearbeid. Planleggingen av å rekruttere flere svaksynte/blinde til judo er startet. Etter å ha fått de rette kontakter fra Oslo idrettskrets samarbeidet vi med Norges blindedeforbund om judotilbud på ungdomsleiren i Hurdal. Vi synes dette var veldig vellykket og ønsker å fortsette med å gi tilbud til svaksynte/blinde i egen klubb. Vi hadde med oss flere av ungdommene til å gjennomføre judotilbudet. Virket som om dette var inspirerende for oss alle.

Vi planla også å starte med tilbud om fallteknikk for eldre. Trenerne våre skulle kurses i dette på høsten men dessverre ble kurset fra Norges judoforbund avlyst. Vi satser på å få tilbud om fallteknikkurs for eldre og tilbud for blinde/svaksynte i 2024.

Bilder fra sommerungdomsleiren i Hurdal under:



Ungdomsutvalg

Av: Ognjen Radosavljevic og May Linn Hystad

I 2023 opprettet NJJK et eget ungdomsutvalg i samarbeid med Oslo idrettskrets.

Målet med ungdomsutvalget er økt ung medbestemmelse, ved at ungdommer er med å bestemme hvordan idretten, organiseringen og sosiale aktiviteter i idrettslaget utformes. Ungdomsutvalget setter i gang aktiviteter av ungdom, for ungdom.

Fordeler med å sitte i utvalget:

- Få være med å bestemme hvordan det skal være i NJJK og hvilke aktiviteter som gjennomføres
- Verdifulle erfaringer som kan brukes videre i livet
- Attest som du kan bruke på din CV
- Du vil få relevante kurs og workshops hos OIK helt gratis.
- Møter andre hyggelig ungdommer som også ønsker å være med

Ungdomsutvalget har organisert seg slik i løpet av 2023 og består av:

- Leder: Ognjen Radosavljevic
- Nestleder: Sofia Larosi
- Medlemmer: Rikke Folkvord, Gabriel M. Nygaard og Matej Micic

Veileder for utvalget er May Linn Hystad

Ungdomsutvalget har møter etter behov, minst en gang i måneden.



Sammen med OIK har vi etablert selve utvalget og kommet i gang med ulike prosjekter i NJJK:

- Vi har hatt fokus på kompetanseheving og nettverksbygging.
 - 4 ungdommer deltok på hjelpetrenerkurs i september.
 - 2 ungdommer deltok på lederkurs for ungdom i regi av OIK
 - 2 ungdommer deltok på ungdomssamling i regi av Oslo idrettskrets
- Vi har hatt flere arrangementer og planlegger flere.
 - Innebandy og filmkveld
 - Natttrening





Rekruttering og media

Av: May Linn Hystad

Rekruttering

Flyere/ Plakater/Banner:

- Familieaktivitetsdagen i Haugerudparken i mai
- Trosteruddagene i september
- Delt ut flyere på skoler og barnehager både vår og høstsemesteret.
- Plakater ble hengt opp på butikker, oppslagstavler, stolper.
- Banner hengende ute på brua

I 2023 har vi fått mer hjelp av foreldre til dette arbeidet. Dette setter vi veldig pris på.

Internett/Sosiale medier:

- Nyhet på forsiden av www.njjk.no om oppstart både høst og vår.
- Egne arrangement på facebook for nybegynnerstart 7-14, knøttejudo som vi har betalt annonsering på.
- Vi har fått fin annonsering under Familiedagen på Områdeløft Trosterud og Haugerud sine facebooksider.
- Instagram. Hjemmeside/Facebook/avis har blitt prioritert over instagram, her burde vi komme mer på banen

Trening på skoler og lignende:

- Vi har dessverre ikke hatt samarbeid med Trosterud skole i 2023 som er en av faktorene for at lavere medlemstall i 2023 sammenlignet med 2022. Vi håper å få satt i gang dette i 2024.

