



Sesongen

2 0 2 3 ●



Bilde: Bygdeposten

Våre hovedsponsorer:





For drømmen og for nå

Hos oss får du gode økonomiske råd som hjelper deg i hverdagen, samt veiledning som gir deg muligheter til å realisere dine drømmer. Uansett hvilken fase i livet du er i, kan det være godt å vite at vi er her for deg – akkurat nå.

Forord

Simostranda IL kan se tilbake på en flott sesong med mange gode opplevelser og fine prestasjoner.

Som andre idrettslag og skiskytterlag har også vi merket et stort frafall av utøvere de siste par årene. Derfor er det spesielt gledelig at rekrutteringen er så bra, noe vi merket på skiskyttereskolen nå i høst. Det lover godt!

Vi opplever at stemningen er god på treningene og at mange gleder seg til både treninger og renn. Selv om skiskyting er en individuell idrett, betyr lagfølelsen mye for samholdet i klubben.

Flere aktive medlemmer betyr flere foreldre til å hjelpe til å dra lasset. Det gjør at vi får flere hender til å holde anlegget vårt i orden og bidra på våre arrangementer.

Vi er også heldig å ha en seniorgruppe som møter opp jevnlig til å utføre viktig forefallende arbeid. Stor takk til dere!

Simostranda IL har et anlegg som også krever mye penger til drift, vedlikehold og investeringer, for å opprettholde et tilbud som alle har glede av. Laget vårt har virkelig fått merke økte kostnader til energi (strøm og drivstoff) de siste årene. Snøproduksjon og tente lysløyper krever mye kostbar energi. Heldigvis har vi både Sparebankstiftelse, kommunens kulturetats og Sparebank1 Sørøst-Norge som har bidratt med kjærkomne tilskudd, slik at vi har klart å holde oss ajour med regningene.

Vi har også hatt organisert besøk av flere utenfor idrettslaget. Også i år har vi tatt imot pasienter fra Modum Bad, som har hatt ski- og akedag hos oss. De har fått prøve å skyte på stadion, en aktivitet som er svært populært for både barn, ungdom og voksne.

Vi hadde også et arrangement for en gruppe fornøyde bilselgere fra Drammen som fikk prøve skiskyting. Dette er en måte å gjøre oss kjent blant nye miljøer.

Med god rekruttering blant de yngste har vi nå aktive utøvere på alle nivåer, også de som går Norgescup og opp til verdenseliten. Vi har samtidig tilbud til de som har ski på beina for første gang gjennom null-løp.

Simostranda IL er tilbake som et komplett skiskytterlag, og vi gleder oss allerede til neste sesong.

Dag Præsterud
Leder Simostranda IL



Råbygg - for den nevenyttige



Vi anbefaler råbygg til kunder som er nevenyttige, eller som jobber innenfor bygg, som ønsker å bruke sin kompetanse til å skape sitt hjem.

☎ 4000 2922

🌐 nordbohus.no

🏠 Heggenveien 21
3370 Vikersund

Tilbakeblikk på sesongen 2022/2023

Det har vært en lettelse å kunne legge Corona-pandemien bak seg for denne gang. Sesongen 2022/2023 har derfor vært «tilbake til normalen». Våre utøvere har vært svært aktive på både treninger og renn, og vist for hele landet at det «gror godt» på Simostranda.

Utøver	Klasse	Sammenlagt plassering
Martin Bjørndalen Mathisen	M senior	28
Hedda Thoresen Bolstad	K20-22	17
Sivert Bjørndalen	M20-22	10
Håkon Røste Thomassen	M19	16
Erland Solum	M19	21
Martine Bergan Berghagen	K19	17
Andreas Præsterud	M18	26 (med kun 2 renn)
Sunniva Thoresen Bolstad	K18	11
Thomas Skikstein	M17	7

Vi er også stolt over at Ida Lien er på landslaget og representerer idrettslaget vårt. Nasjonalt var hun med på vinnerlaget til Buskerud 1 under NM stafett i Alta, og med 4. og 7. plass som individuelle plasseringer. De beste individuelle plasseringene i WC er 10., 13. og 14. plass og i VM ble det beste resultatet 17. plass på normalprogrammet. Hun var også med på stafettlaget som tok en 6. plass. Av stafetter har hun en 1. plass i Østersund og en 3. plass i Kontiolahti.

Under NM rulleskiskyting i september fikk Dag Sander Bjørndalen (M senior) 7. plass, mens Hedda Thoresen Bolstad (K20-22) tok 9. og 10. plass. I klassen M20-22 fikk Sivert Bjørndalen 8. og 12. plass, mens Håkon Røste Thomassen (M19) ble nr. 8, Andreas Præsterud (M18) fikk 6. og 9. plass, mens Sunniva Thoresen Bolstad (K18) ble nr. 13.

Norgescup (NC) for ungdom (17-19 år), junior (20-22 år) og senior har denne sesongen blitt sponset av ASKO. Dermed ble det hetende ASKO Cup. (I fjor var Lerøy sponsor). Det var 11 utøvere som stilte for Simostranda IL i ASKO Cup, og 9 fikk finaleplass blant de 30 beste i sin klasse:

I NM for junior/ungdom ble arrangert på Birkebeinerstadion på Lillehammer og fellesstarten på Markane i Stryn. Juniorene våre hevder seg godt på landsbasis og her er de beste resultatene deres: Hedda Thoresen Bolstad en 9. pl fellesstart. Sivert Bjørndalen en 4. normal normal. Håkon Røste Thomassen 5. pl sprint og var med og tok sølv på Buskeruds lag i junior.

Sunniva Thoresen Bolstad tok en sølvmedalje på normalen, 4. pl fellesstart og 8. pl på sprinten. Thomas Skikstein slo også til med sølvmedalje på fellesstart, 7. pl normal, og 9. pl sprinten. Erland Solums 10. pl normal og 15. pl sprint, Aslak Aasand 25. pl fellesstart og 26. pl normal, Martine 15. pl normal og 18. pl både sprint og fellesstart.





Hjemmets hjerte

Kjøkkenet er hjemmets ladestasjon. En arena for aktivitet, kreativitet, omsorg, for tid sammen og for påfyll til liten og stor.

