



Årsberetning Gutter/Jenter født 2017/18/19 –
Sesongen 2023/2024

LAG	Gutter/Jenter (født 2017/18/19)	
APPARAT	Trener:	Vegard Baann
	Lagleder(e):	
	annet:	
SPILLERE	20. Pleier å møte opp ca. 10-12 stk.	
TRENINGSTID	Torsdager kl. 17:00-18:00 på Brevik skole	

SESONGEN «januar-januar»	Siden oppstart 26.10.23 har vi gjennomført 13 treninger. Noen forsøkte seg i starten, men ga seg tidlig. Blir flere og flere med på Spond-gruppa. De har ikke vært med på noen cuper da de er for unge. Hatt mye fokus på lek. Ser stor forskjell på seriøsiteten til de eldste kontra de yngste. Har også hatt to jenter fra 2014(?) -laget som har fungert som assistenter. De har gjort en kjempejobb og er flotte forbilder.
PERIODEN FREMOVER	Treninger hver torsdag frem til sommerferien.
KONKLUSJON	En finfin gruppe, men usikker på hvor mange som vil fortsette neste år.
ANNET	

Med vennlig hilsen Vegard Baann



Årsberetning Gutter/Jenter født 2017/18/19 –
Sesongen 2023/2024

LAG	Gutter/Jenter (født 2017/18/19)	
APPARAT	Trener:	Vegard Baann
	Lagleder(e):	
	annet:	
SPILLERE	20. Pleier å møte opp ca. 10-12 stk.	
TRENINGSTID	Torsdager kl. 17:00-18:00 på Brevik skole	

SESONGEN «januar-januar»	Siden oppstart 26.10.23 har vi gjennomført 13 treninger. Noen forsøkte seg i starten, men ga seg tidlig. Blir flere og flere med på Spond-gruppa. De har ikke vært med på noen cuper da de er for unge. Hatt mye fokus på lek. Ser stor forskjell på seriøsiteten til de eldste kontra de yngste. Har også hatt to jenter fra 2014(?) laget som har fungert som assistenter. De har gjort en kjempejobb og er flotte forbilder.
PERIODEN FREMOVER	Treninger hver torsdag frem til sommerferien.
KONKLUSJON	En finfin gruppe, men usikker på hvor mange som vil fortsette neste år.
ANNET	

Med vennlig hilsen Vegard Baann



Årsberetning Gutter 09 (født 2014) –
Sesongen 2023/2024

LAG	Gutter 09 (født 2014)	
APPARAT	Trener:	Magnus Karlsen, Ann Hege Østerås
	Lagleder(e):	Aase Holsen tar over for Kristian Hauge
	annet:	Ny hovedtrener starter
SPILLERE	16	
TRENINGSTID	mandag 18-19 og onsdag 16-17	

SESONGEN «januar-januar»	<i>Det er spilt kortbaneserie Gutter 09. Tre runder a fire kamper før nyttår. Vi fikk også midler fra Vestby kommune til å delta på en lagbyggende aktivitet før jul. Vi var på Fangene på fortet i Oslo med påfølgende tur til McDonald's. Dette var en kjempefin tur der guttene fikk brynet seg på mange øvelser som krevde samarbeid. Vi hadde hallansvar på en av rundene, der vi også hadde loddsalg.</i>
PERIODEN FREMOVER	<i>Det er tre nye runder i kortbaneserien fra januar og ut sesongen.</i>
KONKLUSJON	
ANNET	<i>Vi har fått fem nye spillere i løpet av sesongen. To av disse sluttet før sesongen, men valgte å starte igjen. To spillere har sluttet.</i>

Med vennlig hilsen – Kristian Gustavsen Hauge





Årsberetning Jenter 08/09 (født 2014/2015) –
Sesongen 2023/2024

LAG	Jenter 09 (født 2014)	
APPARAT	Trener:	Susanna Pedersen
	Lagleder(e):	Knut Halvorsen
	annet:	Hjelpetrener: Lisa Bayard
SPILLERE	15	
TRENINGSTID	Tirsdager 17-18 og torsdager 18-19 på Brevik skole	

SESONGEN «januar-januar»	Laget deltok på intersport 4'er runde våren 2022 samt Fjellhammar cup våren 2022. Høsten 2023 har laget spilt 5'er håndball.
PERIODEN FREMOVER	Fortsetter med 5'er håndball samt at man ønsker å delta på en cup, gjerne overnattingscup denne våren, men ingenting er i boks ennå.
KONKLUSJON	Ivrig jentegruppe som trives godt med håndball.
ANNET	Laget er misfornøyd med hvordan fordelingen av treningstidene ble kommunisert våren 2023 og at vi derfor har endt opp med to treninger i en hall som gir en bane som er mindre enn den vi spiller kamper på.

