

Vi ønsker velkommen til:

SESONGEN 2024-25

Ungdom 13 år - Senior

Agenda

- Dele informasjon
- Sesongplanlegging / tips
- Spilltilbudet for sesongen 2024-25
- TA - TurneringsAdmin
- Håndball LIVE
- Bestemmelser og regler – aldersklasser
- Omberamminger
- Melde skade
- Tips fra Talentsjefen i NHF
- Nye regler og Sesongreglementet 2024-25
- Gebyrer
- VM
- Verdiløftet
- SPU
- Trenerrollen
- Trenerattesten og Trenerutdanning
- Håndballtrening
- Foresattemøte
- Belastning
- Nivå i aldersbestemte klasser
- Lisens
- Regler: Bekledning og sportsutstyr
- Gutteløftet - status
- Filming, streaming, bilder og SoMe
- Årshjul
- LTP
- NHF RØ info

Sørg for god informasjon videre i klubb og lag

- Del alt fra i kveld med foresatte og andre trenere som er med i gruppen din
- Eierskap til påmeldinger og aktivitet
- Kjenner du godt til klubben din?
- Har klubben en *Sportslig plan*?
- Kan klubben og du svare på det foresatte lurer på?
- 4'er, 5'er, 6'er og 7'er håndball – forklar foresatte forskjellen tidlig



Infomøtet i mars – var du med?

- Planlegging av sesongen
- Påmelding av flere lag i samme årsklasser
- Gebyrer
- Belastning og regler
- Nivå i aldersbestemte klasser
- Introduserte **Spillere til kamp** – et dokument du kan ha nytte av
- Konsekvenser ved trekking av lag
- Økonomi
- Forutsigbarhet
- TID – som kan brukes på andre ting

Spilltilbudet 13 år-senior 2024-25



Regionserien

- J/G 13-16 år
- Juniorserien Jenter og Gutter 17-20 år
- J33 – ett nivå
- Senior 3. - 6. divisjon for damer
- Senior 3. - 5. divisjon for menn
- REMA 1000 Hjerteligaen
- Rullestolhåndball

Regionserien J/G 13 - 20 år

- Flere klasser med tre nivåer: 1, 2 og 3
- Det spilles 7'er håndball (seks utespillere + målvakt). Standard målhøyde.
- Siste spillrunde er 24. november (med unntak av enkelte puljer)
- Husk å signere kamprapporten / kamptroppen FØR kampstart
- Spilletid J/G 13 og 14: 2 x 20 minutter
- Spilletid J/G 15, 16 og Juniorseriene: 2 x 25 minutter
- Dersom en spiller skal delta på to kamper samme dag, må det være én time i mellom som pause. Før evt. en tredje kamp, må det gå to timer mellom kamp nr. 2 og 3.
- Meld inn spillerstaller dersom klubben har to lag på nivå 1: nhf.ron@handball.no

Regionserien SENIOR / J33

- Det spilles 7'er håndball (seks utespillere + målvakt).
Standard målhøyde
- J33 – Spilletid 2 x 25 minutter
- Spilletid Senior: 2 x 30 minutter
- 3.- 6. divisjon for kvinner
- 3.-5. divisjon for menn

- 5. divisjon menn:
Kamper mot Follo Rullestolhåndball
- 6. divisjon kvinner:
Kamper mot Nordstrand Rullestolhåndball
Spilletid er 60 minutter (lagene blir enige)

- REMA 1000 Hjerteligaen
- tilrettelagt håndball



Ekstra spilltilbud

- **Mobile Regionscup * Finaler 3. mai**
 - Klassene J/G 13-20år og senior (3.-6. divisjon)
- **Gutteturneringen**
 - Klassene Gutter 10-20 år
 - Det kåres ingen vinnere i G10, G11 og G12 år
- **Temaserien**
 - Klassene J/G12, 13 og 14 år
- **Flyball (vår 2025)**
 - Klassene 12-16 år
 - Det kåres ingen vinnere i J/G 12
- **Beachserien (sommer 2025)**
 - Klassene J/G 12-14-16 år, junior og senior
 - Det kåres ingen vinnere i J/G 12 år
- **Beachdagen**
 - Klassene J/G 10 og 11 år



TA – TurneringsAdmin

- Klubben gir deg tilganger
- Klubben registrerer trener(e) og/eller lagledere på hvert lag i SA (SportsAdmin) før hver sesong. Det samme må gjøres i TA
- Hold orden på spillerstallen
- Kamptropper
- Sekretariatets oppgaver
- Sidebytte
- Antall lagledere under kamp (to eller fire)
- EN lagleder kan stå av gangen

OM OSS KAMPAKTIVITET UTVIKLING PRAKTISK INFO

dballforbund / Praktisk info Brukerveiledninger / TurneringsAdmin / Lagleder i TA

Lagleder i TA

Dersom du er tildelt en lagleder-funksjon for et lag, vil du automatisk få tilgang til å administrere laget ditt via både TurneringsAdmin (TA) og app'en Min Håndball.

