

KLUBBHÅNDBOK FOR Åssiden IF Håndball



Oppdatert mai 2026

Samhold – Trygghet – Engasjement

Innhold

Klubbdrift Åssiden Idrettsforening	3
1.0 Håndballstyret.....	3
2.0 Sportslig utvalg (SU).....	3
3.0 Årshjul	3
4.0 Kommunikasjonskanaler for Åssiden IF	4
5.0 Medlemskap i Åssiden IF	4
5.1 Økonomi som barriere:	5
5.2 Klubbkolleksjon og utstyr:.....	5
6.0 Dugnad og frivillig arbeid	5
6.1 Lagskasse	6
7.0 Politiattester	7
8.0 Anlegg og utstyr – Hjemmebane	7
9.0 Forelder/foresatt i Åssiden IF	7
10.0 Kurs og utdanning for trenere, frivillige og dommere	8
10.1 Dommerkurs.....	9
11.0 Lag og trenerteam	9
11.1 Roller i et lagsmiljø:.....	9
11.1.1 Hovedtrener:.....	10
11.1.2 Hjelpetrener:.....	10
11.1.3 Lagleder:.....	10
11.1.4 Dugnadsansvarlig:.....	10
11.1.5 Sosialkomitè:.....	11
12.0 Sportslig tilbud.....	11

Klubbdrift Åssiden Idrettsforening

Klubbhåndboka skal være et utfyllende dokument for alle våre medlemmer og frivillige hvor de kan få svar på spørsmål som knytter seg til driften av håndballgruppen i Åssiden IF. Dokumentet vil være et aktivt dokument som oppdateres ved behov og endringer.

1.0 Håndballstyret

Håndballstyret består av følgende verv/roller:

- Leder
- Nestleder (ansvarlig sport)
- Økonomiansvarlig
- Arrangementsansvarlig
- Frivillighetsansvarlig
- Utstysansvarlig
- Ungdomsrepresentant
- Vararepresentant(er)

Oversikt på hvem som innehar de ulike vervene kan sees på vår hjemmeside her:

Se styretsammensetning (klikk her).

2.0 Sportslig utvalg (SU)

Sportslig utvalg er et styrende organ under håndballstyret som skal sikre god sportslig drift av lag og klubb. SU består av 5 representanter/roller, hvor sportslig leder i klubben er leder for SU. Rollene i SU er:

- Sportslig leder
- Dommerkontakt og styrerepresentant
- Fair Play ansvarlig
- Barnehåndballansvarlig
- Ungdomshåndballansvarlig

Alle trenere/lagledere kan melde inn saker til SU, enten direkte til sportslig leder eller via den ansvarlige personen saken gjelder.

3.0 Årshjul

Se eget dokument i Hoopit med Årshjul for følgende områder:

- Håndballaktivitet
- Håndballstyret
- Dugnader
- Dommere

4.0 Kommunikasjonskanaler for Åssiden IF

Åssiden IF bruker Hoopit som medlems- og kommunikasjonssystem. Last ned Hoopit appen på Google Play/App Store, og søk opp Åssiden Idrettsforening. Deretter velger du den gruppen ditt barn eller du skal være en del av. Dette kan være som Støttemedlem, eller den gruppen og årstallet som ditt barn hører til. Det er viktig at også foreldre/foresatte blir registrert i spillerens medlemsprofil.

Ta kontakt med klubben på medlem@aif.no, hvis du trenger hjelp til registrering.

Link til innmelding: [Innmelding ÅIF Hoopit](#)

Hjemmesiden vår hovedkanal for nyheter og klubbinformasjon. Her finnes også kontaktinfo for hvert lag, håndballstyret og administrasjon. Samt informasjon om klubbens aktivitet og sponsorer. Nettside: www.aif.no

Epost brukes for kontakt til styret og administrasjonen. Ved bruk av handballstyret@aif.no sendes det epost til alle i håndballstyret. Ved hastesaker kan telefon eller SMS benyttes. Kontaktinformasjon finnes på hjemmesiden.

