

Årsberetning 2017
Sylling Håndball



Årsberetning

Styret har bestått av

Situasjonen var ved sesongstart at det ikke var noe styre i Sylling Håndball. De plikter og gjøremål som skulle gjøres eller ha vært gjort var i stor grad tatt litt på sparket av flere, eller ikke gjort. Det ble besluttet å sette sammen ett interimsstyre bestående av noen ildsjeler slik at håndballen ikke skulle ende opp som en nedlagt aktivitet. Dette styret har ikke vært superaktive, men fokusert på å få en slags orden i kaoset som var å finne i etterlatenskapene. Det var mye ubetalte regninger og lite struktur i det som foregikk. Lagene greide seg sånn sett ok i og med at det er støtte rundt disse, men det er flere forpliktelser som ligger til en håndballgruppe.

Verv	Navn	Funksjoner ut over verv
Medlem	Erik Hjertaas	Dommerkontakt Barnekampleder ansvarlig
Medlem	Irene Fuglerud	For J14
Medlem	Siri Enger	For J14 Svart på klubbens mail
Medlem	Vigdis Lothe Sætha	For J12
Kasserer	Morten Torgersen	For Herrer
Medlem	Knut Arild Fuglerud	For G14
Økonomi	Mette Horn	Gjort en kjempejobb med å få oversikt økonomisk

Representasjoner

Erik har representert Sylling Håndball i noen av møtene til Sylling IF der undergrupper deltar.

Møter

Styremøter har vært avholdt 3 ganger. Trener og oppmannsmøter har ikke vært avholdt. Ett foreldremøte har vært avholdt

Medlemmer

Alder	Styret	J06	J04/05	J03	G03	Herrer	Trener Lagl	Sum	Endring fra i fjor
	7	10	14	6	9	14	16	76	-24
Senior	7					14	16	37	-1
Junior		10	14	6	9			39	-23

Kurs og opplæring

I år har det vært ingen aktivitet på kurs.

Turneringer og arrangement.

Vi har arrangert en Aktivitetsturnering i løpet av sesongen. Vi har også arrangert en Miniturnering. Alle har blitt arrangert meget bra! og inntektene er kjærkomne for klubben. Vi har ingen egne barnekampledere slik at vi låner ex syllingspillere fra Lier slik at vi greier å arrangere slike turneringer uten plunder på den siden også. Supert! Dere er viktige for motivering av nye unge håndballspillere og rekrutteringen til sporten vår. Deltakende lag har vært lag fra Alliddretten på Miniturneringen.



Ellers har det vært arrangert en rekke enkeltkamper og helgekamper for alle lagene i Syllinghallen. Alle i god syllingånd slik at besøkende lag har følt seg velkommen. Slik skal det være! Hos oss skal man komme til ryddige forhold og møte smilende mennesker…og det skjer! Mye bra dugnadsånd.

Avtaler

Sylling IF tegnet barnekamplederavtale med Regionen for å dermed slippe en dommerbot. Vi har Dommerobservatør som denne avtalen krever. Disse turneringene er viktige i rekruttering og som en inntektskilde for oss.

Samarbeid

Vi har samarbeidslag på J14 med Lier IL. Det betyr at vi deler utgiftene for de lagene, og spillere fra begge klubber kan spille på disse lagene. Hovedansvaret faller på den klubben nevnt først i navnet. Sett fra min side har dette fungert utmerket. Jentene trives meget bra og for begge klubber tilfører dette muligheter og utvidet tilbud i disse alderstrinnene. For disse lagene er dette samarbeidet eneste mulighet for overlevelse og det er viktig for fremtidige J18/damelag at vi får til slike samarbeid for rekruteringen til disse eldre lagene i den fasen da vi mister absolutt flest spillere. Samarbeid med andre klubber i Lier er ikke formalisert, og har heller ikke vært aktuelt. Det vil være aktuelt for neste sesong og se på mulig samarbeid rundt G14.

