



# LANGHUS IL HÅNDBALL

Alle nivåer - Alle årsklasser  
Flest mulig - Lengst mulig

## Årsmøte

### 30. mars 2023

## Langhus IL Håndball



GLEDE - UTVIKLING - TRYGGHET



- SAMHOLD



GLEDE



UTVIKLING



TRYGGHET



SAMHOLD



## Innkalling årsmøte

Langhus IL Håndball avholder årsmøte  
torsdag 30. mars, kl. 18:00 i møterommet i Langhushallen

Årsmøte er åpent for alle, men kun medlemmer av Langhus IL Håndball har tale og stemmerett. Vi har med medlemsliste over stemmeberettigede.

Innkallingen er blitt annonsert på hjemmeside i henhold til gjeldende regler.

## Agenda

1. Godkjenne de stemmeberettigede
2. Velge dirigent/møteleder
3. Velge protokollfører/sekretær
4. Velge to medlemmer til å undertegne protokoll
5. Godkjenning innkalling
6. Godkjenning sakliste
7. Godkjenne forretningsorden
8. Behandle styrets årsberetning 2022
9. Behandle idrettslagets årsregnskap 2022, styrets økonomiske beretning, kontrollutvalgets beretning
10. Behandle forslag og saker
11. Fastsette medlemskontingent på minst kr 50, og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter
12. Behandle budsjett 2023
13. Valg:
  - a) Styreleder
  - b) Nestleder
  - c) Øvrige medlemmer
  - d) Varamedlem
  - e) Kontrollkomite
  - f) Representanter til ting og møter i de organisasjoner idrettslaget er tilsluttet
  - g) Valgkomité

Med vennlig hilsen  
Styret i Langhus IL Håndball



1. Godkjenne de stemmeberettigede

---
2. Velge dirigent/møteleder

---
3. Velge protokollfører/sekretær

---
4. Velge to medlemmer til å undertegne protokoll

---
5. Godkjenne innkalling

---
6. Godkjenne saksliste

---
7. Godkjenning av forretningsorden

---

Årsmøtet vedtar følgende forretningsorden:

1. Årsmøtet ledes av den valgte dirigenten.
2. Protokollen føres av den valgte sekretæren.
3. Ingen representanter gis normalt rett til ordet mer enn 3 ganger i samme sak.  
Med unntak av innledningsforedrag, settes taletiden til høyst 3 minutter
4. Dirigent kan forkorte taletiden og sette strek for talelisten etter behov.
5. Representanter som forlanger ordet til forretningsorden har 1 minutt taletid.
6. Alle forslag må leveres skriftlig til dirigenten, og være undertegnet med representantens navn.  
Forslag kan bare fremmes i saker som står på saklisten. Tidligere forslag kan ikke trekkes tilbake og nye forslag kan ikke fremlegges etter at strek er satt (punkt 6, godkjenne saksliste), eller saken er tatt opp til votering.
7. Alle vedtak og valg avgjøres med alminnelig flertall, bortsett fra de unntak NIFs lov og idrettslagets lovnorm fastsetter.  
Alle valg der det foreligger flere enn ett forslag foregår skriftlig eller om det stilles krav om det.  
Blanke stemmesedler teller ikke, og stemmene regnes som ikke avgitt.

Øvrige avstemminger foregår på ett av følgende måter:

- a. Håndopprekning (For/mot eventuelt bare mot)
- b. Stilltiende bifall (det spørres om noen er imot, vedtaket bankes)
- c. Ved akklamasjon

## 8. Styrets årsberetning 2022

---

Styret for 2022 har bestått av:

Leder: Jarle Yttereng  
Nestleder: Arild Hepsø  
Styremedlem Arrangement: Hanne A Thun  
Varamedlem: Marianne Myrbråten

Styret har i sin periode avholdt 8 styremøter. Vi har deltatt på flere av lagenes foreldremøter. I tillegg har styremedlemmene deltatt i egne komiteer samt møter av administrative art. Styret har deltatt i møter med kommunens administrasjon og politikere, NFIR, Langhus AIL, Langhus IL Fotball, Langhusdagen, andre håndballklubber og andre

Adm.

Daglig leder: Marit Sagelvmø  
Sportslig koordinator: Marie Aakre Paulsen (fung. Daglig Leder fra 1/5)  
Administrasjonsmedarbeider: Andreas Eriksen (pappa perm mars og sluttet 1/9) og Camilla Uvaag

Øvrige

Dommer oppgjør: Mariann Holm fra J33  
Arrangement: Damelaget v/Marianne Myrbråten  
Kiosk: Dugnad i alle lagsmiljøer fra 9 år, Kioskansvarlig Per Anders Huus

### **Glede - Utvikling - Trygghet - Samhold**

Året 2022 var året vi skulle starte veksten etter en lang periode med nedstenging. Slik gikk det ikke. Den største utfordringen vi møtte i 2022 var langtids sykemelding fra Daglig leder og en oppsigelse fra vår administrasjonsmedarbeider. Dette har resultert i at vi har driftet klubben store deler av året med 2 stillinger mot et budsjett på 2,6 årsverk.

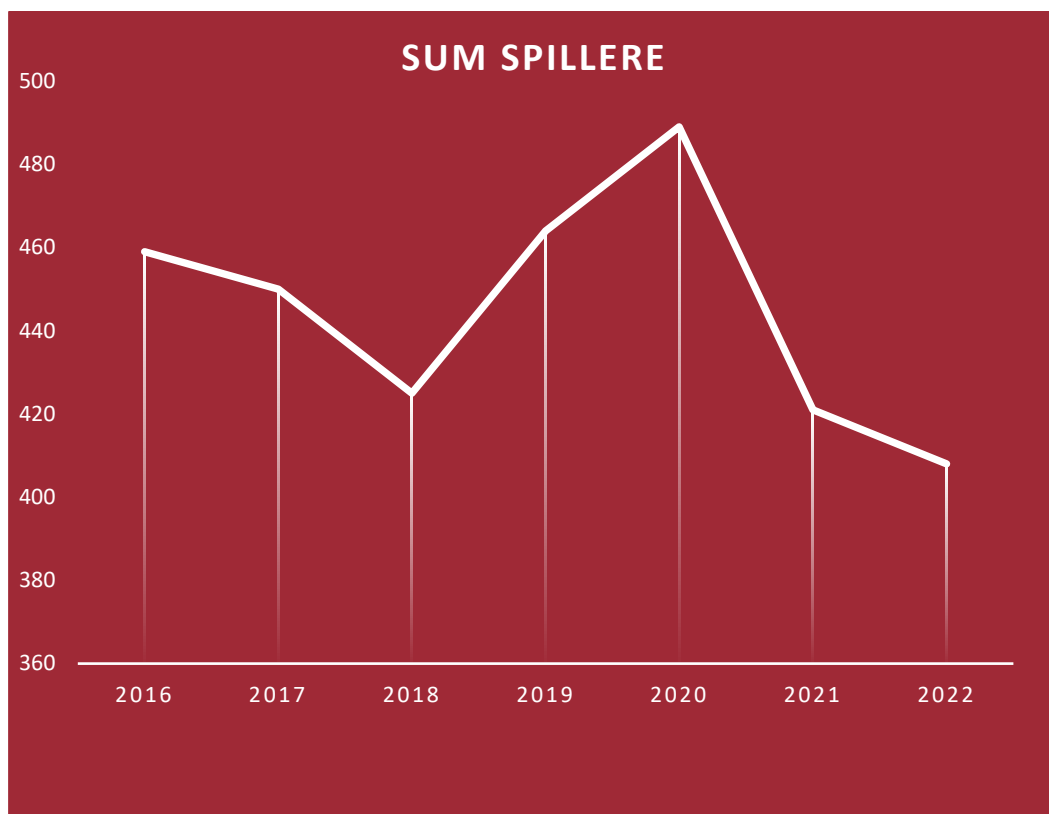
Administrasjonen har lagt ned en enorm arbeidsinnsats, men vi har på grunn av bemanningssituasjonen ikke nådd de målene vi satte oss for 2022.

Vi vil også i 2023 måtte drifte klubben med færre årsverk en ønskelig. Vi arbeider ut ifra at vi ikke vil være fulltallige før sent på året. Dette vil følgelig redusere mulighetene for å oppnå de resultater vi la til grunn ved omorganiseringen i 2021.

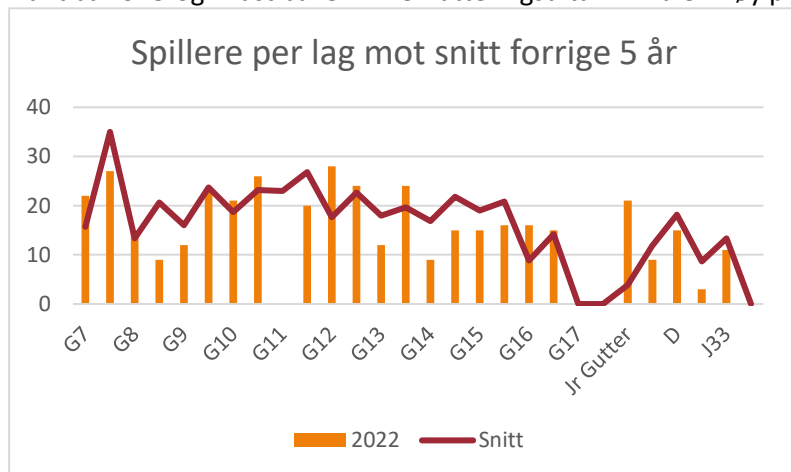
### **Medlemsutvikling**

I løpet av 2022 ble vi 13 færre spillere enn vi var ved utgangen av 2021. Vi er hele 81 færre spillere enn vi var ved utgangen av 2020. Gledelig er det at rekrutteringstiltakene våre har ført til at Håndballskolen er sterke både på gutte og jentesiden.

