# Årsmelding for HK Eidsberg 2025

HK Eidsberg er nå en veletablert klubb med et godt omdømme både i lokalmiljø og i regionen. Klubben legges merke til med positive omtaler, det være seg hos kommune, region eller motstandere.

Klubbens visjon er «flest mulig, lengst mulig». Dette omhandler å skape et godt breddetilbud hvor det er viktigst å oppleve mestring og utvikling, det skal allikevel være lov å være god.

Klubben har god og sunn økonomi. Dette er bra for å kunne gi et godt tilbud til lagsmiljøene. Vi er opptatt av å holde kostnadene nede for å kunne gi et tilbud til alle. Det skal være lavterskel for å kunne drive med idrett og HK Eidsberg har etablert et fond for å kunne gi økonomisk støtte der det er behov.

Styret i HK Eidsberg har dette året bestått av:

| | |
|---|---|
| Leder: | Eva Elisabeth Koht-Norbye |
| Nestleder: | Stian Omholt |
| Sportslig leder: | Ronny Hansen |
| Spons/dugnads leder: | Monica Sandaker Wieleck |
| Kasserer: | Hanne Sæther |
| Sekretær: | Cecilie Kleiven Igletjern |
| Medlemsans.: | Lars Vormeland Lilleng |
| Styremedlem: | Kathe Bredesen Jacobsen |
| Varamedl.: | Mariann Faugli |

Styret har i løpet av året avholdt 8 styremøter.

2025 har vært et bra år i klubben vår. Vi er veldig stolte av det arbeidet som alle våre tillitsvalgte, trenere, foreldre og andre legger ned for at alle spillerne våre skal ha de beste forutsetningene for å drive med den idretten de elsker.

Smaalenene Cup som vi er en av eierklubbene i, ble nok en gang gjennomført med positivt fortegn. Det var god stemning gjennom hele cupen. Nok ett år deltok vi med mange lag i alderen 7 år til senior. Vi hadde også lag som tok med seg pokaler hjem dette året.

Våre representanter, Eivind Lintho og Trine Nordby har deltatt i arrangementskomiteen. Deler av styret samt Kai Even Moskaug har vært

hallansvarlig dette året. Vår dugnadsinnsats ga oss i klubben en veldig god utbetaling i etterkant av cupen. Dette er vår viktigste inntektskilde!

Tusen takk til alle som jobbet dugnad under cupen.

Kiosken i hallen har blitt en viktig inntektskilde for klubben. Kiosken driftes på dugnad av de ulike lagene våre etter oppsatte dugnadslister og blir veldig viktig å opprettholde fremover på en like god eller bedre måte!

Sportslig har vi ved sesongstart 2025, 21 lag i aldersklasser, fra 9 år til senior, som er påmeldt i regions serien 2025/2026. I tillegg er det 5 samarbeidslag som vår klubb er en del av.

Vi har samarbeid med Halden Topphåndball på G20 og Herrer. På damelaget og J20 ha vi et samarbeid med Askim for å sikre spill på flere nivåer for spillerne i begge klubber som er i tillegg til våre lag i regionserien. Vi har et lag fra HTH samarbeidet som har klart å kvalifisere seg til nasjonal serie, G18 i Lerøy serien. J16 og G16 kvalifiserte seg for den nasjonale serien i Bring denne sesongen. Vi har hatt spillere fra klubben representert på SPU, regional bylagsturnering, landsdelssamling og landslagssamling.

Klubben har i tillegg deltatt på mange cuper med mange lag og veldig mange gode prestasjoner i blant annet Fjellhamar cup, Julecup på Langhus Fredrikstad cup. Her har vi både seier og 2, plasser til våre lag.

Sesongen ble nok en gang avsluttet med Baldus cup på Lillehammer med god stemning, deltagelse med mange lag og mange gode prestasjoner. Her har vi både seier og 2 plasser til våre lag.

Takk til alle som stilte opp og sørget for god stemning på tribunene.

Klubben har hatt flere arrangementer i tillegg til vanlig serie kamp avvikling.

- J16 Bring Runde
- Intersport Loppetassen for 6 og 7 åringer
- NM J20 kamp
- Regionscup
- 2. div kamp for Halden Topphåndball
- Samarbeidslaget J 20 deltatt på ekstra tilbud i regi av forbundet på Gjøvik og endte med knepent tap i finalen og nye samlinger kommer
- Vi har 1 spiller fra G 16 på regional landslagssamling
- Intern Heia cup som skaper samhold og god stemning i lagsmiljøene.

Klubben har i løpet av året arrangert barnedommer kurs i egen klubb, og vi har hatt flere stk på dommer kurs. Dette er med på å styrke dommer

rekrutteringen i klubben. Vi har deltatt med flere på barnekampveilederkurs og vi har 1 dommer som har gjennomført kurset for å være barnekampveileder.