Rekruttering

Det viktigste vi kan drive med er rekruttering. Det er flere unge lag på alder rett over alliddrett. Det spirer og gror og det er viktig å ta disse inn i organisert aktivitet. Tilbudet med turneringer er benyttet, men i år kun en gang. Det bør være noe mer aktivitet her lokalt og det bør jobbes med lagene slik at de føler seg velkommen og inkludert på en god måte med drakter, utstyr og trenere. Nok spennende oppgaver for det nye styret! På dommersiden er det å rekruttere barnekampledere viktig både for å kunne ha turneringer, samt det å rekruttere fremtidige dommere i egen klubb. Dette er også ett viktig økonomisk tiltak da man slipper å betale bøter om man har egne dommere.

Støtte og dugnader

Vi deltok på Jordbæreventyret der flere spillere og voksne sto i kiosken på dagtid. En kjempeinnsats av dere alle! Om dette ga inntekt er ukjent.



Økonomi ellers

Klubben har grei og oversiktlig økonomi. Inntektsbringende tiltak er i hovedsak turneringer, jordbæreventyret og inntektene fra fordeling av reklameinntekter i hall. Av utgifter er selvsagt halleie og dommerutgifter de største. Men generelt mener vi klubben har en bra økonomi som godt kan bære enda flere lag!. Vi har ett solid overskudd vi kan bruke på lagene til neste sesong. Egenkapitalen er også sunn.

Aktivitetsgebyr

En diskusjon rundt dette har vært gjort i hovedstyret og derfor setter jeg opp denne tabellen på hvordan vi praktiserer. Barn som er medlem i Alliddrett og betaler der betaler ikke i håndballen for deltakelse i turneringer.

Opp til 10 år	**Turneringer**	**0**
11 år	Aktivitetsturneringer	450
11-16 år	Regionserie	1000
18-senior	Regionserie og laveste divisjoner	2000
Deltakende lag i andre serier så som Bring og høyere divisjoner vil måtte sees på spesielt da dette har helt andre kostnader. Aktivitetsgebyret dekker halleie, seriepåmelding, drakter, medlemskap sentralt og felles utstyr. Alle spillere fra og med året de fyller 13 år må løse personlig lisens. Evt trenerutgifter handteres av lagene selv.		

Vi håper på å beholde alle lag til neste år, samt også få nye lag. Det er her innsatsen fremover må gjøres...større miljø med flere spillere gjør det lettere å beholde flere lag i flere alderstrinn enten som rene lag, eller som samarbeid med andre klubber. Vi snakker også med naboklubber om samarbeid.
Vi har klare utfordringer på våre eldste lag i og med at de er så små og sårbare. Men vi skal prøve å få til ett tilbud for alle i Sylling som ønsker å spille håndball!
En stolt leder sier tusen takk for innsatsen i denne sesongen som har vært en aktiv sesong til lille Sylling å være. Ingen ting er umulig å få til her i Sylling med slik en super gjeng av både spillere, foreldre, styremedlemmer og trenere!
Serien er snart slutt...men flere spennende kamper gjenstår nå i sluttfasen. Og så kommer den gøyale beachsesongen rett etterpå...mye handballmorro!

For styret
Erik Hjertaas
28/2-2018



Regnskap

Regnskap er ikke mottatt. Dette er en slags «balanse» for håndballen som viser de grove tall.

Inng saldo		**307180**	(01.01.2017)					
Div utgifter			127533					
Div utgifter				9965	(bet 2018)			
Dommer			31942					
Halleie 2017			36000	33200	bet 2018			
Halleie 2016				17000	bet 2018			
Inntekter								
Vipps		4597						
kioskinntekt		38537						
Bankterminal		11135						
Sponsor		90000						
NHF Forsikr		3000						
Mva refusjon		4029						
spillergebyr		33962			mangler inntekter			
		492440,17	195475	60165	bet 2018			
Utg Saldo		**236800**						
Utg saldo inkluderer også de røde postene som er betalt i 2018. Dette for å få et riktig bilde av inntekter/utgifter for 2017.								



