



Informasjonsavis for Kvam idrettslag

Nr 2 - 2019 www.kvamil.no 17. årgang

Klubbavis



Vårdugnad i Kvam Idrettspark

Det blir vårdugnad i Kvam Idrettspark
torsdag 2. mai fra kl. 17.00.

Vi raker og pynter opp Idrettsparken til sommeren.
Ta med rive og gjerne enkel redskap.
Servering av kaffe og kake. Værforbehold.
Velkommen.

Kontingent 2019

Vi håper at mange tegner medlemskap i idrettslaget
også inneværende år.

Årets medlemskontingent er satt til kr 100,- pr.
medlem/person, som er NIF sin laveste sats.
Det er sendt ut sms/epost til tidligere medlemmer vi
har mobilnummeret til. Følg anvisningen på
meldingen. Det ligger også en bruksanvisning på
www.kvamil.no hvordan medlemskap tegnes.
Opprett gjerne bruker og vedlikehold ditt
medlemskap.

Medlemmer uten internett/smarttelefon:

Det sendes ut en giro på forsommeren til de som
ikke løser kontingent elektronisk.

Treningsavgift:

Kvam IL tar heller ikke i år noen aktivitets-/trenings-
avgift for aktive medlemmer under 22 år!

Medlemsfordeler.

Som medlem i Kvam IL får du også en rekke fordeler

- Fri tilgang og bruk av fasiliteter til sportslig
aktivitet i Idrettsparken, inkl. Kvamshallen,
trimrom og garderober
- Rabatt ved leie av Kvamhytta
- Medlemsrabatt hos Sport 1 Vinstra



Klatrerittet mot Rondane

Test klatreformen i et uhygtidelig ritt for
våre syklister fra Kvam opp til Rondablikk

Søndag 28. april, kl. 12.00

Påmelding via www.kvamil.no

eller i sekretariatet senest kl. 11:30 rittdagen.

14 km, maks stigning: 12%, 651 høydemeter
Sekretariat, garderobe, dusj og premieutdeling i Kvam
Idrettspark, klubbhus. Transport av bagasje til mål.

Startkontingent: Kr. 100,- + evt. lisens

Forfølgelsesritt med intervallstart!

Juniorlag

Kvam stiller juniorlag i sommer

Kom og heie på guttene.

Kampoppsettet finner du på nettsiden.

Gratis inngang Åpen kiosk.

Scoringskontrakter!

Tipp antall mål juniorlaget scorer i serien—
kr. 5,- pr mål. Send ditt tips på sms til 907 78 999
eller post@kvamil.no innen 2. mai.

1919—2019—Kvam IL 100 år

Kvam idrettslag fyller 100 år i 2019.

Det blir aktivitetsdag i Idrettsparken og fellestur til
Sukkertoppen i løpet av sommeren.

Følg med på www.kvamil.no

Kvam IL gruppeoversikt etter årsmøtet i mars

Hovedstyret:

Ragnhild Røssum
Torunn Sigstad
Ola Aspeslåen

Funksjon

Leder
Nestleder
Styremedlem

Barn-/Allidrett:

Sissel Randen
Sissel Moen

Leder

Håndball:

Ingvild Selfors
Hildegunn Bakken, Monica Brandvold Klevstadlien,
Lisbeth Nordlien

Leder

Fotball:

Elisabeth Moen, Hanna Kamp, Stein Jøran Sanden, Svein Erik Kamp, Lars Mathias Moen

Ski- og sykkel:

Ole Kristian Rudland
Sten Morten Krok, Are Krohg, Stian Næprud,
Jim Wilhelmsen, Simen Killi, Jo Owe Kamp

Leder

Folkehelsegruppe:

Else Sætren, Cornelia Alhovik, Heidi Evjenth Holen,
Torolf Hagen, Anne Klevstad

Revisor: Mathias Kjæstad, Ola Einar Krok

Løypelaget for Kvamsfjellet

Ole Kristian Rudland *Følger leder av ski- og sykkelgruppa*
Personlig varamedlem: Svein Erik Kamp

Årsmøtedelegat Bygdahuset:

Rolf Moen, Ola Stormorken, Merete Brendstuen

Årsmøtedelegat Nord-Fron idrettsråd:

Ingvild Selfors, Ola Aspeslåen

Valgkomite:

Anne Gunn Brendstuen, Vidar Holen, Venke Sletten

Furusjøen Rundt-rittet 2019—EM!

