

# Velkommen til Hornbæk SF Håndbold



## Trænerinformation



# Hilsen fra formanden...

## Velkommen til et stærkt blå frivilligt fællesskab!

Et fællesskab, hvor vi alle ønsker at bidrage til at Hornbæk SF er en forening, der tilbyder gode rammer for vores mange medlemmer. Vi ønsker at skabe håndboldglæde via nærvær, respekt for de mennesker der er i og omkring klubben og ikke mindst gode oplevelser. Vi tør stille krav til vores trænere og medlemmer, og vi er ambitiøse på fællesskabets vegne. Klubben rummer spillere fra 'Trille Trolle' til seniorer og med fokus på stor integration mellem vores årgange.

Vores målsætning er vigtig for alle og kan ses her: <https://hsf-randers.dk/handbold/information/malsætning-handbold/>

Vores forventning til dig er at du primært er dig selv, og aktivt bidrager med lige præcis det du kan, samt at du udviser respekt og er positiv over for vores forskelligheder.

Til alle trænere, ledere og frivillige vil jeg på håndboldudvalgets vegne gerne sige tak, fordi du har valgt og ønsker, at bruge din dyrebare tid på vores blå fællesskab.

Vi glæder os til at se jer i hallen!

**Lars Lindstrøm – Håndbold formand**

Mobil 23 71 08 09



#MedBlåtBlodiÅrene

### Spil håndbold i Hornbæk SF

**Som håndboldspiller i Hornbæk SF bliver man en aktiv og synlig del af det lokale idrætsliv. I HSF ønsker vi at fremme håndboldspillet gennem målrettet indsats for alle spillere uanset alder og kunnen. Vi ser muligheder frem for begrænsninger og tilbyder engagerede samt solide trænerprofiler med de fornødne kurser eller med stor erfaring som aktiv håndboldspiller.**

Hornbæk Sportsforening – HSF – blev stiftet den 15 juli 1945. Foreningen har således rundet sin 75 års fødselsdag og er hjemmehørende i Randers Kommune, nærmere betegnet i den vestlige bydel, som hedder Over og Nedre Hornbæk. Klubben har i dag ca. 400 medlemmer og holder til i Hornbækhallen.

HSF er en klub, der arbejder for dig og dine, der forsøger at finde glæden ved fritiden, ved at lade dig deltage i klubbens blå trøje, indenfor en af landets mest populære idrætsgrene. Samtidig giver vi dig muligheden for, at deltage i det festlige, sportslige og kammeratlige samvær, som vi ved findes i Hornbæk Sportsforening.

#### Håndboldafdelingen

Hornbæk SF, håndbold vil være en klub, som sætter det sociale samvær i højsædet. Vi støtter op og imødeser både de faste forældremøder samt vigtigheden af opstarts- og afslutningsstævner, samt det at "have god tid" både før og efter kampene. Klubben tilbyder en attraktiv fritidsaktivitet med mulighed for at spille håndbold på motions- og konkurrenceniveau inden for de givne rammer. Klubben er til for alle.

Vi vil være en attraktiv samarbejdspartner for andre idrætsklubber. Vi støtter blandt andet op om samarbejdet i Randers HH, Randers HK og de øvrige klubber i Randers-området. Derudover arbejder kontinuerligt for at forbedre og videreudvikle klubbens fysiske rammer.

Det er vores ønske at HSF altid vil fremstå som en vellidt og respekteret klub. Der respekterer andre, søger samarbejdet samt dialogen og siger altid TAK for kampen, med ønsket om at fremstå, som en ærlig og troværdig "samarbejdspartner".

#### Børne- og ungdomsafdelingen

I ungdoms- og børnehåndbolden tilbyder vi spillere på alle niveau'er en god og kvalificeret træning. Mød derfor gerne op i god tid FØR træning, hav respekt omkring hinandens forskelligheder samt hjælp og støt dine medspillere.

Det er et stort ønske at alle hold har voksne trænere og muligheden for, at spille i så høj en række som mulig. Vi spiller for at vinde, men ikke for enhver pris, derfor – hav respekt for dommer, modstander, tilskuere m.fl. Vi behandler andre, som vi gerne selv vil behandles.



Forældresamarbejdet prioriteres højt. Spillerne kan ikke yde "det maksimale" uden opbakning fra forældrene. Giv os gerne modspil, så vi sammen finder den rette løsning og respekter trænerens beslutninger.

Som børne- og ungdomsspiller i Hornbæk SF tilbyder vi helårstræning og ser gerne alle hold, at man deltager i mindst 2 stævner pr. sæson. Giv opbakning omkring kørsel til/fra kampe – selvom vi i et vist omfang vil søge fælles bustransport til/fra stævner.

