

**Årsberetning for
Tromsø Håndballklubb
2022**



Styrets sammensetning årsmøtet 2022

Øyvind Sørensen: Leder

Tonje Kristensen: Nestleder

Einar Sparboe Lysnes: Styremedlem

Eivind Bjerkaas: Styremedlem

Ingvild Hald: Styremedlem

Torkild Konradsen: Styremedlem

Lars Øverås: Styremedlem

Ragnhild Barkli: Styremedlem – Trakk seg etter årsmøtet 2022

Mariann Sandnes: Varamedlem

Beate Føre: Varamedlem

Erlen Strøm Johnsen: Spillerepresentant

Valgkomité:

Frank Mathilas, Gunnbjörg Svineng (trukket seg etter årsmøtet) Styret utnevnte Tone Prøsch Bilden og Tron Bakkejord Halvorsen (trakk seg før innstillingen ble gitt)

Revisor:

THKs årsomsetning er under 5.000.000 kr. og det er dermed ikke krav om revisor. THK bruker BDO som regnskapsfører.

Styrets arbeid

Møtevirksomhet:

Det er avholdt totalt 10 styremøter i 2022 hvor det totalt er rundt 70 saker som er diskutert. Det er få større vedtak som er gjort av styret. Det vi har måtte gjort er å komme med nye økonomiske føringer. Økonomi har vært et tema på alle møter med gode rapporter på at vi har for liten inntekt i forhold til utgifter.

Vi har hatt 2 samarbeidsmøter med NTG.

Samarbeidsmøter og gruppemøter er også avholdt. Vi er enige om at strukturen for møter må legges om og vi vil at medlemmer skal bidra og vite mer om styrets arbeid. Det vil bli signalisert møter ut til medlemmer hvor det skal være mulig å komme med saker til styret. Det er i tillegg vært avholdt en

rekke arbeidsgruppemøter og samarbeidsmøter mellom styremedlemmer og eksterne grupper. Møte med Alta if og Altaturneringsledelse om mulig turneringssamarbeid.

Styret har fått satt seg og vi ser at det er mye arbeid som gjenstår for at klubben har det meste av retningslinjer og utvalg på plass. Vi jobber med dette og har som videre mål å få mye på plass i løpet av 2023. Styrets sammensetning består for tiden av 5 mannlige og 2 kvinnelige styremedlemmer, som til sammen jobber med mange fokusområder:

- **Økonomi:** forvalte Tromsø håndballklubbs midler til det beste for medlemmene, bedre klubbens økonomi med tanke på å gjøre håndball til en billigere aktivitet og dermed sørge for å utjevne sosiale forskjeller. Dersom økonomien bedres muliggjøres det å jobbe for mest mulig aktivitet for medlemmene med høyest mulig kvalitet.
- **Marked:** der må styret bidra ut mot markedsgruppen og vi ser det er en kontinuerlig jobb med å gjøre håndballen attraktiv for sponsorer og samarbeidspartnere, som er villige til å bidra økonomisk for å sikre det beste håndballtilbud for både barn og unge i breddelagene og seniorlag.
- **Sportslig:** Sportslig utvalg ble ikke satt og startet opp men vi har mange gode kandidater og det vil komme på plass i løpet av 2023. Inneværende sesong har vi likevel hatt høyt sportslig fokus og aktivitet i klubben.
- **Dommer/utdanning:** ingen dommer ingen kamp. Dommer-rekruttering og stabilisering er viktig og bør prioriteres. I tillegg til utdanning av flere dommere og barnekampveiledere, bør det vurderes å jobbe mer aktivt med veileder/mentor for nye dommere og aktiv bruk av dommer-verter på kamper samt fokus ut mot foreldregrupper og publikum på å respektere dommer-avgjørelser.

Regnskap/økonomi:

Vi har hatt en sesong med mange deltagende lag i aldersbestemt og senior, dermed har utgiftene vært høye. Det må vurderes tiltak for å styrke inntektssiden i 2023 både gjennom innhenting av flere sponsormidler, søknader på stønader (for eksempel Samfunnsløftet, Tippemidler mm), og eventuelt en ekstra salgsdugnad. Se for øvrig økonomisk beretning.

Organisering/Arbeidsgrupper:

Grunnlaget for klubben er frivillig innsats fra medlemmer og deres nettverk. Organisering av THK har vært tema gjennom hele året. Etter år med covid og lite aktivitet så kom det brått med mye aktivitet. Vi hadde et allmøte i forbindelse med kickoff hvor flere var med å ta ansvar for ulike grupper. Vi ser at jobben må fortsette og gode planer må ned i retningslinjer. Vi må fortsette arbeidet med

organisering av klubben med ulike utvalg. Vi ser vi er for få og trenger ressurser i flere utvalg. Dette er et pågående arbeid og når nytt styret er satt så vil dette være hovedfokus for 2023.

Klubben har pr. i dag også mange personer fra ulike lag i klubben som har tatt på seg et hovedansvar for nødvendige udekte arbeidsoppgaver i klubben og som dermed har vært viktige samarbeidspartnere med styret.

Kommunikasjon/Facebook:

Klubben bruker i hovedsak Facebook som verktøy for internkommunikasjon og har flere grupper:

- Trener Tromsø HK
- Foresattekontakter i Tromsø Håndballklubb
- Kamper og dugnader Tromsø HK
- Arrangementsgruppa (THK Arrgruppe)
- dommere (Dommer THK)
- Nyttårsturneringa (Intern – THK Nyttårsturneringa) hvor informasjon formidles.

Klubben har også en egen facebook side Tromsø håndballklubb som brukes til formidling av nyheter fra hele klubben, og en spesifikt for Nyttårsturneringa.

Kontorløsningen for styret i Microsoft Office365 har vært benyttet av styret for å lagre interndokumentasjon og styredokumenter, alle styregodkjente retningslinjer og informasjon til foresatte legges imidlertid på THKs egen hjemmeside.

Styremedlemmer har egne epostadresser med fornavn.etternavn@tromsohk.no, hele styret kan nås på en samleadresse styret@tromsohk.no. THK har eget postmottak på post@tromsohk.no.