Skal vi kunne stille lag i alle klasser og alle nivåer bør vi ha 550 – 600 spillere.



Vi har flere lag hvor spillerstallene er store. Utfordringen er flere lag med veldig få spillere i de yngste årsklassene og at vi har mistet vårt G11 lag. Rekrutteringstiltak som er gjennomført er blant annet Håndball SFO og «kast ballen». Rekrutteringstiltak vil ha en høy prioritet i 2023.



## Økonomi

Vi hadde budsjettet med et negativt resultat for 2022 på kr 113 495,-

Resultat ble et underskudd på kr 448 739,-

Vesentlige faktorer som påvirket resultatet, var lavere aktivitet og dermed salg enn budsjettet.



Færre spillere førte til at vi ikke oppnådde budsjett på treningsavgifter og vi klarte ikke de aktivitetene mot sponsormarkedet vi hadde forutsatt.

Av overforbruk kan nevnes at vi så det som nødvendig å kjøpe langt mer regnskapstjenester. Kjøp av eksterne regnskapstjenester ga oss ikke gode nok prognoser å styre etter. Så sent som november regnskapet viste en prognose hvor vi ville oppnå ett overskudd for 2022.

2023 vil bli et utfordrende år økonomisk.

Vi er tilbake til en hverdag uten nedstegninger og koronastøtte. Vi er i tillegg færre spillere som regnes inn i grunnlaget for tildeling av LAM . Offentlige tilskudd blir derfor redusert betydelig. Dette vil vi kompensere med flere inntektsbringende aktiviteter.

Vi er inne i en tid med økte kostnader og et lønnsoppgjør som vil gi mer i økte lønnskostnader enn vi har hatt de senere årene.

Utgiftene til regnskap og revisjon vil øke.

Det er avgjørende for oss å øke antall spillere. Vi ønsker å gjøre klubben enda bedre sportslig samt gi administrasjonen og SU bedre håndballfaglig støtte. Vi vil derfor opprette en prosjektstilling for sesongen 2023/2024 som skal sikre at strategiplanen blir implementert i alle lagsmiljøer. Med dette vil vi øke muligheten for økt rekruttering og hindre frafall.

For å øke kvaliteten i alle ledd, øke medlemsmassen og sikre framtidige inntekter vil vi i 2023 bruke noe av egenkapitalen koronastøtten de siste årene har gitt oss.

Langhus Håndball skal være en inkluderende klubb. Langhus IL Håndball står for et positivt og humanistisk menneskesyn der alle mennesker er likeverdige. Vi skal ha plass til alle uansett bakgrunn og foreldreøkonomi. Vi har derfor holdt treningsavgifter og kontingenter på ett lavest mulig nivå. Vi ser oss i år tvunget til å foreslå en justering av treningsavgiftene.

## Rammevilkår

For lite treningstid er fortsatt stor begrensning for at vi skal kunne gi et godt håndballtilbud.

I kommunens langtids drift og investeringsplan som er styrende for kommunen er behovet på Langhus beskrevet som bedre enn i andre deler av kommunen. Vi har arbeidet aktivt med kommunen og vært medvirkende til at kommunen bestilte en egen konsulentrapport om behovet på Langhus. Vi har gjennom denne rapporten fått belyst at kommunens LDIP ikke gir ett korrekt bilde og opplever at vi har fått aksept for at det er behov for en ny hall på Langhus. Vi arbeider gjennom anleggskomiteen i Langhus AIL sammen med kommunen og investorer for å få realisert en hall som skal dekke vårt behov for treningsflater.



# LANGHUS IL HÅNDBALL

Alle nivåer - Alle årsklasser  
Flest mulig - Lengst mulig



Nordre Follo  
kommune

## Nytt vedtak for flerbrukshall Langhus i LDIP

Endring markert med rødt

KST sak 69/22, vedtak 8.6.2022:

Kommunen skal samarbeide med idretten på Langhus og realisering av hall kan skje i samarbeid med idretten **hvis partene ønsker det.**

Hallen kan bygges gjennom et offentlig-privat samarbeid (OPS) eller annen finansiell samarbeidsavtale med private aktører.

**Valg av modell gjøres etter** at mulighetsstudien med formål om en **helhetlig stedsutvikling** av området rundt Vevelstad stasjon og Langhus idrettspark, og som skal lede frem til en reguleringsprosess som sikrer en best mulig og **helhetlig løsning**, er ferdig.

Det settes som mål at hallen skal ferdigstilles i 2027/2028.



## Samarbeid

Langhus IL Alliansen består av Langhus AIL, Langhus IL Fotball og Langhus IL Håndball.

Vi har samarbeidet godt både administrativt og på styrenivå. Samarbeidsområder har vært Fun Friday, anleggsutvikling, Langhusdagene mm.

Vi har deltatt på møter med Nordre Follo idrettsråd og oppfatter at idrettsrådet nå har en god tilnærming til sin funksjon og har blitt en støttespiller for oss.

Vi har hatt en god dialog både med kommunens administrasjon og det politiske miljøet. Vi opplever at vi blir tatt med på råd og hørt der det er naturlig.

Vi er en del av felleskapet «Follo Familien» Dette er en god arena for at kommunens håndballklubber kan drøfte sine utfordringer og sammen finne løsninger. Spesielt har vi hatt et tett samarbeid med Opepgård IL.

## Verdier

Å bygge en klubb basert på våre verdier har vært og skal være en ambisjon. Vi har også i 2022 som bygger opp om verdiene. Vår deltagelse i programmet Mitt valg går på verdiene Trygghet og Samhold, Vi har arbeidet med inkludering gjennom håndball SFO og Fun Friday, Vi har arrangementer hvor målsetningen er glede og samhold og vi har tiltak som har som mål å bidra til at alle uansett foreldrenes økonomi skal kunne spille håndball på Langhus. Kapasiteten i vår administrasjon har medført at vi ikke har kommet så langt vi hadde håpet med tiltak som underbygger våre verdier og samfunnsansvar. Det er vår ambisjon å styrke dette arbeidet når vi er til tilbake med fulltallig administrasjon.

## Administrasjon

Administrasjonen har fra januar – mars bestått av Marit, Andreas og Marie. I mars 2022 ble Marit sykemeldt, Andreas gikk ut i pappa permisjon og sa opp sin stilling. Marie ble alene i administrasjonen fra mars – juni. I juni ble Camilla Uvaag ansatt som vikar 1 år. Rollen og oppgavene som daglig leder ble flyttet over til Marie, mens rollen rundt det sportslige ble fordelt mellom Camilla og Marie.

Arrangementer klubben har gjennomført i 2022:

- Regionserie
- Fellescup, Baldus 22 – 24 april 2022
- Regionscup finaler, 30 april 2022
- Natthåndball, 20 mai 2022
- Intersport 4'er runde, 22 oktober 2022
- Bring J16 og G16, fellesrunde 18 desember 2022
- Temaserie J14, 4 februar 2022
- Temaserie J13 26 mars 2022
- Temaserie G12/13, 19 november 2022
- Veteran NM, J40, 28-29 oktober 2022
- Unisport cup, G13/15/16, 2 - 4 desember 2022
- Julecup, 26 – 30 desember 2022

Det har vært avholdt et møte for lagledere, hallansvarlig og kioskansvarlige 10 oktober 2022

Agenda:

## AGENDA

- Velkommen
- Vaktliste høst 2022
- Arrangement, omberamning, pakking av hall
- TA - Live registrering, tilganger
- Førstehjelp, beredskapsplan, sikkerhet
- Klubbkolleksjon - spillerutstyr
- Lisen, treningsavgift, medlemskontingent
- Lagskonti, Vipps
- Julecup, deltagerlag, vaktliste
- Roller i lagene
- Kiosk
- Evt. (send inn saker)



Her er det mye erfaring som deles og det gis nyttig info. og oppdatering som bringes videre ut til foreldregruppene.

Trenerteam og støtteapparat består av 67 trener, 22 ungdomstrener og 43 personer i støttefunksjoner.

## Seriepåmelding 2022/23



**Lagsmiljøer:** 23 lagsmiljøer bestående av 10 guttelag og 13 jentelag.

**Intersport 4'er, Loppetass runder som er for 6-7 åringer:**

Bronserunden, J07 = 3 lag og G07 = 2 lag. Sølvrunder, J07 = 3 lag og G07 = 2 lag. Gullrunder, J07 = 4 lag og G07 = 2 lag. Stjernerunden, J07 = 4 lag og G07 = 4 lag.

**Intersport 4'er, Minirunder** er for 8 åringer og består av seks runder.

Runde 1 = 7 lag påmeldt. Runde 2 = 7 lag påmeldt. Runde 3 = 8 lag påmeldt. Runde 4 = 7 lag påmeldt. Runde 5 = 6 lag påmeldt.

**Seriepåmelding 2022/23**

Årstall	klasse	Region serie			Regions cup	Sharebus cup (gutter)	Temaserie	
		Nivå 1	Nivå 2	Nivå 3			Nivå 1	Nivå 2
2016/15	J7							
2016/15	G7							
*14	J8							
*14	G8							
*13	J9	2						
*13	G9	1						
*12	J10	3						
*12	G10	2				0		
*11	J11		2					
*11	G11							
*10	J12	1	2					2
*10	G12		2	1		0		2
*09	J13		2		1			1
*09	G13		1		1	1		1
*08	J14		1		1			1
*08	G14							
*07	J15	1	1		1			
*07	G15	1	1		2	2		
*06	J16	1			1			
*06	G16	1	1		1	1		
*05-03	J-Junior		2		0			
*05-03	G-Junior	1	1		1			
	Damer	1			1			
	Herrer	1			1			
	J33		1					
		16	17	1	11	4	0	7
			34					7

Jenter 16 og Gutter 16 kvalifiserte seg til Bringserien.

