



VHK-Nytt

December 2023

Vallentuna Handboll - en klubb med KRUT i

DET LIDER MOT JUL.....

Det betyder att det snart är dags för vår fanstatiskt roliga julavslutning med traditionsenlig totalhandboll!

För de yngre lagen som inte varit med lika ofta eller alls: spelarna delas in i åldersblandade lag (F/P9-senior), killar och tjejer tillsammans från de minsta upp till dam/herrlagen så spelas det handboll med skumgummiboll på miniplan. Det lag som förlorar värvas av det vinnande laget, och så spelar man vidare med allt större lag. Tillslut är det spel på hela planen med hälften av alla deltagare på ena sidan, och den andra hälften på den andra (men inte alla precis samtidigt). Alla är med! Det kommer finnas möjlighet att köpa väskor till kampanjpris (perfekt julklapp), vi kommer uppmärksamma alla tränare och lagledare lite extra, dessutom bjuder vi på saft och pepparkaka.

Datum: 15/12-2023

Samling 17:30 med matchstart kl 18. (lagledare, skicka gärna ut kallelse till spelarna)

Verkligen en riktigt kul kväll för hela klubben!



VHK-Nytt

DET LIDER MOT JUL.....

Det betyder att det snart är dags för vår fanstatiskt roliga julavslutning med traditionsenlig totalhandboll!

Datum: 15/12-2023

Samling 17:30 med matchstart kl 18. (lagledare, skicka gärna ut kallelse till spelarna)

Verkligen en riktigt kul kväll för hela klubben!



BREAKING NEWS!



Det finns fortfarande några supportertröjor kvar!

300:-/st
(Finns i cafeterian)



ÄNTLIGEN!

Nu har alla serier för hela säsongen publicerats

WOOHOO!

THE 26TH IHF
**WOMEN'S WORLD
CHAMPIONSHIP**
DENMARK NORWAY SWEDEN



GRUPP A

Scandinavium, Göteborg

1 december:

Kroatien-Senegal 18.00

Sverige-Kina 20.30

3 december:

Kroatien-Kina 15.30

Senegal-Sverige 18.00

5 december:

Kina-Senegal 18.00

Sverige-Kroatien 20.30

Handbollscuper

Visst är det kul att åka på cuper!

Åka hela laget, bo tillsammans, möta andra lag än i serien, lära känna varandra ännu bättre och ha himla roligt!

Ni vet väl om att Klubben står för anmälningsavgifter till 2 cuper/år plus avgiften för Eken Cup!

Under allhelgonahelgen spelade till exempel F13 **spökbollen** (Stockholm). En superkul cup där man är utklädd samtidigt som man spelar.

Så här fina va dom!



P12 kommer att åka till Falun på **Kopparcupen** i mellandagarna. Där blir det övernattnig med hela laget och en massa matcher.

Lycka till!



TIPS

Andra roliga cuper klubben kan tipsa om:

- Katrineholmscupen
- Irstablixten
- Håtunaleken
- Västerortscupen
- Mixed-cupen
- Eken Cup

Ny tränare i klubben!



Magnus kommer gå in som tränare i DAM/DJ-truppen tillsammans med Bea och Roger, läs lite om Magnus här:

“Det ska bli väldigt spännande att få ta del av erat gäng.

Jag hoppas att jag kommer kunna med hjälp av min erfarenhet som spelare och mitt ledarskap utveckla er som lag, men framförallt dig som handbollsindivid.

Kort om mig:

- Spelat på elitnivå mellan 1999-2008 i en liten klubb som ligger ute på östgötaslätten, Mantorp. Vi spelade div 1 alla dessa år och tre år kval upp till elitserien.
- Jag är extrem vänsterhänt.
- 43 år, gift, 5 barn (2 bonusbarn).
- Arbetar som lärare i idrott och hälsa samt HKK. Detta är visst mitt 18:e år.
- Brinner för hälsa, där träning ligger varmt om hjärtat.
- Älskar choklad och spelar mycket golf.

Är glad, positiv, omtänksam, målmedveten, tankspridd och älskar humor.



Did You Know?

HÖSTLOVSLÄGRET!

Under höstlovet var det full gång i både sporthallen och Tellus då Norrort körde sitt första gemensamma camp i Vallentunas regi.