Media

Etter 2022 der vi kom med i netflix-serien om

Lørenskog/Tom Hagen saken, Jørn Terje viste fallteknikk

på God morgen Norge TV2 og klubben med profiler kom i helteboka til groruddalen så har det vært litt stille fra NJJK på TV og i bøker.

Derimot var det en veldig bra artikkel om klubben fra Borifondet som ga oss treningsutstyr. Dere kan lese den her: [Den viktige nabolagsklubben - BORI BBL](#)



 Områdeløft Trosterud og Haugerud
24 April 2023 · 🌐

Norsk Judo og Jiu-Jitsu klubb (NJJK) er med på Familiedagen i Haugerudparken den 10.mai fra kl.17-20 📍

NJJK har ca. 450 medlemmer med bakgrunn fra over 35 land og holder til under Haugerud skole 📍

NJJK har som mål å være et «andre hjem» for sine medlemmer og har ekstra fokus på verdiene inkludering, utvikling og respekt. Klubben ønsker å tilby medlemmene et tilbud av høy kvalitet uansett nivå. NJJK er blitt tatt opp i Oslo idrettskrets sitt program Nabolagsklubb i 2023 og jobber hardt for å bli et enda bedre idrettslag for nærmiljøet 🥳

-Kom og prøv Judo på familiedagen. Lær å falle riktig eller kast rundt på en venn. Vi gleder oss til å ha det gøy sammen med dere, sier May Linn, leder for Judo og Jiu-jitsu klubb.

Lenke til arrangementet 📍 <https://fb.me/e/FAkZ1z4d>

Akers Avis Groruddalen:

- 12.07.2023: "Sommeraktiviteter", info om sommertilbud i hele Groruddalen
- 21.07.2023: "Store ambisjoner i NJJK", Oppsummering av gode tiltak og satsinger, turer vår 2023
- 28.07.2023: "Sommeraktiviteter på Haugerud/Trosterud", info om judotilbud i sommerferien
- 02.08.2023: "Sommeraktiviteter på Haugerud/Trosterud", info om judotilbud i sommerferien
- 16.08.2023: "NJJK ønsker nye medlemmer velkommen!", Annonse nybegynnerstart halvside
- 18.08.2023: Liten annonse om judo nybegynnerstart
- 23.08.2023: "Heftig omgang på judomatta som avslutning på skoleferien", reportasje om sommertilbudet.
- 25.08.2023: "Haugerudgutten Egilsten med sensasjonelt judogull: Nå kutter han ut sjokolade og godis for å bli olympisk mester", Egil tok EC gull U21
- 20.09.2023: "NJJK klinte til i Polen", referat fra Krakow
- 29.11.2023: "Solid medaljefangst for NJJK under judo-NM i Bodø"



Store ambisjoner i NJJK

NJJK har hatt et travelt år, med både opptak som Nabolagsklubb, flere store konkurranser i utlandet og flere nye satsningsområder.

CAROLINE HAMMER

Som Nabolagsklubb har Norsk Judo og Jiu-jitsu Klubb sagt seg villig til å jobbe for at alle barn og unge har muligheten til å drive idrett med venner i eget nærmiljø. Deltagelse skal ikke begrenses av familieøkonomi, etnisitet, kultur, kjønn, legning eller mangel på sportslige ferdigheter. Idrettslagets virksomhet skal understøtte frivilligheten i lokalmiljøet.

Gratis tur til Sverige

Det NJJK som klubb har opplevd er at noen ungdomsutøvere blir hengende litt utenfor når klubben drar på turer fordi turer ofte koster penger. Av den grunn har NJJK som nabolagsklubb bestemt at én tur i året skal være gratis for utøvere slik at alle får delta.

I år gikk turen til Sverige. 16 unge utøvere i alderen 11-18 år fikk delta på en av nordens største judoturneringer med treningsleir, Budo Nord Cup, som arrangeres årlig i Lund, Sverige. For noen av utøverne var dette deres aller første deltagelse i et arrangement utenfor Norge og møte med utøvere fra hele Europa.

Arrangementet besto av fire intense dager, to dager med konkurranser fra morgen til kveld og to dager med tre læringsrike treningsøkter hver dag.