Jenter 18 og Gutter 18 kvalifiserte seg ikke til Lerøyserien. Gutter 18 meldte seg på Lerøy ekstra tilbudet.



## Materialforvalter

Langhus Håndball har en 5 års avtale med Follo Sport. Avtalen gjelder til 31.12.22. Leverandør av spiller bekledning er Hummel.

I 2022 har 8 åringer fått lånedrakter med sponsor trykk på. 9 åringer har fått Hummel jakker (før Baldus). Ellers har det vært nye spillere og spillere som har vokst, som har fått nytt utstyr.

Vi bytter ut drakter fortløpende når utøvere vokser ut av drakt. Alle nye får spilleutstyr og alle som slutter må levere tilbake.

Klubben har et bekledningsreglement for 2018-2022.

Administrasjons medarbeider utfører oppgaven vedr. ajourhold av lagsmiljøenes spillerbekledning, bestilling og levering.

## Kiosk

Bemanning av kiosken under arrangement går på dugnad i alle lagsmiljøene fra 9 år til senior lag.

Det settes opp en vaktliste som distribueres til lagsmiljøer i forkant av høst og vårsesong. Et lagsmiljø får en vakt uke i hver periode. Klubben sender ut en påminnelse 14 dager før vakten starter, med div. info og instruksjoner.

Det har vært normal drift av kiosk i 2022.

Klubben har en betalt dugnad til ansvarlig for kioskdirft. Ansvarlig er Per Anders Huus som en foresatt fra J14. Arbeidet som Per Anders utfører er prima, han er en kjempe ressurs for klubben og en stor grunn til at kiosken har høy standard og et fristende tilbud. Per Anders bidrar til alle lagsmiljøene med å hjelpe til på vakter og legge godt til rette for at arrangement skal gå så smidig som mulig.

Klubben er takknemlig for at vi har en slik enestående ressursperson og retter en stor takk til Per Anders.

## Sportslig utvalg

### Roller og personer

SU har bestått av følgende personer i 2022

N/A – Leder

Marie Aakre Paulsen / Camilla Uvaag – Langhus IL Håndball

Ståle Karlsen – ansvarlig ungdom 13-20 år – avsluttet 31.05.2022

Tove Stabu – ansvarlig ungdom 13-20 år

Anita Bech-Hanssen - ansvarlig barn 10-12 år – ansvarlig ungdom 13-20 år (fra 01/09/2022)

Tron-Jarle Olsen – ansvarlig barn 10-12 år

Jacob Rivertz – ansvarlig dommere

Hanne Thun / Einar Lund-Zetterquist – ansvarlig spillerråd

Kjartan Thormodsæther – ansvarlig Trenerforum

Jannicke Aaen – ansvarlig Nattcup

Frode Nordli

ALLE ROLLEBESKRIVELSER LIGGER PÅ WEB UNDER FANE SPORTSLIG



## Sportslig strategiplan

### LANGHUS IL HÅNDBALL SPORTSLIG STRATEGIPLAN 2021 - 2025



LANGHUS IL HÅNDBALL  
*Alle nivåer - Alle årsklasser  
Flest mulig - lengst mulig*

Sportslig Utvalg har igjennom året 2021 jobbet etter den nye Sportslige Strategi plan.

Langhus IL Håndball sin sportslige plan for 2021 – 2025 er et styringsverktøy for hvordan håndballen skal drives. Sportslig plan inneholder sportslige strategier og målsetninger, og retningslinjer for lagsmiljøene basert på alder.

Sportslig plan er laget for spillere, trenere, ledere og foreldre. Klubben forventer at sportslig plan brukes aktivt. Langhus IL Håndball skal være en trygg og sosial arena hvor alle barn og unge skal oppleve utvikling og mestring.

Sportslig plan omfavner barnehåndballen, ungdomshåndballen og senior, samt trenere og dommere.

Langhus IL Håndball sin visjon, grunnleggende prinsipp og mål er grunnlaget for vår aktivitet, og vi ønsker at alle lagene i klubben skal ha et eierforhold til dette.



#### **VISJON:**

Ha tilbud til alle som ønsker å spille håndball på Langhus.

Alle nivåer – Alle årsklasser

“Flest mulig – lengst mulig”

#### **GRUNNLEGGENDE PRINSIPPER**



- PROFIL:** *Håndball for alle*
- KULTUR:** *Utviklingskultur - En klubb hvor vurderinger og beslutninger baseres på et langsiktig mål om utvikling*
- KRAV:** *Lojalitet – være lojal mot klubbens retningslinjer, prinsipper og verdier*
- VERDIER:** **Glede** **Utvikling** **Trygghet** **Samhold**
- Glede** Vi skal gi alle muligheten til å ha det gøy med håndball.
- Utvikling** Vi skal gi alle like muligheter for utvikling og mestring.
- Trygghet** Vi skal se alle og alle skal føle en tilhørighet.  
Vi skal ha ett inkluderende miljø, basert på likeverd og respekt.
- Samhold** Vi skal vektlegge det sosiale miljøet, skape ett godt felleskap.

## OVERORDNA MÅLSETNING

Langhus IL Håndball skal være ett viktig aktivitetstilbud i lokalmiljøet både sportslig og sosialt.

Være en attraktiv klubb å spille i – for alle, uavhengig av alder eller kjønn.

Alle spillere skal gis lik mulighet til å utvikle seg.

Langhus IL Håndball står for et positivt og humanistisk menneskesyn der alle mennesker er **likeverdige**. Voksne er rollemodeller med stor betydning for barn og ungdoms holdninger og oppførsel.

## Strategier mot 2025

Langhus IL Håndball er en utviklings-klubb. I våre yngre årsklasser skal vi fokusere på utvikling på alle nivåer. I de eldre årsklasser skal vi tilrettelegge for de som ønsker å spille Bring/Lerøy/3.div, og også de som ikke vil legge like mye tid i håndballen.

## Kompetanse

- MÅL:** Alle lag skal ha trenerteam med formell kompetanse iht. krav i hver enkel årsklasse  
Alle trenerteam skal følge klubbens sportslige plan.
- Strategi:** Tilby, tilrettelegge og oppfordre til trenerkurs lokalt.  
Sportslig plan skal gjennomgås på alle trenersamlinger.

## Klubb og lagsmiljø

- Mål:** Vi skal ha lag i alle klasser og nivåer.  
Flest mulig – lengst mulig, beholde spillere i klubben, minske frafall
- Strategi:** Ha ett attraktivt inkluderende tilbud.  
Hindre frafall gjennom gode lagsmiljø, og kompetente trenerteam og støtteapparat.  
Jobbe fokusert med spillerutvikling, og ha arenaer hvor utøvere opplever mestring.  
Spillerråd – spillerne sterk medbestemmelse.  
Alle lag skal delta på Fellecup, Julecup og Nattcup



### Rekruttering

- Mål:** Aktivt jobbe med rekruttering av spillere, 5 år -10 år.  
Håndballskolen skal være minimum 40 jenter og 25 gutter hvert år.  
Vi skal ha netto tilsig av spillere hvert år i alle årsklasser.
- Strategi:** Håndball SFO på barneskolene på Langhus  
Introduksjon av håndball til barnehagene  
Vi skal være en attraktiv klubb, for spillere i nærliggende områder, hvor moderklubb ikke kan gi tilfredsstillende tilbud.

### Resultatmål - ungdom, junior og senior

- Mål:** Senior:  
Rykke opp til 3. divisjon med damer og herrer innen 2025  
Junior:  
Lerøy serien J/G 17-18 år.  
Ungdom:  
Bring serien J/G 15-16 år.
- Strategi:** Skape ett godt treningsmiljø med strukturert opplegg. Tilrettelegge med treningstid innenfor gitte rammebetingelser og kriterier, samt et team rundt laget.

### Administrasjon og ledelse

- Mål:** Ha en kompetent administrasjon og sportslig ledelse.
- Strategi:** Ha et velfungerende Sportslig Utvalg.  
Benytte seg av gode interne ressurser.

### Kompetanse

#### Trener kurs:

Det har vært trener kurs høsten 2022, de første modulene av Trener 1. Resterende moduler settes opp våren 2023. Vi er veldig fornøyde med at vi har klart å få på plass Trener 1 kurs, det øker kompetansen for våre trenere.

#### Mitt Valg:

I samarbeid med Mitt Valg, Lions og Langhus IL har vi arrangert Mitt Valg kurs for våre trenere. Modul 1 ble gjennomført 26 september, her deltok 20 stk trenere, lagledere og administrasjon.

Vi har så langt hatt 42 stk ressurs personer på Mitt Valg kurs. De lagsmiljø som ikke har deltatt er: G8/J8/G9/G20/Herrer/J33.

### Rekruttering

#### Håndballskolen:

Håndballskolen startet opp lørdag 27 august 2022.



# LANGHUS IL HÅNDBALL

Alle nivåer - Alle årsklasser  
Flest mulig - Lengst mulig

## OPPSTART HÅNDBALLSKOLEN 27. AUGUST I STIL ARENA

Påmelding  
ved  
oppmøte



**TRENINGSTIDER**  
**LØRDAGER: 11:00-12:00**  
**TIRSDAGER: 18:00-19:00**

Kontakt:

Håndballskolen jenter: [tonje.paulseth@hotmail.com](mailto:tonje.paulseth@hotmail.com)  
Håndballskolen gutter: [stine.trebekk@ue.no](mailto:stine.trebekk@ue.no)

Foreldretrenere ble rekruttert i forkant og i etterkant av oppstart. Ungdomstrenere ble rekruttert og de har vært med gjennom hele året. Informasjon om oppstart og treningstider er delt med alle 3 barneskolene, via ranselpost eller transponder, Informasjon ble også delt i sosiale medier. Banner ble hengt opp på bro ved Bøleråsen oppkjørsel. Den ble raskt tatt ned, da adm ikke var klar over at det ikke var lov å henge opp. Banner må henges opp i idrettsparken neste sesong.

