



**Norges
Håndballforbund**
Region Nord

Oppstartsmøte

Sone Stjørdal

September 2025



Norges
Håndballforbund
Region Nord

Agenda

- Velkommen
 - Runde blant klubbene
- Oppstart av sesongen 25/26
 - Ny LIVE
 - Fair Play-vert
 - Lisens
 - Viktige punkter i seriereglementet 25/26
 - Nivåinndelt seriespill for 13-15 år
 - Aktivitet i desember
- Lokale saker
 - InterSport 4-er
 - Kampdager 9 og 10 år
 - Temaserie for 11 og 12-åringer
 - Utvikling antall lag
 - Aktivitetsserie for senior
 - Trenerutdanning
 - Dommerutdanning
- Mål & Handlingsplan 2026-2029
- Golden League Gjensidige CUP
 - Sideevents
- Samarbeidsavtaler i NHF
- Gladsaker i klubb
- Eventuelt





Norges
Håndballforbund
Region Nord

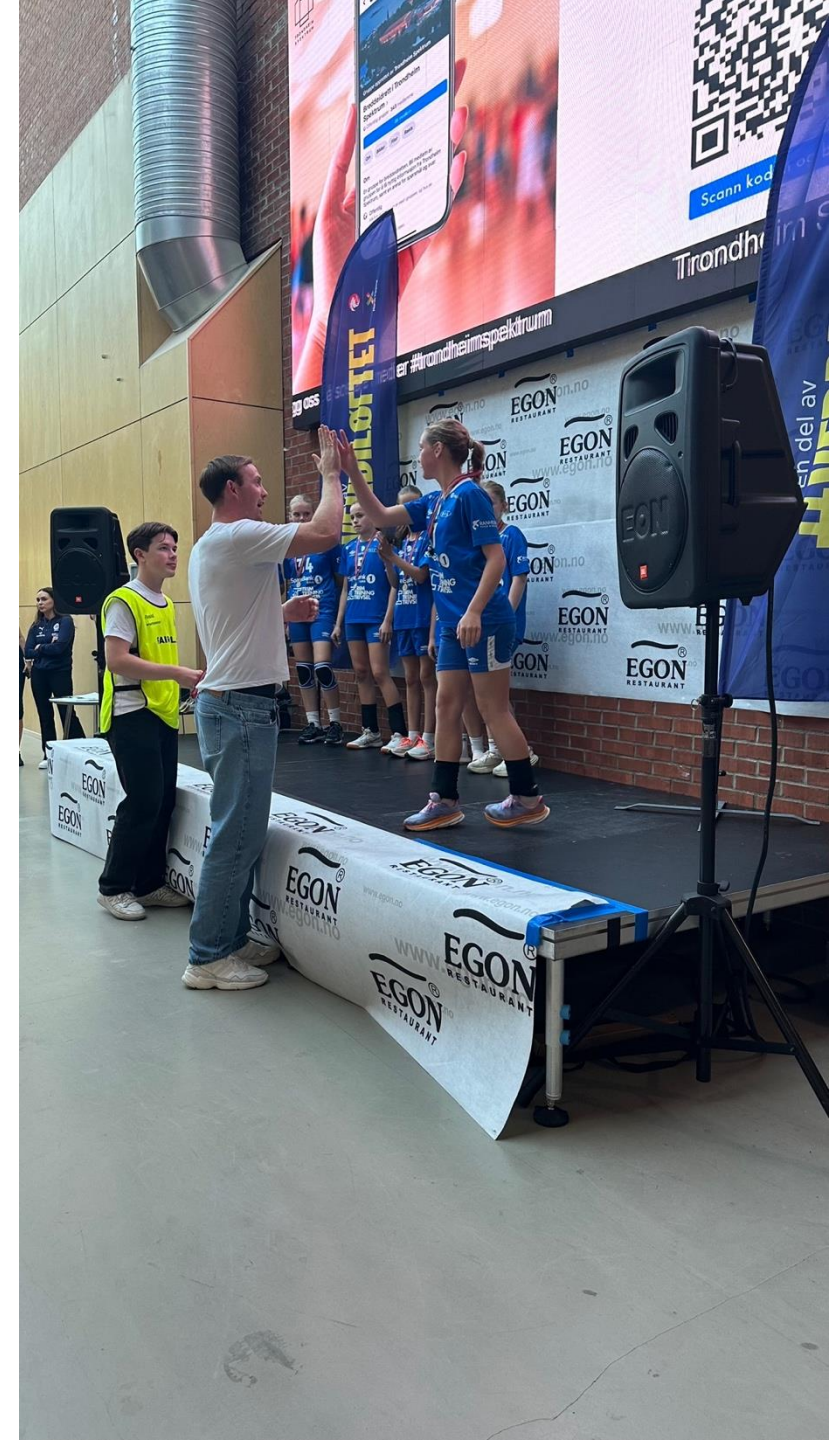
Oppstart av sesongen 25/26

Viktige datoer og frister 2025

Påmeldingsfrist Aktivitetsserie K/M	15. september
Frist for gebyrfri trekking 9 og 10 år	1.oktober
Forfallsdato andre del av påmeldingsavgift	1.oktober
Frist for gebyrfri omberamming opp til og med J/G 12 år	12. oktober
Frist for etterpåmelding av lag som spiller dobbel serie	15. november
Gebyrfri omberamming for kamper i 2026	10. - 16. november

Idrettens systemer

- LIVE i TurneringsAdmin
 - Ny LIVE for J/G 13 år og eldre.
- Oppdater funksjoner i SportsAdmin
- Oppdater kontaktinformasjon
- Oppdater spillerstall
- Omberamninger
- Trekking og etterpåmelding av lag



Fair Play-vert

- <https://www.handball.no/regioner/nhf-sentralt/utvikling/verdiløftet/fair-play-vert/>



**Fair Play-verter
gjør en forskjell!**

Lisens

- Påminnelse om lisens
- Kort info om hva lisensen dekker



LISENS 25/26

- Lisens for alle som hadde lisens sist sesong er opprettet og tilgjengelig i Min Idrett.
- Lise PLUSS ligger inne for alle, men kan endres før betaling.
- Mulighet for halv lisens på høsten for alle fra 19 år og eldre.