Ungdomssatsing

Fra 2023 har NJJK som første gang på flere år en representant i styret som er ungdom. Rett før sommeren fikk klubben hjelp av OIK til å starte opp et ungdomsutvalg. NJJK samlet sammen de mest ivrige ungdommene til en ungdomsworkshop som OIK styrte. Det hele resulterte i at de har opprettet et ungdomsutvalg som skal ha sitt første møte allerede i august, for å fortsette arbeidet med ungdommene.

Flere sosiale arrangementer

NJJK har fokus på at de må ha sosiale arrangementer der alle kan være med uansett Leks, bakgrunn og økonomi. NJJK dro med seg 35 barn og unge til Veitvet bowling med god hjelp fra foreldre. Her fikk barna og ungdommene bli kjent på en liten annen måte enn på en vanlig judotrening. Med pizza, slush og en masse hyggelig prat var dette noe som virkelig falt i smak for alle.

Klubben har også i hele sommer egne tilbud for unge som ikke reiser bort. Det inkluderer blant annet treninger i samarbeid med Haugerud IF.

Paraidrett

NJJK besøkte i samarbeid med Oslo idrettskrets og Norges blindforbund sommerleiren i Hurdal for ungdom 13-18 år for svaksynte/blinde for å ha en introduksjon til judo.

– Dette var veldig vellykket og givende både for NJJKs trenere og for utøverne. Sjelden vi ser så mange smil og så mye treningsvilje på første trening. Dette er et prosjekt vi skal jobbe videre med, sier klubbleder May Linn Hystad.

Sterke i konkurranse

Flere av NJJKs medlemmer har deltatt på konkurranser også i utlandet. I Copenhagen Open kom Max til finalen og dro hjem med andreplass. Khusein tok tredjeplassen i -73-lassen i samme konkurranse. I tillegg tok Rohil med seg tredjeplassen i -90-lassen.

Enda sterkere gjorde klubben det i nordisk mesterskap. Egilsten Amarasekara og Rohil Noor gikk helt til topps i U21 i henholdsvis 60 kilo- og 90-kiloklassen. Klubben fikk også med seg en sølv- og to bronsemedaljer i seniorklassene.



Snapshots fra en innholdsrik judosesong.

Internett og sosiale medier

Klubbens nettside NJJK.no og facebook har vært klubbens viktigste kanaler for informasjon, beskjeder og nyheter i 2023. Vi jobber med å få de nye systemene justert og feilfrie slik at vi kan bli enda bedre på kommunikasjon og informasjon.

Facebook

Totalt antall følgere på siden:

- 31.12.2013: 287
- 31.12.2014: 461
- 31.12.2015: 546
- 31.12.2016: 763
- 31.12.2017: 867
- 31.12.2018: 942
- 31.12.2019: 1059
- 31.12.2020: 1119
- 31.12.2021: 1152
- 31.12.2022: 1271
- 31.12.2023: 1330

Instagram

- 31.12.2021: 364 følgere
- 31.12.2022: 488 følgere
- 31.12.2023: 559 følgere

Webstatistikk 2023 (www.njkk.no)

- Sidevisninger 2021: 32280
- Sidevisninger 2022: 49857
- Sidevisninger 2023: 42746



Vedlikehold

Av: May Linn Hystad

Ansvarlige for vedlikehold har vært May Linn Hystad.

Rengjøring

- Vaskefirmaet har rengjort 2 ganger i uken som i utgangspunktet er i det minste laget med så mye aktivitet vi har. Enkelte perioder har vi hatt renhold 3 ganger i uken grunnet et prosjekt med Mental Helse. Renholdet har i 2023 ikke vært helt tilfredsstillende og vi har hatt en del jobb med å følge opp vaskefirmaet. Det vil bli gjort noen endringer i februar 2024 som forhåpentligvis vil forbedre situasjonen.



Mindre vedlikehold:

2023 starten med at noen flotte foreldre hjalp oss med å bygge stativ til nye manualer på styrkerommet.