Hjemmeside:

Katrine Jaklin har vært til stor hjelp med hjemmesiden vår. Dette er et pågående arbeid som vi setter stor pris på. Her håper vi å kunne utvikle siden mer brukervennlig og informativ hjemmeside. Vi ser på arbeidet videre for utvikling og ønsker å få mer informasjon ut på sidene våre.

- Vi ønsker en egen fane for styret og styremøter/referater
- Klare retningslinjer som gjelder for klubben

Klubbens hjemmeside, www.tromsohk.no, er tiltenkt større annonseringer og statisk informasjon som treningstider, vedtekter og foreldreveiledninger. Hvert lag har sin lagside her og lagene har vært

oppfordret til å benytte hjemmesiden til formidling av nyheter fra lagenes aktiviteter.

Foreldrekontakter har som oppgave å påse at oppgitte treningstider og kontaktinfo for deres lag stemmer/er oppdaterte samt melde inn endringer til hjemmesideansvarlige. For å holde hjemmesidene levende er det viktig at de ansvarlige får innspill til innhold som kan publiseres.

THK Medlemstall pr. 31.12.22 (2021)

Medlemstallet er 487 (540) Tabellen under viser aktive medlemmer

6-12 år	13-19 år	20-25 år	26+
Sum: 143 (169) Jenter: 111 Gutter: 32	Sum: 169 (195) Jenter: 111 Gutter: 58	Sum: 19 (42) Dame 11 Herre 8	Sum: 3 Dame: 3

Klubbens aktivitet administreres og ledes av styret, trenere og lagenes foreldrekontakter. Alle verv i THK er ulønnede og klubben driftes på frivillig basis.

Klubben har hatt nedgang i medlemstall. Vi jobber med en gjennomgang av lister da vi har hatt medlemmer som har sluttet men ikke meldt seg ut.

Oppsummering Nyttårsturneringa 2022

Avlyst pga Covid 19.

Håndballskole:

Utgikk pga Covid -19 i 2022 og 2023 utgikk håndballskolen. Dette ønsker vi inn i våre planer igjen og skal gjennomføres i vinterferien, jmf skolerute i Tromsø kommune.

KickOFF

En dansende suksess med masse håndballglede og liv i hallen. Alle lag og spillere ble presentert med innløp



THK yngres avdeling har i år sesongen 2022/23 bestått av lag fra mini - til J/G12

Sesongen 22/23 har vært en god sesong for yngre lag. Vi har et nyoppstartet G8/9 lag som er en god gjeng gutter. Vi har store lag med opp mot 30 spillere så egentlig god rekruttering i de yngre lag som gjør at vi har hatt kapasitetsproblemer i små gymsaler. Treningskamper på tvers av jente og guttelagene internt i THK gir for aldersgruppen gjensidig utbytte. De yngre lag er spredt med treninger på Workinmarka skole, Sommerlyst skole, Tromsøhallen og i Stakkevollan idrettshall. For lag som er over 11 år har vi etter hvert klart å få 2 treningstimer pr uke.

Både treningshaller og noen treningstider er fortsatt ugunstige. Andre utfordringer er tilgang på utstyr og treninger uten håndballmål i gymsaler. Vi setter stor pris på jobben de engasjerte og løsningsorienterte kreative trenerne for yngres avdeling viser.

I år har 9/10 åringene fått spille seriespill og deltatt på kamphelger. Kampaktivitet for de yngre er svært viktig for motivasjon, læring, mestring og noe som er viktig for det sosiale i lagene. Det har også blitt arrangert flere kampdager for de yngste lag fra 6-8 år.

Oppslutningen har derimot vært stor rundt det som har latt seg arrangere som THK Kick-off hvor vi alle danset «Bli-med dansen», fikk presentert alle lag og spillere som var tilstede var stor stas for de yngre spillerne med innløp på bane. Kraftcup i Harstad var en suksess for de yngste som deltok der. Dessverre så utgikk Nissecup som vi håper å klare å få på plass i løpet av kommende år. Vi ser også stort potensiale i å samarbeide videre med KSK videre som en «vennskapsklubb», og det har vært spilt flere treningskamper allerede.

Lag	Antall spillere	Trenere
Mini mix	13 jenter f.2015/2016	Mari Westjord Indseth og Esten Haug
J8	30 jenter f.2014	Benedicte Langseth-Eide, Ragni Løkholm Ramberg og Øyvind Sørensen
G/J 8/9 Mix lag	15 gutter/jenter f.2014/2013	Reidun Klykken Lie og Kenneth Johansen
J9	13 jenter f.2013	Hedda Bjerkaas og Jøran Westjord Indseth
J10	27 jenter f.2012	Tone Prøsch-Bilden og Janita Holand Jørgensen
G10/11	23 gutter f.2011/12	Øystein Grimstad og Martin Maisenhölder
J11	25 jenter f.2011	Kurt Bøckman Gschib, Dag Terje Yttregaard og Yngvild Arnesen
J12	25 spillere f.2010	Tron Bakkejord Halvorsen og Marit Ulve Slartmann
Sum	171 spillere	

Paraidrett:

THK para består av 9 spillere. Alle med ulike funksjonsvariasjoner, men ingen begrensninger. Vi møtes en gang i uken hvor vi trener håndball, men også tar oss tid til lek og morsomheter. Vil beskrive laget som veldig sammensveiset, hvor alle viser enorm omsorg for hverandre, og tar imot alle med åpne armer. En gjeng som viser at håndball og idrettsglede er for alle.



Minimix

Vi har pr dags dato 13 jenter f2015 på laget. Vi trener 1 t uka, torsdager kl 18. Vi har veldig stabilt oppmøte, og et smått økende antall deltakere. Vi har rekruttert fra Workinnmarka, Mortensnes, Borgtun, Gyllenborg og Bjerkaker, og håper på flere til høsten. Vi trenger trening i hall med banemerking og mål til høsten. Ved kamper/kamphelg er de fleste veldig ivrige og oppmøtet er høyt.

