



Årsberetning 2023

Follo HK Damer

Styrets årsberetning

Innledning:

Follo HK Damer er en selveiende og frittstående klubb med utelukkende personlige medlemmer. Follo HK Damer er organisert gjennom Viken Idrettskrets, Norges Idrettsforbund og medlem i Norges Håndballforbund.

Klubben er en eliteklubb som består av to lagsmiljøer; A-lag og rekruttlag. Spillarenaer i 2023 har vært 1. divisjon (sesongen 22/23), Rema 1000-ligaen (sesongen 23/24), 2. divisjon, Lerøyserien, NM20 (sesongen 22/23) og den regionale J20-serien.

Klubben har en deltidsansatt administrativ ressurs og driften av klubben er for en stor del avhengig av frivillig innsats. Dugnadsinnsatsen i forbindelse med kamper og cuper legges for en stor del ned av rekruttgruppen og deres foreldre, samt noen andre ildsjeler som vi setter utrolig stor pris på. Andre dugnader gjennomføres av alle spillere tilknyttet klubben. Tusen takk til alle dere!



Styret:

Styret besto pr 31.12.2023 av: Hanne Nettum Breivik, styreleder, Anders Myhrvold Borgen, nestleder, Daniel Helland Anderson, sportslig leder, Kåre Nordhagen, styremedlem, Jakob Spone, styremedlem, Renate Johnsen, styremedlem, Finn Magnus, varamedlem

Styret har hatt høy møteaktivitet i perioden. Det foreligger agenda og referater til alle møtene. Videre har det vært avholdt en rekke møter knyttet til økonomi, drift og sportslig tilrettelegging. Økonomi og daglig drift har preget alle møter. Dette har ført til at styret ikke har kunnet jobbe så strategisk som ønskelig.

Ansatte:

Bjørn Kløvstad startet som daglig leder i klubben 01.03.2023. I perioden fra årsskiftet til ny daglig leder var på plass ble den løpende driften ivaretatt av styret.

Medlemmer:

Antall medlemmer per 31.12.2023: 86



Økonomi:

Regnskapet for 2023 viser et overskudd på kr 14.104.

Klubbens egenkapital pr 31.12.2023 er negativ med kr 240.236.

Det har gjennom hele 2023 vært jobbet målrettet for å gjenopprette en bærekraftig økonomi etter at regnskapet for 2022 viste et stort underskudd, noe som medførte negativ egenkapital inn i 2023. Årets resultat er ikke i tråd med budsjett, noe som i all hovedsak skyldes et økt kostnadsnivå i samfunnet, noe som også treffer klubben. Det er særlig reisekostnadene som har gitt overskridelser ift budsjett. Vi har ikke klart å øke inntektene tilsvarende og går dermed også ut av 2023 med negativ egenkapital. Styret og klubbledelsen fortsetter arbeidet som er startet, og forventer ytterligere effekt av iverksatte tiltak i 2024. Arbeidet mot sponsormarkedet intensiveres ytterligere og det søkes nye arenaer for inntektsbringende arrangementer.

Styret har hatt løpende dialog med Norges Håndballforbund, Elitelisensnemnda gjennom 2023 som følge av negativ egenkapital og anstrengt økonomi. Vi ble for sesongen 2023/24 plassert i rød kategori og har hatt en tett oppfølging fra og konstruktiv dialog med Elitelisensnemnda som følge av dette. Det er utarbeidet og fulgt opp handlingsplaner og risikovurderinger som støtte for oppfølgingsarbeidet.

Det er et helt klart mål om å gjenopprette en sunn og bærekraftig økonomi i 2024, slik at vi igjen fyller kravene til grønn kategori. Det er utarbeidet et budsjett som styrer mot dette, samtidig som klubben kan opprettholde den sportslige satsingen.

