

ÅRSRAPPORT DAMELAGET 2020-21

Vi startet opp i slutten av august med de begrensninger vi som senior/breddelag var pålagt. Altså null kroppskontakt og enmetersregelen! Vi startet med en spillertropp på ca 15 stk. Etter hvert som det dro ut ble vi i snitt 8-10 på treningene, da det er begrenset hvor gøy håndball er med avstand.

I slutten av november kom tometersregelen og vi innså kjapt at dette ikke var liv laga. Så vi bestemte oss for å ta en tidlig juleferie å komme sterkere tilbake når ting normaliserte seg på nyåret.

VI HAR JULEFERIE ENNÅ(i mars)!!!!

Hva fremtiden bringer for denne fantastiske gjengen er for øyeblikket vanskelig å spå, men det blir sannsynligvis alt annet enn enkelt å dra dette i gang igjen. Timewillshow...

For ytterligere kommentarer, kontakt erna@jegdrepernorskbreddeidrett.virus

På vegne av Kåfåhåndballkåner

Trond

Årsrapport KFUM 2004



- KFUM 2004 er en super gjeng jenter som elsker å trene og spille håndball. For oss er det viktig at jentene er en sammensveiset gjeng og dermed reiser vi av gårde på kamper og cuper hele gjengen. Det sosiale har mye å si for å trives sammen. Dessverre har vi i dette spesielle coronaåret ikke fått gjort alt det vi hadde planlagt.
- 2004 kullet består i dag av 25 spillere, inkludert 2 spillere fra 05 laget som hospiterer hos oss.
- På trenersiden har vi disse som bidrar:
 - Roy Nellemann
 - Hege Kindervaag
 - Tommy Lie
 - Linda Taranger
 - Ina S. Økland
 - Annie Ringnes Hagen
- Jentene har fire treningsøkter i uken. Det er viktig med skadeforebyggende trening og derfor er treningene veldig varierte i løpet av uken. Inkludert i disse treningene har jentene to intervalltreninger aerob/anaerob samt ca fire timer styrketrening. Våren 2021 har vi også satt i gang med Crossfit trening.
- I sesongen 2019/2020 hadde vi med 1 lag i Regionserien 04 og 1 lag i A-serien. Vi vant alle disse seriene.
- Denne sesongen 2020/2021 har vi med et lag Regionserien 04 og 1 lag i A-serien 04. Så langt i sesongen leder vi Regionserien og ligger på tredjeplass i A-serien.

KORT OPPSUMMERING AV 2020:

- ❖ Veldig rar siste halvdel av sesongen da korona kom for fullt. Til slutt endte vi å vinne begge seriene. Alle cuper og kamper som var planlagt ble dessverre skrinlagt.
- ❖ BRING SERIEN:
Det var denne sesongen vi hadde sett frem til, da vi skikkelig skulle vise oss frem i Bringserien. Dessverre ble denne avlyst, til jentenes store fortvilelse. Vi hadde brukt utrolig mange dugnadstimer på å spare penger for at alle på laget skulle ha mulighet til å bli med på dette eventyret.....
- ❖ TRENINGSLEIR I BERGEN:
Heldigvis kom det en åpning og jentene kunne dra på treningsleir til Bergen i august 2020. For noen fantastiske dager 😊 Det ble et supert avbrekk i coronatiden. Opplegget var supert, både med treningsfasiliteter, hotell, god mat og service. Dette lever jentene på ennå.

PLANER SÅ LANGT I 2021:

- ❖ Vi er veldig spent på hvordan denne sesongen avsluttes. Pt. har vi kun lov å spille kamper mot lag i egen kommune og dette har ført til at mange kamper er utsatt inntil videre. Vi krysser fingrene
- ❖ Vi har meldt på lag til både PW cup og Bergen cup, men om det blir noe av.....
- ❖ Tre spillere på laget er også tatt ut til landslagssamlinger. Det blir veldig spennende å følge med dem videre.

Dette er dessverre siste sesong for jentene her i KFUM.

**Vi har hatt en fantastisk reise gjennom alle disse årene
i klubben.**

Men alt har en slutt.

