



Alt du trenger å vite som trener, lagleder eller forelder i Langhus IL Håndball.

Innhold

| | |
|---|----|
| VELKOMMEN TIL LANGHUS IL HÅNDBALL | 3 |
| ORGANISASJON OG ARBEIDSRUTINER | 4 |
| VALGKOMITE | 4 |
| SPORTSLIG UTVALG (SU) | 4 |
| DOMMERKONTAKT | 4 |
| ARRANGEMENT ANSVARLIG | 5 |
| LAGLEDER | 5 |
| ÅRSJUL FOR LAGLEDERE | 6 |
| MEDLEMSLISTER | 6 |
| INN-/UTMELDINGER AV SPILLERE | 6 |
| OVERGANGER | 6 |
| LISENS/FORSIKRING | 7 |
| FRILISENS | 8 |
| SKADE | 8 |
| ØKONOMI | 9 |
| MEDLEMSKONTINGENT OG TRENINGSAVGIFTER | 9 |
| LAGSKASSE | 9 |
| TRENINGSTID | 10 |
| TILDELING AV TRENINGSTIDER: | 10 |
| TRENINGSTID REGLER | 11 |
| UTSTYR/BEKLEDNING | 11 |
| REGLEMENT FOR TILDELT BEKLEDNING – TRENER OG UTØVER: | 11 |
| REGLEMENT FOR SPONSOR | 12 |
| SUPPORTER BEKLEDNING | 12 |
| SERIEKAMPER | 12 |
| LANGHUS JULECUP | 12 |
| FELLESCUP | 13 |
| NATTHÅNDBALL | 13 |
| UTDANNING | 13 |
| TRENERATTESTEN | 14 |
| POLITIAATTEST | 14 |

VELKOMMEN TIL LANGHUS IL HÅNDBALL

I denne klubbhåndboken finner du nyttig informasjon, for deg som er spiller, trener, lagleder og forelder i Langhus IL Håndball.

Det er styret som har ansvar for å holde Klubbhåndboken oppdatert til enhver tid. Nye versjoner sendes til lagleder, som har ansvar for å distribuere videre til lagsmiljø.

Er det informasjon du savner eller du har en god idé på tema som burde vært med, ta kontakt med Dagligleder.

Klubbens hjemmeside finner du på denne nettadressen, www.langhushandball.no

Det er nødvendig å gjøre seg kjent med denne, da det er en viktig informasjonskanal i klubben.

Langhus IL Håndball sine VERDIER:

| | |
|-------------------|---|
| G LEDE | Vi skal gi alle muligheten til å ha det gøy med håndball. |
| U TVIKLING | Vi skal gi alle like muligheter for utvikling og mestring. |
| T RYGGHET | Vi skal se alle og alle skal føle en tilhørighet. Vi skal ha ett inkluderende miljø, basert på likeverd og respekt. |
| S AMHOLD | Vi skal vektlegge det sosiale miljøet, skape ett godt felleskap. |

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.

Definisjoner:

TRENEREN har det sportslige ansvaret for laget og leder laget under treninger og kamper. Er ansvarlig for at Sportslig plan fulgt for sitt lagsmiljø.

LAGLEDEREN har det administrative ansvaret rundt laget. Har stort sett ikke noe med det sportslige å gjøre, men skal sørge for at alt rundt laget fungerer. Jobber veldig tett mot både trener, sportsligutvalg, klubbens administrasjon og foreldregruppen.

Vi ønsker lykke til og håper du vil trives i klubben!

Med sportslig hilsen Langhus IL Håndball

ORGANISASJON OG ARBEIDSRUTINER

Langhus IL Håndball er et særiddrettslag, hvor medlemmene på årsmøtet velger styret og utvalg og dessuten vedtar retningslinjer, rammer, budsjett og regnskap.