J8

J8 f.2014

Vi er 30 jenter fordelt på 7 skoler. Vi er blitt en stor og fin gjeng. Trenerteamet på 3 stk består av Ragni Løkholm Ramberg, Benedicte Langseth Eide og Øyvind Sørensen.

Vi har treninger 1t. i uka på sommerlyst skole. Vi prøver å løse treningen på best mulig måte. Vi er over grensen for hva som er bra for god trening i en mindre gymsal, men vi sier ikke nei til nye spillere siden vi er tre trenere. Vi har ikke noe tilgjengelig utstyr som benker med mer.

Nissecup ble avlyst men vi har fått arrangert og deltatt på flere kampdager. Dette ønsker ungene mer av som virkelig gir en boost av motivasjon for det vi holder på med. Vi skal jobbe videre med å integrere flere foreldre rundt laget med foreldrekontakter/dugnadsansvarlige i kommende sesong.



THK Mix G/J 8/9 f.2013/2014 består av 13 gutter og 2 jenter.

2013: 4 stk 2014: 9 stk

To foreldre som trenere: Reidun Klykken Lie og Kenneth Dahle Johansen

Foreldrekontakt: Silje Marie Kyte

På treningene er vi stort sett mellom 10-15 stk, det vil alltid variere.

Gjengen har deltatt på de kampdagene som har vært arrangert i Tromsø for mini-lag, og også på Nyttårsturneringen. Vi har trening en dag i uka, og har i det siste fokusert mer og mer på regler om skritt og innkast.

Da en av treningene ble avlyst pga stengt gymsal, tok en av foreldrene initiativ til at man kunne møtes på trampolineparken. Tror de var rundt 8 stk som møtte opp til det, det var kort varsel.



J9

THK J2013 er ca 13 spillere. Hovedtrener er Hedda Bjerkaas, og hjelpetrener er Jøran Indseth. Vi har i tillegg foreldre med trenererfaring som bidrar ved behov. Trener en gang i uka kl 16.30 i Stakkevollanhallen. Treningstiden kombinert med sted er en utfordring for mange og vi har (forhåpentligvis bare midlertidig) mista et par spillere på grunn av den. Det har også gjort det vanskelig å rekruttere.

Seriespill:

J2013 har hatt ett lag i J10 serien. Det har fungert veldig bra og veldig nødvendig for å holde driv i laget, selv om vi stort sett spiller mot lag som er ett år eldre. Jentene lærer masse av å spille kamp og vi tror vi med fordel kunne hatt enda mer aktivitet her eller organisert uformelle treningskamper med andre lag.

Laget har også vært maskot for damelaget. Det synes de var veldig gøy, og de som så litt på kampen lærte masse og hadde masse spørsmål etterpå.

Turneringer:

Landsås Cup 2022 egentlig som en fantastisk kickstart for laget. Vi merket stor forskjell på hvor dedikert laget var til håndball etter den, og turen til Harstad gjorde masse for samholdet og miljøet. Jentene ble trygge på hverandre på en helt annen måte, og en del mindre sosiale utfordringer i gruppa ble mer eller mindre borte. På grunn av alderen måtte vi også ha ganske mange foreldre med, som gjorde at vi også ble kjent med hverandre, som har vært positivt når vi har jobbet med organiseringa rundt laget.

I Nyttårsturneringa 2023 hadde vi to påmeldte lag og egentlig litt for få spillere på grunn av noe frafall så det ble mange kamper på noen. Vi valgte å melde laget på i J10-klassen (ett årskull opp), og var i forkant veldig usikker på om det var riktig. Vi har heldigvis en gjeng utrolig tøffe jenter som gikk på

med null frykt og full innsats, så vi endte opp med en veldig god opplevelse selv om det ble noen mål imot i noen kamper. Alternativet som var på mini-bane hadde ikke fungert like bra.

Organisering:

De fleste spillerne i gruppa har sitt første barn i håndball, og inngangen til alt som må gjøres utenfor har vært litt kaotisk til tider. Men etter et år med bratt læringskurve tror jeg vi nærmer oss en organisering som kan håndtere informasjonsflyten.

Vi har en veldig god grunnstamme med dedikerte spillere som opplever mestring, gir alt, synes håndball er gøy og alltid bare vil spille mer.

Vi er dessverre litt færre enn vi burde være med normalt frafall, og hovedfokuset vårt bør være å rekruttere. Det viktigste klubben kan hjelpe oss med der er:

- Treningstid i en hall som er nærmere der folk bor og kanskje litt gunstigere tid
- To treninger i uka sånn at de spillerne som har kollisjon den ene dagen i hvert fall kan være med på en trening



J10

THK J10 startet høste 2022 med 30 spillere i stallen og hele 6 på venteliste. Vi har tilbudt prøvetime til alle, men har ikke tatt inn nye spillere denne sesongen.

Pr 15. mars 2023 har vi 27 aktive spillere, hvorav 1 har meldt overgang til Bravo HK (bor på Lunheim) Tone Prøsch-Bilden er hovedtrener og Janita Holand Jørgensen er hjelpetrener, begge har i løpet av høsten tatt Trener 1 kurs (modul 1-3/4 (?)) Høst 2022 var også hjelpetrener Ann-Christin Hansen Ese en strek bidragsyter, hun deltar nå ikke aktivt på treningene (men kan tilkalles ved kriser) da hennes egen datter har tatt en pause fra håndballen. Vi har hatt to J15-spillere som har hospitert som trenerassistenter de har begge trekt seg ut pga arbeidsmengde på skole. I tillegg har Hedda Kristoffersen Lysnes og Susanne Aronsen, mentorer fra damelaget, kjørt noen treninger for oss.

Vi har spillere fra Hamna, Solneset, Mortensnes, Bjerkaker, Fangereng, Borgtun, Prestvannet og Lunheim. Noen har mange kjente medspillere, andre er alene fra sin skole. Vi har dermed brukt mye tid i vinter på øvelser med fokus på samarbeid og lagspill.