**Nå går turen videre for de fleste jentene på laget til
andre klubber i Regionen.**

Takk for oss

Årsrapport KFUM J2005, 2020

Vi har i løpet av 2020 vært så heldige å få et samarbeid med Hinna J05. En del av jentene som ikke ønsket å satse videre valgte nå å trekke seg.

Syv spillere ble med på samarbeidet med Hinna der dette gav oss muligheten for at alle kunne få spille kamper på sitt nivå. Vi har hatt et regionslag, et lag i A serien og et breddelag. Vi har i tillegg fortsatte hospiteringen der 4-5 06 jenter er med på treninger og til dels kamper.

Sportslig utvikling

Vi har hatt en meget fin fremgang etter samarbeidet ble iversatt der en har samme tilbakemeldinger fra Hinna jentene. Dessverre har sesongen blitt noe amputert pga Covid-19 situasjonen, men de kampene vi har hatt har gitt mersmak og samarbeidet har utviklet seg enormt.

Av samme grunn er det dessverre heller ikke vært mulig å være med på turneringer. Flere av våre spillere fikk delta på regional landslagssamling og de satser videre på idretten ved siden av skolen.

Treninger

Vi har 2 fysiske treninger i uken, 3 tekniske treninger og en frivillig på fredager. Vi har nylig hatt spiller møte der en del gode poeng ble tatt opp begge veier og forventninger og ønsker slik at kvaliteten på innsats og fremgang blir bedre.

Vi har en til to som hospiterer opp til 2004 som er inspirerende for dem og øker treningsmengden og kvaliteten for laget

Turneringer

Ingen, planlegger Svane-cup
Treningsopphold, Danmark? Annet sted

Sosialt

Svært ampuert pga situasjonen, men laget trives sammen på trening og kamp og en vil intensivere dette så snart det er lovlig igjen.

Dugnadsånd er meget sterk som lover godt for neste års Bring-serie.

Mvh

Elin, oppmann J2005

Fotoskanner av Google Foto

Årsrapport J-2006

Litt info om laget :

Vi har et lag med 10 spillere som spiller i J14 øvet og J15 bredde.

Sportslig utvikling

Det har som for alle vært en amputert sesong uten særlig seriespill eller turneringer.

Vi har meldt på et lag i J-15 bredde som enda ikke har spilt en kamp.

Treninger

God treningsiver, men kjedelig uten kamper.

Hanne Kvasheim har kommet inn i trenerteamet.

Turneringer

Det har dessverre ikke vært anledning til å delta på turneringer pga corona situasjonen.

Sosialt

Det har dessverre ikke vært anledning til å gjennomføre mye sosialt pga corona situasjonen.

Vi hadde i høst kjekk samling med håndball landskamp og pizza!!

Jentene har veldig lyst til å dra på turnering i Kroatia og planlegger å jobbe mye dugnad fremover



Mvh

J2006

Årsrapport 2020 – J2007

Spillerstall: 20 spillere per 31.12.20.

Seriespill våren 2020:

Ett lag i J12 bredde, og ett i J12 øvet

Seriespill høsten 2020:

Ett lag i J13 bredde, ett lag i J13 øvet, og ett lag i J14 øvet

Trenere:

Vibeke Aune (siden 2018)

Bjørn Helle (siden høsten 2019)

Marlén Jünge (siden 2013, med ved anledning)



Oppmenn:

Jon Nordmark (siden 2020)

Økonomi:

Trond Skjæveland (siden 2017)

Sportslig utvikling

Vi har en treningsvillig gjeng som er ivrige og vi jobber hele tiden med å utvikle alle til å bli litt bedre ut i fra sine forutsetninger, noe vi mener vi har lykket med hos alle jentene. Jentene er glad i fartsfylte øvelser og elsker å spille på treningene.

Vi trener fire ganger i uken, hver trening varer 90-120 minutter. Vi har fast spenst/hurtighetstrening hver tirsdag, skadeforebyggende styrketrening hver onsdag. Alle treningene inneholder en intervalløkt med ball. Vi prøver å ha et høyt tempo, alle øvelser skal inneholde ball og alle jentene ruller på plassene.

«Hospitanter»

Hver onsdag har vi hatt fra tre til seks 08 jenter med oss, dette er kjekt, inspirerende og lærerikt for både oss og dem. De er positive og lærevillige og jentene våre er flinke til å inkludere dem. Dessverre har dette vært krevende i sesongen 20/21 pga korona.

