



Årsmøte

24. mars 2026

Langhus IL Håndball





Innkalling årsmøte

Langhus IL Håndball avholder årsmøte
tirsdag 24. 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.

Dersom medlemmer ønsker å fremme saker til behandling under årsmøtet, ber vi om at det meldes til styreleder Hege Lund-Zetterquist per e-post (styreleder@langhushandball.no) innen tirsdag 10. mars 2026.

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 saksliste
7. Godkjenne forretningsorden
8. Behandle styrets årsberetning 2025
9. Behandle idrettslagets årsregnskap 2025, uavhengig revisor sin 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 2026
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. Håndsupprekning (For/mot eventuelt bare mot)
- b. Stilltiende bifall (det spørres om noen er imot, vedtaket bankes)
- c. Ved akklamasjon

8. Styrets årsberetning 2025

Styrets årsberetning 2025

Styrets sammensetning:

- Leder: Hege Lund-Zetterquist
- Nestleder: Tove Stabu
- Styremedlem arrangement: Hanne A. Thun
- Styremedlem marked: Marianne Sørлие
- Varamedlem marked: Bent Karlsrud
- Styremedlem og dommeransvarlig: Jakob Rivertz (trådte ut i mars 2025)
- Styremedlem og SU-leder: Kjartan Thormodsæter
- Styremedlem: Mats Tveit
- Styremedlem: Hans Henrik Øvrebø

Styret har i perioden avholdt 11 ordinære styremøter, samt et lite antall ekstraordinære møter ved behov. Det er gjennomført strategisamling i samarbeid med Sportslig Utvalg (SU), som ledd i ha økt søkelys på forbedring av det sportslige tilbudet i klubben.

Styret har i tillegg deltatt på enkelte foreldremøter og vært representert i ulike komiteer og administrative møter.

Videre har styret hatt dialog og samarbeidsmøter med kommunens administrasjon og politikere, NFIR, Langhus AIL, Langhus IL Fotball, Langhusdagen, samt andre håndballklubber.

Administrasjon og nøkkelroller

Daglig leder:

- Marie Aakre Paulsen (avsluttet 31.8.2025)
- Martin Sikkeland (tiltrådte 18.08.2025)

Sportslig koordinator:

- Henriette Foss

Øvrige roller:

- Kioskansvarlig: Per Anders Huus

Marie Aakre Paulsen gikk inn i sitt fjerde år som fungerende daglig leder ved inngangen til 2025, men valgte å avslutte sitt arbeidsforhold klubben med virkning fra 31.08.2025.

Martin Sikkeland ble ansatt som Daglig Leder med virkning fra 18.08.2025.

Henriette Foss er ansatt i 100% stilling som sportslig koordinator.

Styret opplever nå større stabilitet og kontinuitet i administrasjonen, noe som gir bedre forutsetninger for å balansere drift og strategisk utvikling.



Overordnet situasjonsbilde

Året 2025 startet positivt, med et styre som hadde fått etablert gode samarbeidsrutiner med administrasjonen. Dessverre har ikke klubben fått på plass et velfungerende SU, og mye av oppgavene har tilfalt sportslig koordinator. Samtidig preges klubben, i likhet med idretten generelt, av vedvarende utfordringer knyttet til frafall blant barn og unge, redusert frivillighet og svekket dugnadsånd etter pandemien.

De største utfordringene er knyttet til rekruttering av nye spillere, særlig på guttesiden, samt konkurransen om kvalifiserte trenere.

Klubbens verdigrunnlag – Glede, Utvikling, Trygghet og Samhold – har ligget til grunn for arbeidet gjennom hele året.

Medlemsutvikling

I 2024 hadde klubben totalt 360 spillere, mot 391 i 2023 og 408 i 2022. Trenden har vært fallende siden pandemien, til tross for at håndballen nasjonalt opplever vekst. I 2025 teller klubben 372 antall spillere.

Håndballskolen hadde i 2025 totalt 58 deltakere, fordelt på 40 jenter og 18 gutter.

For å kunne stille lag i alle klasser og på alle nivåer vurderes behovet til mellom 550 og 600 spillere.

Flere lag har tilfredsstillende spillerstaller, men enkelte årskull har få spillere eller mangler helt. Det er gjennomført tiltak som «Kast ballen» og Håndball-SFO. I tillegg ble det i 2025 vedtatt i styret at klubben skulle tilby gratis håndballskole. Dette foregår i en prøveperiode på 3 år (2025-2027)

Rekruttering og arbeid med å hente tilbake tidligere spillere vil være prioritering også i 2026.

Det skal i større grad utredes mulighet for samarbeid mellom klubber i vår region (eksempelvis Siggerud)

Økonomi

Klubben budsjetterte med et positivt resultat i 2025 og vi endte med et resultat på kr 274 998. Dette resultat er primært drevet av Oktoberfesten som ble gjennomført for aller første gang.

Vesentlige forhold som har påvirket resultatet negativt er fortsatt medlemsfracfall og økte kostnader.

Sponsorinntektene har vært lavere enn forventet, blant annet som følge av null-salg av «Balkan Familiepakka». Regnskapstjenester har vært kostnadskrevende, men det er forventet en vesentlig lavere kostnad for dette i 2026.

2026 vurderes fortsatt som økonomisk krevende, preget av økte renter, generelle kostnadsøkninger og lavere kjøpekraft. Usikkerhet i verdensbildet påvirker også klubbens rammebetingelser indirekte.

Treningsavgiften holdes uendret fra 2025 og ligger fortsatt under nivået hos naboklubbene, for å sikre lav terskel for deltakelse. Langhus IL Håndball skal være en inkluderende klubb der alle, uavhengig av bakgrunn og økonomi, skal ha mulighet til å delta.

Målet er å nå minimum 380 spillere innen utgangen av 2026.

For å kompensere for lavere medlemsinntekter vil klubben gjennomføre Oktoberfest også i 2026, for å kunne bedre det sportslige tilbudet i klubben.



Sportslig utvikling

Klubben har som mål å holde et høyt sportslig nivå, med god faglig støtte til trenere og lagmiljøer.

Det må i 2026 være et klart mål om å få opp et fungerende SU, for å ivareta de sportslige rammevilkårene i klubben. Styret og SU vil sikre at ny sportslig strategiplan implementeres i hele klubben, med mål om økt rekruttering og redusert frafall.

Rammevilkår og anlegg

Mangelen på treningstid er fortsatt en betydelig begrensning for tilbudet til medlemmene.

Gjennom samarbeid med kommunen og anleggskomiteen i Langhus AIL har klubben bidratt til at det er bestilt en ekstern konsulentrapport om behovet for idrettshaller på Langhus. Rapporten viser at kommunens langtidsplan ikke gir et korrekt bilde av behovet, og klubben opplever nå større forståelse for nødvendigheten av ny hallkapasitet. Arbeidet videreføres i tett dialog med kommune og aktuelle investorer.

Samarbeid

Langhus IL Håndball inngår i Langhus IL Alliansen sammen med Langhus AIL og Langhus IL Fotball. Samarbeidet har vært godt både administrativt og på styrenivå, blant annet innen Fun Friday, anleggsutvikling og Langhusdagene.

Klubben har også deltatt aktivt i Nordre Follo Idrettsråd og opplever rådet som en stadig viktigere støttespiller. Dialogen med kommunens administrasjon og politiske miljø har vært konstruktiv, og klubben opplever å bli lyttet til.

Videre er Langhus IL Håndball en del av «Follo-familien», et forum for samarbeid mellom håndballklubbene i regionen.

