

# Håndballgruppas årsberetning for 2018



## Innhold

1. Administrativt
  - 1.1 Styrets sammensetning
  - 1.2 Andre verv
  - 1.3 Valgkomitè
  - 1.4 Kort oppsummering for sesongen sett fra styret
  
2. Økonomi
  - 2.1 Nøkkeltall for 15/16
  - 2.2 Medlemsmasse
  - 2.3 Inntektsbringende aktivitet
  - 2.4 Sponsorer og bidragsytere
  
3. Aktivitet
  - 3.1 Trening
  - 3.2 Håndballskole
  - 3.3 Seriespill
  - 3.4 Loppetass og minirunder
  - 3.5 Temaspill
  - 3.6 Cup
  - 3.7 Kursing
  - 3.8 Sosiale arrangementer
  - 3.9 Foreldremøter
  - 3.10 Kommunikasjon
  
4. Hasle-Løren Håndballs lagenheter
  - 4.1 Trenere og oppmenn
  - 4.2 Kort rapport fra lagenhetene
  - 4.3 Dommersituasjon
  
5. Oppgaver fremover

## 1. Administrativt

Håndballsesongen går fra august til juni, mens Hasle Løren Idrettslag følger kalenderåret. Denne årsberetningen dekker derfor 2. halvdel sesongen 2017/2018 og 1. halvdel av sesongen 2018/2019.

### 1.1 Håndballstyret har bestått av:

Leder: Elin Ruhlin Gjuvsland

Kasserer: Nina Østeby

Sportslig leder:

Sekretær: Aniela Raanes

Styremedlem / Dommeransvarlig: Trine Dahlstrøm

Styremedlem: Maria Skarsbø Moen (ga seg i september '18)

Styret ble valgt på årsmøtet som ble holdt 7. mars 2018. Leder i håndballgruppen er håndballgruppens representant i hovedstyret til Hasle Løren IL, og for tiden medlem i klubbens Arbeidsutvalg (AU).

### 1.2 Andre verv:

Dommeransvarlig: Trine Dahlstrøm / Maria Skarsbø Moen

### Valgkomite for neste års styre:

Karianne Løkken

Hilde Tofastrud

Masi Hesari

### 1.4 Kort fra styret

Det er avholdt 8 styremøter gjennom perioden, og det er behandlet 46 saker.

Så er det holdt 2 utvidete styremøter, henholdsvis med trenere og de øvrige rollene.

I tillegg har det vært kommunikasjon rundt flere forskjellige oppgaver gjennom året.

Vi gikk inn i året med ambisjoner om utvikling, noe er innfridd, mens andre oppgaver ligger fortsatt på vent.

Siden oppstarten av klubben har oppgave nummer en vært rekruttering. Tilfanget av nye, aktive spillere har vist seg å være lettere enn tilfanget av aktive voksne til å fylle de rollene en håndballklubb i vekst krever.

Gjennom de to siste sesongene har det også vært sterkt fokus på å skaffe tilstrekkelig med treningstider, i tillegg til trenerresurser. Vi har imidlertid fortsatt behov for mer treningstid, og leter stadig etter muligheter for at håndballen skal få bedre kår. Vi ser atter med spenning frem mot planen om å få på plass en flerbrukshall.

Hasle-Løren Håndball er en ung klubb, vi har ingen moderhåndballklubb å lene oss på.

Det betyr at organisering og styrearbeidet foreløpig består av mye prøving, og ikke nødvendigvis mestring hele veien.

Det er som tidligere et behov for at funksjoner i styret må tydeliggjøres og arbeidsoppgavene fordeles bedre, før vi klarer å gjøre noe annet enn å løse løpende oppgaver. Ønsket er at vi kan få til organisering og et styrearbeid på en måte som gjør det mulig for oss å jobbe med langsiktige planer, samtidig som de løpende oppgavene løses på en tilfredsstillende måte.

Vi har i 2018 videreført opplegget «Klubbhuset», i regi av Norges Håndballforbund. Ideen er å bidra til større og mer varige endringer som på sikt skal styrke klubben, og hjelpe til å beholde spillerne våre så lenge som mulig, med et ekstra fokus på å motvirke at spillere over 12 år faller fra.

Det er et uttrykt behov for å videreføre dette arbeidet også i neste periode.

## 2. Økonomi

2.1 Nøkkeltall for 17/18. Forbehold om korrigerende for tall som kommer seint inn.

Kalenderåret 2018 gir håndballgruppen totalt et resultat på kr 65.129 i mot et budsjett på kr 6000.

Det er verdt å nevne at styret i år går kr 19.605 i underskudd mot fjorårets kr 119.833 i overskudd.

Det er enkelte poster som fortsatt ikke rettet og korrigerert på styret for dette regnskapsåret. Dette må sees på videre.

Inntektene dette året har bestått av medlemskontingenter, arrangementsinntekter samt dugnader der særlig salg av julekalendere også i år har gitt klubben en betydelig inntekt på kr 130.541. (Deler av dette er kommet inn i 2019, og er ikke ført på 2018 pt) Overskuddet er slik det ble vedtatt i fjor ført på styret.

Avsatt tap på utstående fordringer pr 31.12 er satt til 50 % - kr.25.515. Det må jobbes for å få dette inn igjen ved bla annet å purre på betaling av treningsavgifter.

Egenkapitalen fortsetter å øke. Den er nå på kr 567 568, det er en økning på 65 129 fra fjoråret.

### 2.2 Medlemsmasse

Håndballgruppen fortsetter sin jevne utvikling, flere lagenheter opplever en vekst i antall spillere, mens noen opplever et lite frafall.

Denne sesongen har det lyktes oss å rekruttere flere 6-åringer. Vi bestemte oss for å starte treningene før høstferien denne gangen, siden vi hadde dårlig erfaring med å starte opp med trening for seint sesongen 17/18. Etter litt oppstartsproblemer, der vi la treningen for de yngste til kl 16, justerte vi og flyttet treningen til kl 17, det hadde stor effekt. Nå er det i underkant av 30 stk som er påmeldt, og mange av disse spiller loppetass-runder.

Som tidligere har vi utfordringene med treningstider og kapasitet i hallen.