Budsjett

Vanskelig å budsjettere uten ett regnskap, men her er ett utgangspunkt som viser ett underskudd. Man må være klar over at det tilkommer dommerbøter som ikke er budsjettert her. Andelen dugnader, evt ved å arrangere flere turneringer vil være viktig for neste sesong. Her er lagt inn mer inntekt for kiosk og inngang enn i år. Dette vil man måtte følge opp.

Nr	Kontonavn	Budsjett 2018	Oversikt 2017	Budsjett 2016	Regnskap 2015
3014	Dugnader, inngang og kiosk	100 000	59 000	30 000	31 942
3099	Reklame, sponsor	90 000	90 000	50 000	12 534
3200	Egenandel cuper/treningsleir				
3340	Håndball inntekter inngang			60 000	60 027
3341	Håndball inntekter kiosk			80 000	94 885
3942	Aktivitetsgebyr håndball	35 000	34 000	40 000	44 153
3990	Div inntekter	5 000	7 000	10 000	12 000
	Sum inntekter	**230 000**	**190 000**	**270 000**	**255 541**
4340	Kostnader håndball kiosk	35 000		45 000	47 167
4504	Dommerutgifter håndball	35 000	32 000	45 000	37 340
	Sum varekost	**70 000**	**32 000**	**90 000**	**84 507**
6302	Hall og baneleie undergruppe	60 000		30 000	-
6550	Driftsmateriale	50 000		55 000	52 983
6860	Kurs	5 000		5 000	1 900
6870	Serieavgift	45 000		45 000	38 600
6879	Deltakelse i cup	10 000		10 000	8 900
6890	Sosiale utgifter	3 000		2 000	2 084
6950	Adm utgifter				665
	Sum driftskostnader	**173 000**	**-**	**147 000**	**105 132**
7420	Gaver/oppmerksomheter	1 000		3 000	3 288
7451	Kontingent særforbund	2 500		2 500	2 500
7749	Møtekostnader	1 000		1 000	858
7770	Gebyr				-
	Sum andre driftskostnader	**4 500**	**-**	**6 500**	**6 645**
8050	Renteinntekter			200	269
	Årsresultat	**- 17 500**	**158 000**	**26 500**	**59 257**



Lagenes beretninger

Ikke alle har levert inn dette

Årsrapport Jenter 12 Født 2005 og 2006

Håndball Jenter 2005 og 2006



Sesongen 2017-18

Spillere

Vi har vært 14 jenter denne sesongen. Vi trener mandag og fredager fra 17.00-18.30.

De som er med er: Celina Grelland, Kasia Baran, Maria Fuglerud, Maren Elise Horn, Nora Enger Gravdal, Ailin Torgersen, Randi Hennum, Anniken Merhen, Ronja Embretsen, Sara Settevik, Andrea Lothe Sætha, Julia Kedzior, Margrethe Myhrene og Viel- Elen Hallstensen.

Trenere;

Trenere denne sesongen har vært Åsmund Gravdal og Vigdis Lothe Sætha. I tillegg har Morten Torgersen, Hanne Settevik, Agata Baran, Rikke Solberg og Ragnhild Enger hjulpet til.

Oppsummering;

Jentene viser stor treningsglede og har hatt stor utvikling. Med to treningsdager og totalt 3 timer i uka og kamp i helgene gir det resultater. Vi meldte oss på J12 år og B pulje, noe som viste seg å være tøft men utrolig lærerikt. Kun 3 av jentene er 12 år og resten er 11 år. Etter jul har vi meldt oss på i C pulje og håper på litt jevnere nivå. Mange av jentene har andre hobbyer som fotball, korps og teater i tillegg til håndball, noe som har ført til noe variert oppmøte på treninger. I tillegg har vi hatt noe skader og sykdom.

Treninger;

Treningene består fortsatt mye av balltilvenning, lek med ball og mye spilling da vi er så mange. Det jobbes også ivrig med mye skudd trening. Flere og flere prøver seg på finter og varianter på skudd. Det er gøy. Vi har også forsøkt oss på litt overganger og noen trekk. Alt i alt har alle jentene hatt god framgang både på spilleforståelse, tempo, skudd og forsvarsjobbing. Ellers er innsatsen på treningene jevnt god, jentene er ivrige og lærevillig og vil nesten ikke avslutte treningene. Det er merkbart at de



begynner å bli både mer skravlete, fnisete og er i vekst. Så litt fokus må vi jobbe med slik at det er greit å få gitt beskjeder som alle oppfatter og forstår.