Styret velges på årsmøtet, og er klubbens øverste organ mellom årsmøtene og har det overordnede ansvar for hele klubbens drift, fra Senior dame/herrer og ned til yngste lag i barnehåndballen.

Styret har satt ned ulike utvalg og tildelt forskjellige roller; Valgkomite, Sportslig Utvalg, Dommerkontakt, Arrangementsansvarlig. Alle som sitter i styret, må være medlemmer av Langhus IL Håndball. Andre komitémedlemmer oppfordres til å være medlem.

Styret har ansvar for håndballens sportslige plan og økonomi og legger kortsiktige og langsiktige planer for klubbens videre utvikling.

VALGKOMITE

Det nedsettes en valgkomite bestående av medlemmer fra lagsmiljøene J/G 13 år som i valgåret blir J/G 14 år, med to representanter hver, kjønnsfordelt. Valgkomiteen velges på årsmøtet på fritt grunnlag, etter innstilling fra styret, og skal legge frem innstilling på kandidater til alle øvrige tillitsverv som skal velges på årsmøtet.

SPORTSLIG UTVALG (SU)

SU skal jobbe for at klubbens visjon, grunnleggende prinsipper, mål og strategier som er beskrevet i vår sportslige strategiplan blir fulgt.

SU har hovedansvar for all sportslig aktivitet i klubben og er klubbens operative ledd.

SU har videre ansvar for å utarbeide Sportslig plan, fordeling av treningstider og er trenernes hovedkontaktpunkt.

SU har ansvar for ansettelse, oppfølging og evt. oppsigelse av trenere, innenfor de budsjetter som foreligger. Ansettelse utover budsjett skal godkjennes av styret

SU skal legge til rette for god kommunikasjon og samarbeid mellom lagsmiljøene og løpende behandle sportslige saker som meldes inn fra klubbens medlemmer. De skal gi innspill til styret om aktivitet og utvikling av klubben.

DOMMERKONTAKT

Dommerkontakten skal være bindeleddet mellom klubbens dommere og NHF Region. Melde opp klubbens dommere via TA før hver sesong.

Orienter dommerne om retningslinjer for innmelding av sperre skjema, forfallsregler, osv.

Lage oppfølgingsplan for dommerne i klubben.

Sørge for utstyr til dommerne i samarbeid med administrasjonen i Langhus IL Håndball.

Jobbe for et godt dommerforum i klubben.

ARRANGEMENT ANSVARLIG

Langhus Håndball har tre større arrangement hver sesong, Langhus Julecup, felles cup for klubbens lagsmiljø (Baldus Cup) og Natthåndball.

Arrangement ansvarlig har ansvar for klubbens arrangement. Det skal rekrutteres og etableres komiteer til hvert arrangement – «Julecup komité», «Baldus cup komité» og «Natthåndball komité». Det er viktig at det er løpende oppfølging og kvalitetssikring av komitéenes arbeid. Sikre kompetanseoverføring fra år til år. Generell utvikling av arrangement. Rapportere til styret om utviklingen i komitéene. Innkalle til, forberede og gjennomføre oppstartsmøter og statusmøter i henhold til det enkelte arrangementenes aktivitetsplaner. Sikre at den overordnede aktivitetsplanen og annen dokumentasjon knyttet til arrangementet oppdateres og lagres for bruk i neste utgave av arrangementet.

