

Lagrapport Damelaget

Damelaget har bestått av 16-17 spillere sesongen 2019/20. Vi har to treninger i uken, på henholdsvis 75 og 90 minutter. Den lengste av treningstidene har også blitt brukt en del til avvikling av kamper. Aldersspennet i laget er fra 23-39 år.

Vi rykket i fjor opp fra femte til fjerde divisjon, og vi har fått merke litt at ujevnheter i spillertropp blir mer avslørt i fjerde divisjon.

I skrivende stund har vi spilt 18 av 22 kamper, og er på 8. plass av 12 lag med 12 poeng. Vi kjemper med nebb og klør for å holde plassen i divisjonen, og håper og tror ennå at vi skal klare dette.

Trenere har vært;

Trond Tressdal og Gerd Liv Thommassen

Oppmann;

Marita Braadland

Lagrapport KFUM jenter 2003

I år er vi 20 supre jenter på her på j 2003. Vi har et lag i Breddeserien og et lag i Regionserien. I tillegg har vi kvalifisert oss til å delta Bringserien.

J 2003 har aldri stått for de største sportslige prestasjonene, men det tar vi igjen i samhold og godt humør! I sommer dro vi til Granollers Cup, og da plutselig viste Regionslaget at de var klare for nye utfordringer, og kanskje en Bringkvalifisering hadde vært noe å vurdere? Mye læring uansett resultat! Turen til Granollers ble magisk, kamper ble både vunnet og tapt, med innsatsvilje og humør på topp. Jentene møtte masse hyggelig ungdom fra flere land og ble helt klart enda mer sammensveiset gjeng. Det triste var at keeperen på Regionslaget, Thea, annonserte at hun ville prøve seg hos SIF fra høsten av. Vi ønsker henne lykke til der!

Så høsten starter for regionslaget med Bringkvalifisering uten keeper. 2004 har vært behjelpelig og lånt oss keepere til Bringkvalifisering, Bringrunder og Regionsskamper. For, HURRA, vi kvalifiserte oss til Bring!!!! Breddelaget har keeper Ane, men hun ønsker ikke å spille Region eller Bring.

Breddelaget spiller kamper og låner hver kamp noen spillere fra Regionslaget. Regionslaget, derimot, sliter litt med skader og keepermangel, men håper at dette ordner seg etterhvert.

På trening elsker jentene å varme opp med fotball, mulig de har havnet i feil idrett, også har de begynt med morgenøker, frivillige sådan, 2 ganger i uken, det er stas. Treningene tirsdag og onsdag er like etter skolen, og Bjørn Dahle stiller alltid med frisk oppskåret frukt.

Før jul arrangerte vi pepperkakehus-bakekonkurranse, tipper at alle har sett de vakre resultatene i Ynglingen. Videre hadde vi et flott julebord, men foreldre, i Ynglingens festsal. Vi arrangerte også første Bring-runde i desember, og den gikk av stabelen meget knirkefritt!!

Jarle Jonassen hospiterer en del hos oss, som trener, og det settes stor pris på av oss alle! Torbjørn Gjerdevik gav seg nå i høst, da datteren hans Emma, valgte å slutte med håndball.

Voksenstaben er nå følgende:

Bjørn Dahle - Hoved

Vidar Fera - Assistent

Jarle Jonassen - Hospiterende

Kirsten Pettersen: Kasserer (Jobber med å finne en erstatte)

Lise Berven: Kasserer (Bring)

Christian Berven: Material- og medisinsk ansvarlig

Hanne Christin Kaland: Oppmann/Lagleder

Til våren gleder vi oss til 4 Bringrunder og i Pinsen drar vi til turnering i Danmark. Også er vi i full gang med å planlegge nye spill for neste sesong!