Disse ulike funksjonene er:

- Innlogging
- Redigere kamptropp
- Legge inn spillerstall
- Terminlister
- Resultatregistrering
- Administrere mine lag
- Melde på lag
- Påmeldte lag
- Søke om omberamning (flytte kamp)
- Klubbens hjemmebaner

Håndball - LIVE

Publikum kan følge kamper via websiden Håndball LIVE eller i appen Min Håndball, dersom det er gjort tilgjengelig av NHF RØ eller NHF.

Det er tre ulike typer LIVE det kan plottes under en kamp:

- **Enkel versjon** - Digital kamprapport
 - * Kun registrere målscore lag
 - * Brukes i klassene 12 år og yngre
- **Standard versjon** - Digital kamprapport
 - * Brukes i klassene 13 år – Senior
- **Avansert versjon**
 - * Føre hendelser for statistikk (parallelt med Digital kamprapport)
 - * Brukes i NHFs serier

Digital
kamprapport
skal signeres
FØR kampstart
av én lagleder
fra hvert av
lagene

LIVE-føring / Kamprapporter

- Lagleder er ansvarlig for at riktige spillere er lagt til i *kamptropp* og bekrefter dette ved å signere med PIN i god tid før kampstart.
- Alle som sitter på benken under kamp, skal påføres som lagledere (eller spillere) i kamptroppen
- Står spilleren på kamprapporten, har han/hun deltatt på kampen. Gjelder alle kamper med unntak av 1. divisjon og Rema 1000-ligaen



God underholdning i Helsethallen
Foto: Linda Lynaas Wulff

Hvem kan spille?

§ 15 Deltagelse i flere klasser:

Spillere som ikke har fylt 16 år kan bare delta i sin egen offisielle aldersklasse og den offisielle klassen som ligger umiddelbart over - samt den mellomliggende uoffisielle klassen.

Aldersklasser defineres slik:

Barneklasser:

Klassene J/G 6, 7, 8, 9, 10, 11 og 12

Offisielle klasser:

Klassene J/G 12, 14, 16, 18 (Lerøy) og 20 (junior)

Se egne bestemmelser i de ulike klassene for bruk av f.eks. jenter på guttelag og motsatt.

Bestemmelser om barneidrett – se www.nif.no. Med egen tilpasning i Norges Håndballforbund * NY

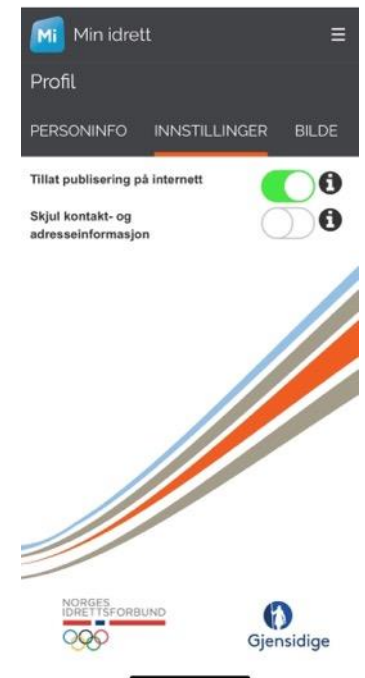
- a) Barn kan delta i lokale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 6 år. Først og fremst i egen klubb
NHF definerer lokalt som bokommune, nærliggende kommuner eller inntil én times reise en vei i Norge
- b) Barn kan delta i regionale konkurranser og idrettsarrangementer fra det året de fyller 9 år *
*NHF definerer regionalt som inntil to times reise en vei i Norge.
Der hvor det er avvik fra bestemmelsene, må klubb få godkjent innsendt søknad for deltakelse i den regionen de tilhører.*
- c) Barn kan fra det året de fyller 11 år delta i åpne konkurranser og idrettsarrangementer i Norge, Norden og Barentsregionen. Før dette kan de ikke delta i konkurranser/cuper utenfor egen region

Omberamming av kamp gjøres i TA

- Kampene ble første gangen publisert 7. juni
- Fri omberammingsperiode frem til 1. juli
- Ny periode kommer i desember
- Nå som kampene (endelig) er i gang for mange, ber vi dere dobbeltsjekke at e-post og telefonnummer på din profil i **Min Idrett** er riktig. Husk å være logget inn på **Min Håndball**
- Viktig at kontaktpersonene for hvert lag synlig har kontaktinfo!

