

Sak 3: Beretning for Njård håndball 2022

Styret har bestått av Anders Dolve – leder (utstyr og materiell), Merete Gardal (arrangement og styrenestleder), styremedlem Kjersti Langmoen, Line Cecilie Vågen, samt Ole-Bengt Moe. Andreas Vinknes er Sportslig og administrativ leder.

Det har til sammen vært avholdt 9 styremøter. Ved utgangen av året talte Njård håndball det 425 spillere under 18 år og 56 over 18 år.

Årsregnskapet for Njård Håndball 2022 er gjort opp med et relativt alvorlig underskudd (se regnskapet). Underskuddet er hovedsakelig forklart med høyere trenerutgifter enn forventet, herunder arbeidsgiveravgift. Bortfall av inntekter fra lotteri og dugnad har også bidratt til underskuddet. På inntektssiden har kiosksalg og billettinntekter vært lavere enn forventet. Budsjettet tok utgangspunkt i å tære noe på oppsparte midler fra tidligere år. Ved årets utgang har Njård håndball negativ egenkapital og må budsjettere med overskudd på minst 10% av omsetningen.

Njård håndball har opplevd kostnadsheving på alle varer og tjenester vi kjøper, på lik linje med samfunnet ellers. Samtidig har vi gjort det vi kan for å holde kostnadene ifm trening så lave vi kan. Treningsavgiften har ikke blitt endret på flere år, ei heller i 2022. Samtidig opplever vi et fall i dugnadsvilje og frivillighet, og vi må betale mer for trenere, for flere lag. Med få frivillige har mye falt på styret og Sportslig/administrativ leder. Vi har opprettholdt det gode sportslige tilbudet, mens økonomistyringen har lidd.

Njård håndball fortsetter samarbeidet med Intersport og Hummel på klubbutstyr. Intersport selger vår klubbkolleksjon fra Hummel i butikken på Storo og via en egen medlemsapp. Avtalen innebærer gode rabatter for alle medlemmer, både på håndballutstyr, men også annet sportsutstyr. Samarbeidsavtalen med vår hovedsponsor, Finansco, er nå forlenget ut 2024. Finansco er synlig både i hall, på draktsettene våre og på trenernes utstyr, og vi er veldig glade for at de vil være med oss de neste årene.

Samarbeidsavtalen mellom Haslum HK (herrer og damer) og Njård Håndball er også forlenget ut sesongen 22/23. Avtalen gir blant annet alle Njård-spillere fri inngang på Haslums hjemmekamper, mulighet for Njård-lag å stille som kamp-maskotter på Haslum-kamper, samt flere andre fordeler rettet mot spillere, trenere og lagledere. Det har vært gjennomført flere inspirasjonsøkter med Haslum-trener Tom Erik Skarpsno for våre trenere. I tillegg har Haslums spillere deltatt på treninger for Njårds lag.

De sportslige resultatene for klubben er beskrevet i det enkelte lags årsberetning nedenfor. Det sportslige tilbudet omfatter 4 håndballskoler og Njård Håndballs eget akademi, Njård+ (for 10-13 åringer). I tillegg har Samhallen blitt en viktig arena for flere av våre lag med muligheten til styrke- og skadeforebyggende trening. Sportslig leder, Andreas Vinknes, er en viktig brikke i utviklingen av det sportslige tilbudet vårt.

Dommersituasjonen i klubbene stabil, men har et vedvarende behov for å øke andelen eldre dommere. Det har blitt jobbet godt på dommersiden i 2022, og klubben har nøkkelpersoner i Line Cecile Vågen og Nils Petter Johannesen som ivaretar dette.

Styret ønsker å takke trenere, oppmenn, foreldre, dommere og barnekampledere for innsatsen i 2022. Det har vært et år med både opp- og nedturer, men dere har stått på for å holde Njård Håndball i gang. Uten dere får vi ikke dette til!

Njård 02.02.2023

Styret Njård Håndball

Anders Dolve

Anders Dolve

Avtroppende Styreleder

LAGSBERETNINGER

Beretningene er skrevet i januar 2023, for 2022.

Haslum/Njård G2007

Sommeren 2022 slo vi oss sammen med Haslum G2007. Årsaken til sammenslåingen var at vi i etterkant av pandemien mistet spillere og at vi ved en sammenslåing kunne gi spillerne i begge klubber et bedre treningstilbud og god matching på både nivå 1 og 2 i seriespillet. Sammenslåingen har fungert utmerket og det er fin gjeng med 23 gutter som trives sammen både sportslig og sosialt.

Vi har i høst hatt 1 lag på nivå 1 og 2 lag på nivå 2. Vi har også et godt samarbeid med Njård G2008 og Haslum G2008 som har hospitert opp på treninger og kamper. De sportslige resultatene i høst har vært gode og vi har på begge nivåer kvalifisert oss til A-sluttspillet etter jul. Vi trener 3 dager i uken i hall og gutta har tilbud om 1 dag med skadeforebyggende trening/styrke i regi av Haslum.

Laget trenes av Sander Borten og Stefan Baldvin Stefansson med bistand fra en ivrig foreldregruppe som støtter opp rundt laget i ulike funksjoner.

Av Kristian Stenbakk

Njård G2008

Njård G2008 består av 32 spillere og vi har nå tre lag i seriespillsystemet.

Resultater:

Vi har et lag i nivå 1 som akkurat nå ligger på delt førsteplass i A-sluttspillet. Vi har et lag i nivå 2 som spiller A-sluttspill for nivå 2 og ligger på 3.plass. Vi har også etter jul fått et ekstra lag (Njård 3) for å gi spilletid til flere. Dette laget spiller B-sluttspill i nivå 2 og ligger pr dato på førsteplass på tabellen.

