

Vestre Bærum Idrettsforening

Håndballgruppen

Årsmøte 2015

Tid: 16.03.2015 kl. 18.00

Sted: Klubbhuset

Saksliste

1. Godkjenne de stemmeberettigede
2. Godkjenne innkallingen, sakliste og forretningsorden
3. Velge dirigent(er), referent (er) samt 2 medlemmer til å underskrive protokollen
4. Behandle årsmelding, Se vedlegg A
5. Behandle regnskap, Se vedlegg B
6. Behandle forslag og saker, Se vedlegg C
7. Fastsette aktivitetsavgift, Se vedlegg D
8. Vedta budsjett, Se vedlegg E
9. Behandle organisasjonsplan, Se vedlegg F
10. Foreta valg, Se vedlegg G

Vedlegg A



STYRETS ÅRSMELDING 2014



1. VBHKs organisasjon

Styret

VBHKs styre har, som besluttende organ, bestått av følgende roller og personer:

Styreleder	Svein Roar Holt
Nestleder	Geir Cranner
Sportslig leder	Erik Jahre
Markeds- og økonomiansvarlig	Kristin Hofstad
Drifts- og anleggsansvarlig	Geir Cranner
Arrangementsansvarlig	Eva Dyvesether
Kasserer	Camilla Sten
IKT-Ansvarlig	Kristoffer Sunnset
Dommeransvarlig	Esra Erdemir

Utvalg

VBHKs utvalg, har som utøvende organer, bestått av følgende roller og personer:

Markeds- og økonomiutvalget

Markeds- og økonomiansvarlig/Leder	Kristin Hofstad
Kasserer	Camilla Sten
Sponsoransvarlig	Gry Lillegård
Dugnadsansvarlig	Marianne Gjestrud

Drifts- og anleggsutvalget

Drifts- og anleggsansvarlig/Leder	Svein Roar Holt
IKT-Ansvarlig	Kristoffer Sunnset
Medlemslisteansvarlig	Line Dolmseth
Vaktlisteansvarlig RH	Vibecke Selvig
Vaktlisteansvarlig HH	Tanja Haug
Materialforvalter	Britt Torunn Hove

Arrangementsutvalget

Arrangementsansvarlig/Leder	Eva Dyvesether
Arrangementslisteansvarlig	Cecilie Borka
Fellescupansvarlig	Ikke tildelt
Flyballcupansvarlig	Johannes Snilstveit
Innkjøpsansvarlig	Ikke tildelt

Sportslig utvalg

Sportslig leder/ Leder	Erik Jahre
Dommeransvarlig	Esra Erdemir
Trenerrepresentant	Hege Kværneng
Utøverrepresentant	Ikke tildelt
Dommerrepresentant	Ikke tildelt
Håndballskoleansvarlig	Rolf Erik Eriksen
Administrativ ressurs	Ikke tildelt

Ansatte

VBHK har deler av ansvaret for og glede av Per Engelsgaards 50%-stilling som daglig leder.

Medlemmer

VBHK er pr. 15.01.2015 registrert med 480 medlemmer, relativt jevnt fordelt på begge kjønn og i aldersgruppen fra 6 til 62 år.

Lagene

VBHK har hatt spilltilbud til følgende kjønn og aldersgrupper sesongen 2014/15. En rekke av aldersgruppene har vært inndelt i flere lag avhengig av antall utøvere.

Håndballskolen (2007/08), Felles for begge kjønn, men fordelt på 2 grupper basert på geografisk tilknytning.

Jentelag: J - 2006, 2005, 2004, 2003, 2002, 2001, 2000, 1999, 1998, 1997/1996, P33

Guttelag: G- 2006, 2005, 2004, 2003, 2002, 2001, 2000, 1999

Trenere, treningsgruppeledere og lagledere

VBHK har hatt trenere, treningsgruppeledere og lagledere til alle lag, og samarbeidet og samspillet med disse har fungert bra. Det er i perioden gjennomført diverse lagledermøter, ellers så har kommunikasjonen for det meste foregått pr. mail, via Facebook, og vbhk.no etter ferdigstillingen av denne.

2. Årsberetninger

Styreleders beretning

Styret har i samsvar med foreningens tradisjon gjennomført månedlige styremøter, og som med få unntak har blitt gjennomført på klubbhuset den 1. mandagen i hver måned fra kl. 18.00-20.00.

Styret har gjennomført en rekke lagledermøter gjennom året, og hvor ulike temaer har vært belyst og/eller har vært gjenstand for diskusjon. Møtene oppleves som nyttige og styret vil derfor fremover søke å gjennomføre disse med fastsatt frekvens den 1. mandagen i hver måned fra kl. 20.00-21.00.

Styreåret har vært hektisk og utfordrende. Dette først og fremst på bakgrunn av sammenslåingen med håndballgruppen i BVHIF, og de utfordringer som fulgte av at en helt ny gruppe mennesker, som fra før hadde ulik praksis for gjennomføring og forvaltning, skulle besørge gjennomføring av en omforent, sunn, trivelig, god og lovlig klubbdrift. Sekundært følger de utfordringer som fulgte av at medlemsmassen måtte bli kjent med- og tilpasse seg klubbdrift basert på helt nye forutsetninger.

Av styrets viktigste oppgaver har vært å:

- Tilrettelegge for et godt og bredt håndballtilbud for begge kjønn i alle aldre
- Tilrettelegge for god integrering mellom medlemmene fra de to klubbene
- Etablere og forankre en ny styrestruktur basert på utvalgsmodellen
- Etablere omforente "retningslinjer" og styringsdokumenter for videre drift
- Besørge drift i samsvar med årsmøtevedtak og gjeldende styringsdokumenter
- Innføre og etablere KlubbAdmin som administrativt verktøy
- Etablere en ny hjemmeside - vbhk.no - for håndballgruppen
- Tilrettelegge for at håndballgruppen gis gode forutsetninger for videre bærekraftig drift
- Ta del i Idrettsforeningens ansvar og arbeidsoppgaver
- Ta del i eksterne møter og oppgaver relatert til driften av klubben
- Bistå treningsgruppeledere, lagledere, trenere, dommere og medlemmer ved behov

Styret mener å ha lyktes brukbart med å få løst disse oppgavene, samtidig som det nok må erkjennes at klubben trenger ytterligere en sesong eller to før alle nye nødvendige retningslinjer og styringsdokumenter er på plass og alle er tilfredsstillende fornøye med disse.

Det er i perioden vedtatt en strategisk rammeplan og en sportslig plan for klubben. Arbeidet med ajourføring av disse samt utarbeidelse av nødvendige underliggende sportslige utviklingsplaner er igangsatt. Resultatet av dette arbeidet er planlagt fremlagt for vedtak på årsmøtet 2015.

Daglig leders beretning

VBHK har vært gjennom et hektisk, men utviklende år. Styrets beretning beskriver utviklingen på sportslig side, men også på administrativ side har det skjedd en del som forhåpentligvis vil gjøre hverdagen lettere, både for de aktive, deres foresatte, klubbens styre og administrasjon. Jeg tenker da først og fremst på innføringen av nytt medlemsregister og med dette; nye betalingsløsninger for medlemskontingent, treningsavgift mm. I en overgangsfase har det vært utfordringer for våre medlemmer å komme inn på Min Idrett, men når først brukere/profiler er opprettet, vil dette fungere helt utmerket (vi må bare huske brukernavn og passord). Gevinsten får vi på flere fronter; enklere å kommunisere med våre medlemmer, rimeligere, flere mulige betalingsmåter (kredittkort, bankbetaling, giro mm) osv. Vi må imidlertid ta dette i bruk – dvs. opprette en bruker pr familie og finne fakturaene som kommer her ... og betale dem. Det vil kun helt unntaksvis sendes ut giro pr mail e.l. Klubben er helt avhengig av disse inntektene - uten disse inntektene kan vi ikke opprettholde det relativt høye aktivitetsnivået vi har.

Likeledes er det etablert nye rutiner for å søke politiattest. Dette skal nå være svært enkelt - ingen trenger lenger stille opp på politikammeret og stå i lange køer. Ved å logge seg inn som når du f.eks. skal levere selvangivelsen, kan vi nå søke på et par minutter. Dokumentasjon på behovet får alle ved en kort mail til daglig leder. Når dette nå er så enkelt er det for tynt at nesten halvparten av våre trenere/lagledere/ressurspersoner fortsatt ikke har skaffet slike attester. Dette må vi bli mye bedre på - vi gjør dette for å sikre barna våre - det må være i alles interesse! At det juridisk sett ikke er lov å bruke trenere/lagledere uten slik attest er selvsagt også et vesentlig poeng.

Vi har en del unge trenere i klubben og disse gjør en flott jobb og er forbilder for våre enda yngre utøvere. Som arbeidsgiver for disse unge kan vi nok bli mer profesjonelle. For å formalisere ansettelsesforholdet med disse unge trenerne må vi selvsagt ha kontrakter på plass. Dette (sammen med politiattest) er grunnlaget for utbetaling av lønn. Her kan vi i styre, utvalg og administrasjon bli flinkere til å få på plass kontrakter på et tidlig tidspunkt, be om politiattester og iverksette lønnsutbetaling uten at trenerne skal måtte purre på dette flere ganger.

Markeds- og økonomiutvalgets beretning

Håndballgruppen har hatt god økonomi gjennom hele 2014. Det viste seg ved årsslutt at gruppas inntekter hadde oversteget utgiftene med nesten kr 350 000. Det presiseres imidlertid at det ble overført kr 250 000 fra BVHIF- Håndballgruppens egenkapital, og at det rent driftsmessige overskuddet således er vesentlig mindre. Etter styrets oppfatning er det imidlertid ikke noen målsetting å oppnå store overskudd ut over det som er nødvendig for å sikre god likviditet og handlingsrom. Deler av overskuddet foreslås derfor tilbakeført til treningsgruppene samt avsatt til innkjøp av bortedrakter og til innkjøp av kjøkkeninnredning og -utstyr til nytt kjøkken i Helsethallen. For nærmere detaljer om regnskapet vises til sak 5.

Som det fremgår av sak 7 om treningsavgift (aktivitetsavgift) ble denne for inneværende sesong satt kraftig ned i forhold til tidligere satser i Helset IF. Dette for å tilpasse satsene til det nivået som tidligere medlemmer i BVHIF var vant til. BVHIF hadde imidlertid god erfaring med gjennomføring av felles dugnad i form av salg av toalettpapir og tørkeruller, og slik dugnad ble derfor lagt inn i budsjettet for 2014 som kompensasjon for reduserte treningsavgifter.

Markeds- og økonomiutvalget tar selvkritikk på valg av tidspunkt for gjennomføring av dugnaden (i desember måned) og sen og mangelfull informasjon om selve gjennomføringen. Når det er sagt, så er utvalget av den oppfatning at en netto inntekt på kr 140 000 fra dugnaden er en god fortjeneste i forhold til den belastningen dugnaden var for medlemmene og det arbeidet utvalget la i organiseringen. For å kunne holde treningsavgiften på omtrent samme nivå for neste sesong, er det i forslag til budsjett forutsatt to slike dugnader i 2015, se sak 8. Dette forventes å generere en netto inntekt på ca. kr 260 000, dvs. ca. kr 700 pr. medlem. Tilsynsvakter i Rykkinnhallen avvikles

fra sesongen 2015/2016, men det er sannsynlig at vi samtidig overtar hele driftsansvaret for Helsethallen.