Via PC:

1. Logg inn på **Min idrett**
2. Klikk på **profilbildet oppe i høyre hjørnet**
3. Velg **Personvern og innstillinger**
4. Velg så **Samtykker og reserverasjoner**
5. Velg deretter **Visning kontaktinfo**
6. Velg så her om en ønsker reservere seg (eller slå av reserverasjonen) for visning av kontaktinformasjonen:
 1. E-post
 2. Telefon mobil



Melde skade

- Min Håndball
- Profil
- Meld Skade
- Gjensidige
- Alle aldre
- Alle barn er forsikret gjennom Norges Idrettsforbund sin *Barneidrettsforsikring* til og med det året de fyller 12 år. Les mer om dette her:
- <https://www.idrettsforbundet.no/tema/barneidrett/>



Logg ut

Hent PIN

Lisenser

Meld skade

Om Min Håndball

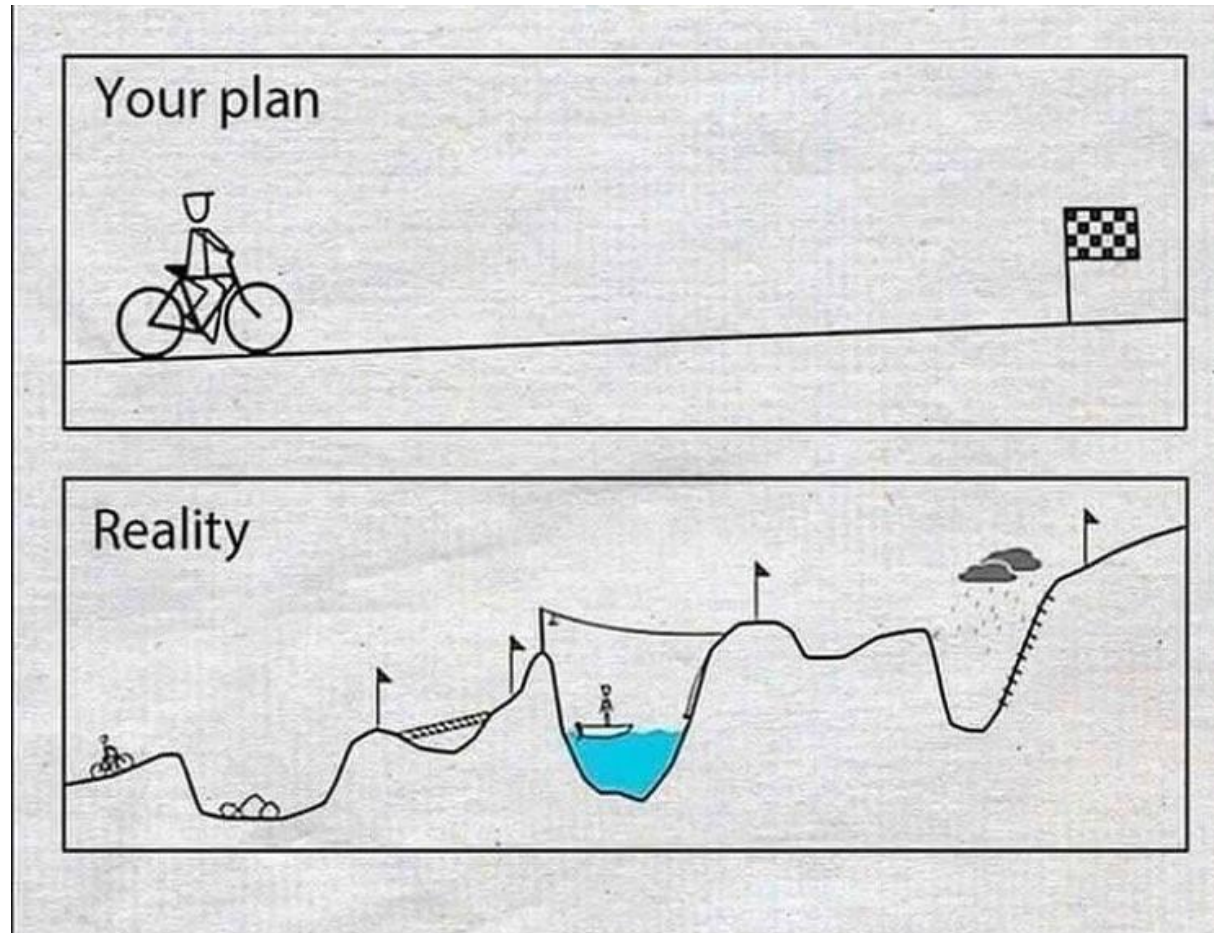
Om personvern

Gå til TA

Adgangskort

Gi tilbakemelding

Balanse mellom trening og kamper



Myter

1. Spillerne trenger å trene med andre spillere på samme høye nivå på hver trening
2. Spillerne trenger å vinne tidlig for å vinne senere
3. Spillerne trenger å delta tidlig på SPU, RLM, LKY for å få mulighet senere til å nå drømmene sine
4. Spillerne trenger å velge idrett på videregående for å nå toppen

Sannheter

1. Spillerne trenger ikke å trene med andre spillere på samme høye nivå på hver trening - **det sosiale er viktig for motivasjonen for mange**
2. Spillerne trenger ikke å vinne tidlig for å vinne senere. **Det er læring som utvikler vinnere**
3. Spillerne trenger ikke å delta tidlig på SPU, RLM, LKY for å få mulighet senere til å nå drømmene sine
4. Spillerne trenger ikke å velge idrett på videregående for å nå toppen