Vi utfordret gutta i 6. og 7. trinn til treningskamp før jul hvor vi inviterte foreldre til heiagjeng. Jarle og Sindre stilte sporty opp som lagleder for gutta og det ble en morsom kamp. Gutta hadde stor utvikling i kampen og hadde flere gode scoringer. Jentene vant klart og fikk endelig sin første seier. Gutta har utfordret tilbake med fotball kamp ute til våren. Så dette blir gøy.

Flere av gutta har også vært med på treninger i etterkant. Noe som bare har vært positivt også for jentene. Det hadde vært gøy å fått til et lag for gutta også.



Cup og Kamper;

Vi var med på Lier cup i september. Det var moro å komme i gang igjen etter lang sommerferie. Men litt av et sjokk på nivået som møtte oss der. Vi tapte alle kampene men var det laget med best utvikling i løpet av kampene. Å alle jentene var utrolig positive og fornøyde. Vi fikk også skryt fra cupansvarlige for gode holdninger og godt pågangsmot.



I serie spillet har vi tapt alle kampene men har noen jevne kamper og jentene har scoret mange mål, totalt 84 og sluppet inn 192. Nivået har vært høyt og motstanden tøff. Jentene har blitt tøffere både i forsvar og angrep. Vi har stort sett hatt fokus på noen konkrete arbeidsoppgaver på kamp framfor seier. Laginnsats og mot har vært utrolig bra. Mange har meldt seg på scoringslista og det er bra. Alle er positive og gleder seg til neste kamp så det tyder på at jentene syns det er gøy.

De fleste har nå funnet sin favoritt plass men vi rullerer allikevel noe og det er greit å kunne spille på, å være trygg på flere plasser. Det vi må jobbe enda mer med er kast og mottak og bevegelse i spillet. Vi skal bli enda bedre til å øve spesifikt på blant annet bevegelser og telling ved forflytning i forsvar, skudd fra distanse og det å se hverandre.

Innkjøp av utstyr;

Tanker for neste sesong er å jobbe enda mer skadeforebyggende for jenter som er i vekst samt at alle har individuell utvikling som håndballspillere på sitt nivå. I forbindelse med dette kunne vi ønske oss

å kjøpe inn balanseputer til alle sammen. Vi trenger også å kjøpe inn en del nye matchballer i riktig str. Siden jentene er i vekst trenger vi noen supleringsdrakter i større str og et sett med vikedrakter.

Vi var også dette året maskotter for herrelaget når de møtte St.Hallvard til NM kvalifisering i Syllinghallen. Kjempe moro og en utrolig heiagjeng.



Vi ønsker å takke alle foresatte for god hjelp på hjemmekamper. Der stiller alle villig opp og hjelper til med heiarop, jubling og trampeklapp, sekretariat, inngang og kakebaking. TUSEN TAKK!! De aller fleste er også med på bortekamper og er viktig støtte for både oss trenere og spillere.

Og Ikke minst en super takk til jentene for god innsats, mange herlige smil og mye latter på treninger. Dere var med å lage en flott juleavslutning med taco og håndballkamp i aulan. Dere er fantastisk flotte jenter som det er moro å trene.

Håndball hilsen fra Åsmund Gravdal og Vigdis Lothe Sætha

Årsrapport Gutter 14 år Født 2003 og 2004



Årsrapport fra G14

G14 har i år bestått av 9 spillere i vårsesongen 17 og 8 spiller på høsten. Gutta deltok i Vestfossen cup på våren og de deltok i Beach serien.

Trener for sesongen har vært Atle Teigen.