Inntektsbringende aktiviteter:

Av gjennomførte aktiviteter kan følgende nevnes:

Fyll hallen, der vi satte publikumsrekord for andre år på rad. 2.270 tilskuere ga en utrolig ramme rundt kampen mellom Follo HK Damer og Larvik. Det ble tap på banen, men økonomisk sett befestet dette arrangementet seg som årets viktigste, enkeltstående inntektskilde. Over 2000 tilskuere krever planlegging og logistikk, og igjen takker vi alle frivillige for innsatsen, både i forkant og under kampen. Spesiell takk til damelaget til Ski som hjalp oss med dugnadspersonell på kampdagen! Og tusen takk til gamle og nye støttespillere som bidro til at dette ble et vellykket



arrangement også økonomisk. Det betyr mye for oss! På tribunen fant vi mange lagsmiljøer fra vårt område, og de lagsmiljøene som stilte med flest tilskuere har i etterkant fått en trening med spillere fra A-laget som instruktører.

I mars arrangerte vi **Barnas kamp** med aktiviteter rettet mot den yngre garde. DNB sørget for gratis inngang og masse underholdning og give-aways til store og små.

Meld deg på Follo HK Damer

eliteakademi

for jenter født mellom 2007 og 2009

2. - 4. oktober i Skihallen

Tren tre dager som jentene i Follo HK Damer rekrutt!

Follo HK DAMER

REMA 1000 LIGAEN

DAYTWO

Vi har også arrangert **Sommer- og høstferieakademi** rettet mot jenter i våre samarbeidsklubber og området rundt. Alle spillere på A-lag og rekrutt, samt trenerne bidro med veiledning og servering og bidro til suksessfulle arrangementer med mange glade og flinke yngre spillere. Kanskje ser vi dere i Follo-drakta etter hvert?

Follo cup ble også i 2023 avviklet i samarbeid med Follo HK i 2023. 6 spilleflater ble benyttet fredag og 3 på lørdag og søndag. Cupen leverte et høyt sportslig nivå og er en stadig mer attraktiv cup i sesongoppkjøringen.

Vi har også hatt vakt- og serveringsdugnad under Tons of Rock-festivalen og gjennomført ulike lotterier og salgsdugnader.

Styret takker klubbens spillere, trenere foreldre og øvrig støtteapparat for deres fantastiske bidrag for å få klubben til å gå rundt på en kostnadseffektiv måte. Uten deres tålmodighet og dugnadsinnsats hadde det vært enda vanskeligere å sikre en økonomisk bærekraftig driftsmodell.

Sportslig aktivitet:

Daniel Helland Anderson har vært sportslig leder i 2023. Sportslig utvalg har foruten han bestått av Tina Magnus, Linn Englund Lorentzen, Trine Lise Skonnord, Ståle Karlsen og Finn Magnus. Sportslig utvalg har ansvar for å følge opp den sportslige aktiviteten, herunder dialog med trenere og spillere, samt spillerlogistikk i tett samarbeid med trenerteamene. Oppgavene er fordelt mellom sportslig utvalgs medlemmer for å ivareta både arbeidsbelastning og nøytralitet i utførelse av oppgavene.

A-laget:



A-laget rykket opp fra 1. divisjon til Rema 1000-ligaen sesongen 22/23. Med kun ett tap og to uavgjorte kamper gjennom sesongen nådde vi målet om å gjøre oppholdet i 1. divisjon så kort som mulig og opprykk kunne feires sammen med våre støttespillere fra næringsliv, politikk og idrett!

Tradisjonen tro ble årets spillere i ulike kategorier kåret etter sesongen, og her gikk følgende spillere av med priser:



Årets spiller: Jeanett Egebakken Kristiansen

Årets lagspiller: Jenny Sofie Sundt Utne

Årets toppscorer: Andrea Landås Gabrielsen

Årets rookie: Karen Linnestad Spone

Årets badgirl: Aleksandra Mandic

Gjennom sesongen 22/23 ble det også landslagssamlinger for flere av våre spillere: June Krogh og Silje Alvestad med rekruttlandslaget, Karen Linnestad Spone på LK04-landslaget og Mirela Gjirkokaj på Kosovos landslag.

Med noen forsterkninger på plass, så vi lyst på tilværelsen i Rema 1000-ligaen. Høsten viste seg imidlertid fra en lunefull side, og mange skader, sykdom og graviditet/fødsel har gitt



færre poeng enn forventet. Vi spiller jevnt med de fleste lagene i ligaen og viser at vi på gode dager absolutt er å regne med på øverste nivå. I skrivende stund er Aker hektet av i bunnen på tabellen og mest sannsynlig blir det kvalik for oss for å berge plassen i Rema 1000-ligaen. Den oppgaven SKAL vi klare!

