

ÅRSBERETNING 2023

ÅRSMELDINGER 2023



SUNNDAL IL FOTBALL



Innhold

Innkalling til årsmøte i Sunndal IL Fotball	3
STYRETS ÅRSBERETNING FOR 2023	4
Årsmelding 2023 – HYDRO CUP	7
Årets cup gikk av stabelen 2. juni – 4. juni	7
Årsmelding 2023 - Sunndal herrer 4.divisjon	11
Årsmelding 2023 - Sunndal Kvinner senior, 3. div.....	14
Årsmelding 2023 - Sunndal G 19	16
Årsmelding 2023 - Sunndal G 16	22
Årsmelding 2023 - Sunndal J 14	29
Årsmelding 2023 - Sunndal G 14	31
Årsmelding 2023 - Barnefotball.....	34
Årsmelding 2023 – SIL Xtra.....	40

Til medlemmene

Innkalling til årsmøte i Sunndal IL Fotball

Det innkalles herved til årsmøte i Sunndal IL Fotball i klubblokalet på Sande stadion
den 02. april kl. 18.00.

Til behandling foreligger:

1. Åpning
2. Godkjenning av innkalling og sakliste
3. Valg av møteleder, protokollfører og 2 medlemmer til å undertegne protokollen sammen med møteleder.
4. Årsberetning 2022
5. Årsregnskap 2022
6. Budsjett 2023
7. Fornyng av Fagerhaugan idrettspark
8. Valg
9. Avslutning

For styret i Sunndal IL Fotball

Gunnar Furu

Leder



STYRETS ÅRSBERETNING FOR 2023

STYRET OG AMINISTRASJON 2023:

Styret

Styret har i 2023 hatt følgende sammensetning:

Leder:	Gunnar Furu
Nestleder:	Marianne Romfo
Styremedlem:	Ann Iren Stenhjem
Styremedlem:	Khaled Abdulrazal Altawil
Styremedlem:	Torbjørn Torske
Styremedlem:	Elin Ranheim
Styremedlem:	Lina Engelsrud
Styremedlem:	Georg Harryson Siqueira Pereira

Administrasjon

Daglig leder Jørund Svensli

Styremøter

Det er avholdt 11 styremøter og behandlet 103 saker i perioden.

AKTIVITET

Aktiviteten i 2023 tok seg vesentlig opp fra de to foregående årene under pandemien. Vi har økt antall spillere med ca 30, og har vesentlig flere lag. Medlemsmassen har også økt med ca 10%, til rundt 700 i dag.

Hydro Cup ble en kjempesuksess med 210 påmeldte lag. Mye gode tilbakemeldinger fra våre gjester. Den største utfordringa var at enkelte baner tålte bruken litt dårlig da det var ganske vått underlag. Teamet som organiserer cupen jobbet godt; ledet av Magnhild R. sande og Roger Furu.

«Alle jenter med» gikk inn i året med flere tiltak som ble videreført fra 2022. Alle med stor suksess, og som har gitt inspirasjon til videre arbeid spesifikt inn mot jenter og damer i fotballen. Det nye i 2023 var at den gamle Sunndal Sparebank Cup ble revitalisert. Cupen ble en umiddelbar suksess, men en dag i Hydrohallen og 9 gjetende lag. Denne skal vi videreutvikle og gjennomføre i fortsettelsen også.

Når det gjelder sportslig aktivitet så viser vi til årsmeldingene for de enkelte lagene.

DRIFTEN 2023

Styret og daglig leder sitt arbeid med å få aktiviteten tilbake til nivået før koronaen har lyktes. Det er i dag økende antall aktive spillere i klubben.

Utdanning og rekruttering av trenere, ledere og dommere har det vært satt trykk på gjennom sesongen. Dette har ført til at vi har flere engasjerte og positive personer i nøkkelroller i klubben. Det har også vært gjennomført flere møter med Kvass/Ulvungen med tanke på å etablere et mer formelt samarbeid fra 2024.



I 2023 har Sunndal IL Fotball og Sunndal kommune gjennomført mange møter for å se om det er mulig at Sunndal IL Fotball kan ta over driften av Fagerhaugan idrettspark. Anleggene skal fortsatt eies av Sunndal kommune, mens Sunndal IL Fotball skal utføre arbeidet. Mot slutten av 2023 kom partene til enighet om dette, og avtalen trer i kraft fra mars 2024.

ØKONOMI

2023 ble også et normalt år økonomisk. Hydro Cup har fortsatt stor status med stor påmelding fra lag i Midt-Norge. Hydro Cup er klubbens viktigste inntektskilde, og omsetning og resultat er «all time high».

Klubben har en sunn økonomi, og vi har fått på plass gode rutiner for å følge opp den økonomiske utviklingen gjennom året. Økonomi er et viktig punkt på alle styremøter.

SAMARBEIDSPARTNERE OG FRIVILLIGE

Vi vil få takke alle våre samarbeidspartnere som har støttet oss i sesongen 2022. En særlig takk går til våre sponsorer med de to største Hydro Sunndal og Sunndal Sparebank i spissen.

Klubben har i tillegg et godt samarbeid med Sunndal kommune.

Vi vil også få rette en stor takk til alle våre frivillige som i en vanskelig periode gjør det mulig å drifte en så stor klubb med alle de funksjoner som skal fylles.

EIERSKAP

Sunndal IL Fotball eier 100% av aksjene i Sunndalshallen AS.

STILLING OG RESULTAT

Klubben har i 2023 hatt en omsetning på kr. 6 979 267 med et driftsresultat på kr. -203909.

Årsresultatet viser et underskudd på kr. 274 233.

FORTSATT DRIFT

Styret anser stilling og resultat som tilfredsstillende, med de forutsetninger som styret la til grunn for driften i 2023. Regnskapet er avlagt under forutsetning om fortsatt drift.

Sunndalsøra, 31.12.2023/ 02.04.2024.

Jørund Svensli
Daglig leder

Gunnar Furu
Styreleder

Marianne Romfo
Nestleder

George Harryson Siqueira Pereira
Styremedlem



Ann Iren Stenhjem
Leder arrangement

Lina Engelsrud
Leder barnefotball

Torbjørn Torske
Leder økonomi

Elin Ranheim
Leder ungdomsfotball

Khaled Abdulrazal Altawil
Leder innvadring

Årsmelding 2023 – HYDRO CUP

Årets cup gikk av stabelen 2. juni – 4. juni

207 lag deltok

464 spilte kamper

631 mål scoret

Det ble ei helg med fint cupvær. Kampene ble spilt etter skjema siden været ikke ga oss utfordringer på banekvaliteten.