Vi har ellers deltatt i regionscup med to lag, temaserie, Nordisk mesterskap med nivå 1 etter invitasjon (vi ble nummer 4 i Norden A-sluttspill), Ski-cup med to jevne lag, Flint-cup med to jevne lag og Storhamar-cup. Vi har alltid 5-6 spiller på SPU, samt at vi to ganger har fått låne plassen til Haslum/Njård i 2007-serien (nivå 2) og vunnet stort begge ganger.

Vi er stolte av å være det Njård-laget uavhengig av kjønn og årgang som har kommet lengst i Nordisk. Det var en meget god og utviklende opplevelse i Gøteborg i romjulen. Siste helgen i vinterferien er vi invitert til Nadderud Arena i en treningsturnering for nivå 1 der vi får møte topplag fra andre regioner i Norge. Vi skal møte Elverum, Charlottenlund, Strindheim og Stavanger. Det er videre PW-cup (uoffisielt NM i påsken).

Monolitten-samarbeid

Før denne sesongen meldte 11 gutter fra Monolitten overgang etter et lengre treningssamarbeid på våren. Det har vært en veldig vellykket integrering av spillere og gutta har tatt de nye godt imot. Det har også vært en vellykket integrering av ny foreldregruppe og vi har avholdt et foreldremøte, samt individuelle spillerutviklingssamtaler med gutta.

Vi trener tre halløkter i uka, samt en time i Samhallen med styrke og skadeforebygging hver tirsdag før halløkta. Vi er fem ivrige trenere i trenerteamet og har delt opp hovedansvar for økt dager og øktplaner. Vi har denne sesongen skaffet til veie 5 lags-sponsorer (Modino, Teleoutlet, Norpeis, Sykkedeliske pluss et eiendomsselskap) som har resultert i hettegensere, to trenings-tskjorter og treningssshorts, samt Njård-bag til alle. Laget har følgende foreldreroller i tillegg til jobben vi trenere gjør:

Foreldreroller:

- Sosialansvarlige, 2 stk
- Cup-ansvarlige, 1 stk
- Sponsorsjef 1 stk
- Oppmann/dugnadsansvarlig 1 stk
- Målvaktsansvalig, 1-2 stk

Vi opplever kontakten med foreldregruppa som veldig god og at foreldregruppen bidrar stort. Vi har avviklet mange sosiale tiltak i år der to mødre har tatt fabelaktige initiativ:

Sosiale tiltak:

- Mandagstaco i Njårdhallen etter trening
- Paddel-tennis og pizza på Eiksmarka, inkludert Paddel-turnering med premier
- Overnattingscup med basseng-besøk og volleyball/øksekast på landsted til besteforeldre
- Juletrening med godis
- EM-finale i klubbhuset med quiz, kahoot, tippekongkurranse, pizza, godteri og storskjerm
- Julebord med Jenter 2008 i Njårdhallen/gymsal med langbord, bordtennis-kongkurranse og tapas fra Club Makaroni. Flott samarbeid mellom sosialansvarlige på G2008 og J2008- flotte leker satt i gang av Anders Dolve

Følgende har vært gjestetrenere:

- Frode Scheie: målvaktsøkt
- Tom Eirik Skarpsno: trenerøkt der vi var utøvergruppe i Njårdhallen
- Leopold Nicholas- høyrekant Haslums A-lag hadde en økt sammen med Tom Eirik i Pershallen

Sportslig utvikling:

Vi er opptatt av at vi er en treningsgruppe og et lag, selv om nivåspriket på gutta til tider er stort og ungdomshåndballen krever låste spillestaller på de to nivåene. Likevel er det verdt å nevne at spriket skrumper i takt med vekst og utvikling. Mange har tatt store utviklingssteg det siste året. Vi registrerer treningsoppmøte og fører oversikt. Fire av gutta har fått hospitere med G2007 og dette har fungert bra. Vi har hatt flere 2009-gutter hospiterende hos oss, samt en 2009-gutt som bare trener med oss. Vi har også vellykket erfaring med SPU i år- der mange av våre gutter holder høyt nivå.

Balansen mellom både å være et sted for de som vil ha et sted å være i ungdomstiden, trene for gøy og de som er i Norgestoppen på sitt årskull, blir stadig mere krevende, men vi er opptatt av å være et sted for alle de tre kategoriene. Vi har pr nå to spillere som har «hvitt flagg»- altså de har pauset håndballen midlertidig og fått beskjed om at de alltid er velkomne tilbake.

Vi er noe bekymret for tilbudet til våre mest øvede da vi pr dato er det eldste guttekullet i Njård. Vi forsøker differensiere mer på trening, men med bakteppet fra Olympiatoppens anbefalinger (det optimale for utvikling er å trene 1/3 av tiden med de som er på samme nivå som deg selv, 1/3 av tiden med de som holder et svakere nivå enn deg selv og 1/3 av tiden med de som holder et høyere nivå enn deg selv)- er det det siste vi sliter med å tilby. SPU avhjelper noe, samt økter med Haslum/Njård 07, men da det neste sesong ikke er tillatt med sammenslåtte lag og denne hospiteringsarenaen forsvinner, må vi finne ut noe som kan fungere tilfredsstillende. Ikke minst med tanke på at vi ønsker å satse på en slagkraftig, bred og stor tropp til Bring-sesongen om halvannet år.

Trenere:

Lagets trenerteam består av Randi Gustad, Jan Andre Tellefsen, Lasse Lie, Gry Bjørnstad og Bjørn Arne Kloster-Jensen. I tillegg har Henrik Sundt vært med fredager i Hovseterhallen og Ingeborg Slungård bistått i Grys sykefravær.

Følg gjerne treningshverdagen vår på Instagram. Konto: «njardg2008», Njård håndball, Gutter

2008. Der legger vi ofte ut bilder og videoklipp fra både kamper og sosiale tilstelninger.

Av Randi Gustad

Njård G2009

Njård G2009 er ved utgangen av 2022 ca 25 gutter.

Det har vært uvanlig høy gjennomtrekk av spillere gjennom året, det har sluttet en del og det er kommet til mange nye. Etter overgang til ungdomsskolen er det i hovedsak "Hovsetergutter" som er stammen i laget, med ca 20 av totalt 25 gutter fra Hovseter skole.