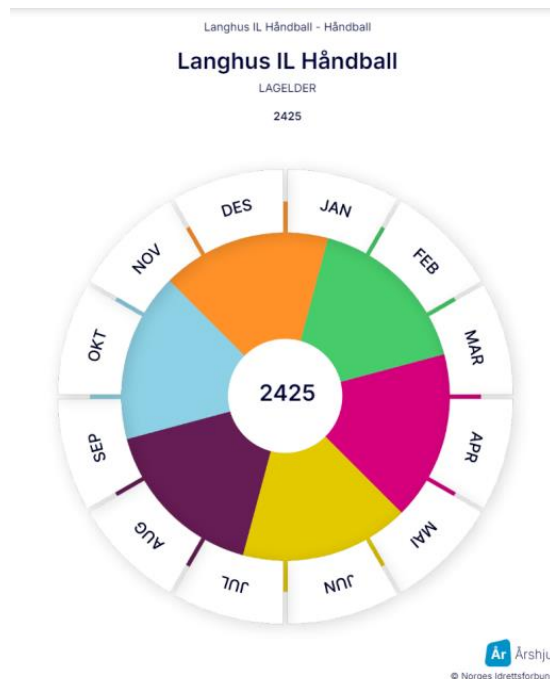
LAGLEDER

Laglederen er hovedkontakt mot klubbens administrasjon når det gjelder alt det administrative. Generelt:

- Det bør involveres flere foreldre til ulike oppgaver (foreldrekontakt, omberammingsansvarlig, kioskansvarlig, hallvaktansvarlig, økonomiansvarlig, dugnadsansvarlig) for å redusere arbeidsmengden og for å ha back-up løsninger ved sykdom og flytting eller at barnet slutter i klubben.
- Delta på møter i klubbens regi (1-3 pr år).
- Foreldrenes og spillernes kontaktperson.
- Videreformidle informasjon fra klubben sentralt til den enkelte spiller og foreldre.
- Oppdatert personalia på spiller og støtteapparata som klubben skal ha tilgang til.
- Sørge for at nye spillere sender inn-/utmeldingsskjema som ligger på klubbens hjemmeside.
- (NB: Spillere som melder overgang til ny klubb må fylle ut overgangsskjema elektronisk på nettet. Dette må spiller/foreldre gjøres selv på minidrett.no. DL godkjenner overganger elektronisk.)
- Styre lagets økonomi; ansvarlig for lagets lagkasse.
- Ansvarlig for at planlagte reiser blir gjennomført som avtalt (ofte sammen med trener)
- Påse at lagets utstyr (drakter, førstehjelp etc.) er komplett. Påse at laget bruker klubbens drakter iht. regelverk. Ha oversikt over behovet for nye drakter og utstyr og sørge for at spillerne har riktig bekledning. Samle inn drakter dersom noen slutter. Ansvarlig for å sende inn utstyrslistene når det bestilles treningstøy og annet utstyr.
- Samarbeide tett med trenerne på årgangen.
- Innkalle til foreldremøter ved behov
- Ansvarlig for å skaffe og sette opp foreldre til lagets arrangementsvakter (kiosk, dugnad, hallvakt, billett vakt, vakter til cup'er). Ha oversikt over hvem og antall som har bidratt.
- Koordinere oppgaver rundt laget, f.eks dugnadsarbeid, loddsalg og spillermøter.
- Ta initiativ til sosiale tiltak for laget.

ÅRSJUL FOR LAGLEDERE

<https://aarshjulet.nif.no/arshjul?w=uc23c316ae>



MEDLEMSLISTER

Oppdatering av medlemslister for spillere, trenere og lagledere er svært viktig. Medlemslistene brukes blant annet til utsendelse av medlemskontingent, treningsavgift og rapporter til Håndballforbundet, i tillegg til annen kommunikasjon med spillere og trenere fra klubben.

Det er også viktig i forhold til forsikringer og overganger.

Daglig Leder har oversikt og det endelige ansvaret for medlemsregisteret i Spond.

INN-/UTMELDINGER AV SPILLERE

Alle som skal spille håndball i Langhus IL Håndball må være meldt inn i klubben.

Innmeldingsskjemaer ligger på hjemmesiden www.langhushandball.no

Husk også at spillerutstyr (drakt/shorts/jakke) skal leveres tilbake til lagets lagleder.

OVERGANGER

Overgang gjøres elektronisk via Min idrett.

Slik bruker du Min idrett (<https://minidrett.no>). Det er alltid spilleren som starter overgangsprosessen.