Verdier og inkludering

Arbeidet med å bygge klubben i tråd med verdiene har stått sentralt også i 2025. Deltakelse i Klubbhuset, håndball-SFO, Fun Friday og ulike inkluderende tiltak bidrar til å styrke fellesskap, glede og tilhørighet.

Klubben har gjennomført arrangementer med søkelys på samhold, og har etablert ordninger som skal sikre at alle barn og unge kan delta, uavhengig av foreldrenes økonomi. Dette arbeidet vil videreføres og forsterkes i 2026.

Nordre Follo kommune

Nytt vedtak for flerbrukshall Langhus i LDIP

Publisert: 12.06.2022

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 **hva gir dette anner det.**

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

Det er viktig å gjøre noe at mulighetsstudien med formål om en **helhetlig stedsutvikling** av området rundt Vevringstasjonen og Langhus idrettspark, og som skal bidra til en reguleringsprosessen som sikrer en best mulig og **helhetlig løsning** er ferdig.

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



Administrasjon

Administrasjonen har i 2025 bestått av Marie Paulsen, Martin Sikkeland og Henriette Foss. Marie var i fast stilling som daglig leder frem til 31.08.25 da Martin tok over. Det var i perioden 18.08.25 – 31.08.25 en overlapp med erfaringsoverføring. Henriette har i 2025 vært fast ansatt som sportslig koordinatør.

Arrangementer klubben har gjennomført i 2025:

- Regionserie
- Frivillighetsforedrag – Kraften i Frivillighet, 19. mars 2025
- Intersport 4'er 5. april 2025
- Fellescup, Baldus Cup, 25. – 27. april 2025
- Natthåndball, 30. april/1. mai 2025
- Regionscup finaler, 3. mai 2025
- Oktoberfest, 24. – 25. oktober 2025
- Temaserie J12 1. november 2025
- Julecup, 20. og 27. – 30. desember 2025

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

- 4. februar og 9. september 2025

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

Klubbhuset

I 2024 ble vi sertifisert i Klubbhuset Nivå 1. I 2025 har administrasjonen fortsatt arbeidet mot å nå sertifisering for Klubbhuset nivå 2.



Klubbhuset
Nivå 1

SERTIFISERT
2024/2025

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

- Konseptet baserer seg på 5 hovedkategorier:
- Klubbdrift
- Sport
- Rekruttering
- Dommer
- Frivillighet/Arrangement

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



Vaktlister

Vaktlister er laget og delt med alle lagledere. Vi forsøker å tildele dugnadsvakter så rettferdig som mulig.



Vaktlister



- Vakter er fordelt, påminnelse blir sendt ca 14 dager før
- Damelaget stiller som arrangøransvarlig
- DET VIL KOMME ENDRINGER
- Vaksjef/Fair Play vert og billett møter ca 75 min. før kampstart
- Tidtaker og live.reg ca 30 min. før
- Ny vaktliste fra nyttår

- HVORDAN FORDELE VAKTER?
 - Har dere gode tips og råd

- <https://langhushandball.no/frivillighet>

Nytt medlemsystem

I februar 2024 gikk klubben over til Spond som medlemsystem. Overgangen gikk veldig bra, og det var en enkel overgangsprosess. Første hele sesong med nytt medlemsystem har også fungert fint og uten problemer.



Seriepåmelding 2025/26

Lagsmiljøer: 17 lagsmiljøer bestående av 7 guttelag og 16 jentelag, og håndballskolen som et mix lagsmiljø. Medlemmer i alderen 6-8 år har vært påmeldt til hver runde med Intersport 4'er og Intersport Loppetass.

Årstall	Klasse	Region serie			Regions cup	Sharebus cup (gutter)	Temaserie		Andre satsninger	Kommentarer
		Nivå 1	Nivå 2	Nivå 3			Nivå 1	Nivå 2		
2018 / 2019	HSK Mix								Loppetassen	
2017	J8								Intersport 4'er	
2017	G8								Intersport 4'er	
2016	J9	3							Kortbane	
2016	G9	1							Kortbane	
2015	J10		2						Kortbane	
2015	G10		2						Kortbane	
2014	J11			1					Kortbane	
2014	G11			1					Kortbane	
2013	J12	1	1							
2013	G12								Ikke lagsmiljø	
2012	J13			2				1		
2012	G13								Ikke lagsmiljø	
2011	J14			1				1		
2011	G14								Ikke lagsmiljø	
2010	J15	1	1		2					
2010	G15	1			1			1		
2009	J16									
2009	G16									
2007/06/05/	J-Junior		1		1					
2007/06/05/	G-Junior		1		1				Lerøy	
	Damer								6.div	
	Damer	1			1				5.div ØSTFOLDSERIEN	
	Herrer		2		1				4 - 5. div	
	J33		1						Veteran-NM	
		9	21	0	9	0	0	4		
			30					4		

Materialforvalter

Langhus Håndball har en 5 års avtale med AssistCo AS Follo Sport. Avtalen gjelder til 31.12.27.

Leverandør av spiller bekledning er Hummel. «BEKLEDNINGSREGLEMENT FOR LANGHUS IL 2024-2027» er fortsatt gjeldende for klubbens lag.

I 2025 har vi kjøpt inn nye draktsett og shortser til J/G2016, ellers har det blitt kjøpt inn spillertøy til nye spillere og gamle spillere som har vokst ut av sitt gamle tøy.

Nåværende draktmodell



Klubben fikk i møte med Follo Sport og AssistCo AS, 07.10.25, beskjed om at Hummel ikke lenger vil produsere nåværende draktmodell klubben benytter seg av, og at varelageret nærmere seg tomt. Dette har stilt klubben i en utfordrende posisjon mht. innkjøp av drakter til nye spillere og erstatning av ødelagte/mistede drakter for sesongen 2025/2026, men også en større utfordring mht. innkjøp av større kvanta med drakter til nye lag i sesongen 2026/2027.

Ny draktmodell



Klubben har i 2025 startet forhandlinger med AssistCo AS og Follo Sport vedr bytte av draktmodell og hvordan klubben skal kompenseres for dette skiftet midt i vår avtaleperiode. En ordning vil komme på plass 1. våren 2026 og i god tid før sesongstart 2026/2027.

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 vekten starter, med div. info og instruksjoner.

Klubben har en betalt dugnad til ansvarlig for kioskdirift. Ansvarlig er Per Anders Huus. 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

Sportslig utvalg (SU) har i 2025 bestått av følgende personer:

- Henriette Foss – Langhus IL Håndball, kontaktperson for HSK
- Kjartan Thormodsæter – Sportslig leder, kontaktperson for J10, J11 og J14
- Jannicke Aaen – Kontaktperson for J/G8
- Elise Åsheim – Kontaktperson for J/G7 og J/G9
- Einar Lund-Zetterquist – Kontaktperson for J12, G11 (avsluttet august 2025)
- Tron-Jarle Olsen – Kontaktperson for G12 (avsluttet august 2025)
- Bjørn Skovdahl – Kontaktperson for G10, G14 (avsluttet august 2025)
- Jacob Rivertz – Dommerkontakt (avsluttet mars 2025)

Vi jobber videre i 2026 for å få med enda flere medlemmer inn i SU som ønsker å bidra til at klubben sin sportslig utvikling fortsetter.

Sportslig strategiplan

Langhus IL Håndballs sportslige plan for 2021–2025 er et styringsverktøy for klubbens sportslige utvikling. Planen definerer strategier, målsetninger og retningslinjer tilpasset ulike aldersgrupper, fra barnehåndball til seniornivå, samt for trenere og dommere.

