



Årsmelding for Molde Håndballklubb Breddelag 2020 / 2021

Årsmøte:
Mandag 22. mars 2021

Hovedsponsor:



SPAREBANKEN MØRE

Årsmelding Gutter 2013



Vi startet med eget lag for gutter født i 2013 da Idrettens hus åpnet i september 2020.

De første treningene var vi så få at vi måtte trene med jentene, men det har vært et jevnt tilsig og nå er vi 10 gutter til sammen. Guttene er ivrige og har hatt en bratt læringskurve.

Trenere: Tonje Kvalsnes og Anders Ørnhammar.

Treningstid: Tirsdager 16:30-17:30 i Idrettens hus.

Alle planlagte miniturneringer har dessverre blitt utsatt, men vi hadde en internturnering mot J2013 før jul med skikkelige kamper med dommere, kamprop og medaljeutdeling.

Vi gleder oss til fortsettelsen med denne gjengen, og til vi kan få reise rundt i fylket og spille skikkelige kamper.

Årsmelding Jenter 2013

Hver tirsdag siden i høst har en gjeng jenter født i 2013 hatt en time trening i Idrettens Hus.

Laget:

Det har vært økning av antall spillere fra sist sesong og i år har vi vært en fin gjeng med 16 jenter. Vi har vært en stabil gjeng og stort sett hatt fullt oppmøte på treningene.

Dette er en gjeng med aktive jenter som liker å ha det gøy. Det har vært utgangspunktet for treningene, der vi har forsøkt å få til mye lek med ball. Det er kjekt å se den positive utviklingen hos alle og at håndballferdighetene utvikles raskt. Målet er at de aller fleste skal fortsette til neste sesong og utvikle seg videre.

Trenersteam:

Hovedtrener har vært Tonje Havnen Hoem. Som hjelpetrener har Signe Klyve Stokke og Tiril Havnen Hoem vært med. De er spillere på MHK sitt j16-lag. Med denne aktive gjengen er vi avhengig av flere voksne og dette har vært kjekt for jentene og trener. Siv Hofset har vært lagleder.

Turneringer:

På grunn av situasjonen med pandemi og restriksjoner har alle planlagte turneringer blitt avlyst. Det er synd og gjør det vanskelig å motivere på trening. Vi valgte i samarbeid med gutter 2013 å gjøre om en trening i desember til turnering hvor vi hadde flere lag som spilte mot hverandre. Alle fikk medalje og premie til slutt. Dette var veldig positivt for alle og er noe vi gjør ønsker å gjøre igjen.





Årsmelding Gutter 2011 og 2012

- Hovedtrener : Karianne Stranden Rikstad
- Trener : Anders Fossholt Ytterstad
- Lagleder : Eirik Nesje (fra høst 2020)
- Treninger : Torsdager 18:30 – 19:30 Fuglesethallen
- Ca. 20 spillere (sist trening 24 stk da fordelt på 2011 og 2012 gruppene)
- Aktiviteter
 - 15. november – mini turnering sammen med Træff G9 (G2011)
 - 10. desember mini-cup Idrettenshus med egne spillere (G2011 og G2012)

2020 sesongen ble avkortet da organiserte treninger ble avsluttet rundt 12. mars 2020 pga COVID-

19. Med oppstart måned-skiftet august/september så ble det en lang periode med ingen aktivitet.

Første trening ble 3. september. Oppstart og deltakelse på treningen ble noe påvirket av tidspunkter

som kolliderte med fotball aktiviteter (MFK G9) men typisk så har det vært mellom 15 og 20 spillere på trening. Det har over perioden fram til nå også kommet til nye spillere så totalen for 2011

og 2012 ligger over 20 spillere (ikke helt samstemt med min-idrett så vi får følge opp den delen).

Høsten hadde også et kortere avbrudd pga restriksjoner relatert til pandemien men kom i gang igjen

med aktiviteter ganske raskt. Dette gjentok seg etter oppstart på nyåret 2021 hvor oppstart ble 21.

januar. Etter dette så har treningene latt seg gjennomføre fram til nå.

Treningene har pågått i Fuglsethallen og gruppene har en blanding av spillere på forskjellig nivå.

Treningen fokuserer på ballkontroll og kaste/skudd trening samt posisjonering angrep/forsvar.

