



Nu og i fremtiden – håndbold for alle

SPILLER- & HOLDMAPPE

Sæson 2014/15

Indhold

VELKOMMEN TIL GLADSAXE HG	3
HVEM ER VI?	4
GLADSAXE HG'S MISSION, VISION, VÆRDIER OG HANDLINGSPLAN	4
DEN DAGLIGE TRÆNING	5
TRÆNINGSTIDER	5
TRÆNINGSARTIKLER	5
PRAKTISKE FORHOLD I GLADSAXE SPORTSHAL	6
DIT HOLD	6
TRÆNERE	6
SPILLERTØJ	6
HOLDKONTAKT	6
HAR DU FÅET EN SKADE ELLER HAR DU BEHOV FOR MASSAGE?	6
ÅRET RUNDT	6
DELTAGELSE I HÅNDBOLDKAMPE (HRØS VINTERTURNERING)	6
KAMPE PÅ HJEMMEBANEN I GLADSAXE SPORTSHAL	7
KAMPE PÅ UDEBANE	7
KLUBLIVET – AKTIVITETER PÅ TVÆRS AF KØN OG ALDER	8
STÆVNER/TRÆNINGSLEJR	8
FREDAGSTRÆNINGER	8
VENSKABSKLUBBER	8
FOR DIG SOM SPILLER	8
KONTINGENT	8
INFORMATION FRA KLUBBEN TIL DIG	9
INFORMATION FRA DIG TIL KLUBBEN	9
SIDST MEN IKKE MINDST: SPONSORATER	9
BILAG	11
BILAG 1 – HOLDENES SPILLERTØJSTASKE – OPDATERET 10. AUGUST 2014	11
BILAG 2 – OPGAVER FOR EN HOLDKONTAKT	12
BILAG 3 – ÅRSJULET FOR DIG SOM SPILLER OG FORÆLDER	13
BILAG 4 – INFO VED HJEMMEKAMPSDAGE (VERSION MAJ 2014)	14
BILAG 5 – KONCEPT FOR FREDAGSTRÆNINGER (VERSION MAJ 2014)	15
BILAG 6 – DE SENESTE SÆSONERS PIGEhold OG RESULTATER	16
BILAG 7 – DE SENESTE SÆSONERS DRENGEhold OG RESULTATER	18
BILAG 8 – HOLDSPORT	20

Velkommen til Gladsaxe HG

Vi er glade for at byde dig velkommen som spiller i Gladsaxe HG. Vi er en klub, som har en stærk tro på, at information indenfor klubben er et væsentligt fundament for en god og attraktiv håndboldklub.

Den mappe, du nu sidder og bladrer i, er fælles for dig, dine holdkammerater og alle de andre spillere i klubben. Du vil bl.a. blive orienteret om klubben, den lokale sammenhæng, som den indgår i, og derudover indeholder mappen en række praktiske oplysninger.

Men ikke mindst ønsker vi også at fortælle dig om, alle de små og lidt større opgaver, som vi har i vores klub. Der er opgaver/arrangementer, som er centreret omkring dit hold og der er opgaver/arrangementer, som er vigtige for dit hold og andre og måske alle klubbens hold. Vi håber du og dine forældre vil finde det sjovt og spændende at bidrage på jeres måde til at Gladsaxe HG er en levende klub med håndbold for alle.

Gladsaxe HG drives på frivillig basis. Hvis der er forældre eller spillere, der har lyst til at hjælpe, er I meget velkomne. Blot kontakt en fra Gladsaxe HG Styret eller skriv til info@gladsaxehg.dk.

Ja, vi håber, at du/I vil få mange sjove og berigende timer såvel sammen med dit hold som i klubben som helhed – VELKOMMEN!

Mange hilsner
På vegne af Gladsaxe HG Styret

Jette Jakobsen, formand

Hvem er vi?

Gladsaxe HG startede oprindeligt i 1953 som håndboldafdelingen i Søborg IF. Søborg IF tog i 1968 navneændring til Gladsaxe IF. 1. maj 1980 blev foreningen lagt sammen med HG. HG er Handelsstandens Gymnastikforening, hvis håndboldafdeling blev oprettet i 1927. HG vandt i perioden 1950-1977 DM for kvinder 12 gange, mens klubben hjemførte herrernes DM-titel 13 gange i perioden 1939-1970. Klubbens nye navn blev **Gladsaxe/HG**. Under dette navn vandt klubbens herrer i perioden 1981-1986 4 medajler ved DM, hvor højdepunktet var guldmedaljerne i 1983. Efter en 2-årig periode med navnet Gladsaxe Håndbold stemte medlemmerne i 2011 for at tage navnet **Gladsaxe HG**.