I 2022 har vi trent 2 dager i uken før sommeren og utvidet med en styrkeøkt siste halvdel av 2022. Vi har 2 lag påmeldt i regionserien og har hatt 1 lag som har spilt Temaserien, Beach håndball og bla vært på Fredrikstad Cup.

Guttene har blitt definert som ungdommer gjennom året har tatt store steg utviklingsmessig. I treningsarbeidet benytter vi Temaserieplanen som "rettesnor" for sesongplanleggingen. Treningene er fremdeles lagt opp til mye ballkontakt med fokus på pasningsøvelser, skudd, finter og duellspill. Men vi har i høst hatt stort fokus på samspill spesielt i angrep, det har blant annet jobbet mye med ulike plasskifter og skudd utenfor 9m. Guttene har begynt å få ønsker om «faste plasser», vi har 2 som er keepere, vi har også begynt med strekspiller, men vi øver fremdeles på ulike posisjoner og spesielt strekspiller er det mange som øver på.

Guttene har gjennom året blitt gode i forsvarsarbeidet og det er blitt gøy å spille forsvar. Flere av guttene har tatt store steg gjennom året, også en del av de ferskeste. Jeg arbeider også med at noen gutter skal prøve seg mer i kampsituasjonene og på trening. Det skal være lov å prøve! Guttene viser stor fremgang både som lag og som enkeltspillere. Mens jeg tidligere sesonger stort sett har delt i 2 jevne lag, har vi fra i høst 1 påmeldt på nivå2 og 1 på nivå3. Det er en «fast stamme» på begge lagene og noen som spiller på begge lagene.

Laget har vært trent av Trond Gabrielsen med assistanse fra foreldre og 3-4 hjelpetrenerne før sommeren og Raphael Daram etter sommeren. Sosialt ansvarlig har vært Aadel Heilemann og Heidi G. Lester, mens vi byttet oppmann gjennom året til Christian Gulbransen.

Av Trond Gabrielsen

Njård G2010

Laget står ved årets slutt registrert med 26 2010 spillere i Spond. Det har vært et hyggelig tilslag av spillere fra høstsesongen startet, noe som er svært gledelig. Utfordringen har vært at det var om lag bare halvparten så mange spillere som meldte sin interesse for å fortsette med håndball ved slutten av 21/22 sesongen. Dette ble utslagsgivende for at vi valgte å kun melde på 1 lag for 22/23 sesongen. Det har vært krevende å gi alle spillerne et godt tilbud, når det gjelder å spille kamper, da vi kun har hatt et lag i regionserien. Vi har løst dette delvis med å spille treningskamper i tillegg til 2 cuper siste halvdel av 2022, Haslum cup og Sharebus cup. Vi har fått meldt på et lag til for neste halvår i nivå 2 slik at vi kan møte behovet til flere av spillerne. Vi tror at dette tiltaket vil medføre at flere kan oppleve mestring og få kamptrening. Laget har deltatt på Temaserien nå i høst. Det har vært en spennende erfaring som har gitt mye læring. Vi gleder oss til nye runde i denne serien over nyttår.

Vi har treninger 2 ganger i uken med fokus på kast og mottak. Flere av spillerne deltar også på 1 Njård pluss trening i uken. I tillegg er noen spillere med 2009 treninger på mandager, det gir motivasjon. Vi har 4 hospitanter fra 2011 på våre treninger på tirsdager. Nytt for høstsesongen har vi startet skadeforebyggende trening utendørs 30 min før halltrening 1 gang i uken. Siste halvdel av året har vi lagt større vekt på at noen står mer i mål enn andre. Vi har rullert på denne posisjonen tidligere. Dette ser vi at gir resultater, men det krever at vi legger inn en innsats på området. Vi har i tillegg fått inn en gutt nå i høst som spiller keeper på fotball som kanskje kan tenke seg og bli med laget videre som keeper. 5-6 gutter har ingen eller lite håndballerfaring. Dette medfører at det er stort spenn i ferdighetene på spillerne. Vi forsøker å løse dette ved at vi deler inn spillerne, i deler av treningstiden, slik at vi kan øve på ulike ting etter hvor øvet man er. 1 av spillerne på laget krever ekstra tilrettelegging på trening. Dette er krevende å få til med de ressursene vi har tilgjengelig. Vi må jobbe videre med å se på hvordan vi kan løse dette på en mer tilfredsstillende måte videre. Vi er i dialog med klubben rundt dette.

Det er en superfin gjeng som er greie med hverandre. Det ser vi spesielt når det kommer nye spillere. De blir tatt godt imot og vi opplever at alle tør å prøve seg. Vi har en egen sosialkomite som organiserer hyggelige ting for gutta. Spagetti middag etter trening, sommer/ juleavslutninger, vi har sett på Njård herrer spille kamp (treneren vår spiller der), Vi har vært flaggbærere på Haslum elite kamper i tillegg til 3 cuper i løpet av året hvorav en av de var Messe cup i Tønsberg med 2 overnattinger på skole. Barna viser stor håndball- og idrettsglede og foreldregruppen fungerer veldig godt.

Vi har 4 foreldretrenere på laget i skrivende stund og en timetrener i regi av klubben. Det har vært noen endringer gjennom året. Trenerne har vært Kristian Nørstebø (hovedtrener sluttet august 2022), Toto Martinsen (startet august 2022), Trine Ryen-Færden, Benedicte Løgith Moe, Snorre Mossing (sluttet juni 2022, Stine Ottesen og Sivert Bjørnsrud (Startet august 2022). Oppmann er Kjersti Vadheim Dahm, lagrepresentant i klubben er Gro Nygaard.

Skrevet av Stine Ottesen

Njård G2011

Njård G2011 er en forholdsvis liten gruppe med 15 gutter. Ved utgangen av året er vi spillere fra 4-5 skoler, men hoveddelen av guttene tilhører Huseby Skole.

