

NYHETSBREV - nr. 5



Vinner NM Bylag

Fredrikstad vant

Gratulerer til J15 Fredrikstad som vant gull under årets Bylagsturnering. I finalen vant de 19-18 over Drammen og tok seieren. Sandefjord fikk 3. plass etter 16-14 over Hamar.

Vi gratulerer også G15 Halden som vant 19-18 over Sandvika i sin semifinale, og endte opp med sølv. Drammen vant gullet, og Sandefjord fikk 3. plassen også her.

Opprykk til Eliteserien

10. mars hadde Aker Topphåndball inviterert til opprykksfest mot Førde i Njårdhallen og innfridde med seier 32-19. Dermed skal de for første gang i historien spille i Eliteserien. 17. mars ble det klart at herrene i Follo HK sikret seg plass i Eliteserien. Follo er tilbake i Eliteserien med nesten bare lokale gutter, det er kun to som ikke er fra Ski-området, og snittalderen er på rundt 20 år.

Fagdag for målvakter

11. mars deltok 10 videregående skoler på fagdag for målvakter. Vi var så heldige å få Mats Olsson til å ha en dag med fokus på grunnteknikk og fysisk trening for målvakter.

Meld deg på beachtrenerkurs

Vi har som mål å ekspandere og øke antall lag i beachserien, og et av stegene er å utdanne trenere spesifikt i beachhåndball. Vi inviterer derfor til et kurs hvor du vil få en innføring i hva som kjennetegner beachhåndballen, både teknisk og taktisk.

Cupfinaler 2019

Lørdag 30. mars blir det fart og moro i Eika Fet Arena når alle finalene i Regionscupen skal spilles! Totalt 14 kamper skal spilles denne dagen, så det er nok underholdning å få med seg.

NHF Hederskveld

Norges Håndballforbund arrangerer en hederskveld i mai. Nå kan DU nominere din favoritt! Kategoriene er:

- Årets håndballklubb
- Årets hallbygger
- Årets ungdomstrener
- Årets klubbutvikler
- Årets begeistrer
- Årets mangfoldspris

Frist for nominasjon er fredag 5. april.



Eidsvold G12 og 13 vant trening med selveste Espen Lie Hansen. Dette ble en morsom kveld, som ga gutta en enorm motivasjon for videre utvikling innen håndball. Les hele saken [her](#).

Tingboka 2019

Dokumentene til Håndballtinget 2019 (det 53. Håndballting) er nå tilgjengelig for nedlasting. Håndballtinget 2019 avholdes 10.-12. mai på Scandic Park Sandefjord.



Norges
Håndballforbund
Region Øst

NYHETSBREV - nr. 5



Arrangør for de yngste?

Vil DIN klubb være arrangør for de yngste? Nå kan dere søke om å være vertskap for Loppetassen og Minirunder for sesongen 2019/2020.

Instagram Takeover

Er dere gode på sosiale medier? Vi søker etter klubber og lag som vil ta over vår Instagram-konto i én uke. Vi ønsker å synliggjøre aktiviteten som foregår rundt i hele regionen. Vi håper overtakelsen kan spre motivasjon, inspirasjon og håndballgleder til våre følgere.



Følg oss gjerne på Facebook og Instagram:



Håndballjentene til Nadderud

Håndballjentene skal spille Play Off-kamper for VM 2019 (i Japan) mot Hviterussland. Som et ledd i forberedelsene til de kampene, møter Håndballjentene Sverige i Nadderud Arena tirsdag 28. mai kl. 1915. Nå kan du sikre deg billetter!

Utdanningshelgen 2019

Nå som sesongen nærmer seg slutten, kanskje det er på tide med litt faglig påfyll? Den 26. - 28. april er det klart for den store Utdanningshelgen for trenere i Frogner idrettspark. Vi inviterer til fire moduler på Trener 1 og fire moduler på Trener 2 utdanningen.



*De norske jentene gjorde en kjempeinnsats og vant bronsefinalen i Special Olympics i Abu Dhabi! Les mer **her**.*



Norges
Håndballforbund
Region Øst