Lidt fra den nyere historie: I sæson 2009/10 havde vi på pige-/damesiden 5 pigehold og 4 damehold og på drenge-/herresiden 1 drengehold. Herefter er det kun gået fremad. I sæson 2010/11 havde vi 4 pigehold og 3 damehold, 2 drengehold og 1 herrehold. I 2011/12 udvidede vi på drengesiden til 4 drengehold. I sæson 2012/13 udvidede vi på både pige-/dame som drenge-/herre med 1 hold til i alt 14 hold. I sæson 13/14 har vi tilmeldt i alt 15 hold dvs. 6 pige-, 3 dame-, 4 drenge- og 2 herrehold, samt 3 U6-U8 hold. Fremgangen fortsætter, således at vi i sæson 14/15 udvider med hold for U18Piger og U18Drenge.

Vores mål er at skabe et miljø omkring Gladsaxe Sportshal som emmer af god stemning og gode håndboldtimer, for dem som er rigtig gode til det med bold, og dem som synes, håndbold er sjov motion. Alle skal lære meget mere, men alle er vigtige, for at vi får en attraktiv klub. Og vi håber, at du i den kommende sæson vil medvirke til, at vi bliver endnu mere attraktive som klub – for klubbens medlemmer og for dig selv.

Gladsaxe HG's mission, vision, værdier og handlingsplan

MISSION

At tilbyde håndboldtræning for alle aldersklasser på såvel motions som divisionsniveau med hjemmebane i Gladsaxe Sportshal

VISION

- Klubben skal være det sportslige samlingspunkt for håndboldinteresserede i Gladsaxe.
- Klubben skal være kendt for at have et attraktivt klubliv specielt med fokus på ungdomsafdelingen, hvor et aktivt klubliv betyder mange muligheder for at være sammen ikke kun om håndbold.
- Klubben skal være det sportslige tilbud for alle håndboldinteresserede i Gladsaxe med ambitioner såvel på motions- som divisionsniveau.
- Klubben skal være kendt for at uddanne egne trænere og for at have trænersamarbejde på tværs af årgange og køn.

VÆRDIER

- ❖ begejstring
 - det er sjovt at være en del af Gladsaxe HG
- ❖ ansvarsbevidst
 - orden i økonomien
- ❖ nyskabende
 - udvikle foreningslivet
- ❖ samarbejdende
 - indenfor klubben såvel som til andre klubber

HANDLINGSPLAN FOR 2014/15

- Skabe en sjov, hyggelig og stemningsfuld hjemmebane – attraktiv for spillere og tilskuere
- Udvikle klubbens målmandstræning
- Udvikle dommerkorpset
- Tiltrække sponsorer
- Arbejde mod mindre harpiks på hallens døre, sæder o.lign.
- Fredagstræninger på tværs af alder og køn, hvor dame- og herresenior er trænere
- Tiltrække flere foreningsledere i og omkring Gladsaxe HG – en sjov og motiverende fritidsbeskæftigelse
- Fastholde 4 seniorhold – dame 1 i toppen af 3.div, og herre 1 i toppen af kval.rækken
- Tiltrække spillere på alle hold, samt udvikle spillere, så der på flere årgange er et A- og et B-række hold i sæson 14/15
- Stævner, ture, besøg
 - Fløng Cup for alle ungdomshold i maj 2014
 - Udlandstur til Teramo for U16 og U18 juli 2014
 - Seniorhold deltager i AB's jubilæumsstævne
 - Udlandstur til Neubrandenburg for U16-U18 (sidste week-end i august)
 - U9-U14 deltagelse i Hedebo Cup eller specialtræningslørdag + niveauekampe (sept)
 - Besøg af årgang 2000-2002 fra Neubrandenburg i ugen før påske 2015
 - Påskestævne 2015 for ungdomsholdene
- Deltage i DHF's KNÆK KURVENs forløb vedr. KLUB-BUILDING (start i uge 39)

Den daglige træning

Træningstider

Dit hold har træning i Gladsaxe Sportshal 1 – se dit holds træningstider på www.gladsaxehg.dk

Dine holdkammerater, din træner og os i Gladsaxe HG Styret forventer, at du kommer til træning, og at du sender besked til træner, hvis du er forhindret.

Du kan risikere, at dit holds træningstid bliver aflyst enkelte gange. Dette sker, hvis klubben bliver frataget den tildelte haltid. Oplysning herom får du normalt min. 2 ugers før fra din træner. Alle ændringer kan findes på www.gladsaxehg.dk.

Træningsartikler

Klubben har bolde og andre træningsartikler. Men indkøb af tøj og andre sportsartikler til dig selv kan du med fordel købe hos vores sponsor - den lokale sportsforretning Sportmaster, Søborg Hovedgade. 2 gange om året, i august og i november, holder de åbent hus, hvor du får minimum 20% rabat. Datoer bliver annonceret via mail og hjemmeside.

Derudover har du mulighed for at købe klubtøj med klublogo og evt. dit navn via Sportmaster, Søborg. Find bestillingsseddel på www.gladsaxehg.dk.

Hvis du spiller med harpiks er her lidt tips:

- Ha' en håndcreme i sportstasken – så kommer det nemt af. I hallen er der dog også opsat en harpiksrensere – på vejen ud mod omklædningsrummene.
- Er der harpiks på tøjet kan du vaske dette af – husk det skal ske udenfor, og benyt plasthandsker: læg tøjet i en plastpose, påfør mineralsk terpentin, lad det henligge i ca.60 min.