Det er ønskelig at gruppen vokser fra dagens størrelse og vi håper på flere nye gutter.

I 2022 har vi trent 2 dager i uken gjennom året, samt spilt kamper. Treningene er lagt opp til mye lek og ballkontakt, til eks 10 pasninger, ulike stafetter, pasninger med 2 baller. Men videre er det jobbet mye med duellspill og finter. Fokus er og har vært på å lage øvelser som engasjerer guttene og sikre at det blir litt høy aktivitet og moro. Vi benytter normalt 1-2 baser og 4-5 øvelser gjennom treninger, dette gjør treningene varierte og guttene har lettere for å få konsentrert seg med små grupper.

Guttene er en liten, men ivrig gjeng, med stort aktivitetsnivå og jeg oppfatter at alle opplever mestring. Vi har hatt 1 lag påmeldt i høstens regionserie og spilt Sharebus cup.

Laget har vært trent av Trond Gabrielsen med noe assistanse fra hjelpetrenerne og foreldre. Sosialt ansvarlige er Hege Dahl og Cathrine Botner, cup ansvarlig er Eirik Aass.

Av Trond Gabrielsen

Njård G2012

Laget består for tiden av ca. 35 spillere, med spillere fra Holmen, Voksen og Smestad skole. Våre treningstider er torsdager fra 18.30-19.30 i Persbåtenhallen, og lørdager fra 12.30-13.30 i Njårdhallen. Vi har en stamme på 8-10 spillere som allerede har spilt sammen 3-4 år, og det kommer stadig nye spillere til.

Vi legger opp treningene relativt likt hver gang, og trener på mottak og kast i fart, pådrag og viderespill og basisøvelser. Det er en utfordring at ferdighetsnivået er veldig ulikt, og at det er «stor spredning i feltet». Videre er det også utfordrende å ha 25-30 spillere som skal trene samtidig i hallen, og å finne øvelser hvor ventetiden blir minst mulig.

Vi har fritt etter hukommelsen 6 deltakere på Njård Pluss, og disse rykker noe fra resten av laget ferdighetsmessig. Tilbakemeldingene på Njård Pluss er også jevnt over gode.

Vi har meldt på 3 lag i kortbaneserie, og det fungerer ganske bra. Vi har samtidig en utfordring i at når vi møter Haslum, Nordstrand og Bækkelaget møter vi lag med høyt ferdighetsnivå. Når vi da «blander» de øvede og mindre øvede spillerne våre blir kampene ujevne, mens om vi setter på de øvede spillerne/Njård Pluss gjengen blir kampene jevne og gode.

Barna viser stor håndball- og idrettsglede for foreldregruppen fungerer veldig godt. Vi skal arrangere foreldremøte på nyåret, og så snart det lar seg gjøre mtp. pandemien.

Vi starter stort sett alle treningene med å spørre hva som er reglene på trening, hva det er å være en god lagkamerat og at vi alltid er lagkamerater i Njård.

Laget trenes av Eirik Furuseth med støtte av Kristian Nørstebø og Per Arne Nygård og med Erik Sebastian Buer som timestrener. Vibeke Krane er oppmann. Vi har fått forespørsel fra Ullern om vi kan ta imot 3-4 spillere samt 1-2 hjelpetrener/mammatrenere, og stilt oss positivt til det forslaget.

Oppsummert er laget i god utvikling, og det meste fungerer bra for oss.

Skrevet av Eirik Furuseth

Njård G2013

Laget har en liten gruppe spillere fra tre ulike skoler som har deltatt gjennom hele året (5-6 gutter), og vi ser nå en forsiktig vekst. Fjoråret (2021) var preget av liten stabilitet med hensyn til om det ble treninger eller ikke, både på grunn av trenersituasjon, treningstider og for få deltakere til den enkelte trening. Fra januar 2022 fikk laget ny trener og det ble mer kontinuitet med treninger. Den nye trener er Johannes Vennemo, som selv har spilt håndball i Njård (og siden Bmil og Vålerenga). Johannes er fersk som håndballtrener, men har fått et godt grep om gutta og lager gode treningsøkter for dem. Gutta jobber fortsatt med de grunnleggende ferdighetene som stuss med ball, skritt osv.

Gjennom høsten trente laget mandager, først på Huseby skole. Lokalene var dårlig egnet for guttene, med alt for lite plass og ingen streker på gulvet - og desto mer knuffing og tull. Vi flyttet

over til Holmen skole, og det fungerer bedre. Laget har også lørdagstreninger i Njårdhallen, og her har vi utover høsten hatt stadig bedre oppslutning. Vi avsluttet med litt ekstra julekos siste lørdag før jul, god stemning og med forventninger for nyåret.

Laget deltok på Intersport 4'er runder første halvdel av året. Vi mobiliserte til disse kampene og gutta viste iver, konkurranseinstinkt og glede. Høsten meldte vi laget på kortbaneserie (5er). Gutta klarer seg godt i disse sammenhengene, og det er klart styrkende for lagfølelsen å spille kamper sammen. Laget har fått god hjelp av Asgeir Nilsen i kamprundene, og har også fått trenerstøtte av Kristoffer Heilemann Herland (G2009). Ellers er det en liten, men god foreldregruppe på laget, der flere av foreldrene har håndballbakgrunn, noe vi håper kan bli en styrke for laget fremover.

Skrevet av Aadel Heilemann, oppmann for laget.

Njård G2014

På gutter 8 startet vi året med 13 spillere, men er nå oppe i 20 gutter. Vi trener to ganger i uka. Fokuset er å bli kjent med håndball, hvordan man spiller og bli venn med ballen og i år har vi hatt mye fokus på det å spille videre og finne ledige rom til å skyte, samtidig som vi har begynt med større fokus på spilleforståelse og det å se muligheter.