Har du benyttet Min idrett tidligere?

- Logg inn med brukernavn og passord.
- Dersom du ikke husker ditt brukernavn og passord, klikk på «Glemt brukernavn og passord»

Har du ikke benyttet Min idrett tidligere?

- Klikk på ny bruker for å verifisere spilleren med fødselsnummer. Gjøres kun første gang du skal inn på siden.
- Fyll ut den informasjon du blir bedt om.
- Du mottar påloggingsinformasjon som du logger deg inn med.
- Overgang finner du til høyre under fanen «Min profil». Ligger det ikke noe valg for overgang under denne fanen, så skyldes dette trolig at det er en duplikat på spilleren. Duplikat oppstår når brukeren legger inn en annen epost adresse enn den som ligger i registeret fra før. Vennligst ta kontakt med din region eller NHF sentralt, slik at vi kan slå sammen duplikatene.
- Velg overgangstype.
- Velg hvilken klubb du ønsker overgang til.
- Er du under 18 år må også navn og e-post adresse til foresatt legges inn.
- Kryss av for «Jeg bekrefter å ha lest reglene for overgang».
- Trykk send søknad.

Det sendes automatisk en e-post til foresatt (dersom spilleren er under 18 år), dernest ny klubb for godkjenning. Ny klubb logger seg på via Sportsadmin for å godkjenne overganger. Under "Person" finnes valget "Overgang" og der ligger overganger som venter på godkjenning. Det er ny klubb som avgjør hvorvidt overgangsgebyret skal betales av klubben eller av spilleren. Dersom det er spilleren som skal betale dette, sendes det automatisk en e-post tilbake til spilleren med beskjed om at overgangen er klar for betaling. Når ny klubb har godkjent overgangen, sendes det automatisk en e-post til tidligere klubb. Du kan hele tiden følge med på status i din overgang via Min idrett.

NB! Gjør spiller/foreldre oppmerksom på at ny spiller ikke er forsikret på trening med Langhus Håndball før de er innmeldt i klubben. Les mer om lisens/forsikring under.

LISENS/FORSIKRING

Alle spillere og dommere som deltar i organisert håndballaktivitet skal løse lisens fra og med det kalenderåret de fyller 13 år.

- Trenere og ledere som føres på kamprapporten i NHFs kamptilbud plikter også å løse lisens. (NM Senior, NM Junior, NM Beachhåndball, LERØYserien 18 og Bringserien 16)
- Alle barn under 13 år som er medlem av lag tilsluttet Norges idrettsforbund og olympiske og paralympiske komité (NIF), eller som deltar i organisert aktivitet i klubbens/lagets regi er forsikret gjennom Gjensidige barneidrettsforsikring.
- Forfallsdato for lisensen 2023-24 er 1. september, og har gyldighet til 31. august 2024.
- For spillere som fyller 13 år i 2023, betales det lisens som gjelder for perioden 1. januar til 31. august 2024. Denne har forfall 1. januar 2024.
- Husk at ved å betale din lisens til forfall, er du også forsikret dersom du skader deg på trening. Dersom det skulle oppstå en skade på trening eller i kamp og lisensen ikke er betalt, gjelder heller ikke forsikringen.