Hjelp spillerne med å skape balanse i hverdagen

1. Mellom utdanning og håndball
2. Mellom halltrening og fysisk trening
3. Mellom seriøsitet og ungdomslivet
4. Mellom det å være forstående og gi motspill, motstand og utfordringer

Nye regler 2024-25

- **Blått kort** – fjernes fra regionalt kamptilbud
- **Protester:**
 - Som parter i en sak vedrørende spillerberettigelse regnes;
 - ✓ Alle klubbene som deltar i samme avdeling eller samme mesterskap.
 - ✓ Den myndighet kampen sorterer under

Protest:

Dersom et deltagende lag i en kamp, eller den myndighet (region eller forbund) som kampen sorterer under, mener at det under kampen har funnet sted regelstridig forhold, kan det nedlegges protest med hensikt å få kampen annullert eller kampens resultat underkjent

Eksempel:

Protest på spilleberettigelse

34. Generelle bestemmelser for protester, disiplinær- og straffesaker

35. Bestemmelser om protester

Sesongreglementet 2024-25

- Aldersbestemmelser, spilletider og ballstørrelser
- Dispensasjoner
- Påmelding av flere lag i samme årsklasse 11 og 12 år
- Påmelding av flere lag i samme årsklasse 13-20 år og premiering
- Sammensatte lag
- Ordensregler
- Kampendring / Omberammelse
- Melding om Walkover (WO)
- Dommeroppsett
- Retningslinjer for utbetaling til dommere

Sesongreglementet 2024-25 forts.

- Avtale Dommerutvikler
- Avtale Dommer barnehåndball
- Dommerhonorarer
- Skade under kamp
- Håndball-lisensen
- Arrangørtjeneste
- Gebyrer (omberammelser, WO, arrangør som ikke møter etc.)
- Gebyrer ved trekking av lag, dommere som ikke møter

Gebyrer sesongen 2024-25

- Omberammelser gjort innen 10 dager før opprinnelig kampdato: 1250,-
- Omberammelser som gjøres 5-9 dager før opprinnelig kampdato: 2500,-
- Omberamming nærmere enn 5 - fem dager gis kun i helt spesielle tilfeller med akutt sykdom eller reiseproblemer grunnet ekstremvær
- IM - Lag som ikke møter til kamp uten å ha meldt forfall i rett tid: 3500,-
- WO – J/G 06-10 år: 1000,-
WO – J/G 11-12 år: 1500,-
WO – J/G 13-Junior: 3000,-
WO – senior og J/G 33: 3000,-
- Gebyrer ved trekking av lag etter påmelding.
Påmeldingsavgiften refunderes ikke

Spillere til kamp - dokumenter

KLUBBEN J14 * SESONGEN 2024-25

Dag	Lørdag	Søndag	Søndag	Søndag	Onsdag	Lørdag	Søndag	Søndag	Søndag	Onsdag
Lag	Klubben J14-1	Klubben J14-1	Klubben J14-2	Klubben J14-1	Klubben J14-2	Klubben J14-2	Klubben J14-1	Klubben J14-2	Klubben J14-1	Klubben J14-1
Dato	20.01.24	04.02.24	04.02.24	11.02.24	06.03.24	09.03.24	10.03.24	17.03.24	13.04.24	24.04.24
Tid	15:40	12:20	17:30							
Bane	Klubba	Bortehallen	Klubba	Klubba	Bortehallen	Klubba	Bortehallen	Bortehallen	Klubba	Bortehallen
Motstander	De Gule	De Blå	De Røde-2	De Grønne-3	De Lilla	De Rosa	De Oranje-2	De Sorte	De Hvite	De Brune-2
MV 1		X		X		X	X	Bortreist	X	X
MV 2	X	X			X		X			X
MV 3	X	Bortreist	X	X			X	X		
Navn 4	X	X		X	X		X			X
Navn 5	X	X			X	X	X			
Navn 6			X	X		X	X		X	
Navn 7			X		X		X		X	X
Navn 8			X		X	X		X		X
Navn 9	X		X		X	X		X		X
Navn 10	X	X		X	Skoletur uke 10	Skoletur uke 10	Skoletur uke 10	X	X	
Navn 11	X		X	X	Skoletur uke 10	Skoletur uke 10	Skoletur uke 10	X	X	
Navn 12	X			X		X	X			X
Navn 13			Kan ikke		X	X		X		X
Navn 14	X	X			X	X		X	X	
Navn 15	X	Bortreist	X	X			X		X	
Navn 16	X	X		X			X		X	
Navn 17	Syk	Syk	Syk		X	X		X		X
Navn 18			X	X	Skoletur uke 10	Skoletur uke 10	Skoletur uke 10		X	X
Navn 19			X		X	X		X	Bortreist	X
Navn 20	X	X	X		X	X		X		
Navn 21		X		X				X	X	X
Navn 22		X		X			X	X	X	