Aktivitet:

Turneringer:

KarftCup i Harstad 23.-25 september; 23 spillere fordelt på 3 lag

Nyttårsturnering 6.-8 januar: 27 spillere fordelt på 4 lag

Seriespill (kamphelger): 3 lag påmeldt

- 18. oktober: Internkamp, samt kamp mot foreldrene
- 22. - 23. okt: Arrangerte kamphelg (Rødtindhallen), 27 spillere deltok
- 30. okt: Bortekamp Storsteinnes, 16 spillere deltok
- 3.-4- des: Kamphelg Rødtindhallen (KSK arrangerte): 24 spillere deltok

Treningskamp

- 12. feb Vennskapskamp KSK G10
- 25. feb Vennskapskamp Skjervøy (4 kamper på 2x13min)

Sosialt:

Kick off

Heiagjeng for damelaget x4 (oppmøte 24, 10, 4 og 3)

Juleavslutning: Ulike lag/samarbeidsaktiviteter i hallen, avsluttet med pappekake, premier og brus
Felles disko under Nyttårsturneringa
Spillermøte med pizza og brus 16. mars 2023

J11

Spillerstall: Stabilt gjennom sesongen har 25 jenter, alle født i 2011 (6. klasse) holdt sammen. Dette er en herlig gjeng jenter fra skolene: Fagereng, Prestvannet, Bjerkaker, Workinmarka, og Mortensnes. Noen har spilt håndball siden de var 6 år, mens noen startet i høst. Det er færre og færre som deltar på flere aktiviteter utenom håndball.

Voksne rundt laget: Dag Terje Yttregaard, Kurt Bøckman Gschib og Yngvild Arnesen utgjør trenerteamet. Sofie Bjerkaas og Lotte Kristoffersen Lysnes er damelagsspillere knyttet til vårt lag. De har deltatt på 2 treninger så langt denne sesongen. I år har endelig appen LearnHandball også inngått som en del av trenernes hjelpemidler.

Vi vil fremheve stødig og godt arbeid av foreldrekontaktene Sigbjørn Fremnesvik og Ken Moe Carstens som håndterer informasjonsflyt, lærer opp foreldre i sekretariat, fikser speaker til kampene, ordner med dugnadslister og økonomi. Det er av stor verdi for jentene at hjemmekampene er skikkelig proffe med innløp, opprop, musikk og heiagjeng!

Seriespill: Vi har 2 lag i Jenter 12 år, Nord-Norge 04-serien. Her er vi THK 3 og 4. Ved sesongslutt vil vi til sammen ha spilt 44 kamper. Hovedfokus er lik spilletid, mestring på eget nivå, rulling på plasser, lagspill og at flest mulig tør prøve ting i kamp som vi har øvd på på trening. Det var en krevende høstsesong pga at nesten samtlige bortekamper var lagt til perioden oktober-desember, men nå gruer vi oss til sesongen er over.

Turneringer: Vi har deltatt i Nyttårsturneringa, Altaturneringa og planlegger Landsåsturneringa i juni. Turneringene er en svært viktig sosial arena for jentene og en utrolig viktig læringsarena med mye spilletid pga at vi har meldt på flere lag.

Sosialt: Rundt dette laget er det en svært engasjert og arbeidsvillig foreldregruppe. Det er venteliste for å delta som reiseleder, kafedugnadene og arbeidet med Nyttårsturneringa gikk smertefritt. Vi vil berømme den innsatsen foreldregruppa gjør og vi se at det betyr mye for jentene at de lager god stemning på kampene. Vi hadde en utrolig herlig juleavslutning på ski-huset og gleder oss stort til å reise sammen på Landsåsturneringa i juni!

,



G11

Vi startet med 13 stk i spillergruppa, og er nå 21 registrerte i Spond (pluss et par til som akkurat har starta). Av disse er 19 født i 2011, mens vi har to f 2012, ettersom der ikke er noen annen aktuell treningsgruppe for dette årstrinnet. Vi har vært en egen treningsgruppe, og har kun hatt trening med 2010-guttene to ganger i høst.

Sportslig har vi deltatt med to lag i avdeling 3 i G12-serien. Disse lagene har vi rotert spillerne på i alle kampene. Dette har fungert veldig fint for oss, og vi har ingen etablerte «klikker» i gruppa. Avdelinga har bestått i hovedsak av lag som domineres av 2011-spillere. Det har også vært et par lag i avdelinga som har hatt med til dels betydelig overårige spillere, noe som har gitt noen særskilte utfordringer for guttene våre. Men så å si alle kampene vi har spilt i årets serie, har vært jevne og tette. Nye spillere som har tilkommet på laget, har tidlig fått være med på kamper og turer.

Vi har deltatt i Kraftcupen, Nyttårsturneringa og Altaturneringa. Disse turene har vært årets høydepunkter sosialt. Sportslig har vi fått kjenne på at Finnmarkslagene er kommet lengre enn oss.

Trenerne er veldig fornøyde med at spillergruppa er i stadig vekst, og at guttene er så sosialt flinke og utrolig greie å ha med å gjøre på treninger og turer! En fortsatt stor treningsgruppe er et kjempegodt utgangspunkt for å fortsatt god utvikling videre på den sosiale- og sportslige arenaen.

Beste hilsener

Martin Maisenhølder og Øystein Grimstad,

Trenere G11

J12

Årsberetning THK j12 (f.2010). Laget består pr 24.02.23 av 25 spillere og to trenere. Foreldregruppa ledes av to gode foreldre. Laget (Vi deltar med to lag i serie og turneringer) er blandet med spillere som har vært med siden oppstart 1.klasse, til de sist ankomende jan/feb.2023. Det trenes 2t. i hall pr. Uke. I tillegg har vi en 1/2t ekstra med løp ute evt. Inne i forkant av økta. Vi ønsker mer halltid kommende sesong. Denne sesongen har vi deltatt i ordinær serie samt Rallarcupen, Nyttårsturneringa og Altaturneringa. Så langt med gode resultat. Vi skal også delta på Landsås-cup i juni. Vi kommer til å delta i de samme turneringene til neste sesong + en obligatorisk høstturnering i Harstad. Vi har spillere fra 7 skoler på laget og de ser ut til å komme godt overens.

