

Årsberetning 2024 - Årvoll I.L. Håndball

1. Innledning

2024 har vært et aktivt og innholdsrikt år for Årvoll IL Håndball. Med stort engasjement fra spillere, trenere, frivillige og foreldre har vi fortsatt å utvikle klubben, styrke klubbfølelsen og legge til rette for idrettsglede på alle nivåer.

Styret har jobbet aktivt for å skape gode rammer for klubbens sportslige og sosiale utvikling. I denne årsberetningen oppsummerer vi årets høydepunkter og gir et innblikk i klubbens økonomi, sportslige utvikling og organisatoriske arbeid.



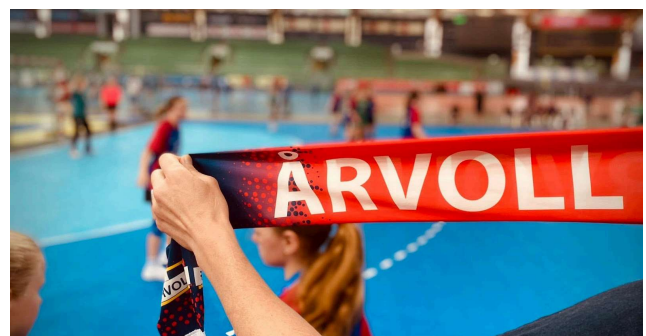
2. Styrets sammensetning

- **Fungerende leder:** Hanne Thelin
- **Styremedlem (med-leder, utstyransvarlig):** Astrid Wangensteen
- **Styremedlem (med-leder, dommerkontakt):** Tor Håkon Grønli
- **Kasserer:** Kaja Garden
- **Sekretær:** Linn Fikke
- **Styremedlem (sportslig leder):** Caroline Simonsen
- **Styremedlem (hall- og arrangementsansvarlig):** André Stokke

3. Medlemsutvikling

Per 31.12.2024 hadde håndballgruppa **181 aktive medlemmer**, mot **211 i 2023**. Aldersfordelingen er:

- 6-12 år: 113 medlemmer (129 i fjor)
- 13-19 år: 49 medlemmer ((59)
- 20 år og eldre: 19 medlemmer (23)



Selv om det var en nedgang ved årsskiftet, har vi sett en positiv utvikling utover året, og vi har nå passert **200 aktive medlemmer**. Tallene vil gjennom året gå litt opp og ned grunnet tidspunkt for betaling av treningsavgift, rekrutteringsstunt, mv. Medlemstallet har de siste årene vært relativt stabilt.

4. Sportslige aktiviteter

Barn og ungdom

For sesongen 2024/2025 har vi påmeldt kampaktivitet i regi av NHF Region Øst:

- 16 lag i aldersbestemte klasser
- 1 lag i temaserien (12 år)
- 2 lag i regionscup (14 og 15 år)

Våre yngste lag har deltatt i alle minirundene i NHF Region Øst. Klubben har selv arrangert **tre turneringer**, inkludert to **Intersport Loppetassen** for 6-7 åringer og ett **Intersport 4-er-arrangement** for 8-åringer.



Vi er stolte av å fortsette å klare å gjennomføre disse arrangementene hvert år, siden hallen åpnet 1. januar 2019. Våre yngste spillere synes det er ekstra morsomt å spille på hjemmebane – det skaper håndballglede og klubbtilhørighet. Ved hjelp av fantastisk innsats fra foresatte, trenere og andre frivillige er disse arrangementene med på å bygge klubbfølelse. Arrangementene er også en viktig læringsarena for klubbens barnekompledere og inntektskilde til håndballgruppa.

Senior

Vi har ett seniorlag i **kvinnernes 6. divisjon**, med ca. **20 spillere**. Laget deltok også i veteran-NM, et sportslig og sosialt høydepunkt.

Damelaget mistet dessverre sin trener da han høsten 2024 flyttet ut av byen. Laget og styret fortsetter å lete etter ny. Laget trener en til to ganger i uken og ønsker alle som har håndballerfaring velkomne, uavhengig av nivå.