Med mye lirking klarte vi å få plass til alle, men det innebærer at noen av treningene, og da spesielt håndballskolen for årskullene 2011 og 2012, som er fylt til randen med 45 barn samtidig. Det mest utfordrende med det er ikke nødvendigvis plassen, men støynivået.

Et evig problem for oss i håndballen er dette at vi ikke får på plass treningstidene før etter at sesongen egentlig er igang (start august). Det skyldes i hovedsak at OBIK, som har krav på tider i hallen, er seine med å levere sine ønsker for treningstid. Vi ønsker sterkt, som før, å få på plass treningstider tidligere i 2018.

Håndballgruppen hadde i 2018 et tilbud til jenter født 2003 til 2010, og jenter og gutter født 2011 og 2012.

Medlemstallet er på tilsammen rundt 180 (litt rundt, det kommer stadig nye 6-åringer) mot 154 året før. Vi har hatt noe frafall på enkelte årsklasser; 2005, 2006, 2007, 2009 og 2011, og vekst i andre grupper.

Oversikt over utvikling i antall medlemmer siden oppstarten:

| År     | 2012 | 2013 | 2014 | 2015 | 2016 | 2017 | 2018 |
|--------|------|------|------|------|------|------|------|
| Antall | 56   | 44   | 90   | 115  | 140  | 154  | 180  |

### 2.3 Inntektsgivende virksomhet:

#### Hjemmekamper

Billettinntekter og kiosksalg. Vi har større inntekter på dager der det er flere hjemmekamper samlet.

#### Dugnader

Håndballgruppen har de siste tre årene hatt ansvar for løypevaktene under DHL-stafetten. I 2018 ble stafetten arrangert 19. juni. 75 frivillige fra HL Håndball J03-J08 var med på rigg og nedrigg, samt å være løypevakter og spre positiv liv og røre i løypa. Tilbakemeldingene fra arrangør og deltagere på innsatsen var meget god. Inntekten var 50.000 som fordeles til lagskassene til lagene som stilte med løypevakter. For de eldste lagenhetene kan spillerne stille som løypevakter, mens for de yngre lagenhetene er det kun voksne som får stille. De eldste lagene med størst behov for midler til cuper etc. prioriteres som deltagere på dugnaden. (Janne Dåsvand).

Nyvinningen fra 2017, Hasle-Løren Håndballs Julekalender, ble videreført i 2018.

Dette er en dugnad initiert av styret, styremedlemmene skaffet premier fra nærmiljø samt noen andre - og lagde kalender, oppmennene organiserte salg og medlemmene stod for salg. Inntjeningen ble på rundt 150.000 kr (venter på endelig tall). Dette er en noe håndballklubben skal skape en tradisjon av og sikre at blir værende i vår organisasjon.

Enkelte lagenheter har satt i gang egne mindre dugnader, Inntektene fra dette har gått direkte til lagskassene.

### 2.4 Sponsorere og bidragsytere 2017 / 2018

#### Sponsoravtale med SPAR

Vi har fortsatt vårt gode samarbeid med Spar.

Dette betyr at SPAR er generalsponsor for håndballgruppen og har en eksklusiv avtale innenfor dagligvarebransjen for 3 sesonger (til og med 2019).

SPAR bidrar med utstyr som trøye, shorts, bag og drikkeflaske til spillerne. Dette innebærer utstyr til 160 spillere + litt i reserve, samlet sett har dette en verdi for håndballgruppen på ca 200.000 kr. I etterkant av opprinnelig avtale har håndballgruppen fått flere spillere og vi har vært så heldige å få økt antallet enda litt til. Til gjengjeld får SPAR logo på våre antrekk, det gjelder både det som er beskrevet ovenfor, de skal også profileres på half-zip genseren som hører til klubbkolleksjonen. I tillegg ønsker vi å profilere SPAR der vi kan (hjemmesiden, inngangsbilletter og arenareklame).

Dette er den største avtalen vi noen gang har inngått (sannsynligvis også i Hasle-Løren IL i nyere tid). Det ligger et stort ansvar i oppfølgingen av denne avtalen og vi er svært glade for den tillit SPAR viser oss.

Håndballen er også sponset av HasleLinje gjennom fellessponsoravtalen som er gjort med Hasle-Løren IL.

### 3. Sportslige høydepunkter og aktivitet

Det er vektlagt at målsettingen skal være å få med så mange barn og ungdom så lenge som mulig. Dette er et viktig samfunnsoppdrag. Denne målsettingen skal ligge til grunn for den sportslige aktiviteten i klubben. Det er derfor et overordnet fokus på å bygge kollektiv, og skape lagfølelse og klubbfølelse. Barna skal ha det gøy med håndball i Hasle-Løren. Lykkes det med bredden vil også talenter skapes.

Det skulle etter Sportslig Plan vært gjennomført halvårlige møter i Trenerforum. I Trenerforum møtes trenere sammen med Sportslig Leder og Leder ved anledning. Her skal erfaringer deles, og målsettinger og utfordringer av felles interesser diskuteres. Det har vært laper aktivitet i Trenerforumet dette året. Det skyldes nok delvis at klubben mangler en sportlig leder som holder i forumet, samt at ingen av trenerne har ønsket å ta på seg å lede gruppen.

Det var et høydepunkt i klubbens korte historie at vi deltok med 3 lag i Partille-cup, verdens største håndballcup som går av stabelen i Gøteborg hver juli.

Et av J15-lagene våre kom helt til 8.delsfinale, en god prestasjon.

J15 ble også Grorudalmestere i sin klasse denne sesongen, det er vi stolte av.

#### 3.1 Trening

Treningene gjennomføres i all hovedsak i Lørenhallen. Sesongen 2017/18 hadde håndballgruppa henholdsvis 17 treningstimer i uka i Lørenhallen ( mot 15 timer forrige år). Vi har videreført trening i gymsalen på nye Vollebakk skole, en avtale vi fikk på plass i 2017. Der har vi tilsammen sju timer fordelt på tre dager i uka. Gymsalen her kan ikke erstatte trening på full bane som i Lørenhallen, men er et kjærkomment tilskudd.