ALDER OG BELØP	Lise	Lise Pluss	Lise Super
Født i 2005 eller tidligere	1570	1885	4380
Født i 2006 eller tidligere - halvtårslisens frem til 31.12.2025	945	1135	2425
Født 01.01.2006 - 31.12.2010	1425	1730	4380
Født 01.01.2011 - 31.12.2012	1035	1290	4380
Født i 2013 (Forfall 01.01.2026)	530	660	2425
NM Veteran	795	960	2425
Ved oppstart etter 01.01.2026			
Født i 2005 eller tidligere	795	960	2425
Født 01.01.2006 - 31.12.2010	725	880	2425
Født 01.01.2011 - 31.12.2012	530	660	2425

Viktige punkter i seriereglementet

6. Dispensasjoner

- Dispensasjon fra aldersbestemmelsene uten søknad og ved behov i barnehåndballen:
 - 4'er håndball (6-8 år) – tillatt med inntil 2 overårige spillere på banen.
 - 5'er håndball (9-10 år) – tillatt med inntil 2 overårige spillere på banen.
 - 6'er håndball (11-12 år) – tillatt med inntil 1 overårig spiller på banen.

6. Dispensasjoner

- Gutter på jentelag og jenter på guttelag i samme årsklasse
 - 4'er håndball (6-8 år) - tillatt med inntil 2 spillere av det motsatte kjønn
 - 5'er håndball (9-10 år) - tillatt med inntil 2 spillere av det motsatte kjønn
 - 6'er håndball (11-12 år) - tillatt med inntil 2 jenter på guttelag, inntil 2 gutter på jentelag etter godkjent søknad
 - 7'er håndball (13-14 år) - tillatt med inntil 2 jenter på guttelag.

Viktige punkter i seriereglementet

7. Omberamninger

- Lag som ikke møter til kamp må varsle NHF RN pr. e-post samt forsikre seg at alle involverte parter (motstander, dommere og arrangør) får nødvendig informasjon slik at ingen møter til tom hall.
- 10-dagers frist for omberamning

8. Gjennomføring av kamp

- Dommervert er endret til FAIR PLAY-vert.
 - Om Fair Play-vert har vært tilstede under kamp, skal dette registreres i LIVE.
- Sekretariat må krysse av for «ikke møtt» i LIVE hvis berammet dommer(e) ikke møter til kamp. Ny(e) dommer(e) skrives inn i frittekstfeltet.