Tilsæt varmt vand med vaskemiddel til tøjet i plastposen. Lad ligge i plastposen endnu 60 min. Skyl tøjet et par gange, hvor efter du vasker det i vaskemaskinen. Hæng tøjet til tørre udendørs, så det kan dunste af.

Praktiske forhold i Gladsaxe Sportshal

Badefaciliteter er åbent for 1 herre- og 1 dameomklædningsrum. Og glemmer du tøj i hallen, så spørg ved skranken ind til svømmehallen.

Dit hold

Trænere

Se dit holds trænere på www.gladsaxehg.dk

Spillertøj

Du får udleveret spillertøj til brug ved kampe. Alle spillere på holdet vil på skift få tøjet i tasken med hjem efter en kamp. Tøjet skal vaskes ved maks. 40°C. Og du skal sørge for at tasken med spillertøj er med ved holdets næste kamp.

Indholdet i de enkelte holds spillertøjstaske, se bilag 1.

Holdkontakt

Så vidt muligt er der på alle klubbens hold tilknyttet en holdkontakt, alternativt er det træneren, som også har denne rolle. En holdkontakt, er optimalt en forælder, som påtager sig opgaven at hjælpe holdets træner og ikke mindst være et bindeled til Gladsaxe HG Styret af klubben. Opgavebeskrivelse se bilag 2.

Holdkontakt på dit hold – se www.gladsaxehg.dk. Har dine forældre lyst til at indgå som holdkontakt på dit hold (hvis der ingen er), skriv til formand@gladsaxehg.dk eller 20259192.

Har du fået en skade eller har du behov for massage?

I denne sæson har vi et tilbud fra en af klubbens sponsorer: SMERTEFRI.NU, Søborg Hovedgade 149, 2860 Søborg, tlf. 3967 3967.

Vi har aftalt at der på den 1. konsultationstime hos Jørgen, ydes 20% rabat. Husk blot at sige at du er fra Gladsaxe HG.

Året rundt

Se bilag 3 for information om årets aktiviteter, som håndboldspiller i Gladsaxe HG. Der vil i starten af sæson 14/15 blive ophængt en kalender med de vigtigste datoer. Alternativ kan du altid se dato for planlagte aktiviteter på www.gladsaxehg.dk / aktiviteter

Deltagelse i håndboldkampe (HRØs vinterturnering)

Du kan se dit holds kommende kampe, resultater og stillinger på:
<http://www.dhf.dk/Turneringer-Og-Resultater/Forening-Soegning>.

På denne hjemmeside findes også en også en app til iPhones og til smartphones. Således har du altid adgang til alle kamptider og spillesteder med adresser.

Mange af vore hold er oprettet på holdsport.dk eller facebook. Det kan din træner eller holdkontakt fortælle dig.

Husk at møde op til kamp, når du er sat på holdet. Hvis du er forhindret, så meld afbud i god tid til din træner. HUSK – at dine holdkammerater glæder sig til at spille kamp, og vil savne dig på holdboldbanen.

Kampe på hjemmebanen i Gladsaxe Sportshal

I løbet af sæsonen, dvs. fra september til april vil der være 10-12 hjemmekampe for dit hold undtagen hvis du spiller på U6/U8, hvor der kommer 2 stævner i Gladsaxe Sportshal.

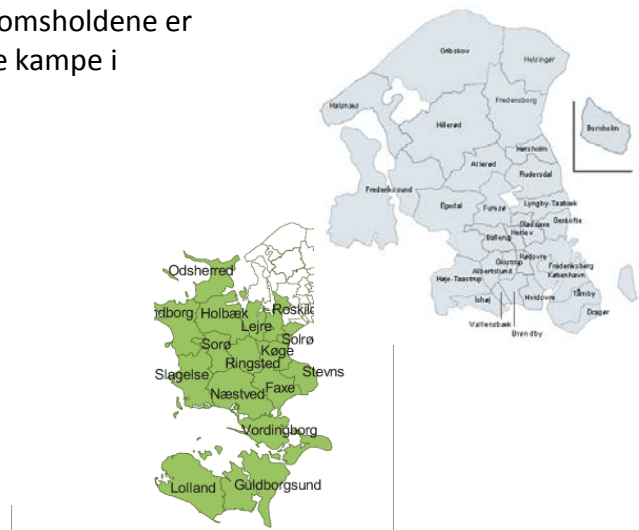
Ved hjemmekampe er det holdets ansvar at tage tid ved holdets kampe. Holdkontakten vil uddelegere opgaver og instruks omkring dette. Se bilag 4 for information om opgaver ved en hjemmekampsdag.

Gladsaxe Sportshal er en fantastisk hjemmebane, men den bliver endnu mere fantastisk for vores hold, og dit hold, hvis der er tilskuere på tilskuerpladser. Kom op i hallen og hej på dit barns/familie/venners hold, og på 1-2 kampe mere. Et engageret publikum har stor betydning for alle hold. Sæt dig på **GLADSAXE HG TRIBUNEN** – de hvide sæder modsat tidtagerbordet. Her får du det bedste udsyn.

