



Lagsberetning mix 06

Lagets navn: Vansjø/Svinndal Mix 2018

Navn på trenere/lagledere:

Karoline Bugten Pettersen, Frida Magnus, Kamilla Selland og Nina Johansen

Antall spillere januar 2024: -

Antall spillere desember 2024: 20 spillere

Treningstid: Hver onsdag fra klokken 17.00-18.00 i svinndalhallen

Kampaktivitet:

Deltok på Intersport Loppetassen Bronserunde i november. Meldte på 2 lag, 8 spillere på hver lag. For lite spilletid på barna. Ellers var de veldig fornøyde med å få t skjorte og medalje.

Skal meldes på Intersport Loppetassen Sølvrunde, Gullrunde og Stjernerunde. Ønsker også å melde laget på Bamsecup.

Antall foreldremøter:

Har hatt 1 foreldremøte, ganske raskt etter oppstart av Håndballskolen. Har også hatt 1 trenermøte.

Året 2024 – Sportslig

Hovedfokuset har vært at barna skal bli kjent med hverandre på tvers av skolene og ha det gøy. Mye lek med ball og flere forskjellige øvelser som innebærer ballkontroll, kast og mottak og stuss. Skudd på mål og spilt en del håndball. Barna synes det er veldig gøy med spill.

Året 2024 – Sosialt:

Hadde foreldretrening og avslutning 18. desember. Foreldrene var med på trening og spilte håndball mot barna. Avsluttet med at nissen kom med godteposer til barna. Barna synes dette var stas og virket som de var fornøyde. De fikk også Håndballskole t skjortene.

Hva har vært bra?

Oppstart av Håndballskolen har gått så bra. Vi startet med så mange som 23 barn på første trening og har med oss nå i dag 20 barn. Er en utrolig fin gjeng. De er ivrige og engasjerte på treningene.

På vegne av V/S Håndball Mix 2018 - Nina Johansen





Lagsberetning mix 07

Lagets navn: Vansjø/Svinndal Mix 2017

Navn på trenere:

Helene Munkerud, Camilla Eklund Olsson, Lise Kristin Aaberg og Nina Johansen. Kine Austad og Steffen Tangen ga seg på vårparten.

Navn på lagledere:

Finn Arild Simensen og Marita Gudøy

Antall spillere januar 2024: 21 barn

Antall spillere desember 2024: 16

Treningstid:

Fra januar 2024 trente vi hver tirsdag fra 18-19 i Vålerhallen, til det stengte i slutten av mai. Startet første trening i svinndal 20.august og har fast treningstid hver tirsdag fra 18.30-19.30. Innimellom trener vi samme dag fra kl 17.30-18.30 da allidretten ikke bruker sin halltid.

Kampaktivitet:

Bamsecup i mai 2024. Vellykket cup, Stilte 2 lag. Barna, foreldre og trenere veldig fornøyd. Stakk av med publikumsprisen.

Intersport Loppetassen Bronserunde i november. Stilte 3 lag. Barna fikk masse spilletid. Vellykket cup.

Skal meldes på Intersport Loppetassen Sølvrunde, Gullrunde og Stjernerunde. Ønskelig å melde de på bamsecup igjen også.

Antall foreldremøter:

Foreldremøter i april og august. Trenermøter i mars og august.

Året 2024 – Sportslig

Vi har mye lek med ball og er veldig opptatt av at ungene skal synes håndball er gøy. I løpet av våren har vi hatt mer og mer spill og gjennomgang av de reglene som gjelder nå. Har også hatt sirkeltrening, bevegelse med ball og skudd på mål. Barna er veldig fornøyd når de får spilt håndball mot hverandre. Barna har utviklet seg masse både individuelt og som et lag. Vi har stor fokus på at barna må samarbeide og glede seg for hverandre. Vi forsøker å legge opp treningsopplegg som de er godt kjent med, samtidig som vi legger til nye øvelser innimellom. Dette gjør vi for at vi skal slippe å bruke for mye tid på å lære de noe nytt hver trening.





Vi har også hatt på det meste 5 gutter på laget, nå pr dags dato har vi 3 igjen. Har hele tiden forsøkt å legge opp treningene slik at guttene kunne være sammen på flere øvelser. Merker stor forskjell på guttene og jentene, på tøffhet.