Turneringer og cuper

Håndballgruppa har i 2024 fortsatt å dekke påmeldingsavgiften til alle turneringer lagene deltar på. Dette er en bevisst prioritering for å tilby så mye aktivitet som mulig. Trenerteamene følger opp og legger til rette for deltakelse på turneringer både i Oslo og utenbys. I tillegg til det sportslige er turneringer en sosial arena som er viktig for den enkelte spiller og laget som helhet. Noen høydepunkter:

I 2024 organiserte vi en **fellescup** for nærmere hele håndballgruppa. Over 100 spillere, rundt 25 trenere og mange foreldre reiste til Storhamarcup i mai.



(Før felles avreise med buss til Storhamarcup)

Barna og trenerne med felles Årvoll-busser. Alle lagene fikk bo på samme skole. Det ble mange store og små opplevelser for oss alle, både sportslig og sosialt.



De yngste lagene reiste ikke på overnattingscup, men det har vært full aktivitet på Intersport 4-er, Loppetassen og oppstart av seriespill på høstsesongen for 2015 - jenter og gutter. Det er god aktivitet i disse årsklassene og rekrutteringen har vært økende.



J2009 og J2010 deltok med til sammen 4 lag på Norges største håndballcup Fredrikstad Cup, der 2010 kom helt til finalen i A-sluttspill og tapte knepent mot et sterkt Vestbylag. 2010 stilte også opp på fellescup'en Storhamar og kom også der helt til A-finale med et knepent tap.

J2009 stilte med 2 lag på selveste Partille Cup i Gøteborg. Også der ble det finalespill (B) og **jentene tok pokalen hjem.**

I tillegg har begge lag deltatt på cuper i nærområdet, som Fjellhammer Cup, Haslum Cup, Nordstrand Cup og Langhus julecup. Fjorårets nyinnkjøpte pokalskap fylles opp!



goruddalen.no

**Førsteplass i Verdens største håndballturnering:
Årvolls håndballjenter tok Partille cup med storm**

VM og Youth Camp

Norge var arrangør av håndball-VM for herrer og J2011 og J2010 deltok på Youth Camp i regi av håndballforbundet. Ungdommene spilte treningskamper mot mange gode lag som de ikke tidligere har møtt og fikk i tillegg sett landskamper i Unity Arena!



5. Trenerne og frivillige

Håndballgruppa har ca. **40 trenere og lagledere**, inkludert ungdommer som hjelpetrenerne. Trenerne er stort sett frivillige foreldre som legger ned en enorm innsats hver eneste uke og mange helger i og utenom sesong. Styret vedtok i 2022 at alle trenere på ungdoms- og seniorlag (f.o.m. 13 årslag) skal motta lønn, uavhengig av om de er foreldre eller ikke. Bakgrunnen for vedtaket var at styret ikke ønsker et skille mellom foreldretrenerne og eksterne trenere i ungdomshåndballen. Dette er videreført i 2024. Klubben har flere dyktige foreldretrenerne som det er ønskelig å ha med over i ungdomshåndballen.

Flere ungdomsspillere ansettes som trenere for de yngre lagene og fungerer som viktige forbilder og støtte for trenerapparatet.

Alle trenere tilbys kurs i regi av Norges Håndballforbund, dekket av håndballgruppa.

“Alle bidrar”

Årvoll Håndball eksisterer pga. av frivillig innsats, og det er mange foresatte som bidrar rundt lagene. Små og store oppgaver skal løses; alt fra tilsynsvakt og kioskvakt til draktvask, kakebaking og soving i gymsal på cup. Styret takker særlig dugnadsansvarlig på det enkelte lag gjør en uvurderlig jobb med å fordele hallvakter, og de foresatte med å stille på vaktene de blir tildelt. All denne ubetalte innsatsen bidrar til at håndballgruppa har gode aktivitetstilbud til en relativt lav kostnad.



Styret har i 2024/2025-sesongen endret dugnadsbelastningen, etter innspill i fjorårets årlige møte.

- Hallvakter fordeles nå andelsmessig per antall spillere (ikke per 10/20/30 spillere som tidligere)
- Damelaget får også helgevakter
- Tilrettelagt for at hallvakter kan fylles av tilkallingsvikarer (den enkelte forelder organiserer selv)

Vi håper også at lagene over tid vil merke noe mindre dugnadsbelastning. Sammenlignet med andre klubber erfarer styret at det er noe mindre dugnadsbelastning i Årvoll.