Det var det vi hadde å melde, vi har det veldig gøy med håndballen, håper å fortsette lenge og ønsker oss en keeper og muligens en høyre bakspiller etc. bare for å ha nevnt det :-)

Hjertelig hilsen HC og resten av j2003 teamet

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 er har mye å si for å trives sammen.
- 2004 kullet består i dag av 27 spillere, i tillegg har vi 2 spillere fra 05 laget som hospiterer hos oss. I løpet av høsten 2019 begynte det 5 spiller fra Brodd i tillegg til 1 fra Sola.
- På trenersiden har vi disse som bidrar:
 - ✓ Roy Nellemann
 - ✓ Hege Kindervaag
 - ✓ Tommy Lie
 - ✓ Linda Taranger
 - ✓ Ina S. Økland
- 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.
- I sesongen 2018/2019 hadde vi med 1 lag i A-serien 04, 1 lag i Breddeserien 04 og et lag i A-serien 03. Vi vant alle disse seriene.
- Denne sesongen 2019/2020 har vi med et lag Regionserien 04 og 1 lag i A-serien 04. Så langt leder vi begge disse seriene også.



Kort oppsummering av 2019 J2004

- **Januar** – Treningsleir i Lyngdal – mye bra trening og veldig kjekt sosialt.
- **April** – Regionsluttspill i Kristiansand – alle jentene bel invitert med selv om ikke alle ikke fikk spille. Knallkjekt.
- **April** – Svanecup i Danmark. Vi hadde med 2 lag i denne turneringen og vi kom hjem med en flott sølvmedalje. Totalt 56 stykker på tur inkludert foreldre.
- **Mai** – 2 lag i Kongeparkencup – begge komt til finalen – gull og sølv
- **Juni** - Beachhåndballturnering – supergøy
- **August** – Skicup og Dyreparkencup. Disse ble arrangert samme helg så derfor dro vi med et lag til hver cup. Det ble en super 1. plass i Skicup.
- **September** – Sandnes Sparebankcup. Her stilte vi med 2 lag hvorav det ene tok seieren med hjem 😊
- **Desember** – Kamp i Regionserien i Kristiansand. Alle jentene reiste nedover for å få med seg kampen, i tillegg ble hadde vi årets julebord samt Shuffleboard konkurranse mellom jentene og foreldre.

Planer så langt for 2020

- **April** – Petter Wesselcup – vi skal ha med to lag
- **Mai** – vennskapsturnering på Nærbø
- **Juni** – Bergencup – vi skal ha med to lag
- **August** – Treningsleir i Danmark
- **September** – Sandnes Sparebankcup
- **September** – Kvalifisering til Bringserien

Vil du være med så heng på, følg oss på disse arenaene:

Instagram kfumjenter04
Snap kfum j04



Årsrapport KFUM J2005, 2019

Vi har i løpet av 2019 hatt to lag i serien, et i øvet og et i breddeserien.

Vi var 13 2005 spillere og fire faste hospitanter av 2006 spillere på laget vårt. I tillegg har alle 2006 jentene hatt treninger sammen med oss for det meste pga manglende trener på eget lag.

Sportslig utvikling

Vi hadde en fin start på sesongen der vi spilte godt i Dyreparken cup og første seriekamper men med litt motgang ble det litt tøft.. har hatt en del tap frem til vi skiftet fra 3 – 2 – 1 forsvar til 6-0 og 5-1 som har snudd trenden igjen

Treninger

Vi har 3 faste treninger i uken og en frivillig på fredager. Vi har nylig hatt spillermøte 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 to som hospiterer opp til 2004 og to med 2003 som er inspirerende for dem og øker treningsmengden og kvaliteten for laget

Turneringer

Kongeparken cup

Beach Håndballturnering – mest for gøy, ingen trening på sand dessverre før turneringen

Dyreparken cup – Spennende og knallkjekt, utslått i semifinalen

Kåsen romjulturnering – Sølv igjen, så nært men knallkjekt

Sosialt

Kan nok intensiveres noe, samles til Pizzakveld hos oss, landskamp og mat på jobben til treneren, koser oss sammen på turneringer, spesielt der en reiser bort

Har en del ideer og planer for 2020.

Mvh

Elin, oppmann J2005

KFUM Håndball, årsrapport 2019 J-2006

Litt info om laget :

Hvor mange lag dere har, hvilken serie dere spiller i, antall spiller...

Vi har et lag med 11 spillere som spiller i J13 øvet

Sportslig utvikling

Her kan du snakke om hvordan du har opplevet året opp til nå i forhold til utvikling av laget.