Åssiden IF er på sosiale medier som Facebook og Instagram. Vi har en overordnet plattform for hovedforeningen på både facebook og instagram, under navnet «Åssiden Idrettsforening». I tillegg har håndballgruppen egen side på både facebook og instagram, under navnet «Åssiden IF Håndball».

5.0 Medlemskap i Åssiden IF

Alle medlemmer av Åssiden IF håndball må betale medlemskontingent til klubben for å være et gyldig medlem. Medlemskontingenten besluttet av årsmøtet.

I tillegg må alle spillere i ÅIF håndball betale aktivitetskontingent. Denne besluttet av håndballstyret, men med involvering av årlig møte.

Betaling av aktivitetskontingent dekker kostnader som drakter til hver spiller, treningstid, seriespill og turneringer, utstyr i forbindelse med trening og kamp, halltid og administrativt arbeid.

Ordinær medlemskontingent: kr 700

Familiekontingent (2-7 pers): kr 900

Aktivitetskontingent: se klubbens hjemmeside for oppdaterte priser pr årskull;

Aktivitetskontingent håndball

- Aktivitetskontingent blir sendt ut ved sesongstart på høsten, ca september. Betalingen gjelder da for en hel håndballsesong, august – juni.
- Ved oppstart på håndball i januar eller senere (etter halv sesong) blir det fakturert halv aktivitetskontingent.

5.1 Økonomi som barriere:

Ved deltakelse i håndball hos Åssiden IF skal ikke økonomi være en barriere for å delta. Klubben har derfor egen støtteordning og solidaritetsfond, Åssiafondet, skal hjelpe våre medlemmer som trenger økonomisk støtte til kontingenter, egenandeler og treningsutstyr. Full oversikt over retningslinjer for Åssiafondet kan lese om her; [Åssiafondet](#)

Forsikring og lisens fra Norges Håndballforbund:

Alle barn som er medlemmer av lag tilsluttet NIF, er forsikret gjennom Norges Idrettsforbund frem til den datoen de fyller 13 år.

Alle spillere fra 13 år og eldre som spiller håndball må løse lisens hos Norges Håndballforbund. Det er klubben som oppretter lisens første gang, og vil deretter bli automatisk sendt ut hver sesongstart via utøvers personlige MinIdrett-profil. Lisensen gjelder fra 01.09 til 31.08 påfølgende år. Faktura på lisens blir sendt til spiller og/eller foresatt på mail, men finnes også i Min Idrett. Det finnes ulike grad av lisens/forsikring. Les mer her; [NHF Lisens og forsikring](#)

Lisens kan ikke dekkes av klubb. Men Norges Håndballforbund har egne økonomiske støtteordninger tilknyttet lisens som klubb kan søke på for spiller. Ta kontakt med klubb for å vite mer.

5.2 Klubbkolleksjon og utstyr:

Åssiden IF har egen samarbeidsavtale med Select og XXL for levering av utstyr og klubbkolleksjon.

Som spiller for ÅIF Håndball må hver utøver dekke treningstøy, shorts og håndballsko selv. Klubb stiller med drakter til spillerne.

Fullstendig informasjon om klubbkolleksjon og bestilling av klubbttøy kan leses om her; [Klubbkolleksjon ÅIF](#)

Treningsutstyr som spillerne bruker i trening, stiller klubb med. For barnehåndballspillere har klubben egne baller tilpasset alder og nivå. Men vi oppfordrer også spillere til å ha egen ball. For ungdomsspillere som spiller med klister må spillerne selv stille med egen ball.

Trenere, lagledere og andre øvrige i et trenerteam plikter å sette seg inn i retningslinjer for sponsorreglementet til Åssiden IF. Info og oversikt finnes på hjemmesiden her: [Sponsorreglement ÅIF](#).

6.0 Dugnad og frivillig arbeid

Dugnad er et felles utført, ulønnet og frivillig arbeid av betydning for fellesskapet. Det kan sies mye om dugnad og frivillig arbeid – men for vår klubb ønsker vi å belyse hva disse timene, kilometerne, vaffelrørene og kurskveldene betyr for klubben vår:

- Dugnad betyr å være med å skape et aktivitetstilbud i nærmiljøet

- Dugnad betyr å være med på å skape et **godt, lærerikt og trygt miljø** blant unge og voksne
- Dugnad betyr at vi kan holde kostnadene i klubben så lave som mulig
- Dugnad betyr at man blir kjent med “naboen” og foreldrene til vennene til dine barn.
- Dugnad betyr at det også i morgen finnes en klubb med et tilbud som er åpent for alle

Dugnad drives både på klubbnivå og på lagsnivå.

