

Trænerhåndbog

2024-25

Opdateret 23.11.24



Indholdsfortegnelse

Indholdsfortegnelse	1
Træner håndbog 2024/25.....	3
Kommunikation i klubben	3
Brug Holdsport	3
Rød farve på en spiller?.....	3
Facebook	3
Bestyrelsens ansvarsområder	4
Kontingent	5
Indmelding	5
Udmelding.....	5
Dig som træner	6
Trænertøj	6
Trænerhonorar	6
Refusion af udlæg.....	6
Trænerkurser	7
Principper i Hvidovre Håndbold	7
Trupstørrelse og ventelister.....	7
Træningsprincipper	7
Træningsmængde.....	8
Årgang eller trup?.....	8
Rundt om træningen	8
Træningstider	8
Træningsplanlægning.....	9
Materialer til truppen.....	9
Træningstøj.....	10
Sociale arrangementer	10
Stævne og kamp	10
Tilmelding til turnering	10
Udfyldelse af holdkort.....	10
Flytning af kampe.....	11
Indmeldelse af resultater	11
Stævner betalt af klubben	11
Stævnetilmelding og egenbetaling.....	11
Dommere og ungdommere.....	11
Dommerbordsvagter.....	12
Reglen om spiludvikling.....	12
Dispensation	12
Kamptøj.....	12

Økonomien i klubben og truppen	13
Rådighedsbeløb i truppen	13
Sådan arbejder vi med sponsorer.....	13
Grotten og grottevagter	14
Udvalg i klubben	14
Flere frivillige.....	15

Trænerhåndbog 2024/25

Velkommen i Hvidovre Håndbold og tak fordi du har lyst til at være træner/holdleder i Hvidovre Håndbold. Din og dine "kollegaers" indsats er fuldstændig afgørende for, at vi hver dag året rundt kan tilbyde sjov og udviklende håndboldtræning og gode fællesskaber for klubbens mange medlemmer.

Med denne håndbog vil bestyrelsen i Hvidovre Håndbold forsøge at give svar på nogle af de dilemmaer og spørgsmål, du kan stå med som træner. Håndbogen udbygges jævnligt med de spørgsmål, vi får som bestyrelse. Hvert enkelt spørgsmål og svar slås op separat på vores fælles Facebook-side, når det er vedtaget i bestyrelsen.

Kontakt bestyrelsen, hvis du har spørgsmål eller områder, som mangler i håndbogen.

Kommunikation i klubben

Brug Holdsport

Vi bruger Holdsport som administrationssystem for alle klubbens medlemmer, trænere og andre frivillige. Det er her du som træner har adgang til kontaktoplysninger for alle dine spillere (og deres forældre). Det er også via Holdsport, du sætter holdet fra kamp til kamp, inviterer til stævner og meget mere.

Har du brug for en introduktion til Holdsport, kan du kontakte vores Holdsportansvarlige Brian Ørholm på brianoerholm.hvidovrehaandbold@gmail.com

Rød farve på en spiller?

Når en spiller er markeret med rød, er det fordi der ikke er indbetalt kontingent. Kontingentet skal betales, førend spilleren kan udtages til kamp, og det er derfor din opgave at minde forældre/spillere om at få betalt.

Facebook

I klubben

Klubben har en Facebook side hvor du kan følge med på tværs af alle hold. Den hedder Hvidovre IF Håndbold. Du kan også følge os på Instagram. Send gerne billeder og info til vores SoMe-ansvarlig Rasmus Kofoed Pedersen på u12drenge2018@outlook.dk

For trænere

Vi har en fælles Facebook-gruppe for trænere og ledere. Vi opfordrer til, at du melder dig ind i gruppen og jævnligt tjekker den. Der kommer rigtig mange beskeder og oplysninger, som er gavnlige. Siden hedder "Trænere og holdledere i Hvidovre IF Håndbold".

I truppen

Nogle trupper/hold har desuden egen Facebook-gruppe/side, fordi mange oplever, at det er nemmere at få kommunikeret og dialog med forældrene. Det er helt op til truppens trænere, hvordan I ønsker at tilrettelægge jeres kommunikation.

Hvis I tager billeder af spillerne, skal I sikre, at forældrene og fra U13 også spillerne selv har givet tilladelse til, at billederne må deles online.