Vi vil lære spillere god og sportslig optræden, både på og uden for banen. Derudover taler vi "med hinanden" og ikke "om hinanden" – og tager SELV initiativ til forandring og dialog.

## Seniorafdelingen

Målsætningen er at have hold i både dame-/ og herrerækkerne. Herudover vil vi være en selvstændig dameeliteklub, gerne med samarbejde til byens øvrige klubber for at styrke dameelitehåndbolden i Randers.

Ligeledes som i ungdom ønsker vi at spille i så høj en række som mulig og arbejde for, at seniorspillerne giver noget videre til børne- og ungdomsafdelingen samt aktivt tage del i klubbens udvikling.

[#MedBlåtBlodIÅrene](#)



# Praktisk info til dagligdagen

## Træner-/Ledertøj

Som ny træner, er du berettiget til et sæt træner-/ledertøj – sættet består pt. af en træningsdragt samt 2 t-shirts (valgmulighed mellem polyester og bomuld). Tøjet bestilles inden sæsonstart og vores samarbejdspartner er mærket Craft.

## Spillertøj

Hvert hold har et spillersæt i hjemmefarven Blå. Et spillersæt skal/bør holde i 2 sæsoner. Efter udlevering, er det holdets ansvar at sørge for tøjvask og at spillerne passer på det. Ønsker holdene selv at skaffe sponsorer til nyt spilletøj, gøres dette i samarbejde med et udvalgsmedlem (en sådan sponsor kaldes "hjerter sponsor"). Sætprisen for et spillesæt er kr. 7.900 ekskl. tryk og moms.

Der afholdes også klubaftener hvor medlemmer/spillere kan købe klubbetøj til favorable priser.

## Sponsorer

Hornbæk SF har sponsoraftaler med flere lokale virksomheder. Disse vil typisk være at se i hallen eller på spillertøjet samt træner-/ledertøjet.

Alle er velkomne til at anskaffe sponsorer. Såfremt man ønsker sponsormateriale, kan dette rekvireres ved behov.

Finder man en sponsor til eget hold, vil disse kaldes Hjertesponsor, og pengene går udelukkende til eget hold, og bruges typisk til at skaffe dragter, spille- eller træningstøj.

## Ind- og udmeldelse

Alle spillere skal være indmeldt i HSF Håndbold. Når der kommer nye spillere, så giv dem et par træninger, inden de meldes ind. De skal have mulighed for at finde ud af, om det er noget de har lyst til. Indmeldelse kan kun ske via vores hjemmeside: [www.hsf-randers.dk](http://www.hsf-randers.dk)

Udmeldelse kan kun ske på klubbens hjemmeside under medlemskab. Det er ikke nok med en mundtlig tilbagemelding til træneren, da der kan blive tvister om, hvornår spilleren er udmeldt.

Der **SKAL** være betalt kontingent for at kunne spille turneringer og stævner for Hornbæk SF.

## Nøgler og adgangsbrick

Adgang til Hornbæk Hallen sker via en adgangsbrick. Denne rekvireres hos HSFs administration (Per Hansen Lund) – mail [kontor@hikc.nu](mailto:kontor@hikc.nu). Der skal betales et depositum på Kr. 200 som tilbagebetales ved aflevering. Brikken er strengt personlig og må ikke overdrages til andre.

Nøgler bruges til færden inde i hallen, og giver bl.a. adgang til rekvisitrum og kontoret i hallen. Nøglerne bestilles ligeledes hos HSFs administration (Per Hansen Lund) – mail [kontor@hikc.nu](mailto:kontor@hikc.nu)

**OBS!** Når man forlader Hornbæk Hallen som det sidste hold, har den holdansvarlige ansvaret for at sikre at hallen er forsvarligt aflåst, og tjekke at samtlige vinduer og døre er lukkede på forsvarlig vis. Klubben får regning for besøg fra vægterservicen hvis dette ikke sker.

## Tape, isposer og harpiks

Klubben stiller, indenfor rimelighedens grænser, midler til rådighed for alle hold, såsom tape, isposer og harpiks.

Dette bestilles hos [Lars Lindstrøm på 23 71 08 09](mailto:Lars.Lindstrom@hikc.nu) og udleveres i Hornbæk Hallen efter aftale.

## Remedier og træningsudstyr

Klubben har et aflåst rum samt kasser i Hornbæk Hallen. Der findes kegler, stepbænke, medicinbolde, væltehække og "stiger". Vi arbejder løbende på at udvide sortimentet så en spændende træning kan understøttes.

I Arena Randers har vi en boldkasse, hvori der findes skjolde og kegler samt lidt andre mindre remedier.

## Haltider

Vi spiller som udgangspunkt alle vores turnerings- og cup kampe i Hornbæk Hallen. Vi har desværre ikke haltider nok i Hornbækhallen til at alle hold udelukkende kan træne i Hornbækhallen. Derfor er vores træningstider fordelt i Hornbæk Hallen og Arena Randers. Alle hold har mindst et træningspas i Hornbækhallen.