Konseptet med å bruke Hydrohallen til kiosk og arrangement ble videreført. Her var det intervju, forskjellige aktiviteter, premieutdeling, diskotek og kiosk.

Nytt av året var at vi hadde frokost og kveldsmat i kantina på Ungdomsskolen. Det vil videreføres med en del tiltak for å få det til å bli en bedre opplevelse for de som hadde vakter der.

Team Hydro Cup har bestått av Roger Furu, Jørund Svensli og Magnhild Ramsli Sande.

Hydro Cup takker alle som bidro til at cupen kunne gjennomføres. Uten dere hadde det ikke blitt cup.

Hydro Cup 2024 går av stabelen 31. mai – 2. juni.







Årsmelding «Alle jenter med»

Styret fortsetter i 2023:

Leder: Therese Vullum Ingebrigtsen
Nestleder: Ragnhild Rønningen
Økonomi: Malin Torske
Sosiale media: Marte Brun

Leder av teamet er også blitt engasjert av klubben i Team Sport.

Det ble i januar 23' arrangert en inspirasjonshelg i regi Sunndal Fotball hvor det var både trenerkurs, FLK1 og dommerkurs. Det var 3 jenter/damer med på dommerkurset, som er bra, men vi ønsker oss flere som praktiserer.

Det var 10 damer som fullførte "Fotballederkurs" 1.

Det var dessverre ingen damer med på trenerkurset under inspirasjonshelgen så det ble senere på våren arrangert "grasrottrenerkurs" for bare damer. Det var arrangert i et samarbeid med Sunndal Fotball og Nordmøre og Romsdal fotballkrets. Det var 6 stykker som fullførte. Det mest gledelige etter dette er at ei av deltakerne har nå signert som hovedtrener for J10 i sesongen 2024 og ei har vært med i trenerteamet på J8/9 i sesongen 2023 (uvisst hva som skjer videre i 24').

August 23' ble det igjen arrangert fotballskole «Fotballfestival for jenter» for å øke rekrutteringen blant jentene sammen med rekrutteringskveldene. Det var 100 jenter som deltok i år, litt mindre enn i fjor, men naturlige årsaker da det var litt færre jenter blant de eldre som deltok som utøvere. Det gledelige der var at flere av de som var med som instruktører i 2022 var også med i år, de hadde hatt så positiv opplevelse med å være med i fjor. Fikk også med oss de som tok trenerkurset i vår som instruktører. Jarl Torske sto for det fotballfaglige, mens det var bare jenter/damer ute på banen for gjennomføring av selve fotballskolen og det var kun jenter/damer i apparatet rundt. Vi var veldig heldige og fikk med oss Lena Tyriberget, fra Norges Fotballforbund, som instruktør. Alle deltakere fikk hver sin like drakt og ryggsekk med logo fra «alle jenter med» sine hovedsponsorer Sunndal Sparebank og Hydro Sunndal AS i tillegg til prosjektets logo.

Vi tok lærdom fra første året og hadde flere hender på matservering og de fleste av teammedlemmene var med på det organisatoriske og ikke som instruktører.

Rekrutteringskvelden ble kjørt sammen med Team Barnefotball, instruktører fra både gutte- og jentefotballen. Vellykket kveld med ca. 35 deltakere, der ca 1/3 var jenter. Alle foresatte fikk også



utdelt informasjonsskriv om hva det innebærer å være med i Sunndal Fotball. Ser av erfaring nå at det bør igang tidligere med rekrutteringskveld, mange jenter har allerede bestemt seg for andre aktiviteter før vi har fått kjørt rekrutteringskveld.

3 av teammedlemmene fullførte i oktober "fotballlederkurs" 3 under samlingshelg i Kristiansund.

10. november gjennomsto "Sunndal Sparebank Cup". Det var 9 lag fra nordmøre og romsdal fotballkrets som deltok, hvor KBK gikk seirende ut etter finalekamp mot Træff. Det var et meget vellykket arrangement med masse fin fotball og fine opplevelser. Det var ei veldig fin ramme rundt cupen hvor klubben gjorde en veldig god jobb med å få deltakere inn til cupen og planlegge kampoppsettet. Sunndal Sparebank stilte med masse fin reklame, og bistand på lys og lyd og vi hadde speaker under hele arrangementet for å sette stemninga. Unge dommere fra klubben fikk prøvd seg og gjorde en fin figur. Det ble arrangert lunch for alle deltakere, støtteapparat og dommer i klubbhuset. Vi fikk lånt garderobene i sportshallen, og der kunne også spillerne oppholde seg i hallen mellom kampene. Det var kiosksalg med frivillige fra både teamet og foreldre til klubbmedlemmer. Til neste år bør vi tenke på å arrangere cupen et par ukere senere for å være sikre på at alle lag er ferdige med cupspill og evt seriespill. Vi ønsker også å få med lag fra Sunnmøre, kanskje få til 16 lag og i tillegg øke til 2-dagerscup.

Vedtaket fra 2022 vedrørende 250 kr pr spiller er opprettholdt og har blitt brukt til mange fine sosiale tiltak for jentene og damene i klubben. Vi ser at flere føler tilhørighet og står lengre i klubben. Og selv om de kanskje er ute med skade en periode så vil de tilbake og inn på laget igjen

Pr. 29.11.23 er det nå ca 130 jenter i klubben og det er opprettholdt jentelag på alle aldersklasser. Vi ser at det er litt få jenter blandt de yngste kullene så der må vi gjøre tiltak før det er for sent. Så da må jobben fortsette med enda mer rekruttering og flere tiltak for å holde jentene aktive i klubben. Vi har opprettholdt teamet med 8 medlemmer, hvor det er varierende deltagelse. Bør vel kanskje få inn noen som vil være mer aktive.

Vi gleder oss til ny sesong og ser fram til enda en "Fotballfestival for jenter" og en enda større "Sunndal Sparebank Cup" i 2024.

Årsmelding 2023 - Sunndal herrer 4.divisjon

Oppkjøringa gjennom vintersesongen ble utfordrende med mye dårlige forhold på kunstgressbanen, og variabelt treningsoppmøte. Det ble derfor spilt få treningskamper, og som en konsekvens av dette ble det tap i første kvalik-runde til NM, borte mot Dahle.

I serien startet det bra, log hele vårsesongen fungerte laget bra i kamp, selv om det fortsatt var veldig variabelt treningsoppmøte, noe som førte til at det var vanskelig å sette en fast tropp og et lag som ble samspilt. Vårsesongen endte likevel med sju seire, to uavgjorte og to tap, og ei plassering nesten helt på topp på tabellen.