Med vennlig hilsen – Susanna Pedersen.



Årsberetning Jenter «10» (født 2013) –
Sesongen 2023/2024

LAG	Jenter «10» (født 2013)	
APPARAT	Trener:	Viktor Johansson, May-Lill Elnes Hermansen
	Lagleder(e):	Viktoria Famzèn
	annet:	
SPILLERE	22	
TRENINGSTID	Tirsdag 18:00-19:00 Brevik skole, Torsdag 17:00-18:30 Grevlingen	

SESONGEN «januar-januar»	<p>Jenter 10 år stiller med 3 lag i kortbaneserien denne sesongen. Lagene er satt sammen på tvers av tre skoler. Vi gjør bytter på lagene halveis i sesongen, og hjelper hverandre ved behov.</p> <p>Sesongen til nå har vært veldig bra. Jentene viser god utvikling og er læringsvillige. Opplever stort sett jevne og fine kamper med noen unntak begge veier.</p> <p>Jentene var med på to dagscuper våren 2023, Nordstrand Cup og Fredrikstad Cup. I tillegg var hele laget med mange foreldre på Fjordcup i Sandefjord i juni. En kjempebra cup som var med å styrke samholdet i laget.</p>
PERIODEN FREMOVER	<p>Sesongens overnattingscup blir Fredrikstad Cup i mai, og planlegger en dagscup før sesongstart i september. Jentene er nå i overgangen mellom kortbane og full bane, og prioriterer derfor cuper som foregår på full bane.</p> <p>Planen for neste sesong er to lag i J11 serien. Vi må bruke våren til vurdering av hvilke nivå som er riktig for jentene. Både jentene og trenere ser frem til å ta skrittet opp med både full bane og måltavle.</p>

KONKLUSJON	Håndball er gøy 😊
ANNET	

Med vennlig hilsen – trenerteamet jenter 2013



Årsberetning Gutter 11 (født 2012/2013) –
Sesongen 2023/2024

LAG	Gutter 11 (født 2012/2013)	
APPARAT	Trener:	Ann Hege Østerås, Anton Sommernes, Henrik Haglerød (keepertrener)
	Lagleder(e):	Synøve Merete Sørhus, Gro Synøve Andresen
	annet:	
SPILLERE	17	
TRENINGSTID	Mandag 16.30-17.30, onsdag 16.30-18, fredag 17.30-18.30	

SESONGEN «januar-januar»	<p><i>Hva har blitt gjort og hvordan har sesongen vært. Hva er man med på (serie, cup osv)</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Vi startet 2023 med 6-7 spillere, og vurderte om vi skulle legge ned laget og heller flytte de få guttene som ønsket å fortsette til Vestby Håndballklubb. • Vi var litt i dialog med trenerne til G11 i Vestby ang dette, men da de hadde mange spillere og nivåinndeling var vi redd for at de få guttene vi hadde ville mistrives og slutte med håndball. • Vi gjorde en innsats for å rekruttere flere spillere og det ga resultater. Gutta dro med seg kamerater og vi har nå et lag med hele 17 spillere, hvorav 10 av 17 har lite til ingen håndballerfaring fra tidligere. • Guttene er ivrige på treningene, og det er stort sett godt oppmøte. • Vi merker stor fremgang de siste månedene, og vi opplever en fin utvikling på samtlige spillere. Dette er nok også et resultat av at vi har startet med 3 treninger i uka.
------------------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> • Det oppleves som at det er noe nivåforskjell blant gutta, noe som også kan skrive seg fra ulik utvikling og 2 alderstrinn. • Samtidig oppleves guttene som å trives i laget, og vi har jobbet mye med respekt og omtanke for hverandre. Dette har medført at det er veldig lite konflikter mellom guttene, og de backer hverandre også når det ikke går så bra. • Overgangen til ny spillerstil denne sesongen, med bl.a. bruk av full bane, fast målvakt, utgruppert forsvar og måltavle har gått bra på tross av manglende resultater. • Vi har foreløpig til gode å vinne en kamp, men vi vant i det minste 1. omgang 28. januar! Gutta er flinke til å holde fokus på hva VI gjorde bra i en kamp og hvor mange mål (og sjanser) VI fikk, ikke kun resultatet. • <u>Anton og Henrik er uvurderlige</u> for utviklingen, og er de store heltene for gutta. Det er virkelig viktig for guttelag å få mulighet til å lære av eldre gutter som både har erfaring og kunnskap selv. • 1 treningskamp mot Son HK jenter 11 ga mersmak • Våren 2023 var vi med på Kulinaris Kolbotn cup og Fjellhammer-cup • Sosiale arrangementer: så på VM-kampen jan 2023 sammen hjemme hos treneren, felles middag på Peppes etter Kolbotncup, sommeravslutning på Ødemørk med overnatting, vi var Follo HK sine maskoter i kampen mot Grenland i oktober og vi var med på Sharebus-cup i desember. • 1 Spond lodd-dugnad og 1 loddsalg-dugnad på Rema 1000 Brevik utført høst 2023
PERIODEN FREMOVER	<ul style="list-style-type: none"> • Planlegger Slottsfjellcup med overnatting; guttas første overnattingscup • Planlegger deltakelse på både Kulinaris Kolbotn-cup, og Fjellhammer cup • Planlegger 2 dagnader denne våren; 1 loddsalg-dugnad på Kiwi Son i februar + 1 til (ikke planlagt enda) • Planlegger sommeravslutning med overnatting, stor suksess i fjor
KONKLUSJON	<ul style="list-style-type: none"> • En markant endring av laget på ett kalenderår (fra 6-7 til 17 spillere) • Stor innsats lagt inn i laget av både trenere, lagledere og gutta selv. • Vi har hatt, og kommer til å fortsette å ha, mest fokus på respekt og omtanke for hverandre, sørge for at gutta backer hverandre opp i både gode og dårlige øyeblikk. • Stort fokus på at håndball skal være gøy!
ANNET	