Året 2024 – Sosialt:

Foreldretrening 28.mai i Vålerhallen, barna synes det er knallgøy når foreldrene er med på en treningsøkt. Arrangerte sommeravslutning 4.juni i klarteparken ved Våk skole, der det ble servert frukt og smoothie til barna. De fikk også et diplom fra trener/lagledergruppa og ble presentert for Iver vår maskott.

Hadde igjen foreldretrening 3.desember, som var veldig gøy. Juleavslutning på Sfo Våk 17.desember, det ble kjøpt litt ting til aktiviteter barna kunne gjøre og pizza. Nissen kom også med godteposer.

Hva har vært bra?

Vært noe utfordringer og uroligheter i laget. Merket stor endring etter sommerferien, og de samme utfordringen er ikke til stede på samme måte som tidligere. Laget har blitt en veldig god gjeng, fortsatt noe splittet i mindre klikker innimellom, skal jobbe videre med å styrke samholdet på tvers. Mye fokus på det under treningene.

Fikk med oss Marita Gudøy og Camilla Eklund Olsson som lagleder og trener etter foreldremøte i august, noe som styrket trener/lagleder gruppa.

Hva kunne vært bedre?

Treningstiden vi har fast, fra 18.30-19.30 kunne vært bedre. Merker at barna er veldig ukonsentrerte og slitne de dagene vi har sene treninger.

Mistet også flere spillere dessverre når vi begynte å trene i Svinndalhallen.

På vegne av V/S Håndball mix 2017

Nina Johansen





Lagsberetning J08

Lagets navn: Vansjø/Svinndal IL – Håndball – J08/J2016

Navn på trenere:

Simen Hammersborg, Linda Brask Gundersen og Philip Husted.
Lene Heimdahl og Tor Einar Christensen var trenere fram til juni.
En ny trener inn etter sommeren Synne Flakstad.

Navn på lagledere:

Maren Sollien Sandem og Kenneth Hvedding.
Katrine Reiersen var lagleder frem til sommeren og ny lagleder inn i august er Lene Heimdahl.

Håndballstyret:

Vi har 4 representanter i håndballstyret i 2024, Simen Hammersborg (leder), Linda Brask Gundersen (Nestleder og Sponsoransvarlig), Maren Sollien Sandem (Innkjøpsansvarlig og Kioskansvarlig) og Kenneth Hvedding (Økonomiansvarlig og etter sommeren arrangementansvarlig)

Antall spillere januar 2024:

22 aktive spillere.

Antall spillere desember 2024:

Vi mistet 1 spiller i januar og i løpet av våren begynte det 4 spillere, der to hadde hatt en pause og to helt nye. Etter sommeren mistet vi 3 spillere, der to kom tilbake i løpet av høsten og 1 ny begynte.

25 spillere på laget i desember 2024.

Treningstid:

Mandager fra 18.00-19.00 i Vålerhallen (Fram til mai)
Tirsdager fra 18.00-19.00 i gymsalen på Verket skole (Fra Juni -)
Torsdager fra 18.00-19.00 i gymsalen på Svinndal Skole (Fra Oktober -)





Kampaktivitet:

Gjennom 2024 har vi vært med på 7 cuper, 4 før sommeren og 3 etter sommeren. Vi har stilt 3 lag på hver cup.

- Loppetassen runde: sølv (januar), gull (februar) og stjerne (mars).
- Bamsecup i Vestby i mai.
- Intersport 4'er runde 1 (september), 2 (oktober) og 3 (november).

Antall foreldremøter:

Vi har gjennomført 2 foreldremøter, et i april og et i august.

Vi føler det er god dialog med trenere og foreldre både på trening og cup og digitalt på facebook/spond. I august fikk vi inn en foreldrekontakt som er Paul Josef Benzen.

Året 2024 – Sportslig

Gjennom 2024 har vi fortsatt satsingen vår på at håndball skal være gøy, men samtidig lagt vekt på øvelser som gir økt ballkontroll økt spillforståelse. Selv om spillerne stadig etterlyser stiv heks og slike leker er dette noe vi gjør hvis de har vært flinke på de andre øvelsene. Særlig kast/mottak, både stillestående og i fart er noe vi har brukt mye tid på.