Mvh

Trenerteamet Marit og Tron

Årsberetning til Tromsø Håndballklubb for J13 (født 2009) i 2022

Lagets aktiviteter i 2022

Treningene:

Vi har hatt treninger på mandag 17.00-18.30 samt fredager 18.30-20.00(vår). Etter sommerferien startete vi opp med 3 treninger i uken man-tirs og fredag, alle øktene våre starter med oppmøte en halv time før vi får banen. Den halvtimen benyttes til oppvarming, samt styrketrening har vi 1 gang pr. uke. Dette for at jentene skal være klare til å gå rett i øvelser, slik at vi ikke bruker verdifull halltid til oppvarming.

Turneringer vi har deltatt på i 2022:

Trondheim håndball cup 29. April til 1.Mai Deltok med to jevnbyrdige lag, dessverre ble det ikke arrangert sluttspill i den klassen

Landsås cup 3-5 Juni, deltok med 2 lag, 1 lag i J12, 1 lag i J13, lånte to spillere født i 2008 for å kunne stille med 2 lag i forskjellig årsklasse.

Kraftcupen Harstad 23-25 September (1.plass) Deltok med 1 lag

Rallarcupen Kiruna 4-6 November (1. plass) Deltok med 1 lag

Antall spillere: 12 spillere i 2022(høst), 1 spiller flyttet tilbake til Frankrike

Hvilke skoler kommer spillerne fra: 4 stk fra Langnes skole, 6 stk fra Sommerlyst skole, 1 stk fra Grønnåsen skole.

Trenere: Frode Følstad og Arnfinn Førde

Lagleder: Arnfinn Førde

Økonomiansvarlig: Arnfinn Førde

Foreldrekontakter/dugnadsansvarlige: Bjørnar Øye og Susanne Eriksen

Generelt

Vi i trenerteamet er veldig fornøyd med utviklingen laget har hatt i sesongen 2021/22, og vi har satt klare mål for videre arbeid i sesongen 2022/23. Jenten har tatt store steg med å utvikle egen mestringsfølelse, og samarbeid i lagstrukturen. Det er sammen med utvikling av enkeltindivider, også satt søkelys på lagstruktur for å utvikle spilleforståelse i lagsammenheng.



J14

Trenere: Frank Mathillas og Charlotte Thorsteinsen

Hjelpetrener: Nadine Schäfer

Foreldrekontakt: Øyvind Sørensen

Laget består av 18 jenter som har stabilt høyt oppmøte på treninger, kamper og turneringer. Men man har merket at denne sesongen så har det kommet flere skader enn tidligere år.

Spillegruppa har både treningsglede og motivasjon for å spille håndball. Jentene avsluttet 2021/22 sesongen med å vinne sine puljer i både j13 og j14, ble nr 3 i NNM for j14 lag og kom til finalen i j13 klassen i REMA 1000 Trondheim Cup, Norges største innendørsturnering

I 2022/23 sesongen har man i j14 vunnet Kraft Cup og Nyttårsturneringa, mens det ble tap på sudden death i finale i Altaturneringa mot NOR. I serien har man vunnet sin pulje i j14 og er klar for NNM, samt spilt opp i j16 serien der det har vært mye læring og god utvikling. Avslutter kampsesongen med ny tur til Trondheim Cup i slutten av April.

Miljøet blant jentene er humørfyllt og godt. Jentene trives i hverandres selskap og har stor glede av å være på reiser sammen. Det er en flott foreldregruppe som melder seg som reiseledere når vi har bortekamper og turneringer.

J15

Ikke mottatt årsberetning

J16

Jenter 2006 består av 18 jenter totalt, der alle deltar i trening og 17 har deltatt i kamper.

Treninger

Gjennom sesongen har vi hatt tre faste treninger i uka. To av disse i lag med J2007, der vi på mandager kjører felles opplegg og torsdager hver for oss. Onsdager trener vi med Dame Rekrutt, noen gang felles og noen gang hver for oss. Jeg og Miriann har dialog om planlegging i forkant av øktene.

Sportslig

Vi har vært med på kvalik til regionsserien, som var allerede helga før skolestart. Der manglet vi noen viktige spillere som fortsatt var på ferie og vi var ikke kampklare. Vi taper for BUL og Alta, som vi en mnd seinere vant overlegent.

Vi har deltatt på kvalik til Bring, der vi gikk videre til ekstrakvalik. Dette var tøffe og gode kamper der vi ser at vi er gode, men fremdeles et lite skille til å være på nivå med Bring.

«Toppserie»

Vinnere av Nord-norgeserie 01, og kvalifiserer oss til NNM.

Vi er laget som er mest målfarlig og et av lagene som er best defensivt.

Lokal serie

Ikke avgjort enda, men med færrest kamper spilt ligger vi an til å vinne serien. Vinner vi alle resterende kamper går vi også forbi to av lagene i serien med disp (eldre spillere). Kvalifiserer oss til NNM.

Nyttårsturnering

Målsetting: La alle spille like mye og alle utespillere scorer i turneringen.

Vi vinner turneringen, gjør vi akkurat som planlagt og vinner i snitt alle kampene med 8-10 mål.

Altaturnering

Målsetting: sosial tur, like mye spilletid

Dette blir en tur der vi lar noen av de som har vært langtidsskadet bli med, for så å la noen av de som har kjent på høy kampbelastning hvile hjemme. Vi er fornøyde med 3. plass etter tap i semi mot vinnerne av turneringen.

På forhånd var dette en tur jentene ikke var motiverte for da det var mange som kjente på ønske om en frihelg og hvile. Når vi stilte opp til kamper var vi interesserte i å spille, men etter gruppespill var jentene lei.

Hospitering

I løpet av sesongen har 7 av spillerne deltatt på kamper for 3. og/eller 4. divisjon. I hver av disse kampene har J06 vært til stor hjelp for J05, og har hevet nivået på spillet.

