



Sponsorer og støttespillere i 2021



Årsberetning 2022

Fosen NTN Taekwon-Do klubb



<http://fosen.ntkd.no>
<http://www.facebook.com/fosentkd>
Org.nr.: 917144109

Innholdsfortegnelse

Innkalling/ saksliste	3
Årsmelding	4
Regnskap 2021	7
Budsjett 2022	7
Bilder fra Taekwon-Do året	8
Rent Idrettslag og Ren Utøver	11
Våre hovedsponsorer	12, 13
Hva er Taekwon- Do	15

Hva er Taekwon-Do?



Taekwon-Do er en koreansk selvforsvarskunst hvor målet er å oppnå god fysisk og mental balanse. Oversatt betyr Tae "fot, sparke, knuse med foten". Kwon betyr "hånd, slag, knuse med hånden". Do betyr "kunst, metode, vei".

Taekwon-Do sine røtter er over 1000 år gamle og bygger i hovedsak på de gamle koreanske kampkunstene Tae Kyon og Soo Bak. Taekwon-Do fikk sitt navn den 11. april 1955 etter forslag fra Gen. Choi Hong Hi (1918 -2002) som regnes som grunnleggeren av Taekwon-Do. Gen. Choi Hong Hi videreutviklet både teknikk og teori, dette er dokumentert i hans 15-binds Taekwon-Do-leksikon. International Taekwon-Do Federation (ITF) ble grunnlagt 22. mars 1966 og Gen. Choi Hong Hi var president frem til sin død i 2002.

Gen. Choi Hong Hi (1918 -2002) regnes som grunnleggeren av Taekwon-Do

I Taekwon-Do lærer man mange effektive teknikker som kan benyttes i selvforsvar. Teknikken bygger på høy hastighet og kraft, og selv en fysisk svak person kan oppnå stor kraft gjennom trening. Taekwon-Do er kanskje spesielt kjent for sine effektive og kraftfulle spark.

Taekwon-Do er en svært allsidig form for fysisk trening hvor hele kroppen blir godt trent, og kan drives av både barn, mosjonister og utøvere som ønsker å konkurrere. Uansett oppnår man å komme i god form og få økt fleksibilitet. Man utvikler større selvtillit, får bedre konsentrasjonsevne og sterkere selvdisiplin.



I Taekwon-Do søker vi å utvikle hele mennesket, ikke bare det fysiske. Dette rettfærdiggjør å kalle Taekwon-Do kunst. Det kreves ingen forkunnskaper og man behøver ikke å være i god fysisk form før man begynner å trene.

Taekwon-Do er en individuell form for trening hvor man tar utgangspunkt i egne forutsetninger. Husk, i Taekwon-Do er det viktigste å overvinne seg selv.

Taekwon-Do bygger på grunnleggende humanistiske verdier hvor begrep som vennlighet, medfølelse, toleranse, vennskap, samhold, ydmykhet og respekt for andre er viktige elementer. Våre verdier kommer blant annet til uttrykk i våre grunnprinsipper; høflighet, ærlighet, iherdighet, selvkontroll og ukuelig ånd.



Brukt på feil måte kan Taekwon-Do være farlig og må derfor aldri misbrukes. Det er nettopp derfor det er så viktig med mental trening og vektlegging av gode verdier. Dette gir hver enkelt en moralsk ryggrad som hindrer misbruk.

Taekwon-Do er en positiv og selvutviklende form for aktivitet som gir god mental og fysisk helse. Man får mer overskudd og selvtillit som man kan dra nytte av på andre livsområder som skole, jobb, familie og fritid. Taekwon-do passer like godt for unge, gamle, kvinner og menn.



917144109

Vil du gi din støtte til FOSEN NTN TAEKWON-DO KLUBB?

Grasrotandelen gir deg som spiller mulighet til å bestemme hvem som skal motta noe av overskuddet til Norsk Tipping. Hver gang du spiller kan du velge å støtte det laget eller foreningen du mener fortjener det mest. Vi oppfordrer deg til å støtte oss i FOSEN NTN TAEKWON-DO KLUBB.

For å være grasrotgiver må du være kunde hos Norsk Tipping.

Ved spill hos Norsk Tipping vil inntil 5 prosent* av spillinnsatsen gå direkte til din grasrotmottaker, og best av alt, hverken innsats, premie eller vinnersjanse reduseres.