I løpet av sommeren reiste 5-6 spillere bort på skole og jobb, noe som gjorde at utfordringene fra vårsesongen forsterket seg enda mer i negativ retning. Trenerteamet og klubben jobbet hardt for å holde troppen samlet, og i det hele tatt klare å stille lag gjennom høsten. Heldigvis hadde vi mange juniorspillere å ta av, noe som førte til ustabile og tidvis dårlige kamper, men det ble gjennomført. Høsten endte med tre seire, en uavgjort og sju tap. Dette førte til at laget endte som nr sju av 12 i 4. divisjon, noe som må sies å ikke være godt nok, men som kom som en naturlig konsekvens av mye uro i og rundt laget ift spillerlogistikk og mangel på gode holdninger.

Sunndal A- lag 2023



Tabellen

	Lag	S	P
1	Træff 2	22	47
2	Surnadal	22	46
3	Tomrefjord	22	45
4	Dahle	22	40
5	Eide og Omegn FK	22	39
6	Åndalsnes	22	36
7	Sunndal	22	33
8	Elnesvågen	22	30
9	Midsund	22	27
10	Vestnes Varfjell	22	15
11	Malmefjorden	22	12
12	Hjelset-Kleive	22	7

Spillerstatistikk - seriekamper

Navn	Kamper	Mål	Gule kort	Røde kort
Eivind Lervik	22	8	3	0
Neydson Da Silva	22	0	1	0
Kevin Ladegård Dyrhaug	21	1	2	0
Elias Romfo-Henriksen	20	0	3	0
Petter Blekken Melkild	18	3	2	1
Ivan Iyanga Ndjoli	18	2	1	0
Simen Svanberg Larsen	18	1	3	0
Oskar Vatten Sandvik	17	4	4	0
Erik Ruud Ramsli	17	2	2	0
Tor Erik Torske	15	3	0	0
Simon Kvande Kirkevåg	15	0	0	0
Eskil Lie	14	7	1	0
Sivert Børset	14	0	0	0
Viktor Haarberg	13	0	3	0
Oliver Lie	11	5	0	0
Benjamin Haugan Saur	11	0	0	0
Birger Brevik	10	0	0	0
Watchara Lang Valset	9	1	2	0
Ask Eirik Karlsen Ottem	9	0	0	0
Lukas Bauge Kirkevåg	8	0	0	0
Ask Hage Ødegård	7	0	0	0
Michael Tesfeom Ghirmay	6	0	0	0
Christian Danielsen	5	0	1	0
Lukas Bjorli	4	0	1	0

Navn	Kamper	Mål	Gule kort	Røde kort
Askil Melkild Røen	4	0	0	0
Even Henok Tekle	4	0	0	0
Sander Resell Grimelid	3	0	0	0
Torgrim Dahl Blekken	3	0	0	0
Abduleziz Abdulhemit	2	0	0	0
Hudson Hammerbekk Lewis	2	0	0	0
Tero Alexandre Hagen	1	0	0	0
Grunde Hyldbakk Hanssen	1	0	0	0

Årsmelding 2023 - Sunndal Kvinner senior, 3. div.

Generelt / Oppsummering:

Dette har vært en sesong preget av alvorlige kneskader og sykdom.

Startet sesongen (januar) med en tropp på 19 spillere.

To av de yngste mistet store deler av sesongen pga sykdom.

Etter seriestart mistet vi tidlig 3 stk med kneskader og den fjerde noen uker etter.

2 stk reiste bort på skole etter vårsesongen.

Fikk etter hvert tatt opp 3 fra J-17.

Sportslig sett vil jeg si vi har hatt en fin utvikling, tatt i betraktning alle skader og sykdom i toppen.

Endte sesongen på en fjerdeplass, der vi var på høyde med de fleste lag resultatmessig.

Avsluttet sesongen med 12-13 spillere.

Spillere med antall spilte seriekamper i 2023

Ine Andrea Otnes	13
Ingrid Haugen	13
Hannah Semundseth Innerdal	13
Mia Tronsgård Olsen	13
Marte Engdahl	12
Lena Nikolaisen Hafskjær	12
Ane Solheim Johnsen	12
Pernille Hermo Reiten	12
Åse Aasen	12
Anja Myklebust	11
Tone Ruud Husby	7
Hedda Stenhjem Nygård	7
Thale Meisingset	7
Sigrid Hoston Aasen	7
Stine Wirum	7
Hanna Michaela Pedersen	6
Erika Bollingmo Anshus	5
Kristin Høydal Furu	5
Malin Wennevold Sivertsen	4
Mia Holthe Overland	4
Marte Brun	3
Tiril Ranheim Sæther	2
Guro Brevik	2
Sara Bjorli	1
Mira Røe Loe	1
Marit Ingeborg Ansnes	1

Spillere som fikk utmerkelser i form av pokal på årsfesten:

- Årets spiller: Ingrid Haugen
- Årets unge spiller: Mia Tronsgård Olsen
- Årets toppscorer: Ane Solheim Johnsen

Lagleder / Trenere

Kjersti Innvik Engdahl/ Geir Ove Sæther/ Willy Nikolaisen



Årsmelding 2023 - Sunndal G 19

I sesongen 2023 var målet en topp 3 plassering i divisjonen, samt fortsette å utvikle spillere til herrelaget. Målet ble nådd da, det ble spillere som debuterte og tatt opp i a-stallen.

Vi ble enige, da målet for sesongen ble satt at det krevdes enda mer trening enn det vi gjorde i fjor. Vi trente 3 ganger i uka, men ganske jevnt oppmøte rundt 12-16 spillere på trening. Det gjenspeilte seg da vi startet med 4 seire på 5 kamper.

NC er vi storforntøyd med, tapte kun to kamper, en på straffekonk i 8dels og en kamp mot det laget som tok sølv i cupen. Gutta viste god lagånd og jobbet godt for hverandre.

Vi spilte totalt 12 kamper i serien, 7 seire, 2 uavgjort og 3 tap, det holdt til en 2.plass, 5 poeng bak Træff. Det ble 8.delsfinale i NC.

Vi er godt fornøyd med sesongen alt i alt, 3 kamper som var under pari, ellers har det vært ganske greit. Gutta har vist godt samhold og har stort sett hatt godt oppmøte på trening.