Til neste år vil 4. divisjon være et veldig bra nivå for de fleste på J06. 3-4 av jentene vil nok være på nivå til å spille i 3.div.

*Det er ingen treninger for den troppen som spiller i 3. og 4.div. Dette gjør det noe vanskelig å delta på kamper hvor laget varierer på sine spillere fra kamp til kamp. Dame Rekrutt treningsgruppen er vanskelig, og vil trenge en tydeligere løsning for å definere et lag som tilhører hvor.

Spillere fra J2007 og J08 har i løpet av sesongen deltatt på treninger og kamper. Dette har fungert veldig fint i kamper, og håper å kunne samarbeide mer med J08 framover.

Samlinger

SPU: 3 spillere ble tatt ut

Utfordrer RLM: 3 spillere ble tatt ut

RLM (rullerende): I løpet av sesongen har 5 spillere deltatt på disse samlingene.

NTG

Denne sesongen er 3 av jentene også på NTG. Vet per i dag at det er 6 jenter født 2006 som har søkt dit til neste år.

Sosialt:

I starten av sesongen arrangerte vi en treningshelg med opplegg i hallen hele dagen. Her ble vi godt kjent og la grunnlag for resten av sesongen.

Tre helger i Alta, to i Harstad, to bring-helger, to søndager med busstur til Nordreisa/Narvik.

En felles lunsj ved bruk av kupong vi fikk etter kamper i Trondheim.

Planlegger mer sosialt framover.

G16

THK G16 - Årsmelding

Vår 2022

THK G16 består av 5 spillere fra årskull 2005 og 8 spillere født 2006, og ledes av Markus Aas Rafdal som trener med støtte av Yngve Birkelund på sidelinjen som lagleder/oppmann. Det er i tillegg en aktiv foreldregruppe, som stiller sterkt både på arrangement og reiser for å støtte laget.

Sportslig er spillergruppen litt liten, men treninger fungerer bra med samarbeid og spillere som deltar fra G14. I tillegg er det flere spillere som også har enkelte treninger i lag med G18. Laget hevder seg godt i den lokale serien bestående av seks lag, en serie vi vinner med totalt 8 seiere, 1 uavgjort og 1 tap. Regionserien besto av 7 lag, der fikk THK også møte noen lag fra Midt-Norge i en enkeltserie bestående av kamphelger, her ble det 4 seiere og 2 tap. Sesongen ble avsluttet med NNM i Tromsø, hvor laget vant innledende gruppespill men med stor skuffelse tapte både semifinale og bronsefinale.

Oppsummert så var sesongen 2021/2022 spennende men også utfordrende men en liten spillergruppe som ble veldig utsatt for langtidsskader. Foreldregruppen har vært fornøyd med opplegget rundt laget, og vil spesielt trekke frem trener Markus som har bidratt gjennom hele sesongen på en god måte.



HK G16 etter siste hjemmekamp i serien. Bak fra venstre: Trygve Vatne, Nikolai Steen, Konrad Strand, Marius Mentzoni, Johann Johansson, Øystein Ferney Aslaksen. Foran fra venstre: Kasper Seppola, Henrik Strand, Brage Killi-Sareussen, Martin Stiberg Birkelund og Torje Slettli Nymo. Ikke tilstede: Martin Lillehaug, Erling Sandnes Jensen

Høst 2022

THK G16 består nå av 10 spillere født 2006 og 10 spillere født 2005. På 2006 kullet har det kommet to spillere fra Alta, som har flyttet til Tromsø for å gå på NTG. Totalt er dette en stor og god spillergruppe, som på trenersiden fortsatt ledes av Markus Aas Rafdal men nå har fått støtte fra Erlend Strøm Johnsen fra herrelaget. Foreldregruppen er også stor, og har også 3 tidligere foreldre trenere i tillegg til aktive og engasjerte foreldre både i lag og klubbssammenheng.

Sportslig har THK G16 fått en veldig fin start på den nye sesongen. Laget deltok på Skjærgårdsslekene, sammen med G18, som en sesongoppkjøring. Her fikk vi jevne kamper, 25min x 2 omganger, og Markus/Erlend roterte med spillere slik at alle fikk en fin start på sesongen. THK G16 hadde hjemme arrangement for Bring kvalik, der seier i siste kampen sikret deltagelse i den nasjonale serien. Dette var ett av årets mål, og gjennom høsten fikk en også målt krefter mot flere lag vi ikke har møtt tidligere. Med deltagelse i totalt fire serier er det mange kamper for laget, noe som gir en god kamptrening for hele stallen. Laget har ett godt samarbeid på herresiden, med hospitering, fellestreninger og deltagelse på enkelte kamper.

Oppsummert så har sesongstarten vært bra. En forholdsvis stor spillergruppe har en fin tone seg imellom, og samarbeidet Markus/Erlend gir en god oppfølging av laget. Laget har vunnet mange kamper, og selv om det var i 2023 så er det greit å få med at laget vant G16 klassen i Nyttårsturneringa!



THK G16. Bak fra venstre: Adrian Eriksen, Johann Johansson, Theo Skøyen-Fossan, Hårek Rognmo, Martin Lillehaug, Nikolai Steen, Eirik Vikdal. Midten fra venstre: Marius Borch Henriksen, Kasper Seppola, Martin Stiberg Birkelund, Vetle Antonsen, Torje Slettlø Nymo, Brage Kille-Sareussen. Foran fra venstre: Kristoffer Kristoffersen Kvernstuen, Andreas Holmang, Aksel Buvang Vaaja, Henrik Strand, Olav Mathias Borch, Mathias Erling Malvik. Ikke til stede: Sindre Kollnes

G18 (Se eget vedlegg til årsberetningen)



Et bilde fra Skjærgårdsløkene kor vi hadde sosiale aktiviteter. Etterfulgt med quiz på kvelden der mange spørsmål var kulturelle historiske:-)

Innberetningen for 2022 til årsmøte – senior herre og dame (all aktivitet fra 17 år og opp)

Herre inkl. rekrutt:

Sesongen 2021/22 deltok herre med 2 lag i nord-norsk 3.divisjon. Lagene ble nr. 1 og nr. 2 i serien bestående av 7 lag. Som vinner av den nordnorske avdelingen spille herre kvalifisering for nasjonal 2.divisjon mot Kolstad 2 og Klæbu. Tromsø vant kvalifiseringen den 14. mai og rykket opp.