Tilgang til treningstid er den største utfordringen for utviklingen til håndballgruppen og det som hemmer oss i å vokse ytterligere. Vi jobber målrettet for å få mer treningstid kommende sesong.

#### 3.2 Håndballskole

Vi klarte dessverre ikke å videreføre satsingen fra 2017, med håndballskole i høstferien.

Dette er noe vi ønsker å få på plass de neste sesongene.

#### 3.3 Seriespill

HLH har seks lagenheter med i seriespill denne sesongen, i tillegg til at J2011 – J2008 spiller miniserier / cuper.

J2009 (J09) er med i regionserie for første gang, og stiller med et lag.

J2008 (J10) stiller med fire lag, et i 1.nivå, to i 2. nivå og et i 3.nivå.

J2007 (J11) hadde opprinnelig meldt på to lag, det ene ble trukket, og spiller nå med et lag i i nivå 2.

J2006 (J12) stiller med et lag, i nivå 2.

J2005 (J13) hadde opprinnelig meldt på to lag, det ene ble trukket, og spiller nå med et lag i nivå 2.

J2003/04 (J15) stiller med tre lag; et i 1.nivå og et i 2.nivå i J15-klassen, samt et i 1.nivå i J16-klassen.

### 3.4 Minirunder og loppetass

HLH har flere årskull, fra 2012 til 2009, med i minirunder og i loppetass.

### 3.5 Temaspill

J13 deltar i temaspill med et lag i nivå 2.

J12 deltar i temaspill med et lag i nivå 2.

### 3.6 Cup

Denne sesongen har HLH-lagene deltatt i forskjellige cuper.

J15 spilte i BonAqua Cup, Haslum Cup, Kolbotn Cup, Ski Cup, Peter Wessel Cup, Groruddalenmesterskapet og reiste med to lag til Partillecup i Gøteborg.

J13 deltok i Groruddalenmesterskapet, samt i Fredrikstad cup.

J12 reiste også til Partillecup.

J09, J10 og J11 var i Tønsberg på Slottsfjellcup, det var første overnattingscup for alle disse yngste lagene.

### 3.7 Kursing

De fire nest eldste lagenhetene har hatt hjelp av Bjørn Kenneth Mugerud, trener på J15, for å spisse treningsaktiviteten og kamp.

### 3.8 Sosiale arrangementer

Håndballgruppa klarte ikke å arrangere klubbdag i løpet av høsten, da da vi mistet den som satt som arrangementsansvarlig.

Flere lag har arrangert hver sine sosiale sammenkomster, mange som avslutning før jul. Styret har satt av midler slik at alle lag skal få tilskudd til sosiale treff.

### 3.9 Foreldremøter

De fleste lagenheter har gjennomført foreldremøter etter oppstart for høstsesongen. Leder eller andre fra styret har deltatt på disse.

### 3.10 Kommunikasjon

#### Hjemmesiden

Hasle-Løren håndball har en egen underside på Hasle-Løren IL sin klubbside på nett.

Vi ønsker at lagene i større grad skal bidra med innhold til nettsidene, dette er selvsagt et arbeid som vil fortsette i neste periode.

Det er også et ønske at nettsidene våre skal gjennomgå en større endring, dette holder Marian Seiergren i.

Hasle-Løren Håndball har en gruppeside på facebook. Dette er en mulig arena å være nærmere i kontakt med foreldre på.

De aller fleste lagenhetene bruker nå Spond for å organisere spillere og holde kontakt med foreldre.

#### 4. Hasle-Løren Håndballs lagenheter

##### 4.1 Trenerne

Denne sesongen har vi hele 28 trenere, 26 av dem foreldre, som er engasjerte fulltidstrenere, et par trener til og med flere lag! I tillegg har vi et apparat av oppmenn, foreldrekontakter, og noen steder webansvarlige og materialforvaltere.

Disse foreldrene legger ned et stort arbeid med gjennomføring av treninger og kamper, med alt det krever av forberedelser og etterarbeid.

Klubben legger til rette og dekker kostnaden ved trenerkurs slik at de som stiller opp for klubben har best mulig forutsetninger. Det er også etablert et trenerforum hvor trenerne skal møtes minst 2 ganger pr år.

Det er svært viktig at vi har et støtteapparat rundt trenerne for å avlaste dem.

Mangel på trener er en av grunnene .....

Oversikt trenere og lagsapparat:

##### Håndballskolen

|                     |        |
|---------------------|--------|
| Anne Kjersti Røise  | trener |
| Rita Einarsen       | trener |
| Ludvig Johansen t   | trener |
| Marianne Thobiassen | trener |
| Hege Sevatdal       | trener |

##### Jenter født 2011

|                  |        |
|------------------|--------|
| Kristin Aamold   | trener |
| Linda Asbjørnsen | trener |
| Mette Degvold    | trener |
| Lene Pedersen    | trener |

##### Jenter født 2010

|                   |           |
|-------------------|-----------|
| Petter Hjelseth   | trener    |
| Arne Viking Alnæs | trener    |
| Hilde Tofastrud   | oppkvinne |

##### Jenter født 2009

|                         |        |
|-------------------------|--------|
| Anniken Bjørnø          | trener |
| Arne Kristian Bjørnebek | trener |

##### Jenter født 2008

|                    |        |
|--------------------|--------|
| Anniken Bjørnø     | trener |
| Kristin Moe        | trener |
| Hege Rønning       | trener |
| Anfinn Geiran      | trener |
| Ann Ingeborg Wålen | trener |

#### Jenter født 2007

|                 |           |
|-----------------|-----------|
| Anfinn Geiran   | trener    |
| Kristine Larsen | trener    |
| Amra Dizdarevic | oppkvinne |

#### Jenter født 2006

|                  |                 |
|------------------|-----------------|
| Arild Opheim     | trener          |
| Øyvind Marcussen | oppmann         |
| Bente F.Solem    | oppkvinne       |
| Masi Herasi      | foreldrekontakt |

#### Jenter født 2005

|                    |                        |
|--------------------|------------------------|
| Espen Dåsvand      | trener                 |
| Morten Westheim    | trener                 |
| Janne Dåsvand      | trener/oppkvinne       |
| Kristin Bjerkeland | trener/foreldrekontakt |

#### Jenter født 2003/04

|                       |                                     |
|-----------------------|-------------------------------------|
| Bjørn Kenneth Mugerud | hovedtrener                         |
| Pål Dahlstrøm         | trener                              |
| Niklas Bergquist      | trener                              |
| Andreas Nielsen       | hjelpetrener, styrke                |
| Jens Nordby           | oppmann                             |
| Jan Rune Løvneseth    | oppmann                             |
| Karianne Løkken       | foreldrekontakt / materialforvalter |

## 4.2 Fra lagenhetene

### HÅNDBALLSKOLEN (GUTTER og JENTER 2012)

#### Antall spillere og oppmøte treninger

Det har vært en gradvis økning i antall barn på trening i høst. De siste månedene har vi ligget på 25 (+/-) barn på hver trening. Noen stiller fast, mens andre er mer fra og til.