Et kjøkken som skal dekke alle behovene i familien er et produkt av håndverk, avansert teknologi og funksjonell design. Akkurat som Sigdal, produsert for det norske folk siden 1950.

sigdal

Sparebank1 cup (Buskerud cup) har generelt flest deltaker blant de yngre klassene. Fra Simostranda har ca. 25 utøvere fra nybegynnerklassene til 15 år deltatt gjennom vinteren. Nybegynnerne har ikke plassering, det begynner først i 11-årsklassen.

Gjennom vinterens Sparebank1-renn var det flere av våre utøvere som kom på pallen:

Mathias Løvset Strand (G15) med en 2. plass og 2. plass sammenlagt i cupen, Margareth Hjelmeseth Fragått (J15), med 2 stk. 3. plasser og 6. plass sammenlagt. I G14 hadde Sverre Aasand 3 stk. 3. plasser og 2. plass sammenlagt i cupen, mens i G13 fikk Arvid Elias Raaen en 1. og en 3. (2. plass sammenlagt) og Håvar Sandqvist Bjorli 4 pallplasser og 3. plass sammenlagt.

I G12 fikk Mathias Helland Ramstad to pallplasser og 3. plass sammenlagt. I den yngste klassen med plassering (G11) fikk Snorre Raaen Karlsson 3 pallplasser og 1. plass sammenlagt, mens Jens Theodor Raaen fikk 5 pallplasser og 2. plass sammenlagt.

Under Hovedlandsrennet (HL) i Mo i Rana i begynnelsen av mars fikk Mathias Løvset Strand (G15) en 5. plass på sprinten og var med på bronselaget for Buskerud 1 i stafetten for G15.

Bra jobba alle sammen!



LH MASKINENTREPRENØR
LARS HAGA A.S
 Tlf. 952 61 694 – post@larshaga.no



Ole Einar Bjørndalens turmarsj og motbakkeløp

Turmarsjen og motbakkeløpet ble arrangert søndag 4. september 2022. I 2021 ble det avlyst på grunn av pandemien så vi var motivert for å få gjennomført arrangementet igjen. Vi tenker det er en fin måte å samle bygdefolket på, hedre Ole Einar for hans prestasjoner og få folk til å være med på fysisk aktivitet og fremme folkehelse!

På turmarsjen stilte 184 deltakere og de går ulike løypelengder på ca 12, 9 eller 4 km. Alle får et diplom i mål og ulike merker for tidligere deltakelse. Bama sponset med ulike produkter og alle fikk gratis lapskaus etter målgang. Det var også populært med smoothie og banan på toppen av motbakkeløpet.

Det var 37 som ville løpe motbakkeløpet i klasse fra 9 år til senior. Dette starter i

bunnen på åsen og ikke nede på Ole Einars plass. Alle varmer opp samlet til start og løypa opp åsen er på ca 1.4 km med 230 høydemeter. Vinneren i dameklassen ble Tuva Hagen Rønning fra Modum FIK med tiden 12.28. I herreklassen var det August Hovde fra Gjøvik Skiklubb som vant med tiden 9.44. Løyperekorden er fortsatt på 9.07 som er tatt av Ole Einar i hans yngre dager. Han selv løp på 9.58 som må sies å være en rimelig bra tid. Beste dame og herre fikk flotte klokker fra Certina og napp i vandrepokalene.

Vi hadde i år også mange flotte uttrekkspremier som er sponset fra lokale bedrifter. Skiguard ga også i år bort en skiboks. Den heldige vinneren av denne var Dag Sander Bjørndalen.



Grattis!



Snøsamling på Beitostølen 11. - 13. november 2022

Helgen 11.-13. november reiste stort og smått til Beitostølen, og vi tok inn på Raddison Blu hotell.

Litt skeptisk på vei oppover var vi alle, med plussgrader og lite tegn til snø. Men jammen var det snø på skiskytterstadioen!

15 utøvere, 1 trener og 12 i støtteapparatet. Det måtte bli en bra helg. Fredag var det ganske mange ivrige utøvere og foreldre som tok seg en tur på ski. På kvelden møttes vi til felles bespisning på Peppes Pizza og hadde en tradisjonsrik Khaoot.

På lørdag hadde vi to treningsøkter, begge med ski på beina og på skytebanen. Mellom øktene hadde vi lagkonkurranser, diverse leker/konkurranser og Quiz. Lørdagen ble avsluttet med en solid midagsbuffet på hotellet.

Søndag hadde vi en treningsøkt og felles lunsj, før vi satte snuten hjemover igjen.

Tror alle hadde en topp helg!



Vi er avhengig av all den støtten vi kan få for å holde anlegget vårt i gang, til glede for klubben, utøverne og andre som ønsker å benytte seg av det. **Du kan vippse et valgfritt beløp til 124453, eller hvorfor ikke gå for et medlemskap!**

Et medlemskap i Simostranda IL koster pr. år:
Barn 0-16 år 150,-
Voksen >16 år 200,-
Familie (max 2 voksne og x antall barn 0-16 år) 500,-

Betales til konto 2270.03.08395.
Husk å oppgi navn og fødselsår på medlemmene.

TAKK!

Velkommen til Bilia Din billeverandør uansett behov



Merkeforhandler for BMW, MINI og Volvo!

Med BMW, MINI og Volvo under samme tak, har vi noe å tilby for ethvert transportbehov. Vi har til enhver tid et godt utvalg av markedets mest spennende nye biler i utstilling og for prøvekjøring. Hos oss finner du alt under ett tak; nye og brukte biler, firmabiler, dekkhotell og serviceverksted.

Velkommen til Bilia i Industrigaten 2, Vitbank!



Alt som gjelder biler. Og litt til.

Ring oss på telefon 915 08555, chat med oss på bilia.no og følg oss på facebook.com/bilianorge

bilia

Snøproduksjonen i anlegget vårt

Med stadige ustabile vintre med usikker tilgang på natursnø, er snøproduksjonen vår viktig for å kunne komme i gang med skitrening når rulleskisesesongen er over.

Vi produserer snø på to måter: Med en liten flyttbar elektrisk snøkanon og en transportabel snøkanon, med en høytrykkspumpe som drives av et diesलगregat. Den siste flyttes rundt med en stor traktor og kobles til vannhydrantene som er fordelt rundt i anlegget. Vannet som brukes til snøproduksjon blir pumpet opp fra elva (Simoa).

Kunstsnoen har mange fordeler. Ved å ha den som en såle i bunnen som grunnlag for en eventuell natursnø, vil skisesesongen bli mer stabil og lengre. Vi vet jo aldri hvordan natursnøforholdene blir, så ved å legge et 20 cm lag med kunstsno, er vi sikret skiføre i flere måneder.