Driftsutvalgets beretning

Klubbhuset

VBHK har benyttet klubbhuset som administrativt samlingspunkt og i forbindelse med gjennomføring av diverse sosiale aktiviteter mv. Flere av lagene våre har eksempelvis hatt sosiale samlinger i forbindelse med TV-sendte håndballkamper og dertil hørende festligheter med overnatting. Klubbhuset fremstår således som et sentralt og kjærkomment samlingspunkt for VBHKs medlemmer og øvrige støttepersoner.

Håndballbodene

VBHK har utstyrsboder i Rykkinnhallen og Helsethallen. Her finnes klubbens utstyr tilgjengelig for utlån til de ulike treningsgruppene. Begge bodene kan med fordel rustes opp- og ryddes i. Dette vil i så fall gjøre utstyret mer tilgjengelig, og enklere å holde i orden. Dette vil sannsynligvis også kunne skape rom for innkjøp av ytterligere utstyr.

Treningsarenaer/ treningstid

VBHK er av Bærum kommune tildelt treningstid i Helsethallen og Lesterudhallen. Treningstiden i Rykkinnhallen følger av samarbeidsavtalen med BVHIF. I tillegg til dette har styret besørget noe ekstra treningstid i lokale gymsaler (Belset skole og Gullhaug skole).

Tildelt og tilgjengelig treningstid har - som alltid - vært svært begrenset, men det har lyktes styret å fordele "rimelig" med treningstid til alle treningsgrupper. Det har det inneværende året for styret ikke vært tema å skulle betale for ekstra halltid, med de merkostnader dette innebærer.

Tilsynsvakter

Første halvår av 2014 hadde VBHK tilsynsvaktansvaret i Helsethallen. VBHK har videre løpende, hver 3. uke, hatt ansvar for tilsynsvaktene i Rykkinnhallen høsten 2014. I tillegg har vi hatt tilsynsvaktansvar i forbindelse med gjennomføring av "åpen hall" fredagskveldene gjennom året.

Dette arbeidet, som har vært basert på dugnadsinnsats fra våre medlemmer, er blitt gjennomført på en god måte, og har gitt oss kjærkomne og helt nødvendige inntekter.

Klistervask

Det er i samsvar med inngått avtale med Bærum kommune gjennomført kontinuerlig klistervask i Helsethallen. Dette arbeidet, som har vært basert på dugnadsinnsats fra våre medlemmer, har blitt gjennomført på en god måte, selv om det må erkjennes at frekvensen har vært lavere enn det som ønskelig er. Bedre rutiner for dette er nå utarbeidet for å sikre dette i tiden fremover.

Utstyr

VBHK har rettet henvendelser til alle spillergruppene med spørsmål om behov/ønske om innkjøp av ytterligere utstyr. Styret har ikke mottatt tilbakemeldinger som har medført investeringer i utstyr inneværende år. Dette med unntak av mindre sporadiske innkjøp for å opprettholde eksisterende utstyrsbeholdning.

I samsvar med avtale inngått med BVHIF og jf. vedtatt budsjett, er det kjøpt inn nye blå spillerdrakter, shorts og strømper til samtlige av våre utøvende medlemmer. Spillerdrakter og shorts er VBHKs eiendom, og skal samles inn og omorganiseres for utdeling før hver nye sesong.

IKT

VBHK har i løpet av 2014 registrert alle medlemmene i KlubbAdmin. Inn- og utmeldinger, faktureringer og kommunikasjon med medlemmene vil på denne bakgrunn bli mye enklere

fremover. Styret har dessuten utviklet og publisert en ny hjemmeside – vbhk.no - som bidrar til at informasjonsflyten til alle våre medlemmer og ressurspersoner er blitt forenklet.

Sportslig utvalgs beretning

31 lag har deltatt i ordinært seriespill og 14 lag i Minirunder/Loppetass gjennomført i regi av Norges Håndballforbund. I tillegg har ett lag deltatt i temaserien og 4 lag i IØR-cup.

Etter ordinær serieoppmelding har vi trukket 2 lag fra seriespill (ett J12 og ett J16 lag). 2 av 6 lag som har spilt nivå 1 (G12 og G13) har klart kvalifisering til A-sluttspill. De fire andre ligger helt i topp i sine B-sluttspill. Sett i lys av at mange lag har måttet bruke store deler av sesongen på å bli samspilt, så oppfattes dette som gode resultater.

Klubben har noen svake årganger. Blant annet har ikke klubben noe eget tilbud til J04 hverken på Rykkinn eller Helset, ikke noe G06 tilbud på Rykkinn eller J05 tilbud på Helset. Deltakelsen på håndballskolen er også bekymringsfull, og det er lite som tyder på at vi klarer å danne "bærekraftige" grupper lokalt på Rykkinn og Helset av de som er 7 år og egentlig ferdige med håndballskolen til våren. Det må derfor jobbes vesentlig bedre med rekruttering fremover.

Treningsforholdene vurderes som tilfredsstillende. Utenfor sesong (15 mai til 20. august) benyttet vi kun Helsethallen og disponerte da hele hallen. I denne perioden fikk alle lag tildelt den mengden treningstid de ønsket seg. I sesong har klubben disponert 49,5 timer halldid og 15,5 timer gymsaltid. Av dette har hhv 4,5 og 2,5 timer stått ubrukt. Alle treningsgrupper har fått tildelt det antall treningstimer som de ønsket seg. Dessverre var en stor andel av våre timer ugunstig plassert mellom 16-18 i Rykkinnhallen. Utover "lagstreninger" har klubben tilbudt teknikktraining til årsklassene 02, 03 og 04 og egen keepertrening fra høstferien. Det har generelt vært godt oppmøte på disse treningene og det vurderes som et positivt og vellykket tiltak.

Treningsmiljøet er ikke optimalt. Helsethallen er ofte enten veldig tilsmusset av klister eller for glatt. Glatt gulv kommer av for mye såpe ved vask og for sjelden mopping av støv. Trenere og lagledere må bli flinkere til å sørge for mopping av gulvet. Det er heller ikke optimalt å dele Rykkinnhall A i to treningsflater da den har veldig dårlig støyskjerming. I den grad det er mulig bør vi forsøke å unngå at yngre lag deler treningstid i hall A.

Fasiliteter for å drive styrketrening er en mangelvare, men for sesongen 15/16 bør anleggsutvalget søke om treningstid i styrkerommet på Rud idrettspark for lag som ønsker dette. Forutsetningen for å søke er at utøvere er over 14 år og at treneren er over 18 og skolert i styrketrening.

Dommersituasjonen i klubben er tilfredsstillende. Vi har 12 kvotedommere og 30 barnekampveiledere. Klubben skaffer selv dommere til alle kamper t.o.m. 12 år og det er aldri problemer med å få fordelt dommere. Forbundets krav (basert på antall lag) er 8 dommere, mens prognosen for sesongen 15/16 er 13 dommere. Det er store bøter for å ikke ha nok dommere så det er viktig å fortsette målrettet jobbing med dommerrekruttering.

Det er en utfordring å få tak i nok kvalifiserte trenere. Det er mange foreldre som stiller opp og gjør en viktig jobb for barna, men ideelt sett skulle vi ønsket oss en større andel "profesjonelle" trenere. Dette er dessverre veldig vanskelig å få tak i. Vi har jobbet aktivt med rekruttering gjennom nettverk og åpent via håndballforbundet, og i diverse trenerfora på Facebook. Erfaringsmessig kommer suksessen når vi rekrutterer via kjente. Av flere årsaker har vi vært nødt til å rekruttere nye trenere gjennom sesongen, noe vi alltid har klart, så ingen lag har stått uten trenere. Hele 9 ungdommer fra klubben stiller opp som trenere, og vi har hatt 5 deltakere på del 1 (barnetrener) av håndballforbundets Trener 1 kurs.

Sportslig utvikling på klubbnivå har dessverre ligget brakk første året, men det har vært jobbet med en revidert sportslig rammeplan frem mot årsmøtet.

Arrangementsutvalgets beretning

I sesongen 14/15 vil det bli avholdt totalt 34 arrangementer i Helsethallen og 25 arrangementer i Rykkinnhallen i forbindelse med gjennomføring av regionens seriekamper. Vi har som del av dette hatt et kiosk/kafeteriatilbud som service til publikum, og som inntektsgrunnlag for klubben. Dette er gjennomført basert på dugnadsinnsats fra foreldre og styremedlemmer, som sammen har hatt gjennomføringsansvar for dette.

Ca. 20 lag i VBHK fra J/G 8 år – J/G 15 deltok våren 2014 i Messe Cup, Tønsberg. En vellykket cup på alle måter. En sosial og miljøskapende samling for håndballgruppen med felles grillaften på lørdag for supportere, ledere, søsken og spillere.

Vi har dessuten arrangert interne flyballcuper i juni og januar, og som vi har veldig positive erfaringer med. Disse arrangementene legger på en god måte til rette for at håndballgruppen blir bedre kjent på tvers av kjønn og alder.

Helsethallen er under ombygging, og vi får et nytt fint kjøkken til arrangementene våre fra og med neste sesong.

3. VBHK i 2015

Styret håper at alt det administrative arbeidet som er nedlagt i løpet av 2014 danner et godt grunnlag for at vi i 2015 i større grad kan fokusere på og prioritere det sportslige utviklingsarbeidet.

Vi håper videre at vi i 2015 lykkes med å forankre enn sportslig og administrativ «klubbprofil» slik at alle klubbens medlemmer vet hva som gjelder enten man er utøver, dommer, trener, lagleder, treningsgruppeleder, styremedlem, utvalgsmedlem, forelder eller supporter tilknyttet klubben.

Avslutningsvis presiseres det at trivsel er vår viktigste måleparameter for suksess. Vi planlegger således å tilrettelegge for økt grad av trivsel for alle klubbens medlemmer og ressurspersoner.

Vedlegg B

REGNSKAP 2014

Resultatregnskapet for VBHK viser et overskudd på kr 348 142 mot et budsjettert resultat på kr 12 000.

Det ble ved fremleggelsen av budsjettet for 2014 gitt uttrykk for at den forventede overgangen av medlemmer fra BVHIF til Helset IF fra sesongen 2014/2015 skapte en større usikkerhet i budsjetteringen enn normalt, og at styret derfor fulgte prinsippet om å være mer konservativ i vurdering av inntekter enn kostnader. Det viser seg da også at det store overskuddet grovt sett skyldes at driftskostnadene har vært nesten kr 400 000 lavere enn budsjettert.

En vesentlig faktor her er noen færre medlemmer og forholdsmessig flere yngre medlemmer enn det som ble lagt til grunn ved budsjettet. En mer spesifikk forklaring på avvik fremgår imidlertid av notene til regnskapet. Der er det også gitt nærmere omtale av hva som inngår i de største regnskapspostene.

VBHK har hatt god likviditet gjennom hele 2014, dvs. mer enn tilstrekkelig med midler på konto til å kunne betale løpende forpliktelser etter hvert som de forfalt. Mottak av ca. kr 260 000 av håndballgruppens midler i BVHIF har vært en vesentlig faktor her. Beløpet er i hovedsak benyttet til finansiering av nye drakter i forbindelse med omprofilering til «Vestre Bærum Håndballklubb».