Vi har fått over 5 nye spillere nå fra nyttår, og vi var 32 barn på første trening etter nyttår. Vi (Marianne holder i dette) prøver i disse dager å få en oversikt over antall registrerte/betalende spillere.

#### Seriespill og cuper

Vi deltar i alle fire Loppetassen rundene. Dette synes barna er gøy, selv om de begynner å bli slitne/miste fokus etter tre kamper (4 kamper per lag hver runde). Vi stiller med tre blandede lag per runde, med 6-8 spillere per lag. Vi har vurdert at det ikke er aktuelt med noen cup for 2012 barna denne sesongen.

#### Sosialt

Det er ikke avholdt noen egne sosiale arrangementer for 2012 barna per nå.

#### Sportslig utvikling



Vi ser at det er forskjell på ferdighetene til de som har vært med i hele høst og de som har startet nylig (i tillegg til individuelle variasjoner selvfølgelig). Barna som har vært med en stund:

- kan grunnleggende jobbing i forsvar, med sideveis forflytning langs 6`meteren og armer i været
- kan grunnleggende spill i ankomst/angrep, med treskrittregel, pasninger til nærmeste medspiller og skudd mot mål (kun grunnskudd per nå)
- begynner å få grunnleggende ballkontroll. De kan stusse ballen flere ganger på rad med en hånd, klarer å føre ballen med seg, og kan kaste pasninger til hverandre med en hånd (fortsett en del å hente på kasteteknikk). (Anne Kjersti Røise).

#### JENTER 2011

Vi er 16 spillere og 4 trenere. Det er ca 13 spillere som møter til trening. Trening er en gang per uke, 1 time.

Vi har deltatt på Loppetassen. Ikke seriespill.

Loppetassen er en cup som passer nivået jentene er på i dag. Det er også en viktig sosial arena. Ulempen med cupen er tider og steder som blir sent meldt. Derav kan det føre til at ikke alle som ønsker det får deltatt (Kristin Aamold).

#### JENTER 2010

Vi har en stabil gruppe jenter i overkant av 20 barn. Vi trener torsdager kl. 18-19.

På treninger er vi 16-18 stk.

Barna går på 6 forskjellige skoler. Løren Refstad Vollebakk Hasle Teisen og Manglerud.

Vi har nylig fått på plass 5 trenere og foreldrekontakt i tillegg til lagleder.

Vi spiller minirunder i år og muligens en lokal cup til våren.

Nytt for oss denne sesongen er at vi trener i egen hall. I fjor var vi på Vollebakk. Stas å møte de eldre jentene som trener før og etter oss. Gjestetrenere fra J05 var veldig vellykket.

På treninger øver vi mye på passninger og ballkontroll.

Vi har mye fokus på lek med og uten ball.

Vi har stafetter og bruker å spille kamp på slutten av treninger. (Hilde Tofastrud)

#### JENTER 2009

##### Antall spillere og oppmøte

16 spillere. Oppmøte trening: Veldig bra oppmøte på onsdagstreningen, har vært 13-16. 10 av jentene trener også fast på fredager.

##### Seriespill

Ett lag i regionserien for jenter 9 år. Har deltatt med 2 lag på alle minirunder.

##### Cuper

Har deltatt på Slottsfjellcup (overnatting) og BonAcqua-cup.

##### Sosialt

Har hatt 2 sosiale arrangement i 2018. (Anniken Bjørnø)

#### JENTER 2008

##### Antall spillere og oppmøte

27 spillere. Oppmøte trening: Varierer veldig fra spiller til spiller. De 6 ivrigste har treningsoppmøte på over 97% - de prioriterer håndballtreninger foran andre ting. I andre enden av skalaen har vi spillere som har treningsoppmøte på litt over 30%.

#### Seriespill.

4 lag i seriespill, fordelt på alle nivåer.

#### Cuper

Har deltatt på Slottsfjellcup (overnatting) og BonAcqua-cup.

#### Sosialt

Har hatt 2 sosiale arrangement i 2018. (Anniken Bjørnø).

### JENTER 2007

Jenter 2007 har for sesongen 18/19 meldt på et lag i seriespill og gjennomfører tre treninger i uka. 1 sammen med 2006, en alene i hall og en i gymsal på Vollebekk.

Vi er en gjeng på 13 spillere og 3 trenere. I årets sesong har vi tatt steget opp et nivå, og merker det sånn sett resultatmessig, men fokuset for trenerne er å omsette innsats og treningsarbeidet ut i kamp, og vi ser at det lykkes bedre og bedre. I tillegg mener vi samarbeid med J2006, samt forsiktig matching av de som er mest aktive og deltagende på trening i 2006-kampene har gitt resultater.

Seriespillet er tidlig ferdig denne sesongen og vi har ambisjoner om å melde på en lokal turnering i april/mai, samt at vi har meldt på et lag i Bergen-Cup i Juni. (Anfinn Geiran)

### JENTER 2006

For 2006-jentene har det siste året bydd på små opp- og nedturer på fleire område. Stallen talte 14 spelarar for eit år sidan. Sidan har fire slutta og to kome til, så laget består no av 12 jenter. To jenter var også innom på "prøvespel" ei trening eller to, men valgte andre idretter.