TABELL 2023

Plass	Lag	Kamper	Total					Poeng
			V	U	T	Mål	Diff	
1	Træff	12	9	1	2	38 - 19	19	28
2	Sunndal	12	7	2	3	30 - 22	8	23
3	Åndalsnes/Langfjorden/Måndalen	12	6	3	3	36 - 26	10	21
4	Surnadal	12	7	0	5	37 - 28	9	21
5	Molde 1	12	4	2	6	33 - 43	-10	14
6	Clausenengen/Kristiansund	12	3	2	7	23 - 24	-1	11
7	Dahle/Nordlandet	12	0	2	10	16 - 51	-35	2
0 *	Frei	0	0	0	0	0 - 0	0	0
0 *	Molde 2	0	0	0	0	0 - 0	0	0

SPILLERSTATISTIKK 2023 MED MÅL, GULE KORT OG RØDE KORT

Navn	Kamper	Mål	Gule kort	Røde kort
Ivan Iyanga Ndjoli	11	8	1	0
Ask Hage Ødegård	12	6	1	0
Torgrim Dahl Blekken	13	4	2	0
Elias Loe Gjerde	12	3	2	0
Hudson Hammerbekk Lewis	10	3	1	0
Simon Kvande Kirkevåg	12	2	0	0
Askil Melkild Røen	6	2	1	0
Olav Halle Vassli	13	1	2	0
Ask Eirik Karlsen Ottem	12	1	2	0
David Lien Storrøsten	9	1	0	1
Vebjørn Meisingset	6	1	3	0
Lukas Bjorli	13	0	1	0
Michael Tesfeom Ghirmay	13	0	1	0
Natnael Teweldebrhan Bahram	12	0	1	0
Vichet Wachirathitaw	11	0	0	0
Eirik Engdahl	10	0	1	0
Marius Ranheim Sæther	7	0	0	0
Benjamin Haugan Saur	7	0	0	0
Watchara Lang Valset	5	0	3	0
Syver Sponås	5	0	1	0
Bogdan Bogavac	5	0	0	0
Even Henok Tekle	4	0	2	0
Elias Tangen Wennevold	4	0	0	0
Kjell Ole Lundquist Aune	4	0	0	0
Alik Ezgihish Okubamichael	4	0	0	0
Sivert Børset	2	0	0	0
Tuan An Ngo	1	0	0	0

Utmerkelser:

Toppscorer – Ivan Ndjoli 8 mål

Årets spiller – Torgrim Dahl Blekken

Trenerteam:

Hovedtrener – Emil Melkild Loe

Assistenttrener – Harald Ottem

Assistenttrener – Øyvind Romundstad

Lagleder – Magnhild Ramsli Sande

Årsmelding 2023 - Sunndal J 17

Oppsummering av sesongen:

Sunndal jenter 17 har hatt en god sesong i 2023 med seier i Hydro Cup som høydepunktet. Fin utvikling i gruppa både med hensyn til å fungere som et lag og individuelle ferdigheter. 3-4 treninger på 1,5 time gjennom hele sesongen, med godt oppmøte. Laget har bestått av 11 stk. fra årskullet 2008, 1 stk. fra 2007 og 4 stk 2006. De eldste ble hentet opp på damelaget i høst, men vi fikk låne med oss noen av de på kamper og i tillegg brukte vi noen fra J14, de fungerte veldig fint i gruppa.



Første seriekamp ble spilt 24 april, og siste kamp 22 oktober, jentene holdt trøkket oppe i en lang sesong selv om det gikk litt tungt i seriespillet. Totalt ble det 11 poeng på 15 kamper. Det var tøff motstand da jente spilte i førstedivisjon for jenter 17. Spillemessig var jentene på høyde i flere av kampene som endte med tap.

Bedre gikk det i Cup, Jentene deltok i løpet av sommeren på både Hydro-Cup og Norway Cup. I Hydro-Cup ble det seier i J15, finalen ble spilt på Sande Stadion med mye publikum og høy stemning. Dette må sies å være sesongens høydepunkt. Også i Norway-Cup hadde laget en fin prestasjon med A-sluttspill, i tillegg til det sportslige var Norway Cup en opplevelse for jentene, med mange fine minner også utenfor fotballbanen. Det var fokus på det sosiale, noe jentene tok mye ansvar for selv. Topp stemning hele uka :-)



Jubel: Her kan pokalen endelig heves av kapteinen og jentene i 15-årsklassen, som gikk hele veien til topps i årets Hydro Cup.
Foto: Anders Tøsse



Det ble gjennomført flere sosiale samlinger for jentene i løpet av sesongen. Norway cup gjengen ble overasket med skytetrening i regi Sunndal pistolklubb, og pizza på restaurant. Og etter sesongslutt hadde jentene avslutning med bowling og pizza i Molde.



Sunndal jenter 17 har vært et godt eksempel på klubbens visjon om trygt og godt miljø, sunt engasjement og god treningskultur. Laget har også bidratt til å styrke jentesatsingen i Sunndal fotball, som er et viktig mål for klubben. Sunndal jenter 17 har dermed hatt en vellykket sesong, og kan være stolte av seg selv og hverandre.

Trenere / Lagledere

Trener: Tore Gravanen og Jonny Lunde

Lagleder: Marita K. Gundersen (takker for meg etter denne sesongen)

Spillere 2023:

1	Shahed	Altawel
2	Linnea	Kroknes Rød
3	Lise	Hamstad
4	Asta	Thorsov Simonhjell
5	Andrea	Jacobsen Gravanoes
6	Mathilde	Bævre
7	Mia	Slaatmo Mikkelsen
8	Julie	Kjørnes Gundersen
9	Gabriella	Mae Magloyuan
10	Silje	Vedal Bredesen
11	Isra	Shaker
12	Leah	Lunde
13	Emira	Husby
14	Kristin	Furu
15	Mira	Loe
16	Mia	Overland
17	Mathilde	Olsen

Seriespill J17 2023

 Sunndal J17-1				
Kamper		Tabell		Kontakt
Lagnavn		K	MF	P
1	Molde 1	15	70	39
2	Clausenengen/ Kristiansund 1	15	15	32
3	Bryn/Bud/Elnesvågen/ Malmefjorden 1	15	16	29
4	Frei	15	-15	15
5	Sunndal	15	-38	11
6	Åndalsnes/Langfjorden	15	-48	3

Årsmelding 2023 - Sunndal G 16



Oppsummering av sesongen:

Denne sesongen var det litt inn og ut med hjelpetrenerne:

Hovedtrener, Erik Mo Lervik

Hjelpetrener fra sesongstart : Pål Ellevset

Hjelpetrener etterhvert når Pål ikke fikk til å være med lengre: Torgeir Megård Sæter

Lagledere : Foreldregruppa fordelte ansvaret

Sesongen 2023, oppsummering til laget fra Erik 07/11-2023

Da var sesongen over, så vi får ta en liten evaluering.