Sesongen har vært bra. Ligger på en trygg 3 plass. Har spilt jevnt med Sola og SIF som ligger foran på tabell. Vi har fått tre nye spillere på laget. En fra SIF og to fra Tasta. Det har vært veldig positivt for miljøet i laget.

Treninger

Snakke litt om når du har trening, hvor lenger du trener, hva du gjør på trening, hva like jentene best.....

Vi trener sammen med 2005 på mandager og fredager.

Turneringer

Snakke litt om de turneringer du har vært med på så langt, ikke bare på et sportslig nivå, men hvordan dere hadde det sosialt, hva du synes om turneringer....

Veldig kjekt og samlende med turneringer. Absolutt viktig for lagbygge. Tapende finalist i Dyreparken Cup og litt tidlig exit i Sandnes Sparebank cup, der vi møtte vinneren av turneringen allerede i kvartfinale. Også tapende finalist i Kongeparken Cup og Beach Håndball våren 2019.

Mvh

J2006

KFUM Håndball, årsrapport 2019 – J2007 Kort om laget

· 17 spillere per 31.12.19.

· Lag våren 2019: Ett lag i J11 bredde, ett i J11 øvet og ett lag i J12 bredde.

· Lag høsten 2019: Ett lag i J12 bredde og ett i J12 øvet.

Trenere og oppmenn
Trenere: Marlén Jünge (siden 2013) Kristin Sleire (siden 2014) Marit Refvem (siden 2017) Vibeke Aune (siden 2018) Bjørn Helle (siden høsten 2019)
Oppmenn: Jon Nordmark (siden 2020) Kristine Gjerstad (siden 2018)
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 jeg mener vi har lyktes 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 minutter. Vi har fast spenst/hurtighetstrening hver mandag, 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 alt 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 vår er flinke å inkludere dem.

Våre jenter har ikke ønsket å hospitere opp på 06. De prøvde en liten periode, men det svarte ikke til forventningene. De opplevde ikke inkludering og det var mye tøys på treningene.

Turneringer

· Kongeparken Cup: Ett lag i J12, ett i J11. J12-laget kom helt til kvartfinalen i A-sluttspillet.

· Håndballfestivalen på Stord: Utendørsturnering i øsende pøsende regn. Kjekt med parade utkledd som Village People, men det ble en klissvåt helg. Vi stilte med ett lag

i J12 og ett i J11. J12 kom helt til kvartfinalen i A-sluttspillet. J11 fikk prøve gjørmehåndball på klissvåt gressbane. Stor stas.

· Beach håndball: Tre lag med i J11, nydelig vær god stemning og veldig kjekt.

· Dyreparken Cup: Strålende vær og stor sportslig suksess. To jevne KFUM-lag i J12-klassen møtte hverandre til toppoppgjør i semifinalen. KFUM vant til slutt finalen!

· Sandnes Sparebank Cup: To lag i J12. Begge lag gikk videre til A-sluttspillet, tap i finalen.

· Romjuls cup på Bryne (Kåsen Cup): Ett lag deltok, knepent tap i finalen.

Jentene elsker turneringslivet, de er snille og "enkle" å reise på tur med. De er positive, alle har alltid noen å være med og de er flinke til å "passe" på hverandre og gode til å heie på hverandre. Vi er også heldige som har en positiv foreldregruppe som stiller til dugnad og heie jentene frem enten det er på seriekamper eller på utenbys turneringer.

Sosialt

I tillegg til å være treningsvillige jenter som elsker å spille håndball, liker de også alt som er sosialt sammen med hele laget. Her er litt av det vi har gjort utenom treninger for å styrke det sosiale i løpet av året.

· Kveldsmat våren 2019 en gang i måneden.

· KKK både påske og jul, alltid koselig og god oppslutning

· Sommeravslutning med Pizza på Matsalen (vi vant Facebook-konkurranse)

· Vi har som lag vært sammen å sett landskamper og enkelte Sola kamper

· X-Run, september

· Juleavslutning: Toppoppgjør mot mødrene (og noen fedre)

Trenerkurs

Pr. dags dato tar Bjørn Helle trenerkurs

Årsmelding 2019 for KFUM Jenter 2008

Utviklingen i laget:

- Jevn og god utvikling for hele laget i løpet av 2019. Forskjellen på mestringsnivået i laget er fortsatt ganske stor, men alle jentene synes det er veldig gøy og miljøet i laget er bra. Vi synes det er veldig fint at det for siste halvår har vært mulig å melde på lag i bredde- og øvet-serie for J11. Dette passer veldig bra for oss mtp variert mestringsnivå.