2 x MV på nivå 1-kamper / 1 x MV på nivå 2-kamper

Fra forrige nivå 1-kamp

12 spillere på nivå 1-kamper

10-11 spillere på nivå 2-kamper

KLUBBEN J14 * SESONGEN 2024-25

Dag	Lørdag	Lørdag	Torsdag	Lørdag	Lørdag	Søndag	Søndag	Onsdag
Lag	Temaserien 1	Temaserien 2	Klubben J15	Temaserien 1	Temaserien 2	Klubben J15	Klubben J15	Klubben J15
Dato								
Tid								
Bane	Heia Arena 1	Heia Arena 2	Klubba	Heia Arena 1	Heia Arena 2	Klubba	Klubba	Bortehallen
Motstander	3 x kamper	3 x kamper	De Store	3 x kamper	3 x kamper	De Store	De Store	De Store
MV 1	X				X			
MV 2	X			X				
MV 3		X		X				
Navn 4	X			X				
Navn 5	X		X	X			X	X
Navn 6	X			X			X	
Navn 7		X			X			
Navn 8		X		X				
Navn 9		X		X				
Navn 10	X			X				
Navn 11	X		X		X	X		
Navn 12	X		X		X	X		
Navn 13		X			Bortreist			
Navn 14	X			X				
Navn 15	X				X			
Navn 16	X			X				
Navn 17		X			X			
Navn 18		X		X				
Navn 19		X			X			
Navn 20	X				X			X
Navn 21		X			X			
Navn 22		X			X			

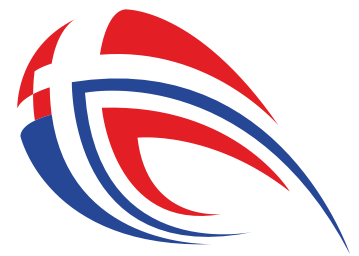
Totalt:

E-post: anki.lian.spanic@handball.no

Håndball-VM på hjemmebane i 2025

14.01 - 02.02 UNITY ARENA, FORNEBU I BÆRUM

- Klubbilletter i salg frem til 31. oktober
- Priser fra 235,- til 315,- pr person
- Promokode: VM25KLUBBNO
- [Klubbilletter til håndball-VM](#)
- Match Schedule: inspiredbyhandball.com/
- **FRIVILLIGE – [VI TRENGER DEG PÅ LAGET!](#)**



2025
29th IHF MEN'S
HANDBALL WORLD
CHAMPIONSHIP

CROATIA | DENMARK | NORWAY



inspired.com
by handball

Se filmen fra Verdiløftet

[HER](#)

PAUSE

3 minutter

Spillerutvikling NHF Region Øst sesong 2024-25

Lokalt nivå (SPU) 13 – 17 år:

Gi mange spillere inspirasjon og motivasjon i treningshverdagen i et mestringsorientert miljø. Fokus er på individuell utvikling.

Regionalt nivå (RLM/RLK):

Kartleggingstreninger opp mot Landslag Kvinner og Menn Ungdom og Junior

Prosjekter for målvakter

Ferdighetskurs for ulike spillerposisjoner



Trenerrollen: Begeistring og innsatsvilje

Som trener er det viktig å **begeistre**:

- Skape **god** stemning, **gode** opplevelser og vise at det er **gøy** å spille kamp!
- **Din oppførsel** smitter over på spillere, dommere og tilskuere.
- Verdsett **god innsatsvilje**, og **hei** på de som tørr å prøve. Vis **god oppførsel** og **lagånd**.
- **Være utviklingsorientert** – ikke resultatorientert.



Trenerrollen: Respekt og Fair Play

- Som **voksen og trener** er du forbilde for alle barn og unge i hallen, og du har derfor ansvar for å vise god **Fair Play-ånd**. Enkelt sagt er dette "orden og oppførsel" - holdninger før kamp, i kamp og etter kamp. Det betyr fravær av elementer som hovering, ufinheter, stygge triks, farlig spill eller usportsligheter under - og etter kamp.
- Vær en inspirerende trener og legg vekt på at **Fair Play** og **Respekt** etterlevs. Sørg for **gode opplevelser, trygge rammer, gode holdninger** og **positive tilbakemeldinger** i laget ditt.
- I tillegg forventes det at **alle**, både på og utenfor banen, utviser respekt for **motstanderlag** og **dommere**.



Trenerattesten – obligatorisk!

- Vedtatt på Idrettstinget 2021. Det er ikke lov å være trener uten
- Trenerattesten er obligatorisk i alle idretter
- Sikre at barn og unge møter et likere og mer helhetlig kvalitetstilbud uavhengig av trener, idrett eller klubb
- Her finner du Trenerattesten: trener.nif.no eller via Min Idrett
- Tar treneren gjennom de viktigste oppgavene og forventningene som stilles til dem
- Én attest for trenere i barneidretten, én for ungdomsidretten og én for voksen (senior)
- Legger til rette for trygghet, mestingsopplevelser og frihet for utøveren
- Kunnskap om helse, miljø og sikkerhet