Styrets forslag til disponering av årsresultatet

Styret har ikke til hensikt å disponere over større ressurser enn nødvendig for fornuftig drift av klubben, og ønsker derfor å tilbakeføre deler av overskuddet til medlemmene i form av støtte til treningsgruppene. Videre har styret mottatt signaler om at det er ønskelig at lagene har bortedrakter ettersom man møter mange lag med blå drakter. Videre vil klubben få nytt kjøkken til bruk ved arrangementer i Helsethallen som man trenger utstyr til. Basert på dette har styret følgende forslag til disponering av resultatet (*NB! avsetningene er ikke hensyntatt i vedlagte regnskapsrapporter*):

Årsresultat	kr 348 142
Avsetning til fordeling treningsgruppene	kr 100 000
Avsetning til innkjøp av bortedrakter	kr 90 000
Avsetning til kjøkkeninnredning og -utstyr	<u>kr 60 000</u>
Årsresultat etter avsetninger	kr 98 142

Ny egenkapital etter avsetninger blir i så fall kr 652 000.

Avsetningen til treningsgruppene er tenkt utbetalt ca. 15. april 2015 fordelt etter antall medlemmer som pr. 1. april har innbetalt treningsavgift for inneværende sesong.

Bortedrakter er planlagt kjøpt inn med 12 drakter pr. lag fra og med 12 år.

Resultat

Dato: 18.02.2015

Periode: 1 - 12
Regnskapsår: 2014

Side: 1

Konto	Tekst	Reelt i periode	Budsjett i periode	Avvik i perioden
Driftsresultat				
	Driftsinntekter			
	Salgsinntekter			
3000	Treningsavgift	-888 925,00	-725 000,00	58 075,00
3100	Billettinntekter arrangement	-153 453,00	-150 000,00	-3 453,00
3250	Salg - kafeteria	-40 323,00	-50 000,00	9 677,00
3400	Offentlig tilskudd/refusjon	-86 773,00	-70 000,00	3 227,00
3510	Sponsor/Reklame	-18 200,00	0,00	-18 200,00
3511	Dugnad	-403 600,00	-450 000,00	46 400,00
3530	Tilsynsvakt	-90 950,00	-125 000,00	34 050,00
3590	Andre inntekter	-284 528,00	-200 000,00	-84 528,00
	SUM Salgsinntekter	-1 704 752,00	-1 770 000,00	65 248,00
	SUM Driftsinntekter	-1 704 752,00	-1 770 000,00	65 248,00
	Driftskostnader			
	Varekostnad			
4110	Seriespill/Særutgifter	207 117,00	260 000,00	-52 883,00
4120	Startkontingent og cuper	32 500,00	80 000,00	-47 500,00
4150	Dommere, eksterne, direkteutgifter	101 341,00	100 000,00	1 341,00
4160	Dommere, egne, direkteutgifter	1 095,00	0,00	1 095,00
4180	Trenere/lagledere, egne, direkteutgifter	0,00	3 000,00	-3 000,00
4200	Bøter	20 250,00	25 000,00	-4 750,00
4210	Refusjon av bøter fra lag/spiller	-3 750,00	0,00	-3 750,00
4510	Drakter/gensere	204 442,00	200 000,00	4 442,00
4520	Premier	0,00	10 000,00	-10 000,00
4530	Diverse materiell	8 092,40	0,00	8 092,40
4600	Leie av Haller	64 330,00	140 000,00	-75 670,00
4611	Dugnadsutgifter	171 300,00	324 000,00	-152 700,00
4650	Innkjøp til kafeteria	28 860,00	36 000,00	-7 140,00
	SUM Varekostnad	835 577,40	1 178 000,00	-342 422,60
	Lønnskostnad			
5500	Trenere, egne, lønn	92 500,00	100 000,00	-7 500,00
5501	Trenere, egne, godtgjørelse	144 179,95	250 000,00	-105 820,05
5503	Trenere, eksterne - samarbeidslag o.l.	1 000,00	10 000,00	-9 000,00
5520	Refusjon trenerutgifter fra lagene	0,00	-75 000,00	75 000,00
5530	Leder Helset, lønn	94 130,00	100 000,00	-5 870,00
5700	Fritak treningsavgift	59 100,00	120 000,00	-60 900,00
	SUM Lønnskostnad	390 909,95	505 000,00	-114 090,05
	Andre driftskostnader			
6300	Anlegg, driftsutgifter	3 116,00	2 000,00	1 116,00
6400	Anlegg, leieutgifter	0,00	2 000,00	-2 000,00
6800	Kontor - drift	11 955,00	13 000,00	-1 045,00
6850	Møteutgifter "håndballens organer"	0,00	2 000,00	-2 000,00
7700	Kurs/Utdanning/Seminar	8 590,00	35 000,00	-26 410,00
7730	Interne overføringer	103 200,00	0,00	103 200,00
7750	Andre kostnader/Diverse	11 983,92	20 000,00	-8 016,08

Resultat

Dato: 18.02.2015

Side: 2

Periode: 1 - 12
Regnskapsår: 2014

Konto	Tekst	Reelt i periode	Budsjett i periode	Avvik i perioden
7830	Konstaterte tap på fordringer	540,00	5 000,00	-4 460,00
	SUM Andre driftskostnader	139 384,92	79 000,00	60 384,92
	SUM Driftskostnader	1 365 872,27	1 762 000,00	-396 127,73
	SUM Driftsresultat	-338 879,73	-8 000,00	-330 879,73

Finansinntekt og -kostnad

Finansinntekter				
Renteinntekter				
8000	Finansinntekter	-9 262,31	-5 000,00	-4 262,31
	SUM Renteinntekter	-9 262,31	-5 000,00	-4 262,31
	SUM Finansinntekter	-9 262,31	-5 000,00	-4 262,31
Finanskostnader				
Rentekostnader				
8100	Finansutgifter	0,00	1 000,00	-1 000,00
	SUM Rentekostnader	0,00	1 000,00	-1 000,00
	SUM Finanskostnader	0,00	1 000,00	-1 000,00
	SUM Finansinntekt og -kostnad	-9 262,31	-4 000,00	-5 262,31
	Årsresultat	-348 142,04	-12 000,00	-336 142,04
	Avsetninger	0,00	0,00	0,00
	Årsresultat etter avsetninger	-348 142,04	-12 000,00	-336 142,04

Balanse

Dato: 18.02.2015

Periode: 1-12

Side: 1

Regnskapsår: 2014

Konto	Tekst	Inngående balanse	Reelt i periode	Utgående balanse
Eiendeler				
<u>Omløpsmidler</u>				
Fordringer				
1500	Kundefordringer	132 295,00	600 305,00	732 600,00
	SUM Fordringer	132 295,00	600 305,00	732 600,00
Bankinnskudd, kontanter o.l.				
1900	Kasse - Helsethallen (Billettsalg og kafeteria)	2 300,00	27 948,00	30 248,00
1901	Bankkonto nr 1627.10.70962	118 957,32	10 379,68	129 336,98
1902	Bank, Pengemarkedskonto, 1644.07.09994	457 050,35	-195 086,27	261 964,08
1903	Egenkapital, Verket CUP	3 000,00	0,00	3 000,00
1904	Kasse - Rykkinnhallen (billettsalg og kafeteria)	0,00	12 650,00	12 650,00
	SUM Bankinnskudd, kontanter o.l.	581 307,67	-144 108,61	437 199,06
	SUM Omløpsmidler	713 602,67	456 196,39	1 169 799,06
	SUM Eiendeler	713 602,67	456 196,39	1 169 799,06
Egenkapital og gjeld				
<u>Egenkapital</u>				
Over-/underskudd				
8800	Utdisponert årsresultat (overskudd)	0,00	-348 142,04	-348 142,04
	SUM Over-/underskudd	0,00	-348 142,04	-348 142,04
Opptjent egenkapital				
2040	Gruppens Egenkapital	-738 068,31	0,00	-738 068,31
2050	Annen egenkapital	183 816,89	0,00	183 816,89
	SUM Opptjent egenkapital	-554 251,42	0,00	-554 251,42
	SUM Egenkapital	-554 251,42	-348 142,04	-902 393,46
<u>Gjeld</u>				
Kortsiktig gjeld				
2400	Leverandørgjeld	-129 351,25	-108 054,35	-237 405,60
2950	Fondsavsetninger	-30 000,00	0,00	-30 000,00
	SUM Kortsiktig gjeld	-159 351,25	-108 054,35	-267 405,60
	SUM Gjeld	-159 351,25	-108 054,35	-267 405,60
	SUM Egenkapital og gjeld	-713 602,67	-456 196,39	-1 169 799,06

NOTER

Anvendt regnskapsprinsipp

Regnskapet er ført etter regnskapsprinsippet. Dette innebærer at inntekter som er opparbeidet i 2014 er registrert i regnskapet uavhengig av om beløpene er mottatt i perioden. Tilsvarende er kjente utgifter som er påløpt i 2014 kostnadsført uavhengig av om de er betalt i perioden. Dette innebærer at regnskapet viser fordringer og gjeld som i stor grad er forårsaket av slik periodisering.

Kommentarer til enkelte inntektsposter

3000 – Treningsavgift

Treningsavgift (også kalt aktivitetsavgift) er bokført med kr 666 925 mot budsjettert kr 725 000, dvs. kr 58 000 lavere enn budsjettert. Hovedårsaken til avviket er ca. 30 medlemmer færre enn det som ble lagt til grunn i budsjettet og at medlemmene er relativt yngre og følgelig betaler lavere satser. Treningsavgift for sesongen 2014/2015 er bokført som inntekt på kr 678 800 basert på et medlemstall på 390 medlemmer pr. februar 2015. Treningsavgiften ble først fakturert på nyåret 2015, men inntekten anses opparbeidet i 2014 og er følgelig resultatført i tråd med dette. Basert på gjennomgang av restanser relatert til sesongen 2013/2014 er imidlertid inntekten redusert med tilbakeførte krav på ca. kr 12 000, dvs. krav som ikke skulle vært fakturert.

3510 – Sponsor/Reklame

To lag har sørget for sponsoravtale som er fakturert fra klubben, dette utgjør en ikke budsjettert inntekt til de spesifikke lagene på vel kr 18 000.

3511 - Dugnad

Dugnadsposten viser kr 46 000 lavere inntekt enn budsjettert. Posten var i utgangspunktet kun budsjettert med inntekter knyttet til felles dugnad med salg av doruller og tørkepapir. I posten inngår imidlertid også honorar opparbeidet til spesifikke lag for parkeringsvakt-tjeneste ved Bærum Verk Handelssenter og for søppelplukking for Bærum kommune, til sammen kr 92 300. Inntekter av «dorulldugnaden» utgjorde følgelig vel kr 311 000, og er i underkant av 150 000 lavere enn budsjettert. Dette må imidlertid ses i sammenheng med dugnadsutgiftene (post 4611) som var tilsvarende lavere enn budsjettert. Netto resultat for fellesdugnaden utgjorde følgelig kr 140 000 (!), som budsjettert.

3530 - Tilsynsvakt

Årsaken til at inntekter av tilsynsvakter er lavere enn budsjettert, er at det forelå usikker informasjon om forventede inntekter fra vakter i Rykkinnhallen på budsjettidspunktet.