Vi har dessverre mistet et par spillere denne sesongen, men heldigvis har de blitt erstattet av noen nye også. Totalt er vi nå 20 spillere på laget.

Turneringer

Alle turneringer i sesongen 20/21 ble avlyst grunnet Covid-19.

Sosialt

I tillegg til å være treningsvillige jenter som elsker å spille håndball, liker de også alt som er sosialt sammen med hele laget. Til tross for begrensninger grunnet Covid-19 har vi fokusert på å bygge et godt sosialt miljø:

- Sommeravslutning med grilling og bading i Stokkavannet
- Felles pizza og eliteseriekamp for Viking herrer som juleavslutning

Annet

- Bjørn Helle har deltatt på trenerkurs og gjennomført Trener 2

Trenerteamet J2007

Årsmelding J2008

Utviklingen i laget:

- Jevn og god utvikling for hele laget i løpet av 2020 tross varierte treningsforhold og kampaktivitet. Mestringsnivået i laget er fortsatt noe varierende, men alle jentene synes det er veldig gøy og miljøet i laget er bra. Vi har hatt noe digital kontakt med jentene under nedstengningen, utetrening da det ble tillatt samt noe sosialt.

- Jentene har blitt tøffere og laget har fått bedre håndballforståelse og kjenner nå godt til grunnleggende håndballregler og dommertegn. Det jobbes mye med bevegelsesmønster, 3-2-1 forsvar, kontringer og fart, bruk av banens bredde, pådrag og fotarbeid i alle spillets faser.

- Vi trener styrke/fysisk før halltrening en gang i uken. Det merkes at jentene nyter godt av denne styrketreningen.

- Vi har pr i dag 4 keepere på laget, men alle fungerer også foreløpig som utespillere. Kirsten har vært med når det har vært mulig. Dette er et utrolig viktig bidrag som vi er veldig takknemlige for, og som keeperne synes er veldig kjekt!

Info om laget:

- Vi har totalt hatt 2 påmeldte lag for sesongen 20/21.

- Vi har spilt med 1 lag i J12 Øvet og 1 lag i J12 Bredde serien denne sesongen. Breddelaget fikk spille en del kamper før jul, mens øvet laget hadde færre oppsatte kamper.

Treninger:

- Vi terper fortsatt på grunnleggende kastteknikker, mottak og ballkontroll, da en del av jentene har fortsatt en del å hente her.

- Jentene liker veldig godt konkurranser, som f.eks. kaste x antall pasninger uten å miste ballen, på kortest mulig tid og pådragsspill med tidtaking.

- 3-2-1 forsvar, innlæring av nye trekk/kombinasjoner i angrepsspill, spille med strekspiller og ankomstspill.

- Vi bruker en del av treningstiden på timing, komme i fart inn i ball, pasninger i fart, kontringer, skudd og fotarbeid.

Før sesongslutt 2020 gjennomførte vi nye tester på teknikkmerket i hhv. Brons og Sølv. Det er helt nødvendig å ha teknikkmerker som motivasjon, slik at jentene skal forstå viktigheten av og motiveres til å trene/terpe på teknikk. Jentene synes det er gøy med teknikkmerket og oppleves veldig motiverte for dette.

Antall spillere:

- Vi er pt. 19 spillere, det var 5 spillere som sluttet i løpet av 2020 av ulike årsaker. Laget består av jenter fra Lassa skole, Eiganes skole og Våland skole. Vi er 5 trenere (som regel 3 trenere pr trening).

Hospitering:

- Utgått pga Covid-19

Turneringer/hjemme-arrangement (aktivitets-serien):

- Høsten 2020 gjennomførte vi de hjemme-arrangementene vi var satt opp med for både øvet og bredde laget vårt ihht til gjeldende smittevern.

- Ingen cuper er avholdt i sesongen

Sosialt:

- Vi har hatt pizzakveld før jul

- Noen digitale møter og chattegrupper for å holde kontakten og holde fast i laget.

- Som sommeravslutning hadde vi lek, konkurranser og is utendørs for jentene.

Generelt:

- Vi har 4 trenere som har gjennomført trener 1 kurs. 1 Trener har gjennomført Trener 2.