Variasjonen i spillere som spiller både fotball og håndball vises spesielt etter fotball sesongen ble

avsluttet. Utslagene er både på antall og ferdigheter med ball samt spilleforståelse men gruppen i sin

helhet har også fin utvikling. Nye spillere som kommer til virker til å komme godt igang (her hjelper nok skole relasjoner til). Vanskelig å måle progresjon mot andre da aktiviteter i cup og serie

ikke er til stede.

Siden seriespill har blitt utsatt/avlyst hele perioden for 2011 guttene samt cup'er for både 2011 og



2012 er satt på vent, så har det ikke vært aktivitet eller deltagelse i dette. For å gi et kontrollert kamptilbud så organiserte trenerene i samarbeid med Træff G9 en lørdags mini-turnering i Rekneshallen 15. november. Dette ble et godt mottatt tilbud som ga mye fin kamp-trening for G2011. 4 kamper a 30 minutter på full bane ble gjennomført med dommer-team. Som avslutning mot nyåret 2020/2021 ble det gjennomført en mini turnering internt på 3 baner i Idrettens hus 12. desember. Antall spillere i gruppene gjorde at dette kunne gjøres med 6 lag (3-4 spillere) og var en fin avslutning på den spesielle 2020 sesongen. Håper på en fortsatt mulig normal sesong for trening fram til vanlig avslutning mot sommer.

Lagleder
Eirik Nesje

Årsmelding Gutter09 (2009/2010)



En fornøyd gjeng med nye hettejakker etter fellestrening med Joachim

Laget

Spillergruppen består av 9 spillere. 4 spillere sluttet etter forrige sesong, og 1 sluttet etter halvspilt sesong. I løpet av sesongen har vi fått 1 ny spiller født 2010.

Hovedtrener: Hilde Klyve

Hjelpetrener: Magne Furuset og Kristian Myklebust

Lagleder: Janne Eriksen Sørflaten

Treninger

G09/10 har gjennom sesongen hatt 2 treninger i uka. Mandager kl. 16.30-18.00 på Molde Arena og onsdager kl. 17.30-18.30 på Idrettens hus.

Hilde Klyve tok over som hovedtrener etter Magne Furuset som har vært hovedtrener siden mai 2017. Magne Furuset har vært hjelpetrener i inneværende sesong, og Kristian Myklebust har også bidratt under trening og kamp.

Det har vært en utfordrende sesong både ifht. korona, men også fordi flere av våre spillere har sluttet. Det har vært variabelt oppmøte på alle treninger, og vi har derfor inngått



treningssamarbeid med jenter 2008 og 2009 og har hatt flere fellestreninger sammen. Vi har også gjennomført 2 fellestreninger med gjestetrenere.

Det legges opp til varierte treninger med både lek og tekniske øvelser. Alle har vist utvikling.

Cuper

På grunn av korona har vi ikke deltatt på noen turneringer.

7. mars 2021 møter vi Rival og Midsund til treningskamper i forbindelse med at det er åpnet for å spille kamper internt kommunen.

Seriespill

Laget har kun spilt 3 seriekamper. I tillegg «fikk» vi en kamp mot Træff, da Midsund ikke ønsket å komme til byen på grunn av smitteutbrudd i byen.

Miljø

Det har vært et greit miljø blant guttene og sosialt har gruppen fungert sammen. Vi har også et godt samarbeid med både Træff og Rival på guttesiden. Våre gutter har fått delta på deres treninger og vis a verse. Vi har også spilt flere treningskamper mot både Rival G2009 og flere jentelag. Guttene har denne sesongen blitt godt kjent med jenter i egen klubb og gutter på Rival og Træff, og det lover bra for fremtidig samarbeid på guttesiden.

Kommunikasjon/informasjon

Vi bruker kun facebook som informasjonskilde, og dette har fungert bra.

Vi har en positiv og engasjert foreldregruppe som også bidrar under trening ved behov. Vi har avholdt et foreldremøte i 2020. Vi møter mange av foreldrene før og etter treningene.