Den sportslige planen er utviklet for spillere, trenere, ledere og foreldre, og klubben forventer at den brukes aktivt. Vårt mål er å skape en trygg og inkluderende arena hvor barn og unge opplever utvikling og mestring, både på og utenfor banen.

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: **G**lede **U**tvikling **T**rygghet **S**amhold

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 utviklingsklubb. 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.

Alle lag skal delta på Fellescup, Julecup og Nattcup.

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.

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

Trenerkurs

Høsten 2025 hadde Langhus IL Håndball trenerkurs med moduler fra Trener 2 utdanningen. Vi informerte våre trenere om relevante kurs – både de digitale via team og de som ble arrangert med fysisk i nærområdet gjennom året. Vi jobbet også med å planlegge for å arrangere en Trener 1 utdanning på Langhus, dette blir gjennomført i 2026. Vi håper at med at det er i egen hall øker sjansen for at våre trenere deltar på kurs.

Rekruttering

Håndballskolen

Det ble vedtatt på årsmøte i 2025 at vi skulle tilby gratis håndballskole de tre neste årene – så lenge klubben har budsjett til det. Dette er et tilbud vi er stolte av, og som vi håper at vi fortsatt kan tilby til lokalmiljøet slik at enda flere barn får mulighet til å teste håndball som fritidsaktivitet.

Foran 25 – 26 sesongen gikk vi tilbake til at håndballskolen skulle bestå av 1 og 2 klasse sammen, dette gjorde vi fordi vi så at det ble for sårbart for G/J 7 å være egne lag, mtp antall spillere.

Vi arrangerte tidlig oppstart for håndballskolen i juni, hvor vi inviterte kommende skolestartere og de som allerede var en del av håndballskole. Dette ble gjennomført 3.juni og 10.juni 2025. Dette ble promotert via sosiale medier – og det var mange kommende 1.klassinger som deltok, med stor iver.

Oppstarts trening ble gjennomført mandag 25.august – vi har pleid å arrangere oppstarten for håndballskolen på en lørdag. Men denne gangen var anlegget leid ut til andre formål i august, derfor valgte vi å ha oppstarten på en mandag i håndballskolen sin treningstid. Det var mange barn og foreldre som deltok på oppstarts treningen.

Vi rekrutterte et par foreldretrenere før sommeren, i tillegg fikk med enda flere foreldre utover høsten da vi måtte ha flere voksenpersoner på gulvet for å få til gode og organiserte treninger for så mange barn. Trenerteamet består nå av 8 foreldretrenere og 12 ungdomstrenere.

Informasjon om oppstart og treningstider ble distribuert via ranselpost og de digitale kanalene til de tre barneskolene, samt at vi aktivt promoterte i våre sosiale medier og med plakater rundt i idrettsanlegget.

Status spillere:

- Jenter: 40
- Gutter: 18
- Totalt: 58

For å sikre kontinuitet har vi gitt håndballskolen treningstid på en ukedag samt på lørdager.



HÅNDBALLSKOLE
 JENTER OG GUTTER FØDT 2018 OG 2019
 LYST TIL Å LEKE MED BALL - KOM Å PRØV OM HÅNDBALL ER NOE FOR DEG!
Åpen trening
 Tirsdag 3. juni
 Stil Arena 17 - 18
 Tirsdag 10. juni
 Stil Arena 17 - 18

Glede
 Utvikling
 Trygghet
 Samhold

**GRATIS HÅNDBALLSKOLE
 SESONGEN 2025 - 2026**

Kontakt: post@langhushandball.no

HÅNDBALLSKOLE
 2025 / 2026

**GRATIS
 HÅNDBALLSKOLE**

JENTER OG GUTTER
 2019 / 2018

**OPPSTART MANDAG 25. AUGUST
 17:30 LANGHUSHALLEN**

TRENINGSTIDER
 MANDAG 17:30 - 18:30
 LØRDAG 11:00 - 12:00

KOM Å PRØV OM
 HÅNDBALL ER
 NOE FOR DEG

SPØRSMÅL? TA KONTAKT
POST@LANGHUSHANDBALL.NO

Kast Ballen

For å engasjere flere barn i håndball sendte vi ut informasjon om Kast Ballen til alle barneskolene på Langhus. I 2025 det første gangen alle de tre barneskolene på Langhus hadde melde seg på.

Kast Ballen er et skoletiltak i regi av Norges Håndballforbund, rettet mot elever i 1.–3. klasse. Målet er å introdusere flere barn til lek med ball i skoletiden, og tiltaket har vist seg å være svært populært. For klubben er dette en unik mulighet til å rekruttere nye håndballspillere.

Vi fikk en introduksjon til Kast Ballen gjennom et Teams-møte arrangert av Region Øst, og vi har hatt løpende dialog med både forbundet og skolene gjennom hele perioden, som strakk seg over uke 37, 38, 39 og 40.

Den 16. oktober inviterte vi 3. trinn ved Langhus skole til Kast Ballen-dagen i Stil Arena. Omtrent 50 barn deltok og fikk en hel dag med morsomme aktiviteter i hallen. Vi fikk god hjelp fra våre egne juniorspillere og spillere fra Follo HK, som bidro som instruktører. Tusen takk for hjelpen!

Vi inviterte også 3.klassingene ved Bøleråsen og vevelstadåsen, men grunnet sykdom og annet aktivitet hadde ikke disse klassene mulighet. Vi håper de melder seg på neste år, slik at vi også kan invitere dem til en dag i Stil Arena.

Dagen ble delt i to:

- Før lunsj hadde vi ulike stasjoner med øvelser og lek med ball.
- Etter lunsj delte vi dem i inn lag, og spilte minihåndballkamper.

Vi sendte ut flyers med informasjon om håndballtilbudet for deres aldersklasse i etterkant av besøket. Kast Ballen 2025 har vært en stor suksess og en viktig arena for rekruttering til klubben.

Vi ønsker at barneskolene også melder seg på tiltaket i 2026, og gleder oss til å invitere klassene til en dag i hallen!



Annen rekruttering

Rekrutteringstiltak som er gjennomført i løpet av 2025:

- Åpne oppstart treninger for håndballskolen
- Besøk av skolestartere fra barnehagene i mai/juni
- Ta med en venn trening i de yngste lagsmiljøene – hovedsakelig trenere/lagledere som har stått for organiseringen av dette
- Promotering av Langhus IL Håndball i SoMe (Facebook+Instagram)
- Promotering i SoMe for åpne treninger + lagsmiljøene sine treningstider
- Utdeling av flyers ved skolestart, enten ved ranselpost eller skolens digitale plattformer
- Håndball SFO – med Follo spiller Mats Neverdal
- Alle med dugnad i regi av Nordre Follo kommune

GUTTER
LYST TIL Å SPILLE
HÅNDBALL ?

G2017 / 2016
Mandag 17 - 18
Langhus barne skole
Torsdag 20 - 21
Stil Arena 1
Lørdag 11 - 12
Stil Arena 2

G2015
Tirsdag 17 - 18
Stil Arena 1
Onsdag 17 - 18
Langhus barne skole
Fredag 20 - 21
Langhus skole

G2014
Mandag 17 - 18
Stil Arena 1
Onsdag 17 - 18
Veschebadstøen skole
Torsdag 18 - 19
Stil Arena 1

Påmelding
post@langhushandball.no

HÅNDBALL SFO
BØLERÅSEN
LANGHUS
VEVELSTADÅSEN
1-4 klasse

Lek og morro med ball

Mats Neverdal fra Follo HK er instruktør

Gratis tilbud til alle som går på SFO

Ta kontakt med SFO på skolene for påmelding!