- Grunnet 5 trenere, så klarer vi å holde bra nivå på effektivitet og aktivitetsnivå på treningene. Vi er som regel 3 voksne pr trening.

- Vi syns J2008 er en super gjeng med jenter, som virker å ha mye glede av håndballen og som nå har blitt en godt sammensveiset gjeng.

Vi gleder oss til fortsettelsen og håper at alle fortsetter også neste sesong.

Håndballhilsen fra trenere og oppmann for KFUM J2008.

Årsmelding j2009



Hvem er vi?

KFUM J09 er nå 15 jenter som har det veldig gøy sportslig og sosialt. I årets sesong har vi hatt to lag i aktivitetsserien for J-11 (1 lag i bredde og 1 i øvet), i tillegg har vi spilt med et lag i J-12 (bredde).

Sosialt

Det sosiale er like viktig som det sportslige, og selv om det ikke har vært noen turneringer i år, har laget reist på helgetur til Sirdalen, laget mat ved Speidermarka i regi av Unge kokker og selvsagt hatt sommer- og juleavslutninger. I august 2021 reiser 9 av 15 jenter på sommerleir til Vier i regi av Ynglingen.

Hvordan har laget håndtert covid-19?

Det har selvsagt vært et spesielt år, men jentene har trent jevnt gjennom hele covid-perioden. I første «lock-down» trente jentene styrke via Zoom, og utetrening har blitt godt innarbeidet etter hvert som hallen i ulike perioder har vært stengt. Jentene har trent både på marka i Sandal, utenfor Lassa skole og nå i vinter i parkeringshuset ved Stavanger idrettshall.

Lagets 'mål' for sesongen

Målet for sesongen var å bevare størrelsen på spillergruppen og ha høy % oppmøte på treningene, ergo at jentene har det gøy på trening. Det har vist seg at det er utfordrende å rekruttere nye spillere, men vi har likevel fått to nye med på laget. Men oppmøtet på trening er veldig bra, og jentene fortsetter å kose seg både i kamp og på trening.

Sportslig utvikling

Jentene har fortsatt den fine fremgangen fra forrige sesong. Jentene har lært seg 3-2-1 forsvar, men har ikke fått brukt det i kamp pga justeringer i J12 kamper hvor det nå kun spilles med 5 utespillere. Vi har derfor spilt med en 3-2 variant som har fungert veldig bra. Jentene har blitt tøffere i forsvar og i satsningene i angrep. J12 kampene hvor vi møter fysisk større jenter har hjulpet godt på dette.

Treninger

Vi trener mandager, torsdager og fredager. Vi har halltid 1 time hver gang. På mandagene og torsdagene har vi fysisk trening 30 min før halltiden. På mandager er det da styrketrening, med mobilitet de siste 5 min. På torsdagen er det spenst, koordinasjon og balanse, med mobilitet de siste 10 min.

Vi har hatt besøk av Tasta J11 på mange av fredagstreningene våre (når det har vært lov).

I corona tiden har vi klart å opprettholde treningen utendørs og har hatt meget godt oppmøte.

Trener- «hospitanter»

Noen av jentene trener med J-08 en gang i uken (når det har vært lov). Det har fungert bra og vært gøy for jentene.

Turneringer

Vi er klare for Kongeparken håndballcup (mai 2021).

Trenerkurs

Sverre har deltatt på «Corona webinarene» som ble arrangert av håndballforbundet.

Resultater

Vi er fortsatt mest opptatt av om vi oppnår utviklingsmålene vi har satt oss før kampene, både individuelt og som lag. Det går som regel bra og er noe jentene liker godt, spesielt i kampene som blir noe ujevne så er det bra å ha fokusområder som ikke omhandler selve resultatet.

Jentene holder et høyt nivå og klarer seg veldig bra i både J-11 (Øvet/Bredde) og i J-12 Bredde (hvor de deler førsteplassen på tabellen så langt). Alle jentene har spilt på J-12 bredde laget.

Trenerteam

Trenerteamet består av hovedtrener Sverre Helland, og hjelpetrenerne May-Britt Syltern, Kjetil Nærheim og Camilla Cock. I tillegg er Eli Lokna oppmann og Astrid Karlstrøm kasserer.