Hela 60 spelare deltog under veckan!

Denna gång var lägret riktat mot redan aktiva spelare vilket va ett nytt koncept för VHK. Superkul med full fart och massa roliga övningar. Det stod både spelövningar och teori på schemat.

Rookie Bar levererade lunch ner till klubben och mellanmål fixade styrelsen.

Vallentuna Nya va där en av dagarna och fotade och skrev ett reportage ([KLICKA HÄR](#) för att läsa) vilket va kul!

Nu siktar på många fler av dessa läger (vi hoppas kunna annonsera ut ett redan efter jul)



Norrortscamp 1.0

Som en del av vårt Norrortssamarbete bjuder vi in till ett gemensamt läger för våra klubbar!

Vi utvecklar dig som handbollsspelare både individuellt, fysiskt och teoretiskt. Du får lära dig individuella tekniska- och förvarsteknik, samarbetsmålet olika positioner och målvakterna får ellpa på paradedteknik, närskott och niometerstöt. Är du född 2012-2008 och vill utvecklas som handbollsspelare? Då ska du absolut vara med!

Huvudtränare på lägret är våra Norrortstränare:

Per Lundgren

Erik Sanderhem

Var: Vallentuna Sporthall, Tellusvägen 29, Vallentuna.

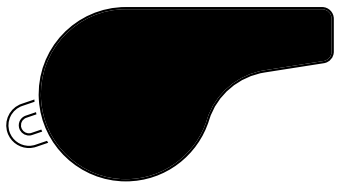
Födda 2013-2011
När: tisdag-fredag 31/10-3/11 2023 kl.09:00-15:00
Pris: 1550,- inkl lunch, mellanmål och den första gemensamma norrortströjan

[KLICKA HÄR](#)

Födda 2010-2008
När: tisdag-fredag 31/10-3/11 2023 kl.12:00-16:00
Pris: 1150,- inkl mellanmål och den första gemensamma norrortströjan

[KLICKA HÄR](#)

The north is coming....



Domarutbildning!

Nu är det dags för er som är födda 2008-2009 (eller tidigare) att gå domarutbildningen!

Att vara domare är både kul och utvecklande. Du får en riktigt bra förståelse för alla handbollens regler och en mycket bra helhetsbild över hur allt hänger ihop. Utan domare - inga matcher, inga matcher - inge kul....

Den första tiden som domare handlar det mycket om att utbilda dom nyblivna spelarna kring alla regler.

Under utbildningen får du allt du behöver för att bli färdig domare. Vi har i klubben både en domaransvarig och en domarmentor som finns där under första matcherna och stöttar och peppar.

Har du inte anmält dig än? Hör av dig till [Kent Henningson](#)



Bli stödmedlem

Är du förälder till spelare eller bara intresserad av handboll?

Vill du kunna påverka VHK´ s arbete?

Bli stödmedlem för endast 300 kr



Vi vill påminna om vårt samarbete med Sponsorhuset. Det är ett otroligt enkelt sätt att stötta Vallentuna Handbollsklubb när du ändå handlar eller bokar hotell på nätet. Går du till butiken (finns över 600 st) via Sponsorhuset så får både du själv och Vallentuna Handbollsklubb pengar tillbaka.

Inget blir dyrare för dig som handlar.

Skapa ett inlogg gratis här.

<https://www.sponsorhuset.se/vallentunahandbollsklubb/intro>



Thank you

Vi vill rikta ett stort tack till alla klubbens tränare, utan er skulle vi inte ha någon klubb!

Som ett tecken på vår tacksamhet så går tränarmiddagen utav stapeln den 7/12 kl 18:30 på Brödernas i Vallentuna.

Ni som är tränare ska ha fått ett utskick från Sofia med en anmälningslänk.

Vi ser gärna att så många som möjligt kommer, vi vet också att denna middag kommer att krocka med något lags träning men försök att se om en förälder eller annan person kan ta just den träningen så att ni kan delta. ❤️

SPONSRING

Vi håller just nu på att ta fram sponsorspaket till företagare.

Att vi får in sponsorer till klubben är viktigt för en massa saker. Det kan handla om reklamtryck på matchtröjor, skyltar i hallen etc.