Vi har rukket å være med på tre Intersport 4'er runder og det er stor stas. Det er gøy å få prøvd ut det man gjør på treninger i kamp, og se at det fungerer samt at de har det gøy mens de gjør det.

Årets trenerteam er Aksel Nordheim Thode og Lina Engberg Hansen med god hjelp av Stine Ottesen og resten av foreldregruppa forøvrig. Silje Kathrine Enersen har det administrative ansvaret.

Av Lina E. Hansen

Njård Håndballskole 2015/16

For de aller yngste er det nå to treninger i uka. Onsdagstreningene er godt besøkt med et snitt på ca 30 stk hver trening, og det er stadig vekk nye på trening som vil prøve seg på håndball og som kommer igjen og igjen.

Vi har vært med på to runder av Intersport Loppetassen og håndballgleden vises tydelig under disse turneringene. Det er veldig gøy å se framgangen fra kamp til kamp og barna virker veldig fornøyde etter slike helger.

Fokuset hos de yngste er å bli kjent med ballen gjennom lek og skape mye fysisk aktivitet for alle. Utviklingen hos barna fra trening til trening er spennende å følge med på og det er masse idrettsglede som er veldig gøy å se!

Trenerteamet består i år av Elisabeth Braaten og Lina Engberg Hansen med 08-spillerne Linus og Peder som hjelpetrenerne. I tillegg er det flott hjelp å få fra foreldrene med Ulrikke Wethal i spissen.

Njård J20

Njård J20 starter opp sommeren 2022 og består av J2005/2006 som trener i en felles gruppe. Laget spiller i Nivå1 og har samme trenerapparat som J2006. Gruppen er omtrent 25 spillere.

Lars Thorstensen

Hovedtrener

Njård J2006

Laget fullførte sesongen 2001/2002 med en bronse i Petter Wessel Cup og bronse i A-sluttspillet. I første del av 2022/23 sesongen stilte laget med to lag, og begge kvalifiserte seg til A-sluttspill. Rundt laget er blant andre Kine, Tora, Bjørn Arne, Trond, Else Marthe og Lars.

Lars Thorstensen

Hovedtrener

Njård J2007

Per 1. januar 2023 teller Njård J07 16 spillere. I løpet av 2022 har vi fått en ny spiller, mens en annen har valgt å slutte (pga. andre verv som er tidkrevende). Spillergruppen har spilt sammen i mange år, og kommer fra 4 ulike skoler i nærområdet.

Høsten 2022 har jentene hatt tre treninger i uken, i tillegg til kamper. Treningene på mandager og torsdager er i hallen, mens onsdag er løp, forebyggende og styrketrening i samhallen. I løpet av høsten har vi hatt månedsfokus på ulike delelementer som kast og mottak, individuelle forsvarsteknikker, finte, duellspill og pådrag/viderespill (hentet fra spillerutviklingstrappa på handball.no). Skudd har vi også et gjennomgående fokus på. Vi legger til rette for at målvaktene får spesifikk trening utover vanlig oppvarming og spill. I tillegg til de vanlige treningene våre har vi vært med på brytetrening i regi av SP09. Dette er noe vi har hatt godt utbytte av, og som jentene liker. Vi kommer til å fortsette med dette, ca 2 økter i halvåret. Med denne treningen fokuserer vi på styrkebasert trening med teknikk og smidighet. Jentene har også vært utøverapparat for Haslumtrener Tom-Erik Skarpsno. Dette er treninger med høyt tempo og mange nye øvelser som jentene liker svært godt. Gjennom fadderordningen med Haslum har Martin Hovde også hatt en treningsøkt med oss, og det er planlagt med to til våren.

Treningsoppmøte er generelt godt og vi har i tillegg hatt flere 08-jenter på hospitering på mandagsøktene.

Jentene ble for sesongen 2022/2023 meldt opp med to lag i J15-serien, nivå 2, tillegg var vi meldt opp i regionscupen. Der var vi litt uheldige og trakk en tøff motstander, som gjorde at vi dessverre ikke klarte å følge opp fjorårets suksess med kvartfinale. Jentene har levert gode resultater og ble nr 3 i sin gruppe.

Vi fikk en pangstart på sesongen med finaleplass i Haslumcup i B-sluttspill. Selv om det ble tap i finalen, var jentene enige om at de hadde gjort en fin figur og var fornøyde med andreplass. I år har vi også hatt 2-3 spillere på SPU-samlinger, og en som er tatt med i bruttotroppen til bylagsturneringen i Stavanger i april.

J07 er en livlig og sosial gjeng som trives godt sammen. Vi har hatt sommeravslutning, klatredag på Tryvann, sett på håndballkamper hos hverandre og juleavslutning med middag og escape room.

Kaisa Sletmoen og Victoria Folly har vært trenere siden høsten 2021, og begge spiller på damelaget til Njård. Oppmenn/kvinner har vært Anders Petter Wik og Amy Myrestrand. Marte Thorsby er økonomi- og dugnadsansvarlig, mens Åshild Vik er hallvaksansvarlig.

Av Kaisa Sletmoen

Monlitten/Njård J2008

Før sesongen slo Njård J08 seg sammen med Monolittens J08. Frafall av spillere i begge grupper, samt ønske om å samle ressurser fra begge klubber for å sikre et godt sportslig tilbud til alle var hovedårsakene til sammenslåingen. Gruppa teller nå 27 spillere.

Jentene har trent tre-fire ganger i uka det siste året. Tre halløkter, hvorav to er i Njårdhallen og en i Skøyenhallen, samt en styrkeøkt i samhallen. Årets treningsplan har fulgt rammeplan for 14-årstrinnet fra NHF, med blant annet flatt forsvarsspill og motspill, offensivt forsvar og motspill samt raske avkast og tempo i ankomst. Vi jobber med å utvikle forsvarsspillet vårt, både flatt og offensivt. I angrep har vi flere forskjellige bevegelser mot forskjellig type forsvar, og vi jobber med å finne en god balanse mellom fast og fritt spill. I tillegg til det kollektive har vi fortsatt å utvikle individuelle ferdigheter i skudd, finter og pådrag, samt ferdigheter i linjespill. Vi har egen keepertrener i teamet som følger opp våre keepere. Treningsoppmøtet er godt, også på skadeforebyggende/styrketrening.