Vi har opplevd økt foreldreengasjement og etter vi opprettet mer tilgjengelig info om å være frivillig på nettsiden fikk vi opprettet en fiksegruppe bestående av 4 fedre som ønsker å bidra til litt mindre vedlikehold: Almir Misimovic, Magomed Bekhoev, Pål Bruflat og David Vimo Garner.



De har bidratt med blant annet å frakte matter, fikse toalett på hadicapdo, og pyntet med japansk flagg i garderobene etter at Oslo bygg malte garderobene i sommer 2023.

Vi har et godt samarbeid med Oslo bygg som i tillegg til å male garderobene har byttet ut en del lamper i 2023.

Anleggskomiteen

Av: Jørn Terje Krekling og May Linn Hystad

Anleggskomiteen har i 2023 bestått av i praksis May Linn Hystad og Jørn Terje Krekling. På slutten av 2023 Ble også Kawal Kahlon med i anleggskomiteen. Vi har samarbeidet tett med en arbeidsgruppe i Haugerud IF samt Oslo idrettskrets om felles mål.



NJJK har jobbet mye med anlegg også i 2023. Vi har deltatt i flere møter med Bymiljøetaten, Oslo idrettskrets, Oslo idrettsbyråd, Alna Bydel, politiske partier, Haugerud IF og arkitekter.

I begynnelsen av 2023 fortsatte vi kampen vi startet i 2022 om å få nok areal til klubblokaler/sosial sone. Det har vært vanskelig å få politikerne til å forstå at idretten også trenger lokaler til å bygge klubb, skape et godt og trygt miljø og ha møter også utenfor aktivitetsområdet. All fightingen vår for våre barn og unge bar endelig litt frukter. Selv om vi skulle ønske vi fikk enda mer plass så har vi nå endelig fått klubblokaler/sosial sone som vi tenker vi kan leve med.

På høsten har vi samarbeidet med arkitekter for å få planløsningen så bra som mulig. Vi har gått mange runder og det hjalp virkelig å bli forstått etter vi fikk arkitektene til å besøke oss. Det er fremdeles mange detaljer som er uavklart og vi jobber hardt for å få det til å bli best mulig for oss.

Vi vil dessverre få ca 6mnd - 1 års nedetid i byggeperioden. Dette må styret prioritere å finne løsning på i samarbeid med Bymiljøetaten i 2024.

I 2029 tror vi at den nye hallen er på plass. Det kommer nok til å bli kjempefint og vi gleder oss til det.

Shopen

Av: Frøydis Folkvord



Shopen har solgt mer varer enn året før. Kanskje fordi vi i 2023 hadde ny kolleksjon med klubbgensere, bukser, sekker og t-skjorter. Til jul var det flere utøvere som fikk klubbgensere med eget navn i julegave fra familien. Vi jobber med å videreutvikle nettsidene og øke tilgjengeligheten. Vi vil det neste halvåret holde mer faste åpningstider. Videre har vår hovedleverandør byttet til nytt merke og vi jobber med å få dette på plass.

Rapport fra Minnefondskomiteen 2023

Av: Jørn Terje Krekling

Komiteens sammensetning for 2023

Leder Jørn Terje Krekling

Medlemmer: Veronica Kristiansen, Stian Jespersen

Varamedlem: Lars Moland



Status fondsmidler:

	% endring	Endring i kroner	31.12.2022	31.12.2023	31.12.2022	31.12.2023
Skagen Høyrente	5,6 %	15 156	285 579	270 423	37 %	41 %
Skagen Global	21,5 %	85 438	482 589	397 152	63 %	59 %
Samlet	15,1 %	100 593	768 168	667 575	100 %	100 %

Fondet økte i verdi med 100 593,- kroner i 2023. Andelene i Skagen Høyrente økte med 15156 kroner, mens Skagen Global økte med 85 438 kroner. Aksjeandelen i fondet økte fra 59 prosent til 63 prosent i løpet av 2023.