Vi ser at spillerne utvikles i ulik takt og har derfor forsøkt å legge opp utfordringsnivåene så individuelt som det lar seg gjøre, men det er utfordrende med en så stor spillergruppe. Vi har på cupene sett at vi er helt på høyde med de fleste andre lagene, men sliter mot lag som har øvd mye på bevegelse i spillet. Dette ble en liten vekker for flere av jentene og vi ser at dette er noe vi er nødt til å øve på fremover.

Alt i alt har de fleste spillerne vist god progresjon gjennom 2024 og vi ser helt klart nytten av å ha økt til to treninger pr uke.

Året 2024 – Sosialt:

Siste trening i Vålerhallen før den stengte, ble det kamp mellom jentene og foreldrene. Denne treningen ser både jentene og foreldrene frem til.

Uken før sommerferien byttet vi bort gymsal og treningsklær til fin klær og var på SFO bygget ved Våk skole. Der jentene lekte, spiste pizza. Og vi fikk besøk av enhjørningene som danset med jentene. Til slutt fikk alle jentene diplom, pokal og en is som avslutning.

I august var mange av jentene med å løp CF-løpet i Moss, dette ble godt tatt imot av både jentene og foreldrene, så dette er noe vi skal prøve å gjøre til en tradisjon?

I august hadde trenere og lagledere sommerfest for å feire den fine sesongen som hadde vært og ladet opp til ny sesong.





I oktober var vi heldige å vinne billetter til Elverum – Kolstad i Rema 1000-ligean, som ble spilt i Håkonshall i Lillehammer. Vi var en gjeng som reise og koste seg med mat, aktiviteter utenfor hallen og høydepunktet var kampen.

Hva har vært bra?

Vi har blitt en sammensveiset gjeng, der både foreldre og jentene er nå mere kjent med hverandre, og vi føler at det er ganske bra samhold i laget. Mange av de vi mistet har kommet tilbake i løpet av året og noen nye har begynt, siden jentene har fremsnakket håndballen på skolen. Vi er 4 fra Kirkebygden skole, 5 stk fra Svinndal skole og 16 stk fra Våk skole. Vi prøver å dele opp lagene på cuper slik at alle skal bli kjent med hverandre, men også spille med noen fra samme skole.

Etter vi begynte å trene på Verket skole, har foreldrene begynt med UNO spilling under treningen, der dem koser seg og blir bedre kjent på tvers av skoler og nye bekjentskap har utviklet seg.

Vi har fått muligheten til å trene to dager i uka, dette ble tatt imot både positivt flertallet og negativt av noen få.

Vi fikk inn 10 000kr i spons på lagkassen fra Spirhed Norway AS.

Overgangen fra Spoortz til Spond har vært veldig bra, der ting ligger mer til rette og er enklere å bruke. Vi føler kommunikasjonen er enklere i Spond.

Vi har et bra og stabilt trenerteam.

Vi gleder oss stort til 2025 sesongen og kortbarneserie etter sommeren og ny hall!

Hva kunne vært bedre?

Dialogen mellom trenerteamet burde vært bedre når vi gikk fra 1 til 2 treninger i uken. Vi burde kommet med informasjon tidligere og formulert oss annerledes selv om det ble tatt opp på foreldremøte i august, der noen fremsnakket 2 treninger istedenfor 1,5 time trening 1 gang i uken.

Engasjementet fra foreldrene kan bli bedre og foreldrene kan bli bedre på å respektere påmeldingsfrister.

På vegne av V/S Håndball IL J08

Maren Sandem, Lene Heimdahl og Simen Hammersborg





Lagsberetning J09

Lagets navn: Jenter 9

Navn på trenere: Karoline Bugten Pettersen, Kine Blomsnes, Ole Bakken og Gisle Unum.

Navn på lagleder: Alle over

Antall spillere: Dette har vært relativt stabilt på 15 spillere gjennom sesongen, med noen ut og noen inn.

Antall foreldremøter: 1.