Jenter
LYST TIL Å SPILLE
HÅNDBALL ?

J2017
Mandag 16 - 17
Langhushallen
Onsdag 17 - 18
Veschebadstøen skole
Lørdag 10 - 11
Stil Arena 2

J2016
Onsdag 18 - 19
Stil Arena 1
Torsdag 17 - 18
Veschebadstøen skole
Lørdag 12 - 13
Stil Arena 1

J2015
Mandag 18 - 19
Langhushallen
Tirsdag 18 - 19
Veschebadstøen skole
Torsdag 19 - 20
Stil Arena 1

Påmelding
post@langhushandball.no

Natthåndball

Den 30.april 2025 arrangerte klubben sammen med G15, natthåndball. Natthåndballe vi igjen en stor suksess, hvor både små og store hadde det gøy. Takk til Gutter 15 som bidro til at alle fikk en fantastisk kveld, med fokus på glede, utvikling, trygghet og samhold.

INVITASJON - NATTHÅNDBALL ONSDAG 30.APRIL

Langhus Håndball og Gutter 15 inviterer til Natthåndball!

For 4. gang er det en stor glede å ønske spillere/trenere/støtteapparat/foreldre/familie/dommere/styret og alle andre håndballinteresserte *hjertelig velkommen til håndballfest onsdag 30. april.*

Arrangementet starter kl 18:00 med en underholdende innmarsj der alle lagene deltar. Alle lag må være på plass i Stil Arena kl 17:30 for oppstilling.

Kiosken er åpen fra kl 17:30 - der serveres det diverse mat - så ta gjerne middagen i hallen denne kvelden.

OPPMØTE KL 17:30	LANGHUS IL 5-12-53	
INNMARSJ KL 18:00		
KAMPSTART KL 19:00		
PREMIERTIDING KL 21:00	FERDIG CA KL 25:00	

Påmelding:
Send inn antall lag dere ønsker å stille med til: hanne.thun@lo.no
Innen 4 april 2024.

Dette kommer til å bli en fest av en kveld 🥰
Vi håper ALLE lagsmiljø stiller. Dette skaper glede, samhold, trivsel - og bygger klubben i vårt hjerte ❤️❤️❤️❤️❤️❤️

Vi ønsker velkommen til en fartsfylt håndball kveld!

Hilsen Langhus IL Håndball, foreldre og komité for G15

Alle lag, bortsett fra junior jenter og gutter deltok på årets utgave at natthåndball.

Vinnere av natthåndball 2025



Under arrangementet delte sportslig utvalg ut priser:

- Årets trener: Kristian Eide (G10)
- Årets fokuserer: Johannes Gregersen (G9)
- Årets falk: Alma Valderhaug Ellingsen (J10)
- Årets waterboy: Gaberiel (G12)
- Årets terrier: Håvard Bakk (G15)
- Årets målvakt: Ida Maurstad Madsen (J12)
- Årets humørspreder: Marte Guddahl Andersen (J10)
- Årets kriger: Ajna Memishi-Dzaferovski (J16)
- Årets innstas: Jonas Bakkvad Farteig (G10)
- Årets støttespiller: Ingrid Moen (Sr damer)
- Årets optimist: Nora Alija (J11)
- Årets fremskritt: Sofie Sogn Ystaas (J14)
- Årets blåserer: Sanne Grov Rasmussen og Mille Junge Bech-Hanssen

For første gang delte klubben også ut Årets GUTS-pris, denne prisen tildeles et lag som har vist lagbånd og som virkelig lever etter klubbens verdier, glede, utvikling, trygghet og samhold. I 2025 gikk denne prisen til G14 (G2010)

Det ble også denne kvelden delt ut æresmedlems pris – denne gikk til Marit Sagelvmø som har lagt igjen tusenvis av timer i hallen og alt hun har gjort har vært utført med stort hjerte for Langhus IL Håndball.



Trenerforum

Målet med trenerforumet er å skape en arena for erfaringsutveksling og kompetanseheving på tvers av lagsmiljøer. Vi ønsker at trenere skal kunne dele erfaringer, ta opp problemstillinger, utfordringer, suksesshistorier etc.

Sportslig utvalg har et krav om at hvert lagsmiljø stiller med minimum en trener på hvert trenerforum.

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.

29.01 18:00 – 21:00	<i>Prosjekt sammen med Kronprinsparets Fond kalt Løft.</i> Vi hadde prosjekt sammen med kronprinsparets fond – hvor fokuset var felleskap og tilhørighet i idretten. Første møte var en inspirasjonskveld – også ville det være et opplegg for vinter/vår 2025. Dette var obligatorisk for lagsmiljøene fra 12 år og oppover, også var det valgfritt for 12 år og under.	Henriette
01.03. 16:00 -	<i>Trenerforum + sosial kveld med trenere/lagledere</i> Styret/ SU ønsker velkommen hvor det skulle være et faglig opplegg fra klokken 16, også mat og sosialt fra 19:30. Dette ble avlyst grunnet for lav påmelding. V	SU + Henriette

Høstsesongen 2025 ble det ikke arrangert noe trenerforum, da vi ikke har hatt et fullstendig SU. Vi håper å komme i gang med trenerforum igjen i løpet av våren 2026

Spillerutvikling

Fysisk trening:

Vi har fremdeles samarbeid med PULS Langhus om skadeforebyggende trening. «*Treningen skal være en økt basert på håndballfysisk trening og skadeforebyggende trening, som tilrettelegges etter behov, nivå og alder.*»

Alle lag, mellom 12 – 20 år får tilbud om ha økt med instruktør fra Puls i labben eller på Puls sine lokaler på Langhus.

Bring/Landserien:

Vi har ikke hatt J16/G16 sesongen 25 - 26

- G18 (2008 – 2005) ønsket ikke å være med på kvalifiseringen landsserien
- J18 (2008 – 2005) ønsket ikke å være med på kvalifiseringen til landsserien

Spillerutvikling Region Øst

Region Øst har hatt SPU tilbud fra januar – desember 2025.

Langhus har vært representert med flere utøvere på SPU økter fra 13 – 15 år.

Dommergruppa

Vi har hatt en stabil dommergruppe 2025, både med tanke på kvotedommere og dommere til å dømme kamper opp til 12 års-klassen i egen hall. Dommerne som dømmer er barnekampveiledere er ivrige, og

mange av de stiller opp på kort varsel dersom det er noen som ikke kan. Vi håper at noen av disse får plass på dommer 1 kurs i 2026 slik at disse kan til kvotedommere.

Vi ser behovet for å jobbe enda mer og bedre for å rekruttere og motivere dommere til å ta steget videre til å bli kvotedommere, slik at vi sikrer en stabil dommerkapasitet over tid.

Vi har fortsatt en stabil dommerveiledergruppe – disse til stede på barnekampene vi dømmer i egen hall. Deres tilstedeværelse bidrar til økt trygghet for både dommere og lag.

Gruppen besto i 2025 av:

- Anna Damm
- Camilla Molvig Dahl
- Heidi Brandtenborg
- Jakob Rivertz
- Janne Spydevold
- Kristin Jacobsen
- Mats Bakkerud Liland
- Trond Berg

Vi er svært stolte og takknemlige for innsatsen til våre dommere og veiledere. Deres engasjement som sikrer en smidig gjennomføring av helgekampene og bidrar til et godt kampmiljø. En stor takk til dere alle!