Oppmøtet på trening har vore sterkt varierende, og ser ut til å svinge i takt med suksess/motgang i kampene. Første halvdel av høsten var det i snitt fire-fem jenter på trening. Vi har éi trening sammen med 07-jentene og éi trening sammen med 05-jentene. Med så dårlig oppmøte er vi tvungne til å faktisk trene sammen med dei andre jentene, ikkje berre dele hallen. Og nettopp det har påverka oppmøtet, fordi enkelte av spelarane har dårlig opplevingsar av å spele sammen med 05-jentene. Etter eit foreldremøte der vi fekk påpeika at mange nok måtte møte opp for at vi skulle kunne trene for oss sjølv, har oppmøtet blitt bedre. No ligg snittet på åtte-ni spelarar.

Det kan også henge sammen med sportsleg suksess. Etter tre strake tap og sistede plass på tabellen på nivå 2 ved sesongstart, begynte jentene å vinne alt og klatre på tabellen. I nest siste kamp før jul hadde vi "matchball" heime i Lørenhallen, der vi med seier kunne klatre til 2. plass og kjempe om A-sluttspel. Det blei eittmålslap, og etter kvart B-sluttspel.

I tillegg har jentene deltatt i alle tre temaserierundane. Det har vore strålande øving for dei, og jentene syns det er morsomt med dei alternative poengreglane.

Å trene sammen med 07-jentene har vore svært vellykka. Å bli bedre kjent, har gjort det lettare å "låne" spelarar. Seks forskjellige 07-jenter har fått vere med på 06-kampar. To-tre av dei har vore med på fire-fem kampar. Dei har fått strålande mottaking, er særdeles lærevillige, og står ikkje tilbake spelemessig. Vi har invitert dei med ikkje berre ved spelarknipe, men også når vi eigentleg er mange nok, og trur det er utviklande for alle partar. Vi har ikkje hatt mange sosiale tiltak, men eit par veldig vellykka. Då ein spelar hadde brote armene på trening, avlyste vi ei av dei påfølgande treningane, og jentene overraska ho med

kakefest heime. Det var også stor stemning då familien Solem opna heimen og viste Møbelringen-kamp på storskjerm. Ellers virkar det sosiale i laget å fungere svært bra. Innføringa av dansing som oppvarming til kamp var deira eigen idé, og har vore genialt. I 2018 deltok laget i Partille cup. Det blei mange tap. Men det var mykje læring og stor framgang i spelet i løpet av turneringa. Så dei sto igjen med ein god opplevelse, sjølv om inntrykket er at cupen i hovedsak tiltrekker seg nivå 1-lag. I 2019 er vi meldt på Bergen Cup. (Arild Opheim)

#### JENTER 2005

Laget hadde to lag i serien siste halvdel av 2017/2018-sesongen (et nivå 3 og et nivå 2), samt ett lag i temaserien. Lagenheten deltok i lokale cuper, Groruddalsmesterskapet og sesongen ble avsluttet med deltagelse på Fredrikstadcup. I sesongen 2018/2019 har J13 ett lag i serien (nivå 2), samt et lag i temaserien. Sesongen avsluttes med deltagelse på Partillecup i Gøteborg.

Lagenheten har en time fysisk trening på Vollebekk skole på mandager, samt 1,5 timer i Lørenhallen tirsdager og torsdager. Vi har prøvd å få mer treningstid i hall, dessverre uten at dette har kommet på plass. Det har vært sporadisk trening for enkeltspillere sammen med J2003, og vi har hatt spillere med på SPU. Oppmøte på treninger har vært stabil og god, med de hensyn som skal tas til dem som driver med andre aktiviteter. Samtlige spillere har vist god utvikling, selv om de sportslige prestasjonene svinger litt. Spillerne har vist at de kan spille god håndball, og SPU, trening med naboklubber og J2003 og oppfølging fra Muggerud har gitt positiv sportslig fremgang.

Lagenheten har hatt fokus på det sosiale, og har hatt regulære samlinger utenfor trening med faglig og sosialt fokus. Det er gjennomført spillersamtaler med alle spillerne, med konstruktive tilbakemeldinger til trenerne og treningene.

Etter sesongen 2017/2018 mistet lagenheten noen spillere, og det har også falt fra et par spillere i høstsemesteret 2018/2019. Lagenheten har nå 13 spillere. Espen Dåsvand og Morten Westheim har vært foreldretrenere for laget og ivaretatt det sportslige opplegget på treningene i Lørenhallen og fulgt opp lagene i serien, Temaserien og SPU. Kristin Bjerkeland og Janne Dåsvand har hatt ansvar for fysisk trening på mandager med fokus på kondis, styrke og skadeforebygging. Bjerkeland og Dåsvand har også vært oppmenn for laget i perioden. (Espen Dåsvand).



**Bilde J2003/04 under Partille Cup juni 2018.**

## 1. Organisasjon og støtteapparat

| Rolle                                                                              | Navn                   |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| Hovedtrener:                                                                       | Bjørn Kenneth Muggerud |
| Ass. trener:                                                                       | Pål Dahlstrøm          |
| Ass. trener:                                                                       | Nicklas Bergqvist      |
| Materialforvalter / Foreldrekontakt                                                | Karianne Løkken        |
| Lagleder / Admin / Leder fokusgruppen / Kasserer / Web / Sponsorjobbing / Søknader | Jan Rune Løvnæseth     |
| Fokusgruppen                                                                       | Jens Nordby            |
| Fokusgruppen                                                                       | Andreas S. F. Nielsen  |
| Fokusgruppen                                                                       | Siri Jønnum            |
| Fokusgruppen                                                                       | Kurt A. Sandvik        |
| Fokusgruppen                                                                       | Tone Rogstadkjæmet     |

Håndballsesongen følger ikke kalenderåret og dette er apparatet sesongen 2018/19. Disse personene er også med i fokusgruppen til J2003/04. I tillegg gjør Geir Mannsåker en god jobb i forhold til arrangement. Elin Ruhlin Gjuvsland og Trine Jonassen foreldre fra lagenheten sitter i styret i håndballgruppen. Sesongen 2017/18 var Bjørn Kenneth Muggerud hovedtrener med Pål Dahlstrøm som ass. trener. Høsten 2018 kom i tillegg Nicklas Bergqvist inn som ass. trener. Både Bjørn Kenneth og Nicklas er ansatt av håndballgruppen v/styret. Vi takker spesielt trenerne for den innsatsen de har lagt ned for J2003/04.