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

- Siste halvåret har vi trent styrke/fysisk før halltrening en gang i uken. Det merkes at jentene nyter godt av denne styrketreningen.

- Vi har pr i dag 4-5 keepere på laget, men alle fungerer også foreløpig som utespillere. Kirsten er med hver tirsdag og kjører keepertrening med keeperne. Dette er et utrolig viktig bidrag som vi er utrolig takknemlige for, og som keeperne synes er veldig kjekt!

Info om laget:

- Vi har totalt hatt 4 påmeldte lag for sesongen 19/20.

- Vi har spilt med 2 lag i J11 Øvet, og 1 lag i J11 Bredde serien denne sesongen. Dette har generert en del kamper, men også noen utfordringer grunnet sykdom, skader og at J11 og J12 kamper har blitt satt opp samme dager. Mange av jentene har spilt kamper både i J11 øvet og bredde, og dermed fått mye god kamptrening.

- Også denne sesongen har vi meldt opp ett lag til J07-nivå/J12-bredde. Jentene som har spilt opp ett nivå i J07-breddeserien har mestret godt og spilt mange jevne kamper og gjort det bra totalt sett i serien. Motivasjonen er stor og jentene har gjort seg viktige erfaringer. Totalt 17 av jentene på laget har fått prøve seg på J12 bredde 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.

- Nytt på treningsplanen etter sommeren var 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.

- Alle jentene klarte Rødt teknikkmerke i 2018, vi har derfor gått over på å trene på teknikkmerket Bronse for inneværende sesong. 8 av jentene klarte Bronse-merket i 2019. Det vil før sesongslutt i 2020 bli gjennomført 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. 25 spillere, det var 3 spillere som sluttet i løpet av 2019 av ulike årsaker. Laget består av jenter fra Lassa skole, Eiganes skole og Våland skole. Vi er fortsatt en stor gruppe, men det er noe lettere å følge opp alle mtp utvikling nå når de har blitt eldre, samt at vi er 6 trenere (som regel 3 trenere pr trening).

Hospitering:

- 7 av jentene har hospitert opp på KFUM J07, og 5 av disse har vært med fast på trening med J07 en dag i uken. 2 av jentene har også vært med på noen seriekamper for J12 Bredde-laget til J07. 5 av jentene har også spilt med J07 i Dyreparken Cup og Sandnes Sparebank Cup.

- Vi har hatt 3 spillere fra J09 på hospitering fast en gang i uken. Dette har fungert veldig bra. 09-jentene er et godt bidrag på treningene våre med både ferdigheter, innsats og humør.

- Dialogen og samarbeidet mellom trenerne både mot J09 og J07 er veldig bra. Det oppleves generelt godt samarbeid mellom trenere og oppmenn på de ulike alderstrinnene i klubben.

Turneringer/hjemme-arrangement (aktivitets-serien):

- Vi har fått en god plan og gjennomføring av de hjemme-arrangementene vi har, både for J11 og J12-serien.

- I 2019 deltok i på Kongeparken Cup og Dyreparken Cup. Vi synes begge disse cupene er helt topp og jentene har gitt gode tilbakemeldinger.

- Vi skal delta i Kongeparken Cup i mai 2020, samt KFUM Beach-håndball

turneringen i juni 2020.

- Vi er påmeldt Dyreparken Cup i Kristiansand til høsten 2020, samt vurderer om vi skal melde oss på en romjulisturnering.

Sosialt:

- Vi har hatt kveldsmat etter trening en gang pr måned, noe som har en positiv effekt og er noe jentene synes er veldig kjekt. Vi har tatt opp ulike tema med jentene; hva er en god lagspiller, håndballregler, holdninger, hvordan snakker vi til og med hverandre, hvordan vil vi ha det i laget, forklart hva breidd og øvet nivå innebærer og hvordan dette i praksis vil bli gjennomført, hva er hospitering, osv.

