

ÅRSRAPPORT

2025

for

ULLERN HÅNDBALL i

ULLERN IDRETTSFORENING

inkl. årsregnskap, noter
og revisors beretning



Innledning

2025 har vært et godt sportslig år for Ullern håndball, men som mange andre klubber rundt om i landet merker vi press på økonomien - det er utfordringer med å skaffe sponsorer som er villige til å bidra økonomisk, og dette fører til at vi ikke klarer å holde treningsavgifter så lave som vi ønsker. Det koster å ha god kvalitet på trenerne våre, og vi har engasjert både eksterne trenere og interne ungdomstrenere til å utvikle og trene lagene våre. Daglig og sportslig leder jobber kontinuerlig med å ha gode og stabile trenere, men for de yngste er vi fortsatt avhengige av gode og engasjerte foreldretrenere. Det er vi veldig takknemlige for at vi har mange av! Uten dere hadde det vært vanskelig å drifte våre lag.

Vi mener at Ullern Håndball er en viktig bidragsyter i nærmiljøet. Ørakerhallen med innendørs bane og beachhåndballbanen ute sammen med kunstgressbanene er blitt et viktig samlingspunkt for barn og unge i bydelen. Det er viktig for oss å inkludere og tilrettelegge for at så mange som mulig kan få et tilbud. Ullern Flerbrukshall har i større grad blitt vår hjemmearena. Her har alle de fire idrettene under Ullern IF fått kontorer og møteromsfasiliteter i tillegg til en innendørs håndballbane i 2020. Dette er en stor forbedring – og er en stor glede for oss i Ullern Håndball.

Klubben hadde aldri vært det den er uten engasjerte ressurser i og rundt organisasjonen. Det legges ned mange timer med frivillig innsats fra spillere, foreldre og andre bidragsytere. Dette gjøres for å skape bærekraftig drift, et trygt og godt miljø, bra samhold og gode resultater. Takk til dere alle!

Formelle forhold

Styret i 2024 Styreleder Tonje Haugen Nestleder Stian Innerdal Økonomiansvarlig Wibecke Johansen Styremedlem Kristin Haug Styremedlem Merete Langsholt Styremedlem Bernt Jacobsen Styremedlem Ina Havrevold Styremedlem Catrine Wiencke	Dommere 2025/2026 <u>Regionsdommere (dommer 1)</u> Frida Haugen Toft ** Ella Leyland ** Bastian Moldenæs Simensen * Heine Ekeberg Røisheim * Mads Hagene Mia Solheim Nicolay Kopfler * Barnekampledere Emma Haugen Toft Oline Vedvik Thea Goutal Ane Lie Billie Lien Petter Blindheim Emil Valdersnes Lærke Molin Magnus Janbu Holthe Willas Arntzen Petra Gellein Oda Wibe Marie Hvamstad Linde Korsveien Anundkås Kristian Dahl Kristoffersen Julie Caroline Brinchmann Celine Gjerstrøm Hedvig Frydenlund Hedvig Gravnås Hedvig Tryti Marie Wennevold Olivia Kopfler Zoe Knigge Teodor Roede
Revisorer Engasjert revisor er Revisorgruppen FMØ Revisjon DA, valgt for hele Ullern IF.	
Representanter i Ullern IF sitt Anleggsutvalg Bernt Jacobsen, Driftsstyret ble avviklet 1.1.24	
Hovedstyret i IF-en: Ullern Håndballs styrerepresentant i Ullern IFs styre: Tonje Haugen	
Dommeransvarlig Frida Haugen Toft	

Virksomhetsområdet til Ullern IF avd. Håndball er drift av idrettslag, med lokalisering i Oslo. Styret mener at årsregnskapet gir et rettviseende bilde av foreningens eiendeler og gjeld, finansielle stilling og resultat.

I samsvar med regnskapslovens § 3-3 bekreftes det at forutsetningen om fortsatt drift er lagt til grunn ved utarbeidelsen av regnskapet.

Arbeidsmiljø og likestilling:

Arbeidsmiljøet blant alle som bidrar i klubben anses som godt. Ullern Håndball har en fast ansatt som både er daglig leder og sportslig leder, leder for Akademiet og Håndballskolene.