Minnefondskomiteen foreslår ikke å utdele noen midler fra avkastningen av året 2023.

For minnefondet.

Jørn Terje Krekling

Stian Jespersen

Veronica Kristiansen

Lars Moland

Medlemsstatistikk

Av: Jørn Terje Krekling og May Linn Hystad



	Kvinner					Menn					TOTALT 2023
	0-5	6-12	13-19	20-25	26-	0-5	6-12	13-19	20-25	26-	
Aktive kampsport	0	0	0	2	7	0	1	0	1	16	27
herav jiu-jitsu	0	0	0	0	3	0	0	0	0	10	13
herav livsvarige medlemmer										2	2
Utmeldt 2023	0	0	0	2	4	0	1	0	1	6	14
Aktive judo	25	59	15	1	11	53	121	41	11	90	427
herav judo	8	26	10	0	8	21	48	24	8	69	222
herav livsvarige medlemmer										7	7
herav æresmedlemmer					1					4	5
funksjonshemmede		1					1			1	3
Utmeldt 2023	17	33	5	0	3	32	73	17	3	21	204
TOTALT 2023	25	59	15	3	18	53	122	41	12	106	454

- Kampsport under 25: 4
- Judo under 25: 326
- Totalt under 25: 330
- Livsvarige medlemmer: 9
- Æresmedlemmer: 5

Styrets og komiteenes sammensetning

Styret 28.02.2023 – 28.02.2024	Leder:	May Linn Hystad
	Nestleder:	Jørn Terje Krekling
	Styremedlem:	Frøydis Folkvord (trakk seg fra styret 23.10.2023)
	Styremedlem:	Stig Traavik
	Styremedlem:	Arne Ivar Hansen
	Styremedlem:	Stian Hoven
	Vara	Ognjen Radosavljevic (rykket opp som styremedlem 23.10.2023)
	Vara	Tanja Rajkovic
Kontrollutvalg		Terje Lund og Kristoffer Halmøy. Vara: Lars Knoll
Valgkomite	Leder	Birger Aune
	Medlemmer	Stephan Röhrh og Mathias Hansen
	Varamedlem	Rune Sandnes
Graderings- sensorer	Judo – rapportert til judoforbundet	May Linn Hystad, 2. Dan
		Jørn Terje Krekling, 4. Dan
		Alfredo Chinchilla 6. Dan
	Jiujitsu	Rune Sandnes, 4. Dan, Arne Ivar Hansen 3. Dan
Trenere / Instruktører /Hjelpe- instruktører	Judo	Alfredo Chinchilla, Birger Aune, Lars Knoll, Jørn Terje Krekling, Mathias Hansen, Stephan Röhrh, May Linn Hystad, Egilsten Pius, Mansur Abubakarov, Brice Fournier, Rikke Folkvord, Karl Henrik Aune, Kawal Kahlon, Jihed Labaar, Khusein Dudorkhanov, Anatole Gamache , Branislav Bartolovic, Ognjen Radosavljevic, Shayan Shamlo, Max Hoven, Matej Mikic, Mosa Soslangireev, Stig Traavik
	Jiujitsu	Rune Sandnes, Arne Ivar Hansen, Tom Rikenberg, Eileen Bregård og Susann Nashat

Henrik Lundh's Minnefonds- komite	Leder	Jørn Terje Krekling
	Medlemmer	Veronica Kristiansen og Stian Jespersen
	Varamedlem	Lars Moland
NJF	Dan-kommisjonen, medlem	Jørn Terje Krekling
	Landslagstrener	Martin Thiblin
	Kontrollutvalg, medlem	Jørn Terje Krekling
	Valgkomite, medlem	May Linn Hystad
	Judo for fred	Nestleder Ole Norberg Gjerrestad
Judoregion Øst	Styremedlem	May Linn Hystad
	Leder kontrollkomiteen	Jørn Terje Krekling
	Valgkomite, medlem	Rikke Folkvord
ISU Alna – Idrettens samarbeidsutvalg i Alna bydel	Leder t.o.m sept 2023, medlem f.om sept 2023	May Linn Hystad
	Varamedlem	Jørn Terje Krekling

Livsvarige medlemskap og Æresmedlemmer NJJK

Æresmedlemmer og livsvarige medlemmer utnevnes av generalforsamlingen med 4/5 flertall etter innstilling fra styret.