Lokaliteter

Første halvdel av 2025 leide vi ekstra tid i hallen på Drømtorp videregående skole for å ha nok treningstid for våre lag, da den den tildelte treningstiden fra Nordre Follo kommune dekker dessverre ikke Langhus IL Håndballs behov. For høstsesongen 2025 har vi hatt nok treningstimer i lokalehaller,

Treningstidene er fordelt på tre kommunale haller: Stil Arena, Langhushallen, Siggerudhallen. I tillegg har vi fått tildelt treningstid på de tre barneskolene på Langhus, bøleråsen, vevelstadåsen og langhus.

Ved fordelingen av halltid har vi prioritert at alle lag skal ha minst én trening i en lokal hall. Samtidig har de eldre lagene i større grad måttet benytte seg av treningstid i andre haller.

Labben i Langhushallen er dedikert til skadeforebyggende trening for alle våre lag. Fordelingen av treningstid i Labben administreres av håndballgruppen, i samråd med fotballgruppen, som har driftsansvaret for rommet. Alle idretter og klubber som har ønsket tid i Labben, har fått tildelt treningstid, inkludert Langhus Håndball, Langhus Fotball, Langhus Basket, Langhus Turn, Follo HK, Follo HK Damer, Langhusrypene og treningstilbud for eldre.



BALDUS CUP

Baldus Cup ble gjennomført helgen 25. - 27. april – på Lillehammer. Balduskomiteen for 2025 ble nedsatt 11. februar. Komiteen besto av 17 medlemmer fordelt på alle aldersgrupper. Unntatt håndballskolen og dame/herrelaget og J/G20. Det ble gjennomført 3 møter i komiteen.

Medlemmene i komiteen utførte forskjellige oppgaver som ansvar for grillarrangement (innkjøp), reiseopplegg (bussanbud, fordeling av lag på buss), ryddevakter, lotteri, skolesjef, samt noen som tok seg av hotellbestilling for foreldrene på Lillehammer. Budsjett/regnskap og all informasjon og oppfølging med Baldus lå på arrangementsansvarlig.

Totalt antall lag fra Langhus som deltok på Baldus var 24. Antall spillere som deltok var 189 og 36 ledere. Dette er en liten nedgang fra tidligere år – skyldes mindre årskull og noen årskull vi ikke har.

Selve turneringen starter når alle kommer til Langhuset fredag 25. april kl 1330 for å ta bussen som har avreise til Lillehammer kl 1400 – 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. Retur fra Lillehammer organiserer lagene selv.

Arrangementet på Nordre Ål Skole lørdag ble i år også en stor begivenhet med mange spillere, trenere, foreldre og søsken totalt deltok ca 400. Her ble det servert hamburgere, pølser, brus og kaffe.

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

Hanne A. Thun

Arrangementsansvarlig Baldus Cup 2025

JULECUP

Julecupen ble avviklet for 48. gang i år

Det ble avholdt 4 møter i komiteen fra september - desember. I tillegg ble 19. desember benyttet til rigging av cupen. Komiteen hadde 19 medlemmer inkl. turneringsleder Martin Sikkeland, arrangementsansvarlig Hanne A. Thun, sportslig koordinator Henriette Foss og kiosk/logistikk Per Anders Huus.

Det deltok 193 lag fordelt på 68 ulike klubber og det var også i år veldig pågang på enkelte klasser. Langhus IL Håndball stilte selv med 27 lag fordelt over alle klasser bortsett fra enkelte klasser vi selv ikke har lag. Klubbene var representert fra flere regioner og fra Strømstad.

Det ble benyttet tre spilleflater over 5 dager. Det ble avviklet 437 kamper.

Minicupen ble i år spilt lørdag 20. desember – som ble et veldig bra arrangement. Men flere lag hadde vært ønskelig. Vi merker at det er litt liten interesse for minicup i klubbene rundt oss – så her må vi alltid jobbe litt mer med påmeldingen. Tidligere år har vi gjennomført innmarsj og premieutdeling for MC J/G-6-7 år på banen – men i år som i 2024 valgte vi å gi minicup sin medalje i kafeteria, Langhushallen etter siste spilte kamp det gjorde også MC 8 år.

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. Men i J13-klassen var det ikke så interesse for nivå 1 så her ble det kjørt et A og B-sluttspill. Vi hadde ingen nivådeling i gutteklassene.



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.

Med 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 2025

ARRANGEMENT KOMITEEN 2025

Gruppen består av alle fra Damelaget som har delt på å ha arrangøransvar i helgene i Stil Arena, Langhushallen og Siggerudhallen.

Oppgavene til arrangørkomiteen har vært/er:

- Åpne/stenge hallen i helgene de dagene det er kamper
- Sette i gang de som har vakter (hallvakt, sekretariat og billett)
- Påse at alle som er på vakt er kjent med oppgavene, eventuelt gi opplæring til de som trenger det
- Vi har holdt opplæringskurs for Live-registrering – det burde klubben fortsette med videre

De forskjellige vaktene blir fordelt mellom alle lagsmiljøene. Det er daglig leder som fordeler de utover sesongen og sender ut vaktlister til de enkelte lagsmiljøene.

Arrangør boks til både Stil Arena og Langhushallen ligger i skapet i vaktrommet i Stil Arena, med all informasjon man trenger når man har vakt.

Ting som kan følges opp/endres:

- At alle lagsmiljø har faste personer til vaktene som hallvakt og sekretariat, og at hvis de setter nye på roller de ikke tidligere har hatt ser til at de får opplæring i Live-reg i forkant.
- Fortsette med kurs i Live-reg – det er fortsatt en del som er usikre i det. Og det kommer stadig inn nye foreldre gjennom de yngre lagene som trenger opplæring.
- Opplæring av scoreboard til foreldre, spesielt det i Stil Arena.
- Opplæring av enkle håndballregler for de som skal sitte i sekretariatet. Opplever stadig foreldre som ikke kjenner signal fra dommer for scoring, time-out ol.

Enkeltstående kamper, stort sett på ukedager, har lagsmiljø håndtert selv uten hjelp fra arrangementskomiteen.

Undertegnede har hatt sitt siste år som arrangøransvarlig for Langhus Damelag i sesongen 2025/26. Johanna Løkeberg tok over jobben fra desember 2025.

Med vennlig hilsen,

Ingrid Eliassen Moen, Arrangementskomiteen for Langhus Damelag



9. Årsregnskap 2025, uavhengig revisor sin beretning, kontrollutvalgets beretning.



Årsregnskap for 2025

Langhus IL Håndball

Org.nr. 896 661 612

Langhus IL Håndball

Org.nr. 896 661 612

RESULTAT

	Note	Resultat 2025	Budsjett	Resultat 2024	Budsjett
Salgsinntekt		1 387 422	1 150 000	1 378 624	1 163 500
Annen driftinntekt		4 112 090	3 991 000	4 074 730	4 420 850
Sum driftsinntekter	1	5 499 512	5 141 000	5 453 354	5 584 350
Beh.endring varer under tilvirkning/ferdig tilvirket		-			
Varekostnad	2	-1 487 734	-1 341 500	-1 729 222	-1 669 822
Lønnskostnad	3	-1 967 096	-2 218 677	-2 350 639	-2 033 133
Annen driftskostnad		-1 775 068	-1 578 000	-1 589 035	-1 886 000
Sum driftskostnader		-5 229 899	-5 138 177	-5 668 896	-5 588 955
Driftsresultat		269 613	2 823	-215 542	-4 605
Annen renteinntekt		1 292	2 000	1 554	2 000
Annen finansinntekt		4 092		140	
Gevinst ved realisasjon av aksjer		-	5 000		5 000
Annen rentekostnad		-	-350		-200
Annen finanskostnad		-		-132	
Sum finans		5 384	6 650	1 562	6 800
Ordinært resultat		274 998	9 473	-213 980	2 195
Årsresultat	8	274 998	9 473	-213 980	2 195
Overføringer					
Annen egenkapital	8	274 998		-213 981	
Sum		274 998	-	-213 981	-