Grasrotandelen gjelder for alle Norsk Tippings spill, bortsett fra Flax, Extra og Belago.

Gjennom å være grasrotgiver er du med på å oppfylle små og store drømmer for din grasrotmottaker.

Du kan bli grasrotgiver på en av følgende måter:

- Hos kommisjonæren
- Mobilspill
- Norsk Tipping sine nettsider
- SMS, send **Grasrotandelen 917144109** til 2020

For mer informasjon se www.norsk-tipping.no

*For Multix og Instaspill gjelder annen beregning.



I 2021 kom det inn kr. 5278,56 til klubben.

Vi takker alle som har valgt å støtte oss gjennom denne ordningen.



Fosen NTN Taekwon-Do klubb

Innkalling til årsmøtet 2022

Tirdag 1/3-2022 kl. 19.00 ifb trening i hallen

Saksliste:

1. Valg av møteleder
2. Valg av referent
3. Godkjenne innkalling og saksliste
4. Valg av 2 medlemmer til å skrive under protokollen
5. Godkjenne de stemmeberettigede
6. Behandle årsberetning 2021
7. Behandle regnskap 2021
8. Behandle budsjett 2022
9. Behandle eventuelle innkomne saker
10. Fastsette medlemskontingent
11. Valg
12. Valg av utsendinger til årsmøtet i Indre Fosen idrettsråd

Saker som ønskes behandlet må meldes innen 24/2-22 kl. 1800 på e-post til post@fosentkd.no

Styret v/leder

ÅRSBERETNING FOR FOSEN NTN TAEKWON-DO KLUBB 2021

STYRETS SAMMENSETNING

Fosen NTN TaeKwon-Do klubbs styre har i 2021 bestått av Leder Trond Damhaug, Nestleder Hilde-Karin Raaken, Sekretær Morten Kristensen, Kasserer Vibeke Røsjø, Styremedlem Merete Selnes, Varamedlem Agnar Etnestad Aa, Varamedlem Angelika Berg, Ungdomsrepresentant Marie Hvitsten

Master Hans Jørgen Helmersen er klubbens hovedinstruktør og har også vært rådført i styrets arbeid.

Det har blitt avholdt 3 styremøter. Resterende samtaler styret imellom har blitt foretatt på treningene eller via e-post.

ØKONOMI

Klubbens økonomi er solid. Klubben endte med et resultat på kr. 27.689.-, viser for øvrig til årets regnskap.

MEDLEMMER

Også i 2021 har vi tatt inn nye medlemmer fortløpende, med hovedvekt på oppstart etter sommerferien. Totalt sett, hele året under ett, har vi hatt 109 medlemmer i aktivitet.

Idrettsregistrering ved årsskiftet viste oppsummeringen av årets medlemmer som i løpet av året har trent i klubben følgende alders- og kjønnsfordelingen på de registrerte:

	0 – 5 år	6 – 12 år	13 – 19 år	20 – 25 år	26 – år	Sum
Kvinner	0	13	15	1	15	44
Menn	0	27	17	0	21	65
Totalt	0	39	33	1	36	109

Forts.



Lokal 
Støttespiller.

*Vi takker
Rissa Kraftlag for
uvurderlig støtte og ser
frem til
videre samarbeid i 2022.*

du 
betyr mye
for oss.

Tilstede.
alltid. 



foto : fra klubbens hjemmeside

Som lokalbank har vi alltid støttet lokalmiljøet

både når det gjelder kultur og idrett.

Dette vil vi selvfølgelig fortsette med !

Derfor er vi også stolt hovedsponsor for disse flotte
og stolte utøverne i Fosen NTN Taekwon-Do klubb



Husk å følg banken vår på Facebook!
<https://www.facebook.com/stadsbygdsparebank>

INSTRUKTØRER

Klubbens hovedinstruktør er Master Hans Jørgen Helmersen. Hans Jørgen har drevet instruksjon i klubben siden oppstarten i 1984. De mest benyttede instruktører i 2021 har vært Torbjørn Hermstad, Hilde-Karin Raaken, Vibeke Røsjø, Trond Damhaug, Agnar Etnestad Aa

TRENINGSLOKALER OG TRENINGSTIDER

Klubben leier treningstid i Stadsbygd Sparebankhallen hver tirsdag og torsdag kl 1800-1930. Klubben følger skoleåret og har treningsfri når elevene har skoleferier.