Vi vil undersøke muligheten for et samarbeid med Lier da vi er veldig sårbare med så få spillere

Knut Arild Fuglerud

Årsrapport Menn



Adresseliste for styret og lagene 2017-2018

Styret	Navn	Tlf	epost
Styret	Erik Hjertaas	91616862	erik@hjertaas.no
Styret	Irene Fuglerud	45601672	irenefug@gmail.com
Styret,Trener	Vigdis Lothe Sætha	93869883	Vigdis.Setha@bfk.no
Styret	Mette Horn	99032996	Mette.horn@heidelbergcement.com
Styret,Oppmann	Siri Enger	95256463	siri@engerhagan.no
Styret,Oppmann	Knut Arild Fuglerud	91786443	knut.fuglerud@gmail.com
Styret,Oppmann	Morten Torgersen	95800789	morten@hotmail.com
Trener	Åsmund Gravdal	95108171	aasmund@kontorland.no
Trener	Petter Lauritsen	91386906	petter.lauritsen@lifi.no
Trener	Atle Teigen	90157491	atle.teigen@forlagsentralen.no
Trener	Oddvar Martinsen LIL	95821096	oddvar@midasdata.no

Det er dere som gjør Sylling Håndball!

TUSEN TAKK!



Sportsplan for Sylling Håndball

Vedtatt på årsmøtet 2015 og gjelder frem til og med 2017

Målsetninger

- Samarbeid med de andre idrettene i Sylling og ellers i Lier.
- Individuelle utfordringer utfra ferdighets- og ambisjonsnivå
- Lik spilletid for alle. Ingen topping av lag
- Hospitering
- Løp, hopp, kast og mottak skal prege all aktivitet
- Rekruttere fra allidrett og holde lagene i klubb så lenge som mulig
- Foreldre skal oppmuntres og motiveres til å delta i klubbens aktiviteter
- Håndball skal være gøy!

Visjon og verdier

- Flest mulig, best mulig, lengst mulig
- Skape glede i idretten og Syllingsamfunnet
- Gjøre idretten inkluderende
- Ta vare på mangfold og allsidighet
- Skape ett tilbud til alle
- Begeistring, Innsatsvilje, Respekt og Fair Play er våre verdier
- Vi skal være høflige og snille med hverandre.

Taktikk

- 6:0 som hoved-formasjon i forsvar
- 5:1 er den sekundære forsvarsformasjon
- Organisert kontringsspill
- Trekk og overganger skal trenes
- Enkelhet skap prege spillet

Fysikk

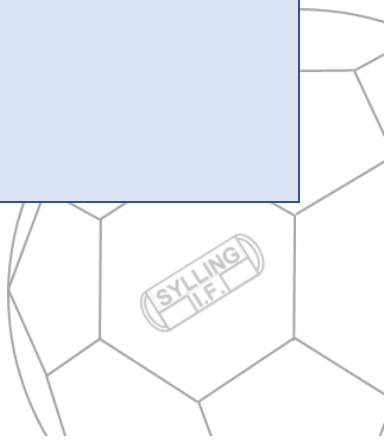
- Hurtighet og styrke
- Skadeforebyggende trening skal prioriteres
- Utholdenhet
- Bevegelighet
- Kosthold

Teknikk

- Grunnteknikk skal vektlegges (mottak, kast, fotarbeid, blokking, dribling)
- Teknikkmerke prøves en gang i året
- Høyt aktivitetsnivå med ball
- Dribling, finter og skudd/pasninger prioriteres
- Bevegelse uten ball
- Lek med ball er viktig!
- Keepertrening skal prioriteres

Sosialt

- Inkluderende og trygt miljø
- Sosiale aktiviteter som inkluderer alle aldre)
- Treningsleirer og fellescuper



Målsetninger

Sylling Håndball skal samarbeide godt med de andre idrettene i Sylling slik at man legger til rette for allsidighet ved å kunne delta i både fotball, håndball, padling osv.
Sylling Håndball skal samarbeide med de andre klubbene i Lier for at våre spillere skal ha tilbud i alle alderstrinn, også der Sylling ikke har egne lag.
Spillerne skal gis utfordringer på sitt ferdighets- og ambisjonsnivå. Og det er ønskelig at spillere hospiterer på andre alderstrinn
Alle lagene i Sylling Håndball bør spille ut ifra de samme grunnprinsippene. Dette gjør at hospitering blir enklere. Ferdighetene løp, hopp, kast og mottak skal stå sentralt og prege alle øvelser og leiker.
Sylling håndballs viktigste rekrutteringskilde er Allidretten og vi skal samarbeide godt med de og tilby turneringer og arrangementer som kan motivere for videre innsats i håndballen.
Vi ønsker at forelder skal delta aktivt som tilskuere, ressurspersoner og ellers sørge for den gode stemningen ved arrangementer i sylling.