Trenerutdanning

- Trenerattesten – obligatorisk for ALLE
- STARTPAKKA – gratis!
- NIFs grunnpakke - Modul 1-5 på Trener 1
- Trener 1 – 13 moduler
- Trener 2 – 20 moduler
- Lerøy - Trener 2 for å være hovedtrener
- 2. divisjon - Trener 2, eller påbegynt
- 1. divisjon - Trener 3
- Elite - Trener 4

Trener 1 kan arrangeres i egen klubb

Trener 2 settes i gang nå i høst, meld dere på 😊

Iver.stolen@handball.no

Utviklingstrappa

- Planleggingsverktøy
- Ved hjelp av *Utviklingstrappa*, kan du som trener planlegge økter tilpasset spillernes alder
- 6-9 år, 10-12 år, 13-15 år og 16-20 år
- Tekniske, taktiske, fysiske og mentale ferdigheter – samt målvakt
- Fokus på/i Trenerrollen og konkurransen
- Treningsmengde og progresjon



NHF Fagstoff til trenere og spillere

HÅNDBALLTRENING

Teknisk-taktisk trening

Valgskolen

Forsvarsskolen

Målvaktskolen

Skuddskolen

Kast ballen

Trenerrollen

Håndballtreneren

Utviklingstrappa

Ungdomshåndball

Barnehåndball

Lagbygging

Fysisk trening

Håndballfysikk

God og skadefri

Håndballfysisk trening

”



I utviklingen av unge spillere trengs det først og fremst mer lek med ballen. I alle slags momenter.

 Stine Bredal Oftedal

Alle øvelsene finner du i **Øvelsesbanken** hvor du kan lage økter

Foresattemøte (spillermøte Senior) – forslag fast agenda

- Velkommen – presentasjon av de som kaller inn / støtteapparat (om dette er etablert)
- Presentasjon av klubben/verdier ved et styremedlem og/eller Barneidrettsansvarlig i klubben
- Sportslig: Informasjon fra hovedtrener/trenerteam/koordinator (tilpasses)
- Lagsøkonomi: Treningsavgift, regnskap/budsjett
- Utstyr og drakter
- Øvrig bekledning (treningsstøy, sko, bag etc.)
- Ballstørrelse / balltype (lær eller mykball)
- Rollefordeling rundt laget/gruppen
- Forventninger til foresatte
- Informasjonskanaler
- Treninger
- Min Idrett og Min Håndball
- Regionskamper
- Cuper
- Dugnader
- Annet

Belastning

BEGEISTRING
RESPEKT
INNSATSVILJE
FAIR PLAY

Se reglement for lisens- og deltagerberettigelse:

- **§ 19 Periodebegrensning**
- (1) En spiller tilhørende klassene J/G14 (inkludert J/G13) – J/G18 kan delta i 4 nasjonale/regionale obligatoriske kamper for klubb over full tid i løpet av en uke. Perioden defineres som mandag til og med søndag.
- (2) En spiller tilhørende J/G14 (inkludert J/G13) – J/G18 kan delta i 10 nasjonale/regionale obligatoriske kamper for klubb over full tid i løpet av en måned. Perioden defineres som første dato til siste dato i måneden.
- (3) Begge de ovenstående begrensningene på deltakelse må til enhver tid overholdes.
- (4) Regionene kan i helt spesielle tilfeller dispensere fra reglene ovenfor i regionalt kamptilbud.
- (5) Det anbefales at samme spiller ikke deltar i mer enn 45 nasjonale/regionale obligatoriske kamper for klubb over full tid pr. sesong.

- NHF Region Øst legger inn 15 minutters oppvarmingstid for J/G 16 år der det er mulig. Viktig at arrangørene er klar over dette og ikke setter i gang kamper for tidlig

Nivå i aldersbestemte klasser



Nivå i aldersbestemte klasser – regler

- Lov til å bruke inntil tre spillere fra nivå 1 i en nivå 2-kamp (fra J/G 13 til Junior)
- En spiller som har spilt på nivå 1 kan ikke spille på nivå 3
- Trenerens ansvar / Rapporter til regionen
- [Microsoft Word - Bruk-av-spillere-pa-ulike-nivaer_eksempler.docx \(handball.no\)](#)
- I et lags **første obligatoriske kamp** i sesongen, kan det ikke benyttes spillere som har spilt lavere lags obligatoriske kamper tidligere samme sesong – med unntak av tre spillere. Dette gjelder i alle årsklasser fra og med J/G 13 år til og med Junior/20 år. Det vil si at det er tillatt å bruke totalt tre spillere fra alle nivå 2-kamper som er spilt før første nivå 1-kamp i samme sesong. Det samme gjelder fra nivå 3 til nivå 2.
- I **seniorklassen** kan det benyttes inntil tre spillere som ikke har fylt 21 år selv om disse har deltatt i obligatorisk kamp for lavere rangert lag før det høyere rangerte lagets første obligatoriske kamp.
- Det er ikke tillatt å spille flere enn én seniorkamp pr. dag

Lisens

- Alle spillere og dommere som deltar i organisert håndballaktivitet, skal løse lisens fra og med det kalenderåret de fyller 13 år - gjelder for både kamp og trening.
- 2012-årgangen løser halv lisens etter 1. januar 2025
- Sjekk at spillerne dine har betalt lisens i god tid før første seriekamp
- Spillere som opplever økonomi som barriere, kan også i år søke NHF om støtte til dekning av lisensen. Frist for å søke er 15. oktober 2024
- Lisens for lagledere/trenere gjelder i NHF sine serier - fra 2. divisjon og oppover, NM, Bring og Lerøy.