Det aller viktigste først: 16 G16-spillere i stallen når vi drar på Slatlemcup forrige vinter. Alle de 16 spiller fortsatt fotball, selv om det har vært litt til og fra med noen. I tillegg har vi fått økt stallen med Patrick, Håkon begynte igjen og var med å bidro ei stund og Ivan ble med på Lerøycup nå på slutten av sesongen. Det må kalles en suksess.

Vi drar iveri med 2 pokaler for 3. plass i Slatlemcup, en skikkelig pangstart. Ellers var det varierende resultater i turneringene i år, A-sluttspill på Norway Cup er ikke dårlig, HydroCup gikk litt dårligere og Lerøycup var litt bob-bob i prestasjoner og resultater. Noe bra og noe dårlig.

Vi fikk en litt tung start på sesongen, 11er-fotball får dere ikke til å sitte ut av startblokka. Men gradvis tar vi riktige steg i riktig retning og etter 0-9 mot Hødd (NM-kvallik), 1-5 mot CFK/KFK og 1-3 mot Surnadal får vi på plass nok forståelse, forsvarsspill og posisjonering til at tapene slutter.

Derfra spiller vi 11 kamper på rad uten tap! Det ender med at vi blir seriemestere i 1. divisjon avdeling 2, selv om vi har ett par arbeidsuhell på slutten av sesongen hvor dere går tilbake til gamle synder med manglende struktur.

At dere får betalt for den jobben dere har lagt ned i år er fryktelig fortjent! Vi har hatt lite fridager og

ferie og mange har gjort en ekstrainsats utenom lagets treningstider i tillegg. Det heter seg at viljen til å vinne, den har alle. Det er viljen til å gjøre den jobben du må gjøre i forkant for å vinne som er avgjørende. Fortsett med det, både innen fotball og ellers i livet, så går det i alle fall bedre enn om dere ikke gidder.

Takk for i år, Heia Sunndal!

Spillere

18 spiller ved sesongslutt. Se under for mer info.

Navn	Fødselsår	Kommentar
Abdullah Azden	2007	2007
Abdulrahman Azden	2008	2008
An Ngo	2007	2007
Anwar Duha	2008	2008
Benjamin Haugan Saur	2007	Trent fast med A-laget
Even Henok Tekle	2007	2007
John Ndjoli	2008	2008
Lukas Kirkevåg	2007	Hospitert KBK og trent fast med A-laget utover sesongen
Markus Thorbjørnsen	2008	2008
Nebi Ghirmay	2007	2007
Oleksandr Abbud	2007	2007
Patrick Halle Hoset	2007	2007
Sigve Schaaning	2008	Trent med G14 pga. Sosiale årsaker
Simon Langseth	2008	2008
Sivert Børset	2007	Hospitert KBK og trent fast med A-laget utover sesongen
Sondre Bævre	2007	2007
Tero Hagen	2008	2008
Tiril Ranheim Sæther	2008	2008

Seriespill

Ett lag påmeldt seriespill,
G16-1 div 11-ver

Vi mangler en scoring i siste vår-kamp mot Averøykameratene for å komme i 1. divisjon avdeling 1 på høstsesongen, og havner derfor i avdeling 2, som vi vinner.



G16 1.divisjon avd 1 vår 2023 - Tabell

Nordmøre og Romsdal

Terminliste	Tabell	Statistikk
-------------	--------	------------

Plass	Lag	Kamper	Hjemme				Borte				Total					Poeng
			V	U	T	Mål	V	U	T	Mål	V	U	T	Mål	Diff	
1	Clausengen/Kristiansund 1	5	1	0	1	7 - 2	2	1	0	11 - 5	3	1	1	18 - 7	11	10
2	Surnadal	5	2	1	0	8 - 2	1	0	1	4 - 5	3	1	1	12 - 7	5	10
3	Averøykameratene 1	5	1	1	1	6 - 3	1	1	0	2 - 1	2	2	1	8 - 4	4	8
4	Sunndal	5	1	1	1	6 - 6	1	0	1	7 - 4	2	1	2	13 - 10	3	7
5	Træff 1	5	1	0	1	5 - 8	1	0	2	3 - 12	2	0	3	8 - 20	-12	6
6	Rival	5	0	0	2	4 - 7	0	1	2	1 - 9	0	1	4	5 - 16	-11	1

G16 1.divisjon avd 2 høst 2023 - Tabell

Nordmøre og Romsdal

Terminliste	Tabell	Statistikk
-------------	--------	------------

Plass	Lag	Kamper	Hjemme				Borte				Total					Poeng
			V	U	T	Mål	V	U	T	Mål	V	U	T	Mål	Diff	
1	Sunndal	12	5	1	0	26 - 9	3	1	2	11 - 17	8	2	2	37 - 26	11	26
2	Træff 1	12	5	0	1	27 - 16	3	1	2	16 - 17	8	1	3	43 - 33	10	25
3	Åndalsnes 1	12	5	0	1	26 - 11	1	0	5	11 - 23	6	0	6	37 - 34	3	18
4	Gossen	12	3	0	3	13 - 8	3	0	3	11 - 13	6	0	6	24 - 21	3	18
5	Rival	12	3	0	3	14 - 15	2	1	3	9 - 11	5	1	6	23 - 26	-3	16
6	Dahle/Nordlandet 1	12	2	2	2	14 - 11	2	0	4	20 - 32	4	2	6	34 - 43	-9	14
7	Eide og Omegn FK	12	2	0	4	12 - 11	0	0	6	3 - 19	2	0	10	15 - 30	-15	6

Cupdeltagelse

Hydro cup Mai 2023

Sosialt og praktisk veldig vellykket. Sportslig underprestering.

B

		K	V	U	T	Mål +/-	P	L5
1	 Vestbyen_Nationalkameratene 2	4	3	1	0	10 - 1	10	W W W
2	 Træff G16-1	4	2	0	2	4 - 4	6	L L W W
3	 Sunndal IL	4	1	1	2	5 - 6	4	W L L
4	 Molde FK G16-2	4	1	1	2	4 - 6	4	L W L
5	 Sunndal IL G 16 - 1	4	1	1	2	3 - 9	4	L W L

Kriterier for tabell Kalkulering ved poenglikhet

5 matches

Velg layout:



Fri	 Træff G16-1	0
2.Jun	 Sunndal IL	2
18:00		
Sat	 Sunndal IL	1
3.Jun	 Molde FK G16-2	3
09:55		
Sat	 Sunndal IL	1
3.Jun	 Sunndal IL G 16 - 1	2
15:25		
Sat	 Vestbyen_Nationalkameratene 2	1
3.Jun	 Sunndal IL	1
18:10		
Sun		Plass 5-6
4.Jun	 Skodje IL	4
11:00	 Sunndal IL	2

Norway cup Juli/August 2023

Videre til A-sluttspill, utslått i 1/64-finale.
Sosialt og praktisk veldig
vellykket.