Alle deltakere har fått tilsendt et velkomstbrev i etterkant av oppstart.



## Velkommen til håndballskolen på Langhus



**Begeistring**  
**Innsatsvilje**  
**Respekt**  
**Fair Play**

### Overordnet målsetning

Langhus IL Håndball skal være ett viktig aktivitetstilbud i lokalmiljøet både sportslig og sosialt. Langhus IL Håndball skal være en attraktiv klubb å spille i – for alle. Alle spillere skal gis lik mulighet til å utvikle seg. Langhus IL Håndball står for et positivt og humanistisk menneskesyn der alle mennesker er likeverdige

### Ansvar

Som foresatt i klubben har du et ansvar for å bidra med positiv energi i hallen. Det er viktig å huske på at du er et forbilde for barna, så la oss sammen skape en inkluderende og fantastisk håndballkultur

### Verdier

Glede  
Trygghet  
Utvikling  
Samhold



Hos oss i Langhus IL Håndball er vi stolte av å kunne ta imot barn til lek med ball i hall. Vi jobber for å skape en arena hvor gode vennskap etableres, samt har vi fokus på en svært inkluderende foreldrekultur hvor terskelen for å knytte sterke bånd og bli kjent er lav.



Treningstider i Stil Arena:  
Lørdager- 11:00-12:00  
Tirsdager-18:00-19:00



Kampoppsett:  
Intersport Loppetassen  
Bronserunde 19.11  
Søvrunde 14.01  
Gullrunde 11.02  
Stjernerunde 18.03

Kontaktinfo:  
Håndballskolen jenter: tonje.paulseth@hotmail.com  
Håndballskolen gutter: stine.trebekk@ue.no  
Adm: post@langhushandball.no

Foreldremøte ble avholdt noen uker etter oppstart.

Status på antall spillere som er registrert:

- HSK Jenter = 27 stk
- HSK Gutter = 22 stk

**Nytt i år er at håndballskolen har fått treningstid i hall på tirsdager kl 18-19, samt på lørdager.**

### Håndball SFO

Høsten 2022 startet vi opp igjen med Håndball SFO på 2 av 3 barneskolene på Langhus. Follo HK Damer stiller med trener ressurs. Bøleråsen utsetter oppstart, da de har ressurs mangler på SFO.

Langhus IL Håndball ønsker å være ett viktig aktivitetstilbud i lokalmiljøet både sportslig og sosialt, der alle gis lik mulighet til å utvikle seg, være en attraktiv klubb å spille håndball i – FOR ALLE. Derfor ønsker vi i Langhus IL Håndball å tilby organisert, **gratis**, fysisk aktivitet med ball, inn under rammen av SFO på de 3 barneskolene på Langhus.

Målsettingen for Håndball-SFO er å introdusere barn for håndball. Ved å tilrettelegge for håndball i SFO tiden, ønsker vi å styrke barns tilhørighet til både Langhus og vårt idrettslag. Med Håndball-SFO ønsker vi å legge til rette for at barna på 1. 2. og 3 trinn, får prøve håndball, på ett lavterskel nivå. Hvor barna får fysisk aktivitet og mestringsopplevelser gjennom håndballrelatert trening. De får mulighet til å lære seg positive fritidsvaner og interesser.

Tilbakemeldingen vi får fra skolene om tilbudet, er at det er veldig populært.

Langhus IL Håndball  
arrangerer håndball-sfo  
i samarbeid med Follo HK  
Damer høsten 2022

Tilbudet er gratis for alle barn i  
1-3.klasse

PÅMELDING  
SKJER PÅ SFO



- ★ Vevelstadåsen skole:  
1-2.klasse onsdag 13.15-14.30  
3.klasse onsdag 14.30-15.30
- ★ Bøleråsen skole:  
1.klasse tirsdag 14.30-15.15  
2-3.klasse tirsdag 15.15-16.00
- ★ Langhus skole:  
1-3.klasse torsdag 14.00-15.30



## Kast Ballen

Langhus Skole meldte seg på Kast Ballen 2022, Langhus Håndball ble selv sagt med på prosjektet som lokal håndballklubb.



Kast ballen er et skoletiltak for 1. –3 klasse som ble igangsatt av Norges Håndballforbund for å introdusere flere barn til lek med ball i skoletiden. Det har vært stor interesse for skoletiltaket blant landets skoler, og en eller flere som har søkt plass befinner seg i deres nærområde. Parallelt med at vi er inne i skoleverket er også tiltaket er en unik mulighet for klubbene til å rekruttere nye håndballspillere.

Vi fikk en introduksjon til Kast Ballen via Teams møte i regi av Region Øst. Vi har hatt dialog og kontakt med skolen under kast ballen perioden, uke 37,38, 39 og 40.

I uke 42, onsdag 19 oktober, inviterte vi 3 klasse til KAST BALLEN DAGEN i Stil Arena. Det kom ca 60 barn som gledet seg til håndball aktivitet i hallen. Vi fikk rekruttert flere hjelpetrenerne denne dagen, mange langhus trenere, su representanter, ungdommer og Follo spillere, stilte opp! Dagen ble delt inn i 2, det startet med stasjoner – hvor barna fikk prøve forskjellige øvelser. Dagen ble avsluttet med minihåndball spill. Alle 3 klassingene fikk utdelt drikkeflaske, informasjon om spilltilbudet og VIP billett til Follo kamp etter dagens slutt.

Kast ballen var en kjempe suksess – en veldig bra rekrutterings arena.

Vi håper alle barneskolene melder seg på dette tilbudet neste sesong 😊 Vi bør sende de info om opplegget.





### Annen rekruttering

Vi har avholdt håndballøkt for idrettskolen tirsdag 11/10 og planlegger ny økt i feb 2023. SU hadde med seg ungdomstrenerne fra J06, det var en suksess og det gjør vi neste gang også. Flyers og informasjon om håndballen ble delt ut til barna og foreldre.

Vi har laget en del flyers til forskjellige lagsmiljø, som kan deles og bidra til rekruttering.

**Har du lyst å spille mer håndball?**  
Hos oss er alle velkomne! Det er bare å komme på trening for å prøve og teste ut om håndball er noe for deg.

**GUTTER 2014**  
LØRDAG KL. 12:00 - 13:00 I STIL ARENA 1  
ONSDAG KL. 16:00 - 17:30 I STIL ARENA 2

**JENTER 2014**  
LØRDAG KL. 10:00 - 11:00 I STIL ARENA 1  
TORS DAG KL. 16:30 - 17:30 I STIL ARENA 1

**PÅMELDING: MØT OPP OG/ELLERTÅ KONTAKT MED DE ANSVARLIGE**

Intersport Loppetassen er et arrangement som er tilpasset en barnefamilie's hektiske hverdag. Visjonen omfavner å skape tidlig interesse for idrett, og da spesielt håndball som er tilpasset for utøvere, søsken, foresatte og øvrig familie.

Intensjonen med barnehåndball er blant annet å ha fokus på innstøtje, mestring, fremgang og prestasjoner, og ikke på resultat. Det skal være inspirerende, motiverende og gøy å spille håndball.

Det er en målsetting at hver enkelt spiller skal ha flere ballkontroller i løpet av kampen, og at alle spillere oppmuntres til å skyte mot mål.

Bronserunde 19.11	Sølvrunde 14.01	Gullrunde 11.02	Stjernerunde 18.03
----------------------	--------------------	--------------------	-----------------------

**Påmelding i Spord**

### Natthåndball

20 mai 2022 arrangerte SU sammen med 15 åringene, Natthåndball for første gang i Langhus IL Håndball.




Glede - Utvikling - Trivsel - Samhold

# NATTHÅNDBALL

Vi i Langhus håndball ønsker spillere, trenere, støtteapparat med familier, dommere, styret og alle andre håndballinteresserte hjertelig velkommen til natthåndballfest  
**fredag 20. mai 2022**

**Åpningsseremonien starter kl. 18:00** med en underholdende innmarsj der alle lagene deltar. Alle lag og trenere må være på plass i Stil Arena innen kl. 17:30 for forberedelser og oppstilling.

**Kampene spilles i Langhushallen og Stil Arena.** Fellesarrangement som innmarsj, kamper på stor bane og premieutdeling vil foregå i Stil Arena.

Håndballskolen spiller minihåndball, 8-11 års lagene spiller flyball, mens lagene fra 12 år og oppover spiller håndball. Spilletid for lag under 12 år er 1x7 min, mens håndballkampene er 1x12 min.

Regler for flyball finner dere [her](#) **Det er viktig at de lagsmiljøene som skal spille flyball har satt seg inn i reglene.**

**Påmelding innen 30. mars på mail til [hanne.thun@lo.no](mailto:hanne.thun@lo.no)**  
Merk mail med "Natt håndball" og før på ønskede antall lag og spillere.

**Det kåres vinnere i kategoriene**  
• Beste innmarsj • Beste kostyme • Størst kreativitet

Nå er det bare å finne ut hva laget skal kle seg ut som og øve på innmarsjen! Her er det bare fantasien som setter grenser. Eksempler på utkledding kan være: Hekser, Zombie, Skiløpere, Rosa tema osv

Kampoppsett blir sendt til trenerne ca. 7 dager før arrangementet finner sted. Det er en stram tidsplan, så det er veldig viktig at alle lag er presise med oppmøte!

Vi håper dette kan bli en årlig tradisjon - hvor det hvert år er 15 åringene som arrangerer sammen med Sportslig Utvalg.

**Vi ønsker velkommen - og gleder oss til en festlig og fartsfylt håndballkveld!**

Natt håndball ble en kjempe suksess! En stor takk til jenter og gutter 2006 som bidro stort til en fantastisk kveld. Store og små var veldig fornøyde. Et veldig bra tiltak som bidrar til klubb bygging.

Alle lag deltok, unntatt G14 (konfirmasjon), Damer og Herrer.