Frilisens

- Norges Håndballforbund har en frilicensordning knyttet opp mot det enkelte spillende lag.
- Frilicensordningen innebærer at et spillende lag i kamp i klassene Junior og eldre - kan benytte en person som ikke har løst personlig lisens. **Pris: 1450,-**
- I klassene fra J/G 12 til og med J/G 16 kan det enkelte lag løse én frilicens som gjelder for maks tre spillere pr. kamp. **Pris: 400,-**
- Frilicens skal være løst før den benyttes, og den gjelder for en sesong.
- Frilisensen kan ikke benyttes av en og samme person i mer enn tre kamper i samme sesong.

Lisenskontroll

- Kontroll gjennomføres hver sesong, og det er klubbens ansvar å ikke benytte spillere uten lisens.
- Gebyret (750,-) som klubben blir ilagt i forbindelse med personers deltakelse i håndballkamp uten å ha løst lisens, kommer i tillegg til at personen må løse lisensen sin.
- Dersom personen (eller personene) på ny deltar i håndballkamp uten at lisens er løst, vil laget vedkommende deltok for, dømmes til å tape kampen.
- Viktig at klubben følger opp personer som ikke er registrert med betalt lisens.
 - Duplikater
 - Feil KID-nummer
 - Betalt medlemskontingent

Regler om bekledning/sportsutstyr

- Briller: Synsam - alle skal se
- Hijab
- Hodemasker
- Knebeskytter
- Ankelbeskytter

- Oversikt over bruk av utstyr

Gutteløftet – STATUS

- Treårig prosjekt 2023-2026
- Fokus rekruttering og - øke antall klubber med guttelag
- Nærmere 30 klubber er med – plass til flere
- Motiverte klubber som har etablert et sterkt nettverk
- Hver klubb har en guttehandballansvarlig
- Klubbene samles for en langsiktig innsats for guttehandballen
- Arbeidsmøter:
 - Skape gode guttemiljøer og motivere utøvere.
 - Samarbeid mellom klubber og lag.
 - Rekruttering
- Lokale møter (geografisk deling) - diskutere lokale utfordringer



Retningslinjer for bilder/filming av barn og unge

- Hovedregelen i norsk idrett er at det ikke skal strømmes eller filmes fra klasser yngre enn 18 år
 - Styret i Norges Håndballforbund har besluttet at følgende strømminger er tillatt i aldersgruppen 15-17 år sesongen 2024/25: **Bylag, Bringserien, samt høyeste regionale nivå i 16-års klassen.** I tillegg kan enkeltarrangementer regionalt i 16-års klassen åpnes for strømming som f.eks. cupfinaler og sluttspillhelg. Gitt at det ikke er kommunale begrensninger på spillestedet
 - MyGame har rettighetene til å strømme breddekamper i regi av Norges Håndballforbund og deres regioner. Derfor er det kun i haller med MyGame-kamera det kan filmes og/eller strømmes fra
 - Når det gjelder bilder og filming av barn krever dette særskilt samtykke, og dersom spilleren er under 18 år skal også foresatte samtykke
 - Vær ekstra observant overfor egne lags innhold i Sosiale Medier
- [Strømming av idrettsarrangement for barn | Datatilsynet](#)
- [Bilder av barn | Datatilsynet](#)