3590 – Andre inntekter

Posten andre inntekter er i praksis kontantbidrag mottatt fra BVHIF ifm. at deres håndballgruppe ble lagt ned ved opprettelse av VBHK. Årsaken til avviket er at det forelå usikkerhet mht. hvilket beløp som ville bli overført.

Kommentarer til enkelte kostnadsposter

4110 - Seriespill/Særutgifter

Utgiftene til seriespill ble på vel kr 207 000, i underkant av kr 43 000 lavere enn budsjettert. Færre og yngre medlemmer og følgelig færre lag i seriespill enn det som ble lagt til grunn i budsjettet, er årsaken.

4120 – Startkontingent og cuper

Også forbrukt beløp til påmeldingsavgift til cuper («startkontingent og cuper») er vesentlig lavere enn budsjettert, vel kr 32 000 mot budsjett kr 80 000. Dette skyldes nok i hovedsak at de største utgiftene kommer i vårhalvåret, og at økte utgifter som følge av nye medlemmer fra BVHIF først får virkning i regnskapet for 2015 (altså litt feil periodisering i budsjetteringen).

4510 – Drakter/gensere og 4530 – Diverse materiell

Regnskapet viser utgifter til diverse materiell på i underkant av kr 9 000 som det tilsynelatende ikke er tatt høyde for i budsjettet. Dette dreier seg om utgifter til bl.a. radar til måling av fart på ball, håndballer til håndballskolen og bager med logo til 2 lag. I budsjettet var imidlertid materiell egentlig innbakt i summen på kr 200 000 for drakter/gensere. Det er følgelig innkjøp av nye drakter til alle medlemmene som i praksis har blitt noe dyrere enn budsjettet.

4611 - Dugnadsutgifter

Dugnadsutgiftene var budsjettetert til å utgjøre ca. 72 % av salgsinntektene fra dorulldugnaden. Både det at salgsvolumet ble lavere enn budsjettetert, og at en del medlemmer valgte å kjøpe seg fri fra salg, medførte at utgiftene ble betydelig lavere enn budsjettetert. Som nevnt over ble imidlertid netto inntekt av dugnaden i tråd med budsjettet.

5500, 5501 og 5503 – «Trenerlønn og godtgjørelse»

Bokførte kostnader for lønn og godtgjørelse til trenere ble samlet sett i underkant av kr 238 000, hele kr 121 000 lavere enn budsjettetert. Dette har bl.a. sammenheng med at det er budsjettetert for en større andel av «profesjonelle» trenere enn det man har hatt gjennom året, men det skal også sies at det ikke var enkelt å budsjettere disse postene pga. usikkerhet omkring medlemstall og antall lag ifm. at BVHIFs håndballspillere skulle innlemmes i klubben fra høstsesongen. Videre er det enkelte trenere som foreløpig ikke har fremlagt krav om godtgjørelse for utgifter de har hatt i høstsesongen, noe som medfører at kostnader på anslagsvis kr 20 000 forskyves til 2015.

5520 – Refusjon trenerutgifter fra lagene

Da det ble klart at trenerutgiftene ble så vidt mye lavere enn budsjettetert, ble det besluttet å ikke kreve refusjon fra lagene for 2014.

5700 – Fritak treningsavgift

Fritak for treningsavgift er bokført med kr 59 100 mot budsjettetert kr 120 000. Fritak gis for treningsavgift for inntil 2 barn pr. treningsgruppe (barn av treningsgruppeleder og foreldretrener) samt for inntil 1 barn pr. styremedlem. Årsaken til det relativt store budsjettavviket er at det er færre treningsgrupper enn det som ble lagt til grunn i budsjettet, at snittbeløp for fritak er lavere og at færre oppfyller vilkår for fritak.

6300 – Anlegg driftsutgifter

Oppstart av klistervask i Helsethallen ble dessverre forsinket for inneværende sesong. Dette medførte behov for en ekstraordinær storrengjøring, og styret tilbød derfor kr 3 000 i honorar til det laget som meldte seg frivilling til jobben. Dette beløpet er kostnadsført her.

6800 – Kontor - drift

Posten på i underkant av kr 12 000 gjelder i stor grad utgifter til etablering av VBHKs nye nettside (kr 7 500).

7730 – Interne overføringer

Det er bokført en ubudsjettetert kostnad på hele kr 103 000 relatert til «interne overføringer». Dette er rett og slett motposten til bokførte inntekter som egentlig tilhører spesifikke lag, jf. tidligere nevnte sponsorinntekter, inntekter fra søppeldugnad og parkeringsvakt-oppdrag. Det er lagene som disponerer disse midlene, ikke klubben «sentralt».

7750 – Andre kostnader/Diverse

Under andre kostnader/diverse som utgjør i underkant av kr 12 000, utgjør ulike kontingenter (NHF og Region) kr 6 500, mens kr 3 000 gjelder innkjøp av fryser til kiosksalget i Rykkinnhallen.

Kommentarer til enkeltposter i balansen pr. 31.12 2014

1500 - Kundefordringer

Det er bokført kundefordringer på hele kr 712 000. Av dette utgjør treningsavgift for sesongen 2014/2015 kr 600 000 (inntekt med fradrag for fritak), dette fordi fakturering først ble foretatt i 2015. Øvrige vesentlige poster er kr 45 000 i honorar fra Bærums Verk Drift for parkeringsvakt-

oppdrag, i underkant av kr 30 000 fra BVHIF for tilsynsvakter i Rykkinnhallen og om lag kr 30 000 til gode fra enkelte lag i tilknytning til dorulldugnaden (innbetalt i 2015).

2400 - Leverandørgjeld

Bokført leverandørgjeld kr 237 000 er for en stor del knyttet til kostnader bokført omkring årsslutt, men hvor utbetalingen skjer tidlig i 2014. De største beløpene er kr 65 000 i gjeld til trenere ifm. tilbakeholdt lønn i påvente av signert kontrakt og/eller forevist politiattest samt mottatt krav om godtgjørelse som ikke var utbetalt ved årsskiftet. Vel kr 30 000 gjelder fakturert halleie og et trenerkurs i barnehåndball fra NHF, mens i underkant av kr 21 000 gjelder faktura fra Verket Sport for trykk på innkjøpte drakter. Øvrig bokført gjeld er for en stor del mellomværende mot enkeltlag knyttet til oppgjør for mottatte sponsormidler og dugnadshonorar samt noe oppbevarte midler for lagene i påvente av avklaring mht. lagkontoer.

VEDLEGG C

Forslag og saker til behandling på årsmøtet 2015

1. Behandling av ajourført sportslig rammeplan for 2014-2019

Forslag fra styret basert på prosess gjennomført i samarbeid med klubbens trenerforum

Sportslig rammeplan har vært gjenstand for mindre ajourføring, samtidig som det er utarbeidet sportslige utviklingsplaner for håndballgruppens ulike årstrinn. Som del av dette arbeidet er planen dessuten ajourført med føringer for etablering av et satsningstilbud for de av våre medlemmer som ønsker et tilbud utover det generelle breddetilbudet.

Forslag til vedtak:

Ajourført Sportslig rammeplan datert 07.03.2015 med tilhørende sportslige utviklingsplaner godkjennes av årsmøtet som nytt sportslig styringsverktøy for perioden 2015-2020.

Forslag til ny sportslig rammeplan med tilhørende sportslige utviklingsplaner er vedlagt som vedlegg H.

Vedlegg D

Fastsettelse av aktivitetsavgift for sesongen 2015/16

Nivået på aktivitetsavgiften (treningsavgiften) ble for sesongen 2014/2015 satt med forutsetning om at det ikke skulle bli dyrere for spillerne pga. sammenslåingen. Satsene ble derfor satt til BVHIF-nivå redusert med kr 200 for at BVHIF-spillere skulle få kompensasjon for å måtte betale medlemskontingent i to klubber i 2014. For sesongen 2015/2016 foreslår styret kun en oppjustering med disse kr 200.

Tabellen nedenfor viser styrets forslag sammenholdt med satsene de to foregående sesonger:

Lag	Nye satser 2015/2016	Satser 2014/2015	Satser 2013/2014 Helset IF
Håndballskolen (Satsene inkluderer ball og T-skjorte)	Kr 600	Kr 600	Kr 1600
G/J 08	Kr 1 600	Kr 1 400	
G/J 09	Kr 1 600	Kr 1 400	Kr 2 000
G/J 10	Kr 1 800	Kr 1 600	Kr 2 000
G/J 11	Kr 1 800	Kr 1 600	Kr 2 500
G/J 12	Kr 2 200	Kr 2 000	Kr 3 000
G/J 13	Kr 2 200	Kr 2 000	Kr 3 000
G/J 14	Kr 2 700	Kr 2 500	Kr 3 000
G/J 15	Kr 2 700	Kr 2 500	Kr 3 500
G/J 16	Kr 3 100	Kr 2 900	Kr 3 500
G/J 17	Kr 3 100	Kr 2 900	Kr 3 500
G/J 18	Kr 3 100	Kr 2 900	Kr 3 500
Damelag (veteran)	Kr 2 100	Kr 1 900	

Aktivitetsavgiften inkluderer:

- Påmelding til serie og cup i regi av NHF Region Øst-Norge. Antall lag avklares med Sportslig Utvalg)
- 2 turneringer pr lag (påmeldingsavgift)
- Forsikring pr lag for de lagene som ikke betaler lise/lise pluss(<13år). For disse lagene er forsikring innbakt i påmeldingsavgiften/medlemsavgiften til NIF.
- Definert materialforbruk pr. lag pr sesong iht. ”Rekvisisjonsrutiner for Materialforvalter”
- Fritak pr. lag iht. ”Retningslinjer for treneravlønning”
- Trenerlønninger iht. ”Retningslinjer for treneravlønning”
- Deltakelse på klubbens ordinære breddetreningstilbud

BUDSJETT 2015

I styrets forslag til budsjett legges det opp til full balanse mellom inntekter og utgifter.