Samarbeidslaget har i høst deltatt med to lag i både seriespill, temaserie og regionscup. Fokus har vært på å beholde spillgruppene fra start med hensikt å blande lagene mer utover sesongen. Vi har lag på nivå 1 og nivå 2, som gir mulighet til flere å få matching på sitt nivå. Til jul havnet nivå 1-laget midt på tabellen, mens nivå 2-laget ble nr. 3 i sin pulje. Selv om det ble rask exit i regionscupen har vi fått god uttelling i temaserien, både resultatmessig men kanskje mest utviklingsmessig.

I september hadde vi vår årlig oppkjøring på Hvaler, en suksess vi gjentok fra 2021. Det har blitt en fin tradisjon for jentene å bli bedre kjent på og utenfor banen, særlig når vi nå har slått sammen to lag. Vi meldte også to lag på Flint Cup i Tønsberg, der vi blandet spillerne. Ett lag til kvart'n i A-sluttspill og ett lag til finalen i B-sluttspill var mer enn godkjent.

Laget trenes og ledes i kamper av et trenerlag bestående av Lina Hansen, Andrea Karoliussen, Per Christian Haaland, Caspar Hjelmeland og Anders Dolve. Ruben Øverby og Merete Gardal bidrar med lagsadministrasjon/dugnad. Flere foreldre bidrar også inn mot gruppa.

Skrevet av Anders Dolve

Njård J2009

Njård J13 består nå av omtrent 20 spillere. Vi har fått noen nye spillere, men dessverre mistet veldig mange i løpet av året. Jentene har trent håndball en til to ganger i uken og i tillegg i høst hatt en fysisktrening.

Jentene deltar med to lag i J13, 1 nivå 1 og 1 nivå 2. Vi deltok i regionscup, temaserie og på flere cuper.

Ragnhild Weel-Sneve, Emma Iden, Stein Bostad, Bent Lundborg, Mats Stadsnes og Asgeir Nilsen bidro rundt laget.

Skrevet av Asgeir Nilsen

Njård J2010

Njård J2010 har vært i overkant av 20 spillere i 2022. Vi var noen flere i vårsesongen, så sluttet noen, men det har også kommet til et par nye. Mange har vært med lenge, og det er en god gruppe med ivrige jenter som alle har tatt store skritt i 2022.

Starten av 2022 ble også preget av nedstenging og lite kampaktivitet, men heldigvis fikk vi en god avslutning på sesongen og deltok både på Kolbotn cup med to lag, og på Storhamar cup med to lag. Storhamar cup var vår første overnattingscup, og det ble en stor suksess med en fin foreldregruppe som tilrettela for aktiviteter og overnatting utenom kampaktiviteten.

Etter sommerferien startet vi opp igjen med Haslum-cup, der vi fikk en brå start med mange kamper. Det var flott stigning til Nordstrand cup et par uker senere, og siden har det gått slag i slag med kamper for to lag. 1 nivå 1 lag og et nivå 2 lag. Noen av jentene hospiterer opp til 2009, mens noen er med både på nivå 1 og nivå 2, slik at vi prøver å gi et godt tilbud til alle, med nok kamptrening for alle. Høstsesongen har vi økt treningsmengden med 30 min, slik at vi nå trener i hall 2,5 t pr uke felles. Mange er også med på Njård+ og noen er også med 2009.

Øktene ledes av Else-Marthe Lybekk og Jon Aase. Førstnevnte er hovedtrener. I tillegg har vi hatt god hjelp av Therese Kilvær Halvorsen, Kristina Andersen (2006) og Nils Petter Johannessen. Sistnevnte har kjørt jentene gjennom Håndballforbundets teknikkmerke. Alle jentene er igjennom bronsemerket, mange har klart sølv, og noen jobber nå med gullmerket. Dette har vært en morsom aktivitet med fokus på teknikk og mestring. På kamper har vi i tillegg hatt med Øystein Røe og Anders Dolve.

Fokuset i øktene er fortsatt på individuell teknikk; pasninger, skudd og finter, samt forsvarsteknikk, men vi har i økende grad begynt å se på systemer, som kryss, overganger og rullespill. Temaserien har vært et morsomt mål, og her ble vi også temavinnere på «overgangsspill mot utgruppet forsvar». Vi spiller mye offensivt forsvar og lykkes godt med å presse motstanderne, selv om det innimellom også blir noen store åpninger.

Høstsesongen har vi jobbet mer med det sosiale og har hatt kveldsmat etter trening siste mandag i måneden. Dette har vært vellykket og foreldrene har byttet på å ordne i stand. Juleavslutningen ble bowling og pizza arrangert av foreldregruppe. Foreldremøter har vært gjennomført på teams to ganger.

Skrevet av Else-Marthe Sørli Lybekk – hovedtrener J2010

Njård J2011

Fra å være ca 35-40 jenter før sommeren er Njård J2011 nå en gruppe jenter med ca 30 jenter. Gjennom høsten og vinteren har det vært ca 20-25 jenter på trening. Treningene på tirsdager er noe mer populære enn fredagstreningene. Det har vært spilt med 3 lag i serien sesongen 2022/2023. 1 lag i 1. og to lag i 2.div. Vi trenere og lagledere ser at det ofte er vanskelig å stille lag og regner med å stille med 2 lag i 2. div neste sesong.

I 2022 har vi trent 2 dager i uken gjennom året, samt spilt serierunder. Vi deltok på Haslum cup i august og har planlagt å dra til Fjordcup i Sandefjord første helgen i juni, som blir første cupen med overnatting for jentene.

