

# Nyhetsbrev

Nr. 1 / 16.10.2020



## Oversikt over retningslinjer i hallene

Vi har laget en oversikt over retningslinjene som gjelder i forskjellige haller i Region Øst. Det er klubbene som sender inn link til retningslinjene i deres hall, og er ansvarlige for at innholdet i linken er korrekt. Dersom du ikke finner hallen du skal til i oversikten ber vi deg ta kontakt med motstanderlaget for informasjon om retningslinjer.

## Lisenskontroll sesongen 2020/21

Fristen for å betale lisens for utøvere i trening med nærkontakt gikk ut 1. oktober 2020, men vi ser at mange spillere fortsatt ikke har betalt. I tillegg til å gi spilleberettigelse fungerer lisensen som forsikring. I denne saken kan du lese hvordan du som lagleder kan sjekke om spillerne dine har betalt lisens. Vi i Region Øst forbeholder oss retten til å ta lisenskontroller hver uke, og gebyret for å bli tatt i lisenskontroll er på 750,- per spiller per kamp.

## Unisport cup er avlyst

Det er med tungt hjerte å meddele at vi må avlyse Norges største håndballturnering for guttelag. Etter planen skulle Unisport Cup feire 25-årsjubileum 4-6. desember 2020. Gitt dagens situasjon ser vi dessverre ingen mulighet til å gjennomføre et så stort arrangement.

## Presisering angående retningslinjer i Oslo og omegn

I september kom beskjeden om at Oslo innfører et midlertidig forbud mot innendørs arrangementer med flere enn 50 deltakere uten faste sitteplasser. Dette tiltaket gjaldt i første omgang til og med 13. oktober, men har blitt videreført. Etter samtale med Oslo Idrettskrets ønsker vi å presisere at det er tillatt med 200 personer på et innendørs arrangement dersom det er faste sitteplasser. Kravet er at sitteplassen er forhåndsbestilt eller at tilskuerne vises til en fast oppmerket sitteplass. Det skal ikke byttes plass underveis.

## Regionale spillerutviklingstiltak

Norges Håndballforbund må dessverre meddele at regionale spillerutviklingstiltak i sin tradisjonelle form settes på vent ut året i alle regioner.

# Nyhetsbrev

Nr. 1 / 16.10.2020



## Påmelding til Bronserunden (6-7 år)

Det er viktig å komme i gang med aktiviteten også for de aller yngste, og vi håper oppstarten kan gå som planlagt. Fristen for å melde på lag til sesongens første runde i Intersport Loppetassen er mandag 19. oktober.

## Bruk av måltavle i barneklassene

Det skal IKKE benyttes måltavle i årsklassene 6-10 år. Dette for å legge større vekt på mestring enn på resultater. Bruk av måltavle i hallen er tillatt fra og med 11-årsklassen.

Det er obligatorisk å bruke Elektronisk kamprapport (LIVE) fra J/G 11 år i Region Øst. I 11- og 12-årsklassen benyttes ENKEL LIVE; det vil si at lagenes mål registreres, men det er ikke lagsstraff eller tabell. Derfor trenger man ikke å legge inn spillerstall (dette er valgfritt).

## 1/32 finaler i Regionscupen

1/32 finaler i Regionscupen er nå trukket og publisert i kampoversikten på handball.no. Tidsfrist for avvikling av kampene er 8. november 2020.

## Trening med store grupper

Er du en trener for en stor gruppe barn hvor det kan være vanskelig å organisere og sette opp økter? Vi inviterer til kurset "Store treningsgrupper – med fokus på barnehåndballen". Kurset er beregnet for både nye og utdannede trenere. Det er 44 åpne plasser så her er det førstemann til mølla.

## Kosthold og ernæring for unge utøvere

Region Øst inviterer til webinar med ernæringsfysiolog Ingrid Tofte 28. oktober. Tema: Kosthold og ernæring for unge utøvere – fokus på skade, utvikling og prestasjon. Kurset er rettet mot foreldre og trenere, men utøvere kan også delta om de ønsker.

## Er du ny som håndballtrener for barn?

Da kan det være mye å sette seg inn i. NHF har laget en oversikt over blant annet kurs, øvelser og bestemmelser for barnehåndballen.