Bestyrelsens ansvarsområder

Hvidovre Håndbold består af en bestyrelse på 9 medlemmer, som vælges for 2 år ad gangen. Vi gør alt, hvad vi kan for at skabe så gode rammer for både frivillige og medlemmer i Hvidovre Håndbold. Du er altid velkommen til at kontakte os, hvis du har spørgsmål, kommentarer eller gode idéer.

Formand Kim Kurt Kristensen

Kontaktperson for Senior, Grotten, trænergodtgørelse senior, HIF hovedbestyrelse, klubbens tøjsponsor, rekruttering af trænere til senior

Næstformand Brian Ørholm

Ansvarlig for Holdsport, herunder holdopsætning, kontingent mv.

Sekretær Mette Eliasson

Kontaktperson for U13Finalestævne

Ansvarlig for og turneringstilmelding for senior, børneattester, spillercertifikater hjemmeside/Facebook, Håndoffice, kampplanlægning

Kasserer Lise Glerup

Ansvarlig for udbetaling af refusion/udlæg, tilskud fra kommunen, budget, forsikring, Koda

Ungdomsformand Anne Pøhl Enevoldsen

Ansvarlig for trænergodtgørelse ungdom, ungdomssportsudvalg, trænerhåndbog, træningsprincipper/den røde tråd, rekruttering af trænere til børne/ungdom

Ungdomssekretær Karina Furbo

Ansvarlig for stævne og turneringstilmelding for ungdom, herunder niveaustævner, turnering og pokal, trænerfest, Grottevagter

Bestyrelsesmedlem Bianca Erving
Ansvarlig for håndboldskolen, forældreudvalg, genbrugshallen , skabe/rum i hallen,

Bestyrelsesmedlem Magnus Bomund
Kontaktperson for herresenior og sponsorudvalget

Bestyrelsesmedlem Ida Bakke
Kontaktperson for damesenior, ansvarlig for materialebestilling

Kontingent

Du kan finde den aktuelle kontingentpris på hjemmesiden. Har du en spiller, der har brug for kontingentfritagelse pga. en udfordret økonomi hos forældrene, så tag fat i kassereren på kasserer.hifhaandbold@gmail.com.

Der gives ikke fri kontingent, selvom man er både træner og spiller.

Alle spillere/forældre får en advisering et par dage, før kontingentet trækkes på mail.

Indmelding

Når en spiller skal meldes ind i klubben, foregår det på følgende måde:

1. Trupansvarlig sikrer, at der er plads på holdet. Ellers skal spilleren på venteliste
2. Spilleren skal oprette en spillerprofil på Holdsport og tilknytte betalingskort
3. Trupansvarlig godkender i Holdsport
4. Spilleren er medlem af klubben

Udmelding

Det er til enhver tid den enkelte spillers ansvar at få udmeldt sig. Udmeldingen sker på Holdsport. Det er ikke dit ansvar at få spilleren meldt ud, men du er velkommen til at hjælpe, hvis det giver udfordringer.

Vi tilbagebetaler *ikke* kontingent pga. for sen udmelding.

Dig som træner

Trænertøj

Som ny træner får du tilbudt t-shirt, hoodie og træningsbukser (eller shorts). Herefter får du hvert år op til sæsonstart mulighed for at supplere træner-garderoben.

Nye ungtrænere får t-shirt og hoodie.

Trænerhonorar

Vi er en klub, der er bygget på frivillighed, og det afspejler sig også i klubbens trænerhonorar.

Trænerhonoraret i ungdomsafdelingen udbetales efter endt sæson. Hver trup får tildelt et beløb pr. 10 spillere, som således fordeles mellem de tilknyttede trænere og ledere. Trupansvarlige får større honorar end assisterende trænere og holdledere, da de har et større ansvar.

For U15, U17 og U19 er det klubbens indstilling, at der tilbydes et større honorar end for øvrige ungdomshold, da trænerfunktionen kræver en større håndboldfaglighed og oftere kræver, at vi kan rekruttere udefra.

Trænerhonorar i senior kan udbetales løbende.

Den samlede ramme for trænerhonorar og fordelingen mellem ungdom og senior fastlægges ved budgetlægning i november/december i bestyrelsen.