Med vennlig hilsen Synøve Sørhus, lagleder



Son HK G11 (2012/2013)



Årsberetning Jenter 11år(født 2012) –
Sesongen 2023/2024

LAG	Jenter 11 år (født 2012)	
APPARAT	Trenere:	Kristian Wangen Larsen/Marianne Fledsberg/ Silje Fledsberg Eriksen/ Gry Paus-Vadem de Mik
	Lagleder(e):	Ine Sofie Sagranden P
	annet:	
SPILLERE	<i>Hvor mange: 18</i>	
TRENINGSTID	Mandager 1730-1830, torsdager 1800-1930 og fredager 16-1730.	

SESONGEN «januar-januar»	<p>Vi opplever engasjerte og ivrige spillere som har hatt en god utvikling denne sesongen. Foreldrene er engasjerte og stiller opp både med dugnader, hallansvar og sosiale tilstelninger for spillerne. Vi har satt sammen to grupper med foreldre; sosialgruppe og dugnadsgruppe.</p> <p>I mai deltok vi på Fredrikstad cup med to påmeldte lag, første store cup for jentene – veldig gøy!</p> <p>Denne sesongen har vi deltatt i Regionserien og har to lag påmeldt med nok spillere til alle kamper. Vi har også økt til tre treninger i uken.</p> <p>Vi har hatt kveldsmat for jentene siste mandag hver måned etter trening, spillermøte, trener og lagledermøte, foreldremøte, loddsalg på Vestby storsenter og Rema, panteinnsamling, vært maskoter for Follo Hk og juleavslutning.</p>
PERIODEN FREMOVER	To påmeldte lag ut Regionserien. Vi er meldt på Fjordcup 24.- 26. Mai og Generation cup. Vi har et ønske om å melde på til beachdagene/beachserien.

KONKLUSJON	Et stabilt, inkluderende og engasjert lag som stadig utvikler seg og gjør en god innsats på trening og kamper.
ANNET	<p>Det er 4 jenter som har sluttet i løpet av 2023 pga andre aktiviteter.</p> <p>Det er 2 jenter som har vært på prøvetrening og mest sannsynlig har lyst å starte.</p> <p>Vi ønsker å få halltid i Grevlingen også torsdager. Vi fikk ikke det vi hadde kommunisert at vi ønsket og endte opp med kun en trening i uken i Grevlingen. Slik vi forstod det skulle det bli prioritert ved neste utdeling av halltid.</p>

Med vennlig hilsen Ine, Silje, Gry, Marianne og Kristian



Årsberetning Jenter 12 (født 2011) –
Sesongen 2022/2023

LAG	Jenter 12 (født 2011)	
APPARAT	Trener:	Kine Godager, Line Grønberg Evensen, Trine Reistad
	Lagleder(e):	Kristine Braaen
	annet:	
SPILLERE	18	
TRENINGSTID	Tirsdag 19-20.30 Torsdag 18.30-19.30	