Viktige punkter i seriereglementet

11. Klubbsamarbeid

- Sammensatte lag er en samarbeidsform som har til hensikt å sikre opprettholdelse av et aktivitetstilbud der en klubb alene ikke har spillergrunnlag til å danne et lag.
- Klubber som har fått godkjent sammensatt lag, vil fra NHF RN få tildelt terminlistenavn som gjenspeiler samarbeidet i aktuell årsklasse. Klubbnavn for administrerende klubb vil stå først og samarbeidsklubb(er) vil stå til slutt.

13. Dommer i Region Nord

- Dommer som ikke kan møte til kamp i helg må selv melde inn bytte med kvalifisert dommer.
- Lagene kan finne en kvalifisert til, så fremt dommer som er berammet har akseptert ny makker.
- Lagene kan prøve å skaffe kvalifiserte dommere om dommere ikke er berammet på kamp innen:
 - Kl. 13:00 samme dag på ukedag.
 - Kl. 17:00 torsdag før helg.

Viktige punkter i seriereglementet

15. Honorarer og godtgjørelse dommer og dommerutvikler

- Har dommer periodekort/månedskort dekkes ikke dette. Dommer må kjøpe enkeltbillett.
- Diett for dommere
 - Dommerne har krav på diett hvis de har mer enn 15 km reise én vei fra bosted til hallen og de er borte 6 timer eller mer. De kan beregne tidsbruk lik kjøretid tur/retur, kamptid og 30 min før og etter kamp til oppvarming/dusj.
Har dommerne observatør på kampen, kan det i tillegg beregnes 15 min etter kamp til samtale.
 - Har dommeren ventetid mellom kamper, og ikke har mulighet til å reise hjem mellom kampene pga lang kjøreavstand, regnes denne tiden inn i diettberegningen.

Viktige punkter i seriereglementet

16. Gebyrer

- Omberamming av kamp
 - Gebyrfri omberamming 5. juli – 31. august for hele sesongen for J/G 13 til 20 år.
 - Gebyrfri omberamming 5. juli – 15. august for hele sesongen for senior.
 - Gebyrfri omberamming 10. – 16. november for kamper berammet i 2026.
 - Gebyrfri omberamming 12. – 18. desember for kamper i enkel serie våren 2026.*
- Trekking av lag
 - Gebyr i alle klasser fra 9 år og eldre. Merk ulik gebyr fra klasse til klasse.
 - Kr. 1.000,- for 9 årslag, Kr. 15.000,- for 3.divisjon.
 - Om klubben har flere lag i klassen, vil NHF RN vurdere hvilket lag som trekkes ut i fra kamptilbudet i øvrige avdelinger i klassen.
- Ikke møtt til kamp
 - Gebyr i alle klasser fra 11 år og eldre. Merk ulik gebyr fra klasse til klasse.
 - Kr. 3.000,- for 11 årslag, Kr. 15.000,- for 3.divisjon.
 - Gebyr i 9 og 10 år for å ikke møtt ved varsling mindre enn 7 dager før kamp.
- Ikke varslet kampens parter om det ikke blir kamp. Kr. 1.000,-

*Kan endres som følge av antall klasser og avdelinger som blir spilt som enkel serie høst og vår

Nivåinndelt seriespill for 13-15 år

- NTE MidtNorge-serien
- J/G 13 – 15 år
- Siste kampdato; Søndag 30. november
- Kampoppsett for 2026 blir utarbeidet i desember.
- Tabellkommentar synliggjør hvilke forutsetninger lag har for kampaktivitet i 2026.