For øvrig er bl.a. følgende forutsetninger lagt til grunn:

- Treningsavgiften blir i samsvar med styrets forslag, jf. sak 7
- Samlet inntekt av treningsavgift, som genereres i sesongen 2015/2016, er av forsiktighetsgrunner basert på noen færre medlemmer pr. årsklasse enn inneværende sesong, totalt ca. 350 medlemmer
- Inntekter av billettsalg og kafeteria ligger på tilsvarende nivå som høstsesongen 2014 (*2)
- Det skal gjennomføres to dagnader med en samlet netto inntekt på kr 260 000, «dorulldagnader» vår og høst 2015
- Ev. sponsor- eller dagnadsinntekter som de enkelte lagene genererer til seg selv er ikke hensyntatt
- Avtalen om ansvar for tilsynsvakter i Rykkinnhallen sies opp etter inneværende sesong, mens vakter i Helsethallen fortsetter som før
- Kostnaden seriespill er estimert med utgangspunkt i like mange lag som i inneværende sesong (i overkant av 30 stk.), og inkluderer i tillegg til ordinært seriespill IØR Cup, Temaserien, Loppetassen og Minihåndball
- Beløp knyttet til cuper er satt såpass høyt i forhold til regnskapet for 2014 fordi det blir mange flere lag som skal delta på felles cup i 2015
- Dommerutgifter ligger på tilsvarende nivå som høstsesongen 2014 (*2)
- Utgifter til drakter inneholder rom for noe suppleringskjøp til medlemmer, trenere- og dommere mm. Som nevnt i tilknytning til regnskapet for 2014, sak 5, har styret i tillegg foreslått en avsetning på kr 90 000 til innkjøp av bortedrakter.
- Styret er av den oppfatning at det er behov for noe opprusting av treningsutstyr, herunder egne bager til trenerne som inneholder vester, medisinaler, kjepler mm. Det er satt av midler til dette under diverse materiell.
- Beløpene for trenerlønn og godtgjørelse er foreslått ut fra inneværende sesongs trenerkontrakter
- Sportslig utvalg har sett behov for å ha tilgjengelige midler til å kunne dekke kostnader til ekstra teknikktreninger o.a. for hele klubben og/eller kunne innvilge bidrag til lag som søker om å få dekket deler av utgifter til særskilte sportslige tiltak. Dette inngår i de kr 40 000 som er foreslått under posten «Trenerne, eksterne – samarbeidslag o.l.»
- Det er ikke lagt inn noe beløp for refusjon av trenerutgifter fra lagene, men dette kan likevel bli aktuelt dersom kostnader til trenerlønn etc. blir vesentlig høyere enn budsjettet (som følge av at klubben greier å skaffe flere profesjonelle trenere, enkelte lag ønsker ekstraordinære trenerressurser etc.)
- I forbindelse med at fotballgruppa forlater klubben fra 2015, vil en større andel av daglig leders lønn (50 % stilling) måtte dekkes inn av håndballgruppen dersom stillingen skal kunne opprettholdes. Styret er av den klare oppfatning at det er viktig for klubben å fortsatt ha en fast ansatt daglig leder. Ved å opprettholde denne funksjonen vil håndballen også få tilgang til en større administrativ ressurs for avlastning av gruppas styremedlemmer og andre ressurspersoner. Dette anses som vel anvendte midler.
- Styret ønsker å styrke samholdet og kontakten mellom håndballgruppens støtteapparat / ressurspersoner (lagledere, trenere og utvalgsmedlemmer). Basert på god erfaring fra BVHIF ønskes det derfor rom i budsjettet for å kunne avholde et eller to sosiale arrangement for denne gruppa. Dette er foreslått med kr 30 000.
- I beløp til kurs/utdanning/seminar inngår midler til allerede avholdte dommerkurs samt handlingsrom for deltakelse på ytterligere dommer- og trenerkurs m.m.

Budsjett 2015				
Kontonr	Kontonavn	Budsjett 2014	Renskap 2014	Budsjett 2015
3000	Treningsavgift	725 000	666 925	700 000
3100	Billettinntekter arrangement	150 000	153 453	220 000
3250	Salg - kafeteria	50 000	40 323	80 000
3400	Offentlig tilskudd/refusjon	70 000	66 773	85 000
3510	Sponsor/Reklame	0	18 200	0
3511	Dugnad	450 000	403 600	600 000
3530	Tilsynsvakt	125 000	90 950	90 000
3590	Andre inntekter	200 000	264 528	0
	Sum driftsinntekter	1 770 000	1 704 752	1 775 000
4110	Seriespill/Særutgifter	260 000	207 117	230 000
4120	Startkontingent og cuper	80 000	32 500	80 000
4150	Dommere, eksterne, direkteutgifter	100 000	101 341	120 000
4160	Dommere, egne, direkteutgifter	0	1 095	2 000
4180	Trenere/lagledere, egne, direkteutgifter	3 000	0	0
4200/4210	Bøter / Refusjon av bøter fra lag/spiller	25 000	16 500	15 000
4510	Drakter/gensere	200 000	204 442	50 000
4520	Premier	10 000	0	15 000
4530	Diverse materiell	0	8 092	40 000
4600	Leie av Haller	140 000	64 330	90 000
4611	Dugnadsutgifter	324 000	171 300	340 000
4650	Innkjøp til kafeteria	36 000	28 860	60 000
	Sum driftskostnader	1 178 000	835 577	1 042 000
5500	Trenere, egne, lønn	100 000	92 500	120 000
5501	Trenere, egne, godtgjørelse	250 000	144 180	200 000
5503	Trenere, eksterne - samarbeidslag o.l.	10 000	1 000	40 000
5520	Refusjon trenerutgifter fra lagene	-75 000	0	0
5530	Leder Helset, lønn	100 000	94 130	200 000
5700	Fritak kontingent	120 000	59 100	70 000
	Sum lønnskostnad	505 000	390 910	630 000
6300	Anlegg, driftsutgifter	2 000	3 116	3 000
6400	Anlegg, leieutgifter	2 000	0	2 000
6800	Kontor - drift	13 000	11 955	10 000
6850	Møteutgifter håndballens organer	2 000	0	2 000
6851	Sosiale arrangementer	0	0	30 000
7700	Kurs/Utdanning/Seminar	35 000	8 590	35 000
7730	Interne overføringer	0	103 200	0
7750	Andre kostnader/Diverse	20 000	11 984	20 000
7830	Konstaterte tap på fordringer	5 000	540	5 000
	Sum andre driftskostnader	79 000	139 385	107 000
	Sum driftsrelaterte kostnader	1 762 000	1 365 872	1 779 000
8000	Finansinntekter	5 000	9 262	5 000
8100	Finansutgifter	1 000	0	1 000
	Årsresultat	12 000	348 142	0

Vedlegg F

1. Behandle organisasjonsplan

Forslag fra styret

Forslag til vedtak:

Organisasjonsplan jf. strategisk rammeplan samt årsmeldingens kap.1 vedtas som organisasjonsplan gjeldende for sesongen 2015/16.

Vedlegg G

1. Valg

Styreleder	Svein Roar Holt (På valg i 2016)
Nestleder	Geir Cranner (På valg i 2016)
Sportslig leder	På valg i 2015
Markeds- og økonomiansvarlig	Kristin Hofstad (På valg i 2016)
Drifts- og anleggsansvarlig	På valg i 2015
Arrangementsansvarlig	Eva Dyvesether (På valg i 2016)
Kasserer	På valg i 2015
IKT-Ansvarlig	Kristoffer Sunnset (På valg i 2016)
Dommeransvarlig	Esra Erdemir (På valg i 2016)

Kandidater:

Vi trenger kandidater, eller så risikerer vi å stå uten et styre for den kommende sesongen. Det presiseres samtidig at flere av de sittende styremedlemmene vil komme til å vurdere sine verv dersom vi ikke får komplettert styret.

Vedlegg H



Sportslig rammeplan 2015-2020

Sportslig rammeplan er et styringsverktøy for Vestre Bærum håndballklubbs styre, utvalg, utøvere, trenere, ledere, dommere, foreldre og supportere mv. Planen skal ajourføres og vedtas som sportslig styringsdokument av årsmøtet minimum hvert 5. år.

Styret har fullmakt til å fravike sportslig rammeplan i enkeltsaker der det er full enighet om dette i styret.

Styret kan ikke foreta strategiske endringer i sportslig rammeplan.

Vedtatt på årsmøtet den xx.xx.2015

1.0 Sportslige holdninger/ Verdier

Voksne og utøvere i Vestre Bærum Håndballklubb må bidra til at det er morsomt for alle å spille håndball med og mot VBHK. Morsomt blir det når kampen er jevn, ungene er trygge, og ALLE tilropene er positive. Vi aksepterer ikke kjeftbruk og sjikanøse tilrop til dommer og spillere, verken fra benken, fra spillere eller fra sidelinjen.

Vår oppførsel bygger på følgende verdier og holdninger:

- Jeg er stolt av laget og klubben min!
- Jeg møter andre med respekt og ordentlig oppførsel
- Ros skaper glede, lærelyst og innsats
- Håndball er morsomt, utfordrende og givende
- Alle trenger ikke være like. Mangfold er en kvalitet
- Du er ikke god før du evner å gjøre andre gode
- Fair play

2.0 Sportslige målsettinger

Vi skal gi et godt, hyggelig og bærekraftig håndballtilbud til alle barn og ungdom i vestre Bærum.

Vi skal skape trygghet og mestringsfølelse for den enkelte – både som menneske og utøver.

Vi skal drive talentutvikling i et trivelig og kvalitativt miljø.

Vi skal skape gode holdninger blant spillere, ledere og supportere og derigjennom skape et godt omdømme for klubben.

Vi skal gi utøvere og lag på alle nivåer tilfredsstillende sportslige utfordringer.

Vi skal i slutten av planperioden ha etablert oss på et nivå hvor hver årsklasse, over 12 år kommer til A-sluttspill. Vi skal i perioden kvalifisere 2 treningsgrupper for Bring.

3.0 Rekruttering

VBHK rekrutterer primært medlemmer/ utøvere gjennom aktiv markedsføring av vår håndballskole. Dette gjøres i samarbeid med de lokale barneskolene.

4.0 Organisering av treningsgrupper

Lagenes støtteapparatet skal bestå av:

- Trener/e
- Trenerassistent/er når gruppen er større enn 14 utøvere
- Treningsgruppeleder
- Lagsrepresentant til arbeidsutvalg
- ev. lagledere

Treningsgruppeleder, lagleder/e og lagsrepresentant til styrets arbeidsutvalg skal velges blant utøvernes foresatte. Ingen lag blir påmeldt til serie- eller cupdeltakelse før støtteapparatet er etablert.

Treningsgrupper i barneidretten deles geografisk, og uten henblikk på ferdigheter og ambisjonsnivå.

Vestre Bærum har som klar målsetting at vi skal kunne tilby et bredde- og satsningstilbud til utøvere i alle årskull og begge kjønn. Det presiseres at dette ikke gjelder for barneidretten (tom. 11 år), som vil være organisert som lokalt breddetilbud.

Vestre Bærum er først og fremst et breddeidrettslag. Herav følger vårt prinsipp om at satsningstilbudet kommer som tillegg til breddetilbudet- ikke på bekostning av dette.

Breddetilbudet

VBHKs breddenivå er tilrettelagt for alle de som ønsker å ta del i håndballens gleder og utfordringer, men som kanskje ikke har tid, lyst eller anledning til å være del av en satsningsgruppe. Breddetilbudet er forøvrig fundamentet for VBHKs satsningstilbud.

Et felles "grunntilbud" bidrar til å skape samhold i hele gruppen- og for å sikre at sosiale relasjoner kan skapes og opprettholdes uavhengig av satsningsnivå. Treninger tilknyttet breddetilbudet omfatter fysisk- og motorisk trening, teknisk trening samt samhandlingstrening mv. Breddetilbudet vil typisk omfatte 1-2 ukentlige treningsøkter avhengig av utøvernes alder.

Satsningstilbudet

VBHKs satsningsnivå innebærer et målrettet fokus på individuell og lagorientert ferdighetsutvikling for de av våre medlemmer som har tid, lyst og anledning til å satse utover breddetilbudet. Det forventes av utøvere i denne gruppen har et motivasjonsnivå som tilsier at deltakelse på trening er en selvfølge, og at styrke- og kondisjonstrening gjennomføres med samme flid og interesse som spillsekvenstrening. Treninger for satsningsgruppen omfatter et utvidet tilbud med fysisk- og motorisk trening, teknisk trening, samhandlingstrening, keepertrening, skadeforebyggende trening mv. Satsningstilbudet vil typisk omfatte 1-2 ukentlige treningsøkter avhengig av utøvernes alder og eventuelt inngått samarbeid med satsningsgrupper for tilstøtende aldersgrupper.