- Som sommeravslutning hadde vi kamp mot foreldrene, noe som opplevdes veldig positivt og kjekt for både barn og voksne.

- Julegrøt som avslutning før jul

Generelt:

- Vi har 5 trenere som startet på trener 1 kurs høsten 2019. 1 trener er meldt opp til privatist eksamen for Trener 2.

- Grunnet 6 trenere, så klarer vi å holde bra nivå på effektivitet og aktivitetsnivå på treningene. Vi er som regel 3 voksne pr trening.

- Vi synes 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.

KFUM Håndball J09, Sesong 2019/2020

Hvem er vi?

KFUM J09 er 17 jenter som har det veldig gøy sportslig og sosialt. I årets sesong har vi hatt tre lag med i aktivitetserien for J-10, i tillegg har vi spilt med et lag i J-11 (bredde). Det aller kjekkeste dette året var Dyreparken håndballfestival og ikke minst da jentene fikk være maskoter til håndballdamene under 4-nasjoners turnering i Stavanger i september.

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

Lagets 'mål' for sesongen

Målet for sesongen var å få rekruttere noen flere spillere til laget 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, og vi har kun fått ei ny 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. Det har blitt ekstra fokus på keepertreningene denne sesongen og vi har ofte besøk av Kirsten Pettersen som hjelper oss. Det er også blitt populært å spille på strek. Vi har øvd både på forsvar mot strek, og på samarbeidet med strek i angrep. Dette begynner en del av jentene å få bra til nå.

De fleste jentene er nå veldig komfortable med å spille på stor bane, og synes det er det aller gøyeste av alt 😊

Vi planlegger å starte å øve på 3-2-1 forsvar etter at Kongepark cup'en er ferdig.

Treninger

Vi trener mandager og torsdager. Vi har halltid 1 time hver gang. Jentene starter 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 fått besøk av SIF på 2 treninger, og skal trene og spille treningskamp mot Sola i mars.

Trener- «hospitanter»

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

Turneringer

I tillegg til aktivitetsserien for J-10 og J-11 (bredde), har vi deltatt i Dyreparken håndballfestival, Sandnes SpareBank Cup, Romjulsbaluba (Sandnes håndballklubb) og Kongeparken håndballcup (mai 2020). Det er alltid stas med turneringer!

Sosialt

Det sosiale er viktig, og vi arrangerer kveldsmat etter treninger, julekos og diverse samlinger når det er viktige håndballkamper på tv. I tillegg deltok vi med et lag på X-run i september.

Trenerkurs

Sverre har vært på kortbane kurs, og diverse kurs for fysisk trening.

Resultater

Vi er mest opptatt av om vi oppnår målene vi har satt oss før kampene og i J-10 telles ikke mål. Men i J-11 bredde telles det mål (noe jentene liker godt), og her har jentene vunnet alle kampene sine. De vant også alle kampene da vi spilte i J-11 Sandnes Sparebank Cup. Alle jentene har fått mulighet til å spille på J-11 bredde laget.

Årsrapport KFUM 2010

Antall spillere og lag

Totalt har ca 40 spillere vært med i hele eller deler av året. Det har stort sett vært en gruppe på 36 spillere fordelt på 6 lag som har deltatt på kamper. I høst gikk vi fra å mikse nye lag i hver runde av serien, til å ha faste lag halve sesongen. Det fungerte godt, samtidig som det stort sett måtte settes inn en spiller fra de andre lagene pga fravær. Til jul ble lagene satt sammen på nytt for å opprettholde jevnt nivå på alle lagene med både noen nye spillere og variasjon i utvikling. Lagene har blitt mikset uavhengig av skoletilhørighet.

Kamper

Lagene gikk fra minihåndball til aktivitetsserien i overgangen til ny sesong 2019/2020. Dette oppleves ikke som en stor overgang, men lagene ble fordelt på tre ulike puljer som spiller på forskjellig datoer. Dermed er ikke alle i aksjon på samme tid som tidligere. I 2020 har vi meldt på ett lag i en 2009 pulje for å øve oss på overgangen til spill på kortbane. Dette er en ny spillestil som gir mer rom og spill for jentene, med både større bane og mål. Deltakelse på laget som spiller kortbane i vårsesongen 2020 vil rullere.