BALANSE

	Note	2025		2 024	
EIENDELER					
Omløpsmidler					
Varer		22 510		31 284	
Sum varer		22 510	-	31 284	-
Fordringer					
Kundefordringer	4	468 713		230 457	
Andre fordringer		21 296		269 038	
Sum fordringer		490 009	-	499 495	-
Finansiell investering	6	2 228 807		2 438 344	
Bankinnskudd, kontanter og lignende	5	1 824 104		1 558 486	
Sum Omløpsmidler		4 052 911	-	3 996 830	-
SUM EIENDELER		4 565 431	-	4 496 325	-
EGENKAPITAL OG GJELD					
Egenkapital					
Opptjent egenkapital	8	3 851 914		3 718 550	
Sum opptjent egenkapital		3 851 914	-	3 718 550	-
Sum Egenkapital		3 851 914	-	3 718 550	-
Gjeld					
Kortsiktig gjeld					
Leverandørgjeld		280 769		177 296	
Skyldig Offentlige avgifter		146 372		280 271	
Annen kortsiktig gjeld	7	286 376		320 208	
Sum kortsiktig gjeld		713 516	-	777 775	-
Sum gjeld		713 516	-	777 775	-
SUM EGENKAPITAL OG GJELD		4 565 431	-	4 496 325	-

Langhus, 17.03.2025

Martin Sikkeland
Daglig leder

Hege Johanne Lund-Zetterquist
Styreleder

Tove Vatne Stabu
Nestleder styret

Hanne Asplund Thun
Styremedlem

Kjartan Thormodsæter
Styremedlem

Marianne Sørli
Styremedlem

Mats Henning Tveit
Styremedlem

Hans Henrik Øvrebø
Styremedlem

Langhus IL Håndball

Org.nr. 896 661 612

NOTER 2025

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

	2025	2024
3107 - Dugnadsinntekter	-	243 807
3120 - LAM Midler	*	255 990
3200 - Salg kiosk	1 131 432	903 554
3205 - Salg kiosk - sendt faktura	-	20 314
3441 - Grasrotmidler	90 893	132 065
3445 - Skattefrie offentlige tilskudd	**	438 367
3446 - Offentlige tilskudd inkludering	***	271 909
3600 - Leieinntekt fast eiendom	-2 700	8 370
3900 - Annen driftsrelatert inntekt	8 840	63 647
3910 - Annen driftsrelatert innt. fri	-	43
3921 - Treningsavgifter	****	763 155
3922 - Medlemskontingent	138 966	162 102
3960 - Lotteri, Bingo, Basar	198 477	268 615
3970 - Sponsorinntekter	479 517	458 876
3971 - Stevneinnt. egne arrangementer	131 959	73 896
3972 - Deltakeravgifter Julecup	342 429	343 879
3974 - Baldus Cup	345 250	364 050
3976 - Lunsjpakker julecup	-	980
3977 - Inntekter kurs trener	-	-
3980 - Billettinntekter	905 029	512 248
Sum	5 499 512	5 453 357

* LAM midler 2025 på kr. 255.990 består av hodestøtte, 6-19 år.

**Momskompensasjon kr. 438.367

*** Støtte til inkludering fra Nordre Follo Kommune kr 34.900,- Tiltak- håndball SFO i skolen og håndballskole. Bufdir tilskudd til inkludering kr. 50.000,-Norges Idrettsforbund kr. 167.009,- tilskudd Viken Idrettskrets kr.20.000,-

**** Prinsippet for inntektsføring for treningsavgiften 24/25, 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 2019-2013)	84	44
13 - 19 år (f 2012-2006)	58	13
20 - 25 år (f 2005-2000)	19	18
26 og oppover (f 1999-)	29	3
Sum	190	78
Sum jenter og gutter	268	
HSK	58	
Adminstrasjon Dommere	100	
Styre/admin	9	
Støttemedlemmer Kvinner/menn	9	
Foreldrekontakt	14	
Sum	132	
Totalt antall medlemmer	400	

Note 2 - Varekostnad

	2025	2024
4010 - Deltakeravgifter cuper	-353 900	-60 500
4021 - Baldus Cup	-88 745	-450 163
4030 - Varekjøp kiosk	-587 485	-395 513
4090 - Bøter / straffegebyr	-3 890	-4 004
4170 - Start /kretskontingent	-232 134	-295 209
4200 - Kjøp av idrettsutstyr / - materiell	-105 526	-271 926
4220 - Samlinger	-	
4320 - Økonomisk støtte til klubbens lag	-	
4330 - Dommersamlinger	-	-977
4331 - Dommerutstyr	-2 095	-6 231
4390 - Beholdningsendring	-8 774	-31 284
4641 - Dugnadsgjøring	-105 185	-275 984
Sum	-1 487 734	-1 729 222

Note 3 - Lønnskostnader etc

	2025	2024
Lønn	-1 614 067	-2 005 606
Arbeidsgiveravgift	-278 394	-323 398
Andre relaterte ytelser / refusjoner/OTP/yrkesskade	-74 635	-21 686
Sum	-1 967 096	-2 350 690

Langhus IL Håndball har 2,2 årsverk i regnskapsåret.

Ytelser til ledende person

1 årsverk	Ledelse	Styret
Lønn	777 047	0
Pensjonsutgifter	15 541	0
Annen godtgjørelse	4 392	0

Note 4 - Kundefordringer

	2025	2024
1500 - Kundefordringer	121 591	157 835
1530 - Opptjent, ikke fakturert driftsinntekt	347 122	72 621
Sum	468 713	230 456

Kundefordringer er vurdert til pålydende, nedskrevet med forventet tap på fordringer.

Note 5 - Bankinnskudd

	2025	2024
Beholdning hovedkasse	1 224 491	693 122
Beholdning lagkasser *	555 997	697 630
Plasseringkonto	169	10 498
Skattetrekk, bundne midler	37 984	114 658
Nattsafe og Izettle-kort bet	-	
Kontanter	5 463	11 295
Sum	1 824 104	1 527 203

* Alle lag har lagkassene sine under Langhus IL Håndball.

Note 6 - Finansiell investering

	2025	2024
Markedsbaserte aksjer	2 228 807	2 438 344

Middels risiko og plassering over 5-8 år

Markedsverdi kr. 2.875.684,49,-. Akkumulert urealisert tap/gevinst pr. 31.12.25 utgjør kr. 647.971,24,-.

Verdiendringen er ikke inntatt i regnskapet.

Note 7 - Annen kortsiktig gjeld

	2025	2024
Skyldig lønn	-	
Skyldig feriepenger	165 098	198 408
Påløpende kostnader	24 945	7 550
Uopptjent inntekt	96 333	114 250
Annen kortsiktig gjeld - lagkasser *		
Sum	286 376	320 208

Note 8 - Egenkapital

	Annen EK	Sum
Egenkapital 01.01	3 020 920	3 020 920
Egenkapital - Lagkasser	555 997	555 997
Årets resultat	274 998	
Egenkapital 31.12	3 851 914	3 576 917

* Alle lag har lagkassene sine under Langhus IL Håndball. Endret klassifisering 2023 fra gjeld til egenkapital

Kontrollutvalgets beretning for 2025

I henhold til NIFS lov 5 2-12 avgir herved Kontrollutvalget i Langhus IL Håndball sin beretning. Uttalelse om årsregnskapet og idrettslagets anliggender for øvrig.