Treningene er lagt opp til mye lek og ballkontakt, pasningsøvelser, skuddøvelser mm. En trening starter normalt med felles oppvarming, hvoretter vi ofte deler inn i grupper av mindre størrelse for at det ikke skal bli for mye venting. Vi benytter normalt 2-3 baser i treningsarbeidet og en del faste øvelser som er gjenkjennbare fra gang til gang. Vi har prøvd å ha litt ekstra fokus på forsvarstrening, kroppskontakt, komme i fart og pasninger med ball foran spiller. Gjennom Haslums fadderordning skal vi ha treninger på nyåret med fokus på vingspilleren.

Jentene er en sosial og fin gjeng, med masse humør og vi opplever at de trives på trening og knytter sosiale bånd på tvers av klasser/skoler. I forbindelse med Haslum Cup ble det arrangert kickoff fest. Det ble også arrangert pizzafest for alle i etterkant av serierunde på høsten.

Laget har egen sosialkomite og dugnadsansvarlig.

Laget har vært trent av Trond E. N. Ovesen (tirsdag og fredag), Lise Ekelund (tirsdag) og Elin Skjærven Skandsen (fredag). På tirdagstreningene har vi også 2 andre foreldre som hjelper til. Camilla Moe og Kristin Ringvold.

Før jul har det vært 2 hjelpetrenerne fra Njårds 2006 årgang. Etter jul er det bare en hjelpetrener da den ene har sluttet. Og den andre kan kun hjelpe til på fredager.

Av Trond E. N. Ovesen

Njård J2012

Jenter 2012 er en stor og god gruppe med jenter fra mange forskjellige skoler i nærmiljøet. Selv om noen har falt fra i løpet av året, har vi fått mange nye til og vi ligger stabilt mellom 35 og 40 stykker, med ca 30 på treningene.

Grappa har trent 2 ganger i uka, fra i høst to ukedager (mandag og torsdag) med til sammen 2 timer.

Selv om vi har hatt pandemi-begrensninger i starten av året, har jentene fått trent ganske bra og utviklet seg fint.

Dette er siste sesong med kortbane, og mange begynner å bli klare for større utfordringer. Dette ble ekstra tydelig i høst, da regionen valgte å ikke dele inn i nivåer i denne årsklassen, så vi opplever dessverre i kamp at det blir store forskjeller, både internt i laget, men også mellom lag.

Høstsesongen startet vi med å delta i Haslum cup, siden dette er en kortreist og fin cup. Det er spilt mange kamper i høstsesongen, fordelt på tre lag. Dog ser vi at vi kunne hatt enda flere lag, siden mange av jentene ønsker å spille mer.

Vi har hatt gode treninger, med økende fokus på håndballaktiviteten og mindre fokus på lek. Vi har et særlig fokus på pasninger og har så vidt begynt å prøve oss på teknikkmerket. Vi er også opptatt av at de skal få opp intensiteten gjennom økta, og derfor bruker vi en del mindre grupper og stafetter.

Hovedtrener er fremdeles Else-Marthe Lybekk. Hun har fått solid støtte i trenergjerningen av Jennie Børjesson gjennom våren 2022 og av Live Rønningen og Malene Solvik-Olsen i

høstsesongen. Hjelpetrenerne trengs, siden det er mange jenter og få foreldretrenere på dette kullet. Foreldretrenere skal vi jobbe videre med å få på plass, og det var positivt at det mot slutten av året var en del foreldre som har stilt opp som lagledere.

Vi hadde både sommeravslutning og juleavslutning med lekaktiviteter og det sosiale i fokus.

Vi har også hatt 1-2 foreldrevakter på treningene for å holde orden på jentene og ta vare på alle.

Stein Jacobsen har vært oppmann også dette året, og han har fått noe støtte til å organisere dugnader/hallvakter og annet, men styrer det administrative på en forbilledlig måte.

Av Else-Marthe Sørli Lybekk

Njård J2013

Jenter 2013 er en godt sammensatt gruppe med jenter fra de ulike skolene i nærmiljøet. Ved utgangen av 2022 telte laget 15 spillere. Lagets trenere var i 2022 Andrea Karoliussen (hovedtrener), Emily Næss og Lina Hansen (vår-22), mens Fabio Bedini og Nilske Passmann var lagledere/foreldrekontakter. Ved utgangen av 2022 overtok Bård Sigvathsen stafettspinnen etter Fabio. Per Henning Berg og Hild-Elin Hjelmeland, også fra foreldregruppen, bidro i tillegg med sosiale arrangementer og aktiviteter utover den daglige driften.

Post-covid har spillergruppen i snitt telt mellom 15 og 20 spillere. Noen har sluttet og andre har kommet til underveis, men over tid ser vi at spillergruppen har blitt noe redusert. Med utgangspunkt i et forholdsvis beskjedent antall spillere, anerkjenner trener-teamet viktigheten av å opprettholde bærekraftig rekruttering i tiden fremover.

I 2022 var det en ordinær trening i uken (torsdager) supplert med turnering- og seriespill i helgene. I tillegg har det vært et treningstilbud lørdager de helgene det ikke har vært spilt turneringer. Lørdagstreningene har vært et markant mindre populært tilbud enn torsdagstreningene. En liten gruppe har i løpet av høsten 22 også prøvd seg på Njård+ sammen med de eldre barn. Jentene har gjennom hele 2022 deltatt i intersport 4'er turneringer og fra høsten 22 deltok de også i kortbaneserien. For sistnevnte har laget vært påmeldt med to lagkoder slik at det totalt har blitt 6 serierunder i løpet av høsten. Fordelt på en liten spillergruppe så har det blitt mye kamperfaring på hver spiller. Videre satsing på kortbaneserien og utfasing av intersport 4'er sees som en naturlig videreutvikling i 2023. Alt i alt virker det som om laget vårt har klart seg bra sammenlignet med tilsvarende lag i kortbaneserien.