Laget var i 2019 med på Kongeparken cup som den eneste turneringen. Dette var en kjekk opplevelse for jentene med kamper både fredag og lørdag, og sosialt treff i Kongeparken på søndag.

Treninger

Laget trener en time på mandager og fredager i Ynglingeallen. 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 kan fungere godt som et supplement.

Innholdet på treningen er fortsatt grunnferdigheter, styrke, kondisjon, skadeforebygging og spillforståelse. Jentene har hatt en god utvikling som gruppe. Øvelsene kan nå gradvis bli mer avanserte og utnytte en bedre spilleforståelse og ferdigheter hos jentene enn tidligere. Dette ser vi også igjen i kamper, noe som gir stor mestringsfølelse for jentene.

Med en stor og sammensatt gruppe jobber vi aktivt for å opprettholde gode sosiale relasjoner blant jentene som lagvenninner. Dette mener vi må ligge til grunn for å ha den gleden og tryggheten når de møter til trening og kamp, som skal til for å kunne bli gode håndballspillere. Vi er derfor bevisst på å mikse grupper og inndelinger for at alle skal bli kjent med alle. Dette tror vi kan føre til at flere vil kunne stå i håndballen lengre for håndballen sin skyld, ikke bare for det sosiale felleskapet med skolevenninner som det er for mange i dag.

Sosialt

I år har laget hatt flere kjekke sosiale aktiviteter sammen. Det har vært kveldsmat i forbindelse med treninger. Vi gjennomførte en intern miniturnering og pizzakveld sammen med 2009. I tillegg hadde vi sportslig og sosialt arrangement i mai med overnatting i Ynglingeallen sammen med 2011, hvor Kjetil Strand var inne som gjestetrener for jentene. Det ble også en minnerik og spesiell opplevelse da jentene som hadde kjøpt billetter til landskampen, fikk lov til å være maskotter når de norske damene møtte Brasil i Stavanger idrettshall i september.

Støtteapparatet

Det er seks trenere og en oppmann på laget. Vi har vært veldig heldige å få en tidligere aktiv 2004 spiller med i trenerapparatet denne sesongen. I tillegg har vi en egen sosialkomité og dugnadsgruppe som ivaretar aktiviteter knyttet til dette.

Tre av trenerne har startet på Trener 1 utdanningen og gjennomført første modul på denne. I tillegg deltok tre av trenerne på skadeforebyggende kurs i regi av klubben.

Det har blitt holdt to foreldremøter i år, en på våren og en på høsten.

Årsmelding jenter- 2011

Jenter født 2011 er et lag med 17 spillere, fra å være 12 spillere i fjor januar hvor laget ble etablert så er det nå kommet flere nye til.

De har denne sesong spillet i miniturnering og var vert for miniturnering på hjemmebane i Ynglinghallen desember 2019. Det var gøy.

Jentene trener hver torsdag. De har i år meldt seg på kongeparken cup for første gang.

Dessuten har de meldt seg på Dyreparken cup og skal være med der også for første gang august 2020. Det blir deres første turnering med overnatting. Her får vi også en del foreldre til å stille som frivillige.

Jentene har et veldig godt sosialt og sportslig sammenhold.

Flere ganger etter trening har de hatt kveldsmat sammen, arrangert av frivillige foreldre.

Det er tydelig å se at jentene trives på håndball både sosialt og sportslig, de har alle hatt en fin utvikling og får stadig bedre ballkontroll og lærer finter og skyte med hopp. Der er stor oppslutning om turneringen og kamper og er et uttrykk for at jentene trives med håndball.

May E. Bennetzen

Oppmann for jenter 2011

Årsrapport Kåfå jenter 2012:

Vi er 21-24 jenter. Vokser, lærer seg at det er 1 lag og ikke 4 skoler. Skal arrangere sin første turnering nå i mars. Progresjon blant jentene, begynner å forstå håndball. Stor nivåforskjell foreløpig. Jentene synes det er gøy, god stemning. Tror kanskje det kan komme flere jenter.