Om ni vet någon som skulle vara intresserad att sponsra så hör av er till styrelsen!



MATCHVÄRD

Enligt Svenska Handbollförbundets Tävlingsbestämmelser för barn och ungdom **ska** det finnas minst en matchvärd på plats när det spelas barn- och ungdomshandboll (upp till och med U19).

Syftet är att skapa en välkomnande, trivsamt och trygg miljö där barn och ungdomar kan ha roligt och utvecklas både som spelare, domare, ledare och funktionärer.

Det ska tydligt framgå vem som är matchvärd genom att den bär matchvärdsväst (västar finns i cafeterian)

En matchvärds uppgifter/roll är följande:

- Hälsa gästlag, domare och funktionärer välkomna, presentera sig och informera om viktiga funktioner i hallen, samt vad uppdraget som matchvärd går ut på.
- Vara ett stöd för domarna och funktionärerna före, under och efter match. Kom ihåg att det är domaren som bestämmer på handbollsplanen och att matchvärden inte får avbryta en match eller korrigera domslut.
- Arbeta för nolltolerans runt spelytan.
- Om någon utanför spelplanen uppträder olämpligt utifrån principen om nolltolerans: prata med berörd personen om olämpligt beteende och informera ledaren till laget som person är kopplad till.
- Om någon utanför planen uppträder mycket olämpligt sätt utifrån principen om nolltolerans ska det dessutom skickas en skriftlig redogörelse till det distriktsförbund som arrangören tillhör. Distriktsförbundet kan sedan kontakta den berörda föreningen.
- Som matchvärd äger du inte rätt att avvisa person/personer från hallen. Vid allvariga situationer ska polis kontaktas.



Principen om nolltolerans

Besökare på barn och ungdomsmatcher/-träningar inom svensk handboll ska:

- Skapa en god stämning på och kring spelplanen.
- Respektera de beslut som spelare, ledare och domare tar vid träning eller match.
- Komma ihåg att det är barn och ungdomar som tränar eller spelar.

Som besökare på barn och ungdomsmatcher inom svensk handboll är det därför inte tillåtet:

- Att på ett negativt sätt försöka påverka matchens utgång, spelares prestationer eller domarens domslut.
- Att bruka svordomar, könsord, rasistiska uttryck, obscena gester mot spelare, ledare, domare eller andra personer på plats i hallen.
- Att komma påverkad av alkohol eller droger.

Vad betyder det att vara delaktig i en ideell verksamhet?

Verksamhetsidé

Vi finns till för barn, ungdomar och vuxna i Vallentuna med omnejd som vill spela handboll.

Vi vill utveckla och utbilda våra medlemmar till goda med- och motspelare, tränare, ledare, domare, funktionärer och idrottsföräldrar.

Klubben med KRUT = K-Kamratskap, R-Respekt, U-Uppmuntrande, T-Trygghet.

Här hjälps alla åt. Det bör sägas direkt - hela verksamheten i VHK bygger på ideellt arbete.

Ryggraden i Vallentunas handbollsverksamhet är de många kunniga och engagerade ledarna och tränarna.

Varje lag som startar behöver tränare, lagledare, någon som håller ihop lagets ekonomi mm. Till helt övervägande del rekryteras dessa blivande eldsjälarna i kretsen av föräldrar till barnen i respektive lag. Dessutom behövs en del ytterligare hjälp i samband med matcher och turneringar.

Erfarenheten visar dessutom att även de barn vars föräldrar inte tar på sig ett direkt ledaruppdrag i klubben har behov av stöd från de egna föräldrarna. Det kan handla om att få med hela sin utrustning till träning och matcher, skjutsning men också att varje barn tycker att det är roligt att få visa upp sig inför de egna föräldrarna.

Beröm är kul att få av alla men mamma och pappa är ändå alltid viktigast. Och man växer mycket med beröm så ta för vana att lyfta fram det positiva i vad ditt barn har gjort på plan.

Du som är intresserad av att hjälpa till som tränare, lagledare, kassör etc. är varmt välkommen att höra av dig. Du får också möjlighet till utbildning i handbollförbundets olika kurser. Vallentuna Handboll anordnar även en del interna utbildningar.

GOD & JUL Gott Nytt År

ÖNSKAR STYRELSEN