Det er sportslig utvalgs ansvar å kartlegge hvorvidt det er grunnlag for etablering av satsningsgrupper innenfor de ulike alderstrinn, og tilrettelegge for organisering av slikt tilbud, alternativt satsnings-samarbeid på tvers av alderstrinnene, hospitering og tematreninger mv.

Satsningstilbudet er et eksklusivt tilbud for de av våre medlemmer som ønsker et utvidet trenings-tilbud, og det skal således betales en ekstra aktivitetsavgift for dette. Det presiseres at satsnings-tilbudet skal være tilgjengelig for alle våre medlemmer, og at man skal kunne ta stilling til deltakelse i dette minst før hver nye sesong.

Som følge av ressursbehovet, herunder de økonomiske forpliktelser som følger av å etablere satsningsgrupper presiseres det at satsningsutøvere vil bli belastet for ekstra aktivitetsavgift pr. påmeldte sesong.

Generelt

Sportslig utvalg har sammen med de respektive trenerteam ansvar for å skreddersy treningstilbudet for de enkelte treningsgruppene og bredde- og satsningstilbudet der. Dette jf. klubbens retningslinjer, tilgjengelige ressurser og ønskemål fra den aktuelle utøvergruppen.

De respektive trenerteam har ansvar for at treningstilbudet for de ulike årskull samsvarer med klubbens retningslinjer og øvrige fastsatte rammebetingelser. Eventuelle avvik fra dette skal på forhånd være godkjent av styret.

For å optimalisere bruken av tildelt hallkapasitet og tilgjengelige trenerressurser samt av praktiske årsaker skal det i alle tilfeller etterstrebes et klubbens ulike treningsgrupper består av 16-28 utøvere. Trenerforum er rådgivningsorgan, og styret er beslutningsorgan i de tilfeller det er uenighet om fastsettelse av størrelse på treningsgruppene og/ eller det sportslige innholdet og omfanget.

Som tillegg til tilbudet i de ordinære treningsgruppene er det styrets mål og kunne tilby keepertrening, teknisk trening og fysisk trening på tvers av trenings- og aldersgruppene.

VBHKs trenings- og kamptilbud skal så langt ressurser og rammebetingelser tilsier det gjennomføres med innhold og omfang i samsvar med pkt. 13- Sportslige utviklingsplaner. Det er styret, Sportslig utvalg og trener/e som har ansvar og myndighet relatert til VBHKs sportslige- og håndballfaglige vurderinger og beslutninger.

5.0 Spilleroverganger

Treningsgruppeleder skal informere Sportslig utvalg og økonomiansvarlig fortløpende om tilganger og avganger, med navn, årsak og eventuelt hvilke andre idrettslag de kommer fra eller går til.

Sportslig utvalg bestemmer hvilket av våre lag/treningsgrupper den nye utøveren skal være en del av.

VBHK har følgende kjøreregler:

1.

Vi tar ikke inn nye utøvere hvis det betyr at utøverens eget lag blir nedlagt. Dette for å sikre at vi også i fremtiden skal ha lokale konkurrenter, og for å opprettholde vårt gode forhold til våre naboklubber. Kontakt mellom VBHK og naboklubb skal føres av sportslig leder, eller den som får dette delegert av sportslig leder.

2.

Nye utøvere går i utgangspunktet inn i treningsgrupper som har utøvere i samme årsklasse.

3.

Vi driver ikke med "fisking" av spillere fra våre naboklubber

6.0 Samarbeid andre idretter

VBHK er opptatt av at barna skal drive allsidig aktivitet så lenge som mulig, og så langt som mulig skal det forsøkes å tilpasse treningstider slik at håndballen ikke er til hinder for dette. Spillere som har redusert oppmøte på håndballtrening på grunn av annen idrett skal ikke nedprioriteres til kamper på grunn av dette.

7.0 Fusjonering av lag

Styret kan pålegge sammenslåing av lag/treningsgrupper hvis en treningsgruppe blir færre enn 12 utøvere. Sportslig utvalg, og evt. styret vil diskutere aktuelle modeller med støtteapparatet og aktuelle trenere i de berørte lag før beslutning om sammenslåing tas og oppmelding av lag for fusjonerte spillergrupper blir gjort.

8.0 Hospitering

Hospitering er et tilbud til utøvere som ligger foran sine jevnaldrende i ferdighetsutvikling slik at det er vanskelig å gi et fullverdig sportslig tilbud i egen aldersgruppe, og som er motivert for ytterligere utvikling. Det er med andre ord ikke tilstrekkelig grunnlag at man ønsker ytterligere utvikling. Trener på mottakende lag definerer kapasitet, dvs. hvor mange spillere som kan få en hospiteringsplass.

Hospitering går ut på at de i en definert periode får delta på en eller flere treninger og/eller kamper med lag/treningsgrupper som har utøvere som er ett år eldre. Hospitering skal alltid være et tilbud i tillegg til trening i egen gruppe, ikke istedenfor. Lags trener bestemmer hvilke av sine utøvere som kan få hospitere og er ansvarlig for at hospiteringen ikke gir utøveren så stor treningsbelastning at det er fare for belastningsskader. Lags trener skal sette opp en plan for hospitering. Denne skal forelegges utøverens foreldre og godkjennes av dem før iverksettelse.

Alle spillere skal ha sin forankring i egen årsklasse. Avvik fra dette skal godkjennes styret.

Hospitering gjøres fra årsklassene 12 år. For de yngre lagene kan man vurdere permanent overflytting til eldre lag, når man har enkelte spillere som dominerer slik at det går ut over resterende av spillergruppe sin sportslige utvikling. Dette skal godkjennes av Sportslig utvalg.

Eldre lag kan ikke nekte å ta imot spillere til hospitering.

For at en hospitant skal kunne delta på kamp så skal det kun være fordi det eldre laget mangler spillere (ifht. til full tropp). Dersom en hospitant tas ut til kamp skal vedkommende disponeres på lik linje med alle øvrige spillere under kampen.

I tilfelle konflikt skal hospitering avgjøres av Sportslig utvalg.

9.0 Lagsutvikling

I VBHK er det en klar målsetning å gi best mulig spilletilbud. Vi har derfor forankret følgende kjøreregler for oppmelding av lag:

For årsklassene G/J 6-11 skal det ikke være mer enn 9 spillere pr lag.

Fra årsklassene J/G 12 og oppover settes det krav om minimum 12 spillere for påmelding av lag.

For treningsgrupper med 16 utøvere eller fler skal det meldes opp to lag i seriespill.

Har vi for få spillere kan sammenslåing av årsklasser være et alternativ. Samarbeid med naboklubb kan være et alternativ. Dette skal i alle tilfeller godkjennes av styret. Tilsvarende skal diskusjoner relatert til samarbeid med naboklubber føres av styret.

Alle lag bør minimum delta i 2-3 turneringer i løpet av sesongen foruten vanlig seriespill. For treningsgrupper som har ambisjoner om å hevde seg så skal allikevel minimum 1 cup pr år ha trivsel og sosial utvikling som mål.

I klassene J/G 6-11 skal alle spille like mye. Ingen av klubbens lag skal i disse årsklassene drive topping.

Dersom det er meldt på to lag på nivå 1 så må spillerne deles i to faste grupper ved sesongstart. Utover slike tilfeller så skal ikke spillere deles fast i grupper. Det skal med andre ord være mulig å bevege seg mellom 1, 2 og 3 lag gjennom sesongen. Det er viktig å kommunisere klart hvilke kriterier som gjelder og det er ikke akseptert å utelukkende velge etter ferdighet. Treningsoppmøte, innsats, motivasjon og utvikling skal også legges til grunn.

Alle spillere som tas ut til kamp skal på banen!

Trivsel og følelse av tilhørighet til gruppe og klubb er viktig for barns sportslige og sosiale utvikling. Treningsgruppeleder, trener og foreldre fyller veldig viktige funksjoner for å få til dette.

Treningsgruppeleder har hovedansvaret for at det gjøres tiltak for å motvirke klikkdannelser, utfrysing og mobbing i treningsgruppene.

9.0 Talent- og ferdighetsutvikling

Det er viktig at vi som håndballklubb driver med riktig og variert trening slik det enkelte lag utvikler seg sportslig, - i tillegg til at den enkelte spiller får utvikle sine ferdigheter maksimalt. Det er et klart mål at dette skal være målbart for laget og den enkelte spiller. Dette vil på kort og lang sikt utvikle en egen spillestil for våre lag, og en egenart for oss som håndballklubb.

VBHK skal utvikle talenter og gi sportslig utfordringer i alle årsklasser.

Fra J/G 9- J/G 12 skal det gis tilbud om en ekstra håndballtrening utover egne lags. Denne treningen skal være orientert mot individuell teknikkutvikling:

Fra J/G 13 år ønsker klubben å arrangere temasamlinger noen ganger i året.

VBHK skal aktivt jobbe for at medlemmene våre får tilbud om talentutvikling gjennom region øst sine ulike talentutviklingsmiljøer.

11.0 Kampreglement

VBHK'ere har gode holdninger uavhengig av om vi representerer klubben som styremedlemmer, trenere, lagledere, spillere, foreldre eller supportere—særlig i

kampsituasjoner. Vi behandler derfor alltid medspillere, motstandere og dommere med respekt.

Lagledere/trenere hilser på andre lagledere/ trenere, sekretariat og dommere, og gir dommerne info om det er særskilte forhold vedkommende bør være klar over (språk, sykdom, etc.) Vi ønsker hverandre lykke til eller "god kamp". Et smil og et nikk skaper god atmosfære.

Alle utøverne takker hverandre for kampen etter kampslett—uavhengig av resultatet.

Lagledelsen tar ansvar for spillere som blir "varme i toppen" underveis. Usportslig opptreden eller protest mot dommeravgjørelser skal umiddelbart gi opphold på benken.

Alle tilbakemeldinger skal være saklige og positivt konstruktive, og gis på tomannshånd med dommeren.

Vi har alltid vunnet noe, selv om vi taper kampen. Det kan være at en ny spiller scorer sitt første mål, at keeperen redder et spesielt skudd, at forsvaret blokkerer et skudd, eller at man lykkes med hvilken som helst detalj i det man har trent på.

11.0 Trenerkompetanse

Det er ønskelig at alle trenere i VBHK minimum har kompetanse som Barnehåndballtrener.

Fra årsklassen 13 år og oppover er det ønskelig med Trener 1 kompetanse eller tilsvarende.

Klubben skal jobbe aktivt for å engasjere ungdom- og yngre seniorspillere som trener for å sikre god tilgang på trenerressurser til klubben. Klubben dekker kurskostnader for utdanning som "Barnehåndballtrener" for disse når de har verv som assistenttrenere.

Det er styrets sportslige utvalg som bestemmer hvem som skal trene de ulike lagene.

13.0 Sportslige utviklingsplaner

Innledning

Dette dokumentet gir retningslinjer for treningsmengde, innhold i treningsarbeidet og ferdighetsmål for lag og enkeltutøvere på de ulike alderstrinn. I tillegg til dette dokumentet finnes det et hefte med detaljerte beskrivelser av øvelser som passer til de ulike alderstrinn, samt et dokument som beskriver de viktigste trekk og bevegelser og på hvilket nivå de bør læres inn.

Generelt gjelder at ingen lag skal ha organisert trening i skolens ferieperiode.

Målgruppen for dette dokumentet er trenere og treningsgruppeledere i Vestre Bærum håndballklubb.