Trenerteamets fokus har i 2022 i stor grad gjenspeilet jentenes alder med fokus på sentrale pedagogiske tema som tilpassing av øvelser for å stimulere til positive mestringsforventninger, øke barnas mentale utholdenhet og forhåpentligvis på sikt tilrettelegge for at barna utvikler indre motivasjon og driv. Spillerteknisk har det vært mye fokus på finter, skudd og samspill. Laget har hatt en forrykende utvikling gjennom året og det store vinnerpunktet for 2022 er trolig at laget i stor grad har blitt et samspilt lag.

Mot slutten av 2022 ble det organisert en sosial sammenkomst for jentene i forbindelse med håndball EM med festivitas og pizza. Fokus på utvikling av det sosiale miljøet fortsetter inn i 2023.

Av Bård Sigvathsen

Njård J2014

Etter sommeren 2022 ble det opprettet et rent jentelag for 2014-årgangen. I begynnelsen var det få fremmøtte på treningene, da det for årgangen kolliderte med fotballtreninger i den lokale fotballklubben. Etter at treningsdagen ble flyttet til tirsdag og fotballsesongen var på hell, kom det mange jenter på treningene, og ved årsslutt var vi oppe i over 20 aktive medlemmer i spillergruppa. Treningene har foregått i gymsalen på Holmen, senere på Huseby skole, før vi på senhøsten fikk en flott treningsarena i Hovseterhallen med god plass og ordentlig håndballbane! Dette var stas.

Det ble avholdt et digitalt foreldremøte i september, dessverre med lav oppslutning, men foreldredeltakelsen har også blitt markant større utover høsten, og vi har stablet sammen en god gjeng engasjerte medlemmer i foreldregruppen. Kristina Lorvik har fått god opplæring i trenerrollen av Njård-ungjentene Hilde Fosså og Ingrid Sandberg, og førstnevnte blir nå hovedtrener. Flere foreldre har meldt sin interesse for hjelpetrenerrollen, noe som er avgjørende når det møter hele 20 jenter på treningene! Torill Arntsen løser de administrative oppgavene som oppmann.

Laget arrangerte andre runde av Intersport 4'er runden med stor suksess og skikkelig teamarbeid i oktober, og vi har stilt med ett lag i de tre rundene som har vært avholdt på høsten. Kampdagene har vært preget av god stemning, sosialt samvær og masse håndballglede. Vi ser fram mot fortsettelsen!

Skrevet av Torill Arntsen

Njård Damer 3. og 6. divisjon

Etter år med covid kunne vi endelig starte igjen for fullt i februar 2022. Vi har fortsatt to lag, ett i 4. og ett i 6.div. Vi gjennomførte gode kamper, men med en del skader så ble det mangel på spillere som holdt nivået. Heldigvis fikk vi hjelp av både J05 og J06 og vi kom oss i mål med begge lag noe som endte med opprykk til 3.div for 4.div.laget.

For sesongen 22/23 fikk vi en del jenter fra Jardar i tillegg til en del andre nye jenter som ble med og forsterket spillerstallene våre. Dessverre ble vi preget av en del skader som gjorde at nøkkelspillere ble ute for lengre perioder.

3. og 6. div trener fortsatt i sammen og vi har nå 3 treningsdager i uken, mandag, onsdag og torsdag. Fast inngår nå flere av jentene til det som var J05, disse spiller både 3. og 6.div i tillegg har vi hatt besøk av noen J06 spillere. Nytt for høsts sesongen var at vi fikk inn ny assistenttrener for å avlaste Otto. Til tider har det vært 30 stk på trening.

3.div spillerne har vært svært dedikerte når det gjelder treningsoppmøte både på kamper og treninger. Her har 6. div litt å gå på. Det har til tider vært vanskelig å få nok spillere til kamper, spesielt i helgene til tross for at vi er ca 45 spillere totalt.

Lagledelsen består av Otto Th Pedersen, Erik Hallberg og meg (Lise Lilleengen)

Njård Herrer 4.divisjon

Herrelaget avsluttet sesongen 21/22 med en fin 3.plass i 5.divisjon, og ble tildelt plass en divisjon opp sesongen 22/23. Før ny sesong inngikk herrelaget et samarbeid med naboklubben Monolitten, som resulterte i litt bredere stall og flere ressurser. Fasit etter halvspilt sesong er 5.plass av 10 lag, godt etablert midt på tabellen.

Laget trener en gang i uka, i tillegg til kamper. Kjernen i laget består av Njårds 2000-årgang med noen nye tilskudd fra Monolitten, men også utenfra. Sebastian Holberg er hovedansvarlig mens laget ledes i kamp av Roger Røstgård.

Av Sebastian Holberg.

Njård Veteran Gutter 40

Endelig ble det Veteran-NM igjen. I oktober 2022 var det regnfulle Bergen som ønsket herrene i blått velkommen. Etter et knepent tap i åpningskampen mot medaljegrossist Haslum, sto hjemmefavorittene Åsane på motsatt banehalvdel. En jevn kamp endte med ettmålstap og få muligheter for avansement. Resultatene gikk ikke vår vei men det ble et fint plaster på såret med romslig seier mot NTNUI i siste gruppespillkamp.

Om det skyltes ungdommelig mot eller tynt treningsgrunnlag vites ikke, men eventyret var over etter gruppespillet. En mulig skuffelse for et lag som "alltid" tar seg videre til kvartfinalen, og som har sølv som bestenotering. Samtidig havnet vi i en tøff pulje og totalt sett må vi si oss fornøyde med å få lov å delta igjen – det er tross alt det viktigste... Med hederlig innsats på både parkett og bankett er det bare å se fremover mot neste års Veteran-NM, som i 2023 skal avholdes i Stavanger.

Laget ledes fortsatt av evigunge Alexander Faye-Schjøll med Anders Dolve som oppmann. Laget består i hovedsak av tidligere Njård-spillere fra den gyldne 76-årgangen, nåværende Njård-trenere, samt en rekke eldre håndballstorheter som har skjønt at Njård er klubben å spille veteran-håndball for!

Skrevet av Anders Dolve