Diskusjonstema i sonen

- Aktivitet i desember





Norges
Håndballforbund
Region Nord

Lokale saker

Lokale saker

- InterSport 4-er-turneringer - datoer
- Kampdager 9 og 10 år
- Temaserie 11 og 12 år
- Utvikling antall lag
- Mål & Handlingsplan 2026-2029
- Trenerutdanning
- Dommerutdanning



Intersport 4-er

Dato	Arrangør
25.10.2025	Selbu
15.11.2025	Lånke
6.12.2025	Stjørdals-Blink
11.01.2026	Fram
7.02.2026	Remyra
28.02.2026	Hegra
14.03.2026	Varden Meråker

Kortbane

- 9 – 10 årsklassene
- Kampdager – kan ikke omberammes
- Blir publisert i slutten av september



Temaserie

- 11 og 12-åringer
- For Trøndelag: Temaserie er en del av Gjensidige CUP og gjennomføres på flere plasser i Trondheim 1-2. november



Temaserie - påmeldinger

Gutter 11

- Rindal
- Orkdal
- Remyra 3
- Remyra
- Nidelv
- Nidelv 2
- Sula SK
- Orkanger
- Utleira
- Tverlandet
- Sandnessjøen
- Sandnessjøen 2
- Ranheim
- Ranheim 2
- Lia-Brage

Gutter 12 år

- Orkanger
- Bossekop 2
- Heimdal
- Freidig 4
- Freidig 3
- Tverrelvdalen
- Verdal
- Eventyrøya
- Namsos
- Kvæfjord
- Molde HK
- Sula SK
- Sømna
- Hommelvik
- Sandnessjøen
- Sandnessjøen 2
- Bardu
- Ranheim
- Mosjøen
- Sparbu
- Skogn
- Harstad 2

Jenter 11 år

- Sverresborg
- Rørvik
- Blindheim 2014
- Orkdal
- Herøy Idrettslag
- Remyra
- Remyra 2
- Skjervøy
- Kattem
- Nidelv
- Nidelv 2
- Namdalseid
- Aure
- Utleira
- Tromsø
- Tromsø 2
- Sandnessjøen
- Sandnessjøen 2
- Skogn
- Harstad 3
- Byåsen
- Rapp
- Alta IF
- Lia-Brage
- Fram

Jenter 12 år

- Orkdal
- Flatås
- Steinkjer 2
- Steinkjer
- Bossekop 3
- Halså
- HK Landsås
- Rørvik
- Orkdal 2
- Isfjorden
- Nidelv
- Nidelv 2
- Hommelvik
- Hommelvik 2
- Molde HK 1
- Svolvær
- Svolvær 2
- Skåla
- Røros
- Røros 2
- Sandnessjøen
- Sandnessjøen 2
- Bardu

Jenter 12 år

- Aure
- Strindheim
- Strindheim 2
- Ranheim
- Ranheim 2
- Langevåg
- Kvaløya
- Kvaløya 2
- Mosjøen
- Tromsø
- Tromsø 2
- Støren
- Klæbu
- Blindheim 2013
- Skogn
- Verdal
- Harstad 3
- Harstad 3