AKTIVITET OG REPRESENTASJON

Klubben har også i 2021 satset en god del på å oppdatere og kurse nåværende og kommende instruktører. Dette er viktig for å opprettholde og videreutvikle trenerkompetanse som er en svært viktig ressurs for videre drift og utvikling av klubben. I den forbindelse har vi hatt denne aktiviteten på instruktørsiden:

Hovedinstruktør, Master Hans Jørgen Helmersen, har vært representant i møte i seniorutvalget i NTN. Han var også dommer under NM og Midt-Norsk mesterskap. Han var også instruktør på årets sommerleir i Surnadal.

Noen medlemmer fra klubben har også deltatt i konkurranser i 2021.

Flere av våre instruktører deltok på Etikk-kurs for Norges Kampsportforbund. Noen få av våre unge instruktører fullførte praksis delen på instruktør kurs fra 2020

SPONSORER.

Våre hovedsponsorer er som tidligere år Stadsbygd Sparebank og Rissa kraftlag. Klubben vil rette en stor takk til alle våre sponsorer som er med på å støtte oss i arbeidet med å gi dette aktivitetstilbudet til lokalsamfunnet.

Forts.

DIVERSE.

NTN skiftet ut hjemmesidene og bygget nytt medlemssystem som er innlemmet i dette.

Vi tok dette i bruk og alle våre medlemmer har egen side hvor de kan hente ut graderingsbevis etc.

Som informasjonskanaler benytter vi primært appen Spond samt hjemmeside, e-post og SMS om det er noe viktig som må formidles.

Vi vil også benytte anledningen til å takke Rissa kommune for stor verdsetting av frivillig idrettsarbeid gjennom tildeling av aktivitetsmidler.

Ellers vil vi takke alle klubbens medlemmer for den svette, innsats og idrettsglede dere har fått fram, både til dere selv og til instruktørene i året som har gått. Dette er jo hovedgrunnen til at vi holder på!

Stadsbygd 15.02.22
Styret



Rent IL er et program for idrettslag tilknyttet særforbund underlagt Norges idrettsforbund (NIF).

For klubben betyr dette at vi fremover vil øke fokus på anti doping og sørge for at alle våre medlemmer har kunnskap om anti doping og gjennomfører **Ren Utøver kurset**.

Vi oppfordrer alle medlemmer, spesielt de som vil konkurrere til å gjennomføre Ren Utøver kurset.

Du kan lese mer her:

<https://www.rentidrettslag.no/>

<https://renutover.no/>



Vår hovedadresse er post@fosentkd.no.

For faktura og treningsavgift benyttes faktura @fosentkd.no

Man kan også benytte melding via vår Facebook side men du er da ikke garantert at rette vedkommende svarer først.

Ved kjøp av drakt og utstyr gjelder:

All bestilling og salg av utstyr foregår i forbindelse med trening og bestilte varer utleveres kun mot betaling med Vipps eller kort (Visa/ Mastercard).

Utstyr bestilles på trening eller pr. e-post til butikk@fosentkd.no, mrk. med størrelse, navn og mob.nr. etc.

Sortimentet ser du ved å gå til vår leverandør:



NTN SHOP

ntnshop.no

REGNSKAP 2021 / BUDSJETT 2022 FOSEN NTN TAEKWON-DO KLUBB

	INNTEKTER	31.12.2021	Bud.21	Differanse	Bud.22	Noter
30	Treningsavgift	54 800	36 000	18 800	50 000	
31	Renter	120	250	-130	250	
32	Salg utstyr	19 646	10 000	9 646	15 000	
33	Tildelte midler	73 193	65 000	8 193	65 000	
34	Grasrot	4 635	3 500	1 135	3 000	
35	Gradering	34 819	29 000	5 819	35 000	
36	Sponsoravtaler	55 000	55 000	0	55 000	
	Sum Inntekter	242 212	198 750	43 462	223 250	