Se årshjulet til klubben for når dugnader er: Årshjul dugnader ÅIF

Klubben har følgende fellesdugnader:

- Håndballcup i januar
- Salgsdugnad i april
- Høstlotteri i oktober
- Ryddedugnad med McDonald`s Åssiden i oktober
- Mulig ekstra dugnad i desember om salgsdugnad og høstlotteri ikke lykkes.
- Hallvakter i Berskaughallen (ettermiddagsvakter mand, onsd, fred i ukedagene + helger, for å kunne holde hallen åpen for trening, fra kl 16.30 til aktivitet slutt). Opplæring skjer ved oppmøte.

Dugnad på lagsnivå driftes av dugnadsansvarlige.

Vi i Åssiden IF er alltid åpne for nye hender, nye ideer og flere gode hoder som tenker sammen. Kan/vil du bidra med noe? Har du en god ide?

Ta kontakt med Håndballstyret handballstyret@aif.no

6.1 Lagskasse

Hvert lag kan opprette egen lagskasse hvor de kan tjene inn penger på dugnad og lignende, som går direkte tilbake til laget/spillerne. En lagskasse er fint å ha, og starte så tidlig som mulig med å tjene opp, slik at laget kan finne på sosiale aktiviteter sammen og/eller spare opp penger til å dra på overnattingscuper eller treningsleirer i inn -og utland.

En person fra trenerteamet kan få innsikt i lagkassen. Dette koordineres med daglig leder. Det er ikke mulig å gjøre uttak eller betalinger for personen som har innsikt. All aktivitet på kontoen gjøres av klubb/daglig leder. Ved opprettelse av lagskasse får også laget et eget vippsnummer. Den ansvarlig for lagskasser i laget (og øvrige i trenerteamet) plikter å sette seg inn i regler og retningslinjer for lagskasser for ÅIF. Info og oversikt på vår hjemmeside her: Lagskasser ÅIF.

7.0 Politiattester

Alle personer som har verv i vår klubb må levere politiattest i henhold til bestemmelser fra NIF.

Dette skal leveres til daglig leder, og gjøres via Idrettsforbundet sin løsning for politiattest i MinIdrett. Dette er en løsning som ivaretar personvern, og forenkler prosessen med utsendelse av formålsbekreftelse. Ved innlevering av attest vil systemet også identifisere om attesten er redigert, og derfor kan vi være trygge på at alle har en validert politiattest!

Mer om politiattest kan leses her: <https://www.idrettsforbundet.no/klubbguiden/politiattest/>

8.0 Anlegg og utstyr – Hjemmebane

Klubben ligger på Åssiden, Drammen, og vår hjemmebane er Berskaughallen. Adr.: Ingeniør Rybergsgate 115, 3024 Drammen.

Berskaughallen driftes som et eget AS, men eies 50% av Åssiden Idrettsforening og 50% av Drammen Innebandy. Styreleder i Åssiden IF sitter som representant for styret i Berskaughallen.

For hver håndballsesong må Åssiden IF Håndball melde inn til Berskaughallen hvor mye halltid håndballgruppen har behov for, for å kunne dekke opp treningstider til alle våre lag. Når ønsket mengde treningstid er godkjent av Berskaughallen er det sportslig leder i håndballgruppen som er ansvarlig for å fordele treningstider for hvert av lagene.