Vedkommende bidrar svært positivt også til drift av klubben og er høyt verdsatt av styret og de aktive. Styret har i 2024 bestått av fem kvinner og to menn. Den ansatte er kvinne.

Ytre miljø

Virksomheten medfører verken forurensning eller utslipp som kan være til skade for det ytre miljø.

1. Samlet vurdering av året

Året 2025/26 vitner om god aktivitet.

Avd. håndball deltar i serier og cuper og det arrangeres Ullern håndballskole i skolens ferier. Det er gjennomført håndballskole for 6 - 13 åringer i uke 8, 26, 33 og 40. Det har vært god deltagelse og over 130 barn har satt pris på tilbudet. Tilbudet om Håndballakademi gjennomføres for 9 -13 åringer, her var det 50 deltagere i 2025.

Utvikling og begivenheter

Klubben drives med foreldreinnsats i alle ledd og som tidligere år legges det ned betydelig arbeid av foreldre i de enkelte lag og i klubbens drift forøvrig. Det er den store frivillige innsatsen som legges ned fra vaffel- og ukevakter til trenere og oppmenn samt alle andre funksjoner som gjør det mulig å drive en klubb. Styret gjentar alle tidligere års ønske; måtte det frivillige engasjementet bestå! I år har våre frivillige gjort en formidabel innsats som tilsynsvakter og engasjement for å beholde spillere i idretten lengst mulig.

Hallmangel har gjennom de seneste årene vært avd. største utfordring. I tillegg til Ørakerhallen, Ullern videregående og Ullern Flerbrukshall, disponerer vi gymsaltimer på Lilleaker, Bestum og Lysejordet skole. Avdelingen har også fått tid i Ørakerhallen og Ullern Flerbrukshall på tidlig ettermiddag. Konsekvensen av hallmangel er at yngre spillere får senere treningstid enn ønskelig, selv om de yngste lagene prioriteres til de tidligste timene. I tillegg blir det felles treninger for flere lag, noe vi ser på positivt mtp fremtidig treningssamarbeid.

Klubben har hatt tilsynsvaktordninger hvor vaktene er fordelt i avdelingenes aktive perioder basert på antall aktive utøvere. Det er en til to ganger i året at foreldre blir bedt om å bidra som tilsynsvakter i Ullern Flerbrukshall. I tillegg er det foreldrevakter i Ørakerhallen, hvor foreldrene bidrar mer enn i Ullern Flerbrukshall. Det er en ordning som er godt etablert og fungerer bra.

Det ble høsten 2023 etablert et arbeidsutvalg for å se på anleggsutvikling. Her er alle idrettene representert, og det er månedlige møter sammen med daglig leder i Ullern IF. I 2025 er det fortsatt jobbet med hvordan uteområdene skal brukes ved Ullern Flerbrukshall. Etter at Basket fikk tildelt

en støtte til bygge av Street basket bane, så er det vedtatt i hovedstyret at denne skal etableres bak fotballtribunen. Dette jobbes det fortsatt med, og man har ikke konkludert med oppstart arbeid.

Ullern IF utreder nå muligheten til å etablere en beach håndball bane til ved Øraker skole. Vi er i dialog med Øraker- og Bestum skole for å samarbeide om en best mulig utvikling av dette område sammen, og man har sendt inn søknad om å etablere ny Beach bane i løpet av de neste årene. Det vil da bli mulig å arrangere større beach håndball turneringer for klubben.

Ullern IF søkte om midler til en Tufte park rundt Ullern flerbrukshall, og denne søknaden ble innvilget. Etableringen av Tufteparken er gjennomført i 2024.

Beachhåndball

Klubben fikk i 2016 støtte fra Håndballforbundet region øst og Ullern bydel til å etablere en utendørs beach-håndballbane ved Ørakerhallen. Banen kan lånes ut til naboklubber. Vedlikehold av banen gjøres på dugnad blant våre frivillige. Hver vår arrangerer Ullern håndball nabo cup i beach håndball der Monolitten, Njård og Ullerns lag deltar. Arrangementet i 2024 gikk over 5 dager og spillere født 2015-2010 deltok. Aker/Ullern stilte med 1 Beach-lag i NM i Sandefjord. Ett J18 lag vant bronsefinalen.