Refusion af udlæg

Vores kasserer står for refusion af udlæg. Du kan skrive til kasserer på kasserer.hifhaandbold@gmail.com

- Udlæg der skal betales af klubben sendes til kasserer mailen inkl vedhæftet pdf/billede bilag og konto nr.
- Betaling for Grottevagter overføres til leder fra truppen efter vagten - send mail til kasserer-mailen inkl konto nr.
 - Bemærk pengene skal bruges til truppen ellers føres de tilbage til klubben efter endt sæson
- Kassereren laver udbetalinger en gang om ugen med undtagelse af sommerferien

Trænerkurser

Håndboldsporten udvikler sig hele tiden, og vi skal udvikle os med den og således også tage afsæt i nye trænings- og spilleprincipper, når vi tilrettelægger træningen for vores medlemmer. Derfor opfordrer vi alle trænere til at tage trænerkurser.

Dansk Håndbold udbyder løbende trænerkurser. Af og til arrangerer vi kurser i regi af HIF Håndbold - enten med egne eller eksterne undervisere. Vi opfordrer alle trænere til løbende at uddanne sig, så vores træning følger med håndboldudviklingen.

Derudover opfordrer vi trænere til at søge inspiration og viden hos Dansk Håndbold, hvor du bl.a. kan finde forslag til træningsøvelser.

Principper i Hvidovre Håndbold

Trupstørrelse og ventelister

Der er heldigvis rigtig mange børn, der gerne vil spille håndbold i Hvidovre. Det betyder desværre også, at vi i perioder og særligt i de yngste trupper kan have ventelister.

Som klub ønsker vi at sikre en så stærk fødekæde hele vejen op som muligt for både piger og drenge. Derfor tilstræber vi følgende principper, når vi tilbyder plads til børn på venteliste:

U5, U6, U7 og U8: Her skeler vi til, hvor længe barnet har stået på venteliste (jo længere tid, jo større vægtning) i forhold til fordelingen af drenge og piger på hver årgang. Vi er ikke krakilske, så det skal være præcis lige mange af hvert køn eller på hver årgang, men vi forsøger at undgå store "huller" i både køn og årgang.

Øvrige: Det er fristende at tage mange spillere ind, når man gerne vil dele sin håndboldglæde med børnene. Vi ved dog, at meget store trupper kan udfordre mulighederne for at tilbyde en træning med kvalitet og plads til de enkelte spillere. Derfor anbefaler vi max 36-40 spillere pr. trup og ca. 20 spillere pr. årgang.

Vi giver ikke søskendegaranti, men børn af frivillige trænere kommer foran på ventelisten.

Træningsprincipper

Helt overordnet følger vi trænings- og kampbefalinger fra Dansk Håndbold. Du kan derfor med fordel orientere dig på danskhaandbold.dk.

Det betyder fx at vi træner mest muligt med bold, at vi sørger for at truppen træner sammen på kryds og tværs, at alle får kamptøj (ikke kun de dygtigste), og at vi undgår at spillerne specialiserer sig tidligere end U13.

Vi ser os selv som en breddeklub, hvor der skal være plads til alle, og hvor vi lægger vægt på at have det godt med hinanden. At gå til håndbold i Hvidovre er derfor meget mere end "bare" at lære at kaste og gribe, score mål og dække op. Vi lægger vægt på det gode kammeratskab, på at heppe på hinanden og have det sjovt sammen både på og uden for banen.

Træningsmængde

I Hvidovre tilbyder vi to ugentlige træninger (undtaget U5-U8) - med mulighed for at byde ind på ekstra træning, når der er ledig haltid, fx fredag aften og lørdag formiddag. Fredag aften er reserveret til U13 og opefter, mens lørdag også kan tildeles yngre trupper.

Vi har desuden en aftale med atletik/fitnessklubben om mulighed for ekstra styrketræning

Sundhedsstyrelsen anbefaler, at børn er fysisk aktive mindst 60 minutter hver dag, herunder at de styrker musklerne mindst 3 gange om ugen. Klubben bakker op om trænere, som ønsker at tilbyde ekstra træninger til truppen, men understreger at det skal ske på et forsvarligt grundlag samt at der skal være åbenhed om tilbuddet i truppen.

Årgang eller trup?

Klubbens holdning er, at alle trupper træner som trup fremfor som årgang. Det betyder fx at man ikke på forhånd har opdelt truppen i årgangshold, og at man blander både 1. års og 2. års spillere på holdene - der hvor det giver sportslig mening.

Rundt om træningen

Træningstider

Vi er så heldige at have rigtig mange børn, der gerne vil spille håndbold - og uheldige at vi faktisk ikke kan tilbyde plads til alle dem, der gerne vil.