J2003/04 etablerte en bredt sammensatt fokusgruppe 2015/16, hovedmålet var å jobbe aktivt for å unngå frafallet som begynner i alderen 13-18 år. Fokusgruppen gjennomførte 4 møter i 2018 (4 i 2017 og 2 i 2016). Det ble tidlig satt opp noen konkrete mål frem til 2019 for å bygge miljø og holde motivasjonen oppe.

Det er gjennomført to foreldremøter i 2018 (2 i 2017 og 3 i 2016) og vi har et sterkt foreldreengasjement.

Vi startet og slutter året med 24 spillere, noe vi er veldig godt fornøyde med (vi har dessverre mistet noen av de nyere spillerne som er kommet, men vi har også fått inn nye spillere).

## 2. Sportslige aktiviteter i 2018

### 2.1 Hovedtrenerens oppsummering

2018 har vært et år med både opp- og nedturer resultatmessig, men i det store og det hele et suksessfullt år. Med fine plasseringer i både cuper og ikke minst prestasjonen som Groruddalsmester. Med fokus på utvikling synes jeg som trener at vi har sett stor fremgang hos mange spillere, både fysisk, teknisk og mentalt. Vi har hatt mange spillere innom spillerutviklingsmiljøene (SPU) og har fortsatt spillere med i sesongen 18/19.

Jentene har vært positive til spillet i J16 hvor det er gjort noen flotte prestasjoner i angrepsspillet, mens det har sviktet litt bakover i returfasen og etablert forsvar. Det har vært utfordrende og lærerikt for gruppen, og som trener er jeg sikker på at dette har vært med på å løfte jentene videre.

Gruppen av jenter har et stort sprik i prestasjons- og erfaringsnivå, men er fremdeles en god enhet som jobber videre sammen for å bli best mulig med flest mulig ombord. Som trenere jobber vi også for å klare å kombinere alle sine behov, ønsker, mål og drømmer. Det er utfordrende, men vi er sikre på at vi fortsatt skal klare å holde på den gode utviklingstrenden vi har nå

### 2.2 Seriespill 2017/18

Vi meldte opp to lag J14, et lag på nivå 1 og et lag på nivå 2.

#### Seriespill 2018/19

Vi meldte opp to lag J15, et lag på nivå 1 og et lag på nivå 2, samt 1 lag på J16 nivå 1. Lagene på de to nivåene er definert ut fra spillergruppen, men vi flytter de antall spillere opp og ned mellom lagene så flest mulig skal få de utfordringene og mestringsfølelsene de har behov for.

### 2.3 Deltakelse i cuper 2018

Et av ønskene fra spillerne var å delta på flere cuper og også overnattingscuper. Så det gjorde vi noe med og deltok på flere i 2017 og i 2018 setter vi en ny rekord med tanke på deltakelse i cuper.

Vi deltok med to lag på BonAqua Cup, Haslum Cup, Kolbotn Cup og Ski Cup. I tillegg deltok vi med ett lag i Petter Wessel Cup (PW Cup) som er sett på som Norgesmesterskapet. Dette er en overnattingscup i Larvik og vi stilte med 16 spillere og 4 voksne.

Groruddalsmester J15, i 2018 tok Ellingsrud håndball opp tradisjonen med Groruddalsmesterskap. Vi stilte med ett lag i J15 og vant finalen mot Ammerud.

Høydepunktet for de fleste sesongen 17/18 var Partille Cup i Gøteborg hvor 22 spillere og 6 voksne deltok på fellesturen. I tillegg kom det veldig mange ned til Gøteborg for å være med å heie dem frem på kampene. Vi leide buss med J2006 og og bodde på samme skole i nærheten av sjøen. Med avreise mandag morgen og hjemkomst lørdag kveld ble det ett opphold med godt sosialt samhold. Begge lagene vant kamper og gikk videre, et av lagene kom til kvartfinalen, en jevn kamp som dessverre endte med tap.

Alt i alt en veldig fin tur hvor spillere, trenere og foreldre som var med bidro til en veldig god opplevelse.

Året 2018 ble avsluttet med deltakelse i Rælingen romjuls cup hvor vi fikk en invitasjon i siste liten. Det var 12 jenter som kunne stille og vi deltok med et lag i J16 klassen. Der ble det 1 seier i puljespillet og vi tapte i semifinalen mot Raumes/Årnes som senere vant finalen.

### 2.3 Deltakelse på SPU samlinger 2018/19

Vi er representert i regionens spillerutviklingsprogram på både J2004 og J2003.

### 2.4 Treningstimer

Sesongen 17/18 og 18/19 har vi tre halltreninger på totalt 2 timer hvor første halvtime brukes på oppvarming, kondisjon, koordinasjon, bevegelse og styrke. I tillegg er det en fysisk trening i uken og dette er en trening som kan forbedres.

I juli måned fikk spillerne i oppgave å gjennomføre et eget treningsprogram. Dette ble gjennomført på en veldig god måte og man kom raskt i gang med treningene til sesongen 2018/19.

Gjennomføringen av treninger i hall fungerer godt. Pål D og Bjørn Kenneth har frem til jul kjørt treningene, høsten 2018 kom også Nicklas inn i trenerteamet.

### 3.0 Lagenhetens egne aktiviteter

Det er gjennomført ett spillermøte i regi av trenere/fokusgruppen (3 i 2017 og 1 i 2016). Det er både sosialt med mat og drikke samt at har dialog begge veier for å forankre hva vi skal legge vekt på.

Det ble arrangert en Quiz kveld hvor både spillere og foreldre var invitert. Her ble det servert pizza og drikke hvor man betalte for dette, noe som også ga et lite overskudd.

Tradisjonen tro var det sommeravslutning hjemme hos Frida, hvor Jens/Marianne bidro til alt det praktiske med grillmat og dessert.