Træningstider bliver fordelt to gange om året. Sidst i april for perioden maj og juni, samt sidst i juni for perioden august til april.

Der kan løbende komme aflysninger (forhåbentlig få) både i Hornbækhallen og Arena Randers. De aflysninger kommer på Facebook "HSF Træner/ledere" så snart vi får kendskab til dem. Evt. andre

## Kampe/turnering

Alle hold tilmeldes som udgangspunkt til deres forventede niveau/række svarende til trænerens vurdering af niveau. Tilmeldingsform afhænger af alder og niveau, og der skal tages stilling til niveauet i løbet af sæsonens første måned (August/September).

Hornbæk SF ønsker at afholde så mange hjemmekampe i forlængelse af hinanden som



muligt, hvorfor det tilstræbes at samle flere kampe til hjemmestævner, for at skabe liv og sammenhold holdene imellem. Det tror vi på kan bidrage til fællesskabet og det gode miljø.

## Dommere

Træningskampe aftales af trænerne på de respektive hold. Dommerudgifter til disse afholdes af holdene selv.

Dommere bestilles direkte hos JHF - <https://danskhaandbold.dk/danskhandbold-nord/dommerbestilling/>

## Stævner

Klubben anbefaler opstarts- og afslutningsstævne. Opstartsstævnet er valgfrit for de respektive hold, hvorimod klubben forsøger at tilmelde alle ungdomshold til samme afslutningsstævne. I 2023 gik turen til Silkeborg-Voel Cup. Til afslutningsstævnet betaler klubben holdgebyret og spillerne betaler selv for spillergebyret.

**OBS!** Trænerbetaling skal dækkes af spillergebyret.

Andre stævner eller turneringer er op til de enkelte trænere at afgøre, om hvorvidt man vil afsted eller ej.

## Motionscenter







Som medlem eller træner, kan man købe adgang til motionscenteret i Randers Arena. Aftalen er for Hornbæk SF.

Prisen pr. måned er pt. Kr. 95 og abonnement bestilles direkte hos Arena Randers på [mail@arenaranders.dk](mailto:mail@arenaranders.dk) hvor navn, mail og holdtilknytning oplyses. Der skal afhentes en brik på kontoret i Randers Arena.

## Håndboldudvalget

Den daglige drift og ledelse, varetages af Håndboldudvalget. Alle er frivillige og der er plads til alle der har interesse i at gøre vores blå fællesskab endnu bedre.

Se oversigten på næste side over dine kontakter:

	<p><b>Formand/træner (U17P)</b> Lars Lindstrøm</p> <p>Tlf. 23 71 08 09 <a href="mailto:lars-lindstrom@live.dk">lars-lindstrom@live.dk</a></p>	<p><b>Ansvarsområder:</b> Harpiks, tape og is Tøj U17 piger træner Moderklubrepræsentant Randers HK U17 pige kontakt</p>
	<p><b>Udvalgsmedlem</b> Torben Vangsgård</p> <p>Tlf. 51 50 96 36 <a href="mailto:torvan@n1.dk">torvan@n1.dk</a></p>	<p><b>Ansvarsområder:</b> Teknik Cafeteria Hornbæk Skole/Hal</p>
	<p><b>Udvalgsmedlem</b> Sven Aaquist</p> <p>Tlf. 20 68 87 04 <a href="mailto:sven@hsf-randers.dk">sven@hsf-randers.dk</a></p>	<p><b>Ansvarsområder:</b> Økonomi Moderklubrepræsentant Randers HH + Randers HK Senior kontakt</p>
	<p><b>Udvalgsmedlem</b> Karina Basse Nielsen</p> <p>Tlf. 51 86 03 92 <a href="mailto:karina.basse@gmail.com">karina.basse@gmail.com</a></p>	<p><b>Ansvarsområder:</b> Moderklubrepræsentant Randers HH + Randers HK U15-U17 drenge kontakt</p>
	<p><b>Udvalgsmedlem/træner (U11D)</b> Anja Frydendahl</p> <p>Tlf. 30 23 12 78 <a href="mailto:anja@hsf-randers.dk">anja@hsf-randers.dk</a></p>	<p><b>Ansvarsområder:</b> Haltider Turnering Stævner U11 + U13 drenge/pige kontakt</p>
	<p><b>Udvalgsmedlem/træner (U15P)</b> Nicolaj Langberg Nielsen</p> <p>Tlf. 30 78 01 13 <a href="mailto:nielsen.nicolaj@gmail.com">nielsen.nicolaj@gmail.com</a></p>	<p><b>Ansvarsområder:</b> SoMe Tøj Åben Træning U15-U17 drenge kontakt</p>