Ullern Håndball som arrangør

Avdelingen arrangerer fortsatt den årlige og etterhvert tradisjonsrike nyttårscupen som er en klubbintern aktivitet for alle spillere i alderen 6 – 17 år. Arrangementet har vært gjennomført flere år med stor suksess og er en sosial aktivitet hvor alle har det gøy med håndball. Årets nyttårscup samlet nesten 200 spillere og en stor andel støtteapparat fordelt på to puljer – yngre og eldre lag. Det gikk uante mengder saft, kaker og pølser. Aker TH stilte med rekrutt- og elitespillere og var med som lagledere og dommere hele kvelden.

Vi arrangerte «åpen dag» i forbindelse med kast ballen- prosjektet til NHF i oktober. Her var det ca 60 nye og gamle spillere fra alle nærskoler i alder 6-8 år. Formålet med dette prosjektet var rekruttering.

Ullern Håndball søkte ikke om Intersport Loppetass og Intersport Minirunder arrangement denne sesongen. Vi planlegger å søke om hjemmearrangement neste sesong. Dette er vellykkede arrangementer med gode inntekter for klubben. I løpet av en slik runde er det 20 lag som deltar. Dette er en fin arena for både barnekampledere, nye spillere og foreldre til å bli kjent. I tillegg kommer de yngste og minst erfarne dommerne godt i gang med dømningen, noe som gjør dem forberedt for videre oppdrag.

Den årelange tradisjonen med å delta i en felles klubbturnering utenbys som avslutning på sesongen for lag f.o.m. 9 år og oppover er en viktig begivenhet i Ullern Håndball. I 2025 ble det besluttet at vi igjen skulle dra til Fredrikstad cup, og dette var vellykket både sportslig og sosialt.

Hvert år arrangerer klubben trenersamling for alle trenere i Ullern håndball og vi har som intensjon å gjennomføre 2 slike samlinger hver sesong. I 2025 har vi hatt to slike samlinger i mars og i oktober.

Trenere

Klubben har foreldretrenere for spillere opp til 12/13 år. Ønsket er å få eksterne trenere fra og med 12 år. Som et ledd i utdanningen av nye trenere har de fleste yngre lag fått tilbud om ungdomstrener. I de tilfeller der lagene får tilbud om en ungdomstrener blir det et samarbeid med foreldretrener. Ullern håndball har sesongen 2024/2025 ikke arrangert trener 1 og trener 2 kurs. Vi

har et godt samarbeid med Aker TH (Topp Håndball). Fra Aker TH og Aker rekrutt bidrar totalt 17 spillere og trenere som trenere på yngre lag inkl. målvakttrenere knyttet til ungdomslagene.

Dommere og barnekampledere

Vi har en bra stamme med dommere i klubben p.t. Det ble arrangert ett dommerkurs høsten 2025, der vi fikk 14 nye barnekampledere til klubben. Det var jenter og gutter født i 2009 og 2010 og vi har videreutdannet 2 Dommer 1 fra 2008-kullet gjennom kurs hos annen klubb.

Ambisjonene som ble etablert for 2019/2020 fortsetter inn i 2025:

Vi ansatte våren 2021 en dommerveileder for å styrke det faglige fokus og muligheten for god veiledning også for de eldste dommerne. Dommeransvarlig har kurs for å veilede opp til og med 11-årskamper, veileder skal koordinere kamper, rekruttere nye dommere og ha det faglige ansvaret for alle dommere.

En viktig oppgave hver vår er å verve tilstrekkelig antall dommer 1 for å fylle vår forpliktelse mot regionen. Kort fortalt må vi levere 0,5 dommere pr påmeldt lag over 12 år i seriespill. I tillegg må vi ha 2-3 dommere over 19 år. Dette er alltid en utfordring, og krever innsats god tid forut for 30.4 som er påmeldingsfrist for dommerne.