Kontrollutvalget skal påse at organisasjonsleddets virksomhet drives i samsvar med organisasjonsleddets og overordnet organisasjonsledds regelverk og vedtak, og ha ett særlig fokus på at organisasjonsleddet har forsvarlig forvaltning og økonomistyring, at dets midler benyttes i samsvar med lover, vedtak, bevilgninger og økonomiske rammer.

Kontrollutvalget skal forelegges alle forslag til vedtak som skal behandles på årsmøte/ting og avgi en uttalelse til de saker som ligger innenfor sitt arbeidsområde.

Kontrollutvalget skal føre protokoll over sine møte og avgi en beretning til årsmøte/ting.

Kontrollutvalget har utført følgende handlinger:

Vi har gjennomgått protokoll for årsmøtet, styrets protokoller, samt andre dokumenter utvalget har funnet det nødvendig å gjennomgå. Vi har mottatt alle opplysninger som vi har bedt om fra idrettslagets styre. Vi har gjennomgått styrets årsberetning for 2025 og det styrebehandlede årsregnskapet for 2025.

For regnskapsrevisjon vises til revisjonsberetning.

Kontrollutvalget har følgende merknader til det fremlagte regnskapet: Kontrollutvalget har ingen merknader til det fremlagte årsregnskapet.

Kontrollutvalget har følgende merknader til det forvaltning av idrettslaget: Kontrollutvalget har ingen merknader til forvaltning av idrettslaget.

Konklusjon:

Kontrollutvalget anbefaler at styrets beretning og idrettslagets årsregnskap for 2025 godkjennes av årsmøtet.

Langhus, 12.03.2026

Marit Lund

Alma Hertz

UAVHENGIG REVISORS BERETNING

Til årsmøtet i Langhus IL Håndball

Konklusjon

Vi har revidert årsregnskapet for Langhus IL Håndball som viser et overskudd på kr 274 998,-.

Årsregnskapet består av balanse pr. 31. desember 2025, 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 2025 og av dets resultater 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 den internasjonale revisjonsstandarden for revisjon av regnskap til mindre komplekse enheter (ISA for MKE). Våre oppgaver og plikter i henhold til ISA for MKE er beskrevet nedenfor under Revisors oppgaver og plikter ved revisjonen av årsregnskapet. Vi er uavhengige av selskapet i samsvar med kravene i relevante lover og forskrifter i Norge og International Code of Ethics for Professional Accountants (inkludert internasjonale uavhengighetsstandarder) utstedt av 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.

Øvrig informasjon

Styret og daglig leder er ansvarlige for øvrig informasjon som er publisert sammen med årsregnskapet. Øvrig informasjon omfatter styrets årsmelding. Vår konklusjon om årsregnskapet ovenfor dekker ikke øvrig informasjon.

I forbindelse med revisjonen av årsregnskapet er det vår oppgave å lese øvrig informasjon. Formålet er å vurdere hvorvidt det foreligger vesentlig inkonsistens mellom den øvrige informasjonen og årsregnskapet og den kunnskap vi har opparbeidet oss under revisjonen av årsregnskapet, eller hvorvidt øvrig informasjon fremstår som vesentlig feil. Vi har plikt til å rapportere dersom øvrig informasjon fremstår som vesentlig feil. Vi har ingenting å rapportere i så henseende.

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 for MKE, alltid vil avdekke vesentlig feilinformasjon. Feilinformasjon kan oppstå som følge av misligheter eller utilsiktede feil. Feilinformasjon er å anse som vesentlig dersom den enkeltvis eller samlet med rimelighet kan forventes å påvirke de økonomiske beslutningene som brukerne foretar, på grunnlag av årsregnskapet. For videre beskrivelse av revisors oppgaver og plikter vises det til <https://revisorforeningen.no/revisjonsberetninger>.

Vestby, 18. mars 2026

Moltzau Revisjon AS



Hilde K. Jakobsen
Statsautorisert revisor

10. Behandle forslag og saker

Ingen innkomne 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 2026 beholdes uendret pålydende kr. 400,-.

Betales i sin helhet og refunderes ikke.

Støttemedlemskap beholdes uendret pålydende kr. 200,- for 2026

Treningsavgift, årsmøtet gir fullmakt til styret til å fastsette treningsavgiften 2026/2027.

Styret foreslår at årsmøte gjør følgende vedtak: Årsmøte støtter forslaget

12. Budsjett 2026

Konto	Budsjett 2026 BALDUS	Budsjett 2026 JULECUP	Budsjett 2026 HOVEDLAG	Budsjett 2026 TOTALT
3100 - Salgsinntekt, avgiftsfri	0	0	0	0
3107 - Dugnadsinntekter	0	0	40 000	40 000
3120 - LAM Midler	0	0	235 000	235 000
3200 - Salg kiosk	0	320 000	885 000	1 205 000
3441 - Grasrotmidler	0	0	100 000	100 000
3445 - Skattefrie offentlige tilskudd	0	0	400 000	400 000
3446 - Offentlige tilskudd inkludering	0	0	200 000	200 000
3600 - Leieinntekt fast eiendom	0	0	0	0
3900 - Annen driftsrelatert inntekt	0	0	20 000	20 000
3910 - Annen driftsrelatert innt. fri	0	0	0	0
3921 - Treningsavgifter	0	0	800 000	800 000
3922 - Medlemskontingent	0	0	150 000	150 000
3923 - Støttemedlemskap	0	0	0	0
3960 - Lotteri, Bingo, Basar	125 000	0	80 000	205 000
3970 - Sponsorinntekter	0	135 000	294 000	429 000
3971 - Stevneinnt. egne arrangementer	0	0	110 000	110 000
3972 - Deltakeravgifter Julecup	0	350 000	0	350 000
3974 - Baldus Cup	370 000	0	0	370 000
3976 - Lunsjpakker julecup	0	0	0	0
3980 - Billetinntekter	0	160 000	845 000	1 005 000
Inntekt	495 000	965 000	4 159 000	5 619 000