Snøproduksjon er svært energikrevende. Det går med mye strøm og diesel. Med høye energipriser valgte vi denne sesongen å vente med å starte opp snøproduksjonen til forholdene var optimale:

- Lav temperatur på vannet i elva
- Godt med teie i bakken
- Lavest mulig lufttemperatur i en lengre periode

Denne sesongen var forholdene svært gunstige i midten av desember (2022), og med døgkontinuerlig snøproduksjon i 6 dager ble 3,5 km skiløypetrase ferdig lagt på rekordtid!

I sesongen 2021-22 var det lite snø på fjellet og i vårt nærområde. Da hadde vi de eneste skiløypene «i mils omkrets», og folk i alle aldre lokalt og langveisfra kom til Simostranda for å gå på ski. Noen for å trene, andre for å lære å gå på ski eller trimme.

I år har det kommet godt med snø overalt etter at vi produserte selv. Da har vi også fått kjørt opp løyper der vi ikke har hydranter.

I tillegg til løypene i selve skianlegget kjører Simostranda IL også «Bygdeløypa» på ca. 14 km, som går på jorder og i skogstering både nord og sør for skiskytteranlegget; fra Haugfoss til kommunegrensa til Sigdal.





Tusen takk til vår lokale SpareBank1 for den rause støtten dere bidrar med til Simostranda Idrettslag!



SpareBank
SØRØST-NORGE **1**

Vi leverer
Hime
Modum
KABEL-TV

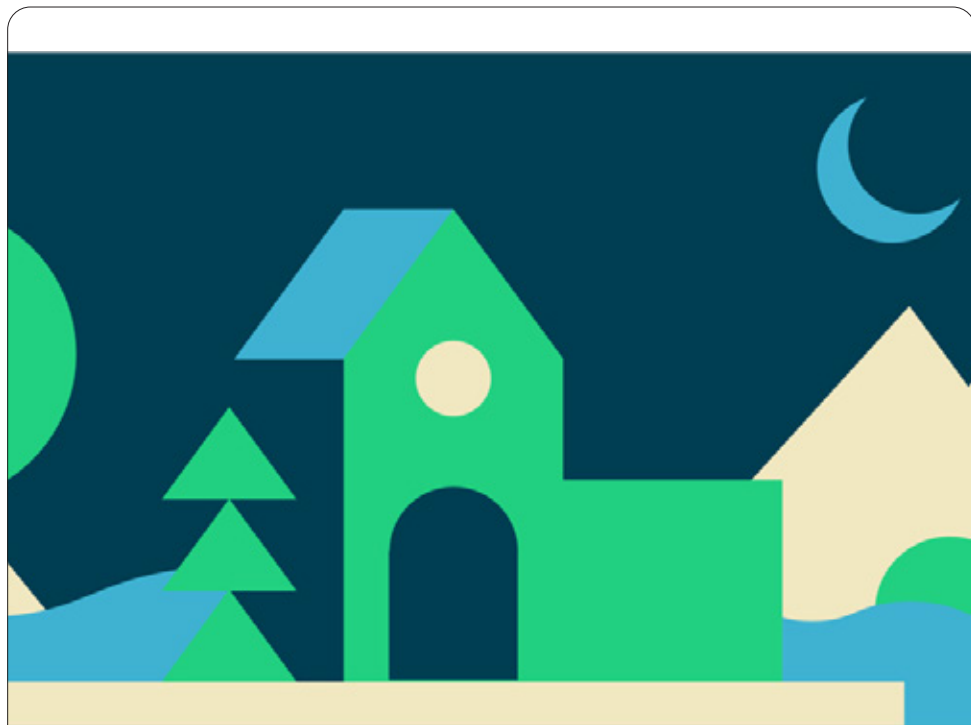


Vi er stolt sponsor av Simostranda IL

Vi er stolte av å være en bredbåndleverandør som bryr seg om vårt lokalsamfunn og støtter lokale initiativer. Ved å velge vår tjeneste, vil du ikke bare få lynraskt internett, men du vil også bidra til å styrke samfunnet rundt deg. Kontakt oss i dag for å bli med på laget!



Tlf: 32 78 46 40 • Eikerveien 33, 3340 Åmot • E-post: post@mkrn.no • www.mkrn.no



Vi styrker lokalsamfunnet i Modum, Sigdal og Flesberg.

Midtkraft har skiftet navn til Kraftia Energi. Vi leverer strøm- og bredbåndsnett i Modum, Sigdal og Flesberg og har driftsansvaret for seks kraftstasjoner.

Som et grønt energikonsern, jobber vi for mer miljøvennlige energiløsninger. Vi skal være en samfunnsaktør som bidrar til lokal verdiskaping, lokale arbeidsplasser og støtte frivillig arbeid rettet mot barn og unge.

kraftia

Sparebank1 Cup 2023

I år har det blitt arrangert to Sparebank1-renn på Simostranda:

14. og 15. januar var anlegget vårt reserverearena for arrangørene Hønefoss Skiskytterklubb og Lier IL, da snøforholdene i Hovsmarka i Hønefoss ble ødelagt av regn og mildvær. Med et godt grunnlag med kunstsnø, tålte løypene våre mildværet, og rennet kunnet gjennomføres som planlagt med rundt 150 utøvere.

11. og 12. februar var det Simostranda IL sin tur til å arrangere renn, med noe færre deltakere. Men det er svært gledelig at mange nybegynnere stiller til start, og viser sann idretts glede. Det var også svært gledelig å se at Elisabeth Hartz Bråthen er tilbake på ski, etter en lengre periode i rullestol.





STRAND & ENGER ANLEGG AS

Vi bygger plasser mellom busker og trær.
Vi lager veier – uansett vær.
Vi ordner tomter for hjem og fabrikk.
Vi sprenger og graver og trygger trafikk.
Det er litt av det vi gjør.

Filsen distriktets maskinentreprenør



HJEMMET SOM PASSER FOR DEG?



Hustype: Aurdal

**BESTILL
NY GRATIS
KATALOG**
www.blink-hus.no



Det handler om din framtid og din personlighet. Vår oppgave er å skape akkurat den boligen som du føler deg hjemme i. Du samarbeider med våre arkitekter under planleggingen, og selve byggeprosessen er trygg og oversiktlig.