6. Rekruttering og utvikling

Rekruttering er et viktig fokusområde. I 2024 arrangerte vi:

- **Åpen dag for skolestartere**, 15 barn deltok, de fikk leke litt med ball, møte andre barn i nabolaget og ha det gøy i hallen, med is som premie. Trenere og spillere fra J2011 (J2010 i 2023) bidro og lagde et morsomt opplegg for barna. Et 2018-lag startet opp i høst og er nå i full sving med et dyktig foreldretrenersteam som bistår av en av våre ungdomstrenere.
- **Kast ballen-prosjektet**, i regi av NHF RØ. I 2024 deltok både Tonsenhagen og Årvoll skole. Kast ballen er et nasjonalt tiltak som skal hjelpe lærere til at enda flere barn får gleden av å leke med ball når de er på skolen. Ved å bruke ferdige undervisningsopplegg får barn på 1.-3. trinn en introduksjon til lek med ball og håndball på skolen. Skolen får både utstyr og undervisningsopplegg, og det var helt gratis å delta. Tilbakemeldingen fra skolene var positiv.
- **Generasjonslekene**. I august deltok håndballgruppa, sammen med basketgruppa og hovedstyret på [Generasjonslekene](#) på Linderud gård. Arrangementet var gratis og en arena der personer fra hele bydelen kunne lære om tilbudene i Årvoll I.L.
- Det ble ikke arrangert **“Avkast i Årvollhallen”** for å markere starten av håndballsesongen slik som i fjor. Første “fulle” dag med kamper hele dagen i hallen var sent på høsten og styret vurderte det som at det ikke var kapasitet til å organisere arrangementet i år - også siden styret var usikker på om gevinsten var større enn den ekstra dugnadsbelastningen og bortfall av inntekter ved å f.eks. ha gratis inngang i hallen.
- **Barnekampløperkurs**, Håndballgruppa arrangerte i desember et fulltregnet barnekampløperkurs der kurset i sin helhet var fylt av deltakere fra Årvoll - hele 16 av våre ungdomsspillere. To spillere fra 2009-kullet meldte at de ønsker å ta dommer 1-kurs på nyåret. Det er viktig at vi utdanner egne barnekampløpere. Det gjør at vi på sikt kan utdanne egne dommere og fylle dommerknoten. P.t. har vi ingen egne dommere med Dommer 1-utdanning. I 2024 videreførte vi en avtale med Høybråten & Stovner IL (HSIL) tilsvarende avtale i 2023 om leie av seks kvotedommere. Vi vil også det kommende året være avhengig av å leie kvotedommere fra andre klubber. Det er kun dommere med Dommer 1-utdanning eller høyere som kan stå på dommerknoten. Derfor er det viktig at arbeidet med å utdanne egne dommere fortsetter. P.t. har klubben ingen egne dommere med Dommer 1-utdanning, men vi jobber aktivt for å utdanne flere.



Vil du prøve håndball?

Har du lyst til å prøve håndball eller kjenner du noen som har lyst?
Nå starter vi lag for gutter og jenter på 6 år (født 2018)
Vi trener hver torsdag kl. 18-19 i Årvoll flerbrukshall.
Du trenger gymtøy, joggesko og vannflaske. Ball får du låne av oss





- Felles **juleavslutning**. Barn og ungdom, trenere og flere i styret gikk inn i julen med en storstilt feiring sammen i vår storstue, Årvoll flerbrukshall. 2013-gruppa organiserte en fantastisk juleavslutning for hele håndballgruppa.



7. Styrets arbeid

Tiden etter årlig møte i 2024 var preget av å få satt nytt styre i gang med sine oppgaver. Mange i styret fikk nye roller og hadde mye å lære. Fra start var et særlig viktig fokus å planlegge neste sesong, mtp. lag, trenere, treningstid, cuper og rekruttering.

- Det har blitt avholdt **12 styremøter og ett årlig møte**. Kopi av innkallinger og referater fra styremøtene er rutinemessig oversendt leder av hovedstyret til orientering. Leder i håndballgruppa, eller stedfortreder, deltar regelmessig i hovedstyrets møter med gruppene.
- **Sportslig plan** for håndballgruppa ble revidert januar 2024 etter tilbakemeldinger fra enkelte lag og fra styret. Planens tekst om samarbeid med andre klubber og lag, samt hospitering ble noe justert. Planen er retningsgivende for det sportslige arbeidet som gjøres i styret og ute i lagene. Planen er lagt ut på aarvoll.no og formidles i diverse fora til trenere og foreldre.
- Det ble avholdt et **Trenerforum** i mai og oktober 2024. Målet er to trenerforum per år.
- Fungerende styreleder deltok på **kurs i styrearbeid** på Norges idrettshøgskole, i regi av Norges idrettsforbund, sammen med styreleder i Årvoll I.L.
- Årvoll I.L ble i 2024 plukket ut til **stikkprøve bokettersyn/kontroll av Oslo idrettskrets**. Klubben leverte i desember regnskap, avtaler, referater og protokoller fra styre- og årlige møter i 2023 og 2024 fra alle gruppene. Håndballgruppa var glade for å ha alle dokumenter lett tilgjengelig - et resultat av at styret over flere år har jobbet systematisk med dokumentasjon og rutiner.