Årsrapport - KFUM J 2010

Antall spillere og lag

Våren 2020 var vi 36 spillere fordelt på 6 lag. I tillegg rullerte spillerne på å delta på ett ekstra lag som var meldt opp en årsklasse for å forberede overgangen til 5ér håndball på kortbane. Dessverre satte koronaen en stopper for at alle fikk prøvd seg på dette.

Fra høsten 2020 ble 5 lag meldt på i aktivitet serien, alle i øvet gruppe. På grunn av korona har lagene vært delt inn så langt det har latt seg gjøre etter skole og klasse. Ved overgangen til 2021 var det 39 spillere på kullet.

Kullet har spillere fra 5 ulike skoler i nærområdet.

Kamper

Kampprogrammet fikk en brå slutt i begynnelsen av mars 2020. Dette medførte avlysning av både kongeparken cup og dyreparken cup som vi hadde gledet oss til å delta på for første gang.

Høsten 2020 har det kun blitt gjennomført 2 runder i aktivitetsserien. Første runde ble gjennomført i Ynglingehallen, men uten kiosk og med et begrenset antall publikum. For å ivareta nye smittevernregler på slutten av året ble det en reduksjon i antall kamper per runde, og i den siste runden fikk lagene bare en kamp hver. De fem lagene er fordelt på to puljer. Det er stor variasjon på lagene vi møter i øvet gruppe, men det har vært en positiv opplevelse å kunne gå over på større bane.

Treninger

Laget trener en time på mandager og fredager i Ynglingehallen. For å utnytte treningstidene bedre ble det startet opp med styrketrening i forkant av mandagstreningene. Etter korona ble det dessverre for trangt å gjennomføre dette utenfor hallen. Når vi fikk låne treningstid av 2003 startet vi opp med dette igjen i hallen. I korona nedstengningene hadde laget eget treningsprogram, og har kun prøvd digital trening en gang.

Stort sett alle spillere og trenere deltar på mandagstreningene, mens det på fredagstreningene er ca. 20-25 stykker som deltar. Vi ser at trening på fredager ikke vil være optimalt når treningsmengden for hele gruppen skal økes, men det fungerer godt som et supplement.

Det har vært krevende å gjennomføre treninger med koronarestriksjoner i en så stor gruppe. Vi har praktisert ulik inngang og oppmøte for å sluse kohortene inn og ut på en trygg måte. I tillegg har det vært krevende å gjennomføre treninger uten kontakt mellom de to gruppene. Den tydelige delingen har også skapt lavere grad av felleskap på tvers av skolene. Vi ser fram til å kunne mikse gruppene mer, og jobbe med tilhørigheten til gruppen som helhet.

Innholdet på treningen er fortsatt primært grunnferdigheter, styrke, kondisjon, skadeforebygging og enkle spilletekniske øvelser. Det har vært vanskelig å tilrettelegge for å øve på spill med det høye antall spillere og avstand mellom kohortene.

Sosialt

Det sosiale har vært viktig for kullet for å skape et felleskap på tvers av skolene. Vi har ønsket å jobbe mye med dette for å skape trygghet og mestring i gruppen. Dette har det dessverre blitt lite av i år på

grunn av korona. Vi startet godt med å være flaggbærere på en av Sola håndball sine hjemmekamper i januar. Men vi rakk kun en kveldsmat etter trening før restriksjonene satte sine begrensninger.

Sommeravslutningen ble arrangert utendørs av sosialkomiteen, og juleavslutning måtte bli en trening med ekstra kjekke konkurranser og aktiviteter. Ellers har alle andre planlagte sosiale aktiviteter måtte avlyses i år.

Støtteapparatet

Det er syv trenere og en oppmann på laget. Vi er veldig heldige og har to tidligere 2004 spiller med i trenerteamet. I tillegg har vi en egen sosialkomité og dugnadsgruppe som ivaretar aktiviteter knyttet til dette.

To av trenerne har gått videre på Trener 1 utdanningen for å fullføre denne. På grunn av korona har alle modulene med unntak av to blitt avlyst. I tillegg deltok flere av trenerne på skadeforebyggende webinar.

Det har blitt holdt to foreldremøter i år, et tidlig i mars og et digitalt møte i september.