 **BLINK HUS**

Sigdal

**Vi bygger
ditt personlige
hjem!**

Bruveien 12, 3055 Krokstadelva, Tlf. 32 71 14 90

GODT SYN KAN VÆRE AVGJØRENDE

Små synsfeil kan være avgjørende på sluttresultatet.

Det er ikke bestandig lett å vite om man har synsfeil. Forandringer med synet skjer gradvis, og vi venner oss til vår egen synssituasjon. Men det kan gi problemer som uklart syn og hodepine. Små "feil" kan vi av og til leve med i hverdagen uten store problemer. Men når vi er avhengig av godt syn, for eksempel ved skyting kan disse små "feilene" være avgjørende for resultatet.

alliance*

OPTIKK

Åmot
tlf 32 78 50 52
post@optikern.no

"Vi oppfordrer alle små og store skiskytterpirer til å sjekke synet", sier Stig Haviken, som har 35 års erfaring som optiker. Han forteller at det ikke alltid er så mye som skal til "Vi hjelper til der det trengs, og det er mange løsninger for en idrettsutøver."

”

**VI OPPFORDRER
ALLE SMÅ OG STORE
TIL Å SJEKKE SYNET!**



Skiskyttereskole

I høst har vi arrangert skiskyttereskole for barn fra 3. klasse og oppover. Da andre idrettslag sliter litt med rekruttering kan vi si oss godt fornøyd med at 18 unger har lyst til å starte med skiskyting!

Vi starter med å holde et sikkerhetskurs der vi lærer om sikkerhet i forhold til våpenbruk. Dette er noe av det aller viktigste når vi skal starte med skiskyting, da dette er noe nytt for foreldre og barn. Sikkerhetsreglene som står under blir repetert på hver trening.

SIKKERHETSREGLER

- gå ut i fra at ethvert våpen kan være ladd
- kontroller at våpenet er i orden før skyting
- rør ikke andres våpen uten tillatelse
- gi eller sett aldri fra deg et ladd våpen, selv ikke for et kort øyeblikk
- rett aldri våpen mot noen
- bær våpenet med løpet opp
- lading skal kun foregå på standplass
- du skal alltid rette deg etter skytebanesjefens anvisninger
- avtrekksvekten skal være minimum 0,5 kg
- våpen og magasiner skal tømmes for ammunisjon før du forlater standplassen

Skiskyttereskolen er gratis for alle utøverne og foregår 10 ganger, hver torsdag frem til jul. Simostranda IL stiller med våpen og ammunisjon. Skiskyttereskolen er et opplegg fra Norges Skiskytterforbund der målet er å få utøvere til å føle glede og utbytte av å drive skiskyting. Man ønsker også å skape rekruttering i klubbene. NSSF gir ut luer og diplomer for gjennomført skiskyttereskole.

På nyåret fortsetter treningene frem til påske. Da legger vi vekt på litt skileik og skyting. Vi har øvet oss på å gå renn og hatt stafetter. Nesten alle var med på Sparebank1 renn her på Simostranda helgen 11.-12. februar. Vi er imponert over iveren og spesielt skyteferdighetene til årets nybegynnere!





HUS
Norges hus Type Panorama



HYTTE
Norges hus Type Varghiet



PROSJEKT
Hønefoss Panorama



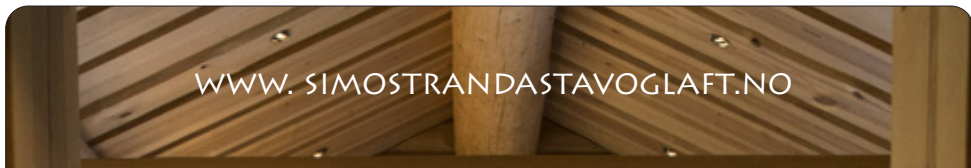
„Rekruttering“ i høst- og vinterferien

I høstferien hadde Modum felles SFO i Hopp senteret. Da var vi så heldige å få låne laservåpna til Simostranda IL. Det blei en veldig populær aktivitet, mange ivrige unger. Lange køer alle tre dagene.

Stor stas da vi fikk bruke våpna i vinterferien på Sysle SFO også. Der rigga vi til og skøyt både ute og inne, alt ettersom hvordan været var. Flott med laser. Så håper noen vil finne veien til Simostranda IL og prøve seg på skiskyting etterhvert.

Synnøve Thoresen Bolstad





WWW.SIMOSTRANDASTAVOGLAFT.NO



**VI REALISERER
DINE DRØMMER
OM HUS OG
HYTTER!**



Einar Holm, tlf 926 15 947
Sveinung Bergan, tlf 926 15 309
Kollerudveien 80 · 3340 Åmot

KRØDEREN

LEDENDE INNEN ELEKTRO

solcelle@eke.no • 32 14 70 50 • eke.no

Vurderer du solcelleanlegg?

Vi hjelper deg med
å finne riktig
løsning



SKREDDERSYDDE MØBLER OG INTERIØR TIL KONTORER · OFFENTLIG MILJØ · KRESNE HJEM

www.buskerud-spesialinnredning.no · Nordbråtagata 9, 3340 Åmot · www.facebook.com/spesialinnredning

Null-løpet har starta opp igjen!

Endelig fikk vi starta opp igjen tradisjonen med null-løp etter et par sesongers pause.

Vi holdt oss til suksessoppskrifta med tirsdagskvelder, valgfri lengde på rundene etter form og ferdighet og selvfølgelig varm saft til alle som deltok.

Totalt var det over 70 deltakere med startnummer, i tillegg til mange gode støttespillere som heier, pusher, drar og noen ganger bærer deltakerne gjennom de to rundene.

Aldersspennet var også godt, fra eldste deltaker litt opp i søttiåra, til minste som var bare året.

Etter å ha gjennomført rundene i skisporet ble akebakken flittig benytta av mange av skiløperne, og den gode stemninga fortsatte der.

Alle deltakere under 12 år som har deltatt minst tre ganger blir premiert, i tillegg til de tre med minst tidsdifferanse sammenlagt. Vi holdt premieutdeling på Eikvang tirsdagen etter siste null-løp.

Deltakerne ble bedt inn med familie og venner, og det var felles bespising med matfat og stor jubel for premiemottakerne.

Gurhild Kopland Terum
Barne-og ungdomsgruppa



SIGDAL MASKINFORRETNING AS



VI
STØTTER
DEN LOKALE
IDRETTE!