Livsvarig medlemskap

Kriterium:

Lang og tro aktiv deltagelse for NJJK, som f. eks trener, leder, utøver etc. Kandidaten har satt sitt positive preg på klubbens miljø, og deltatt konstruktivt i å fremme NJJK og norsk judo eller Jiu-Jitsu. Kandidaten bør ha bidratt i ca. 15 år eller mer for å komme i betraktning.

Disse har livsvarig medlemskap pr. 31.12.2023:

Anne Elise Johansen

Odd Johnsen

Arild Fred Berg

Ole Jørgen Hammerstrøm †

Arne Ivar Hansen

Olle Edeklev

Atle Lundsrud †

Robert Marchant

Carl August Thoresen

Rolf Olsen

Eivind Skjollby

Rune Bakken

Erik Lian

Rune Sandnes

Heidi Andersen

Sam Melberg †

Helge Johansen

Stian Jespersen

Jan Frank Ulvås †

Terje Bakken

Kristoffer Halmøy

Terje Gran

Lasse Willy Kristiansen

Tormod Kristiansen †

Morten Yggeseth

Trond Steinar Sem

Nina Nessig Jahren

Ulf Ragnar Berget

Æresmedlemsskap

Kriterium:

Lang og tro aktiv deltagelse for NJJK, som f. eks trener, leder, utøver etc. Kandidaten har satt sitt positive preg på klubbens miljø, og deltatt konstruktivt i å fremme NJJK og norsk judo eller Jiu-Jitsu. I tillegg har vedkommende lagt ned betydelig tid i å fremme NJJK og judoens/Jiu-Jitsuens kollektive ideer og verdier. Her under kan nevnes f. eks særskilte resultater i konkurranser, representert klubben i nasjonale verv, internasjonale verv, utviklet judo/Jiu-Jitsu sporten nasjonalt eller internasjonalt, fremmet NJJK og judoens/Jiu-Jitsuens interesser, gjennom innsats i et betydelig antall år.

Disse har æresmedlemskap pr. 31.12.2023:

Alfredo Chinchilla

Dag Hodne

Erik Haugen †

Gunnar Foss †

Henrik Lundh †

May Linn Hystad

Olav Knutsen †

Per A Eliassen †

Stig Traavik

Terje Lund

Thor Petterson

Torkel Sauer †



Årets Junior 2023

Styret har vedtatt at for 2023 tildeles Årets Junior til XXX

Styret har vedtatt 21/2-2022 at i tillegg til plakett skal personer som mottar denne utmerkelsen få 5000 kr i utøverstøtte eller i utstyr fra NJJK shop.

Kriterier for utdeling (vedtatt av styret 16.01.2011):

- Utøver i U15, U18, U21
- Gode resultater i klasser av kvalitet i NCUP og NM
- Utmerke seg når det gjelder resultat, trening, engasjement og holdninger
- God ambassadør for NJJK
- Må ikke utdeles hvert år
- Kun utdeles en gang pr person.

Liste over årets juniorer (ikke komplett, vi jobber med saken):

2023: ???

2022: [Rikke Folkvord](#)

2021: [Mansur Abubakarov](#)

2019: Ikke utdelt

2018: Rohil Noor

2012,2015: Ikke utdelt

2004?: Lars Moland

2003?: Mathias Hansen

1994: Daniel Feretti

1993: May Linn Hystad

XXXX: Kristoffer Halmøy



Årsmøtet 28. februar 2023

Styrets økonomiske beretning

Alle utbetalinger godkjennes av to personer. Jørn Terje Krekling og May Linn Hystad har gjort dette store deler av 2023. Birger Aune har godkjent noen ganger.