Aldersgruppe 6 og 7 år - Håndballskolen

Håndballskolen skal være et allsidig og variert aktivitetstilbud til jenter og gutter på 6-7 år som ønsker å begynne med håndball. Håndballskole tilbys både på Rykkinn og Helset.

Alle 6-7åringer i vårt distrikt inviteres til Håndballskolen i perioden mellom skolestart og høstferien. Håndballskolen har en trening pr. uke med ca. 1 times varighet fra høstferien til ca. 1 Mai. Treningen foregår hovedsakelig i gymnastikksal. Ved store kull deles håndballskolen inn i rene jente og gutte-grupper.

Planlegging og gjennomføring av trening og kamper skjer i samarbeid mellom leder av Håndballskolen og håndballskolens trenere.

Håndballskolen oppfordres til å delta mest mulig på Regionens spilltilbud (Loppetassen), der man deltar med blandede eller rene gutte-/jentelag for hver årsklasse.

Alder	Planperiode	Varighet	Treningsmengde	Sted
6-7	Håndballskole	10.10 – 1.05	1 x 60min / uke	Gymsal

Innhold

All trening skal være lek betont med formål å øve inn grunnleggende motoriske ferdigheter og ballbehandling som kast og mottak og kast mot mål. I tillegg skal de lære reglene for minihåndball.

Målsetning: Være trygg med ballen.

Materiell

Første høstsesong mottar alle barn t-skjorte med nummer og ball.

Sjekkpunkt	Ønsket resultat
Sosialt	Alle skal ha det morsomt, trives og kjenne at de mestrer aktivitetene. Utøverne skal ha gjensidig respekt for hverandre. Ingen frafall.

Teknisk	Utøverne skal ha lært grunnleggende ballbehandling. Utøverne skal forstå alle dommeravgjørelser i minihåndball.
---------	---

Jenter/Gutter 8 og 9

Treningen skal være allsidig og lekbetont. Den skal inneholde grunnleggende bevegelsestrening med og uten ball og grunnleggende ballbehandling. Treningen skal tilpasses barnas ferdighetsnivå.

Treningsmengder

Spillere skal ha mulighet for allsidighet gjennom deltagelse i andre aktiviteter. Treningsmengden for denne gruppen er derfor holdt på et lavt nivå. Men for de utøverne som ikke har andre aktiviteter skal det gis sportslig tilbud

Planperiode	Varighet	Treningsmengde	Sted
Sesong	01.09 - 30.04	1-2 * 60	Gymsal/ Hall
Utenfor (eventuell Cup)	01.05 - 30.08	Varierende	Varierende

Innhold i treningsarbeidet

Treningen skal lære utøverne grunnleggende ballbehandling. Det betyr at treningen skal gjøre utøverne dus med ballen gjennom lekbetonte og varierte øvelser. Alle utøverne skal få prøve seg i alle posisjoner, inkludert målvakt. Det vektlegges individuell trening fremfor spilletrening. Spillerne må få en mestrings følelse på de ulike spiller posisjoner.

Målvakt	Teknikk forsvar	Taktikk forsvar	Teknikk angrep	Taktikk angrep
Ikke fast målvakt Grupper av spillere kan gis grunnleggende målvaktstrening Det øves på basisferdigheter.	Utgangsposisjoner Sidelengs bevegelse Støting Blokkering av skudd	5 – 0 Utgruppert med fokus på ball "snapping" av ball	Grunnskudd Hoppskudd "Snurre finte og høyre/venstre finte Grunnleggende fallteknikk Pådrag Kantskudd	Grunnoppstilling Spille med dybde/bredde Blind kant overganger Trekant i fremoverfase

Ferdighet	Fokuspunkter
Spillforståelse	Gi spillerne innføring i hvordan de skal bevege seg på en bane. Gi nødvendig regelkunnskap til at de forstår alle dommeravgjørelser.
Unngå skader	Allsidig trening og stor variasjon i øvelser. Obligatorisk uttøying etter trening. Oppfordre spillere til å delta i andre aktiviteter
Samhold og Lagfølelse	Sosial trening for å oppnå gjensidig respekt for hverandre. Understrek betydningen av lagspill. Vis at alle er like viktige for laget ved å variere startoppstilling, og la alle spillerne få prøve alle posisjoner på banen.
Orden / oppførsel	Legg vekt på å få spillerne til å møte til avtalt tid, og riktig forberedt til trening og kamp. Gi beskjed når de ikke kan komme på trening.

Kamptilbud

Årsklasse 8- 9 år deltar i håndballregionens minirund. De kan i tillegg melde seg på håndballturneringer etter støtteapparatets ønske.

Jenter / Gutter 10 og 11

På dette alderstrinnet skal en legge hovedvekt på allsidig, variert og lekbetont aktivitet. Vi legger vekt på grunnleggende bevegelsestrening (med og uten ball) og grunnleggende ballbehandling (mottak og avlevering).

Treningsmengde

Planperiode	Varighet	Treningsmengde	Sted
Kampsesong	01.09 – 30.04	2 * 60	Gymsal/Liten bane / Stor bane (11 år)
Utenfor sesong (evt. cup)	01.05 - 20.08	Varierende	Varierende

Innhold i treningsarbeidet

Trenerne skal legge opp til allsidighet og variasjon i eget treningsopplegg, og også åpne for at utøverne kan trene alternativt i andre grener.

Anbefalt fordeling: 50 % teknikk, 10 % spill, 40 % Utholdenhet og styrke.

Alder	Målvakt	Teknikk forsvar	Taktikk forsvar	Teknikk angrep	Taktikk angrep
10 år	Utgangsstilling	Utgangsposisjoner	Lære 6-0	Grunnleggende kast\mottaksteknikk	Grunnoppstilling

	Plassering Bevegelse	Sidelengs Støting Blokkering av skudd	3-3 Mann – mann	ikk Bevegelse med ball Retningsendringer Grunnskudd Hoppskudd Linjeskudd Grunnleggende fallteknikk	Spille med dybde/bredde Spill mot 6-0
11 år	Utvikle innlært teknikk fra 8-10. Parade av stuss-skudd Oppstart angrep Parade av høy ball/hofteskudd 7-meter skudd	Utvikle innlært teknikk Blokkering av grunnskudd/hoppskudd Grunnteknikk - skjerming/sperring Overtaking	Utvikle 6-0 Støtende forsvar Mann - mann	Utvikle innlært teknikk Kast - mottak og skudd Høyt og lavt grunnskudd Hoppskudd Straffekast -fall på brystet	Utvikle innlært taktikk Fase 1-2-3 Fase 4 - enkle kombinasjoner 2 spillere

Ferdighet	Fokuspunkter
Spilleforståelse	Det skal øves på grunnleggende ballbehandling og bevegelse på banen inkludert skritt og stuss. Spillerne skal få nødvendig regelkunnskap til at de forstår alle dommeravgjørelsene i sin årsklasse.
Unngå skader	Allsidig trening og stor variasjon i øvelser. Obligatorisk uttøying etter trening. Oppfordre spillere til å delta i andre aktiviteter. Styrke- og bevegelsestrening med egen kroppsvekt, ev. strikk og medisinalball. Se www.klokavskade.no
Samhold og Lagfølelse	Sosial trening vektlegges for å oppnå gjensidig respekt for hverandre. Understrek betydningen av lagspill. Vis at alle er like viktige for laget ved å variere startoppstilling. Lær spillerne å akseptere med spilleres sterke og svake sider. Nye utøvere skal tas imot på en positiv måte.

Orden / oppførsel	Legg vekt på å få spillerne til å møte til avtalt tid, og riktig forberedt til trening og kamp. Vi krever at utøveren varsler forfall fra kamp og trening til trener eller oppmann i god tid.
-------------------	---

Kamptilbud

10 og 11 – åringene deltar i regionens serier. De kan i tillegg melde seg på håndballturneringer etter støtteapparatets ønske, og etter konferanse med foreldregruppa.

Jenter / Gutter 12 og 13

I denne årsgruppen skal det fortsatt trenes allsidig og variert. Det skal legges vekt på at spillerne får prøve seg i forskjellige spillerposisjoner både på trening og i kamp. Grunnleggende ballbehandling prioriteres.

Treningsmengde

Periode	Varighet	Mengde	Sted
Sesong	01.05 - 30.04	3 * 90	Variert

Utøvere skal ha mulighet for å ta fri fra håndballtrening når det kolliderer med aktivitet de har i andre grener.

Innhold i treningsarbeidet

Målvakt	Teknikk forsvar	Taktikk forsvar	Teknikk angrep	Taktikk angrep
Utvikle innlært teknikk. Parade av stuss Utkast Reaksjonstrening Grunnstilling Forflytning Bevegelse Laget kan nå ha fast målvakt	Utvikle innlært teknikk. Pressing/plasskifte Snapping Blokkering	Utvikle innlært taktikk. 5-1 forsvar med bevegeligheter.	Utvikle innlært teknikk Kryssløp for bakspillere Kryssløp m/gjenlegging Finter v-h, h-v Bruk av linjespiller Sperring Innhopp med sats på begge ben Underarmsskudd	Utvikle innlært taktikk Pådragsøvelser/ kryssløp med gjenlegging (13)

			Rulling etter skudd Hoppskudd Ulike pasningsformer Pådrag og viderespill	
--	--	--	---	--

Målsetting for treningsarbeidet

I denne årsgruppen skal det trenes allsidig og en skal legge vekt på at spillere får prøvd seg på de forskjellige spillerposisjonene både på trening og i kamp. For jenter og gutter 12-13 vil det bli fokusert på grunnleggende ballbehandling samt enkle skudd og enkle skuddavslutninger basert på samarbeid mellom flere spillere.

Ferdighet	Fokuspunkter
Spilleforståelse	Treningen legges opp slik at spillerne får prøve ut tekniske ferdigheter i spillsituasjoner. Intensitet og antall repetisjoner økes ved dele opp i små grupper på redusert bane.
Unngå skader	Allsidig trening og stor variasjon i øvelser. Obligatorisk uttøying etter trening. Oppfordre spillere til å delta i andre aktiviteter. Styrke- og bevegelighetstrening med egen kroppsvekt, ev. Strikk og medisinball. Se www.klokavskade.no
Samhold og Lagfølelse	Sosial trening vektlegges for å oppnå gjensidig respekt for hverandre. Understrek betydningen av lagspill. Vis at alle er like viktige for laget ved å variere startoppstilling. Lær spillerne å akseptere medspillernes sterke og svake sider. Nye utøvere skal tas imot på en positiv måte. Legg til rette for at spillerne kan møtes uten trenere/oppmann tilstede. Spillersamtaler mellom trenerteam og den enkelte spiller gjennomføres ved sesongstart, og følges opp i andre halvdel av sesongen (se forslag til skjema vedlagt).
Orden / oppførsel	Legg vekt på å få spillerne til å møte til avtalt tid, og riktig forberedt til trening og kamp. Vi krever at utøveren varsler forfall fra kamp og trening til trener eller oppmann i god tid.

Kamptilbud

Begge årsklasser skal delta i tilbudet fra NHF Region Øst. Hvilket nivå man meldes på, fastsettes av foreldregruppen og i samråd med sportslig leder. De kan i tillegg melde seg

på håndballturneringer etter støtteapparatets ønske, og etter konferanse med foreldregruppa.

