## http://mittskrivebord.ous-hf.no/ikbViewer/Content/479007/OUS_logo_gif.gif

 Ous Bedriftsidrettslag

|  |
| --- |
| **Gruppeårsberetning 2018** |
| Lag/gren: KanonballDato: 11.01.19Gruppeleder: Heidi Næss Hjetland |
| Informasjon om laget/grenen: Vi er ca. 10 stk. fra forskjellige avdelinger/sykehus som spiller den norske versjonen av kanonball med én ball, der kongen har tre liv og man kan skyte seg fri eller komme fri hvis noen på laget tar pol. Kampen foregår til kongen er slått ut på det ene laget. Vi trener i plasthallen på tirsdager fra 17-18. |
| Sportslige resultater: Hittil har vi ikke funnet noen andre kanonball-lag så vi spiller kamper mot hverandre. Siden vi bare har holdt på siden august, og de fleste ikke har spilt kanonball siden barneskolen har vi brukt mye av tiden på å finne ut av regler og oppsett og prøvd oss frem i forhold til å bare spille masse mot hverandre. |
| Treningsoppmøte: Det har vært ganske jevnt treningsoppmøte, vi har satt en grense på at vi må være minst seks stykker som møter opp for at vi skal få trent. Hittil har vi måtte avlyse tre ganger pga få påmeldte. Vi har hatt en kjernegruppe på rundt 10 stk. og så har det vært flere innom og prøvd det ut gjennom høsten.  |
| Rekruttering: Vi har hengt opp plakater på Rikshospitalet og Ullevål. Jeg har lagt ut annonser innimellom på oppslagstavlen på intranettet som har fått overraskende god respons. La ut en annonse nå i forrige uke, og denne tirsdagen var det 7 stk. nye som hadde lyst til å prøve det ut. Så får vi se om de forsetter å komme utover!  |
| Felles aktiviteter: Vi skal ha julebord nå neste fredag, da det var vanskelig å få til før jul.  |
| Annet:  |