Aksel Hald forlot THK etter kvalifiseringen og er nå etablert i Kolstad, landets beste lag.

På juniorsiden kvalifiserte G18 for nasjonal Lerøy-serie. I sin avdeling vant guttene 2 av 8 kamper, fordelt på 4 helger inkl. arrangement hjemme.

Totalt ca. 25 spillere med Vebjørn Slettli som hovedtrener. Øvrig sportslig støtteapparat: Aslak Sokki, Tor Ketil Hågland.

Sesongen 2022/23 deltar herre med lag i 2.divisjon og 3.divisjon. Før sesongstart deltok G18 på Skjærgårdslekene samt herrelaget på treningssamling på Hamar.

Som nyopprykket til 2.divisjon står laget med 12 poeng og 8.plass etter 16 kamper på årsmøtetidspunkt. Det er ikke fare for nedtrykk, og målsetningen er langt på vei nådd. Man har også lag i 3.divisjon bestående av 7 lag.

På juniorsiden deltar man etter kvalifisering i nasjonal G18 serie (Lerøy) med 8 kamper over 4 helger inkl. arrangement hjemme. Man deltar også i regional G20-serie sammen med 7 andre klubber.

Totalt utgår herre ca. 25 spillere samt 5 TSI-spillere som har deltatt i 2.divisjon for THK gjennom en partneravtale. Vebjørn Slettli er hovedtrener 2. divisjon. Lasse Lundby er hovedtrener rekrutt (G18/G20). Øvrig støtteapparat: Barbro Johansen, Tor Ketil Hågland, Aslak Sokki.

Dame inkl. rekrutt

Sesongen 2021/22 deltok dame i nasjonal 2.divisjon samt nordnorsk 3.divisjon.

Laget tok 31 poeng på 24 kamper i 2.divisjon og endte på en solid 4. plass. I 3.divisjon (rekrutt) vant laget 8 av 12 kamper og ble nr. 3. Man deltok også i nordnorsk J20 hvor man vant 6 av 8 kamper og ble nr. 2. Rekrutt kvalifiserte også for nasjonal J18 (Lerøy) hvor laget tok 7 poeng på 8 kamper. Man kom seg også videre til åttendedels finale i NM J20.

Totalt ca. 35 spillere. Lasse Lundby hovedtrener 2.divisjon og Åse Kristoffersen hovedtrener rekrutt (3.div, J18, J20)

Sesongen 2022/23 deltar dame med lag i 2., 3. og 4 divisjon. I tillegg deltar man etter kvalifisering i nasjonal Lerøy-serie med 8 kamper over 4 helger. Videre 11 kamper i regional J20 samt en mindre nordnorsk J20. Med 4 gjenstående kamper holder THK 5. plassen i 2.divisjon.

THK dame senior at 2 ulike treningsgrupper med til sammen ca. 40 spillere. Treningsgruppen rekrutt består primært av jenter født 2005.

Hovedtrener dame er Åse Kristoffersen, mens hovedtrener rekrutt er Miriann Sæther. Øvrig støtteapparat er Aksel Eilertsen, Maria Oppegaard og Einar Sparboe Lysnes.

Avslutning

Året 2022 begynte som 2021 med restriksjoner og avlysning av NT 2022. Men en fin avslutning av sesongen og en normal oppstart av sesongen 22/23 som har gått sin gang med høy sportslig aktivitet. Styret Jobber mot å nå tidligere mål om en organisering av klubben. Organisasjonsplan er under utarbeidelse og ligger ved. Den vil styret jobbe videre med og naturligvis så har vi behov for flere frivillig med oss på laget. Vi vet det mangler rutiner og retningslinjer som vi jobber med å få på plass. Har du lyst til å bidra og ser noen utvalg/grupper du ønsker å sitte for å gjøre en jobb for Tromsø håndballklubb er det bare å rekke opp hånda og si fra – Vi trenger hver og en av dere.

Til avslutning vil vi i Styret takke alle spillere, foreldre, foreldrekontakter, trenere, støttespillere, sponsorer og andre bidragsytere for innsatsen og samarbeidet gjennom 2022. Vi er glad dere heier på oss og er med og stiller opp.

Tromsø 24.03.2022

Styret i Tromsø håndballklubb

v/styreleder Øyvind Sørensen

Valgkomiteen innstilling

Valgkomiteen, bestående av;

Frank Mathillas (FM), trener j14 (2008)

Tone Prøsch-Bilden (TPB), trener j10 (2012)

Foreslår følgende styre i Tromsø Håndballklubb til Årsmøtet 2023;

Øyvind Sørensen, styreleder, gjenvalgt for 1 år (foresatt j14, j11 og j8)

Tonje Kristiansen, gjenvalgt for 1 år (foresatt j15 og j13)

Lars Øverås, leder økonomi, ikke på valg (foresatt j11)

Einar Lysnes, gjenvalgt for 1 år (foresatt j18/damelaget)

Torkild Konradsen, ikke på valg (foresatt j16)

Marianne Sandnes, ny, valgt for 1 år (foresatt g18/herrelaget)

Silje Marie Kyte, ny, valgt for 2 år (foresatt g8/g9)

Jøran Westjord Indseth, ny, valgt for 2 år (foresatt j9)

Tron Halvorsen, sportslig leder, ny, valgt for 2 år (foresatt og trener j12)

Valgkomitéen har ikke lyktes å få på plass en representant fra dame/herrelaget, dette må derfor overlates til årsmøtet eller styret. Styret må også velge nestleder ved konstituering.