Årets juleavslutning ble holdt på klubbhuset hvor det ble servert pizza og drikke. Et av årets høydepunkter er at vi har fått støtte fra Sparebankstiftelsen DNB til å anskaffe Yoimo kamerautstyr. Så på møtet stilte Trond Jensegg fra Joymo og presentere muligheten som ligger i denne løsningen. Han har også bakgrunn som spiller og trener på høyt nivå og holdt et inspirerende foredrag om hva som skal til for å lykkes og med erfaring som trener for flere av Norges største håndballprofiler ble det en bra seanse. Sparebankstiftelsen DNB bidro også med aktivitetsstøtte og andre ting som kom godt med. Vi fikk vaffeljern og kunne servere vafler og spillerne fikk utlevert refleksbånd og sitteunderlang.

3 av spillerne var så heldige å få billetter til Møbelringen Cup av Umbro.



I 2017 fikk 13 av spillerne som var fylt 14 år gjennomført et «barnekampveilderkurs». Disse jentene dømmer både serie- og treningskamper for de yngre lagene. I 2019 så er målet å få gjennomført kurs for de som ikke fikk deltatt i 2017 og ikke minst så er det 6 som har lyst til å ta neste trinn på dommersiden.

#### 4.0 Utstyr

Med overgangen til J15 så skjer det flere ting på utstyrsiden. De går opp en størrelse på håndballen og ikke minst så skal de begynne å spille med klister. Vi har også jobbet mye med at spillerne skal ha det samme utstyret. Vi får stadig vekk nye spillere og i 2018 valgte vi å ta et nytt tak på utstyrsfronten. Vi satte sammen en utstyrspakke bestående av håndball, bag, 3 nye treningstrøyer i 3 farger (blå, hvit og rød) og treningsstriker til den fysiske treningen. Dette er en pakke som normalt sett ville koste ca 2.500 kr pr stk. Først fikk vi gode priser fra G-Max Storo, så var vi så heldige å kunne få til en kostnadsdeling hvor egenandelen ble 800 kr, 10.000 kr fra fra Obos gir tilbake og kostnadene til bagen gikk på bonusen fra Umbro (takk til håndballstyret for dette). Vil også nevne at SPAR også stilte opp med en bag, men da det var et ønske om å kjøpe Umbro hele veien så ga vi SPAR bagene videre til J2005. Så her ble det mange vinnere.

#### 5.0 Dugnader

Da vi ser at kostnadene øker så har det vært jobbet aktivt med dugnader over flere år. I 2018 var det i hovedsak to dugnader som ble gjennomført. Tradisjonen tro så har Hasle-Løren håndball deltatt som vakter på DHL stafetten og både spillere og foreldre stilte opp og dette bidrar med 14.500 kr til lagskassen.

Så vet vi at turen til Makarska Cup i Kroatia sommeren 2019 kommer til å koste 10.000 kr pr person. Etter å ha lært litt av andre klubber la vi frem forslag på foreldremøte i forhold til dugnad hvor overskuddet pr spiller føres på en spillerkonto som kunne brukes til å bidra som egenandel til Makarska Cup. Vi fikk tak i en fantastisk dugnad med mikrofiber produktpakker som de fleste kan ha bruk for og med en fortjeneste i toppklasse. Her kom vi raskt i gang og med god timing så ble dette en suksess fra første dag. Utifra hva vi har levert ut av dugnadspakker så vil dette være et solid bidrag til Makarska Cup og vi regner med ca 120.000 kr i inntekt når alt er ferdig.

#### 6.0 Økonomi

Det ble etablert lagskasse i 2016 slik at vi kan gjøre aktiviteter rundt lagenheten uten at det skal koste for mye for spillerne/foreldre. Vi er svært opptatt av at alle skal med og at økonomien ikke skal være en hindring. Vi gikk inn i 2018 med en egenkapital på ca kr 85.000 (i 2017 hadde vi kr 31.339).

Vi ser hele tiden litt fremover og ser at kostnaden øker og jobber aktivt på inntektsiden. I 2018 blir det et nytt rekordår da det er jobbet bra både med dugnader og ovenfor potensielle bidragsytere. Samtidig ser vi at vi begynner å snakke om ganske store utgifter i lagskassen og da kommer treningsavgift, medlemsavgift og lisens i tillegg.

Vi vil spesielt trekke frem Sparebankstiftelsen DNB og Bydel Bjerke (frivillighetsmidler) som har støttet oss over flere år/omganger, noe som har gjort at det er investert mye i å bygge både håndballgruppen og lageneheten.

Lions Oslo / Bjerke, Obos gir tilbake og Esselte bidro også med penger i 2018. Dette har gjort at vi har kunnet fortsette å investere i utstyr, det sosiale og ikke minst dekke mye av cup kostnadene fra lagskassen. Dette er også med på å hjelpe oss til å holde foreldrebetalingen på et lavere nivå enn vi ellers ville kunne klare.

Foreldrebetaling er i hovedsak dekning av kostnadene for spillere til PW Cup og Partille Cup (lagskassen og håndballgruppen har også bidratt med deler av kostnaden på cuper).

| Konto nr   | Konto navn                   | Inntekt 2018   | Utgifter 2018  | Resultat 2018 |
|------------|------------------------------|----------------|----------------|---------------|
| 3021       | Sponsorinntekt               | 10 000         |                | 10 000        |
| 3250       | Foreldrebetaling             | 600            |                | 600           |
|            | Foreldrebetaling, cup        | 66 880         |                | 66 880        |
|            | Foreldrebetaling, sosialt    | 759            | 347            | 412           |
| 3501       | Dugnad                       | 15 900         |                | 15 900        |
|            | Dugnad, egenkapital spillere | 91 706         |                | 91 706        |
|            | Dugnad, kostnad mikrofiberpk | 49 400         | 49 400         | -             |
| 3850       | Støtte                       | 92 000         |                | 92 000        |
| 4040       | Cuper                        |                | 135 869        | -135 869      |
| 4040x      | Håndballgruppen              | 18 055         |                | 18 055        |
| 4450       | Utstyr                       | 14 649         | 91 928         | -77 279       |
| 7140       | Reiseutlegg                  |                | 129            | -129          |
| 7370       | Sosiale arrangement          | 4 251          | 9 279          | -5 028        |
| 7420       | Gaver                        |                | 328            | -328          |
| 3220       | Dugnad, egenkapital spillere |                | 3 250          | -3 250        |
| <b>Sum</b> |                              | <b>364 199</b> | <b>290 529</b> | <b>73 670</b> |

På utgiftssiden har vi brukt mye penger på cuper, hvor deltakelsen på Partille Cup og PW Cup er de to største. Det er også brukt mye penger på utstyr og sosiale arrangement. Samt at det er direkte utgifter på noen av de aktiviteter som gir inntekter, som trykkekostnader sponsorlogoer og betaling for dugnadspakker mikrofiber produkter.