Evaluering av sesong

Molde håndballklubb har flere årskull hvor de mangler guttespillere. Dette er uheldig for klubben og for rekrutteringen til de eldste guttelagene og klubbens herrelag. Vi får ofte spørsmål fra gutter som ønsker å spille håndball i de årskullene vi mangler. Det er derfor svært viktig at vi tar vare på de yngste, at de motiveres til å fortsette å spille håndball og at klubben legger enda mer arbeid i å rekruttere guttespillere.

Vi har i dag et godt samarbeid med både Træff og Rival, og det er åpnet for å kunne «gjestetrene» på hverandres treninger. Vi har også hjulpet hverandre på cup dersom det har vært mangel på spillere grunnet sykdom eller annet.



Årsmelding Jenter 2009

J2009 er ei fin og stabil gruppe som denne sesongen teller 28 jenter.

Trenerteamet har bestått av Vibeke Hesthol, Marie Aslaksen Røed, Cecilie Lyshagen Ulvund og Morten Skjegstad. Lagleder er Solrun Fisknes.

Vi trener mandager og onsdager hvorav den ene treningen er på nye Idrettens Hus. Der trives vi veldig godt! Vi har 3 lag oppmeldt i J11-serien. Størrelsen på gruppen gjør at vi jobber mye med planlegging av treninger for å utnytte tiden best mulig, samt å se og gi tilbakemeldinger til alle.

Sesongen har vært uforutsigbar og inneholdt mange avlysninger og rokkeringer. Det har vært mye arbeid med smittevern, inndeling i grupper, flytting av kamper. Vi sier oss fornøyd med at vi beholder stort sett alle spillerne gjennom sesongen.

Laget har i tillegg til klubbdugnad igjen hatt egen dugnad med salg av kjeks og karameller. Markedet er fortsatt ikke mettet og vi fikk også denne gangen en del penger i kassa. Vi håper det blir mulig å dra på cup og bruke noe av pengene snart!

J2009 er en flott gjeng med jenter og miljøet på laget er veldig godt. Vi ser frem til å få lov til å spille kamper, arrangere kamper, spille treningskamper og ikke minst dra på cup med overnatting i tiden fremover.

Årsmelding Jenter 2008



Trenere: Guri Viken, Henning Rødal og Henning Hånes

Lagledere: Edle Helgheim og Dagrun Gundersen Gjerde

Hallansvarlig: Kenneth Antonsen

Spillere: 17 spillere

Treninger:

Vi har treningstid mandag kl. 18.00-19.30, onsdag kl. 18.00-19.30 og torsdag kl. 16.30-18.00 i Idrettens hus.

Vi oppfordrer jentene til å delta på minst to treninger hver uke. På den måten legger vi til rette for at jentene skal kunne delta på andre fritidsaktiviteter, samtidig som vi sikrer godt oppmøte på treningene og nok mengdetrening. Høsten 2020 har vi på torsdagsøktene lagt til rette for samtrening med MHK G2009. Dette har fungert godt og har vært en positiv opplevelse både for spillere og trenere.



Seriespill: Vi har ett lag i 12-årsserien og ett lag i 13-årsserien. Vi har fordelt jentene på to lag som begge spiller kamper i 12-årsserien og 13-årsserien. Fram til koronarestriksjonene inntraff opplever vi at alle spillere fikk mye kamptrening og spilletid, og tilbakemeldingene fra spillerne og foreldregruppa har vært positive så langt.

Det er høyst usikkert hvordan resten av sesongen blir og om det blir tillatt å spille seriekamper igjen. For å sikre kamptrening har vi lagt opp til at enkelte mandager blir kamptreninger hvor vi deler inn i to lag og spiller kamp på 2 x 20 min.

Cuper: På grunn av koronapandemien har det ikke vært mulig for oss å delta på cuper denne sesongen.

Dugnader: Så langt denne sesongen har kun lagt opp til salg av dopapir/tørkerull.

Kommentar: Kommunikasjon med foreldre skjer via Facebookgruppa til laget og vi har gjennomført et foreldremøte via Skype høsten 2020. Vi opplever en positiv muntlig dialog mellom foreldre, trenere og lagledere. Vi har tatt i bruk Spond for å registrere oppmøte/fracfall til treningene, noe som fungerer godt. Lagkontoen står på Edle Helgheim, og kontoutskrift og kvitteringer legges ut på lagleder/trener gruppa på Facebook en gang i året.