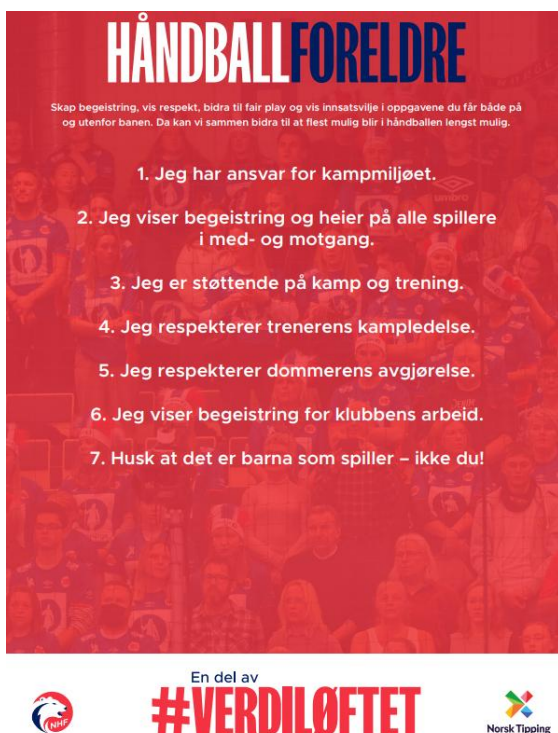
Alle hjemmekamper blir satt opp av NHF Region Sør. Omberamming av kamper gjøres av trenere/lagledere i klubb, men må koordineres med Berskaughallen for å sikre at det er ledig banetid i ønsket dag og tidsrom.

Håndballgruppen i Åssiden IF stiller med nødvendig treningsutstyr for å gjennomføre håndballtreninger. Vi har et eget lager for vårt treningsutstyr og det er håndballstyret som bestemmer hva og hvor mye som skal kjøpes inn. Trenere/lagledere/frivillige kan komme med ønsker.

Det er ikke lov å ta med seg felles utstyr hjem eller på kamp/turnering uten at det er avklart med håndballstyret eller sportslig leder.

9.0 Forelder/foresatt i Åssiden IF

Som foreldre er man de viktigste støttespillere for klubben, laget og spillerne, både på og utenfor banen. Tilstedeværelse og oppmerksomhet i med- og motgang er med på å påvirke hvordan spillerne opplever aktiviteten.



Som foreldre i Åssiden IF forventer vi at man bidrar til og trivsel, fellesskap og fair play blant våre spillere, trenere og dommere. Et godt foreldremiljø skaper gode forutsetninger for spillerne og de frivillige.

Håndballforeldre i Åssiden IF skal etterleve «Foreldrevettreglene» til Norges Håndballforbund. Dette kjennetegnes ved å vise interesse og være til stede, akseptere de valgene som blir tatt av trenere og øvrige i klubben, respektere dommere, og stimulere til mestring og deltakelse fremfor resultater. Alle spillere i Åssiden IF håndball er like mye verdt.

For å sikre at det er et godt tilbud på hvert årskull i klubben ønsker vi at så mange som mulig bidrar i lagsmiljøet. Se på beskrivelsene

for lagsmiljø for å finne ut hvilke oppgaver laget trenger hjelp til rundt trenerteamet.

Som tilskuer på treninger og kamper hvor Åssiden IF er representert skal ingen foreldre/foresatte eller publikum filme/ta bilder av aktiviteten på banen. All filming og fotografering uten samtykke er ikke tillat.

For full oversikt på hva som forventes av foreldre/foresatte i ÅIF håndball, se sportsplanen.

10.0 Kurs og utdanning for trenere, frivillige og dommere

Alle trenere i ÅIF håndball vil bli anbefalt å ta trenerkurs i regi av Norges Håndballforbund. Klubben setter også opp egne kurs internt i klubben. Grunnen til at vi ønsker trenerne våre å ta kurs er for å sikre et best mulig trening -og utviklingstilbud til spillerne. Samtidig som at trenerne skal føle seg trygge i trenerrollen.

Alle utgifter i forbindelse med trenerkurs blir dekket av klubb.

Det er sportslig ledelse i klubben som har oversikt og ansvar for trenerutdanning og kurs.

Trenere i barneidretten, 6-12 år, krever ingen erfaring eller kunnskap om håndball, men fordel med kjennskap til idretten og trening. Vi mener at det viktigst for barneidretten er variert aktivitet og mye lek med ball for å bygge koordinasjon, allsidighet og balltrygghet. Vi oppfordrer videre trenerne i disse aldersgruppene å gradvis ta trenerkurs (moduler) som passer for det nivået de er på.