I sum sitter vi igjen med et overskudd på 73.670 kr i 2018. Vi har da en lagskasse på ca 159.000 kr når vi går inn i 2019 (hvorav ca 92.000 kr er låst til spillerne som egenkapital for i hovedsak Makarska Cup sommeren 2019). Vi har noen kostnader og inntekter som vi ikke fikk avklart i 2018 og det kommer i regnskapet for 2019.

Vi vet at 2019 blir et år hvor kostnadsbudsjettet kommer til å øke ytterligere og hvor turen til Makarska Cup sannsynligvis alene kommer til å koste ca 400.000 kr for spillere og støtteapparat. Når man i tillegg har Bring som et konkret mål så nærmer vi oss kostnader som vi ikke har vært i nærheten av tidligere. Dette gjør at vi må fortsette å jobbe aktivt på inntektssiden og holde sterk fokus på kostnader, samtidig som vi fokuserer på å bygge miljø.

## 7.0 Oppsummering av 2018

Vi hadde et godt år i 2018, både sportslig og sosialt, det har aldri vært et så høyt aktivitetsnivå som i 2018. Vi vet at laget er i en svært sårbar fase da spillerne erfaringsmessig i denne alderen har en større tendens til å falle fra, sommeren 2019 skal de fleste over til videregående skole som kan bli en ny utfordring. Det positive er at vi har en veldig sterk og sammensveiser spillergruppe. Vi har jobbet og jobber kontinuerlig



med å minimere denne risikoen ved å legge vekt på både sportslig utvikling og det sosiale.

Vi har en rekke støttespillere og sponsorer som vi setter stor pris på og forsøker å profilere så godt vi kan på spillertrøyer, gensere, i Lørenhallen, hjemmeside, i media og på informasjon vi sender ut. I tillegg vil vi spesielt takke Sparebankstiftelsen DNB, Bydel Bjerke og lokalavisen Akers Avis Groruddalen som har støttet Hasle-Løren håndball og lagene gjennom flere år.

#### 8.0 Videre drift av laget

Vi har en solid og motivert spillerstall og vi har begynt arbeidet med å planlegge sesongen 2019/20 hvor vi har tenkt å melde på 2 lag i seriespill J16 og forsøke å kvalifisere oss til Bring serien. I vår 3-årsplan som går til sommeren 2019 hadde vi et mål om en utenlandscup i varmere strøk. Vi har meldt på to lag til Makarska Cup i Kroatia siste uken av juni 2019 og har 23 spillere påmeldt. Vi reiser over 30 stykker på fellesturen og på det meste vil vi ha ca 50 i følget i Kroatia. Dette har vært den store gulroten og vi må nå starte arbeidet med å legge opp en ny 3 års-plan for å se om vi kan lykkes med å holde denne gjengen aktive til de er 18 år.

Generalsponsor håndballgruppen:



Sponsorer og støttespillere J2003/04:



HASLELINJE



### 4.3 Dommersituasjon

Trine Dahlstrøm har vært dommeransvarlig for klubben, og er godkjent kvotedommer. Vi har kjøpt fem kvotedommere fra Linderud for denne sesongen, det er en betydelig utgift for klubben.

Vi har likevel en god utvikling; 6-8 av J15-spillerne våre fungerer nå godt som barnedommere for J09 – J12-kamper. Klubben ønsker sterkt at spillere som fyller 14 år skal gå barnekampveilederkurs i regi av NHF (Norges Håndball forbund).

### 5.Oppgaver og utfordringer framover

Det er fortsatt en utfordring å verve medlemmer til styret, underutvalg, samt finne trenere. Det må jobbes målrettet på alle nivå for å engasjere flere av klubbens medlemmer til å bidra på disse arenaene.

Vi ser at den aller viktigste rekrutteringsoppgaven ligger i å et aktivt styre og undergrupper, samt få til stabilitet rundt hver lagenhet med et foreldreapparat i støttefunksjonene. Disse to faktorene påvirker også gjensidig hverandre. Trenere i klubben har stilt stabilt opp gjennom mange sesonger, og det er vi evig takknemlige for.

Arbeidet med å bygge kompetanse hos trenerne må videreføres. Her er jevnlig trenerforum og læring av hverandre viktig, samt regionens kurs og opplæringstilbud. Det vil bli viktig å utnytte ressurspersoner med ulik kompetanse i dette arbeidet.

Rekrutteringen til håndballskole og de yngste lagene er bra, men vi kan bli enda bedre på arbeidet som gjøres ovenfor barneskoler og SFO.

Klubben skal fortsette den gode jobbingen med å legge et godt økonomisk grunnlag for aktiviteten vår, gjennom å styrke arrangementene våre ytterligere, opprette og pleie kontakt med sponsorer, holde få og utvalgte dugnader, og søke om midler hos forskjellige instanser.

Vi ønsker fortsatt sterkt å få på plass en bedre løsning for hjemmesiden vår.

Vi opplever at den er lite brukervennlig, og kommuniserer ikke spesielt godt med den målgruppen vi ønsker å nå.

Håndballstyret takker aktive, trenere og støtteapparat, samt samarbeidspartnere, foreldre og frivillige for bidrag til det aktive håndballåret 2018.

Oslo 5/2 – 2019

Styret for Hasle Løren Håndball

Elin Ruhlin Gjuvsland, leder

Nina Østeby, kasserer

-----

-----

Aniela Raanes, sekretær

Trine Dahlstrøm, styremedlem

-----

-----