	UTGIFTER	31.12.2021	Bud.21	Differanse	Bud.22	
60	Gebyrer	1 439	600	839	600	
61	Gradering kostnad	43 050	29 000	14 050	35 000	
62	Innkjøp utstyr til salg	22 103	24 000	-1 897	24 000	
63	Gaver og sosial samling	0	7 000	-7 000	0	3
64	NKF og NTN medl. Avg	37 969	44 000	-6 031	40 000	
65	Husleie	40 000	40 000	0	40 000	
66	Instruksjon	48 500	50 000	-1 500	40 000	1
67	Reisekostnader	0	5 000	-5 000	5 000	
68	Kurs	0	15 000	-15 000	15 000	
70	Mesterskap	0	1 000	-1 000	1 000	
71	Annonser, nettside	0	2 500	-2 500	3 000	
72	Fellesutstyr og svartbeltedrakter	15 559	5 000	10 559	5 000	2
73	Styremøter, kontorrekvisita	5 905	2 000	3 905	5 000	
	Sum Utgifter	214 524	225 100	-10 576	213 600	
	Resultat	27 689	-26 350	54 039	9 650	

BALANSE

Eiendeler:	01.01.2021	Endring	31.12.2021
Bank hoved	119 701	12 608	132 309
Bank sparekonto	168 600	120	168 719
Utstyr på lager	0	0	0
Fordring	-14 960	14 960	
Sum Eiendeler	273 341	27 688	301 029

Egenkapital:	01.01.2021	Endring	31.12.2021
EK	273 341	27 688	301 029
Gjeld til Hallen	0	0	0
Sum Egenkapital	273 341	27 688	301 029

Noter:

- 1 Instruksjon- gave svartbelter er under instruksjon.
- 2 Svartbeltedrakter sponses av klubben og er ført sammen med fellesutstyr
- 3 lagt inn kostnader til en samling i 2021. Ble ikke gjennomført

Regnskapet er gjennomgått og revidert av kontrollutvalget 25.25.2022.
Kontrollutvalgets beretning 2021 fremvises på forespørsel.

Taekwon-Do året i bilder

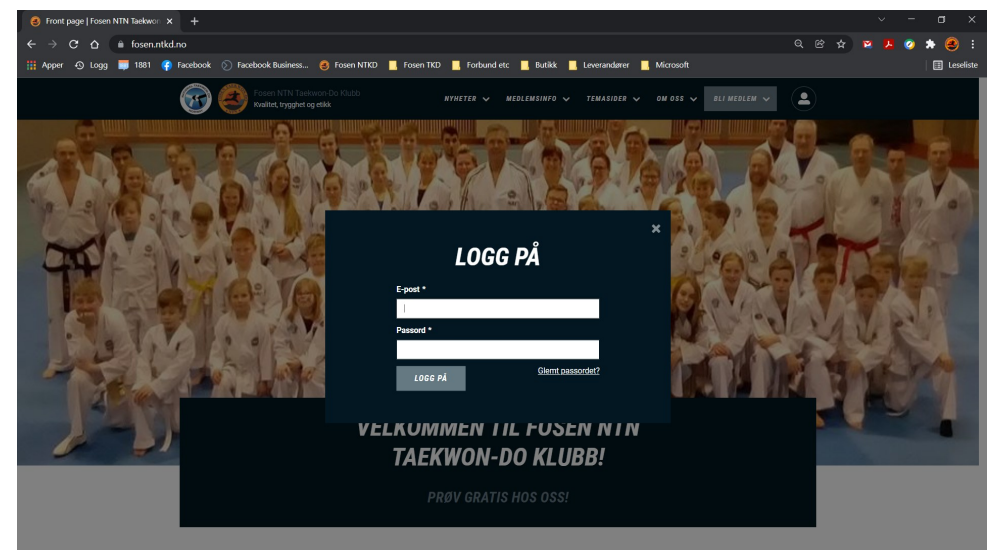


Ny hjemmeside og nytt medlemssystem i 2021

Medlemsadministrasjon tok et kvantesprang for oss som holder på med sånt. Innmelding, gradering, meldinger til dere og alt annet som gjør hver på hverdagen enklere for oss er på plass.

Som medlem har du full oversikt over graderinger, kurs og du kan lage og oppdatere din TKD cv.

Husk å logge inn med jevne mellomrom og hold informasjonen oppdatert.



v:pps
502229
Fosen NTN Taekwon-Do