For alle hold der spiller i B- og C-rækker er det en af klubbens egne *døm-selv-dommere*, som er dommer. Vi kan altid bruge flere i vores dommerkorps. Hvis du har lyst til at hjælpe med denne opgave for dit barns eller et af klubbens andre hold, så skriv til info@gladasaxehg.dk eller snak med din/dit barns træner. Vi tilbyder interesserede deltagelse i kursus, som evt. holdes internt i klubben.

Kampe på udebane

Lige såvel som der er 10-12 hjemmekampe vil der også være 10-12 kampe på udebane for dit hold fra september til april. De fleste kampe for ungdomsholdene er indenfor Storkøbenhavn. Men der kan også være kampe i Nordsjælland og på Midtsjælland.



Normal vil mødestedet for disse udebanekampe være ved Gladsaxe Sportshal. Det er hyggeligt at mødes og ankomme samlet til modstanderens bane. Derudover sikrer vi os, at alle kommer med. HUSK at komme til aftalt tid!

Optimalt håber vi, at alle forældre evt. bedsteforældre har lyst til at hejpe på Gladsaxe HGs hold, når de spiller på udebane. Ved hver kamp vil der ofte være behov for 3-4 biler til at køre spillere og træner(e) til udebanen. Husk at når I kører med børnene er det vigtigt at alle er fastspændt efter færdselslovens regler.

Kontingentet dækker ikke udgifter til dette, så det betyder, at vi forventer, at alle spilleres forældre hjælper med den opgave. Det er sjovt at følge det enkelte holds udvikling, og der kan

komme mange hyggelige timer i de forskellige haller igennem årene. Også på udebane har et engageret publikum betydning for holdet.

Har man ikke selv bil, så prøv at tænke over hvorledes du kan vise din interesse for holdet f.eks. ved at bidrage med frugt til holdet i pausen eller kage til holdet efter kampen.

Klublivet – aktiviteter på tværs af køn og alder

Stævner/træningslejr

I sæson 14/15 er følgende under planlægning:

- alle hold U9-U18 deltager i Fløngs 1-dages Udendørsstævne 11. maj.
Stævneansvarlig: Anne Petersen (Økonomimester) – skriv til tur@gladsaxe.hg.dk
- U9-U12 holdene inviteres til Hedebo Cup i Tune nær Roskilde 27-28. september.
Stævneansvarlig: Keld (Sponsormester) - skriv til tur@gladsaxe.hg.dk
- Evt. deltagelse i AB Julecup (28.-30.december)
Stævneansvarlig: Anne Petersen – skriv til tur@gladsaxe.hg.dk
- Påske-/forårstur i 2015 (mere info i efteråret 2014)
Stævneansvarlig: Jacob Sørensen (Turmester) – skriv til tur@gladsaxe.hg.dk

Fredagstræninger

Træningstid kl. 17.15-19 i hal 1. Koncept og plan for perioden uge 43 til uge 12, se bilag 5.

Forældregrupper vil på skift få ansvar for hyggen i klublokalet efter træningen jf. planen.

I perioden fra påske til sommerferien og fra august til uge 41 kan du opfordre din træner til at indlægge en ekstra træning fredag kl. 17.15-19 evt. efterfulgt af hygge for dit hold i klublokalet. Først til mølle princippet gælder. Reserver hal og evt. klublokale ved at skrive til info@gladsaxe.hg.dk.

Venskabsklubber

KIF København

Dette indebærer, at vi får tilbudt fribilletter til udvalgte hjemmekampe i løbet af sæsonen. Dette får du besked om via mail.

Fortuna SV '50 Neubrandenburg

Der er planlagt tur for U16-U18 til Neubrandenburg i sidste week-end i august (se ovenfor). I dagene før påske kommer piger fra årgang 2000-2002 på træningsbesøg med afvikling af venskabskampe onsdagen før påske, efterfulgt af fællesmiddag. Forældre og spillere vil få nærmere information.

For dig som spiller

Kontingent

For sæson 2014/15:

U8:	425 kr halvårligt opkræves 15. juni 2014 og 15. dec 2014
U9-U12:	650 kr halvårligt opkræves 15. juni 2014 og 15. dec 2014
U14-U16:	775 kr halvårligt opkræves 15. juni 2014 og 15. dec 2014
U18-senior:	900 kr helårligt (15/9) eller kvartårligt (15/9, 15/11, 15/1-15, 15/3-15)

Old Girls: 1200 kr helårlig 15. september 2014

For kontingentet kan du deltage i træninger inkl. fredagstræninger, juleafslutning, stævne i foråret, niveaustævner, vinterturneringen. Dvs. der bliver opkrævet ekstra betaling for din deltagelse i f.eks. påkestævne og andre ture.

VIGTIGT! Skriv til admin@gladsaxehg.dk, hvis du ønsker at blive overført til anden kategori end aktivt medlemskab f.eks. pga. skade eller hvis du er bortrejst og ønsker orlov fra klubben.