Klubbutvikling - Sertifisert Klubbhuset nivå 1

Håndballstyret har de siste årene jobbet med Norges Håndballforbund Region Øst sitt klubb utviklingsprogram Klubbhuset. Styret ønsket å i 2024 bli sertifisert i alle modulene på nivå 1 av utviklingsprogrammet. Fra NHF:

“Klubbhuset har som mål å bidra til en bedre klubbhverdag for spillere, tillitsvalgte, trenere, dommere og alle andre involvert i håndballgruppen.

*Konseptet baserer seg på 5 hovedkategorier: *Klubbdrift, sport, rekruttering, dommer og frivillighet/arrangement.**

Innenfor hver kategori er det definert kriterier som totalt sett utgjør det NHF anser som sentralt for å kunne drive håndballaktivitet på en best mulig måte samt at det legger til rette for utvikling og kontinuitet over tid.”



Klubbhuset
Nivå 1

SERTIFISERT
2024/2025

Etter årsmøtet i 2024 tok styret fatt på oppgaven som allerede var i gang fra tidligere styrer. I april og gjennom høsten deltok styret på til sammen 6 sesjoner med NHF RØ. Etter hver sesjon ble det gjort et arbeid med diverse dokumentasjon og planer innenfor de fem temaene. På tampen av året oppnådde styret målet om å bli sertifisert. Styret har lært masse og håper det vil komme håndballgruppa, klubben for øvrig og nærmiljøet til gode fremover.

Vi har også gjennomført:

- Overgang til nytt medlemssystem: **Spond Club**. Årvoll I.L. har i 2024 jobbet med å gå over til nytt medlemssystem i Spond Club. I januar 2025 ble det nye systemet tatt i bruk og klubben bruker dermed ikke lenger KlubbAdmin til medlemssystem. Overgangen har medført mye ekstraarbeid, særlig for kasserer. Vi starter å se fordeler i form av effektiv kommunikasjon og enklere betalingsløsning.
- Lansering av **ny nettside** gjennom Spond. Årvoll I.L. tok også ibrug Spond sin nettsideløsning høsten 2024. Alle gruppene, inkludert håndballen bidro med overgangen og innhold for sine sider. Det gjenstår noe arbeid for å få bedre kvalitet på innholdet.
- **Driftsansvar** for Årvoll Flerbrukshall. Håndballgruppa har driftsansvar for hallen gjennom en avtale med Oslo kommune. I dette ansvaret ligger administrasjon og tilsyn av hallen utenfor skolens åpningstid (dvs. etter kl. 16.00 på hverdager samt i helger) samt driftsansvar for kiosken i hallen. Driftsansvaret er en viktig inntektskilde for håndballgruppa.
- **Fordeling treningstider**. Driftsansvaret medfører ikke at håndballen kan styre tildelingen av treningstider. Treningstider i Årvoll flerbrukshall fordeles av Oslo Idrettskrets (OIK) til særforbundene, deretter fordeler Norges Håndballforbund Region Øst håndballens tid klubbene i Oslo. Vi har derfor svært begrenset kontroll over når og hvor vi får tildelt tider. Det har i 2023 vært gjort et betydelig arbeid opp mot Oslo Idrettskrets (OIK) og Norges håndballforbund Region Øst for å dokumentere behov og det som håndballgruppa over år har rapportert å være mangler ved fordeling av treningstid. Arbeidet, sammen med fokus på høy deltakelse gjennom året forut, resulterte i en noe bedre tilgang på bruken av Årvoll Flerbrukshall. Håndballen har i år 2,5 flere timer i hallen enn året før, og vi har én mindre sen kveld. Styret er fortsatt ikke fornøyd da vi år etter år får tildelt fredagen og vil fortsette å ha fokus på dette arbeidet. Men håndballgruppa er prisgitt reglene om fordeling som OIK bestemmer. Jo mer aktivitet håndballgruppa har, både ved påmelding på Intersport mini-runder (6-8-åringer) og hvor mange lag klubben melder på for neste sesong jo mer treningstid vil Årvoll håndball bli tildelt. Det er derfor viktig at lagene deltar i så mye kampaktivitet som mulig.
- Det gjøres også et betydelig arbeid av hovedstyret i klubben for å få tilgang på gymsaler og andre haller. I inneværende sesong har vi i tillegg til Årvoll flerbrukshall og Veitvethallen fått halltid i Linderudhallen. I tillegg til halltid disponerer vi 2 timer i gymsal på Tonsenhagen skole.