Det ble også gjort ekstra stas på G16 (G2005) som vant Bringserien 2021/2022.

Vinnere Natt håndball 2022:



# LANGHUS IL HÅNDBALL

Alle nivåer – Alle årsklasser  
Flest mulig – Lengst mulig



## Trenerforum

Hensikten med trenerforum er å ha et aktivt fora for diskusjon, kompetanse / erfaring utveksling og samarbeid mellom trenere på tvers i våre lagsmiljø. Trenere kan her dele erfaringer, ta opp og diskutere forbedringer, utfordringer etc. Langhus Håndball sin sportslige plan vil være fast punkt i trenerforum.

SU vil at alle lag stiller med minimum hovedtrener, men gjerne assisterende trener også.

Målsetning med trenerforum.

Alle nivåer – Alle årsklasser. Flest mulig – lengst mulig

- Vi ønsker å skape et godt og positivt trenerforum for alle trenere i klubben, hvor vi blir kjent med hverandre.
- Dele erfaring og kunnskap fra eget treningsarbeid, øke kompetansen og motivere hverandre.
- Fremme den gode innsatsen som legges ned hver uke i klubben, viktigheten og forståelse av kvalitet på trenerrollen og i treningsarbeidet.

- Utvikle klubben, trenere og spillere. Et forum hvor forslag til forbedring skal fremmes, klubbutvikling, trenerutvikling / kurs og spillerutvikling.

Det ble avholdt trenerforum våren 2022. Men pga sykdom i administrasjonen har vi dessverre ikke klart å holde trenerforum høsten 2022. Det legges planer for 2023.

## Lokaliteter

### Treningstider

Tildelt treningstid fra Nordre Follo kommune dekker ikke behovet Langhus IL Håndball har. Vi leier derfor tid på Drømtorp VGS og nytt i år, er at vi også har fått mulighet for tid i Ski Alliansehall. Treningstiden vår er derfor spredt utover 6 haller, Langhushallen, Stil Arena, Siggerudhallen, Greverudhallen, Ski Allianse hall og Drømtorp VGS. I tillegg har vi tid på de 3 barneskolene på Langhus. I tildelingen til våre lagsmiljø, har vi påsett at alle lag har tid i lokal hall, men at også alle «eldre» lag har måtte få i annen hall. Nytt i år er at vi har klart å gi håndballskolen tid i hall på ukedag. Det ser ut som om dette har vært en stor suksess, med tanke på rekrutteringstallene.

Labben ble pusset opp og nytt utstyr montert sommeren 2022. Langhus IL Fotball fikk støtte fra DNB sparebankstiftelsen. Fotballen og håndballen gikk sammen for å få labben i orden, og det et kjempe bra resultat. Treningstid i labben er det håndballen som fordeler, da vi har driftsansvaret i rommet. Alle idretter og klubber som ønsket tid, har fått dette tildelt – Langhus Håndball, Fotball, Basket og Turn, samt Follo HK Damer, Langhusrypene og trening for eldre.



FØR



ETTER

## Spillerutvikling

### Fysisk trening:

Vi har fortsatt samarbeidet med Atlet Fysio i 2022.

«Langhus IL Håndball og Atlet Fysio AS har inngått et samarbeid for å utvikle robuste håndballspillere som tåler idretten og holder seg skadefrie!

Samarbeidet består av skadeforebyggende tiltak som bevisstgjøring og opplæring av trenere og spillere, fysisk trening, samt rask tilgang til undersøkelse og behandling om skaden skulle forekomme.»

Alle lag, mellom 12-20 år, har tilbud om å ha økt med Atlet Fysio i labben eller på Sofiemyr.

Lagene er fortsatt kjempefornøyde med opplegget.

### Bring/Lerøy

J/G16 (2006) kvalifiserte seg til Bringserien 2022/23

G18 (2004-2005) kvalifiserte seg ikke til Lerøyserien, men er påmeldt Lerøy ekstra 2022/23

J18 (2004-2005) kvalifiserte seg ikke til Lerøyserien.



## Spillerutvikling Region Øst

Region Øst har hatt SPU tilbud fra januar – desember 2022

Langhus har vært representert med flere utøvere på SPU økter 13-16 år, både for jentene og guttene.

Langhus har vært representert på følgende regionale landslags samlinger:

J2006 - Annika Skjöld Henriksen

G2006 – Isak Finstad

G2006 – Max Billing

## Dommergruppa

Høsten 2022 arrangerte vi dommer barnehåndball kurs. Dette ble arrangert i forbindelse med Intersport 4'er runde i Stil Arena. Da fikk dommere sin praksis under arrangementet. Det fungerte veldig fint.

Vi er nå i rute igjen på de yngre dommere og har fullt belegg på barnekamper.

Vi er ikke i mål på kvotedommer, og Trinn 1 kurs. Vi må jobbe for å få på plass flere dommere som ønsker å ta steget videre, og holde på lenger enn 16 år.

Oktober 2022 hadde vi et oppstartsmøte med alle Veiledere Dommer Barnehåndball. Noen nye inn, noen som har takket for seg og noen som har vært med en stund. Vi synes det er nyttig med et felles møte, hvor vi snakker om hva oppgaven går ut på, vi kan ha diskusjon rundt spesifikke tema (hva gjør vi i enkelte situasjoner), bli tryggere i rollen som veileder.

Alle veiledere har fått utlevert «Jeg passer på dommeren» genser.

Alle kamper fra 6 til 12 år er fordelt på alle veilederen. Det blir ca 2-4 ganger pr veileder, de må stille opp igjennom sesongen og passe på våre yngre dommere

Gruppen består av 12 stk.:

- Ole Løfsnæs
- Camilla Dahl
- Kristin Jacobsen
- Sofia Hedestad
- Rene Borgerød
- Jakob Rivertz
- Fredrik Lie
- Tonje Indrelid
- Lena Juarez
- Heidi Brandtenborg
- Janne Spydevold
- Guro Holje

Vi er veldig stolte av våre dommere og veiledere. De stiller opp, kommer når de skal og gjør det lett å arrangere kamper i helgene. En stor takk til de alle sammen.



## Baldus Cup (22. – 24. april 2022)

Balduskomiteen for 2022 ble nedsatt 1. februar. Komiteen besto av 18 medlemmer fordelt på alle aldersgrupper. Unntatt håndballskolen og damelaget. Det ble gjennomført 3 møter i komiteen – i år valgte komiteen å ikke ha eget evalueringsmøte da det foreligger så gode rapporter fra de enkelte arbeidsområdene.

Medlemmene i komiteen utførte forskjellige oppgaver som ansvar for grillarrangement (innkjøp), reiseopplegg (bussanbud, fordeling av lag på buss), ryddevakter, skolesjef, samt noen som tok seg av hotellbestilling for foreldrene på Lillehammer. Budsjett/regnskap og all informasjon og oppfølging med Baldus lå på arrangementsansvarlig. I 2022 hadde vi ikke loddsalg – det ble gjennomført i 2020.

Totalt antall lag fra Langhus som deltok på Baldus var 30 antall 296 spillere og 53 ledere.

Selve turneringen starter når alle kommer til Langhus fredag 22. april kl 1330 for å ta bussen som har avreise fra Langhus kl 1400 til Lillehammer – det er en bra start på cupen. I år som tidligere år hadde vi 5 busser som gikk fra Langhus til Lillehammer for å frakte alle spillere/trenere oppover. I år hadde vi 1 returbuss for de eldste lagene.

Arrangementet på Nordre Ål Skole lørdag ble i år også en stor begivenhet med mange spillere, trenere, foreldre og søsken totalt deltok ca 520 – det var litt mindre enn året før. Her ble det servert hamburgere, pølser, brus og kaffe. Det var også i år ordnet med lydanlegg.

Under arrangementet ble det delt ut priser fra sportslig utvalg.

Prisene som ble delt ut var:

Årets terrier: Adrian Bilet

Årets Optimist: Alvina Adburhim

Årets Watergirl: Mille Wilhelmsen

Årets Waterboy: Sebastian Boge Hauge

Årets kontrer: Fredrikke Sørli

Årets humørspreder: Mille Morskogen Huus

Årets teknikker: Wille Magnusson

Årets Målvakt: Henrik Evjen Johnsen

Årets falk: Malin Hovdelien Svensson

Årets trener: Tore Solheim, Håvard F Johansen, Stig Vorren

Årets blåsere: Mia E Andresen og Sofia Skovdahl

Årets Ildsjel: Tove Stabu

Årets supporter: Linn Marthinsen

Årets miljøskaper: Markus Vestøl Skjørshammer

Årets snapper: Linea Fjellberg-Olsen

Årets rekrutterere: G2013 (G8)

Stor takk til alle som stilte opp så dette arrangementet ble vellykket også i 2022.

Hanne A. Thun

Arrangementsansvarlig Baldus Cup 2022



## JULECUP

### **Julecupen ble avviklet for 45. gang i år**

Det ble avholdt 5 møter f.o.m. desember. I tillegg ble 22. desember benyttet til rigging av cupen. Komiteen hadde 19 medlemmer inkl. turneringsleder Marie Aakre Paulsen og arrangementsansvarlig Hanne A. Thun.

Det deltok 201 lag fra ulike klubber og det var også i år som tidligere lag på venteliste i enkelte klasser. Langhus IL Håndball stilte selv med lag fordelt over alle klasser bortsett fra G11 og G16. Klubbene var representert flere regioner.

Det ble benyttet tre spilleflater over 5 dager. Det ble avviklet 445 kamper.

Vi hadde bare 2 lag som måtte melde avbud og ikke kunne delta på cupen.

Minicupen 26. desember – bra med lag som deltok – kunne vært litt flere lag på MC 8 år. Vi hadde i år innmarsj med premieutdeling for MC J/G-6-7 år på banen i Langhushallen etter siste spilte kamp. Ordfører Hanne Opdan deltok på premieutdelingen. 8-åringene hadde ikke innmarsj – og fikk sin premie etter siste spilte kamp.