- Spillere under 13 år skal ikke betale lisens, da de er dekket av NIFs barneidrettsforsikring. Man betaler først lisens det kalenderåret man fyller 13 år. Forfall for denne aldersgruppen vil dermed først være 1. januar 2023, og denne lisensen gjelder fram til og med 31. august 2023.
- Lisensen er tilgjengelig i Min Idrett(*) for alle som betalte lisens forrige sesong. Personer med registrert e-postadresse får egen melding om lisensen via e-post. Dersom du ikke skal delta i lisenspliktig håndballaktivitet denne sesongen, kan du se bort fra lisenskravet. Det vil ikke bli sendt ut betalingspåminnelser.
- Lisensen betales via betalingsløsningen i Min Idrett eller via nettbank med KID. Bruker du betalingsløsningen i Min Idrett slipper du å tenke på bruk av riktig KID. Betalingsstatus vil dessuten vises som betalt straks betalingen er fullført.
- For betaling via nettbank finner du ditt KID-nummer i Min Idrett. Vårt kontonummer er: 1813.44.58417. NB: Din KID endres fra år til år, slik at du kan ikke benytte fjorårets KID når du skal betale årets lisens.
- For de som ikke betalte lisens forrige sesong, må klubben eller klubbens region opprette et lisenskrav i Sportsadmin (SA). Alle klubbledere, som er registrert i våre systemer, har tilgang til å gjøre dette.

FRILISENS

Norges Håndballforbund har en frilisensordning knyttet opp mot det enkelte spillende lag.

Frilisensordningen innebærer at et spillende lag i klassene Jenter/Gutter 18 og eldre kan benytte 1 person som ikke har løst personlig lisens.

Se mer info om frilisens her: <https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/praktisk-info/lisens-og-forsikring/frilisens/>

SKADE

Førstehjelp ved akutt håndballskade:

Les mer om hvordan man skal håndtere «Ankelovertråkk, Kneskade, Muskelstrek, Lårhøne, Skulder ut av ledd, Fingerskade og Hodeskade» på: <https://www.skadefri.no/idretter/handball/forstehjelp-for-handballskader/>

Melde skade:

Blir en spiller skadet og må ha behandling, skal dette meldes elektronisk til Gjensidige, https://www.gjensidige.no/privat/meld-skade/idrettsforsikring?WT.mc_id=09mp



Les mer om vilkår og hvordan melde skade her:

<https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/praktisk-info/lisens-og-forsikring/melde-skade/>

ØKONOMI

Det koster å drive et lag, og hver årgang bør lage et budsjett for sitt lag.

Deltakelse på cup, påmeldingsavgift og deltakerkort dekkes av den enkelte spiller / lagskassen.

Spesielt ved overnattingscuper og cuper i utlandet kommer det ekstra kostnader.

Utstyr som vester, kjepler, klister etc dekkes også av lagskassen. Klubben har noe felles utstyr som kan benyttes på trening i hallen.

Hvert enkelt lag bestemmer selv hvilke utgifter som dekkes av lagskassen og hva som bør pålegges foreldre å betale utover lagskassen.

Vi anbefaler at lagene har forskjellige dugnader for å skaffe de nødvendige inntekter til lagene og for å holde utgifter nede. (Kakelotteri, loddsalg, etc)

Det er viktig at foreldregruppen gjøres kjent med lagets økonomi slik at påløpende utgifter er forutsigbare og inntektskilder kan planlegges i god tid før sesongstart.

MEDLEMSKONTINGENT OG TRENINGSavgIFTER

Medlemskontingent:

Hver spiller må betale medlemskontingent til Langhus IL Håndball som er fastsatt for 2024 til 400 kr

Medlemskontingentens størrelse fastsettes av de respektive årsmøter og faktureres i januar og fortløpende etter det. Medlemskontingent refunderes ikke.

Det er mulig å være støttemedlem i klubben, dette er fastsatt til 200 kr.

Treningsavgift:

Treningsavgiften varierer ut fra årsklasse. Dette fordi det er høyere kostnader knyttet til å drive et eldre lag med f.eks seriespill, dommerutgifter og trenerhonorar.

Faktura for treningsavgift blir sendt ut via Spond 2 ganger i året, i september/oktober og i januar/februar. Ved oppstart ved nyttår, faktureres det halv avgift.

Satsene for treningsavgiften for gjeldende sesong, finnes på www.langhushandball.no

Lisens:

Lisens blir sendt ut fra NHF august for gjeldende sesong.

Fra 01.01. det året spilleren fyller 13 år skal det kjøpes forsikringen LISE/LISE+.