8. Økonomi

Styret vurderer gruppas økonomi som god, og viser til regnskap for 2024.

Det vises til øvrige dokumenter (regnskap/budsjett) til årlig møte. Nedenfor følger et utdrag:

Inntekter 2024

- Treningsavgifter: **343.677 kr**

- Tilskudd fra Årvoll I.L.: **241.793 kr**
- Driftstilskudd fra Bymiljøetaten for drift av hallen: **164.682 kr**
- Hallinntekter (kiosk og inngang): **244.331 kr.**

Inntektene fra aktivitet i hallen er en særlig viktig inntektskilde for håndballgruppa og bidrar til at treningsavgiftene kan holdes relativt lave sammenlignet med andre klubber i Oslo. Det er svært viktig å fortsette med en god kontroll på gruppas utgifter. Styret ønsker å holde kostnadene for å spille håndball på et så lavt nivå som mulig, og vi har lavere treningsavgifter enn de fleste av våre naboklubber. Vi ser samtidig at dette krever betydelig frivillig innsats, og vi er avhengig av at alle bidrar med dugnadstimer for å oppnå dette.

Utgifter 2024

- Cupkostnader: **468.403 kr** (302.844 kr dekket av egenandeler, inkludert i egenandeler). Håndballgruppa dekker alle påmeldingsavgifter til cuper samt deler av øvrige kostnader ifm. overnattingscuper. Styret ønsker også i 2025 å dekke deler av overnattingscup, men da for en valgfri cup per lag. Det blir ikke arrangert fellescup i 2025.
- Lønn til trenere: **248.800 kr.** Ungdomstrenere: **72.000 kr.** Lønnskostnader (248.800 kr) består av lønn til trenere for alle ungdoms- og seniorlag (fra 13 år). I tillegg hadde vi 9-10 ungdomstrenere på lønnslista (ca. 72.000 kr). Disse består hovedsakelig av egne spillere på de eldste lagene i klubben. Fra og med høstsesongen 2024 har damelaget ikke hatt betalt trener.

Kioskvakter som lagene har gjennomført i 2024, har gitt bidrag til lagkasser på ca. 80.000. Denne ordningen videreføres også i 2025. Per 31.12.2024 hadde lagene til sammen ca. 400.000 i lagkassene.

I 2024 har ikke styret fortsatt ordningen med gratis håndballtrening for seksåringene, treningsavgift for disse er nå 750,- per år.

Styret har som mål å gi alle medlemmer like muligheter til å delta uavhengig av økonomi. Derfor dekkes treningsavgift, cupdeltakelse og lisens for medlemmer som har behov for det. Denne støtten gis av Årvoll IL, og påvirker derfor ikke håndballgruppas økonomi. Det er viktig at apparatet rundt lagene fanger opp aktuelle spillere, slik at vi unngår å miste spillere pga. økonomi.

Det har ikke blitt utbetalt styrehonorar i 2024.

Regnskapet viser et årsresultat på **39.035 kr**, noe bedre enn budsjettet (37.789 kr).

9. Avslutning

Det er et stort engasjement og mange som bidrar i håndballen i Årvoll IL. Styret i håndballgruppa vil rette en stor takk til spillere, trenere, valgkomiteen og frivillige for innsatsen i 2024. Styret ser frem til å fortsette arbeidet med å gi klubbens håndballspillere et godt sportslig og sosialt tilbud i årene som kommer.

Vi takker også hovedstyret og de andre gruppene i Årvoll for godt samarbeid og støtte.

Oslo, 24. februar 2025

Hanne Thelin, Fungerende styreleder