Derfor er der *altid* rift om træningstiderne. Vi tilbyder to træningsdage til alle hold - undtaget Trille Trolle, som træner ad hoc om lørdagen og U5-U8, som træner en gang ugentligt fredag eftermiddag.

Når der skal fordeles nye træningstider, forsøger vi at tage hensyn til:

- trænerens ønsker, fx dage eller tidspunkter man ikke kan.
- truppens alder og størrelse ift. tidspunkt og samlet haltid.

Med afsæt heri sætter træningstidsudvalget sig sammen forud for turneringens start og lægger en plan. Planen godkendes i bestyrelsen og meldes herefter ud til alle hold.

Vi ved, at stort set alle hold ønsker mere træningstid, og vi gør alt, hvad vi kan for at bearbejde kommunen til at give os mere.

Husk at aftale med de hold, der træner før og efter din trup, hvordan I fordeler brug af gymnastiksalen. Typisk vil særligt de ældste ungdomshold og senior gøre brug af gymnastiksalen til opvarmning inden træning.

HUSK at give besked til sekretæren på hvidovrehaandbold@gmail.com, hvis der er dage, hvor I ikke benytter jeres træningstid. Det giver os mulighed for at tilbyde den til andre hold.

Træningsplanlægning

En god træning forudsætter god planlægning - og samtidig skal du vide, at træningen næsten aldrig ender som du havde planlagt :-)

Du kan finde masser af viden og inspiration om både regler, spil og træning på danskhaandbold.dk. Vi opfordrer dig til at bruge de mange materialer forbundet udvikler.

Hver fredag udgiver DanskHåndbold desuden gratis træningsprogrammer, der er tilgængelige for alle. Programmerne er skræddersyet til U7-, U8-, U9- og U11-hold og indeholder beskrivelser af øvelser både på skrift og video.

Træningsprogrammerne gør det nemt og overskueligt for børnetrænere at planlægge træninger. Du kan vælge at følge programmet stringent eller bruge det som inspiration til aldersrelateret, varieret og sjov træning. Skriv dig op her og modtag inspiration hver uge <https://danskhaandbold.dk/traening-forskning/traeningsprogrammer/>

Hvis du har brug for inspiration og sparring fra andre trænere, har du helt sikkert gode "kollegaer" som med glæde vil dele ud af deres viden og erfaring. Tag fat i enten ungdomssekretæren eller ungdomsformanden - så kan vi være med til at finde et match.

Materialer til truppen

Fra 1. januar 2025 skal alle ungdomsspillere selv medbringe egen bold.

Vi optæller materialer (kegler, overtræksveste mv) hvert halve år i alle trupper.

I kan som trup få udleveret harpiks, isposer og tape (Max 2 af hver pr. udlevering). Henvend dig til Ida Bakke på idalundbakke@hotmail.com for bestilling.

Spillere, som fast skal tapes ind, skal selv medbring sportstape.

Træningstøj

Det er tilladt, at truppen får sponsoreret træningstøj, fx overtræksbluser. Klubben opfordrer til, at trupper gør mest muligt for at få sponsoreret hele truppen fremfor et enkelt hold - også selvom det indebærer en vis egenbetaling fra spillerne. Tøj med klubbens logo skal købes hos klubbens tøjsponsor Sportyfiend.

Læs desuden om kamptøj

Sociale arrangementer

I har mulighed for at booke Grotten (vores "cafe" i Dansborghallen) hvis I fx vil lave fællesspisning/hygge, afslutning eller lignende i Grotten. I kan booke Grotten ved at skrive til sekretær Mette Eliasson på hvidovrehaandbold@gmail.com

Stævne og kamp

Tilmelding til turnering

Tilmelding til niveaustævner og turneringer sker normalt i august måned, hvor I modtager information fra sekretær Mette Eliasson og/eller ungdomssekretær Karina Furbo om procedure og tidsfrister. Hold derfor godt øje med både Facebook-gruppen og Holdsport.

Udfyldelse af holdkort

Det er vigtigt at I får udfyldt holdkortet senest 1 time før kamp. Hvis der er spillere, I ikke kan finde i Holdsport (fx nye medlemmer), er det vigtigt at I får dem oprettet med det samme (fremfor at oprette fiktive spillere). Tag fat i Holdsport-ansvarlig Brian Ørholm, hvis I har brug for hjælp.