Vi i styret er stolte av alt arbeid som blir lagt ned i klubben vår og ønsker å takke alle involverte, uavhengig av rolle for et godt bidrag til klubben.
En stor takk rettes til spillere, dommere, trener, lagleder, foreldrekontakter, medlemmer i utvalg, sponsorer, samarbeidsparter og supportere.
Sammen er vi gode!

**Styret i HK Eidsberg**

## Årsmeldinger fra de ulike lagsmiljøene

### Jenter 9 - f.2016

Trenere: Charlotte Tvenge Ravenel, Hege Amundsen

Hjelpetrener/foreldrekontakt/oppmann: Marte Milena Tveit

Antall spillere: 18 (4 nye det siste året)

Status:

Trener 1,5 time 1 dag i uka (1/2 time styrke/utholdenhet på løpebane og 1 time på halv bane).

Stabil gjeng med bra oppmøte, både på treninger og kamper.

Deltar i Kortbaneserien med 2 lag.

Har deltatt på Smaalenene cup og skal delta på Baldus cup for første gang nå i april (2 lag)

Sosialt:

Fokus på å ha det gøy og samarbeid. Vi har barn fra 4 barneskoler og har hatt fokus på at de skal bli bedre kjent med hverandre på tvers av skoler. Det var stor stas å delta på Heia cup for første gang, og de gleder seg allerede til neste år! Hadde også juleavslutning på Gobiten.

Fremover:

Får muligens 2 nye spillere, vet ikke om noen som skal slutte. Vi trenger mer treningsplass (hel bane) da det er veldig utfordrende å ha så mange spillere på så liten plass. Mange av jenten spiller også fotball, så vi prøver å tilrettelegge for dette sammen med fotballtrenerne. Etter fotballsesongen ønsker vi å øke til 2 ukentlige treninger.

# J10/G10 – født 2015

- G10 v/trener Therese Tveten
- J10 v/trener Tonje Graff Skaarer
- Lagleder for begge lag: Camilla Nybakken

**G10**

Utvikling
G10 startet opp sesongen i august 2025 med seks stk. spillere. G10 ble ikke påmeldt Balduscup 2025, pga. for få påmeldte. Det samme gjelder HEIA-cup (lag oppløst på gitt tidspunkt).
Smaalenene Cup 2025 ble gjennomført med 5 spillere fra G10-laget og to lånte yngre spillere. Cupen ble gjennomført, men det var allerede på dette tidspunktet et tema rundt at guttene var for få. Rundt 20. oktober 2025 meldte fire av seks gutter seg inn i HK Trøgstad 97 G10, etter 4-5 uker med trening to dager i uken med de.

Hva skjedde? Til tross for 6 spillere ved oppstart av sesongen, var det et behov for flere av gutta for et større miljø (les; guttemiljø) etter flere år for de som har vært med siden vår 2023, med for få å spille og utvikle seg med. Det ble derfor sett på mulighet for samarbeid med G11 og evt mulighet for samarbeid med G10 i HK Trøgstad. Guttene fikk komme på prøvetrening. På dette tidspunktet ble det oppfattet fra trener G10 og foreldreteam at det eksisterte en form for dialog mellom klubbene. Fire av seks gutter ønsket etter ca. 4 uker med prøvetreninger å melde seg inn.
Det bemerkes at det akkurat i denne «overgangsperioden» hvor HK Eidsberg G10 prøvetrente med HK Trøgstad 97 G10 kom to nye gutter innom på trening i Mysenhallen for å prøve. Beklageligvis var prosessen gått for langt for flere av guttene, som falt veldig for det store laget de nå hadde fått ta del i.

Økonomi
Det er i perioden fra oppstart høsten 2025 til «avviklingen» av laget ikke benyttet midl

**J10**

Utvikling
J10 har hatt en fin og stabil sesong i 2025 med BaldusCup, Smaalenene Cup og HEIA-cup. Laget bestod av 11 spillere ved sesongstart.

- Balduscup 2025: vi meldte under tvil på ett lag, og opplevde at alle påmeldte 10 spillere var fornøyde med opplevelsen, tross lite spilletid. Vi sørget for at alle fikk spille like mye.
- Smaalenene Cup 2025: her stilte vi med to lag – 6 spillere på hvert lag. Vi hadde på dette tidspunktet fått en ny spiller på laget og var nå 12 stk. spillere. Noen utfordringer med logistikk, da det er et ønske å kunne være mer i samme hall kontra forskjellige haller på samme dager. Jentene i seg selv hadde en fin cup med gode opplevelser.
- HEIA-cup 2025: på dette tidspunktet har vi mistet én spiller, samtidig som vi har fått to nye spillere. Vi er på gitt tidspunkt 13 spillere og en flott gjeng.