Ullern justerte våren 2022 satsene for dømning av kamper i egen klubb, nivåinndelt på aldersgruppen man dømmer, og i tillegg har vi innført en bonuslønn for dommere som stiller som kvotedommere for regionen. Dette er i tråd med hva en rekke naboklubber gjør og har gjort i flere år for å knytte dommerne til seg og få mange nok til å stille på kvoten.

Dommeransvarlig er Frida Toft ut sesongen 2025/2026.

Ullern Håndball på nett og i sosiale medier

Klubben har en representant som er ansvarlig for hjemmesiden til Ullern Håndball og Facebook. Det er etablert en egen Facebook-side for klubben samlet og en lukket gruppe for lagkontakter, trenere og dommere. I tillegg har de fleste lagene en lukket Facebook-gruppe som letter den interne kommunikasjonen.

Godt etablerte Spond ble i 2023 besluttet erstattet av Hoopit – et nytt klubbadmin-system med tilsvarende funksjoner som Spond. IF-en har stått i bresjen for dette, har arrangert flere opplæringsrunder med alle lagledere/oppmenn – og systemet er godt i gang for de fleste lag. Målet med dette systemet er å forenkle klubbadministrasjonen, fordi også fakturering av treningsavgifter er inkludert i systemet, og det finnes gode løsninger for å kommunisere med alle grupper/deler av klubben på enklere måte enn tidligere.

I tillegg har Ullern håndball etablert en MS Office 365-løsning med blant annet skylagring av dokumenter, ulike kanaler for organisering i Teams. Dette er en forbedring i forhold til tidligere løsninger av datalagring i klubben. Dette igjen forenkler god dokumentflyt.

Som en ansvarlig aktør har klubben også jobbet med implementering av Idrettsforbundets regler om publisering av bilder og film. Disse er distribuert til alle lag og vi har som mål at alle medlemmer skal inneha nok kunnskap til å følge disse. Vi følger spent med på eventuelt nye retningslinjer rundt strømming/filming av kamper i egen hall, for spillere under 16 år.

Sponsorer

Klubben har i 2025 hatt følgende sponsor

- CC Vest

Ullern Håndball er takknemlig for støtten fra vår lokale sponsor.

Det må i 2026 jobbes aktivt for å finne nye sponsorer.

Fremtidige sponsorene vil være synlige på klubbens kamptrøyer og med bannere i Ørakerhallen og i den nye Ullernhallen. I tillegg brukes tidvis medlemslister til å formidle tilbud fra våre sponsorer.

Leverandør av drakter og bekledning

Klubben har 1.1.25 inngått en 5 årsavtale med Select og Anton Sport Bekkestua.

Sportslig utvalg og sportslig plan

Styret har som del av en planlagt sportslig satsning ansatt en kombinert sportslig og daglig leder med høy sportslig kompetanse i en fulltidsstilling. Stillingen bidrar til at Ullern håndball er en velfungerende klubb. Konkrete oppgaver vedkommende dekker er knyttet til alle lagene både sportslig og praktisk støtte til trenere og lagkontakter. Hun har oppfølging av treningsopplegg/trenings-planer, rekruttering av spillere, oppstart av 6-årslag hver høst, koordinere treningstider, generell informasjonsflyt fra regionen og oppfølging av ungdomstrenere. For alle lag skal daglig leder bidra til blant annet påmelding av lag og lisenser til NHF, forvalte utstyr, koordinere ”lagkontakt og trenernettverket” samt legge til rette for kurs/kompetanse-heving for trenere/lagkontakter/spillere.

I tillegg er vedkommende leder av sportslig utvalg (SU) med hovedansvar for å følge opp lagene og etterlevelse av Sportsplanen. Sportslig leder fokuserer på at den sportslige planen er rammen for hvordan lag og enkeltspillere i Ullern håndball trener og utvikles. SU skal ha minst 3 møter per sesong. Hovedoppgaven til SU er å jobbe for å sørge for god rekruttering og høyt aktivitetsnivå. SU skal også legge til rette for samarbeid med nabolagsklubber. SU har ikke hatt noen møter i 2025, og det skal diskuteres hvordan dette utvalget skal jobbe sammen fremover.