Lørdag 6. juli arrangerer vi årets ritt.

På nytt kan du oppleve Norges- og verdenseliten under 2019 UEC MTB Marathon European Championship og Norges Cup Terreng Maraton. Tursyklister og mosjonister kan delta i seedingsrittet over 70 km eller velge mellom 32 km og 12 km.

FURUSJØEN RUNDT AS

Org.nr: 913776909



32774913776909



NORSK TIPPING

HALVSTYRKEPRØVEN

Lørdag 22. juni Kvam-Oslo

Lengde: 279 km. Høydemeter: 1.655 m.
Halve distansen!

Start utenfor Kiwi og Sinclair kl. 08.00.

Informasjon og påmelding på www.styrkeproven.no



Fra hjertet av Gudbrandsdalen til hovedstaden



Kvam IL Tine Fotballskole

15.—17. august 2019

For alle mellom 6-13 år.
Treninger og øvelser tilpasset hver
alderstrinn/ferdighetsnivå.

Påmelding:

Påmeldingen åpner 1. mai - via www.kvamil.no
Bindende påmelding innen 11. august.
Inkluderer: T-skjorte, sekk, drikke fra Tine hver dag.

Maksimalt 150 plasser - førstemann til mølla.

*Vi trenger også trenere og instruktører til skolen,
så ta gjerne kontakt med oss!*

Ansvarlig for fotballskolen:
Kvam IL, Fotballgruppa

Turorientering 2019

Folkehelsegruppa vil også i år ha turorientering
med turkart og klippekort.

Mer informasjon kommer på nettsiden.

Vil du støtte oss med din grasrotandel?

Du kan bli grasrotgiver i alle Norsk Tippings kanaler
eller ved å sende SMS

Grasrotandelen org.nr til 2020.

(se org.nr nedenfor)

Kvam idrettslag har pr april registrert 285 spillere.

KVAM IDRETTSLAG

Org.nr: 871301352



32774871301352



NORSK TIPPING



UTTA HAFÆLLA

<http://kvamil.no/Folkehelse/Utta-hafælla>

Med Utta hafælla ønsker Kvam idrettslag å arbeide for bedret sosial og fysisk folkehelse blant eldre i bygda.

Vi skal inspirere, motivere, forebygge og aktivisere.

Møteplasser i Kvam

Gammelbua Mandag - lørdag, kl. 10-15 (14)

Kvamstunet

Mandag og onsdag, kl. 10-14

Fredag, kl. 11-15, middag kl. 14.30

- middag må bestilles innen kl. 10.30

Vertshuset Sinclair Mandag - fredag, kl. 10-20

Lørdag, kl. 10-18 | Søndag, kl. 10-19

Trimrom

Kl. 07.00—22.00



Klubbhus, Kvam Idrettspark. Fri bruk for medlemmer. Ta kontakt for nøkkel.