Jenter/Gutter 14/15

På dette alderstrinnet legger vi vekt på teknisk trening med ballbehandling og kasteteknikk i stort tempo og stor bevegelse. Vi fokuserer på at utvikling av gruppetilhørighet og samhold i laget, gir individuell selvfølelse og trygghet som tjener laget både i trening og konkurranse.

Treningsmengde

Periode	Varighet	Mengde	Sted
Sesong	01.05 – 30.04	2 * 90	Ute/Hall
		1 * 60	Ute/Hall

Fra denne aldersgruppen bør det vurderes egentrening i ferieperioder.

Innhold i treningsarbeidet

Alder	Målvakt	Teknikk forsvar	Taktikk forsvar	Teknikk angrep	Taktikk angrep
14 år	Utvikle innlært teknikk Parade av stuss Utkast Taktisk vurdering av skuddvaner hos skyttere Reaksjonstrening Kontroll på skudd fra side og kant. Start av angrep	Utvikle innlært teknikk Pressing/ plasskifte Trening av snapping Armparade av froskeskudd Armparade av underarmsskudd	Utvikle innlært taktikk 5-1 med bevegelig ener Spill i undertall	Utvikle innlært teknikk. Kryssløping. Kryssløping med gjenlegging. Finter v-h, h-v Sperring Innhopp/sats på begge ben Underarmsskudd Rulling etter skudd	Utvikle innlært taktikk Pådragsøvelser/ kryssløp med gjenlegging. Gjennomføring av hurtige angrep. Enkle løpsmønstre og pasningsbaner for en og to bølger i fase 2.
15 år	Utvikle innlært teknikk Vurdere riktig spiller i utkast Vurdere skuddplassering	Utvikle innlært teknikk Parade av underarmsskudd Parade av	Utvikle innlært taktikk Bevegelig markering av flere spillere Mann mot	Utvikle innlært teknikk Bakspillere, plasskifte Utbygging av kombinasjonsfint	Utvikle innlært taktikk Spill mot bevegelig markering av flere spillere Spill mot mann

	etter tilløpet Åpne luke og tette til/invitere-teknikk	spesialskudd	mann systemer	er Doble finter, v-h-v, h-v-h Rulling motsatt etter skudd fra kant	til mann system Spill mot spesialformasjoner
--	---	--------------	---------------	--	---

Målsetting for treningsarbeidet.

Ferdighet	Fokuspunkter
Spill	Treningen legges opp slik at spillerne stadig får prøve ut nye tekniske ferdigheter i spillsituasjoner. Intensitet og antall repetisjoner økes ved dele opp i små grupper på redusert bane.
Pasninger og skudd	Spillere skal beherske forskjellige pasningsformer (forover, sideveis, direkte, stuss) i normalt tempo uten og med motstandere som gir et begrenset press (max 50%). Under pasningstrening i grupper brukes flere baller samtidig. Spillerne skal beherske normal utføring av grunnskudd og hopp-skudd. Det øves på å perfektionere spesialskudd (høyt, lavt, rett, vridd, stuss, skru) mot forskjellig forsvarspres, og etter forskjellige avlevering fra medspillere (tidlig, sen, høy, lav, stuss).
Finter	Forskjellige typer finter skal trenes inn mot markør, eventuelt mot person som yter redusert motstand. Slike typer er høyre-venstre finte, piruett, hoppfinte etc. Denne øvelsen bør finne sted på hver trening i små eller store grupper.
Testing	Gruppa introduseres til de standardiserte testene, for å måle spenst, hurtighet, utholdenhet og ballkontroll. Testene gir grunnlag for å justere lagets og utøvernes individuelle treningsopplegg, og skal være en spore til egentrening.
Unngå skader	Basistrening prioriteres om sommeren, men vedlikeholdes gjennom hele sesongen. Allsidig og variert fysisk trening; utholdenhet, styrke med egen kropp som belastning, ev. medisinball og strikk, hvor det bør legges vekt på skadeforebyggende trening mot mage, rygg og skulderpartiene. Også forebyggende korsbåndstrening ved hjelp av balanse Brett (se på www.klokavskade.no). Alltid organisert og grundig uttøying etter trening. Sørg for at de som deltar i flere treningsgrupper/lag ikke overbelastes. Fra J/G15 kan det trenes med vektbelastning, men dette er viktig at gjøres kontrollert og under kyndig veiledning.

Samhold og Lagfølelse	Sosial trening vektlegges for å oppnå gjensidig respekt for hverandre. Understrek betydningen av lagspill. Vis at alle er like viktige for laget ved å variere startoppstilling. Lær spillerne å akseptere medspilleres sterke og svake sider. Nye utøvere skal tas imot på en positiv måte. Legg til rette for at spillerne kan møtes uten trenere/oppmann tilstede. Spillersamtaler gjennomføres mellom trenerteamet og den enkelte spiller ved sesongstart, og følges opp i andre halvdel av sesongen (se vedlagte skjema som kan brukes til spillersamtaler).
Orden / oppførsel	Legg vekt på å få spillerne til å møte til avtalt tid, og riktig forberedt til trening og kamp. Vi krever at utøveren varsler forfall fra kamp og trening til trener eller oppmann i god tid.

Kamptilbud

Begge årsklasser deltar i NHF Regionserier, nivå fastsettes i foreldregruppen og i samråd med sportslig leder. De kan i tillegg melde seg på håndballturneringer etter støtteapparatets ønske, og etter konferanse med foreldregruppa.

Jenter / Gutter 16 år

På dette alderstrinnet legger vi vekt på tekniske ferdigheter og blikk for spillet (vurdering av muligheter) slik at utøverne velger gode løsninger i ulike situasjoner. Ferdigheter videreutvikles individuelt i forhold til utøverens nivå og spilleposisjoner. Alle utøverne trenes i spill på minst to posisjoner for å gi bredde og fleksibilitet i laget.

Treningsmengde

Treningsmengde øker litt i forhold til tidligere år, men det er nå større rom for individuell tilpasning til utøveren. Alle utøverne skal ha minst 4 ukers ferie i løpet av en sesong.

Målsetning for treningsarbeid.

Ferdighet	Fokuspunkter
Spill	Utvikling av et bredt ferdighetsregister, og spenst og hurtighet. Alle utespillere skal beherske minst to spillerposisjoner (hovedposisjon og alternativ posisjon). Trener skal i samarbeid med utøverne finne fram til de spillerposisjonene som gir den enkelte utøver den beste mulige håndballmessige utvikling. Ikke bruke spillere kun i forsvar.

Unngå skader	Basistrening prioriteres om sommeren, men vedlikeholdes gjennom hele sesongen. Allsidig og variert fysisk trening; utholdenhet, styrke med egen kropp som belastning, ev. medisinball og strikk, hvor det bør legges vekt på skadeforebyggende trening mot mage, rygg og skulderpartiene. Også forebyggende korsbåndstrening ved hjelp av balansebrett (se på www.klokavskade.no). Alltid organisert og grundig uttøying etter trening. Sørg for at de som deltar i flere treningsgrupper/lag ikke overbelastes.
Effektiv trening	Øktene er grundig planlagt. Utøverne orienteres om kommende økters innhold i forkant.
Testing	Grappa introduseres til de standardiserte testene, for å måle spenst, hurtighet, utholdenhet og ballkontroll. Testene gir grunnlag for å justere lagets og utøvernes individuelle treningsopplegg, og skal være en spore til egentrening.
Samhold og Lagfølelse	Sterk lagfølelse gir sportslig suksess. Treningssamling utenfor byen over 3-4 dager før sesongstart er en god start. Bruk innføring i håndballteori til å samle grappa sosialt. Gjennomgå krav til ulike ferdigheter for ulike spilleposisjon og spilleformasjoner. Jobb i grupper. Planlegg spillemøter før/etter trening god tid i forveien slik at spillere har tid og er forberedt. Legg til rette for at spillerne kan møtes uten trenere/oppmann tilstede. Det skal gjennomføres spillersamtaler mellom trenerteamet og den enkelte spiller før sesongstart.
Orden / oppførsel	Legg vekt på å få spillerne til å møte til avtalt tid, og riktig forberedt til trening og kamp. Vi krever at utøveren varsler forfall fra kamp og trening til trener eller oppmann i god tid.

Kamptilbud

Årsklassen deltar i NHF Region serien, men må i tillegg vurdere om det er ambisjon om å forsøke å kvalifisere seg for Bring-serien.

Årsklasse 18 år (aldersgruppe 17 og 18)

På dette alderstrinnet legger vi vekt på tekniske ferdigheter og blikk for spillet (vurdering av muligheter) slik at utøverne velger gode løsninger i ulike situasjoner. Ferdigheter videreutvikles individuelt i forhold til utøverens nivå og spilleposisjoner. Alle utøverne trenes i spill på minst to posisjoner for å gi bredde og fleksibilitet i laget.

Treningsmengde

Treningsmengde øker litt i forhold til tidligere år, men det er nå større rom for individuell tilpasning til utøveren. Alle utøverne skal ha minst 4 ukers ferie i løpet av en sesong.

Målsetning for treningsarbeid.

Ferdighet	Fokuspunkter
-----------	--------------

Spill	Utvikling av et bredt ferdighetsregister, og spenst og hurtighet. Alle utespillere skal beherske minst to spillerposisjoner (hovedposisjon og alternativ posisjon). Trener skal i samarbeid med utøverne finne fram til de spillerposisjonene som gir den enkelte utøver den beste mulige håndballmessige utvikling. Ikke bruke spillere kun i forsvar.
Unngå skader	Basistrening prioriteres om sommeren, men vedlikeholdes gjennom hele sesongen. Allsidig og variert fysisk trening; utholdenhet, styrke med egen kropp som belastning, ev. medisinball og strikk, hvor det bør legges vekt på skadeforebyggende trening mot mage, rygg og skulderpartiene. Også forebyggende korsbåndstrening ved hjelp av balansebrett (se på www.klokavskade.no). Alltid organisert og grundig uttøyning etter trening. Sørg for at de som deltar i flere treningsgrupper/lag ikke overbelastes.
Effektiv trening	Øktene er grundig planlagt. Utøverne orienteres om kommende økters innhold i forkant.
Testing	Grappa introduseres til de standardiserte testene, for å måle spenst, hurtighet, utholdenhet og ballkontroll. Testene gir grunnlag for å justere lagets og utøvers individuelle treningsopplegg, og skal være en spore til egentrening.
Samhold og Lagfølelse	Sterk lagfølelse gir sportslig suksess. Treningssamling utenfor byen over 3-4 dager før sesongstart er en god start. Bruk innføring i håndballteori til å samle grappa sosialt. Gjennomgå krav til ulike ferdigheter for ulike spilleposisjon og spilleformasjon. Jobb i grupper. Planlegg spillemøter før/etter trening god tid i forveien slik at spillere har tid og er forberedt. Legg til rette for at spillerne kan møtes uten trenere/oppmann tilstede. Det skal gjennomføres spillersamtaler mellom trenerteamet og den enkelte spiller før sesongstart.
Orden / oppførsel	Legg vekt på å få spillerne til å møte til avtalt tid, og riktig forberedt til trening og kamp. Vi krever at utøveren varsler forfall fra kamp og trening til trener eller oppmann i god tid.

Kamptilbud

Man må i tillegg vurdere om det er ambisjon om å forsøke å kvalifisere seg for Spar-serien.