Sportslig og daglig leder er tilstede på alle foreldremøter, i den hensikt å informere og inkludere foreldre, slik at de kan bidra videre rundt lagene sine.

Aker Topp håndball

Ullern Håndball og Aker Topp håndball har et avtalebasert samarbeid som innebærer både sportslig samarbeid og at Ullern støtter Aker TH økonomisk. Aker TH ble etablert i et felles samarbeid mellom Njård og Ullern, men der Njård trakk seg fra samarbeidet etter 2 år. Håndballstyret vurderer at det både sportslig og sosialt er verdifullt med samarbeid. Aker TH bidrar til Ullern med trenere, både lagtrenere og trenere ved andre aktiviteter som håndballskole og kickoff/nyttårscup. De er gode forbilder for alle våre yngre spillere. Ullern håndball er representert i Aker TH sitt styre.

I sesongen 2023/24 ble det gjort en avtale mellom Ullern Håndball og Aker Topp håndball når det gjelder Ullern håndball sitt Jenter 16 årslag. Sesongen 2025/26 består J16 laget av spillere fra Ullern og Njård, samt 2-4 spillere fra Holeværingen. 6 spillere meldte overgang fra andre klubber (Raumnes, Sande og Stabæk og Holmen) I år er de rundt 25 spillere. Laget spiller i regionserie nivå 1 og kvalifiserte seg til Bring-serie som Aker TH J16. Henviser til egen Bringavtale. Det er intensjon om å videreføre tilsvarende avtale for de kommende sesonger.

Det er vedtatt å starte G16 i Aker fra sesongen 26/27.

Miniputt

Merete Langsholt og Kathinka Haltvik startet høsten 2023 et prøveprosjekt med miniputt-håndball for barn født 2019 og 2020; 45 minutter ukentlig aktivitet med fokus på bevegelse og motorikk. Dette har blitt et populært tilbud, og gruppa består i 2025 av 2020, 2021 og 2022-barn.

Gutteløftet 2023-2026

Gutteløftet er et treårig prosjekt i regi av Region Øst hvor målet er å sørge for at flere gutter begynner med håndball, og at flere fortsetter lenger. Ullern har meldt seg på og Merete Langsholt har fått rollen som klubbens Guttehåndballansvarlig. Hun har nå satt ned en “guttegruppe” som både ser på tiltak internt og hvordan vi som klubb kan/skal jobbe ut mot de andre klubbene i vårt område slik at vi kan få et best mulig tilbud for guttene både på kort- og lang sikt.

Mer om Gutteløftet her: <https://www.handball.no/regioner/region-ost/utvikling/guttelofet/>

2. Lagene

Klubben har fra 2019 til 2025 økt medlemstallet betydelig. Økningen skyldes både en grundig oppdatering av medlemsregister og at enkelte lag har hatt en tydelig vekst av antall spillere. Tabell 3 viser utviklingen for det enkelte lag fra mars 2020 til februar 2024.

Medlemsregisteret oppdateres løpende og det er krevende å oppnå et fullgodt bilde av medlemsmassen. Først vises de obligatoriske oversiktene basert på registrerte medlemmer i klubben per 31.12.2023 (Kilden Min Idrett NIF).

Tabell 1: Aktive spillere (alder pr. 31.12.2025)

	4-12 år	13-19 år		
Kvinner	173	121		
Menn	173	30		

Tabell 2: Medlemsutviklingen (totalt antall aktive medlemmer pr årsskifte):

2015	2016	2017	2018	2019	2020	4.3.21	11.3.22	11.3.23.	9.2.24	10.2.25
305	388	420	434	420	499	503	581	664	616	532

Aktive medlemmer = spillere, samt dommere og tillitsvalgte som må være registrert. I tillegg kommer trenere, andre tillitsvalgte og medlemmer som har pause knyttet til studier, verneplikt mm.

Oversikten under viser utviklingen for det enkelte lag fra mars 2020 til februar 2026. Det er variasjon i lagenes størrelse og fordeling mellom gutter og jenter. Det er også variasjon i hvilke skoler som rekrutterer spillere til klubben. For spillere født 2020 starter rekrutteringsarbeidet ved skolestart til høsten.