Utvikling av antall lag

2025/2026		MS	KS	G 20	J 20	G 16	J16	G15	J15	G 14	J 14	G13	J13	G 12	J12	G11	J11	G 10	J 10	G09	J09	B 10	Mini	2025/2026	2024/2025	
Øst-Finnmark		1	1	0	0	3	2	0	0	3	4	0	0	1	4	0	0	0	0	0	0	0	0	19	22	-13,6
Vest-Finnmark		2	4	1	1	7	7	0	0	5	11	0	0	6	15	0	0	8	7	0	0	0	0	74	83	-10,8
Troms		4	9	2	1	6	10	0	0	7	14	0	0	8	17	0	0	11	15	0	0	0	0	104	101	3,0
Hålogaland		3	4	2	2	4	10	0	0	3	8	0	0	8	12	0	0	5	11	0	0	0	0	72	73	-1,4
Lofoten		3	3	0	0	3	6	0	0	5	10	0	0	5	12	0	0	7	14	0	0	0	0	68	60	13,3
Salten		1	3	1	4	4	7	0	0	4	6	0	0	6	14	0	0	3	8	0	0	0	0	61	65	-6,2
Helgeland		3	5	0	2	3	5	0	0	6	12	0	0	10	11	0	0	12	13	0	0	0	0	82	75	9,3
Namdal		2	2	0	0	2	3	0	1	3	2	1	3	4	3	2	3	8	8	0	0	0	0	47	47	0,0
Innherred		5	6	4	3	3	4	4	9	4	7	10	10	8	16	10	8	15	14	10	12	0	4	166	161	3,1
Stjerdal		3	5	1	2	2	2	1	6	5	5	4	5	4	8	7	7	8	11	7	9	0	0	102	116	-12,1
Trondheim		20	38	12	15	15	22	12	21	17	30	28	36	27	38	27	40	41	37	34	51	0	129	690	690	0,0
Fosen		3	6	0	0	0	0	2	2	3	2	1	2	5	5	2	2	8	9	0	0	0	0	52	54	-3,7
Orkdal		3	10	2	1	3	2	1	6	1	6	2	3	3	12	8	9	10	9	4	11	0	4	110	108	1,9
Gauldal		2	5	0	2	1	4	0	3	1	5	3	5	3	5	3	6	4	9	7	8	0	6	82	78	5,1
Nord-Østerdal		3	3	0	0	1	1	1	0	2	4	0	1	1	4	3	2	6	5	0	0	0	0	37	40	-7,5
Nordmøre & Romsdal		3	9	2	3	1	8	3	5	4	6	1	15	4	12	5	14	4	20	4	20	0	0	143	142	0,7
Sunnmøre		11	17	4	6	7	12	5	11	12	16	4	20	5	23	15	18	19	23	17	16	0	2	263	269	-2,2
Total 25/26		72	130	31	42	65	105	29	64	85	148	54	100	108	211	82	109	169	213	83	127	0	145	2172	2184	-0,5
Total 24/25		78	137	19	41	59	98	32	68	90	154	55	97	118	200	68	139	165	199	107	113	0	147	2184		
		-7,7	-5,1	63,2	2,4	10,2	7,1	-9,4	-5,9	-5,6	-3,9	-1,8	3,1	-8,5	5,5	20,6	-21,6	2,4	7,0	-22,4	12,4	0,0	-1,4	-0,5		

Aktivitetsserie senior

- **Påmeldingsfrist 15. september 2025**
- Tilbudet er i tillegg til eksisterende kamptilbud og vil kun være aktuelt dersom det ikke går på bekostning av det ordinære seriespillet.
- Minimum 2 kamper pr. lag pr. arrangement.
- Alle spillere over 16 år kan delta.
- Alle spillere må betale lisens før deltakelse (NHF's lisensreglement følges).
- Spillere kan delta på tvers av klubbtilhørighet.
- Det er ingen begrensning på deltakerberettigelse mellom klubbens seniorlag.

Utdanning

- Trenerutdanning



- Dommerutdanning





Norges
Håndballforbund
Region Nord

Mål- og handlingsplan

Oppstart arbeid med ny Mål og Handlingsplan for 2026 -2029

- Ny sentral strategiplan vedtatt på Håndballtinget i mai 2025:
 - [Sentral Strategiplan 2025 -2028](#)
- Ny Mål og Handlingsplan for Region Nord skal vedtas på Regionstinget mai 2026
- Arbeidet er påbegynt i september 2025
- Arbeidsgruppen består av Inger Bakke (adm.), Stine Isaksen (Regionstyret) og Tore Østerlie (Sonekontakt)

Diskusjon - Hvilke tiltak må inn i mål og handlingsplanen

- For å få flere dommere til å dømme lengre?
- For å få flere til å bli dommerutviklere?
- For å få utviklet trenere i klubb?

Klubbene tar med seg temaene hjem – googleskjema blir sendt ut i etterkant med mulighet for innspill