Som flere år tidligere kjørte vi nivå delte klasser i J13/J14 og J15, alle var positive og de fikk velge det nivået de ønsket og delta på, samt at vi avviklet A- og B-sluttspill i J13.

Cupen ble også i år avviklet med finale på samme dag som klassens øvrige kamper. Alle finalene ble spilt i Langhushallen. Dette er en fin tradisjon – som vi håper kan fortsette.

Det var et stort engasjement rundt cupen og komiteen jobber godt under ledelse av arrangementsansvarlig. Foresatte bidrar med vakter av ca.8 timer per vakt.

Komiteen er godt fornøyd med årets gjennomføring.

Førstehjelp var tilstede 2 dager av turneringen. Det var heller ingen alvorlige skader under selve turneringen.

Men god deltagelse av lag og publikum ble julecupen en bra økonomisk suksess, med et positivt resultat.

Stor takk til alle som bidrar for at dette blir et så bra arrangement!

Hanne A. Thun

Arrangementsansvarlig Julecup 2022

## ARRANGEMENT KOMITEEN 2023

Gruppe har bestått av 10-12 personer fra Damelaget som har delt på å ha arrangøransvar i helgene.

### Oppgave til arrangørkomiteen har vært/er:

- Åpne/stenge hallen i helgene
- Sette i gang de som har vakter (hallvakt/sekretariat/billett)
- Påse at alle som er på vakt er kjent med oppgavene, evt. gi opplæring til de som trenger det.
- Vi har også hatt opplæringskvelder i begynnelsen av sesongen (høsten 2022) i forbindelse med Live-reg og nytt score board i Stil Arena.
- Fra 2018 så har hallvakt/vaktsjef hatt en ekstra oppgave med å møte lag og sørge for at de sjekker kamptropp og signerer med PIN - Dette har fungert bra, så tenker det er greit å fortsett med dette.

Det er daglig leder som sender ut vaktlister til de enkelte lagsmiljø, klargjør billett-kasser – som legges i safen.

Arrangør bag til både Langhushallen og Stil Arena ligger i skapet i vaktrommet i Stil Arena (disse inneholder all informasjon man trenger for å gjennomføre kamper)

De fleste lag gjennomfører sine vakthelger på en tilfredsstillende måte.

- Men det er noen lagsmiljø som kan bli flinkere til å stille på vakt og sette seg inn hva den enkelte vakt innebærer.

Enkeltstående kamper har hvert lagsmiljø håndtert selv.

### Ting som kan følges opp/endres:

- Gi beskjed at alle lagsmiljø har faste personer til vakter som hallvakt/sekretariat – dette da vi ser at det «flyter» bedre i løpet av dagen med vakter som har gjort dette tidligere og pga. opplæring (LIVE-reg/score board)
- Vi fortsetter med å sette opp 2-3 kurskvelder før sesongstart i LIVE-reg og score board
- Hallansvarlig:
  - Være tilgjengelig og synlig i hallen med vest
  - Avløse sekretariat og billett ved behov
  - Rydde tribuner og toaletter etc. i løpet av dagen
  - Sørge for at publikum ikke sitter nede på banen og forstyrrer dommere, spillere etc.
  - Ved brannalarmen skal denne være kjent med rømningsveier, og påse at alle forlater hallen og møtes nede på fotballbanen.
  - Ikke sende hjem noen av vaktene (billett/sekretariat) før alt er ryddet og hallen er tom.





**Noen ganger har vi også arrangement i:**

- Siggerudhallen
  - Dette fungerer bra, da de fleste er kjent i Siggerudhallen pga. treninger der.
  - Evt. avtale med Siggerud håndball og ha kiosk når vi har kamper i Siggerud
- Kråkstadhallen
  - Ikke den mest ideelle hallen å ha arrangement i. Kan være lurt å sjekke hallen en dag eller to før arrangementet, for å påse at alt er på plass.
  - Her pleier vi også ha billett og enkel kiosk sammen på tribunen.

Mvh

Langhus, 21. mars 23

Marianne Myrbråten

Arrangørkomitéen for Langhus Damelag.

## 9. Årsregnskap 2022, og kontrollutvalgets beretning

---



## Langhus IL Håndball

Org.nr. 896 661 612

### RESULTAT

Note	Resultat 2022	Budsjett 2022	Resultat 2021	Budsjett 2021
	1 109 863	1 821 000	699 574	1 103 300
	3 774 911	3 667 564	2 972 423	3 146 614
<b>Sum driftsinntekter</b>	<b>4 884 774</b>	<b>5 488 564</b>	<b>3 671 996</b>	<b>4 249 914</b>
Beh.endring varer under tilvirkning/ferdig tilvirket	-	-	-	-
Varekostnad	-1 668 392	-1 652 220	-666 664	-1 151 100
Lønnskostnad	-1 954 163	-2 209 482	-1 488 705	-1 307 872
Annen driftskostnad	-1 717 233	-1 746 870	-897 805	-1 660 345
<b>Sum driftskostnader</b>	<b>-5 339 788</b>	<b>-5 608 572</b>	<b>-3 053 174</b>	<b>-4 119 317</b>
<b>Driftsresultat</b>	<b>-455 014</b>	<b>-120 008</b>	<b>618 823</b>	<b>130 597</b>
Annen renteinntekt	1 995	4 500	2 122	6 000
Annen finansinntekt	-	2 500	-	-
Gevinst ved realisasjon av aksjer	4 382	-	-	-
Annen rentekostnad	-	-	576 428	-600
Annen finanskostnad	-102	-500	-10 300	-500
<b>Sum finans</b>	<b>6 275</b>	<b>6 500</b>	<b>568 250</b>	<b>4 900</b>
<b>Ordinært resultat</b>	<b>-448 739</b>	<b>-113 508</b>	<b>1 187 073</b>	<b>135 497</b>
<b>Årsresultat</b>	<b>-448 739</b>	<b>-113 508</b>	<b>1 187 073</b>	<b>135 497</b>
<b>Overføringer</b>				
Annen egenkapital	-448 739	-	1 187 073	-
<b>Sum</b>	<b>-448 739</b>	<b>-</b>	<b>1 187 073</b>	<b>-</b>



## BALANSE

### EIENDELER

	Note	2022	2021
<b>Fordringer</b>			
Kundefordringer	4	220 847	37 500
Andre fordringer		463 278	823 083
<b>Sum fordringer</b>		<b>684 125</b>	<b>860 583</b>
<b>Finansiell investering</b>	6	<b>2 638 218</b>	<b>1 279 518</b>
Bankinnskudd, kontanter og lignende	5	2 156 426	4 063 648
<b>Sum Omløpsmidler</b>		<b>4 794 644</b>	<b>5 343 166</b>
<b>SUM EIEDELER</b>		<b>5 478 769</b>	<b>6 203 749</b>

### EGENKAPITAL OG GJELD

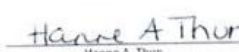
<b>Egenkapital</b>			
Opptjent egenkapital	8	4 028 379	4 889 299
<b>Sum opptjent egenkapital</b>		<b>4 028 379</b>	<b>4 889 299</b>
<b>Sum Egenkapital</b>		<b>4 028 379</b>	<b>4 889 299</b>
<b>Gjeld</b>			
<b>Kortsiktig gjeld</b>			
Leverandørgjeld		307 636	97 663
Skyldig Offentlige avgifter		323 475	173 950
Annen kortsiktig gjeld	7	819 279	1 042 838
<b>Sum kortsiktig gjeld</b>		<b>1 450 390</b>	<b>1 314 450</b>
<b>Sum gjeld</b>		<b>1 450 390</b>	<b>1 314 450</b>
<b>SUM EGENKAPITAL OG GJELD</b>		<b>5 478 769</b>	<b>6 203 749</b>

Langhus, 03.03.2022

  
Marte Kristin Sagvolden  
Daglig leder

  
Jarle Yttereng  
Styreformann

  
Arild Heuz  
Nestleder styret

  
Hanne A. Thun  
Styremedlem



## Langhus IL Håndball

Org.nr. 896 661 612

### NOTER 2022

#### Regnskapsprinsipper

Årsregnskapet er satt opp i samsvar med regnskapsloven, god regnskapsskikk for små foretak og retningslinjer fra idrettsstyret. Regnskapet følger kontantprinsippet, ved at inntekter og kostnader i utgangspunktet bokføres i den regnskapsperiode de oppstår, men hvor det avsettes for vesentlige inntekter og kostnader slik at disse bokføres i den periode de tilhører. Treningsavgiften som faktureres for en hel sesong, inntektsføres 50% i høstsesongen og 50% i vårsesongen.

#### Salgsinntekter

Inntektsføring ved salg fra kiosk og sponsor inntekter skjer på leveringstidspunktet.

#### Annen driftsinntekt

Merverdiavgiftskompensasjon for frivillige organisasjoner er hjemlet i Forskrift om merverdiavgiftskompensasjon for frivillige organisasjoner. For å kunne søke om kompensasjon for merverdiavgiftskostnader på varer og tjenester må søker være registrert i Frivillighetsregisteret. Langhus IL Håndball er registrert der.

#### Klassifisering og vurdering av balanseposter

Omløpsmidler og kortsiktig gjeld omfatter poster som knytter seg til varekretsløpet. For andre poster enn kundefordringer omfattes poster som forfaller til betaling innen ett år etter transaksjonsdagen.

Omløpsmidler vurderes til laveste av anskaffelseskost og virkelig verdi. Kortsiktig gjeld balanseføres til nominelt beløp på etableringstidspunktet.

#### Fordringer

Kundefordringer og andre fordringer er oppført i balansen til pålydende.