Tabell 3: Spilleroversikt yngre lag 4-16 år pr 10.2.2024 -Kilde Min Idrett:

Født	2018 J/G	Miniputt	2017 J/G	2016	2015	2014	2013	2012	2011	2010	2009	2008	2007	2005-2002	3.div	
Alderssesongen 2022-23				8 år	9 år	10 år	11 år	12 år	13 år	14 år	15 år	16 år	17 år	17-20 år + 5. div		
JENTER																
22.3. 2020							9	8	16	14	18	29	18			

Årsrapport 2025– Ullern Håndball i Ullern IF

4.3.2 021						11	21	8	29	16	16	28	20	25		
11.3. 2022					24	21	22	7	33	21	21	27	16	22		
5.3.2 023				12	41	28	22	6	27	20	20	22	14	27		
10.2. 24		J/G 32	J/G 12	21	42	33	35		28	20		22	16	13	20	
10.2. 25	51	56	52	20	47	34	27	10	26	9	12	10		31	23	
GUT TER																
22.3. 2020							6	10	7	15	8	15	11			
4.3.2 021						16	11	17	10	14	8	14	12			
11.3. 22					11	20	22	13	12	23	10	20	12			
5.3.2 3				11	12	15	19	8	9	22	11	19	7			
10.2. 24				31	10	14	25		16	20	8	13				
10.2. 25					9	15	22	0	7	12	4	7				

3. Økonomi

Regnskapet for 2025 viser et forsiktig overskudd på 10000. Styret vil legge vekt på følgende forhold. Årsmøte vedtok i 2024 et budsjett med et planlagt positivt resultat på 58 000 kr. Treningsavgiftene ble justert 4-8% avhengig av årsklasse og treningstilbud. Styret har streng kostnadskontroll for å holde treningsavgiftene nede, men det er krevende når det ikke er sponsorer utover CC Vest som bidrar økonomisk til klubben. Akademitilbudet og håndballskolene i feriene gir samlet sett et positivt resultat til klubben som føres tilbake til det sportslige tilbudet. Det vises for øvrig til årsregnskapet for 2025 med tilhørende noter.

4. Fremtidige mål og arbeidsoppgaver

Ullern Håndballs primære oppgaver fremover blir å revidere strategi for klubben, deriblant fokusere på å få et godt dommermiljø og fortsette satsning slik at guttehåndballen skal vokse. Ved siden av god økonomisk styring og de sportslige utfordringene er det en kontinuerlig oppgave å sørge for at flere foreldre engasjeres til å bidra på flere områder. På den måten sikres avdelingens kontinuitet inn i fremtiden. Vi skal ha et sportslig hovedfokus på rekruttering av nye spillere samt utvikling og interne og eksterne trenere.

Det skal fortsatt være et fokus på betydningen av sosialt samhold, det er viktig å ha det gøy med idretten, i tillegg må vi som klubb legge til rette for økt sportslig fokus.

Styret vil arbeide for et fortsatt godt samarbeidsklima med de andre klubbene i Oslo, slik at vi sammen kan realisere målet om at det skal være et godt tilbud for utøvelse av håndball i vårt nærmiljø.

Vi vil også arrangere minst lagkontaktsamling pr. sesong med oppmenn, dommere, og andre ressurspersoner samt styremedlemmene. I tillegg legger styret opp til sosial samling høst og vår for samme gruppe.

Styret vil benytte anledningen til å takke alle trenere, oppmenn, dommere, aktive, foreldre og alle andre som har stått på for håndballavdelingen for solid innsats i 2025. Hjertelig takk!

Oslo, 12. mars. 2026

Styret i Ullern IF Håndball

Tonje Haugen
Leder

Wibecke Johansen
Økonomiansvarlig

Stian Innerdal
Nestleder

Catrine Wiencke
Styremedlem

Kristin Haug
Styremedlem

Bernt Jacobsen
Styremedlem

Merete Langsholt
Styremedlem

Ina Havrevold
Styremedlem