Sosialt: Vi har en sammensveiset og fin gjeng med jenter på laget! Foreldregruppa er positive bidragsyttere og følger godt opp rundt laget. I en tid hvor koronasituasjonen begrenser sosiale aktiviteter så har vi likevel prøvd så langt det lar seg gjøre å legge til rette for sosiale sammenkomster. Da hallene i Molde ble stengt i en periode la vi til rette med uteøkter som aking og ishockey-aktivitet, noe som ble positivt mottatt av spillegruppa.

Årsmelding J2007



Trenere: Helga Nordhaug, Siv Jacobsen, Tonje Kvalsnes

Lagleder: Heidi Eriksen Rusten

Spillere: Gruppen består av 29 spillere.

Treningstid: Hele sesongen har dessverre vært preget av korona. Flere måneder uten felles trening og mange forskjellige restriksjoner. Nå føler vi oss heldige som får trene sammen i det hele tatt. Vi trener to ganger i uka på Idrettens Hus og en gang i uka i Molde Arena.

Vi har sist sesong fått to nye spillere og to spillere har sluttet. Treningen består av mye balltrening men i tillegg har vi en del basistrening og skadeforebyggende trening hovedsakelig implementert i oppvarming. I år har vi lært 3-2-1 forsvar og flere trekk og spillsystemer som kryss, juggle, rundgang, russer etc.

Vi har en fin, ivrig, treningsvillige, inkluderende gjeng med flotte ungdommer!!!!

Seriespill: Vi har 3 lag i J13-serien (18 + 18+ 18 kamper) og 1 lag i J14-serien (16 kamper) . Hvor mange som blir spilt gjenstår å se. Vi stiller normalt med 9-10 spillere per kamp og etterstreber lik spilletid for alle spillerne i gruppa.

Turneringer: Vi har ikke deltatt på noen turneringer grunnet korona. Men vi deltok på Rivals straffekonkurranse som var et kjekt initiativ.



Treningsleir på Idr.Hus: Vi hadde treningsleir første helga i høstferien med Sherin, Sarah og Joakim. Takker så mye til alle tre. Super innsats av alle jentene. Foreldrene bidro med mat i pausene. Kjekk sosial sammenkomst i Træffsalen om kvelden der vi hadde forskjellige miljøskapende aktiviteter. Veldig vellykket for jentene og morsomt for oss voksne.



Rema-1000- akademiet: Asgeir var i Molde i august og jentene fikk seg noen fine treningsøkter. Dette er påfyll både for spillerne og for trenerapparatet. Dette vil vi gjenta så fort vi får det til.

Alternativ trening: Gåturen i Moldemarka, styrketrening ute, trappetrening, rattkjelketurer, skøytetrening, snow street handball og mye mere.

Kommunikasjon/informasjon: Kommunikasjon innad i gruppa skjer via mail og facebook. Vi hadde foreldremøte i begynnelsen av sesongen. I tillegg har vi begynt med Spond som forenkler hverdagen både for spillerne og trenerne.

Sommeravslutning: Vi hadde Mesternes Mester sesong nr 2 på Retiro. Stor suksess. Alle tok med litt mat selv og vi hadde ei trivelig stund sammen, både foreldre og barn.

Juleavslutning: Vi hadde Mesternes Mester julespesial i Molde Arena, med pepperkaker og brus. Dette synes både trenere og barn var morsomt. Veldig kjekt!!

Dugnader: Alle foreldrene har deltatt på dugnad i forbindelse med våre arrangement i forbindelse med seriekamper. I tillegg har vi hatt toalettpapirdugnad både høst og vår i denne sesongen. I tillegg har vi scoringsklubben på gang.

Hallansvarlig: Gro Østby har hatt hallansvar denne sesongen også og det er vi kjempetakkneilig for!!!! Takk for hjelpen.

Spillersamtaler: Før sesongen utførte vi felles spillermøte. Om holdninger, oppførsel og generelt om folkeskikk/mobbing, litt om kropp, utvikling og pubertet. Hilse og inkludere hverandre. Vi planlegger å gjennomføre individuelle spillersamtaler med alle jentene.