SESONGEN «januar-januar»	<i>Temaserien, 1 lag nivå 2, Fredrikstad Cup</i>
PERIODEN FREMOVER	<i>Generation Cup 2024</i>
KONKLUSJON	
ANNET	

Med vennlig hilsen – Kristine Braaen



Årsberetning Jenter 13 år (født 2010) –
Sesongen 2023/2024

LAG	Jenter 13 år (født 2010)	
APPARAT	Trener:	Line Mette Kanth-Lundem, Christian Fure
	Lagleder(e):	Tonje Gundersen, Christine G. Eriksen
	annet:	
SPILLERE	17 spillere	
TRENINGSTID	Mandag 1900-2030 (Vestby Arena) Tirsdag 1600-1730 (Grevlingen) Torsdag 1600-1730	

SESONGEN «januar-januar»	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Nytt for denne sesongen har vært at Valter Perisa har trent jentene 2 ganger i uken, på tirsdager og torsdager. Med Valter som trener har spillerne utviklet seg både teknisk og taktisk, og det har samlet laget på tvers av utvikling/ferdighetsnivå. Mandagstreningen har Line Mette & Christian hatt selv.</i> - <i>I regionsserien har vi hatt ett lag påmeldt i nivå 2. Vi er mange spillere, og kun 12 stk som kan møte til kamp, så det har vært spillere som har stått over kamper etter en rulleringsliste. Vi er nå i B-sluttspillet, der vi opplever jeve kamper og gode prestasjoner.</i> - <i>Vi har også vært påmeldt i temaserie. Dette har vært utrolig nyttig og inspirerende for både spillere og trenere.</i> - <i>For første gang har jentene vært påmeldt beachhåndball. Trenerne har deltatt på kurs. Fikk masse nyttige tips av Ine Grimsrud som veiledet på beachhåndballdagen.</i>
------------------------------------	--

	<ul style="list-style-type: none"> - <i>I august var det deltakelse på Generation for første gang. 2 lag påmeldt i beach og et lag i «vanlig» håndball. Vi kom til finalen i beach. Utelukkende positive tilbakemeldinger fra både spillere og foreldre, så vi er påmeldt i 2024 også.</i> - <i>SPU- 4 spillere ruller på å delta her.</i> - <i>Målvaktstrening- være to keepere har deltatt på målvaktstrening i Vestby og dratt nytte av dette. I tillegg har Valter organisert slik at Gabrielle (?) kommer på trening en gang i uken og trener de.</i> - <i>Trening med J15(2008)- 4 av spillerne våre trener med J 15 på onsdager. Ser tydelig utvikling og nytten disse jentene har av dette.</i>
PERIODEN FREMOVER	<i>Vi er påmeldt Generation og Fredrikstad cup nå i 2024.</i>
KONKLUSJON	Topp motiverte spillere, trenere og lagledere.
ANNET	

Med vennlig hilsen – Line Mette, Christian, Christine & Tonje.



Årsberetning Jenter15 (født 2008) –
Sesongen 2023/2024 – (gjelder fra januar til januar)

LAG	Jenter 15 (født 2008)	
APPARAT	Trener:	Rudi Kitter Gunn Bernås(ass)
	Lagleder(e):	Lene Fransgjerde Carine Bråten Olsen
	annet:	
SPILLERE	14 spillere	
TRENINGSTID	Tirsdag 2030-2200 Onsdag 1930-2100 Torsdag 1930-2100	

SESONGEN «januar-januar»	<p><i>Vi har hatt en delt sesong. Fra januar 2023 – mai 2023, kom vi til B-sluttspill i nivå 2 og tronet på toppen av tabellen når sesongen var slutt. Vi var superstolte etter en tøff høst med mye tap. Vi deltok også i beachserien, og etter å ha knust motstanderne i innledende serie, tapte vi første cupkamp og beacheventyret var veldig fort over.</i></p> <p><i>Våren 2023 startet med et nytt samarbeid med Vestby HK, og vi ble nye fjes på trening og to grupper som skulle bli en spillegruppe. Det gikk veldig fint. Både spillere og foreldre har bidratt til en så og si knirkefri overgang mellom Vestby- og sonsjentene, og de er i dag ett lag, selv om det fortsatt er enklest å kaste med noen man kjenner godt.</i></p> <p><i>I august deltok vi på Generation cup for andre gang. Vi møtte særdeles tøff motstand i beachkampene, men fikk til mye bra spill.</i></p> <p><i>I vanlig håndball kom vi til B-sluttspillet og endte med å vinne finalen i B-sluttspill mot et hardtkjempende Bergenslag. Dette var en fantastisk</i></p>
------------------------------------	--