4010 - Deltakeravgifter cuper	-365 000	0	0	-365 000
4021 - Baldus Cup	-90 000	0	0	-90 000
4030 - Varekjøp kiosk	-20 000	-150 000	-430 000	-580 000
4090 - Bøter / straffegebyr	0	0	-24 000	-24 000
4170 - Start /kretskontingent	0	0	-274 000	-274 000
4200 - Kjøp av idrettsutstyr / - materiell	0	-15 000	-85 000	-100 000
4220 - Samlinger	0	0	0	0
4320 - Økonomisk støtte til klubbens lag	0	0	0	0
4330 - Dommersamlinger	0	0	-2 000	-2 000
4331 - Dommerutstyr	0	0	-3 000	-3 000
4641 - Dugnadsgjøbning	0	0	-109 000	-109 000
Varekostnad	-475 000	-165 000	-927 000	-1 547 000
Bruttofortjeneste	20 000	800 000	3 232 000	4 072 000
5000 - Lønn til ansatte	0	0	-1 380 420	-1 380 420
"5004" - Ungdomstrenere	0	0	-80 000	-80 000
5005 - Lønn til trenere	0	0	-200 000	-200 000
5006 - Lønnsoppgjør	0	0	0	0
5020 - Feriepenger			-172 142	-168 411
5099 - Andre lønnsperiodiseringer	0	0	0	0
5100 - Lønn til ansatte			-50 000	-50 000
5180 - Honorar/lønn under grensen for oppgaveplikt			0	0
5181 - Honorar/lønn under grensen for oppgaveplikt			0	0
5210 - Fri telefon			-12 000	-12 000
5280 - Annen fordel i arbeidsforhold			-6 000	-6 000
5287 - Tjenestepensjon			-34 511	-34 511
5290 - Motkonto for gruppe 52			52 511	52 511
5310 - Gruppelivsforsikring	0	0	-2 500	-2 500
5400 - Arbeidsgiveravgift			-201 689	-201 689
5401 - Arbeidsgiveravgift av påløpt ferielønn			-24 272	-23 746
5800 - Refusjon av sykepenger	0	0	0	0
5820 - Refusjon av arbeidsgiveravgift	0	0	0	0
5900 - Gave til ansatte, fradragsberettiget	0	0	0	0
5920 - Yrkesskadeforsikring	0	0	-2 700	-2 700
5945 - Pensjonsforsikring for ansatte	0	0	-35 000	-35 000
5991 - Avsetning lønn	0	0	0	0
Lønn	0	0	-2 148 723	-2 144 466
6300 - Leie lokale	0	0	0	0
6302 - Leie idrettshall	0	0	-45 000	-45 000
6360 - Renhold	0	-15 000	0	-15 000
6490 - Annen leiekostnad	0	0	-96 500	-96 500
6540 - Inventar	0	0	-12 000	-12 000
6551 - Datautstyr	0	0	-5 000	-5 000
6560 - Rekvisita	0	0	-25 000	-25 000
6620 - Reparasjon og vedlikehold utstyr	0	0	0	0
6701 - Honorar revisjon	0	0	-45 000	-45 000



6705 - Honorar regnskap	0	0	-210 000	-210 000
6725 - Honorar for juridisk bistand, fradragsberettiget	0	0	0	0
6730 - Dommerhonorar julecup	0	0	0	0
6731 - Dommerutgifter	0	0	-4 000	-4 000
6733 - Dommerhonorar	0	-120 000	-235 000	-355 000
6735 - Diett dommere	0	0	-9 000	-9 000
6750 - Honorar instruktører	0	-50 000	0	-50 000
6790 - Annen fremmed tjeneste	0	0	-225 000	-225 000
6800 - Kontorrekvisita	0	0	-10 000	-10 000
6810 - Data/EDB-kostnad	0	-18 000	-30 000	-48 000
6820 - Trykksak	0	0	-25 000	-25 000
6821 - Trykkesaker Julecup	0	-15 000	0	-15 000
6840 - Aviser, tidsskrifter, bøker o.l.	0	0	0	0
6845 - Aviser dekket for ansatte	0	0	-2 500	-2 500
6860 - Kurs og møter trenere, adm.	0	-5 000	-70 000	-75 000
6863 - Kurs og møter dommere	0	0	-20 000	-20 000
6900 - Telefon	0	0	-15 000	-15 000
6915 - Mobiltelefon ansatte	0	0	-10 000	-10 000
6925 - Internett ansatte	0	0	-12 000	-12 000
7100 - Bilgodtgjørelse, oppgavepliktig	0	0	-350 000	-350 000
7101 - Bilgodtgj. trenere under oppgave plikt	0	0	-30 000	-30 000
7125 - Kjøregodtgjørelse dommere	0	-15 000	-45 000	-60 000
7140 - Reisekostnad, ikke oppgavepliktig	0	0	0	0
7141 - Utlegg reise dommere	0	-3 000	-9 000	-12 000
7160 - Diettkostnad, ikke oppgavepliktig	0	0	0	0
7320 - Reklamekostnad	0	0	-9 500	-9 500
7400 - Kontingent, fradragsberettiget	0	0	-20 000	-20 000
7420 - Gaver og premier	0	-30 000	-10 000	-40 000
7500 - Forsikringspremie	0	0	-14 640	-14 640
7600 - Lisensavgift og royalties	0	-21 500	-14 000	-35 500
7700 - Styre- og bedriftsforsamlingsmøter	0	0	-5 000	-5 000
7721 - Lotteri julecup	0	0	0	0
7740 - Øredifferanser	0	0	-2 000	-2 000
7770 - Bank og kortgebyrer	0	0	-14 400	-14 400
7790 - Annen kostnad, fradragsberettiget	0	0	-5 000	-5 000
Andre driftskostnader	0	-292 500	-1 634 540	-1 927 040
Driftskostnader	0	-292 500	-3 783 263	-4 071 506
Driftsresultat	20 000	507 500	-551 263	494
8050 - Annen renteinntekt	0	0	2 000	2 000
8071 - Aksjeutbytte mottatt	0	0	5 000	5 000
8070 - Annen finansinntekt	0	0	0	0
8150 - Annen rentekostnad	0	0	-350	-350
8170 - Annen finanskostnad	0	0	0	0
Finanskostnader/inntekter	0	0	6 650	6 650
Resultat	20 000	507 500	-544 613	7 144

13. Valg

13.1 Styreleder

Hege Lund-Zetterquist. Gjenvalg 1 år.

Hege Lund-Zetterquist tar gjenvalg på 1 år under forutsetning om at det skal arbeides aktivt med å finne en avtager til vervet ila perioden. Når ny kandidat er klar skal det kalles inn til ekstraordinært årsmøte for å velge hen inn i styret slik at Hege Lund-Zetterquist kan fratruke sitt verv.

Styret foreslår at årsmøte godkjenner kandidaten med gitte forutsetninger.

13.2 Nestleder

Tove Stabu. Gjenvalg 1 år.

Tove Stabu tar gjenvalg på 1 år under forutsetning om at det skal arbeides aktivt med å finne en avtager til vervet ila perioden. Når ny kandidat er klar skal det kalles inn til ekstraordinært årsmøte for å velge hen inn i styret slik at Tove Stabu kan fratruke sitt verv.

Styret foreslår at årsmøte godkjenner kandidaten med gitte forutsetninger.

13.3 Øvrige medlemmer

Styremedlem, Hanne Thun. Gjenvalg 1 år.

Styremedlem, Marianne Sørli. Ikke på valg.

Styremedlem, Mats Henning Tveit. Ikke på valg.

Styremedlem, Hans Henrik Øvrebø. Ikke på valg.

Styremedlem, Nina Løfsnes. Valg 1 år.

Styremedlem, Morten Andersen. Valg 1 år.

Styret foreslår at årsmøte godkjenner kandidatene.

13.4 Varamedlemmer

Varamedlem, Bent Karlsrud. Gjenvalg 1 år.

Styret foreslår at årsmøte godkjenner kandidaten.

13.5 Kontrollutvalg

Leder – Alma Hertc, Ikke på valg.

Medlem – Ikke besatt.

Varamedlem – Ikke besatt.

Årsmøte – Langhus IL Håndball



Det har ikke lykket valgkomiteen å finne kandidater til å fylle vervene innen fristen for utsendelse av saksliste og fullstendig saksdokumenter.

Styret foreslår at årsmøte gir styret fullmakt til å supplere ikke besatte verv når kandidater finnes.

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:

Leder – Ikke besatt.

Medlem – Ikke besatt.

Medlem – Ikke besatt.

Varamedlem – Ikke besatt.

Det har ikke lykket valgkomiteen å finne kandidater til å fylle vervene innen fristen for utsendelse av saksliste og fullstendig saksdokumenter.

Styret foreslår at årsmøte gir styret fullmakt til å supplere ikke besatte verv når kandidater finnes.