Flytning af kampe

Det sker ofte i turneringen, at der kan være behov for at flytte en eller flere kampe. Men vær opmærksom på, at det koster penge for klubben så snart kampprogrammet er endeligt fastlagt. Vi henstiller derfor, at alle trupper begrænser flytning af kampe

Indmeldelse af resultater

Når I har hjemmebanekampe, er det jeres ansvar at få meldt resultatet ind til Dansk Håndbold - uanset om vi vinder eller taber. Vi får nemlig rykkerbøder, hvis det ikke sker.

Stævner betalt af klubben

- Klubben betaler holdgebyr til:
 - Albertslund Cup, Næstved Cup og Påske Cup
 - yder tilskud til bustransport til Næstved og Påske Cup.
 - U9 får betalt Amager Cup
- Hvert hold kan tilmelde sig ET beachstævne pr. 8 spillere - øvrig er egenbetaling
- Øvrige stævner, fx opstartsstævner, finansieres af spillerne og evt. trup-kassen
- Mini'er deltager ad hoc som hidtil

Stævnetilmelding og egenbetaling

Vi har som klub ingen grænse for, hvor mange eller få stævner, man som træner skal tilmelde sin trup til. Dels har man som træner selv et familieliv, dels kan der være økonomiske hensyn ift. egenbetaling fra spillerne. Vi opfordrer til, at trænere tager en dialog med truppens forældre ift. omfang.

Det vil være træneren, der lægger ud for holdgebyr, som - med undtagelse af de stævner hvor klubben betaler - skal finansieres af spillerne på holdet.

Til påskestævne og Næstved Cup foregår betalingen altid gennem Holdsport. Der er ingen trænere eller holdledere, der selv skal opkræve betaling for stævnet.

Dommere og ungdommere

Vi vil gerne være en klub, hvor dommere føler sig velkomne og respekterede. Derfor opfordrer vi til en god tone - også selvom man ikke er enig med dommerens kendelser.

Vi tilbyder altid sodavand og/eller kaffe til dommere, der kommer udefra.

Kampe op til og med U13 kan dømmes af ungdommere. Der findes en Facebook-gruppe "Hvidovre Håndbold Dommere Kortbane", hvor I kan skrive, når I har brug for en ungdommer. Vi opfordrer trupperne til at samarbejde om at tilbyde kampe til ungdommere, så de kan få flere af gangen. Nedenfor kan du se betaling for kampene:

- U9: 50 kr./kamp
- U11: 75 kr./kamp
- U13: 75 kr./kamp

Den holdansvarlige får overført betaling for dommere til alle hjemmekampe på en gang og udbetaler selv til ungdommere. Vi anbefaler Mobile Pay, da det er nemt og sikkert.

Dommerbordsvagter

Som klub skal vi selv bemande vores dommerbord under stævner og turnering. Opgaven uddeles til de enkelte trupper, som selv fordeler opgaven. Igen opfordrer vi til at involvere forældre i opgaven, da vi er en klub, der bygger på frivillighed.

Der er *ikke* gratis sodavand til dommerbordet.

Reglen om spiludvikling

Reglen om spiludvikling betyder, at man må tage op til tre spillere med fra et hold til et andet. Klubben bakker op om at gøre brug af reglen, hvor det er nødvendigt. Det skal understreges, at klubben forventer at man gør brug af reglen med afsæt i intentionerne bag.

Dette betyder fx, at topcoren gerne må være med for at hjælpe hold 2, men det er trænerens ansvar, at denne spiller ikke bliver kampafgørende og tager kamptid fra faste spillere på holdet, som kan spille.

Du kan finde reglerne her <https://danskhaandbold.dk/regler/hensigten-med-spiludvikling-og-dispensationregler>

Dispensation

Vi er som klub tilhængere af dispensation, hvor det giver mening for den enkelte spiller. Det er Ungdomssportsudvalget, der tager stilling til at indstille dispensation. Send derfor ansøgning til Ungdomsformanden hifungdomsformand@gmail.com

Kamptøj

Klubben opfordrer alle trupper til at forsøge at finde sponsorer til kamptøj og i øvrigt se om kamptøj fra sidste års trup stadig kan anvendes.

Kamptøjet følger til enhver tid årgangen og må ikke have spillernes navne påtrykt - heller ikke selvom en sponsor tilbyder at betale. Kamptøjet må heller ikke udleveres til spillerne efter endt sæson. Man kan altså ikke tage kamptøj med fra U13 til U15 - som eksempel. Kamptøj skal til enhver tid købes hos klubbens tøjsponsor.