ÅPNINGSTIDER BUTIKK

MAN + TIRS + ONS + FRE
07.00 - 16.30

TORS DAG
07.00 - 18.00

LØRDAG
08.30 - 13.00

ÅPNINGSTIDER VERKSTED

MANDAG - FREDAG
07.00 - 16.30



Sigdal Maskinforretning AS • Nerstad Industriområde 3 • 3350 Prestfoss
Tlf.: 979 91 990 • E-post: oyvind@smf-as.no

Leverer vann, varme og energi til hele Norge

J & A Rosenlund

32 78 95 95
VB.no

VB

ja-rosenlund.no

Tlf: 32 78 95 95

Klubbmesterskap 2023

14. mars hadde vi klubbmesterskap på Simostranda. Det er et uformelt lavterskelrenn, der «alle» kan stille til start.

Det er tilpasninger på løypelengde og vanskelighetsgrad på skytingen ut fra den enkeltes ferdigheter.

Vi begynner virkelig å merke at «det gror godt i fra bunnen». Ca. 50 deltaker stilte til start, herav ca. 20 nybegynnere! Det var så arenaen formelig «kokte» under innskytingen!

Under åpen klasse (tidligere «puddingklassen») deltok både trenere og foreldre, til stor jubel fra både utøverne og publikum.





Heia
Heia
Heia



 **Buskerud Olje AS**

 **32 78 77 99**
post@buskerudolje.no

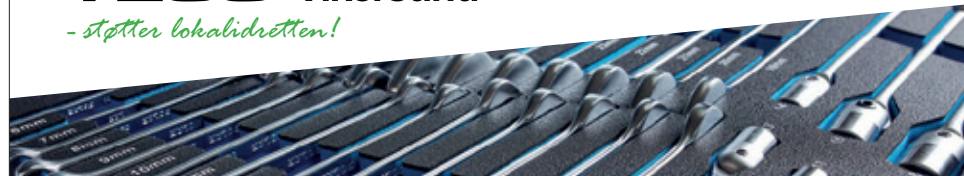
-  **Diesel**
-  **Farget diesel**
-  **Bensin 95**
-  **AdBlue**



TESS Vikersund

- støtter lokalidretten!

ÅPNINGSTIDER:
MANDAG - FREDAG KL. 07.00 - 16.00



SLANGER • KULELAGER • SMØREMLIDLER • VERKTØY • MASKINER • ARBEIDSTØY

Tlf 31 30 25 50 eller e-post vikersund@tess.no

Sponsorkveld

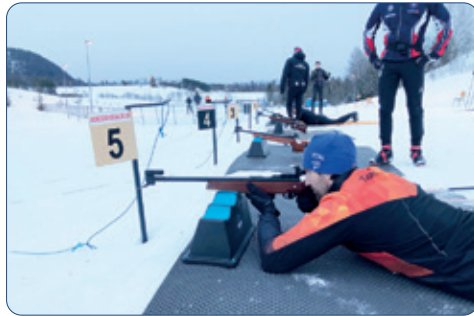
Årest sponorarrangement med teknikkurs og stafett var sesongens siste store renn på Simostranda. Dag Bjørndalen underviste våre gull og sølvsponsorer i grunnleggende skiteknikk. Aslak Aasand, Erland Solum, Andreas Præsterud og Sivert Bjørndalen fra aldersgruppe 15+/Team Skiguard overtok ansvaret med individuell veiledning i flotte løyper.

Sponsorene viste forbildelig lagånd, engasjement og teknikk under årests sponsorstafett med liggende skyting og strafferunder.

Tusen takk til alle sponsorer og takk til alle frivillige som stilte opp og bidro til en særdeles hyggelig kveld.

Vi ønsker å takke alle våre sponsorer for støtten. Takket være dere kan Simostranda IL vedlikeholde vårt flotte anlegg, produsere snø og kjøre løyper. Dette er grunnlaget for all aktivitet på Simostanda om det er organisert trening, mosjon eller lek og moro.

Tusen takk!



Våre utøvere!

NYBEGYNNERE



Bak fra venstre: William Haugen Hunstad, Rodrigo Graulins, Emil Leren Fidjestøl, Ola Kopland Christensen, Leon Fedje Aamodt, Emil Heiser Bakken. Foran fra venstre: Nora Støvern, Linnea Haugen Hunstad, Gaute Raaen-Karlsson, Ida Rosenlund, Filippa Sofia Ljønes, Tiril K. Dybendal, Mie Helland Ramstad, Ea Leren Fidjestøl, Elling Håre, Eivind Plassen, Astrid Tandberg. Ikke tilstede: Sander H. Asbjørnhus, Tor Anton Tuftin.

GUTTER / JENTER 11 OG 12 ÅR



Fra venstre : Mathias Helland Ramstad, Jens Theodor Raaen, Live Fragått, Tuva Støa Skinnstad og Ole Ask Nore. Ikke tilstede: Snorre Raaen Karlsson og Mathias N. Bergan.

GUTTER / JENTER 13 OG 14 ÅR



Fra venstre: Helga Hjelmeseeth Fragått, Emil Støa Skinstad, Håvar M. Bjorli, Håkon Strand og Arvid Elias Raaen.

GUTTER / JENTER 14-15



Fra venstre: Ragnhild Frøvold, Margreth Hjelmeseeth Fragått og Sverre Aasand. Ikke tilstede: Mathias L. Strand.

UNGDOM-/JUNIORLØPERE



M17

Thomas Skikstein



K18

Sunniva
Thoresen Bolstad



M18

Andreas Præsterud



K19

Martine Bergan
Berghagen



M19

Håkon Røste
Thomassen



M19

Aslak Aasand



M19

Erland Solum



M
20-22

Sivert Bjørndalen



K
20-22

Elisabeth H. Braathen



K
20-22

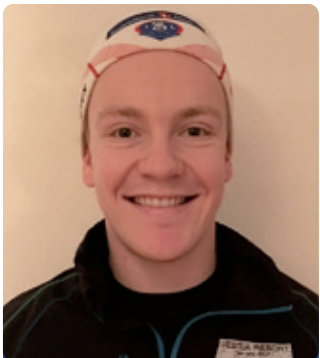
Hedda Thoresen
Bolstad



SENIORLØPERE



Ida Lien



Martin Bjørndalen
Mathisen



Dag Sander Bjørndalen

Lenge siden siste tannlegebesøk?