Sesongen 2024 – Sportslig:

Jenter 9 har trent en gang i uka vinteren og våren 2024. Treningene har vært lagt til Vålerhallen frem til den stengte i mai 2024. Laget har fulgt kretsens oppsett for kamper, det vil si Intersport 4'er. Vi har dessverre ikke fått arrangere Intersport 4'er på hjemmebane på grunn av hallens begrensninger etter brannen. Vi inviterte derimot HK Rygge og HK Herulf til en minicup etter at kretsens kamper var over. Dette var svært vellykket, og var første hjemmearrangement laget har hatt. Vi startet opp igjen i august etter sommerferien med Smaalenene Cup i Skiptvethallen. Deretter har vi trent to ganger i uka i Svinndalhallen frem til jul. Vi har fulgt kretsens oppsett med 5'er-håndball, og hatt tre serierunder i høsten 2024. I tillegg har HK Rygge invitert oss til kamper en hverdagskveld denne høsten, sammen med HK Herulf.

Jenter 9 har bra utvikling, og vi har det veldig gøy på trening. Oppmøte på både treninger og cuper er veldig bra. Det er også masse foreldre på cupene, det er morsomt. Vi er fire trenere som fungerer bra sammen, og er dermed ikke så sårbare ved jobb, sykdom etc.

Sesongen 2024 – Sosialt:

Siste trening før sommerferien fungerte som en sommeravslutning. Dette ble også siste trening i Vålerhallen på en stund. Siste mandag før juleferien hadde vi avslutning med pysjtrening og spill mot foreldre.

Både foreldre og barn er nå mer kjent med hverandre, og vi føler at det er ganske bra samhold i laget. Vi har omtrent like mange spillere fra hver skole, og vi prøver å dele opp lagene på cuper slik at alle skal bli kjent med alle, men også spille med noen fra samme skole.

Jentene har god sportslig og sosial utvikling!





RESPEKT, SAMHOLD OG GLEDE



Lagsberetning J10

Lagets navn: Vansjø/Svinndal J10 (2014)

Navn på trenere:

Kristine Overå, Torgeir Olsen, Roger Wiik,

Navn på hjelpe trenere:

Linn Rosen Nilsen

Navn på lagleder:

Lukas Gudøy-Markiewicz

Antall spillere desember 2024: 15 stk

Treningstid: 1 time på mandager 19:00 – 20:00. 1,5 time på onsdager, 19:00 – 20:30

Kampaktivitet:

Spilt kamper i kortbaneserie.

Sesongen 2024 har vært en bra sesong for Jenter 10. Selv om vi ikke teller mål offisielt, har vi nesten vunnet alle kampene våre. Dette viser hvor mye laget har utviklet seg og hvor godt vi har spilt sammen.

Antall foreldremøter:

Ingen. Vi må være bedre på det, og det første møte er planlagt allerede i februar eller mars 2025. Det skal nevnes at vi har god dialog med foreldrene via Facebook, Spond og på arenaer der vi spiller kamper.

Høydepunkter:

Fredrikstad Cup: Deltakelsen i Fredrikstad Cup var et av årets høydepunkter.

Laget viste imponerende ferdigheter og samhold, noe som resulterte i en fantastisk opplevelse for alle.

Samhold: Gjennom hele sesongen har vi sett et sterkt samhold blant spillerne. Dette har vært en nøkkelfaktor i vår suksess og utvikling.

Utvikling: Medlemmene på laget har vist stor fremgang i løpet av året. Alle har jobbet hardt på trening og i kamper, og det har vært tydelig i de resultatene vi har oppnådd.

Mål for 2025:

- Ha det gøy på banen: Vi ønsker å fortsette å ha det gøy mens vi spiller håndball. Glede og entusiasme er viktig for oss.
- Dra på overnattingscup: Vi planlegger å delta på en overnattingscup i 2025. Dette vil være en flott mulighet for laget å styrke samholdet enda mer og få nye erfaringer.

Vi ser frem til en ny sesong med mye moro og nye utfordringer!

På vegne av V/S Håndball J 10

Lukas Gudøy-Markiewicz



RESPEKT, SAMHOLD OG GLEDE





Lagsberetning J11

VS j 11 besto i januar av 9 spillere, trener Jens og lagleder Therese som tidligere år. Vi hadde et par spillere innom på prøvespill, men det ble ikke noe av. Rekruttering til laget har vist seg å være vanskelig i flere år og vi ser at det er andre idretter som trekker vår årgang mer og det er riding og dans. Vi har ingen jenter født i 2012 fra Folkestad eller Svinndal. Heller ingen jenter født 2013 fra Svinndal.