GROUP 21	V	U	T	+/-	P
Ullern IF 1	3	0	0	33 - 0	(+33) 9
Sunndal IL Fotball	2	0	1	11 - 9	(+2) 6
Jerv, FK	1	0	2	7 - 9	(-2) 3
Askim Fotball 2	0	0	3	0 - 33	(-33) 0

STIGE FOR PLAYOFF A

1/64 FINAL

Sunndal IL Fotball

Barkkvelaget SK 1

Hegra IL

Hegra IL

Visa hele stegen

Kampoppsett:

Vis lagets tidslinje

iCal

Excel

30 JULI SØNDAG

Sunndal IL Fotball

Jerv, FK

✓ 14:30

5 - 2

Boys 16 - born 2007 - 11 aside

Group play - Group 21

04 RU11

31 JULI MANDAG

Ullern IF 1

Sunndal IL Fotball

✓ 10:00

7 - 0

Boys 16 - born 2007 - 11 aside

Group play - Group 21

37 EK11

1 AUGUST TIRSDAG

Askim Fotball 2

Sunndal IL Fotball

✓ 15:30

0 - 6

Boys 16 - born 2007 - 11 aside

Group play - Group 21

04 AB11

2 AUGUST ONSDAG

Sunndal IL Fotball

Hegra IL

✓ 08:00

0 - 2

Boys 16 - born 2007 - 11 aside

Playoff A - 1/64 Final

01 AB11



Lerøy oktober 2023

7'er G16, Vi deltok med to lag,
2 jevne lag med 2007/2008 modeller
Ett lag til kvartfinale, det andre laget utslått i gruppespill

PULJE C	V	U	T	+/-	P
Nidelv IL 2	3	0	0	9 - 3	(+6) 9
Orkanger IF 1	2	0	1	12 - 4	(+8) 6
Sunndal IL Fotball 1	0	1	2	4 - 10	(-6) 1
Byåsen IL 3	0	1	2	4 - 12	(-8) 1

Kamppoppsett:

Vis lagets tidslinje

iCal

Excel

28 OKTOBER
LØRDAG

Nidelv IL 2
Sunndal IL Fotball 1

✓ 14:00
3 - 1

Gutter 16 (født 2007)
7A

Gruppett - Pulje C

Sunndal IL Fotball 1
Byåsen IL 3

✓ 14:50
2 - 2

Gutter 16 (født 2007)
7B

Gruppett - Pulje C

Sunndal IL Fotball 1
Orkanger IF 1

✓ 15:40
1 - 5

Gutter 16 (født 2007)
7A

Gruppett - Pulje C

PULJE D	V	U	T	+/-	P
Sunndal IL Fotball 2	2	1	0	8 - 6 (+2)	7
Leik, IL Leik/Trønder-Lyn	2	0	1	10 - 5 (+5)	6
Sverresborg Fotball	0	2	1	6 - 7 (-1)	2
Orkanger IF 2	0	1	2	2 - 8 (-6)	1

STIGE FOR SLUTTSPILL A

1/4 FINAL

 Sunndal IL Fotball 2

 Byåsen IL 1

 Orkanger IF 1

 Byåsen IL 1

[Visa hela stegen](#)

Kampoppsett:

[Vis lagets tidslinje](#)

[iCal](#)

[Excel](#)

28 OKTOBER
LØRDAG

Orkanger IF 2 Sunndal IL Fotball 2	✓ 09:25 1 - 2
Gutter 16 (født 2007) 7D	Grupperpill - Pulje D

Sunndal IL Fotball 2 Leik, IL Leik/Trønder-Lyn	✓ 10:15 3 - 2
Gutter 16 (født 2007) 7C	Grupperpill - Pulje D

Sunndal IL Fotball 2 Sverresborg Fotball	✓ 11:05 3 - 3
Gutter 16 (født 2007) 7D	Grupperpill - Pulje D

Sunndal IL Fotball 2 Byåsen IL 1	✓ 16:55 1 - 4
Gutter 16 (født 2007) 7B	Sluttspill A - 1/4 Final

G16-2023

Vi kunne sikkert ha slått bedre fra oss med ett toppet-lag, men da ville det blitt helt krise for det andre laget med startop hele tiden.

Sunndalsøra 2024

Erik Mo Lervik

Årsmelding 2023 - Sunndal J 14



Jenter 14 har bestått av 18-21 jenter gjennom sesongen (3 nye spillere begynte utover sesongen). Det er en fin og sammensveiset spillergruppe, hvor utviklingen gjennom sesongen har vært god. Laget har også en dedikert foreldregruppe som aktivt stiller opp.

Vi ønsker at jentene vil fortsette med fotball i mange år fremover, og vi har derfor hatt fokus på trivsel, trygghet, forutsigbarhet og samhold. I forbindelse med spiller- og foreldremøte deltok også helsesykepleierne Thea Sandbuk og Ann Christel Jenstad Innerdal, hvor det var fokus på selvfølelse, selvtillit, trivsel, mestring og det å bygge et lag. Et godt grunnlag for videre utvikling både enkeltvis og som lag.

Laget har hatt to-tre treninger i uken. Det har vært en god sportslig utvikling. Spillerne har utviklet seg periodevis, de har hatt fremgang på en touch og fått opp blikket.

Flere av jentene spiller også håndball. Vi har samarbeidet godt med Sunndal Håndball for å legge til rette for at jentene kan være med på begge deler.

I regi av klubben ble det arrangert treningskveld for trenere/lagledere/spillere sammen med fysioterapeut med fokus på skadeforebygging basert på Skadefri-appen utviklet av NIF. Laget har benyttet dette aktivt i sine oppvarminger og på treninger i løpet av sesongen.

For sesongen 2023, vedtok Møre og Romsdal Fotballkrets at det skal være J14 og J17 i ungdomsklassen for jenter. Flertallet av jentene på Sunndal Fotball J14 var 13 år denne sesongen. Vi stilte ett 9er-lag.