LAGSKASSE

Langhus IL Håndball, ved Daglig Leder, oppretter kontonummer til alle lagsmiljø i klubben, i Sparebank 1 bedrift.

Tilgang til konto gis av Daglig Leder. Personnummer legges inn, slik at bruker får tilgang via bank id.

Det skal alltid være 2 stk som godkjenner utbetalinger fra lagets konto.

Lagskassen skal dekke lagets utgifter, for eksempel innkjøp av utstyr til laget, cup avgifter, sosiale tiltak.

Ved innbetaling til klubben, for eksempel Baldus Cup, skal foreldre / spillere betale inn til lagskassen, og Lagleder (økonomiansvarlig i laget) overfører total sum til klubben.

Klubben betaler for dommere, men hvis lag ønsker dommere til treningskamp, dekkes dommerutlegg av laget.

«Bøter» forårsaket av laget, skal dekkes av laget. Klubb mottar regninger fra Region Øst, trekking av lag, omberammings gebyr, walkover gebyr, som betales av klubben, men dette vil bli belastet laget.

TRENINGSTID

TILDELING AV TRENINGSTIDER:

Sportslig Utvalg i samarbeid med administrasjonen har ansvar for tildeling av treningstid.

Nordre Follo Kommune tildeler idrettslagene tider i de ulike hallene i kommunen i juni.

Sportslig Utvalg jobber etter tildelings prinsipper:

Kriterier: Tildeling treningstid

- Antall timer treningstid er lik i samme aldersklasse.
- Bring- og Lerøylag er prioritert på antall timer.
- Tilrettelegge for hospiterings trening.
- Logistikk trenere som har flere lag.
- Håndballskolen trener lørdag, men vi forsøker å få de inn ukedag.
- Yngre lag får tildelt tid i gymsal på Langhus (6-12 år).
- Lagsmiljø med få spillere, kan få tildelt ½ bane.
- Koordinering med Langhus IL Fotball sin treningstid.
- Antall treningsøkter pr uke er satt etter Langhus IL Håndball sin utviklingstrapp.

Mål: Prioritering av treningstid til barn og ungdom (6-12 år / 13-20 år)

- 6-12 år skal gis prioritet i anlegg i sitt nærmiljø.
- 6-12 år skal tildeles treningstid ukedager kl 16:00-19:00.
- 6-12 år skal tildeles treningstid i helg før kl 14:00.
- Ungdom (13-20 år) skal tildeles treningstid ukedager kl 16:00-22:00.
- Fra 15 år til senior, tildeles det treningstid fra kl 21:00-22:00.
- Vanlig økt er 1,0 time, men fra 15 år, streber vi etter å få til økt(er) på 1,5 time.

***** Langhus IL Håndball kan ikke love at alle punkter blir innfridd
– av hensyn til endelig tildeling fra Nordre Follo Kommune.**

Tips: Effektiv bruk av halltid

- Oppvarming før halltid, løping ute eller oppvarming tribune.
- Alle møter opp minst 15 min. før treningen starter og er klare til oppsatt tidspunkt.

- Informasjon til spillere bør gjøres før eller etter trening, og da utenfor hallflaten (Garderoben kan brukes som samlingspunkt)
- Til styrketrening bør man bruke labben, gymsal eller andre gode alternativer.
- De lag som har mulighet til å trene fra kl 15:00 – 17:00, oppfordres til å varsle klubben om dette.

TRENINGSTID REGLER

Det er lagene som er ansvarlige for at det ryddes opp etter trening, det gjelder også garderobes. Utstyr som er benyttet skal settes tilbake på rett plass.

Siste lag som trener skal slå av lys og lukke/låse døren, påse at ikke andre er i anlegget.

Administrasjonen skal varsles hvis det oppdages noen for hærverk eller andre ødeleggelser.

Det skal varsles om ubenyttet treningstid, viktig at alle er flinke med dette, slik at all tid blir utnyttet.