Tromsø, 16.03.2023

Frank Mathillas

Tone Prøsch-Bilden



Tromsø Håndballklubb



Årsberetning 2022

Menn senior/G20/G18

Takk til alle som har bidratt som speakere, dj, tidtakere, sekretariat, i kiosk, moppere, bakere, med premier, bestillinger, innkjøp, dugnader mm. Setter utrolig pris på alt bidrag 😊

Sport

Våren 2022

Treningstilbudet:

- Alle G18/MS2/MS har 3 økter i uken med en trener. Ønsket flere økter pga opptil 35 stk på trening, dette ble ikke imøtekommet.

Spill/turnering

- Ekstremt dårlig kamptilbud for senior og G18. I nordnorsk 3. div. var det få antall lag og dårlig nivå. Uten Lerøy hadde nok spillere falt av.
- Kvalifiserte til 2.div. Leide inn to spillere for å nå målet. Espen Lie Hansen og Andre Lindboe.

Spillere

04/05	03	02	Senior
11	7	0	16

Trenere/Støtte

- G18 Vebjørn (trener), Tor-Ketil Håglund (Fysio), Eirik Engelsen (trenerressurs) Aslak Sokki (oppmann)
- Ms: Vebjørn Slettli (trener), Tor-Ketil Håglund (Fysio), Aslak Sokki (oppmann)
- Trener G16/MS/G18 har bistått hverandre og samarbeidet om spillere.

Høsten 2022

Treningstilbud:

- G18/G20 har egen økt tirsdager i Stakkevollan hallen 20.45-22.00 (fikk utvidet tidspunkt selv etter avtale med kommune)
- G18/20/MS2/MS har 3 økter samt at de kan benytte annen hver fredag.
- Styrketrening i regi av klubb okt, nov, des og januar.
- De fleste på G18 er tilknyttet NTG og har ekstra trening der. G16 spillere har både hospitert på G18/G20/MS og på treninger.
-

Spill/turnering

- G18 Skjærgårsløkene, Menn senior Hamartur
- MS: nasjonal 2. div og lokal 3. div
- G18: kvalifiserte seg til Lerøy høsten 2022
- G20: Trønderserie

Det ble meldt inn på terminlistemøte for MS juni 2022 at kamphelgene til G20 falt på samme helger som MS. Dette ble ikke endret på, og medførte i utfordringer for gjennomføring av kamphelgene til G20 i Trondheim. Mange av spillerne er både på MS og G20/18. Når terminlistene blir publisert neste sesong, må man være på slik at man får planlagt kamphelgene bedre.

Spillere

- Samarbeidsavtale med TSI og utlånsavtale fra OSI på målvakt

05	04	03	02	Senior
6	8	3	1	8 +6 TSI



Tromsø Håndballklubb



Trenere/Støtte:

- G18/G20 Lasse Lundby (trener), Tor-Ketil Hågland (Fysio), Barbro Johansen (oppmann)
- Ms: Vebjørn Slettli (trener), Tor-Ketil Hågland (Fysio), Aslak Sokki (oppmann)
- Trenere har bistått hverandre i kamp og samarbeidet om spillere.
- Markus Aas Rafdal har samarbeidet med A-lagstrener og G18 trener om/hatt treninger og hospiteringer

Arrangement

- Egen gruppe som jobber med senior herre/G18. Møter gjennom året og referat sendt hovedstyret. Har et Excel-ark der alle fordelte oppgaver skrives ned. Høsten 2022 fikk yngres delvis ansvaret for kafedrift på seniorkampene. Dette er nødvendig for å ha nok ressurser for å drifte arrangementet. Det har tidvis vært utfordrende å fylle roller. Tilgjengelige G18/MS spillere har også deltatt under arrangement.
- Tatt inngang på seniorkamper.
- Menn senior har arrangert to miniturneringer i start av sesongen med lag fra Bravo, THK, Reinen og Kvaløysletta. Fin måte og bidra inn i klubb.

Økonomi/reise

- Har ei lagskasse jmf klubbens retningslinjer hvor alle penger tilknyttet laget kommer inn. Egenandeler overføres til klubbkonto jmf retningslinjer. Dugnader tilknyttet laget har blitt fakturert klubb og overført lagskasse i ettertid.
- G18 fikk 13000 kr tilskudd klubb til Skjærgårdslekene, 2000 kr egenandel, 62000 kr dekt av lagskasse
- MS fikk 25000 kr tilskudd fra klubb til Hamar høsten totalpris ca 30000 kr fra lagskasse. Seniorspillere betalte transport fra Gardemoen og mellom hallene + mat selv. Bodde på AIRBNB

Marked/dugnad

Februar:	MS/G18	Bæredugnad UIT	<u>10500 kr</u>
Mars/april	MS	Rulle ut dekke	<u>10 000 kr</u>
Mai:	G18	Rigge dekke festival	<u>5000 kr</u>
Juni	G18	Midnight sun maraton	16 021 kr
	MS	<u>Midnight sun maraton</u>	7 761 kr
August:	G18	Norlandia Marsvegen Rundvask:	50 000kr
Okt:	G18/MS	Selge dopapir	Klubbdugnad
Januar	Nyttårsturnering 2023	Legge ut/ta inn dekke Fløyahall. Torsdag +søndag ca 14 timer per spiller. 20/21 deltok. Noen dømte også	Klubbdugnad

Utstyr

- Har fått spilletrøyer/shorts/keeperbukser, grå reisejakker og sorte dunjakker av klubb. Her har vi samlet inn og gjenbrukt alle hettejakker og ytterjakker
- Våren 2022 fikk spillerne grå oppvarmingstrøyer med navn på.
- Klister hentes på Torshov og ellers bestiller vi gjennom klubb alt vi trenger.
- Det har vært utfordrende for herre/g20/g18 lagene at hummeldraktene rakner under kamp. ca 1-2 drakter revner hver kamp. Dette må ses på inn mot neste sesong.

Ellen Jensen, Barbro Johansen, Cecilia Hansen, Andre Rueda, Aslak Sokki, Tor Ketil Hågland, Vebjørn Slettli og Lasse Lundby