HUSK! Er du i kontingentrestance, kan vi blive nødt til at udelukke dig fra deltagelse klubbens aktiviteter. Skriv til kasserer@gladsaxehg.dk, hvis du af en eller anden årsag ikke kan betale inden for den angivne dato. Det er ikke spændende frivilligt arbejde at rykke for kontingent. Glæd derfor kassereren ved selv at henvende dig. TAK!

Information fra Klubben til Dig

Fælles information om aktiviteter, nyhedsbreve mm udsendes via mail. HUSK at det er DIT ansvar at din mail-adresse og mobiltelefonnummer i klubbens medlemsregister er korrekt. Din holdkontakt har en udskrift. Er der ændringer kan du selv rette dine kontaktoplysninger. Får du spørgsmål skriv til admin@gladsaxehg.dk

Klubben har en bestyrelse, som i det daglige kaldes Gladsaxe HG Styret. Medlemmer er:

	Navn	Telefon	Mail
FORMAND	Jette Jakobsen	20 25 91 92	formand@gladsaxehg.dk
BANEMESTER	Thomas Gramstrup	40 42 88 54	kampe@gladsaxehg.dk
ØKONOMIMESTER	Anne Udstad Petersen	39 56 50 10	kasserer@gladsaxehg.dk
KOMMUNIKATIONSMESTER	Birgitte Lorentzen	25 67 20 83	birgytte@hotmail.com
TRÆNERMESTER	Per Skaarup	22 12 34 45	-
SPONSORMESTER	Keld Jacobsen	24 76 76 17	Donkello72@gmail.com
TURMESTER	Jacob Sørensen	26 19 42 82	tur@gladsaxehg.dk
KULTURMESTER	-	-	-
SUPPLEANT	Hanne Rasmussen	40 44 74 61	admin@gladsaxehg.dk

Får dine forældre lyst til at høre mere om og bidrage til drift og udvikling af klubben er de meget velkomne til at kontakte én af os. Men deltag også gerne i MAF (Månedeligt Aktivitets Forum), som afholdes i klublokalet kl. 18.30-19. Her diskuteres forslag fra medlemmer og forældre.

Følgende datoer afholdes MAF: mandag d. 26. maj, onsdag d. 27. august, mandag 29. september, onsdag d.26. november, mandag d. 23. februar.

Desuden afholdes i januar KLUBDAG 2015, hvor der vil blive afholdt workshops for planlægning af sæson 15/16. Indbydelse herom udsendes i november/december.

Information fra Dig til Klubben

Har du spørgsmål, som din træner eller holdkontakt ikke kan svare på, så skriv gerne til info@gladsaxehg.dk. Du får svar så hurtigt som muligt. OG HUSK – får du ny mail-adresse, send information herom til admin@gladsaxehg.dk

Sidst men ikke mindst: Sponsorater

Dem har klubben altid brug for. Sponsorpakker omfatter p.t.:

- Holdsponsorater: giver sponsor mulighed for reklame på spillertrøje eller –shorts, træningsdragter, sportstaske, drikkedunke,
- Klubsponsorater: giver sponsor mulighed for reklame på træneres og hjælpetræneres tøj, holdlederens tøj, ”døm selv korps”, Gladsaxe HG Styret, hjælpere o.a.
- Spillersponsorat: reklame på en enkelt spillers kamptøj

Alle sponsorater skal godkendes af Gladsaxe HG Styret. Hvis du selv er interesseret, bliver kontaktet af interesserede eller selv finder en sponsor, kontakt sponsormester Keld (Donkello72@gmail.com)

Som sponsor bliver man bl.a. eksponeret på klubbens hjemmeside, samt i nyhedsbreve og ved specialarrangementer f.eks. Gladsaxe HG Dag (kampdag i november) og Store Kampdag i foråret. Dato fastsættes, når kampprogram forelægges henholdsvis i starten af oktober og i midten af januar 2015.

Tag kontakt eller duk op til et MAF-møde (se foregående afsnit)

Bilag

Bilag 1 – Holdenes spillertøjstaske – opdateret 10. august 2014

	Hold	Taske	Tryk på bryst/ryg. Sponsor i 14/15	Alder trøjer ?	Alder shorts ?
	U6	Nej	Amager Banken	<2010	<2010
	U7	Nej	Kvickly	2014	2014
	U8	Ja	Salon M	2014	2014
1	U10 Dreng	Ja	Smertefri.nu	2013	2013
2	U12 Dreng	Ja	Kvickly	2013	2013
3	U14 Dreng				
4	U16 Dreng	Ja	Cafe M	2014	2014
5	U18 Dreng	Ja	Carlsberg Sportsfond	2012	2012
6	Herresenior 1	Ja	Sportsmaster	2013	2013
	Herresenior	Ja	Faxe Kondi/Sportsmaster	2013	
7	Herresenior 2	Ja	Ingen tryk	2011	2011
8	U9 Piger	Ja	Meldgaard	2013	2013
9	U10 Piger	Ja	BørneCancerFonden	2012	2012
10	U11 Piger	Ja	Elstyrken	2013	2013
11	U12 Piger	Ja	Jyske Bank	2013	2013
12	U14 Piger	Ja	Kvickly	2013	2013
13	U16 Piger	Ja	Sportsmaster	2012	2012
14	U18 Piger		Gladsaxe Bolig/Synergy Lighting	2014	2014
15	Damesenior 1	Ja	Sæsonvine/Sportsmaster / Titan containers	2014	2013
	Damesenior	Ja	Sportsmaster	2013	
16	Damesenior 2	Ja	Sportsmaster	2014	2013
17	Old Girls			2013	