UTSTYR/BEKLEDNING

Langhus IL Håndball har avtale med Follo Sport og Hummel, som forplikter klubben og alle deres medlemmer til å bruke Hummel-produkter, når de representerer Langhus IL Håndball i kamp eller på trening.

Gjennom bekledning ønsker vi å skape **tilhørighet og være gjenkjennelige**.

Uniformering er en sterk identitetsbygger som klubben ønsker å benytte til å skape identitet og tilhørighet til Langhus IL håndball.

<https://follosport.no/collections/langhus-il-1>

REGLEMENT FOR TILDELT BEKLEDNING – TRENER OG UTØVER:

Spilledrakt

- Alle spillere i Langhus IL Håndball fra 9 år, får draktsett av klubben – heretter kalt spillerdrakter. Spillerdrakter består av en kortermet drakt og shorts. Målvakttrøye til målvakter, samt målvaktsbukse fra 13 år.
- Klubben har kun én type spillerdrakt
- Spillerdrakter skal kun brukes i forbindelse med seriekamper og cuper - Spillerdraktene skal ikke brukes på trening i regi av Langhus IL Håndball eller utenom.
- De yngste lagene i klubben, som ikke deltar i seriespill (6-8 år), får shorts, men vil få utdelt drakter til spillrunder. (Intersport 4'er og Intersport Loppetass)
- Håndballskole barn får en treningstrøye.

Reservedrakt

- Kun hvit reservedrakt kan benyttes ved draktlikhet, når dommer krever det og evt. i cup
- Reservedraktene kan benyttes under turneringer der hvor kampprogrammet tilsier at ett draktsett er for lite. Det skal legges opp til at våre burgunder drakter benyttes i alle finaler.
- De lag som ønsker reservedrakter må bekoste dette selv.

Trenertrøye

- Alle trenere får trenertrøye i farge sort.

Dommerbekledning

- Alle dommer får dommer bekledning av klubben.
- Barnekampledere, trøye m/lomme, farge sort.
- Kvotedommer får draktsett og overtrekks dress (farge sort) etter fullført trinn I. Etter fullført trinn II kurs refunderes også sko (inntil kr. 1000,- refunderes etter kvittering) hvert 2 år.
- Bekledningen skal være nøytral.

REGLEMENT FOR SPONSOR

- Spillerdrakt, shorts, treningsjakke kun klubbens sponsorer som skal være på tildelt bekledning. Lagene har ikke anledning til selv å selge noen plass på denne bekledningen.
- Reservedrakt - Klubben har rettighetene til sponsor på reservedraktene, men avtale mellom klubb og lag er mulig for lagsponsor for å holde kostnadene nede.
- Produktene trykkes med logo, sponsor, klubbnavn ol. på anviste plasser, som klubben har avtalt med forhandler (Follo Sport).
- Lag kan gjøre avtale med klubben om lagsponsor.
- Klubben tilgodeses med 15% av verdi på godkjent lagsponsor.

SUPPORTER BEKLEDNING

<https://follosport.no/collections/langhus-il-1>

SERIEKAMPER

Seriekampene foregår fra september til april. Påmeldingsfrist til seriene er 30. april. All påmelding gjøres samlet av administrasjonen.

Det sendes ut mail fra administrasjonen om spilltilbudet kommende sesong i mars/april, hvor de ulike lagsmiljøene må ta stilling til hva de ønsker å delta på og hvilket nivå de skal spille.

LANGHUS JULECUP

Langhus IL Håndball arrangerer Langhus Julecup, i romjulen, 26-30 desember.

Her skal alle våre lagsmiljø, håndballskolen – junior, delta.

Hvert lagsmiljø må stille med 1 person inn i Julecupkomiteen.

Komiteen har ansvaret for å planlegge cupen sammen med Arrangement ansvarlig (styret) og Daglig Leder.