Vi ønsker nye og gamle pasienter velkommen.

Hilsen oss i Tannleggården Åmot.

TANNLEGGÅRDEN ÅMOT

Stålfjæra 4, 3340 Åmot
Tel. 32 78 45 79/ 32 78 45 55

Revisorkollegiet

MER PERSONLIG

Hos Revisorkollegiet får du din faste kontaktperson som gir deg den oppfølgingen du ønsker. Vi har avdelinger i Drammen, Kongsberg, Uvdal og Oslo/Ski. Kontakt oss på tlf. 32 27 63 00 eller se revisorkollegiet.no

REVISJON **REGNSKAP** **RÅDGIVNING**



Velkommen til en
hyggelig handel med
personlig service!

Hilsen
Maxbo Åmot

Maxbo Åmot	Mandag - onsdag:	07-17
Industriveien 3	Torsdag:	07-18
3340 Åmot	Fredag:	07-17
Tlf: 32 78 31 00	Lørdag:	09-14

MAXBO



VARPGRUPPEN
Stolt sponsor av Simostranda IL



@VARPGRUPPEN

Bli bedre kjent med...



Alder: 8, snart 9

Bosted: Haugfoss

Hvorfor begynte du med skiskyting?

Det hørtes gøy ut og jeg er veldig glad i å gå på ski. Også er det gøy med skyting. Jeg har venta i flere år på å bli gammel nok til at jeg kunne begynne. Også har jeg veldig lyst til å bli verdensmester.

Hva er det som er gøy med skiskyting?

At man både kan gå på ski og skyte.

Har du deltatt på noen renn?

Ja, både på rennet på Simostranda i vinter og på klubbmesterskapet. Det var moro! Jeg blir veldig spent før renn og jeg har veldig lyst til å gå flere.

Har du noen forbilder?

Ole Einar Bjørndalen så klart, også Andreas Præsterud. Han er naboen min og jeg ser stadig vekk at han er ute og trener. Også at Andreas kan kombinere skiskyting med å gå på landbruksskolen og jobbe på gård synes jeg er veldig kult. Det drømmer jeg om også.

Hva ellers holder du på med i fritiden?

I tillegg til skiskyting spiller jeg håndball. Jeg trener også litt på egenhånd. Ellers liker jeg å spille og å hjelpe til på gården hos mormor og morfar.

Favorittmat?

Pasta Carbonara.

Favorittdyr?

Hund

Har du noen skjulte talenter?

Jeg klarer å kjøre traktor sammen med morfar og kan stelle fjøset nesten aleine.



ÅMOT FYSIKALSKE
Fysioterapi og treningssenter



Ida Rosenlund

Alder: 8 år
Bosted: Åmot
Team/lag: Simostranda IL

Hvorfor begynte du med skiskyting?
 Fordi brødrene mine har gått på skiskyting og da har det sett gøy ut.

Hva er det som er gøy med skiskyting?
 Å skyte og gå renn.

Har du deltatt på noen renn?
 Ja, jeg har deltatt på Simostranda og på Ål i tillegg til klubbmesterskapet.

Har du noen forbilder? Ida Lien

Hva ellers holder du på med i fritiden?
 Jeg går på turn, spiller håndball og fotball og leker med venner.

Favorittmat? Taco

Favorittdyr?
 Hund og spesielt min egen hund.

Har du noen skjulte talenter?
 Jeg klarer å stå på henda og ta flik flak.

Simostranda IL ønsker deg en fin tur i de flotte skiløypene våre!

Vil du støtte oss?

VIPPS
 til
124453



VI BYGGER FREMTIDEN!

Følg oss: Hæhre Entreprenør | akh.no



Sunniva Thoresen Bolstad

Alder: 17 år

Skole: NTG Geilo

Bosted: Geilo/Drolsum

Hvorfor startet du med skiskyting?

Jeg startet med skiskyting fordi jeg syntes det hørtes gøy og spennende ut! Også fordi søskena mine gikk på skiskyting da jeg kunne starte, så det var et enkelt valg for meg.

Hvordan har sesongen gått for deg?

Den har gått bra, litt sykdom på starten, men syntes jeg kom godt i gang igjen litt utover i sesongen!

Beste resultat i karrieren?

Det må være 2. plass i jr. NM på Lillehammer.

Dine sterkeste sider som skiskytter?

Min sterkeste side som skiskytter er at jeg skyter ganske bra.

Målsetting for neste sesong?

Flere gode løp, og komme på pallen i NC eller NM.

Forbilde? (innen idrett)

Mitt forbilde innenfor idrett er Johannes Thingnes Bø.

Favorittmat?

Jeg er glad i pannekaker og taco, så det må være favorittene!

Favorittserie?

Jeg har ikke noen spesiell favorittserie, da jeg ikke ser så mye på film og serie egentlig. Men hvis jeg skulle valgt noen hadde det nok blitt Blålys, 113 og Kompani Lauritzen.

Har du et skjult talent?

Jeg har ikke så mange skjulte talenter, men hvis det skulle være et må det nok være at jeg kan gå på henda.



Thomas Skikstein

Alder: 16 år

Skole: Buskerud vg skole, idrett

Bosted: Åmot

Hvorfor startet du med skiskyting?

Startet med skiskyting da jeg var gammel nok, fordi mange i klassen begynte og fordi det så morsomt ut.

Hvordan har sesongen gått for deg?

Sesongen har gått bra:)

Beste resultat i karrieren?

Beste plassering er sølv i NM på Stryn i mars i år, på fellesstart.

Dine sterkeste sider som skiskytter?

Har ingen spesielle sterke sider (beskjeden sagt ref.red.)

Målsetting for neste sesong?

Er å fortsatt kunne prestere og samtidig kunne kombinere med fotball.

Forbilde? (innen idrett)

Ole Einar og Messi.

Favorittmat?

Det er definitivt burger

Favorittserie?

Cobra Kai

Har du et skjult talent?

Det kan jeg ikke komme på...



Vi er avhengig av all den støtten vi kan få for å holde anlegget vårt i gang, til glede for klubben, utøverne og andre som ønsker å benytte seg av det.

Du kan vippe et valgfritt beløp til 124453, eller hvorfor ikke gå for et medlemskap!