Igjennom sesongen var det sportslig god utvikling i laget både som lag og individuelle ferdigheter. Spilleforståelse og teknikk er blitt jobbet mye med og det ga gode resultater på banen. Vi oppnådde et godt samarbeid innad i laget og klarte å få til overgangsspill med ving og fra back. Vi har som lag igjennom sesongen vært et sterkt forsvarslag. Jentene tar dueller og er gode til å samarbeide i forsvar. Vi har gjort flere ting sosialt gjennom året som bowling og felles bespisning. Sesongen ble kronet med en fantastisk innsats i Fredrikstad cup, hvor vi taper en kamp og vinner de tre andre. Vi slår Rygge og Gressvik som var favoritter, noe jentene og trenerne var veldig fornøyde med. Det har hele sesongen vært vanskelig å få noen til å stå i mål da vi ikke har en spiller som ønsker å bare være målvakt. Jobben har derfor gått på rundgang og jentene har mer eller mindre stått en omgang hver.

Det har blitt jobbet aktivt med å bygge opp spillere til å håndtere det å tape/ eller ikke få til det man ønsker. Det blir lagt stor vekt på at det ikke er farlig å prøve seg på nye ting og at vi er et lag hvor alle drar lasset. Jentene er snille og har en god tone med hverandre.

Det har også vært mange foreldre til stede både på kamper og cup. De utgjør en stor trygghet for jentene når de ser engasjementet fra foreldrene.

Ved sesong slutt mister vi to spillere, en til fotball og en til riding. Som lag er det da usikkerhet om vi kan stille neste sesong i J12, spesielt når rekruttering har vist seg å være vanskelig. Det ble derfor tatt kontakt med Herulf for å innlede samarbeidslag. Det ble meldt på Herulf/VS J 12 til serie neste sesong 24/25. Vi deltar på sommeravslutning med Herulf jentene og lærer de å kjenne før sesongen starter.

Det blir enighet om at Eline trener fra Herulf og u.t. sammen trener J 12. Herulf har en lagleder som blir med videre og en Linda Thveten blir med som hjelpetrener/lagleder.





Lagsberetning J15

Dette laget er de eldste aktive utøverne i VS, det er også mange år siden det var jentelag i VS i denne aldersklassen. Disse jentene har ett enormt god samhold og er absolutt gode forbilder for de yngre utøverne i klubben.

- Vi er kvalifisert til A-sluttspill i vår pulje, møter tøff motstand i vårsesongen. Jentene har ett utrolig godt samhold og håndterer motgangen godt.
- Bra treningsoppmøte
- Vi mister Vålerhallen 1. våren, det jobbes med alternativer. Dukker opp ett tilbud fra HK Herulf rett i forkant av når det må meldes opp til ny sesong
- Det meldes opp til ny sesong J16 nivå 2, jentene har en forutsetning, de skal være i VS. Det inngås et klubbsamarbeid med HK Herulf. (HK Rygge / Herulf / Vansjø 3)
- Vi får tildelt treningstider sammen med HK-Herulf i Mossehallen.
- Totalt antall spillere VS og Herulf, 22 stk fordelt på 2008 og 2009.
- Ole Voldengen takker for seg i trenerteamet. Sven Mikalsen, Thea Kabbel og Espen Wold er med videre.
- Vi har en fin avslutning med kano tur til Lille Kvernøya i Vansjø og bankett i varmetua i Middagsåsen.
- Høstsesongen dras i gang, samarbeidet med HK Herulf fungerer meget bra. Veldig godt oppmøte på treningene.
- Totalt 5 stk trenere, Sebastian Wheeler og Kristian Grønli fra HK Herulf, Thea, Sverre og Espen fra VS
- Kamper dras i gang, vi har hjemmekamp arena i Vestby Arena.
- Jentene går ubeseiret gjennom høstsesongen, 1 uavgjort og resten seiere. Vi kvalifiserer til A-sluttspill
- 4 stk VS jenter takker ja til å dra i gang Håndballskole for HK Herulf sesongen 24/25
- 4 av kampene har vi med 3-4 stk spillere fra HK Herulf på hospitering.
- Avslutter 2024 med Pizza kveld på Peppes i Moss sammen med HK Herulf, med er også trenere og lagledere.

Espen Wold.
Hovedtrener J 15