Julecup er en av klubbens viktigste inntektskilder i løpet av sesongen, og alle lagsmiljø må stille med vakter i løpet av romjulen.

Les mer om julecup her: <https://langhushandball.no/julecup>

FELLESCUP

Langhus reiser på felles cup hvert år, i mange år nå har det vært Baldus Cup på Lillehammer, i april.

Vi deltar med lag i alle klasser f.o.m. J/G 8 år til J/G 18.
J/G 8 år spiller i 9 års klassen.

Alle lag må stille med 1 representant til "Balduskomiteen", som er ansvarlige for planlegging og gjennomføring av fellescupen.

<http://www.baldus.no>

NATTHÅNDBALL

Etter sesongslutt arrangerer klubben sammen med 15 års lagene Natthåndball.
Alle lagsmiljø i klubben blir invitert til å delta, f.o.m HSK til J/G33

Alle lag velger seg ett tema, og stiller i kostymer etter valgt tema.
Eksempler på tema: Hekser, Zombie, Skiløpere, Rosa tema etc
Her oppfordrer vi til å bruke fantasien og kreativiteten.

Det er innmarsj, ett og ett lag i Langhushallen, og det spilles kamper utover kvelden.
De yngste spiller minihåndball, 9-10 åringer spiller kortbane og de eldste spiller 7'er håndball (med "handikap").
Supportere, foreldre og familie oppfordres til å komme å se på innmarsj og kamper.

Det er 15 års lagene som er ansvarlig for gjennomføring av Natthåndballen, sammen med klubbens ansatte og styret.

UTDANNING

Langhus IL Håndball ønsker å ha trenere med formell kompetanse, da håper vi å oppnå: Ett godt treningsmiljø med god struktur, utviklingsmuligheter for alle.

Klubben skal tilrettelegge for og kunne tilby følgende utdanning:

- Håndballskolen – Barnehåndballtrener (modul 1-4)
- Trenere lag 8-12 år - Påbegynt eller fullført Trener 1
- Trenere lag 13 og 15 - Påbegynt Trener 2
- Trenere lag 16-20 år - Fullført Trener 2

Trenere som har ambisjoner om å utdanne seg utover Trener 2-nivå skal gis mulighet til videreutvikling. Men det vil settes krav til at man må binde seg en periode til klubben, dersom klubben skal dekke kostnadene for denne utdanningen.

Vi skal rekrutter trenerspirer ved å tilby våre eldre spillere Trener 1 kurs og rollen som hjelpetrener i yngre lagsmiljø.

Les mer om hva Norges Håndball Forbund har av kurs aktivitet her:
<https://www.handball.no/regioner/region-ost/utvikling/utdanning/>

Ta kontakt med Dagligleder hvis det er noen spørsmål vedrørende utdanning.

TRENERATTESTEN

Trenerattesten ble obligatorisk for alle trenere i 2021.

Trenerattesten tar utgangspunkt i idrettens barnerettigheter, og har som ambisjon å skape en felles grunnforståelse og forventningsavklaring på hva som kreves for å være trener i norsk idrett. Den kommer i to versjoner – én for trenere i barneidretten og én for trenere i ungdomsidretten. Det tar inntil 20 minutter å gjennomføre den.

<https://www.idrettsforbundet.no/tema/trener/>

POLITIATTEST

Norsk idrett skal være et trygt sted å være for alle. Idrettsstyret har derfor vedtatt at alle idrettslag plikter å innhente politiattest for personer som skal utføre oppgaver som innebærer et tillits- eller ansvarsforhold overfor mindreårige (under 18 år) eller mennesker med utviklingshemming.

Alle som skal søke politiattest, finner informasjon om prosessen her på vår hjemmeside:

<https://langhushandball.no/sport-2/politiattest-2>

Når politiattesten mottas, sendes den på mail sammen med legitimasjon til post@langhushandball.no som oppdaterer registeret for klubben.