Aktivitetsplan

Med forbehold om endringer

Dato	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER
1			10.30 Lett trim Kvamstunet			
2	13.45 Datahjelp Gammelbanken 17.00 Vårdugnad 19.00 J14 Kvam-Lom			10.30 Lett trim. Bingo Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet	10.30 Gåtur Kvamstunet
3	10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff, Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet 11.00 Bridge Gammelbanken	10.30 Gåtur. Kvamstunet			
4					10.30 Gåtur Kvamstunet	10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset
5		10-12 Hørselhjelp Gammelbanken 10.30 Gåtur Kvamstunet	10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet		08.30 Skåbu Fjellmaraton
6	10.30 Lett trim Kvamstunet 11.00 Bridge, Gammelbanken	13:45 Datahjelp Gammelbanken	EM Furusjøen Rundt-rittet. Underholdning Kvamshallen		10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	
7	11.00 Strikkekafe og Steinsliping Gammelbanken	10.30 Lett trim. Bingo Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset		10.30 Gåtur Kvamstunet	Furusjøen Rundt- løpet	10.30 Lett trim Kvamstunet
8	10.30 Gåtur Kvamstunet 19.00 G19 Kvam/H—Fron		10.30 Lett trim Kvamstunet			
9	13:45 Datahjelp Gammelbanken 19.00 J14 Kvam-Dombås	1. pinsedag		10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet	10.30 Gåtur Kvamstunet
10	10.30 Lett trim. Bingo Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubb- huset	2. pinsedag	10.30 Gåtur Kvamstunet			
11				Ved Rondane Høgfjellskonsert	10.30 Gåtur Kvamstunet	10.30 Lett trim. Bingo Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset
12		10.30 Gåtur Kvamstunet	10.30 Lett trim. Bingo Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet		

Dato	MAI	JUNI	JULI	AUGUST	SEPTEMBER	OKTOBER
13	10.30 Lett trim Kvamstunet 11.00 Bridge Gammelbanken				10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	
14	11.00 Strikkekafe og Steinsliping Gammelbanken	10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset		10.30 Gåtur Kvamstunet		10.30 Lett trim Kvamstunet
15	10.30 Gåtur Kvamstunet		10.30 Lett trim Kvamstunet	<i>Tine Fotballskole</i>		
16	13:45 Datahjelp Gammelbanken	Kvam IL 100 år Aktivitetsdag i Idrettsparken		<i>Tine Fotballskole</i> 10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet	10.30 Gåtur Kvamstunet
17	 Gratulerer med dagen!	10.30 Lett trim Kvamstunet 11.00 Bridge Gammelbanken 19.00 G19 Kvam/H-Dombås	10.30 Gåtur Kvamstunet	<i>Tine Fotballskole</i>		
18				Kvam IL 100 år Tur til Sukkertoppen Underholdning.	10.30 Gåtur Kvamstunet	10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset
19		10.30 Gåtur. Kvamstunet	10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet		
20	10.30 Lett trim Kvamstunet 11.00 Bridge Gammelbanken	 Rondaståk 20-23. juni			10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	
21	19.00 J14 Kvam-ØTI	10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset		10.30 Gåtur Kvamstunet		10.30 Lett trim Kvamstunet
22	10.30 Gåtur Kvamstunet	08.00 HalvStyrkeprøven	10.30 Lett trim Kvamstunet			
23	13:45 Datahjelp, Gammelbanken			10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet	10.30 Gåtur Kvamstunet
24	10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet 11.00 Bridge Gammelbanken				
25			10.30 Gåtur. Kvamstunet		10.30 Gåtur Kvamstunet	10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset
26	15.00 J14 Kvam-Vågå	10.30 Gåtur Kvamstunet	10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet		
27	10.30 Lett trim Kvamstunet 11.00 Bridge Gammelbanken				10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	
28	19.00 G19 Kvam/H-RFFK	10.30 Trim. Bingo. Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset		10.30 Gåtur Kvamstunet		10.30 Lett trim Kvamstunet
29	10.30 Gåtur Kvamstunet		10.30 Lett trim Kvamstunet			
30	Kristi Himmelfartsdag			10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset	10.30 Lett trim Kvamstunet	10.30 Gåtur Kvamstunet
31	10.30 Lett trim. Bingo, Kvamstunet 12.00 Veterantreff Klubbhuset		10.30 Gåtur Kvamstunet			