Et medlemskap i Simostranda IL koster pr. år:

Barn 0-16 år 150,-

Voksen >16 år 200,-

Familie (max 2 voksne og x antall barn 0-16 år) 500,-

Betales til konto 2270.03.08395.

Husk å oppgi navn og fødselsår på medlemmene.

TAKKI!

Team Skiguard Buskerud 2022/2023

Fantastisk moro å følge utviklingen på de fem løperne vi har med oss på Team Skiguard Buskerud. I år er alle fra Simostranda IL.

M19: Aslak Aasand
Håkon Røste Thomassen
Erland Solum

M18: Andreas Præsterud

M17: Thomas Skikstein

Trener: Hans Anton Bjørndalen

Hospitant: Mathias Løvset Strand

Vi må starte med å nevne høydepunktet i sesongen 21/22 hvor Andreas topper flere pallplasseringer i Norgescupen, totalt 3. plass sammenlagt, ved å ta med seg 2 gull og et sølv fra junior NM. Vi tar av oss hatten og bøyer oss i støvet!

Dessverre har denne sesongen vært trøblete med mye sykdom for Andreas. Kun en deltagelse på norgescupen i Ål hvor han tar en 3. og en 7. plass, og deretter igjen blir syk. Vi ønsker Andreas velkommen (enda sterkere) tilbake i kommende sesong.

Alle gutta har prestert sitt beste denne sesongen – også plasseringsmessig. Thomas Skikstein har debutert på teamet med flere gode prestasjoner i år, både i sporet og på skytebanen. Dette har resultert i flere topp 10 plasseringer, og toppet seg med NM sølv på fellesstarten i Stryn.

Gratulerer!
5. plasser har Håkon og Erland tatt denne sesongen, også dette er bestenoteringer. Aslak Aasand har flere topp 30 plasseringer og derved også norgescup poeng.

Dette skrives når årets sesongavslutning i Alta gjenstår. Vi har flere muligheter for gode prestasjoner og vi har kjempetrua på gutta framover.

Langsiktighet og tro til treningsopplegget, gode økter og samlinger, godt miljø og kameratskap preger gjengen.

Vil også takke våre sponsorer, Buskerud videregående skole, en stabil trener gjennom mange år (Hansa) og en meget sammensveiset foreldregruppe, som gjør denne satsingen mulig for disse flotte utøverne.

Tusen takk!

Anstein Solum

Leder Team Skiguard Buskerud





Solid og varig panel

Fjellstøtt fra Eggedal Sag

Fjellstøtt

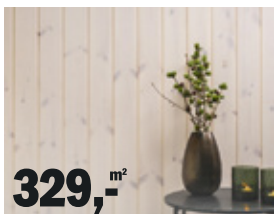
«Fjellstøtt står det, som det bestandig har gjort. Ute i vær og vind, først som et tre i skogen, så som en varig vegg. Inne i hus og hytter som solide skiller mellom levende rom. Fjellstøtt, som i naturen – ekte og sterkt.»

Fjellstøtt er en serie med ferdigbehandlet innendørs panel og utendørs kledning som er utviklet og produsert av Eggedal Sag AS.

» fjellstøtt.com



329,-^{m²}
» Norefjell Glattpanel
14x120 mm



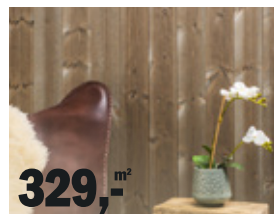
329,-^{m²}

» Norefjell Skyggepanel Skrå
14x120 mm



349,-^{m²}

» Holmvassnatten Sprekkpanel
14x120 mm



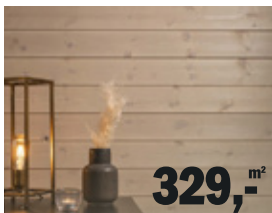
329,-^{m²}

» Djupsjøen Glattpanel
14x120 mm. Fås også i format 14x095/145 mm



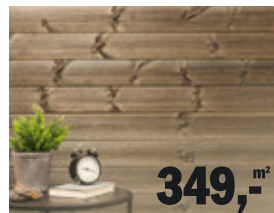
349,-^{m²}

» Gråfjell Glattpanel Børstet
14x120 mm



329,-^{m²}

» Gamleseetra Sprekkpanel
14x120 mm



349,-^{m²}

» Andersnatten Sprekkpanel
14x120 mm



» [f](https://www.facebook.com/xlbygg.no) [i](https://www.instagram.com/xlbygg.no) xl-bygg.no

Eggedal
Eggedalsveien 1390, Eggedal
Tlf. 906 27 000
Man-fre 07-16, lør 09-14

Avd. Mjøndalen
Strandveien 3, Mjøndalen
Tlf. 906 28 000
Man-fre 07-17, tors 07-18, lør 09-14

Avd. Sigdal
Sagveien 34, Prestfoss
Tlf. 32 71 05 50
Man-fre 07-16, lør 09-14

Avd. Noresund
Ringnesveien 96, Noresund
Tlf. 32 14 91 69
Man-fre 07-16, lør 09-14

Avd. Vikersund
Heggveien 15, Vikersund
Tlf. 32 78 14 20
Man-fre 07-17, lør 09-14

Velkommen innom for en hyggelig handel hos din lokale faghandel!

sport 1 Nygård Sport

Følg oss på: [f](https://www.facebook.com/sport1nygard) [i](https://www.instagram.com/sport1nygard)

ÅPNINGSTIDER:
Hverdager: 09:00 - 19:00
Lørdag: 09:00 - 16:00

SPORT 1 NYGÅRD SPORT
Lilleåsgata 4, Åmotsenteret
Tlf: 32 77 96 70

World Cup-avslutning skiskyting i Holmenkollen 2023

Simostranda IL har hatt ansvaret for skytebanen i Holmenkollen under internasjonale renn siden slutten på 1990-tallet. Denne dugnaden er en svært viktig økonomisk kilde for klubben, men krever også et betydelig mannskap.

På rigg og treningsdager stiller vi med 10-15 personer, mens på renndagene er rundt 55 personer i sving med å drifte skytebanen.

I år var vi i Holmenkollen i perioden 11.-19. mars, og opplevde det meste av det været kan by på.

Men publikum under renndagene holder også ut i all slags vær og bidrar til en stemning som bare må oppleves!

Det å se verdens beste skiskyttere fra «orkesterplass» (standplass) er et privilegium i seg selv. Flere i dugnadsgjengen har vært med til Holmenkollen lenge, og nye kommer til hvert år.