Angiver udebanetrøjer

NB! Ved arrangementet TAK FOR SÆSON 14/15 og GOD DAG TIL SÆSON 15/16 er holdets opgave at overbringe tøjtasken til næste sæsons træner/holdkontakt inkl. skema med angivelse af evt. mangler.

I klubben arbejder vi på en god økonomi, samtidig med at vi fastholder et relativt lavt kontingent. Og her er det vigtigt, at alle hold passer godt på det udleverede sæt spillertøj, da vi ved at spillertøjet kan benyttes i flere sæsoner.

Bilag 2 – Opgaver for en holdkontakt

Som holdkontakt er man først og fremmest den koordinerende kraft og mellemed mellem klubben og forældrene, dvs man skal:

- Sørge for at der er én som tager tid til holdets hjemmekampe
- Sørge for at koordinere kørsel til udekampe for spillere samt træner(e).

Herudover kan man:

- Stå for arrangementer, som f.eks. fællestræninger fredage
- Hjælpe til hvis der kommer andre klubber, som skal spille træningskampe imod Gladsaxe HG, fx kunne det være, at man sørger for lidt frugt til spillerne eller tage tid til kampe osv.
- Hjælpe til træning skulle træneren mangle hjælp, til f.eks. nogle øvelser.
- Hvis træneren er forhindret i, at kunne komme til kamp, kan man overtage træners "ansvar" i forbindelse med at stille holdet og hjælpe spillerne i kampen.

Alle de ovenstående punkter er eksempler, på hvad man kan forvente. Men det vil altid være en aftale mellem træner og holdkontakt om aktiviteter for holdet. Desuden må man forvente at blive kontaktet af Gladsaxe HG Styret, om støtte fra holdet til aktiviteter i klubregi.

Man har selvfølgelig lov til at uddelegere, eller takke nej til nogle af opgaverne. Men klubben har brug for frivillige, og deres arbejde.

Kommentar fra Keld Jacobsen (Holdkontakt på U10 piger sæson 12/13): ***Det har været en god og sjov opgave, som har givet en masse gode stunder med ledelse-spillere-forældre samt træner. Jeg har fået stor støtte til dette arbejde fra alle sider, og kan varmt anbefale "jobbet".***

Ring evt. til Keld (2476 7617)

APRIL-JUNI

Efter påske er der nye årgange, som spiller på hold sammen indtil næste forår. Vi inviterer efter behov til spiller-/forældremøde i forbindelse med nye hold. Alle klubbens hold deltager i udendørs stævne i Fløng (en søndag i maj). Separat invitation udsendes via klubmodul og www.gladsaxe.dk

JULI

Sommerferie

AUGUST

UGE 31 2014: Klubben afholder DHF's Sommerskoler i Gladsaxe Sportshal 1:

-Er du U9-U12 kan du mandag-torsdag kl. 9-15 deltage i DHF's Håndboldskole.

Du får en håndbold, en t-shirt, et par shorts, en drikkedunk og et diplom - og masser af sjov og spændende håndboldtræning. Pris: 575 kr.

Mere info og tilmelding: http://www.dhf.dk/Aktiviteter/dhfs_sommerskoler. Evt. spørgsmål? Skriv til info@gladsaxe.dk.

UGE 32 2014: Du kan deltage i klubbens håndboldaktiviteter i forbindelse med Gladsaxe Kommunes Sommerferieaktiviteter i uge 31. Separat tilmelding via Gladsaxe Kommune

UGE 33: Træning begynder.

Opstartsture i 2014: planlægning i gang med U14-U18 til Tyskland og for U9-U12 evt. U14 til Hedebo Cup.

SEPTEMBER

Evt. deltagelse i niveaustævner for ungdomshold mere herom fra dit holds træner.

Første hjemmekampsdag for seniorer være første week-end i oktober.

OKTOBER-JANUAR

I vinterturnering er kampene fortrinsvis placeret i week-ends, men kan også forekomme på hverdage. Endeligt program kan ses på www.gladsaxe.dk fra ca. midten af oktober.

JANUAR-APRIL

I anden del af vinterturnering er kampene også fortrinsvis placeret i week-ends, men også på hverdage. Endeligt program kan ses på www.gladsaxe.dk fra ca. 15. januar.