#### Note 1 - Inntekter

Driftsinntekter	2022	2021
3107 - Dugnadsinntekter	38 500	93 599
3120 - LAM Midler *	256 242	344 050
3200 - Salg kiosk	800 190	261 225
3205 - Salg kiosk - sendt faktura	14 931	700
3441 - Grasrotmidler	122 594	126 885
3445 - Skattefrie offentlige tilskudd	388 870	835 779
3446 - Offentlige tilskudd inkludering	188 400	50 000
3600 - Leieinntekt fast eiendom	5 700	-
3900 - Annen driftsrelatert inntekt	-	-
3910 - Annen driftsrelatert innt. fri	34 029	256 537
3921 - Treningsavgifter	849 034	911 790
3922 - Medlemskontingent	121 915	137 650
3960 - Lotteri, Bingo, Basar	246 818	119 331
3970 - Sponsorinntekter	386 956	352 578
3971 - Stevneinnt. egne arrangementer	97 742	-
3972 - Deltakeravgifter Julecup	296 350	-
3974 - Baldus Cup	290 750	-
3976 - Lunsjpakker julecup	21 350	-
3977 - Inntekter kurs trener	-	-
3980 - Billettinntekter	724 403	181 873
<b>Sum</b>	<b>4 884 774</b>	<b>3 671 996</b>

\* Aktivitetsmidler fra Nordre Follo Idrettsråd på kr .,- overført til 2022 til SFO i skolen, samt nytt tilskudd 2022 på kr. . LAM midler 2022 på kr. 256.242 består av hodestøtte, 6-19 år.

\*\*Stimuleringsordning 2022 kr. 130.020. Momskompensasjon kr. 242.850,- Andre tilskudd 16.000,-

\*\*\* Støtte til inkludering fra Viken idrettskrets kr 45.000,- Tiltak- håndball SFO i skolen og håndballskole.

\*\*\*\* Prinsippet for inntektsføring for treningsavgiften 22/23, inntektsføres i den perioden den tilhører. 50 % av treningsavgiften inntektsføres i høstsesongen og 50% inntektsføres i vårsesongen.



Antall medlemmer	Jenter	Gutter
6 - 12 år (f 2016-2009)	153	110
13 - 19 år (f 2008-2003)	46	40
20 - 25 år (f 2002-1998)	9	21
26 og oppover (f 1996-)	26	3
<b>Sum</b>	<b>234</b>	<b>174</b>
<b>Sum jenter og gutter</b>	<b>408</b>	
Adminstrasjon Dommere	7	
Styre/admin	12	
Støttemedlemmer Kvinner	1	
Støttemedlemmer menn	0	
<b>Sum</b>	<b>20</b>	
<b>Totalt antall medlemmer</b>	<b>428</b>	

Note 2 - Varekostnad	2022	2021
4010 - Deltakeravgifter cuper	-457 650	-
4021 - Baldus Cup	-81 301	-
4030 - Varekjøp kiosk	-451 998	-138 741
4090 - Bøter / straffegebyr	-5 750	-5 250
4170 - Start /kretskontingent	-279 639	-47 038
4200 - Kjøp av idrettsutstyr / - materiell	-291 945	-299 461
4220 - Samlinger	-	-11 000
4320 - Økonomisk støtte til klubbens lag	-	-68 000
4330 - Dommersamlinger	-	-849
4331 - Dommerutstyr	-17 634	-9 926
4641 - Dugnadsgjøring	-82 475	-86 400
<b>Sum</b>	<b>-1 668 392</b>	<b>-666 664</b>

Note 3 - Lønnskostnader etc	2022	2021
Lønn	-1 599 103	-1 226 676
Arbeidsgiveravgift	-310 799	-229 205
Andre relaterte ytelser / refusjoner	-44 261	-32 824
<b>Sum</b>	<b>-1 954 163</b>	<b>-1 488 705</b>

Langhus IL Håndball har 2,6 årsverk i regnskapsåret.

Ytelser til ledende person	Ledelse	Styret
1 årsverk	734 633	0
Lønn	12 627	0
Pensjonsutgifter	4 392	0
Annen godtgjørelse		



Note 4 - Kundefordringer	2022	2021
1500 - Kundefordringer	82 382	37 500
1530 - Opptjent, ikke fakturert driftsinntekt	138 465	-
<b>Sum</b>	<b>220 847</b>	<b>37 500</b>

Kundefordringer er vurdert til pålydende, nedskrevet med forventet tap på fordringer.  
Det er ikke tapsført kundefordringer i løpet av 2022.

Note 5 - Bankinnskudd	2022	2021
Beholdning hovedkasse	1 297 060	1 525 578
Beholdning lagkasser *	618 933	1 031 113
Plasseringkonto	48 137	1 404 911
Skattetrekk, bundne midler	167 236	88 305
Nattsafe og Izettle-kort bet	-	-
Nattsafe og Izettle-kort bet	25 060	13 740
Konter	25 060	13 740
<b>Sum</b>	<b>2 156 426</b>	<b>4 063 648</b>

\* Alle lag har lagkassene sine under Langhus IL Håndball.

Note 6 - Finansiell investering	2022	2021
Markedsbaserte aksjer	2 638 218	1 279 518
Middels risiko og plassering over 5-8 år	-	-
Markedsverdi kr. 2.496.826,57. Akkumulert urealisert tap pr. 31.12.22 utgjør kr. 130.069,31,-. Verdiendringen er ikke inntatt i regnskapet.	-	-

Note 7 - Annen kortsiktig gjeld	2022	2021
Skyldig lønn	-	-
Skyldig feriepengar	284 367	145 558
Påløpende kostnader	70 495	34 653
Uopptjent inntekt	464 417	862 626
Annen kortsiktig gjeld - lagkasser *	-	-
<b>Sum</b>	<b>819 279</b>	<b>1 042 838</b>

Note 8 - Egenkapital	Annen EK	Sum
Egenkapital 01.01.21	3 858 185	3 858 185
Egenkapital - Lagkasser	618 933	-
Årets resultat	-448 739	-448 739
<b>Egenkapital 31.12.22</b>	<b>4 028 379</b>	<b>3 409 446</b>

\* Alle lag har lagkassene sine under Langhus IL Håndball. Endret klassifisering 2022 fra gjeld til egenkapital



## UAVHENGIG REVISORS BERETNING

Til årsmøtet i Langhus IL Håndball

### *Konklusjon*

Vi har revidert årsregnskapet til Langhus IL Håndball som viser et underskudd på kr. 448 739,-. Årsregnskapet består av balanse pr. 31. desember 2022, resultatregnskap for regnskapsåret avsluttet per denne datoen og noter til årsregnskapet, herunder et sammendrag av viktige regnskapsprinsipper.

Etter vår mening

- oppfyller årsregnskapet gjeldende lovkrav, og
- gir årsregnskapet et rettviseende bilde av selskapets finansielle stilling pr 31. desember 2022 og av dets resultat og kontantstrømmer for regnskapsåret avsluttet pr denne datoen i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge.

### *Grunnlag for konklusjonen*

Vi har gjennomført revisjonen i samsvar med de internasjonale revisjonsstandardene International Standards on Auditing (ISA-ene). Våre oppgaver og plikter i henhold til disse standardene er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av selskapet slik det kreves i lov, forskrift og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av the International Ethics Standards Board for Accountants (IESBA-reglene), og vi har overholdt våre øvrige etiske forpliktelser i samsvar med disse kravene. Innhentet revisjonsbevis er etter vår vurdering tilstrekkelig og hensiktsmessig som grunnlag for vår konklusjon.

### *Andre forhold*

Avlagt årsregnskap for foregående periode er ikke revidert og sammenligningstallene er dermed ikke revidert. Dette forholdet har ingen betydning for vår konklusjon om årsregnskapet.

### *Ledelsens ansvar for årsregnskapet*

Ledelsen er ansvarlig for å utarbeide årsregnskapet og for at det gir et rettviseende bilde i samsvar med regnskapslovens regler og god regnskapsskikk i Norge. Ledelsen er også ansvarlig for slik intern kontroll som den finner nødvendig for å kunne utarbeide et årsregnskap som ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil.



Ved utarbeidelsen av årsregnskapet må ledelsen ta standpunkt til selskapets evne til fortsatt drift og opplyse om forhold av betydning for fortsatt drift. Forutsetningen om fortsatt drift skal legges til grunn for årsregnskapet så lenge det ikke er sannsynlig at virksomheten vil bli avviklet.

### **Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet**

Vårt mål er å oppnå betryggende sikkerhet for at årsregnskapet som helhet ikke inneholder vesentlig feilinformasjon, verken som følge av misligheter eller utilsiktede feil, og å avgi en revisjonsberetning som inneholder vår konklusjon. Betryggende sikkerhet er en høy grad av sikkerhet, men ingen garanti for at en revisjon utført i samsvar med ISA-ene, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon som eksisterer. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon blir vurdert som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke økonomiske beslutninger som brukerne foretar basert på årsregnskapet. For videre beskrivelse av revisors oppgaver og plikter vises det til <https://revisorforeningen.no/revisjonsberetninger>.

Vestby, 23. mars 2023  
Moltzau Revisjon AS

Hilde K. Jakobsen  
Statsautorisert revisor

---

Medlem av Den norske Revisorforening  
Org.nr: NO 984 445 180 MVA

Pb. 158, 1541 Vestby  
Tlf: 64 95 56 50

Bankkonto: 1080.18.98225  
E-post: lars-erik@moltzau-revisjon.no

## 10. Behandle forslag og saker

---

## 11. Fastsette medlemskontingent og treningsavgift

---

I henhold til klubbens lov § 16 skal generalforsamlingen på årsmøte fastsette medlemskontingent og treningsavgift, eller gi fullmakt til å fastsette treningsavgifter.

**Medlemskontingent** for 2024 endres pålydende kr. 400,-.

Betales i sin helhet og refunderes ikke.