Taktikk

Alle lag skal trene på å spille utgruppert i forsvar fra 10-års alderen
Ved 11-12 årsalderen kan lagene begynne å tilnærme seg 6:0 forsvar.
Fra 13 årsalderen bør lagene også trene på en alternativ forsvarsformasjon (5:1) og kjenne til forskjellige forsvarsformasjoner
Alle lag bør jobbe med å organisere overgangene fra forsvar til etablert angrep.
Man bør jobbe med spesifikke trekk eller avtaler mellom to eller flere spillere.

Sosialt

Alle spillere i Sylling Håndball skal føle seg trygge og velkommen på trening
Det er derfor ønskelig at lagene har sosiale aktiviteter sammen slik at spillerne blir kjente med hverandre. Dette skaper en god klubbidentifikasjon. Man tilhører ikke bare sitt eget lag, men er også en del av Sylling Håndball.
Vi vil tilstrebe at flere lag deltar på samme turneringer/cup'er. Det er fint hvis lagene også tar initiativ til dette.

Fysikk og ferdigheter

For å kunne spille offensiv håndball er man avhengig av hurtighet og spenst. Trening på hurtige vendinger og småspurter bør inngå som en naturlig del av treningen. Ulike former for stafetter eller konkurranser er bra trening i så måte. Kort intervalltrening er også en god måte å jobbe med hurtighet og utholdenhet. Det at fysisk trening forebygger skader er nok en god grunn til å trene styrke. Trening med egen kropp (push-ups, sit-ups, hopp osv.) og etterhvert trening med medisinballer er viktige innslag på treninger i alle aldre.
For å kunne holde et høyt tempo over relativt lang tid (kamp), bør man også drive med utholdenhetstrening. Gjerne løpetrening utendørs minst en gang i uka før treninga starter slik at man ikke trenger å bruke halltid til å varme opp.
Bevegelighetstrening er viktig for å opprettholde et godt bevegelsesutslag i alle ledd i kroppen. Tilfredsstillende bevegelsesutslag og smidighet danner et godt grunnlag for tekniske ferdigheter. I tillegg forebygger det skader
Sylling Håndball skal aktivt jobbe med å gi utøverne sunne holdninger til kosthold. Spesielt har man et ansvar på cuper og reiser, hvor utøverne naturlig spiser mat i regi av klubben.
For å sørge for trening også utenfor sesong bør alle lag delta i Beach- serien. Dette er både gøy, sosialt og bra trening.

Teknikk

All teknisk trening skal ta utgangspunkt i spillernes individuelle tekniske nivå, høyt aktivitetsnivå og det å holde utøverne i flytsonen. Alle spillere skal være mest mulig aktiv med ball - Dribling, finter, skudd og pasninger er tekniske ferdigheter vi høyt. Elementer av disse teknikkene bør inngå i alle treninger.
Ved 13 -14 årsalderen bør alle beherske ei finte til begge sider. Kast og mottak skal være en viktig del av treningen for alle utøverne. Spillerne bør lære seg grunnskudd og hoppskudd.
Selv om man her har prioritert dribling, finter, skudd og pasninger, betyr ikke dette at det ikke skal trenes på andre ting. Generell ballbehandling, sperreteknikk, fallteknikk, løpsteknikk osv er også viktig å trene på.
Teknikkmerke skal prøves en gang i året for å motivere til denne type ferdigheter.
Trening på forsvarsteknikker skal også være en viktig del av treningen. Fotarbeid, grunnstilling, støting, takling, blokkering og erobring. Bevegelse uten ball er viktig og skal trenes.
Egen trening for keepere skal tilstrebes.