Forældreassistance - spørg din holdkontakt:

For at få klubben til at fungere er forældrenes medvirken vigtigt i form af:

- Kørsel til kampe på udebane
- Tidtagning til dit hold/din barns hold
- Ad hoc udvalg f.eks. arrangement af ture, sæsonafslutning, jul o.lign.

OG husk, at det bedste du kan komme i dit barns håndboldtaske er din positive interesse.

HJEMMEKAMPSDAGE

DIVERSE INSTRUKSER



- **Er du holdkontakt/træner ved dagens 1. kamp i hallen?**

- Find kampsedler i skab H i skuffen: KAMPSEDLER
- Hal 1:
 - Find nøgle til tidtagerskab i H-skab
 - Sæt hallyset på kamplys – stærk lys. Tryk på grøn knap lige over den grønne som lyser
 - Sæt plastikkassen frem m/håndklæde, plaster mm.
- Hal 2:
 - Sæt døren på kontorhold: TRYK PÅ KNAP+BRIK
 - Tidtageruret er normalt sat frem. Evt. kontakt halmand 29264023 (er der til ca. kl.12).

- **INTRUKTION TIL TIDTAGER:**

- Sæt tidtageruret på anført kamptid (se speciel instruks)
- Efter kamp - noter resultat, skriv dit navn ved tidtager, indrappoter resultat til 3838 2727. Sæt kryds i skemaet, at du har gjort det.
- TAK FOR DENNE GANG.

- **Er du holdkontakt/træner ved dagens sidste kamp i hallen:**

- Efter sidste kamp check at alle kampe er indrappoteret, og indrappoter de manglende resultater.
- Send konvolutten med kampsedler til HRØ
- Rapport evt. uregelmæssigheder til Jette (info@gladsaxehg.dk/20259192). Så er vi sammen om evt. indrappoterering til HRØ.
- Har du problemer ring til 2323 5085 – vagten i skøjtehallen. Det er dem som lukker sportscentret af. Dette er aftalt på forhånd.

- **EVT. På dagen i KLUBLOKALET:**

- Døren ud til hallen via det gamle presserum må gerne være åben.
- Du må gerne servere kaffe/the
- Du må naturligvis også gerne servere kage mm, som du selv 😊



FÆLLESTRÆNINGER FREDAG I

Gladsaxe HG

Sæson 2012/13: Aktiviteten fællestræning om fredagen blev første gang afholdt d. 26. okt. 2012. Det var et forsøg, hvis baggrund var følgende:

- Ingen hold eller træner ønsker at træne hver fredag i tidsrummet kl. 17-19. Men vi vil gerne tilbyde ekstra træning til dem som har lyst.
- Indholdet kan variere f.eks. sjove lege, teknisk træning, så alle får lidt ny inspiration og lyst til at blive bedre.
- Spillerne kan invitere kammerater med, så de måske bliver medlemmer. I sæson 13/14 annoncerer vi disse dage som ÅBENT HUS arrangementer.
- Vi har behov for flere engagerede forældre - ansvaret for aktiviteten i klublokalet er forældregrupper.
- Der blev afholdt 8 fællestræninger med stor succes.

Sæson 2013/14: Fællestræningerne fortsætter, men vil blive annonceret som Åbent Hus arrangementer. Spillerne vil blive opfordret til at invitere kammerater med, opsætte flyers i deres SFO og klubber. Men konceptet vil være det samme.

Aldersgrupperne vil blive annonceret ved opslag i hallen, på hjemmesiden, på facebook.

LIDT MERE OM EN FÆLLESTRÆNING:

Tidsrum: Normalt kl. 17.30-19, men for de 8-12 årige altid kl. 16-18.

Fordeling: Afhænger af, hvilke trænere der kan træne de enkelte fredage.

Hallen: Ansvaret for håndbold i hallen er klubbens/trænerne. Men har du forældre evner til at inspirere med alternativ opvarmning eller andet er du mere end velkommen til at byde ind.

Klublokale: Ansvaret er én af forældregruppe, hvis træner er på halgulvet. Forældre bestemmer selv niveauet – ideen er at spillerne får mulighed for at være sammen efter træning. De kan få en bolle og lidt frugt, de kan evt. få en let aftensmad. Der er afsat ca. 500 kr til hvert arrangement. Alle indkøb refunderes mod bon – dog IKKE indkøb af sodavand.

Briknøgle: Lån trænerens for at komme ind i klublokalet.