	<p>opplevelse for jentene, med mye nerver før kamp, og desto større glede etter seier.</p> <p>Høstsesongen startet med Smaalene cup, hvor vi stilte to jevngode lag blandet med Vestby og Sonsjenter. Her klarte også det ene laget å vinne B-sluttspillet mot Høland/Bjørkelangen og det ble et supert startpunkt for samarbeidet og samkjøringen av de to lagene.</p> <p>Høsten 2023 hadde vi to lag, ett i nivå 1 og ett i nivå 2. Da var vi 16 spillere og dette har medført mye spilletid på alle spillerne. Nivå 1-kampene har vært tøffe, men på nivå 2-kampene har vi vunnet det meste.</p> <p>Rett før jul ble vi to spillere mindre, og har dermed trukket nivå 2-laget vårt. Vi er nå 14 ivrige spillere som trener 3-4 ganger per uke. Noen deltar også på treningen til J16 på mandager. Treningsoppmøte er godt og vi ser god utvikling på spillerne. Vi jobber mye med å bli trygge og å tørre å gjøre feil, samtidig som vi har fokus på fart og ballferdigheter. Våren for oss blir å skape mer samspill, og vi ser på dette som en treningsperiode fram mot våren.</p> <p>Vi er kommet til 8-dels finalen i Regionscupen og spiller kamp mot Bekkelaget 1.februar, vi har aldri kommet så langt før, så nå krysser vi fingre for at vi går enda litt lenger.</p> <p>På onsdager hospiterer også noen av J12 spillerne med oss, og da er vi enda flere på trening.</p>
PERIODEN FREMOVER	Til våren skal vi melde oss på beach NM og vi skal igjen til vakre Viborg på Generation Cup siste uka i juli. Vi gleder oss
KONKLUSJON	Motivert trener og mange motiverte spillere. Stemningen på trening er god og effektiviteten har økt. Spillergruppa fremstår trygg og vi ser bare positivt på fremtiden. Vi er 14 stykker som er litt for få til to lag, og litt for mange for ett, men vi klarer oss bra og håper å holde jentene enda en sesong, da vi ønsker å prøve oss i Bringserien neste sesong.
ANNET	

Med vennlig hilsen –team J15: Rudi, Lene, Carine og Gunn





Gruppemelding Jenter 16 (født 2007) –
Sesongen 2023/2024 (f.o.m. januar 23 - t.o.m. desember 23)

LAG	Jenter 16 (født 2007)	
APPARAT	Trener:	Valter Perisa
	Lagleder(e):	Tone Aamodt Brandt, Sophie Asantcheeff Vamnes, André Haug, Anette Grønbeck
	annet:	Rudi Kitter- hjelpetrener og kampbistand
SPILLERE	20	
TRENINGSTID	<i>Mandag 18:30-20:00 (Grevlingen) - Tirsdag 17:30-19:00 (Grevlingen) Torsdag 19:15-20:30 (Vestbyhallen)</i>	

SESONGEN «januar-januar»	Vinter/vår-semesteret 2023 er vi i A-sluttspill med både nivå 1 og nivå 2-laget vårt. Vi møter mange sterke motstandere, og holder oss på omtrent midten av tabellen. Vi kommer helt til semifinalen i regionscupen og opplever mye mestring. I PW-cup går det «så der», og vi begynner å kjenne litt på at den gode steamen vi har vært inne i noen år endres litt.
------------------------------------	--