Innen julen 2025 er vi tilbake til 11 spillere, likt som ved sesongstart høsten 2025 – med noen få utskiftninger. Gjengen oppleves som stabil og fin. 02.03.2026

Økonomi
Det er i 2025 brukt noe midler på BaldusCup og juleavslutning. På BaldusCup ble det bestilt pizza til jentene en kveld, og kjøpt inn litt enkel frokost, snacks og godteri. Ellers har det blitt handlet litt pepperkaker og sjokolade til juleavslutning.
02.03.26 Trener J10 Tonje Graff Skaarer og Lagleder J10 Camilla Nybakken

**HK Eidsberg J13 (2012)**
Trenere gjennom sesongen er Mikki Sahmanovic, Hege Tangen Syversen og Ronny Hansen.
Antall spillere: 12 stk
Status:
Vi gjennomførte en treningssamling med overnatting i hallen sammen med J2013 i begynnelsen av april. Det var stor suksess med en time CrossFit på MPH, håndballtrening, morgen yoga, pizza, film og godis. Baldus Cup sto for tur etter dette og vi avsluttet sesongen med sand volleyball med kake og is.
Sesongen 25/26 har vi vært med på Temaserie, regionscup og spillerne har fått være med på SPU.
Vi har deltatt på klubbens Heia cup, Smaalenene cup og Langhus julecup.
Nå gleder alle seg til Baldus cup april og til Fredrikstad cup i mai.
Vi har denne sesongen trent sammen med J2011, noe som har vært veldig fint for å ha en større treningsgruppe.

**Gutter 11**

Gutter 11 har hatt en veldig god utvikling dette halvåret. Det er små marginer som gjør at ballen går stang ut i stedet for stang inn for oss nå, men prestasjonene viser tydelig at vi er på rett vei.

Vi har hatt spesielt fokus på kast i bevegelse, pådrag og viderespill, skuddtrening, det å se hverandre og tørre å bruke lukene i angrep. I tillegg har vi jobbet målrettet med å gjøre gutta mer robuste når de møter motstand i spill – særlig i angrep. Denne utviklingen ser vi godt igjen i kampene, der flere og flere tør å ta ansvar og stå i situasjoner som tidligere kunne blitt litt vanskelige.

Forsvarsspillet holder høy kvalitet, og laget fremstår tøffere enn gjennomsnittet. Gutta jobber godt for hverandre og viser vilje til å gjøre den ekstra innsatsen som kreves.

Det er veldig god stemning og høy lagmoral i gruppa. Vi taper og vinner som lag, og vi hjelper og støtter hverandre når ting er litt tungt. Det er en fin gjeng som viser respekt både for medspillere, motspillere og dommere.

Vi har også endelig landet en keeper som virkelig ser ut til å brenne for oppgaven. Det gir laget en ekstra trygghet å ha en dedikert sisteskanse bak, og det merkes at det motiverer både forsvar og resten av laget når vi vet at vi har en som kan stå bak og ta de avgjørende ballene.

Midtveis i sesongen ble det et trenerbytte. Vi er takknemlige for arbeidet og tiden Vibeke og Tine har bidratt med, og det gode fundamentet de har lagt.

Det har kommet på plass to nye trenere Monique og Joakim, som vi gleder oss til veien videre sammen.

Guttene har deltatt på Baldus 2025 og Smaalenene 2025.

Med Vennlig hilsen

Nilla M.Lysaker

**G13**
Årskull: 2011,2012,2013
Trenere: Sander Julien, Jeanette Bekk og Remi Aas
(Remi ble med i trener teamet fra Januar)
Antall spillere: 15

**Samarbeidslaget «Indre» J16:**

Denne sesongen ble det inngått ett samarbeid mellom Degernes IL, HK Trøgstad 97 og HK Eidsberg der det ble etablert ett samarbeidslag 2009 – jentene. Det ble ansatt et trenerteam på 4 personer. Ved oppstart bestod gruppa av 29 jenter bosatt i alle deler av Indre Østfold, samt Skiptvet og Marker.

Laget har trent fast 3 ganger i uka, fordelt på Trøgstadhallen, Mysen Idrettshall og Rakkestadhallen. På treningene har det stort sett deltatt 20 – 25 jenter i snitt.

Laget har dessverre spillere som har hatt eller fått langtidsskader tidlig i sesongen og gjennom høsten. Dette er trist for de det gjelder, men allikevel ikke noe mer man kan beskytte seg mot. Øvrig spillestall har vært stabil gjennom sesongen, men noen enkeltspillere har sluttet i løpet av sommeren og høsten. Per dags dato er laget 20 aktive spillere.