**Støttemedlemskap** beholdes uendret pålydende kr. 200,- for 2024

**Treningsavgift**, årsmøtet gir fullmakt til styret til å fastsette treningsavgiften 2023/2024.

**Styret foreslår at årsmøte gjør følgende vedtak:** Årsmøte støtter forslaget

---





## 12. Budsjett 2022

Konto	Budsjett 2023 BALDUS	Budsjett 2023 JULECUP	Budsjett 2023 HOVEDLAG	Budsjett 2023 TOTALT
3107 - Dugnadsinntekter	0	0	-38 500	-38 500
3120 - LAM Midler	0	0	-225 000	-225 000
3200 - Salg kiosk	0	-315 000	-585 000	-900 000
3205 - Salg kiosk - sendt faktura	0	0	0	0
3441 - Grasrotmidler	0	0	-125 000	-125 000
3445 - Skattefrie offentlige tilskudd	0	0	-260 000	-260 000
3446 - Offentlige tilskudd inkludering	0	0	-90 000	-90 000
3600 - Leieinntekt fast eiendom	0	0	0	0
3910 - Annen driftsrelatert innt. fri	0	0	-30 000	-30 000
3921 - Treningsavgifter	0	0	-950 000	-950 000
3922 - Medlemskontingent	0	0	-130 000	-130 000
3923 - Støttemedlemskap	0	0	-15 000	-15 000
3925 - Egenandel drakter	0	0	0	0
3930 - Salg fra Klubbkolleksjon	0	0	-30 000	-30 000
3960 - Lotteri, Bingo, Basar	-85 000	-57 500	-107 500	-250 000
3970 - Sponsorinntekter	0	-150 000	-400 000	-550 000
3971 - Stevneinnt. egne arrangementer	0	0	-160 000	-160 000
3972 - Deltakeravgifter Julecup	0	-350 000	0	-350 000
3974 - Baldus Cup	-413 950	0	0	-413 950
3976 - Lunsjpakker julecup	0	-25 000	0	-25 000
3980 - Billettinntekter	0	-187 500	-562 500	-750 000
<b>Inntekt</b>	<b>-498 950</b>	<b>-1 085 000</b>	<b>-3 708 500</b>	<b>-5 292 450</b>
4010 - Deltakeravgifter cuper	497 642	0	0	497 642
4021 - Baldus Cup	80 000	0	0	80 000
4030 - Varekjøp kiosk	20 000	140 000	340 000	500 000
4090 - Bøter / straffegebyr	0	0	0	0
4170 - Start /kretskontingent	0	0	300 000	300 000
4200 - Kjøp av idrettsutstyr / - materiell	0	15 000	135 000	150 000
4220 - Samlinger	0	0	0	0
4320 - Økonomisk støtte til klubbens lag	0	0	45 000	45 000
4330 - Dommersamlinger	0	0	2 000	2 000
4331 - Dommerutstyr	0	0	15 000	15 000
4641 - Dugnadsjobbing	0	0	55 000	55 000
<b>Varekostnad</b>	<b>597 642</b>	<b>155 000</b>	<b>892 000</b>	<b>1 644 642</b>
5000 - Lønn til ansatte	0	0	2 014 000	2 059 600
5005 - Lønn til trenere	0	0	180 000	180 000
5020 - Feriepenger	0	0	245 708	251 271
5022 - Feriepenger over 60 år	0	0	0	0
5100 - Lønn til ansatte	0	0	0	0
5180 - Honorar/lønn under grensen for oppgaveplikt	0	0	0	0
5181 - Honorar/lønn under grensen for oppgaveplikt (rapportering)	0	0	0	0
5210 - Fri telefon	0	0	14 000	14 000
5220 - Fri avis	0	0	0	0
5287 - Tjenestepensjon	0	0	85 075	85 075
5290 - Motkonto for gruppe 52	0	0	-99 075	-99 075
5400 - Arbeidsgiveravgift	0	0	283 974	290 404
5401 - Arbeidsgiveravgift av påløpt ferielønn	0	0	34 645	35 429
5800 - Refusjon av sykepenger	0	0	-672 000	-688 800



5820 - Refusjon av arbeidsgiveravgift	0	0	-94 752	-97 121
5900 - Gave til ansatte, fradragsberettiget	0	0	0	0
5920 - Yrkeskadeforsikring	0	0	0	0
5945 - Pensjonsforsikring for ansatte	0	0	40 000	40 000
5990 - Annen personalkostnad	0	0	0	0
5991 - Avsetning lønn	0	0	-40 000	-40 000
<b>Lønn</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1 991 575</b>	<b>2 030 783</b>
6300 - Leie lokale	0	0	0	0
6302 - Leie idrettshall	0	0	70 000	70 000
6360 - Renhold	0	30 000	0	30 000
6410 - Leie inventar	0	0	1 000	1 000
6490 - Annen leiekostnad	0	10 000	0	10 000
6540 - Inventar	0	0	10 000	10 000
6550 - Driftsmateriale	0	0	0	0
6551 - Datautstyr	0	0	0	0
6552 - Programvare	0	0	0	0
6560 - Rekvisita	0	0	0	0
6600 - Reparasjon og vedlikehold bygninger	0	0	0	0
6701 - Honorar revisjon	0	0	30 000	30 000
6705 - Honorar regnskap	0	0	240 000	240 000
6732 - Bevertning dommere	0	0	0	0
6733 - Dommerhonorar	0	100 000	225 000	325 000
6734 - Dommerhonorar fra faktura - ikke oppg. PL	0	0	0	0
6735 - Diett dommere	0	0	10 000	10 000
6737 - Avsatt dommerhonorar og utgifter	0	0	0	0
6750 - Honorar instruktører	0	0	90 000	90 000
6751 - Avsatt honorar instruktør	0	0	0	0
6790 - Annen fremmed tjeneste	0	0	395 000	395 000
6800 - Kontorrekvisita	0	0	15 000	15 000
6810 - Data/EDB-kostnad	0	2 000	28 000	30 000
6820 - Trykksak	0	10 000	15 000	25 000
6845 - Aviser dekket for ansatte	0	0	3 000	3 000
6860 - Kurs og møter trenere, adm.	0	5 000	85 000	90 000
6863 - Kurs og møter dommere	0	0	20 000	20 000
6900 - Telefon	0	0	0	0
6915 - Mobiltelefon ansatte	0	0	20 000	20 000
6925 - Internett ansatte	0	0	5 000	5 000
6940 - Porto	0	0	0	0
7100 - Bilgodtgjørelse, oppgavepliktig	0	0	140 000	140 000
7101 - Bilgodtgj. trenere under oppgave plikt	0	0	50 000	50 000
7102 - Bilgodtgjørelse trenere, oppgavepliktig	0	0	0	0
7125 - Kjøregodtgjørelse dommere	0	10 000	60 000	70 000
7140 - Reisekostnad, ikke oppgavepliktig	0	0	0	0
7141 - Utlegg reise dommere	0	3 000	7 000	10 000
7160 - Diettkostnad, ikke oppgavepliktig	0	0	0	0
7320 - Reklamekostnad	0	0	10 000	10 000
7400 - Kontingent, fradragsberettiget	0	0	35 000	35 000
7410 - Kontingent, ikke fradragsberettiget	0	0	0	0
7420 - Gave, fradragsberettiget	0	0	0	0
7420 - Gaver og premier	0	30 000	0	30 000
7500 - Forsikringspremie	0	0	9 000	9 000
7600 - Lisensavgift og royalties	0	5 000	15 000	20 000
7700 - Styre- og bedriftsforsamlingsmøter	0	0	0	0
7720 - Lotterier, bingo, basar m.m.	0	2 000	0	2 000

7740 - Øredifferanser	0	0	0	0
7770 - Bank og kortgebyrer	0	5 000	45 000	50 000
7790 - Annen kostnad, fradragsberettiget	0	0	5 000	5 000
7830 - Konstaterte tap på fordringer	0	0	0	0
<b>Driftskostnader</b>	<b>0</b>	<b>212 000</b>	<b>1 638 000</b>	<b>1 850 000</b>
8050 - Annen renteinntekt	0	0	-2 000	-2 000
8070 - Annen finansinntekt	0	0	0	0
8071 - Aksjeutbytte mottatt	0	0	-5 000	-5 000
8078 - Gevinst ved realisasjon av aksjer	0	0	0	0
8150 - Annen rentekostnad	0	0	200	200
8170 - Annen finanskostnad	0	0	0	0
8800 - Årsresultat	0	0	0	0
<b>Finanskostnader</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>-6 800</b>	<b>-6 800</b>
<b>Resultat</b>	<b>98 692</b>	<b>-718 000</b>	<b>806 275</b>	<b>226 175</b>

## 13. Valg

---

### 13.1 Styreleder

Jarle Yttereng. Gjenvalg 2 år.

**Styret foreslår at årsmøte godkjenner kandidaten.**

### 13.2 Nestleder

Arild Hepsø. Ikke på valg

### 13.3 Øvrige medlemmer

Styremedlem, Hanne Thun. Gjenvalg 1 år.

**Styret foreslår at årsmøte godkjenner kandidaten.**

### 13.4 Varamedlemmer

Marianne Myrbråthen. Ikke på valg

### 13.5 Kontrollutvalg

Svein Vilberg. Ikke på valg.

Linda Hammersland-Næss. Ikke på valg.

Truls Bogvold, varamedlem. Ikke på valg.

**Styret foreslår at årsmøte godkjenner kandidatene.**

### 13.6 Representanter til ting og møter i de organisasjoner idrettslaget er tilsluttet

Forslag: Styret gis fullmakt til å oppnevne representantene

**Styret foreslår at årsmøte godkjenner forslag.**



### **13.7 Valgkomité**

Valgkomiteens forslag:

Ingen kandidater, 1 år

**Styret foreslår at årsmøtet gir Styret fullmakt til å finne medlemmer til Valgkomiteen så snart som mulig.**