I kretsen var det to avdelinger for 9er. Det ble spilt innledende kamper, dobbel serie, til og med august. De tre beste lagene i hver avdeling gikk inn i 1. divisjon.

Sunndal Fotball J14 endte på andreplass i avdeling 1:

	Lagnavn	K	MF	P
1	Eide/Malmefjorden	10	8	19
2	Sunndal	10	6	18



3	Dahle/Nordlandet	10	9	14
4	Kvass/Ulvungen/Tingvoll	10	-6	12
5	Frei/Batnfjord	10	-7	12
6	Surnadal	10	-10	9

Og kvalifiserte seg til 1. divisjon, hvor vi endte på fjerdeplass:

	Lagnavn	K	MF	P
1	Molde	5	27	15
2	Træff/Ekko Aureosen/Hjelset-Kleive	5	8	10
3	Dahle/Nordlandet	5	-1	7
4	Sunndal	5	-1	6
5	Eide/Malmefjorden	5	-8	6
6	Midsund	5	-25	0

Følgende spillere har spilt kamper for J14 i 2023: Ane Slaatmo Mikkelsen, Emilie Dyrli Sverdrup Molton, Emilie Langseth Gregersen, Emma Gravem, Gina Osen Ulvund, Helle Osen Ulvund, Ingeborg Solbakk Aarflot, Ingrid Utne, Iselin Tangen, Julie Bakken, Lea Halle Vassli, Liana Hagen, Mia Innvik, Mina Volden, Nora Gikling, Nora Warmøy Røkkum, Rebekka Bjerkseter, Siril Aaram Schaanning, Vilde Wirum Solli

J14 har deltatt på følgende cuper gjennom sesongen:

- KUSU – cup: Cup organisert av Kvass/Ulvungen og Sunndal Fotball, hvor også Surnadal og Oppdal deltok
- Hydro Cup
- Skandia Cup
- Vennecup med Kvass/Ulvungen som avslutning på sesongen

Trenere: Sigbjørn Utne/Rune Volden (hovedtrener), Marit Aaram Schanning, Terje Røkkum og Birger Bakken

Lagleder: Ildri Solbakk

Årsmelding 2023 - Sunndal G 14

32 spillere, født i 2009 og 2010, møtte til ny sesong da vi startet 14.november 2022.

Hovedtrener var Ståle Rønningen, godt hjulpet av Ola Furu, Tor Erik Torske og Petter Melkild.
Hovedlaglederoppgaven tok Merethe Kjørsvik seg av, godt hjulpet av Siril Hollingen, Hege Mørk Hansen og Roger Hamstad.

Til seriestart, ble det påmeldt ett 11'erlag i 1.div og ett 9'erlag i 2.div. .

11'erlaget endte på 4.plass etter en bra vårsesong.

(5 seire, 2 uavgjort og 3 tap)

De spilte høstsesongen i kampen om avdelingsmesterskapet, der de endte på 3.plass.

(3 seire, 3 uavgjort og 1 tap)

9'erlaget endte på 7.plass på tabellen, etter en sterk høstsesong der det ble 4 seire, en uavgjort og 4 tap.



Lagene deltok på følgende cuper:

- Hydro cup, der Sunndal 1 måtte se seg slått av Orkla 2 (0-2) i finalen.
Sunndal 2 endte som nr 12/15
- Skandia cup: 26 lag deltok i turneringen, der Sunndal 1 røyk ut etter straffekonk i kvartfinalen mot Byåsen.
Sunndal 2 endte sist i sin gruppe.
- Lerøy cup rundet av sesongen, der vi deltok med tre jevne lag.
Sunndal 1 ender som nr 3 i gruppen sin.
Sunndal 2 tok seg til semifinale, der de ble 2-0- tap mot Midsund.
Sunndal 3 spilte seg til kvartfinale, der ble Frøya for sterke og det ble tap 5-2.

Følgende spillere har deltatt gjennom sesongen:

Jonas Bugge Sandnes – kaptein og keeper på kretslaget
Andreas Bergslid
Oskar Næss
William Mørk Hansen
Jonas Kjørsvik Bævre
Markus Hamstad
Abdulaah Altawel
Erik Nes
Einar Røen
Håkon Hollingen Torske
Oliver Rønningen
Nashih Amanuel – beste tr.oppmøte 65/68
Marcus Børset
Odin Koksvik Gjøvik
Magnus-Oliver Grønstrand
Petter Mjåset Johansen
Sander Høydal Furu
Mathias Hagen Nordvik
Davis Ndjoli
Eric Gisubizo
Omer Abdullah Omer
Emre Hage Ødegård
Youssef Almsallam
Simon Andre Sandøy Sæter
Abdirahman Sharif
Yahya Yusuf – flyttet i sommerferien
Kenneth jr Esteves Hughes
Sivert Kjørsvik Bævre
Mohamed Riad Suliman Aldurafi
Edvald Hagen Nordvik
Abdul Salam Alnaeb – flyttet iløpet av høstsesongen
Sigve Aaram Schaanning

Verdt å merke har 14 spillere mellom 80-95 % treningsoppmøte!!

Sesongen oppsummert, så har dette vært ett kjempebra år. Med en spillergruppe på 32 spillere, er det naturlig nok store variasjoner i fysikk, ferdighet og fotballforståelse. Det har likevel vært gjort en fantastisk jobb av trenerteamet, der alle kan føle seg sett og ivaretatt. Treningene har variert, der det har vært differensiert og ikke differensiert. Flere spillere har fått prøvd seg på 1.laget, å spillere som har hatt lyst, har fått spilt med 2.laget.

5-6 spillere har hospitert på G16-trening og noen har spilt kamper.

Foreldregruppa har bidratt med kjøring til bortekamper og stått i kiosk på hjemmekamper. Dette har gått bortimot knirkefritt.

I tillegg har både spillere og foreldre bidratt godt med dugnadsarbeid.

Vi har hatt:

- Spondlotteri som ga ca 24000,- i lagskassa
- Aktivitetsdag i Hydrohallen, ca 15000,-
- Kiosk på hjemmekamper, ca 10000,-
- Salg av handlenett/annen dugnad, ca 13000,-

Slik en fantastisk innsats, gjorde at vi kunne redusere egenandelen på Skandia cup betraktelig. I tillegg fikk spillere og støtteapparatet sponset billetter på RBK-kamp, og kost seg med pizza og brus under cupdagene i Trondheim.

Alt i alt har vi hatt ett fantastisk år sammen på G14, å gleder oss allerede til å bli ett lag igjen på G16 i 2025.