Årsrapport J-2011

I 2020 var J-2011 ca 15 spillere og vi gikk fra å spille miniturnering til å gå over i aktivitetsserien hvor vi var påmeldt med 3 lag. Hovedtrenerne er Åshild Åksum og Torunn Idsøe. Oppmann er May E Bennetzen og derutover har vi flere aktive foreldre som gledelig stiller til dugnad og har stått for flere sosiale arrangementer.

Kamper, trening og turneringer

I starten av året hadde J-2011 meldt seg på lagets første Kongeparken cup og hadde planlagt å delta på Dyreparken cup i Kristiansand. Dessverre ble alt dette avlyst grunnet smittesituasjonen i landet.

Året 2020 startet med miniturnering på Hinna i Hetlandshallen. Det var dessverre den siste miniturnering jentene var med på før sesongen 19/20 ble avsluttet altfor tidlig i mars under nedlukningen av landet.

Høsten 20 gikk vi over til å spille i aktivitetsserien, på blandet minibane og kortbane. Dette var en kjekk utfordring. KFUM fikk også som klubb være vert for den første og dessverre også eneste kampaktivitet vi fikk deltatt på høsten 20 før koronarestriksjoner igjen satte inn og begrenset all kampaktivitet.

Treningen har foregått torsdager på delt bane med 2012 laget, all trening ble lukket ned fra midt mars og startet igjen 19. mai etter nedlukningen. Det var også en kort treningspause i november grunnet økt smittetrykk i landet.

Sosialt

Året startet flott med felles kveldsmat i februar arrangert av sosialkomiteen. Heretter gikk det ikke lang tid før landet lukket ned 12 mars og dermed gikk det flere måneder før jentene igjen fikk møtes, det ble på trening i mai.

Året ble avsluttet i desember sammen med den flotte gjengen av jenter med nissetrening og julekos.

Det har vært et hardt år med mange restriksjoner lite kontinuitet, mye forandringer og dessverre veldig lite kampaktivitet. Vi hadde planlagt mye gøy sammen med jentene både sosialt, og på håndballbanen Dessverre har ingenting blitt som vi hadde forstilt oss det på foreldremøtet i januar 2020. Jentene har tatt det hele med godt humør og siden de aldri har vært på Dyreparken cup så vet de jo ikke hva de har gått glipp av, og det er vel held i uheld? Uansett så tror jeg jentene har taklet dette mye bedre enn oss voksne og vi er da bare så takknemlige for å jobbe med så herlige barn.

Årsrapport J2012

Spillere og trenere

Vi har i løpet av 2020 hatt mellom 20 og 23 spillere med på treningene. I løpet av sesongen har 2 spillere sluttet og 3 nye har kommet til, slik at gruppen per nå er 23 spillere. De sist ankomne er ikke innmeldt i klubben, siden de nettopp har startet og vil prøve ut om de trives med håndball. Eirik Bratthammer og Ole Marius Nordvik har vært og er trenere for gruppen.

Sportslig utvikling

Trenerne melder om at det er stor utvikling det siste året. Både koordinasjon, hurtighet, presisjon og disiplin er betydelig forbedret. Siden det ikke er spilt kamper mot andre lag det siste året, er vi spente på å måle oss mot andre klubb lag når vi snart får muligheten til å spille kamper igjen.

Treninger

Vi har 1 fast treninger i uken. Det ble i 2020 sesongen avholdt 26 treninger. Godt oppmøte med +/- 20 påmeldte.

Turneringer

2020 ble turneringsmessig kraftig amputert da Covid 19 restriksjonene kom i mars 2020. Alle turneringer og planlagte kamper ble avlyst. Laget skulle arrangere turnering i Ynglingen den 15 mars, men den ble Covid- avlyst. Kongeparken cup 30 april – 3. mai ble også avlyst.

Sosialt

Kveldsmatsamling på Ynglingen i regi av gammel oppmann: 23 jan. 2020 Kveldsmatsamling på Ynglingen i regi av gammel oppmann: 20 feb. 2020 Kveldsmatsamling på Ynglingen i regi av gammel oppmann: 5 mars. 2020 Utendørs kokkekurs med matlaging. Stokkavannet 6 september 2020 – 12 deltagere. Matlaging med bålpanne, like ved Speidermarka. 2 timer. Stor suksess!