Disse faktorene har ført til de største avvikene på regnskapet sammenlignet med budsjett

- 21000 Shop: Vi gjorde et stort innkjøp av varer til shopen for videresalg i 2022 som gjorde at vi ikke trengte kjøpe inn så mye i 2023
- 22000 Offentlige tilskudd: 27000kr mindre i LAM midler pga litt færre medlemmer mellom 6-19 år (-10stk totalt og -33stk i aldersgruppen 13-19år) registrert i 2022 sammenlignet med 2021. I tillegg var utbetalt støtte pr medlem bittelitt høyere året før. Mulig også budsjettert littegrann for høyt i budsjettet for 2023.
- 23000 Medlemsinntekter: Vi har ikke hatt medlemsvekst. Økende utfordring med at flere har dårlig råd gjør at flere har søkt om å få støtte til treningsavgiftene. Midler fra nabolagsklubb og ekstramidler vi fikk på "24000 Andre inntekter" fra Oslo idrettskrets skal dekke dette.
- 24000 Andre inntekter:
 - I januar 2023 solgte vi noen gamle matter for 12000kr.
 - Et kvartal fra grasrotandel i 2022 er ført på 2023.
 - Økte inntekter på Bingo
 - Ekstra tildeling fra Oslo idrettskrets etter at Kulturdepartementet har satt av ekstra midler for å holde kostnadene for foreldrene nede samt inkludere flere uansett økonomi.
- 33000 Mindre vedlikehold: Oslo bygg har tatt en del av kostnadene vi så for oss, blant annet maling av garderobene.
- 35000 Møter/Kurs: Vi har ikke hatt styreseminar samt at en del av kostnadene til møter (kjøring, parkering) er det ikke bedt om refusjon for. Vi ønsker å få gjennomført årlige styreseminar siden vi har hatt gode erfaringer med dette før.
- 49001 Paraidrett: Fått inn mer midler til paraidrett enn forventet
- 48000 Judo: Mindre reiseaktivitet (skader, økonomi, ustabilitet i landslagsopplegget), Aktivitetsmidler fra judoforbundet, økt inntekt graderinger(flere), færre på utviklingslag (dyrt), trenergodtgjørelse brukt til å dekke tidligere gjeld.
- 49000 Jiu- jitsu: Kampsportforbundet har ikke fakturert for alt i 2023, derfor mindre brukt

Vi burde hatt litt mer jevnlig status på styremøtene på regnskapet og satser på å få til dette bedre i 2024.

Det nye styret har, basert på NIF sine retningslinjer, utarbeidet en fullmaktsmatrise slik at det er tydelig hvem som har myndighet til opptre på vegne av idrettslaget (for eksempel signere avtaler, anskaffe utstyr, gjøre innkjøp, godkjenne fakturaer og gjøre betalinger).

Klubben har solid økonomi og det har vært god økonomisk styring i 2023.

Styret konkluderte i forrige økonomiske beretning på årsmøtet 2023:

Arbeidsmengden for enkelte er for høy. Økonomien tilsier at vi egentlig ikke har råd til å ansette noen. Med like mye aktivitet vil NJJK gå underskudd hvert år fremover, om vi fortsetter på samme måte, og føre til redusert egenkapital. Styret må jobbe med å finne løsninger og en langsiktig plan på dette i 2023.

Dette har styret tatt på alvor i 2023 og har vedtatt å satse på følgende løsning:

- Styret fortsetter med å jobbe med å effektivisere og delegere driften av klubben til flere
- Større honorar til styreleder/daglig leder. Betale for administrasjon av prosjektmidler som nabolagsklubb og ungdomssatsing.
- Ansette prosjektstilling 1 år som avlaster styreleder og nestleder, lager et helhetlig sportslig opplegg og skaffer nok inntekter til å finansiere stillingen slik at det blir mer enn 1 år
- På sikt jobbe mot minst to ansettelse, viktig med ansettelse av rette personer.

Sammen med nytt anlegg i 2029 har vi tro på at dette kommer til å løfte klubben til nye høyder. Vi gleder oss!