Evaluering av sesongen / Ønsker videre /Innspill til klubben:



Ønsker at det skal meldes inn til kretsen at mange klubber ønsker å spille flere kamper samme dag og eventuelt samme helga. På den måten er det enklere å kombinere håndball med andre idretter.

En stor takk til Helga, Siv og Tonje som har ledet treningene og kamper. Og vi er takknemlige for all ekstra hjelp, da gruppa begynner å bli stor.

Helga Nordhaug, Siv Jacobsen og Tonje Kvalsnes

Heidi Rusten (Lagleder)

Årsmelding Jenter J2005 / 2006



Hovedtrener: Vibeke Skaldebø Hol

Trener: Siri Kvernberg og Joachim Ben Khelfa Østergaard

Lagleder : Audun Gjerde

Hallansvarlig : Håvard Valderhaug og Helge Brandal

Spillere: Gruppen består av 16 spillere.



Treningstid:

Mandag 19:30 – 21:00 i Idrettens Hus

Onsdag 19:30 – 21:00 i Idrettens Hus

Torsdag 18:00 – 19:30 i Molde Arena

Turneringer:

Denne sesongen har Covid-19 umuliggjort deltakelse på cup.

Gruppen vil vurdere cuper våren 2021 om dette lar seg arrangere og gjennomføre på en trygg og forsvarlig måte.

Gruppen:

Det er en god og sammensveiset gruppe bestående av 2005 og 2006 jenter.

vi har stilt med lag i både 14-års og 16-års serien og spilt noen kamper da smittesituasjonen tillot dette.

Kommunikasjon:

Kommunikasjon med foreldregruppa har foregått gjennom foreldremøte og egen gruppe for laget på Facebook. I tillegg har det vært direkte dialog med foreldre i saker hvor dette har vært nødvendig.

Det er i tillegg en Messenger-gruppe hvor trenere kan kommunisere med spillere.

Treningene har basert seg på trening av grunnleggende ferdigheter og grunnleggende forsvars- og angrepsstrek med fokus på trivsel i treningsgruppa for jentene. Utviklingen har vært stor for alle spillerne siden oppstart av sesongen i august/september.

I tillegg har vi innført egne øvelser/deler av treningene for de jentene som har lyst til å utvikle seg som målvakt. Dette har så langt vært ubetinget positivt.

Årsmelding Jenter 2004



Spillere: 11 - Ane Hammervold Myhre, Julie Nesje, Guro Kirkreit Gjethammer, Tiril Havnen Hoem, Laura Bjørbekk, Juni Sletten Sætervik, Aurora Ottesen Fossum, Solveig Sjømmæling, Dagny Halse Ryste, Signe Klyve Stokke, Cora Hammerø

Trener: Joachim Ben Khelfa Østergaard

Lagleder: Hilde Klyve

Lagelder: Wenche Nesje

Hallansvarlig: Mary Elin Kirkreit

Treningstider:

Mandag: 18-19.30 i Molde Arena

Tirsdag: 18-19.30 i Molde Arena

Onsdag: 19.30-21 i Molde Arena

Torsdag: 19.30-21 i Molde Arena

Sesongen:

Vi er påmeldt Jenter16 fylkeserien hvor vi indtil videre har spilt 6 kamper med 5 seire og et nederlag til utfald hvilket gjør vi befinner os på en delt 1. Plads.



Det er en utrolig god gruppe af jenter som alltid kommer glad på trening og klar til at lære. På mandage har vi 05-jenterne (4) med hvilket giver også mulighed til at gjøre mere kamprelaterede ting på trening fordi vi får 1 målvakt ekstra. Planen er at 05-jenterne også skal være med på kamper men dette har ikke været muligt fordi enten har de haft kamp på samme dag eller også er kamperne blevet avlyst grundet korona. Vi har også 2 jenter (Aurora og Solveig) der trener med Elnesvågen J20 på tirsdage.

Evaluering:

Sesongen har været anderledes for os som den har været for alle hold men synes at jenterne har været gode til at se positivt på det og tage det som det kommer. Der er ikke meget vi kan gjøre ved alle restriktioner så vi får det bedste ud af det.

Det har vært bra at vi har kunnet få 05-jenterne med på treningerne også for dem da det har været lidt mere modstand end de har været vant til.

Joachim Ben Khelfa Østergaard
Trener



Årsmelding Gutter 2004

Vi er i år sammenslått med G2004 fra Elnesvågen.