Såfremt en trup hverken har tøj fra sidste år eller mulighed for at få betalt tøjet via sponsor, betaler klubben for kamptøj.

Økonomien i klubben og truppen

Rådighedsbeløb i truppen

Der er pt ikke mulighed for at give rådighedsbeløb til de enkelte trupper. Trupperne kan opspare rådighedsbeløb gennem de obligatoriske Grottevagter, som giver 500 kr. for en halv dag og 1.000 kr. for en hel dag. For fredagsvagter på U5-U8 gives 70 kr. pr. time.

Derudover kan truppen på eget initiativ fx sælge strømper, klude, julekalender mv., hjælpe til ved events og selv opsøge sponsorer.

Sådan arbejder vi med sponsorer

Hvidovre Håndbold har et sponsorudvalg, som arbejder for at finde sponsorer til klubben som helhed. Disse indtægter går i klubkassen. Det kan fx være en fælles tøjsponsor eller sponsorer til bannerne i hallen. Magnus Bomund er bestyrelsens kontaktperson ind i sponsorudvalget, så du kan kontakte ham på magnusbomand@live.dk hvis du har spørgsmål.

Som trup har I også mulighed for at finde jeres egne sponsorer, fx til kamptøj, træningstøj, tasker osv. Vi har en skabelon for sponsoraftaler, som I kan benytte. Den kan du også få hos Magnus.

Husk at kamptøjet *altid* følger truppen. Det er derfor heller ikke tilladt at få trykt spillernes navne på kamptøjet (senior-trupperne undtaget), da det skal gå i arv til næste sæsons spillere på den årgang. Det er vigtigt at orientere potentielle sponsorer om denne praksis.

Såfremt den enkelte trup mangler kamptøj, skal der først søges sponsorer til kamptøj før man søger sponsorer til andet.

Andet sponsoreret tøj fx træningsdragter må gerne tilgå de enkelte spillere og udleveres med navn. Tøjet bestilles hos Sportyfiend og truppen står selv for det praktiske omkring bestilling og betaling. Såfremt der skal udarbejdes faktura, kontaktes klubbens kasserer på kasserer.hifhaandbold@gmail.com, før tøjet bestilles.

Grotten og grottevagter

Grotten er både en ramme for social hygge blandt vores mange spillere og en kilde til indtægter i klubben og for de enkelte hold.

Til kampe/stævner vil Grotten være bemanded. Hver trup får derfor tildelt Grottevagter og sørger selv for at få dem bemanded af forældre. Klubben lægger stor vægt på at forældrene også bidrager til det frivillige arbejde i vores klub, så det er helt normalt at lægge et stort tryk på forældrenes deltagelse i grottevagterne. Grottevagter er samtidig en indtægtskilde for det enkelte hold som får 500/1.000 for hhv. halv- og heldagsvagter i Grotten.

Til træning *kan* der være åbent i Grotten. Hvis det er tilfældet, er I som trænere og ledere med til at sikre, at der bliver betalt for det, der bliver taget, *inden* man forlader Grotten. Det er altså ikke tilladt at tage en sodavand, og så betale når man kommer ind i hallen - så må spilleren tilbage og hente sin mobil inden sodavanden (e.lign.) kan udleveres/tages med.

Vi har et Grotteudvalg, som er ansvarlig for indkøb og sortiment i Grotten. Har du spørgsmål eller kommentarer, er du velkommen til at kontakte udvalgets kontaktperson i bestyrelsen Kim Kurt Kristensen.

Som træner er du altid velkommen til at tage en kop kaffe, når du er i hallen.

Udvalg i klubben

Vi har forskellige udvalg og arbejdsgrupper:

- Ungdomssportsudvalg
- Sponsorudvalg
- Grotteudvalg
- U13 Finalestævne
- Håndboldskole
- Forældreudvalg
- Festudvalg

Hvert udvalg har en kontaktperson i bestyrelsen, så du kan altid gå via bestyrelsen til et udvalg, hvis du er i tvivl.

Flere frivillige

Kender du en eller flere venner, familiemedlemmer eller andet, som har lyst til at bidrage som frivillig til klubbens arbejde. Så tøv ikke med at kontakte bestyrelsen - vi har altid brug for ekstra kræfter.