Dette er et oppdrag som er svært sosialt, og vi er stolte over å kunne levere en standplass som det internasjonale skiskytterforbundet (IBU) er svært fornøyd med.





Vi jobber helhetlig og langsiktig med våre kunder for å styrke deres merkevare og konkurransekraft.

Se mer på nyg.as

nyg

Liatoppen skiskytterfestival 2023

15 utøvere fra Simostranda deltok i årets Liatoppen skiskytterfestival. Dette er et tradisjonsrikt renn som strekker seg tilbake til 1987. Det er verdens største skiskytter-renn. I år med i overkant av 1020 påmeldte utøvere.

Fredag startet det hele med stafett. Simostranda hadde 2 lag i 11-12 årsklassen mix og gutter og 13-16 års klassen både med jente og guttelag. Været var ikke helt med på vår side, så endte med mye bomming pga tåke. Det ble på stafettene gått mer enn 3300 strafferunder tilsammen! Men stafett er stafett, og gøy var det uansett.

Simostrandas beste plassering på stafetten var: Mathias H. Ramstad + Jens Theodor Raaen. + Håkon L Strand fikk 7. plass med 23 bom. Helga H. Fragått ble også med i Nuller-klubben denne dagen som var på laget J 13-16. Simostranda hadde med Mie H. Ramstad og Gaute Raaen-Karlsson med på de individuelle konkurransene for nybegynnerne.

Det var også et kult åpningsshow fredag kveld med Ingrid Landmark Tandervold og Tarjei Bø, og underholdninga var et Motorcross show.

Lørdagen var det normal-program. Været var bedre, det var litt nysnø og tidvis tåke. Vi hadde en utøver som klarte å komme i nuller-klubben og det var Mie Helland Ramstad.

Simostranda stilte med 15 utøvere og av disse fikk Live Hjelmeset Fragått og Jens Theodor Raaen en fin 8. plass som var

Simostrandas beste resultat denne dagen. Mye bra fart i sporet hos mange av våre utøvere, men ser at litt skytetrening er viktig å ha fokus på.

Premieshowet ble arrangert i Ål kulturhus, det var en fin seremoni med underholdning av fotball-trikser og med Hallingdans.

Søndagen var det felles-start her hadde vi med 13 deltagere. Været var bedre og vi kunne gløtte sola, men føret i sporet var litt tråere.

Arvid Elias fikk en super 9. plass og gikk seg opp mange plasser og i tillegg fikk Margret H. Fragått medlemskap i Nuller-klubben.

Noen var vel litt skuffet over egne prestasjoner, men det gir motivasjon for en ny sesong og vil vel si at helgen har vært super likevel.

Vi foreldre og Simostranda IL er stolte av alle våre utøvere og gleder oss til å følge med videre i årene som kommer.

Takk for en fin sesong. Det har vært spennende og det blir heder og ære på Sesongavslutningen på Eikvang 3. mai.

Christine L. Strand



**SNARUM
PUKKVERK AS**

● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

tlf 416 00 860
Krøderveien 1403
3370 Vikersund



GYM2000
Treningscenteret for alle

MOTVILKETS STØRSTE TRENINGSENTER!

ÅPENT 24/7

MEG EGET ADGANGSKORT!

INDUSTRIVEIEN 38, 3340 ÅMOT

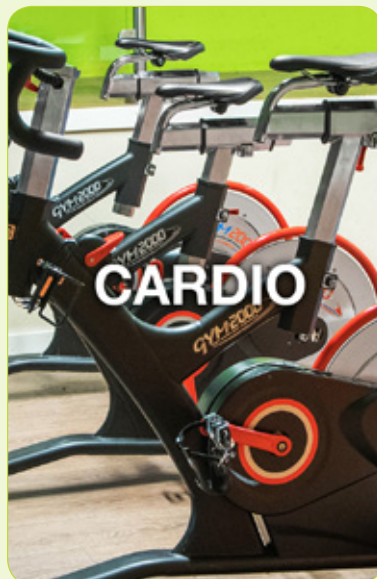


STYRKEAPPARATER

GYM2000
TRENINGSENTER
SPONSER DE AKTIVE
SKISKYTTERNE OVER
15 ÅR MED TRENING
OG RESTERENDE
MEDLEMMER FÅR
RABATERT PRIS PÅ
ÅRSKORT!



CROSSFIT-CAGE

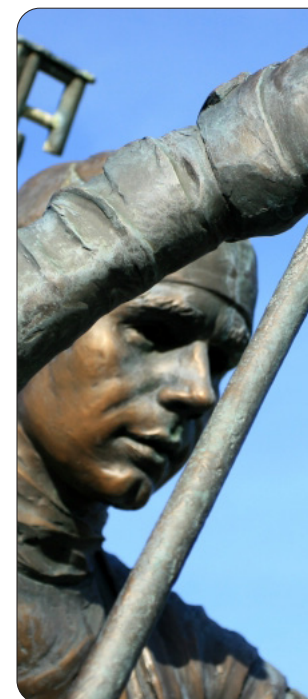


CARDIO

WWW.GYM2000.NO



HOLM
SKOGSDRIFT AS
TLF 416 33 019



Vi utfører alt av:

- Stålarbeider
- Flettverksgjerder
- Trapper
- Rekkverk

Strandgata 24 • 3340 Åmot
tlf 32 78 41 09 • 975 25 502

Kvalitetstrykksaker til gunstig pris
og levering etter avtale!

 **CASPERSENS
TRYKKERI A-S**
Postboks 51, 3371 Vikersund
Tlf.: 32 78 71 88
E-post: post@caspersens-trykkeri.no
www.caspersens-trykkeri.no



Til alle våre sponsorer -
TAKK FOR STØTTEN



Vi fikser ditt byggeprosjekt

**Utført med
varig kvalitet**

Web: www.flaget.no

Tlf.: 32 20 09 99

E-post: post@flaget.no



VARIG KVALITET

SKIGUARD *made in Norway*

SKIGUARD TAKBOKSER kombinerer avanserte tekniske løsninger med stilfullt design. Boksene er spesialutviklet for å påvirke bilens kjøreegenskaper minst mulig, samtidig som de gir den ekstra lagringsplassen vi vet aktive mennesker trenger.

NORSK DESIGN / NORSK PRODUKSJON / NORSK KVALITET

*Stolt
hovedsponsor!*