	<p>Når vi i tillegg går fra 15 til 11 spillere i løpet av våren (en slutter i april og tre varsler at de slutter etter sommeren), ser vi at vi må begynne å gjøre alvor ut av tankene vi har hatt om et samarbeid med Vestby. Vi begynner med fellestreninger etter påske.</p> <p>I mai deltok vi på Glass Cup, der kom vi til finalen og vant sølvet. En del av Sonsjentene blir med Vestbyjentene til Fredrikstad-Cup, der deles de i to jevne lag og gjør en fin cup.</p> <p>Beachsesongen går fint, men med kun ett lag videre fra hver pulje og der vi møter Kjelsås sitt «kjøpe-lag» i gruppespillet, må vi se langt etter en plass i sluttspillet det året. Men under NM i beach gir vi alt, også her er vi underårige, men vi taper kvartfinalen med minst mulig margin.</p> <p>I Generation-Cup forsvaret vi beachhåndball-gullet vårt fra året før og får med oss stor pokal hjem. I håndballturneringen taper vi B-finalen, et surt tap vi fremdeles kjenner litt på.</p> <p>På bakgrunn av våre gode prestasjoner forrige sesong blir vi invitert til Skjærgårdlekene i august. Dette blir første turnering med helt nytt lag; Vestby og Son J16 er nå ett lag. Spillet vårt bærer preg av at vi ennå ikke helt kjenner hverandre, men det gav oss en fin pekepinn hva vi har i vente i den ventende Bring-kvalifiseringen. Uka etter er det Smaalenene Cup, der går vi «all in» og vinner hele greia.</p> <p>Stallen teller nå 25 jenter,</p> <p>Vi har meldt opp tre lag i serien, ett nivå 1-lag og to nivå 2-lag. I september kvalifiserer vi til Bring-turneringen og vi har med det klart vårt store mål; vi skal spille i landsserien denne sesongen!</p> <p>I løpet av høsten går vi fra 25 til 20 jenter og når sesongen er halvspilt har begge nivå-2 lagene kvalifisert seg til A-sluttspill og nivå 1-laget til B1-sluttspill. Vi ser utover høsten/vinteren at det er vanskelig å ha nok spillere til å bekle tre lag, selv med flott hjelp fra J08. Vi beslutter å trekke det ene nivå 2 laget etter jul..Og det er der vi står nå; to lag i regionsserie, hvor det foreløpig går strålende og i Bring-serien ligger vi midt på tabellen med en runde igjen å spille. Vi har vært i Arendal og i Skien og har kjørt sosial profil på turene vi har hatt i forbindelse med Bring, alle har fått blitt med på reisen.</p> <p>I tillegg til masse spill på eget lag, har mange av jentene hjulpet til på både K3 og K4.</p>
<p>PERIODEN FREMOVER</p>	<p>Siste halvdel av sesongen er hovedfokus å gjennomføre alle kampene på eget lag, og vi skal gjøre det vi kan for å hjelpe damene med å beholde laget i 3. divisjon! Vi skal på Fredrikstad-Cup, spille beach-serie og vinne Beach NM,</p>

	<p>hårete mål er lov å ha! Og vi skal på Generation-Cup, det gleder vi oss til! Vi leker også litt med tanken om en sosial langhelg til Kroatia i sommer</p> <p>Vi jobber for å beholde spillerne våre neste sesong, slik at vi kan få et godt juniorlag i klubben</p>
KONKLUSJON	<p>Alt er mulig, men ingenting går av seg selv! Det er hard jobb for både spillere og støtteapparat. Er man målrettet og fokusert, kan man nå målene sine. Vil man bli god, må man bygge lag og finne glede i det man gjør. Og heie på hverande, masse!</p>
ANNET	<p>Heia Son/Vestby!</p>

Med vennlig hilsen.

— Tone, Sophie, André, Anette —





<p>Årsberetning Damer «Senior/K3» Sesongen 2023/2024 – (gjelder fra januar til januar)</p>
--

LAG	Senior Damer	
APPARAT	Trener:	Valter Perisa
	Lagleder(e):	
	annet:	
SPILLERE	<i>januar 2024, 21 spillere i tillegg hospitering fra J07</i>	
TRENINGSTID	<i>Mandag 18.30-20.00, Onsdag 20.30-22.00, Torsdag 20.30-22.00</i>	

SESONGEN «januar-januar»	<i>2 spillere igjen fra sesong 22-23. Få spiller ved sesongstart. De som var igjen fra forrige sesong på K3, K4 og J33 ble en treningsgruppe. Var med på Smaalandercup sammen i august som et lag. Det kom noen flere spillere, de passet fint inn i gruppen sosialt. Sportslig nivå ble ikke høyere og ambisjonene likeså. Dessverre er 2 poeng (to uavgjort)beholdningen så langt.</i>
PERIODEN FREMOVER	<i>Prøve å motivere spillere å komme på trening og plukke nok poeng til overlevelse i 3 div.</i>
KONKLUSJON	<i>Vi har fått nok spillere til å klare å stille seniorlag i 3 div. Sportslig har ikke laget prestert slik som ønsket. Håper fortsatt på overlevelse i 3 div.</i>
ANNET	

<i>Mvh Valter Perisa</i>