Årsmelding 2023 - Barnefotball

Generelt / Oppsummering

På vegne av team barnefotball og styret i Sunndal Fotball vil vi takke alle som har lagt ned en innsats denne sesongen.

Det har vært et godt år for barnefotballen. God deltagelse og jevnt over stabile team og treningsgrupper.

Det har vært avhold foreldremøter, lagleder/trener-forum for barnefotballen.

Lag i barnefotballen 2022:

Gutter		Jenter	
Årsklasse	Antall lag	Årsklasse	Antall lag
G 6 23	1	J6 11	1
G 7 14	1	J7 7	1
G 8 12	1	J8/9 22	
G 9 15	1		
G 10 18	2	J10 14	1
G 11 8	1		
G 12 13	1	J12 9	1

Lina Engelsrud var leder i Team barnefotball. George Harrison har vært back up og Khaled Altawil har støttet når det gjelder saker som berører integrering. Det er fortsatt behov for noen som kan følge opp lagene tettere på den sportslige fronten i det daglige. Daglig leder Jørund Svensli hadde sammen med Engelsrud det overordnede ansvaret.

Foreldreengasjementet i klubben er godt, men det er en stadig oppgave å involvere fler og prøve å skape engasjement og deltagelse på trening. Vi merker at det er mer utfordringer i grupper der det er færre foreldre til stede.

En utfordring er spillere/barn som pga diagnoser eller livssituasjon har eget pedagogisk opplegg på skolen, men som ikke følger fritidsaktiviteter. Vi ønsker at alle skal være velkomne i barnefotballen, og jobber kontinuerlig med oppfølging av grupper og med å involvere/tilstedeværelse foreldre på trening.

Barnefotballen legger til rette for alle idretter og aktiviteter i kommunen. Treningstidene til barnefotballen har vært koordinert med andre aktivitetstilbud så godt det lar seg gjøre. Dette for å bidra til at ungene kan være med på flere ting.

De yngste lagene har hatt egen rekruteringskveld de spillere fikk ta med seg en venn på trening. Foreldre fikk kaffe og spillerne fikk en smoothie. Et positivt tiltak som førte til nye spillere i klubben. Vi merker stor etterspørsel fra foreldre om å tilby trening til 5-6-åringer, dvs de som går siste året i barnehagen. I 2023 rekrutterte vi skolestartere i september og erfarte at det var litt seint. Framover vil vi rekruttere i februar det året ungene begynner på skolen.

Spillere

Det har vært i underkant av 160 spillere i barnefotballen i 2023. Vi ser på muligheten til å slå sammen lag og prøver å legge til rette for tett samarbeid mellom årsklassene, spesielt når det gjelder å låne yngre spillere til kamper på laget over.

Seriekamper m/tabell

Det blir ikke laget tabeller i barnefotballen. 8-12 år spiller serie uten tabell, der det er kamp en gang i uka. I 6 og 7 årsklassene ble det arrangert miniturneringer, det er laglederne som har ansvar for gjennomføringen/organiseringen av kampene.

Cupdeltagelse

Barnefotballagene følger klubbens turneringsprofil. I 2023 deltok barnefotballen på alle de faste cupene: Hydro cup, Ålvundfjorddagene, Søya cup, Vi arrangerte også Byggservicecup i Hydrohallen.

Lag fra Sunndal deltok også på BAMA cup, Orkla-cup, Oppdalscup, MFE-Cup, Eide Cup med flere. Lagene er ivrige og flinke til å stille opp på cuper/turneringer.

Organisering

Barnefotballen er organisert i samarbeid mellom daglig leder og team barnefotball. Dette teamet rapporterer til styret. Teamet i samarbeid med DL har fått på plass trenere og lagledere, samt samarbeidet om tildeling av treningstider. Vi har i løpet av året opprettet klarere kommunikasjons-/rapporteringslinjer, primært gjennom å velge ut en person som leder (hovedtrener) for hver treningsgruppe. Disse har vært hovedtrener og hovedlagleder (bakerst):

- G6: Per Ivar Romfo – Ragnhild Rønningen
 - G8: Tore Sæter – Mari Berset Lien
 - G9: Alf Gunnar Husby – Lill Karin Bugge
 - G10: Jostein L. Silseth – Linda Wågbø
 - G11: Ivan Ndjoli/ Ask Hage Ødegård – Lina Engelsrud
 - G12: Ivar Erlend Walset – Elin Rodal
-
- J7: Espen Hordnes – Christina Malme Moen
 - J8/9: Asbjørn Bonde Bakken – Malin Torske
 - J10: Eivind Lervik – Therese Ingebrigtsen
 - J12: Henrik Gravem – Ingeborg Tafjord

Bilder fra barnefotballen

Jenter 12



Gutter 12



Gutter 11



Jenter 10



Gutter 10



Jenter 8-9



Gutter 9- hvit



Gutter 9



Gutter 8



Jenter 7



Gutter 7



Årsmelding 2023 – SIL Xtra

Formål:

Gi våre mest ivrige gutter og jenter i aldersgruppa 2008-2013 et ekstra treningstilbud 2 ganger pr.uke i perioden 15.11- 1.4

Målsetting:

1. Utvikle generelle basisferdigheter og relasjonelle ferdigheter
2. Stimulere til økt egentreningsaktivitet
3. Så mange ballberøringer som mulig i løpet av 60 min. treningsøkt
4. Gi ivrige unge keepere egen oppfølging gjennom egne keeperøkter med Bjarne V

Fokus på treningene:

1. «Sjef over ballen» aktiviteter 1 og 1 (Føring, vendinger, finter og retningsendringer, mottak osv)
2. Ulike pasningsvarianter med fokus på bevegelse og presisjon
3. Avslutnings trening
4. Smålagsspill 1v1, 2v2 og 3v3 med spesiell fokus på 1A/1F og 2A/2F

Generelt:

Totalt ca 40 spillere; 20-25 i eldste gruppe og 15-20 i yngste gruppe med noe overvekt av gutter i begge grupper.

Mye god aktivitet og stor iver blant spillerne.

Innhold på øktene ble forsøkt tilpasset lagstreninger med tanke på intensitet og innhold.

Instruktører:

- Jarl Torske – faglig hovedansvarlig
- Rune Volden
- Ole Bjørn Sundgot
- Erik Mo Leirvik
- Bjarne Volden
- Bogdan

I tillegg har Tor Erik Torske, Ståle Rønningen og Ola Furu bidratt som instruktører etter behov

Sunndalsøra 27.11.2023

Jarl Torske