Norges
Håndballforbund
Region Nord

Golden League Gjensidige CUP 2025

KAMP PROGRAM

Torsdag 30. oktober

18:15 **Norge** - Danmark

20:30 Nederland - Færøylene

Lørdag 1. november

14:00 Danmark - Nederland

16:45 **Norge** - Færøylene

Søndag 2. november

14:00 Danmark - Færøylene

16:45 **Norge** - Nederland

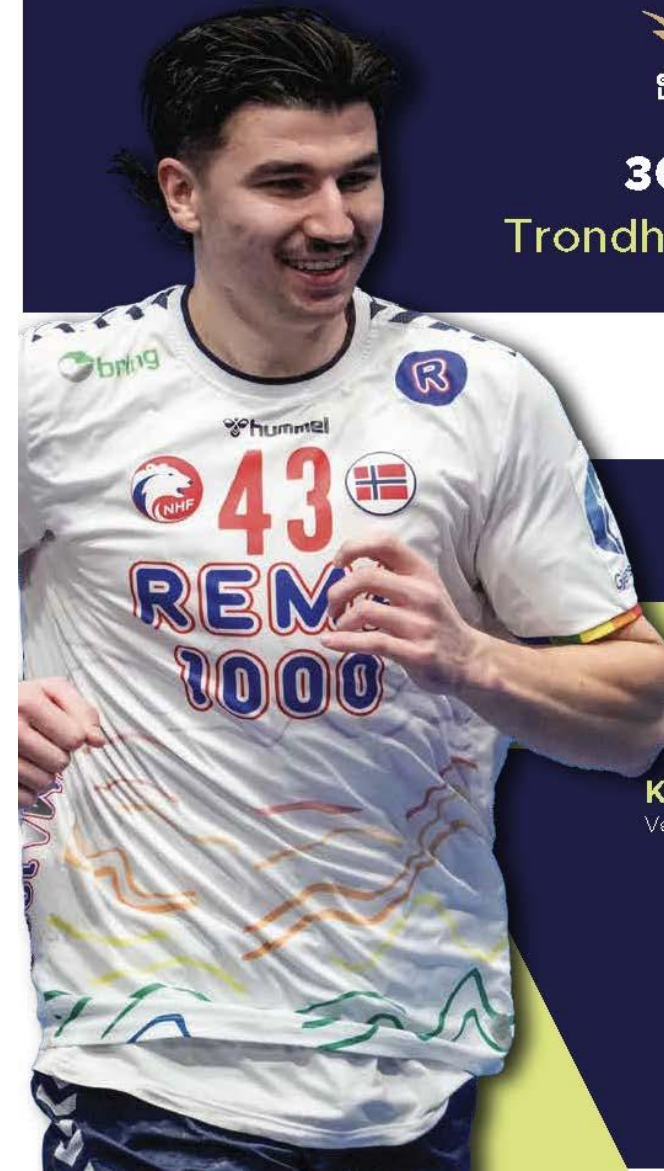
NORGE DANMARK FÆRØYENE NEDERLAND

GJENSIDIGECUP



30 okt - 02 nov

Trondheim Spektrum



KLUBBILLETTER 195,-

Ved kjøp av minimum 10 billetter



EVENTIM.NO

Arrangement – Golden League Gjensidige Cup 2025

Hva	Beskrivelse
Fanzone	Fanzone i Trondheim Spektrum, gratis og åpent for alle 1,5 time før første kamp.
Regionserie fellesrunde 16 og 20 år.	48 lag spiller fellesrunde i Regionserien. Kamper fredag, lørdag og søndag. Alle lag får tilbud om klubbilletter til kr. 195,- pr stk.
Youth Camp Flyball J/G 13-15 år	Kamptilbud med Flyball for J/G 13 – 15 år i Melhushallene. Melhus IL er arrangør og legger til rette for overnatting med frokost og middag etter Gjensidige CUP lørdag.
Regional temaserie 11-12 år	Temaserie i haller i Trondheim lørdag 1/11 og søndag 2/11. Pt. 53 påmeldte lag i J/G 11 og 12 år.
4-erturneringer	4-er turnering i Skaunhallen med Skaun HK som arrangør og i Rostenhallen med Tiller som arrangør.
Dommersamling gr. 1 og 2	Faglig samling med dømming av kamper i Regionserien.
Samling for dommerutviklere	Faglig samling m/ observasjoner
Kampdag Hjerteliga	Kampaktivitet i Trondheim. Aktuelle lag får direkte invitasjon.
Trenerforum Nord	Faglig samling for trenere i barne- og ungdomshåndballen

Youth Camp Flyball



- Melhus 30/10 og 1/11
- 13 – 15 år
- 5-8 spillere pr. lag
- 2* 6 minutter
- 1 og 2 poeng for mål
- [Opplæringsvideo flyball](#)



Norges
Håndballforbund
Region Nord

Samarbeidsavtaler i NHF

NHF Region Nord samarbeidspartnere

Regional hovedsamarbeidspartner:



Nasjonal samarbeidspartnere:



Scandic

Regional samarbeidspartnere:



Regional leverandør:



Raske svar – smarte løsninger



Samarbeidspartnere i NHF Region Nord – muligheter for klubb

Egon

11 stk. i Region Nord

(Trondheim x6, Tromsø, Harstad, Bodø, Molde, Ålesund)

Ta kontakt med din lokale Egon-Restaurant – hva kan klubb og EGON gjøre sammen?