Krav iht NHF Klubbhuset nivå 2: Påbegynt Trener 1 modul 1-6.

Trenere i ungdomshåndballen, 13-19 år, krever håndballfaglig kompetanse.

Krav iht NHF Klubbhuset nivå 2: Fulført Trener 1 modul 1-6, påbegynt Trener 1 modul 7-13.

Åssiden IF`s mål er å stimulere til god aktivitet som gir livslang bevegelsesglede. Vi skal ha et godt sportslig tilbud fra tidlig alder som tilpasser seg barna sine behov. Åssiden IF skal tilrettelegge for barn og ungdom som ønsker å bli gode håndballspillere, men også dem som ønsker å spille håndball sammen med venner.

Trenerkurs er en viktig faktor for trenerens egen utvikling, og for å kunne legge til rette for den aktiviteten vi skal.

Vi gjennomfører også egne trenerforum på klubbnivå som stimulerer til erfaringsdeling på tvers av aldersgrupper, og som en sosial møteplass for trenere og frivillige for mer inspirasjon.

10.1 Dommerkurs

Åssiden IF håndball har egen dommerkontakt som er ansvarlig for gjennomføring av dommerkurs og oppfølging av dommere. ÅIF Håndball jobber aktivt for å ha aktive dommere, samt videreutdanne dem. Vi ønsker å være en klubb som jobber aktivt med dommerarbeid og setter pris på dem.

For full oversikt på dommerarbeid og rekruttering kan leses om i sportsplanen, her;

[Sportsplan - dommere](#)

NHF har trener -og dommerkurs som kjøres jevnlig. For å finne kurs i din region, se link:

[NHF Region Sør Utdanning](#)

11.0 Lag og trenerteam

Alle spillere og trenere, og andre frivillige, som representerer ÅIF håndball skal etterleve våre verdier og holdninger i trening, kamp og annen klubbrepresentasjon.

Et godt lagsmiljø kjennetegnes av at man følger klubbens verdier. Lagsmiljøene i ÅIF håndball skal kjennetegnes ved at alle spillere, trenere og foreldre er like mye verdt, hvor det er rom for ulikheter. Det skal være rom for å ha ulike interesser, og samtidig utvikle seg i eget tempo. Målet vårt er å beholde spillere i laget og klubben lengst mulig, ved å legge til rette for mer enn bare håndballspill og konkurransearena.

11.1 Roller i et lagsmiljø:

Håndballstyret har vedtatt følgende retningslinjer for antall trenere pr lag: *Som hovedregel kan en hovedtrener, en lagleder og inntil to hjelpetrenere signere frivillighetskontrakt pr. lag. Avvik fra dette kreve vedtak i håndballstyret. Godtgjøring og honorarer følger klubbens retningslinjer (April 2026).*

Håndballstyret/sportslig leder er med i avgjørelsen om hvor mange personer som skal inngå i de ulike rollene i et lag og hvem som signerer frivillighetskontrakt. Frivillighetskontrakt gjelder ikke for dugnadsansvarlige og sosialkomite.

Rollene vi ønsker i et lag blir løst noe ulikt fra lag til lag. Det for at hvert lag skal kunne fungere og administreres på den måten som fungerer best for laget.

11.1.1 Hovedtrener:

Hovedansvaret til trener er trening og kampgjennomføring. Klubb forventer at trener er kjent med gruppens sportsplan, slik at treninger og kamper gjenspeiler seg fra innhold i sportsplanen.

Trener(e) er også ansvarlig for å ha hovedansvar for treningsinnhold og planlegging av økter. Det skal lages en plan for håndballsesongen på hva laget skal delta på, og hva som skal være fokusområdet både på lag -og spillernivå.

Trener(e) er også ansvarlig for å gjennomføre foreldremøter ved sesongstart, og sesongslutt ved behov. Her skal foreldre/foresatte bli informert om kommende sesong, innhold, antall treninger og kamptilbud. Det skal presenteres forventninger til foreldre/foresatte og spillere, samtidig forventninger til trenerteam.