Det jobbes godt på spillerfronten og neste års spillerstall tar form. Et slagkraftig lag som skal bite fra seg på øverste nivå, for det er nettopp der vi er etter sesongslutt og før vi tar fatt på oppkjøringen før ny sesong, der vi vil finne Thomas Engen og Ingvill Helland Anderson på trenerbenken.

På tribunen finner vi ALLTID våre mest trofaste supportere, Bonden og Snekker'n, Thor-Arne Weydahl og Jan Prajzner. Takk for støtten i medgang og motgang!

Inneværende sesong har June Krogh deltatt på sin første A-landslagssamling og flere samlinger med rekruttlandslaget. I tillegg har Mirela Gjirkokaj spilt for Kosovos landslag og Annika Fridheim Petersen for Færøyene. I tillegg spilte Karen Linnestad Spone EM for juniorjentene sommeren 2023, og har flere regionale landslagssamlinger i tillegg.

Vi er også så heldige å ha med oss ulike jentelag fra regionen som maskoter på hjemmekampene. Dette er en utrolig hyggelig tradisjon og en fin støtte for laget – og noe som skaper liv på tribunen!



Rekruttlaget:



Rekrutt-jentene fortsatte fremgangen, og med god kontinuitet og profesjonalitet i spillergruppa tok de seg helt til topps i den nasjonale Lerøy-serien for sesongen 22/23 etter å ha beseiret forhåndsfavoritten Larvik i en spennende finale. Det er en knallsterk prestasjon av våre jenter og enda en feiring sto for tur før også rekruttjentene fikk ta en velfortjent håndballpause før oppkjøring til ny sesong.



Også i 2. divisjon og i juniorserien var prestasjonene gode. Med mange spillere født i 2004 gjennomgikk rekrutt-stallen en større utskiftning av spillere etter endt sesong. Klubben valgte å «løfte» hele 4 spillere fra rekrutt-stallen i 22/23 sesongen til A-laget i sesongen 23/24. 3 spillere valgte å takke ja til tilbudet og det er gledelig å se at vi jobber så godt i rekrutt-miljøet at vi klarer å utvikle egne junior-spillere til A-lagsspillere.

I tillegg fikk 4 andre spillere fra 04 årgangen mulighet til å bli igjen som overårige spillere i rekrutt-stallen med muligheter for hospitering, men dessverre var det kun 1 spiller som valgte dette tilbudet. Noen valgte å avslutte sin håndballkarriere, mens andre valgte nærliggende klubber.

Vi takket av Adrian Ark Saastad og Kenneth Lien Andersen som trenere etter sesongen 22/23, og det nye trenerteamet på rekrutt er Thomas Sigolsen og Kenneth Arntzen, Sammen har de jobbet med spillergruppen som gledelig viser utvikling både på og utenfor banen. Inn i laget har kommet nye, ambisiøse spillere som må få litt tid til å ta stegene fra junior til senior. Prestasjonene og fremgangen har vært god, selv om resultatene naturlig nok har vært noe mer varierende enn sesongen før. Målsetning om kvalifisering til Lerøy-serien og A-sluttspill i juniorserien er nådd. I skrivende stund jobbes det på med å holde plassen i 2 div slik at vi også i kommende sesong kan tilby et optimalt sportslig tilbud.

Også i rekruttmiljøet har vi hatt flere jenter på ulike landslag: Vilde Bjørnsen på LK04, Jenny Johansson, Margrethe Kile, Juni Mæle og Anette Rusten på regionalt landslag 04, Aurora Kristiansen, Margrethe Kile og Jenny Johansson på landsdelssamling 05, og Erika Gallavara-Eliassen og Matilda Godager Aasen på regionalt landslag og landsdelssamling 06.

Avslutning:

Det er tøft å drive toppidrett, og det hadde ikke vært mulig uten våre gode samarbeidspartnere. Tusen takk skal dere ha! Vi lover å gi alt både på og utenfor banen for at dere skal få verdi tilbake fra oss!



Foto: Knut Stenseth og Stig Erlend Persson, ØB, fotograf Tom-Erik Tjosås og Day Two reklamebyrå.
