



“På lag med bygdi”

ÅRSMELDING HANDBAKGRUPPA 2023

Handbakkgruppa er ei særgruppe under Lærdal idrettslag og gruppa sine medlemmar er tilknytt Norges Bryteforbund.

Handbakstyret 2023

Styret i handbakgruppa består av:

Leiar – Jan Olav Møller

Kasserar – Simen Brugrand

Styremedlem – Bård Grindheim

Styremedlem – Magne Netland

Styremedlem – Njål Kaardal Golf

Styremedlem – Thorvald Fodnes

Styremedlem – Jakob Grøtnebø (Juniorrepresentant)

Styret har gjennomført årsmøte 30.01.2024.

Medlemstal

Pr. 31.12.2023 hadde handbakgruppa 43 registrerte medlemmar som konkurrerer og over 65 aktive medlemmar som trenar handbak. Klubben jobbar aktivt med rekruttering for å få med fleire juniorar. Det er spesielt fokus på å også få med jenter, då juniorklassane for jenter det siste året har blitt større. Handbak er ein del av valfag på ungdomsskolen, der fleire også er med på juniortreningane til gruppa. I 2023 har klubben gjennomført både juniortreningar i første halvdel der vi har hatt med om lag 30 subjuniolar, det vil seie juniorar i klassane 8 til 10 på trening. Dette inkluderer valfag i tillegg til dei juniorane som ikkje har det som valfag, men som stiller på treningar. I siste halvdel vart juniorane med på dei ordinære treningane.

Valfaget Handbak, styrke og helse er frå 8 – 10 klasse med plass til 14 elevar til saman. Klubben får gjennom valfaget tilført nye medlemmar kvart år i tillegg til rekruttering elles.

Klubben arrangerte egne juniortreningar tysdagar frå kl 18 til 19, før desse vart slege saman med ordinær trening som er frå kl 19. I løpet av ein vanleg tysdag har vi opplevd at det frå kl 18 til 21 er innom om lag 25 - 35 utøvarar på trening.

Sportsleg arbeid

Resultat 2023

Det vart arrangert 5 rundar i Norgescup dette året. NM, Norgescup #3, vart del av NM veka i Stjørdal.

Norgescup #1 Hardanger Open i Odda

Klubben deltok med 15 utøvarar. Klubben stilte på konkurransen blant anna med 9 stk under 18 år og sikra seg fleire medaljar.



Norgescup #2 junior og para stevne på Flesland i Bergen

På juniorstevnet Bergen Junior & Para Championship stilte klubben med seks utøvarar. Juniorane tok med seg 14 medaljar heim!

Norgescup # 3 Norgesmesterskap i Stjørdal

Klubben deltok med 7 utøvarar. Klubben sikra seg 16 medaljar til saman og to norgesmestrar.



VM i Kazakhstan

Frå klubben reiste Johannes Hartman-Thim til VM i handbak i Kazakhstan og fekk med seg ein bronse medalje i venstre arm heim til Norge og Lærdal!



Norgescup #4 ARMageddon i Lærdal

Lærdal Handbakklubb arrangerte norgescup som også var internasjonalt stevne på heimebane 23.09.2023. Med over 100 påmelde utøvarar, samt stort tal publikum i idrettshallen i Lærdal vart konkurransen eit kjempe bra arrangement. Klubben stilte med mange subjuniorar og sikra mange medaljar til klubben!



Norgescup #5 Atlantic Arms i Kristiansund

Klubben stilte med fire utøvarar som tok med seg 16 medaljar heim.

Klubbsamandraget

Samanlagt fekk klubben 2. plass i Norgescupen!

Økonomi

Dei tildelte sponsormidlane vert nytta til faste utgifter som dommarutgifter, vedlikehald av utstyr, trøyer m.m som klubben må betale. Dommarutgifter og kontingent til Norges bryteforbund kostar om lag kr 10 000 pr år.

For å delta på Norgescup konkurransane kostar dette kring kr 5000 pr deltakar pr stevne. Dette omfattar deltakaravgift, reise, overnatting og mat. I tillegg kjem brytelisens, treningsavgift og medlemskap.

Handbakgruppa opplever at deltaking på stemner er låg i høve tal medlemmar som trenar. Ein vesentleg grunn til dette er dei høge kostnadane i høve reise, overnatting og deltakingsavgifter. Ei viktig sak for klubben i 2023 var vårt innspel til arbeidet som hovudstyre i idrettslaget jobbar med i høve utmåling av tilskot til undergruppene.

Informasjonsarbeid

Klubben nyttar facebook og instagram aktivt i høve å gje informasjon om deltaking, terminliste og resultatane undervegs. Vi opplever positive tilbakemeldingar på dette og at det gjev auka rekruttering til klubben.

Trening og opplæring

Det er faste klubbtreningar tysdagar. I tillegg er det tilbod på felles treningar laurdagar. Klubblokale vert elles nytta kvar dag av medlemmane til eigen trening. Fleire av utøvarane trener kvar dag i løpet av veka og det blir lagt ned stor treningsmengde. Dette syner seg att på resultatane i konkurransane, NM og VM. Juniorane vert fulgt opp av seniorar/erfarne i klubben.