Trener(e) som tar på seg hovedansvar for å lede lag vil også bli tilbydd frivillighetskontrakt fra klubb. Ved å signere frivillighetskontrakt forplikter trener seg til å følge laget i den inneværende sesongen, og etterleve klubbens lov og retningslinjer.

11.1.2 Hjelpetrener:

Hjelpetrener er trener(ene)s hjelpende hånd og støtte i trening og kamp.

Personene i denne rollen stiller opp i trening og kamp når hovedtrenere ikke selv har mulighet til å stille, men også i trening for å støtte opp hovedtrenere til å kunne gjennomføre et best mulig treningsopplegg for spillerne.

11.1.3 Lagleder:

Lagleder har hovedansvar for det organisatoriske rundt laget. Lagleder og trenere må avklarer seg imellom hvem som skal ha ansvar for praktisk informasjonsdeling og innkalling i Hoopit til treninger og kamper. I tillegg til praktiske verktøy som TA (turneringsadmin) og påmeldinger til turneringer.

Lagleder må ha god dialog med håndballstyret og sportslig leder. Også dialog med foreldregruppe er viktig for å gjøre avklaringer rundt sosiale samlinger for laget, og dugnadsansvarlig om gjennomføring av dugnader og oversikt på lagskasse.

Også lagleder får tilbud om frivillighetskontrakt fra klubb. Dette for å skape forutsigbarhet i rollen, og en dedikert person.

I de lag/grupper som er store kan det være to fungerende lagledere som deler på ansvaret.

11.1.4 Dugnadsansvarlig:

Dugnadsansvarlig har ansvar for å ha oversikt og kontroll på klubb -og lagsdugnader som skal gjennomføres i en håndballsesong. Dugnadsansvarlig må sørge for å innhente nødvendig informasjon om dugnader som skal gjennomføres og informere ut til foreldregruppen, samt spillere der de kan delta selv.

Det forventes også at dugnadsansvarlig har dialog med håndballstyret og frivillighetsansvarlig i håndballstyret.

11.1.5 Sosialkomitè:

Sosialkomitè er en gruppe med foreldre/foresatte som vi anbefaler laget å ha på plass. Dette er for at de andre rollene i laget ikke skal måtte ta ansvar for å organisere sommer -og juleavslutninger for eksempel. Eller andre sosiale aktiviteter som kveldsmat etter trening. Det kreves at gruppen har god dialog med trenerteam, lagleder og dugnadsansvarlig slik at aktivitetene som blir satt opp er i samsvar med ordinær aktivitet.

12.0 Sportslig tilbud

Åssiden IF Håndball har som mål å levere et godt sportslig tilbud som tilfredsstillende alle barns ønsker og behov for å drive håndballaktivitet. Vår visjon er «Flest mulig, lengst mulig, best mulig», med dette så menes det at vi skal rekruttere spillere i alle aldre så lenge som mulig og i tillegg beholde dem så lenge som mulig. Videre skal vi kunne tilby et sportslig tilbud både for de som ønsker å drive med håndball for gøy og sammen med venner, men også de som ønsker å bli så gode de kan.

Sportsplanen beskriver detaljert hva og hvordan vi skal etterleve vår visjon. I tillegg er alle trenere og frivillige i Åssiden IF pliktig til å etterleve sportsplanen når det utøves håndballaktivitet i regi av Åssiden IF.

Sportsplanen sier følgende om vårt klubbtilbud for spillere:

- I barnehåndball 6-12 år skal spillere spille på lag tilhørende egen årsklasse. Dersom noen årskull er få, kan klubben (sportslig utvalg) bestemme å slå sammen årsklasser.
- Gutter og jenter i alderen 13-20 år/senior får tilbud om målvaktstrening.
- Fra 12 år kan spillere hospitere til årsklassen over. Dette treningstilbudet skal være ekstra tilbud, og ikke istedenfor.
- Spillere på juniorlag (16-20 år) kan bli tilbudt treninger og kamper med damer senior. På samme måte som hospitering.

Full versjon av sportsplanen kan leses her: [Sportsplan Åssiden IF Håndball](#)

Håndballstyret mai 2026.