Trenere er Anders Røv og Josè Maria Gil Jgiltrainer. Lagledere er Siw Myren (MHK), Hege Marie Inderhaug og Mette Åkvik Øvermo (begge fra Elnesvågen)

Vi har i denne sesongen hatt ett fylkeslag og ett toppserielag. Fylkeslaget har spilt under navnet Elnesvågen/Molde 2 og har hatt Josè som ansvarlig trener. Mens toppserielaget har spilt under navnet Molde/Elnesvågen, der er det Anders Røv som har hatt ansvaret.

De fleste fylkeskamper har hatt hjemmebane i Elnesvågen, mens toppseriekampene har vært spilt begge plasser, både der og i Molde.

Hallansvarlige i Molde er Jon Børge og Renate Gangeskar Horneland, og Sissel Gunn Ljosdal.

Vi har 16 aktive gutter med, derav 5 gutter født i 2005. 1 spiller har i tillegg spilt for G20.

Vi trener i Molde Arena mandager og onsdager kl 1930-2100, og fredager kl 1630-1800.

Tirsdager kl 20-2130 er treningene i Elnesvågen. Onsdagstreningene har vi sammen med G20.

Pga situasjonen vi er inne i med Corona, har det blitt veldig lite kamper, og vi venter spent på når vi får spille igjen. Vi håper det skjer før guttene blir demotivert og slutter. Det er tross alt kampene de trener for.

Før det ble lagt restriksjoner ang å spille kamper, var vi både i Trondheim og på Sunnmøre. Vi begynte å komme opp på et nivå vi ville være, da alt ble stengt ned i jula 2020.

Vi er påmeldt Balduscup i Lillehammer i april 2021, og håper inderlig at den blir mulig å gjennomføre.

Det er en fin gjeng av gutter, som virker å trives sammen, på tvers av tidligere lag. Nå håper vi bare at vi snart får spille kamper igjen.

Vi savner selvsagt publikum og heiangjeng, men er glad så lenge guttene får lov å spille – det er det viktigste.

Med hilsen

Lagleder G2004

Siw H Myren

Årsmelding Gutter 2003



Spillere: 10 - Jonatan Heggdal Aune, Alexander Iversen, Ole Korperud, Trym Vogt Hattrem-Johansen, Sondre Gaupset, Patrick Otting, Vetle Fredagsvik, Edvard Aasen, Ole Drechsler og Tobias Tornes (Ikke med på bildet)

Trener: Joachim Ben Khelfa Østergaard

Lagleder: Rakel Aspelund Iversen

Lagleder: Catharina Vogt Hattrem-Johansen

Hallansvarlig: Nils Korperud

Treningstider:

Mandag: 21-22.30 i Reknes

Onsag: 19.30 - 21 i Reknes sammen med G16

Torsdag: 21-22.30 i Reknes

Fredag: 18-19.30 i Reknes

Sesongen:

Vi er tilmeldt i G20 Juniorserie hvor vi indtil videre kun har fått spilt 6 kamper hvor det er blevet til 1 sejr og 1 uafgjort. Vi startet sesongen med at spille 3 kamper på en helg i Trondheim med 9 spillere og stod med en følelse af at vi skulle have vundet minst 1 af de kamper og var klar til at revancere os. Dette gjorde vi så uken efter hvor vi spiller uafgjort med en scoring i sidste sekund. Dette var d. 26. September. Etter dette har vi kun spilt 2 kamper grundet corona og det faktum at vi kun spiller mod Trønderlag.



Evaluering:

Det er vanskelig å evaluere på en sesong som aldri riktig har startet. Hver gang vi har spilt en kamp har vi skulle avlyse 2-3 kamper og så er det vanskelig å komme inn i en god rytme. Gutterne er en god sammensveiset gruppe og kommer alltid på trening klar til å lære. Det har ikke alltid vært let når man står på trening 4 spillere og når man kun har en målvakt men vi har fått det beste ut av det og synes gutterne har utviklet sitt spill til å inneholde flere facetter.

Skal dog rose gutterne for alltid å holde humøret oppe selv om utsikten til å spille kamper ikke er lys.

Joachim Ben Khelfa Østergaard
Trener