Indre J2009 har stilt ett lag i nivå 1, som denne våren spiller B – Sluttspill. Vi har også stilt ett lag i nivå 2, som denne våren spiller A – sluttspill. I tillegg klarte laget å kvalifisere seg til Bring og har gjennom året spilt i Ålgård, Stord, Sandefjord, Mysen og i april på Jessheim.

I mai spilte laget Fjellhamar cup og endte på 2. plass. I august spilte laget Ski cup og Smaalenene cup. I desember vant laget Langhus julecup for J20. Og i april avslutter vi sesongen med Baldus cup i Lillehammer.

**J20/ K3**

Trenere for J20 Nivå 1 og K3:
Per Roger Svendsen
Tom Erik Ringstrøm

Trenere for J20 Nivå 2:
Heidi Ruud
Malin Berntzen
Tuva Fosse

Ekstra støtte:
Sosialt: Sylvia Herland
Administrativt: Ann-Cathrin Sørlie

Sesongen generelt:

Vi har i sesongen 25/26 hatt en treningsgruppe bestående av spillere født fra 2008 – 1998.

Vi startet klubbsamarbeid med Trøgstad ved sesongstart og har nå spillere fra klubbene HK Eidsberg, Askim IF og HK Trøgstad.

Vi hadde en base med oss fra forrige sesong på 16 spillere, og fikk påfyll med 5 spillere fra tidligere J16 og 6 spillere fra Skiptvet som avsluttet sitt J20-lag.

3 fra den opprinnelige basen er i nå i militæret og i tillegg har vi hatt en del skader på spillere (2 brudd i finger, 1 skulder ut av ledd, samt vonde knær/legger). Grunnet dette har vi vært svært avhengige av å låne spillere fra J16.

Treningshverdag:

Vi trener 3 ganger i uken; mandager og onsdager i Mysenhallen, og på torsdager har vi styrketrening på Invictus i Askim.

3 spillarenaer:

3 Divisjon

J20 nivå 1. B-Sluttspill

J20 nivå 2. A-Sluttspill

Cuper:

**K3**

· Smaalenene Cup - vi tapte kvartfinalen.

· Vi ble ikke påmeldt til NM.

**J20**

· Smaalenene Cup – vi tapte kvartfinalen.

· Julecup Langhus - tapte A-finalen.

· Regionscupen - vi er per nå i semifinale.

· Ekstratilbud J20

o Gjøvik i november. Vi tapte finalen.

o Trondheim i februar. Vi tapte finalen.

· Baldus april 2026

Sportslige resultater:

Medio februar ligger vi etter resultatmålet for K3. Vi satt som mål toppen av midtsjiktet. Nå er vi bunn av midtsjiktet, men på trygg plass i 3 divisjon. Vi ser nå, at vårt ønske om hurtig håndball med trykk i ankomstspillet begynner å gi resultater. Sammen med godt forsvarsspill gir det oss noen fine opplevelser.

J20-1 var i en tøff pulje før jul. 3 av lagene i gruppen trakk seg, så de hadde kun 4 kamper totalt. Det endte med 1 uavgjort og 3 tap. 2 av tapene med kun 1 mål.

Nå spiller de B-sluttspill og ligger øverst på tabellen med 3 seire og 1 uavgjort så langt.

J20-2 kom på 3. plass i sin gruppe før jul. 5 seire og 2 tap. De spiller nå A-sluttspill og ligger midt på tabellen med 1 seier, 2 uavgjort og to tap.

Sosiale tiltak:

Kveldsmat og julebord

Sammendrag:

Som tidligere år, utvikler vi spillere, som klubber i høyere divisjoner finner interesse for. Vi merker pågang fra 2 divisjonsklubber. Vi håper de som er modne for det, finner veien videre. Men vi ønsker så klart å beholde stammen i laget. Forsvinner det en spiller, får alle beskjed om at dørene i Mysenhallen alltid står åpne vis de vil komme å trene. Håper de fleste spillerne ser at den korte reiseveien til hallen, gir mere overskudd i hverdagen, til å kunne drive med idrett.

Må på slutten nevnes at det er utfordrende med spillere spesielt i J20. Det er mye som «drar i dem» Mye jobbing, skole og ikke minst russetid/revy. Noen ganger føler vi nok at vi kommer litt for langt ned på prioriteringslisten. Noen klarer å balansere hverdagen godt, men ikke alle. Men vi kjemper på.

Vi har startet planlegging mot neste sesong. Som kan bli spennende mtp spillere som kommer opp fra J16. Håper spillere generelt ser at vi har det gøy, og får gode resultater som kan gjøre at samarbeidslaget J20/K3 er det naturlige valget å spille håndball også i 26/27 sesongen.

Per-Roger og Tom Erik