Høst/vår 19/20 har vi deltatt på 3 miniturneringer, på Gausel, Storhaug & Tasta. Det har vært fint for laget både sportslig & sosialt. Ellers har vi vært på Rush trampolinepark på håndballens dag i høst og hadde en kjekk, litt annerledes treningsøkt.

Vi mottok støtte fra Sparebank Vest til oppstart kveldsmat samlinger for laget. Vi har hatt vår første samling som var kos både for foreldrene som var med & jentene. Vi planlegger 3 samlinger til vårsemesteret & håper laget fortsetter å samles til kveldsmat.

En kjekk & engasjert gjeng!

Mvh trenere/lagleder for jenter 2012

Jenter KFUM 2013 Årsrapport 2019

J2013 ble startet høsten 2019, en gjeng med 5 spillere har vokst i løpet av høsten og pr i dag (10.02.20) er vi 12 spillere. Laget vokser og vi ønsker oss enda flere spillere. Jentene på laget går på Lassa skole, Våland skole og Eiganes skole.

Lagledelse

Trenere er Elisabeth Førland Riseth og Kjetil Refvik. Oppmann er Stine Wærp.

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 med stor iver og godt oppmøte. I løpet av høsten 2019 deltok vi i to minihåndballturneringer. I 2020 har vi til nå deltatt i en turnering og har en til i mars. KFUM j2013 spiller i ring 8, og her møter vi lagene: Hinna, Hundvåg, Tasta, SIF, Brodd, Tastavarden og Forus&Gausel.

Turneringer

Våren 2020 – vil vi stille lag i Kongeparken Cup.

Treninger

Laget trener 1 gang i uken, torsdag kl. 17.00 – 18.00 i gymsalen på Eiganes skole.

Sosialt

Vi har rukket å gjøre flere sosiale ting, som har vært kjekt for jentene (og foreldre) slik at de også kan bli bedre kjent utfor banen, og det har vært hyggelig og positivt for samholdet i laget.

I november la vi treningen til Freedom trampolinepark, og her avsluttet vi med felles kvelds for jentene.

I desember deltok jentene på Kviss Kvess kapell for første gang. Og i tillegg ble det en liten juleavslutning i desember, med kaker og saft etter trening.

Trenerkurs

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

Foreldre

Det ble gjennomført et foreldremøte høsten 2019. Her gikk vi gjennom praktiske ting som min idrett, kfum sine hjemmesider. Denne infoen ligger nå også tilgjengelig som innlegg på Spond.

Kommunikasjon skjer på Spond. Her er alle medlemmer representert

KFUM Håndball J2014, Sesong 2019/2020

Hvem er vi?

KFUM J14 er 21 jenter som har det veldig gøy sportslig og sosialt.

Trenerteamet består av hovedtrener Sverre Helland, og hjelpetrenerne Silje Vågen, Veslemøy Granhøy Kivle, og Siri Jacobsen. I tillegg er Silje Vågen oppmann.

Lagets 'mål' for sesongen

Målet for sesongen var å få etablert et velfungerende lag med spillere, trenere, oppmann, og en bra foreldregruppe. Det har vi klart.

Sportslig utvikling

Det er mye lek med og uten ball på treningene. Haien kommer, stiv heks, hauk/duer, og diverse stafetter er populære øvelser. Jentene er også godt i gang med grunnleggende ferdigheter som kast og mottak, stussing av ball, og skudd mot mål. De begynner å få en vag forståelse av hva håndball muligens kan inneholde 😊

Treninger

Vi trener torsdager 16:00 til 17:00 i Eiganes gymsal.

Turneringer

Vi planlegger en turnering for jentene i Mai hvor vi inviterer andre klubber som har barnehage lag. Vi gleder oss til minihåndball turneringer neste år.

Sosialt

Jentene koser seg sosialt på trening. Mye lek og morsomheter før, i, og etter treningen. Jentene kommer fra mange forskjellige barnehager. De begynner nå å bli trygge på hverandre på tvers av barnehagene. Mange av de som har blitt kjent med hverandre gjennom håndballen begynner på samme skole til høsten.

Trenerkurs

Sverre har vært på kortbane kurs, og diverse kurs for fysisk trening.