Spørgsmål? Skriv til info@gladsaxehg.dk

Bilag 6 – De seneste sæsoners pighold og resultater

U9/U10Piger

13/14	2003 (U10P)	Række A		Miko (Cille/Mille)
	2004 (U9P)	Række B		Lise/Helle (Sarah/Ida)
12/13	2002 (U10P)	Række C	Nr. 3	Caroline Strauss (&Sofie)
	2003 (U9P)	Række C	Vinder - Guldmedaljer	Josephine Gram (&Emilie)
11/12	2001-02	Række D	Nr. 5	Janne/Annie/ Flemming/Sara
10/11	2000-01	Række BA	Nr. 6	Janne/Annie/ Flemming/Sara

U12Piger

13/14	2001 (U12P)	Række B		Christina Baagø/Keld Jacobsen
	2002 (U11P)	Række B		Christina Baagø/Keld Jacobsen
12/13	2000-01	Række D	Nr. 1 (disp)	Julie Neergaard (&Cecilie Strauss)
11/12	1999-00	Række D	Nr. 2	Christopher Hendriksen/ Julie Neergaard
10/11	1998-99	Række AB	Nr. 4	Janne/Annie/Flemming/Sarah

U14Piger

13/14	1999-00	Række B		Mille Helverskov /Sofie Tell
12/13	1998-99	Række D	Nr. 1 -> SM 4	Sofie Helverskov/Mille Helverskov/ Signe Sørensen
11/12	1997-98	2.div B	Nr. 2	Palle Gram/ Anne Petersen/ Steen Johannesen
	1997-98	Række B	Nr. 5	
10/11	1996-97	2.div C	Nr. 2	Palle Gram/Anne Petersen

U16Piger

13/14	1997-98	1.div		Carsten Thøsing
12/13	1996-97	2.div B	Nr. 1 -> SM 4	Carsten Thøsing
11/12	Intet hold			
10/11	Intet hold			

Damesenior

13/14		3.div		Morten Petersson/Tonny Røslau
-------	--	-------	--	-------------------------------

		Kval		
12/13		2.div	Nr. 10 -> 3.div	Morten Petersson/Per Skaarup
		Kval	Nr. 7	
11/12		2.div	Nr. 10 -> 2.div	Carsten Thøsing/Per Skaarup/ Dan Pedersen
		3.div	Nr. 12-> Kval	
10/11		2.div	Nr. 8	Carsten Thøsing/Per Skaarup/ Dan Pedersen
		3.div	Nr. 2	

Bilag 7 – De seneste sæsoners drengehold og resultater

U9/U10Drenge

13/14	2003-04	Række B		Aron/Thomas/Niklas/Christoffer
12/13	2002 (U10Dr)	Række B	Slutplacering: nr. 2	Aron/Jonathan/Albin
	2003 (U9Dr)	Række C	1.Plads -> SM nr. 2	Aron/Jonathan /Albin
11/12	2001-02	Række D	Slutplacering: nr. 2	Aron Handler/Jonathan Niemann
10/11	Intet hold			

U12Drenge

13/14	2001-02	Række C		Jonas Jakobsen/Kasper W. Andersen
12/13	Intet hold			
11/12	1999-00	Række C	Slutplacering: nr. 2	Nikolaj Jakobsen /Frederik Hestbæk
10/11	Intet hold			

U14Drenge

13/14	1999-00	Række B		Tobias Simonsen /Jonathan Hendriksen
12/13	1998-99	Række D	Slutplacering: nr. 5	Tobias Simonsen /Jonathan Hendriksen
11/12	1997-98	Række A	3./4. plads ved SM	Jonas Jakobsen/Kasper W. Andersen
10/11	1996-99	Række D	Sølvmedaljer ved SM	Jonas Jakobsen/Kasper W. Andersen
09/10	1994-95			Nikolaj Jakobsen

U16Drenge

13/14	1997-98	1.div		Rolf Nielsen
12/13	1996-97	Række A	Nr. 5	Rolf Nielsen
11/12	Intet hold			
10/11	1994-95	Række B	Nr. 3	Nikolaj Jakobsen
09/10	Intet hold			

U18Drenge

13/14	Intet hold			
-------	------------	--	--	--

12/13	1994-95	Række A	Nr. 2	Rolf Nielsen
11/12	1993-96	Række A	Nr. 4	Rolf Nielsen
10/11	Intet hold			

Herresenior

13/14		Kval.ræk		Ole Juhl Rasmussen / Per Skaarup
		Serie 2		
12/13		Serie 1	Nr. 1 -> Kval rækken	Ole Juhl Rasmussen
11/12	Wild card	Serie 1	Nr. 4	Ole Juhl Rasmussen
10/11		Serie 2	Nr. 5	Ole Juhl Rasmussen
09/10	Intet hold			

Bilag 8 – Holdsport

For dig der er 4-16 år vil du få invitation til holdsport, når du er indmeldt dvs. oprettet profil og betalt først kontingent.

Gladsaxe HG har valgt denne løsning af forskellige årsager:

- Det er et gratis værktøj.
- Træneren har fuldt overblik over, de spillere, som er til rådighed til at spille kamp.
- Spillere og forældre har fuldt overblik over f.eks. kampe-stævner-spillernes data osv..
- Man har altid holdsport med sig, da der er app til alle telefoner.
- Alle data om f.eks. en kamp er til rådighed for spillere / forældrene.
- Man kan klare kørsel, kaffe, vaske tøj og mange flere opgaver på de enkelte aktiviteter.
- Der er lavet en hjælp manual, som ligger på oversigtside inde på holdsport.

Skulle der være problemer, eller på anden måde spørgsmål, skal I først kontakte jeres træner eller holdkontakt.