Så fort det åpnes opp for større samlinger og samfunnet er tilbake på skinner igjen, vil vi gjennomføre flere sosiale treff for spillerne igjen.

For KFUM Jenter 2012

Eirik Huus Oppmann

Jenter KFUM 2013



Årsrapport 2020

J2013 ble startet høsten 2019, en gjeng med 5 spillere har vokst og nå er vi 19 spillere. Laget vokser og vi ønsker oss enda flere spillere.

Jentene på laget går på Lassa skole, Våland skole og Madlamark. Vi syntes det er veldig bra og ha jenter fra flere skoler.

Lagledelse

Trenere er Elisabeth Førland Riseth, Kjetil Refvik, Maria Klitzing, Åsfrid Ekkje og Kristian Martinsen. Oppmann er Stine Wærp, kasserer Trine Svensen.

Sportslig utvikling

Vi trenere har som hovedfokus at jentene skal ha det gøy, oppleve idretts glede samt mestring. Treningene er lekbetonte, men med fokus på ballberøringer og grep. Vi prøver etter beste evne å variere øvelsene slik at det blir lite tid til å «kjede seg» samt prøver å unngå for mye kø slik at jentene begynner med andre ting istedenfor. Dette vet vi er en utfordring uansett i en så ung alder, men, vi prøver å sette klare regler slik at alle får det gøy på trening og ikke bruker opp de andre spillerne sin tid med å turne, slå hjul, klatre i ribbeveggen, leke med tau etc. Vi har også mye fokus på å bli kjent med hverandre på tvers av skolene slik at vi blir «ett» lag.

Minihåndball

Jentene deltar i håndballkretsen sine minihåndballturneringer, men, i 2020 har vi kun deltatt i en turnering, det fikk dessverre en brå slutt i begynnelsen av mars 2020. Vi fikk ikke spille mer kamper resten av året. KFUM j2013 spiller i ring 9 sammen med Sunde, Forus & Gausel, Tasta og Brodd.

Turneringer

På grunn av Covid har vi ikke deltatt i noen turneringer.

Treninger

Laget trener 1 gang i uken, på halv bane, tirsdag kl. 17.00 – 18.00 i Vikinghallen .

Sosialt

Vi har hatt lite sosialt denne sesongen, og gleder oss til vi kan gjøre kjekke ting sammen igjen utenfor håndballbanen.

Til jul hadde vi en fin avslutning på siste trening der nissen kom på besøk.

Trenerkurs

Elisabeth har deltatt på diverse trenerkurs for minihåndball samt modul 1-4.

Kommunikasjon skjer på Spond. Her er alle medlemmer representert

Årsrapport J2014

Hvem er vi?

KFUM J14 er 31 jenter som har det veldig gøy sportslig og sosialt.

Trenerteamet består av hovedtrener Sverre Helland, og hjelpetrenerne Silje Vågen, Marianne Doublet, Anna Wathne. I tillegg er Silje Vågen oppmann og Veslemøy Granhøy Kivle er sosialansvarlig.

Lagets 'mål' for sesongen

Målet for sesongen var å utvide alle deler av laget med spillere, trenere, og en bra foreldregruppe. Det har vi klart.

Sportslig utvikling

Det er fortsatt mye lek på trening, mest med ball. Jentene har fått prøve å spille håndball en del ganger på trening og flere har begynt å forstå gangen i spillet 😊

Treninger

Vi trener tirsdager 17:00 til 18:00 i Vikinghallen. Det har vært bra å få flytte fra en liten gymsal til en stor hall (enn om vi bare har halv bane)

Turneringer

Alle kampene i vår ring har blitt avlyst så langt. Men vi arrangerte en internturnering i slutten av Februar. Der hadde vi 7 lag (28 spillere). Jentene storkoste seg og var veldig fornøyde med å få pokal etterpå.

Sosialt

Jentene koser seg sosialt på trening. Mye lek og morsomheter før, i, og etter treningen. Jentene kommer fra mange forskjellige skoler.

Trenerkurs

Sverre har deltatt på «Corona webinarer» som ble arrangert av håndballforbundet.

J2015 mangler