Xerox Møre/Trøndelag

Kopi - print maskiner – utstyr til klubbkontoret – gode priser på print/kopimaskiner & kaffemaskiner (se egen slide og vedlegg sendes med referat)

Fagtrykk

Alt innen trykksaker (roll up), trykk på tekstiler

Fagtrykk sitt nye selskap Fast Reklamepartner tilbyr non-brand produkter til gode håndballpriser

Leverandør for NHF Region Nord

3T

Medlemskap til utøvere i klubb (mulighet for å forhandle direkte om idrettspris for medlemmene hvor senter finnes), ta kontakt med daglig leder, eller markedsavd. i 3T

AssistCo/Hummel

Nasjonal avtale inkludert regionene

Vår største leverandøravtale, alt innen sportstøy + førstehjelpsutstyr www.assistco.no

For klubbavtale, ta kontakt med regionens representant :

Marius Sagen Mob: 995 52 817 – e-post: marius.sagen@assistco.no

- **Scandic Hotels**

Nasjonal og regional avtale,

NHFRN kode: 000037517

Egne SPORTSPRISER og betingelser for klubber og lag

- **NTE**

Ny hovedsamarbeidspartner, kommer med flere spennende nyheter for klubb/lag. Lanseres høst/vinter 2025

Kommer tilbake med mer info i løpet av høsten

- **Reisevarehuset Travelnet**

Fly/reiser privat eller klubb

Kjennskap til og kan benytte beste priser for ungdom og vanlige sportsbilletter

Benyttes av mange klubber og lag i håndballen per nå

Kontaktperson; Knut Grønvik – Telefon: 73884181 - E-post: knut.gronvik@travelnet.no

Effektiv utskriftsløsning for idrettslag.

Xerox® C320 fargeskriver og Xerox® C325 multifunksjonsskriver for farger

Både Xerox C320 og Xerox C325 er ideelle for lag som ønsker:

- Høy utskriftskvalitet: Fargeutskrifter med skarp detalj, perfekt for både dokumenter og bilder.
- Rask og effektiv utskrift: Spar tid på møter og arrangementer med raske utskriftstider.
- Brukervennlighet: Enkel betjening, selv for dem som ikke er teknisk kyndige.
- Plassbesparende design: Kompakte enheter som enkelt kan integreres i møterom, kontorer eller fellesområder.
- Kostnadseffektivitet: Reduserte driftskostnader og mindre vedlikehold, slik at du kan bruke mer av budsjettet på det som betyr mest for laget.

Vi vet at mange idrettslag har et stramt budsjett, og derfor kan disse modellene være et utmerket valg – de gir deg høy ytelse og pålitelighet til en konkurransedyktig pris.

I samarbeid med Håndballen i region Nord kan vi tilby:

Kampanjepris c320 (printer med farge)	kr. 3 995,- + m.v.a.
Kampanjepris c325 (MFP med farger)	kr. 5 500,- + m.v.a.

Er dette noe dere kunne være interessert i å høre mer om? Jeg kan gjerne arrangere et møte for å finne den beste løsningen for deres behov.

Med vennlig hilsen
X-Partner Trondheim AS

Jahn Richard Johnsen

+47 480 07 355

jrj@xpt.no





Norges
Håndballforbund
Region Nord

Gladsaker i klubb

FØLG OSS PÅ VÅRE SOSIALE MEDIER



@handballnord



Norges Håndballforbund
Region Nord

**UKENS GLADSAK – vi oppfordre klubber til å sende inn
gladsaker til oss som kan deles på vår Facebook konto!**

Har din klubb lyst til å ha takeover på vår Instagramkonto? Send en e-post til
marikojen.rognmo@handball.no



Norges
Håndballforbund
Region Nord

Eventuelt

Fair Play • Begeisterung • Respekt
Innsatzevilje