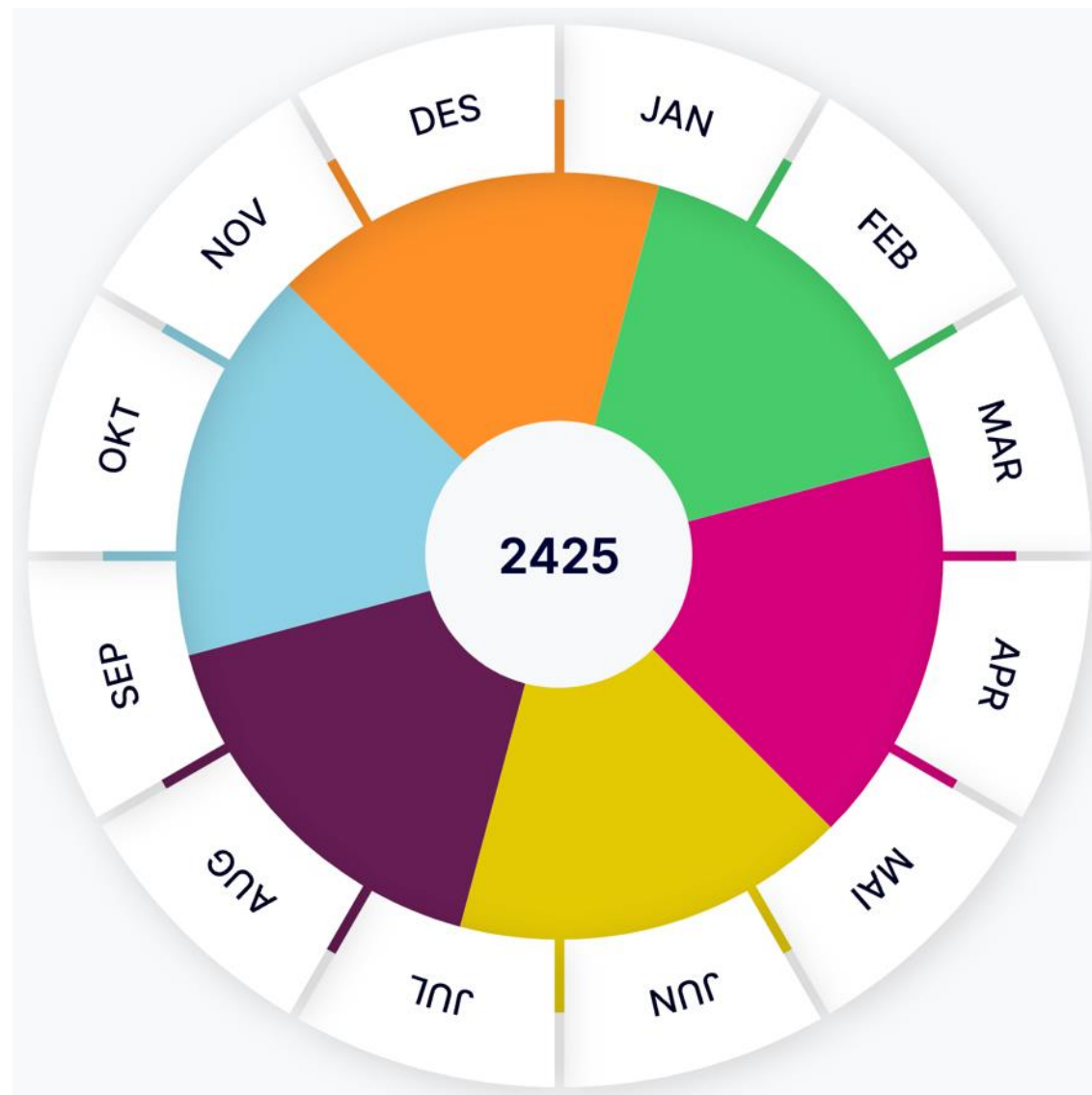


Husk at det ikke er tillatt å filme, fotografere og dele innhold av barn under 18 år i sosiale medier og andre digitale kanaler uten samtykke fra både utøver og foresatt.



Årshjul

- NHF Region Øst har laget et årshjul for sesongen 2024-25
- Viktige frister
- Påmeldinger / møtevirksomhet
- Kurs
- Arrangementsdatoer
- Klubben kan lage et eget hjul tilpasset aktivitetene



Lokal terminplan - LTP

- Lokal terminplan (LTP) finnes på våre nettsider: Praktisk info > Lokal terminplan
- Planlagte aktiviteter for sesongen 2024-25

Sesongen 24/25

Ukenummer	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45	46	47	48	49	50	51	52	1	2	
Dato - Lør/Søn	31-1.sep	7-8.sep	14-15.sep	21-22.sep	28-29.sep	5-6.okt	12-13.okt	19-20.okt	26-27.okt	2-3.nov	9-10.nov	16-17.nov	23-24.nov	30-1.des	7-8.des	14-15.des	21-22.des	28-29.des	4-5.jan	11-12.jan	
Bringserie Gutter og Jenter			X				X					X			X						
Bylag (Sentralt)																					
Bylagsturnering (Regionalt)																					
Storsamling J/G 15 år					X																
FlyBall																					
Regionscup - Finaler																					
Sharebus Cup																X					
Lerøyserien Gutter og Jenter			X				X				X				X						
Intersport Loppetassen												X									X
Intersport 4'er runder				X				X					X								
Målvaktseminar																					
Temaserie 12 - Gutter								X						X							X
Temaserie 12 - Jenter									X							X					
Temaserie 13 - Gutter								X						X	X						X
Temaserie 13 - Jenter				X									X							X	
Temaserie 14 - Gutter & Jenter																					
Hjerteligøen							X				X										X
Trenerutdanning (trener 3 & 4)									X												
Veteran NM									X												
Utdanningshelg																					
Trener 2				X						X											?

Aktiviteten er berammet på helg - Lør eller søn.

Beach i uke 20-25 (hverdager)

Toppåhåndballseminar 6.-8. juni

Informasjon fra NHF RØ

Vår offisielle e-post adresse er nhf.ron@handball.no

Alle klubber må fortsette å være flinke til å dele informasjon i egne kanaler og Sosiale Medier, som publiseres på både Handball.no/Ron og:



Fair Play • Begeistring • Respekt
Innsatsvilje