



Norges
Håndballforbund
Region SørVest



Norges
Håndballforbund
Region SørVest

VELKOMMEN TIL LAGSMØTE I REGION SØRVEST

Agenda

- Nyheter og viktig informasjon sesongen 2025-26
- Digitale verktøy og praktisk gjennomføring av kamper
- Barnehåndball, ungdomshåndball og seniorhåndball
- Verdiløftet
- Klubb-, trener-, dommer-, og spillerutvikling
- Spørsmålsrunde



Norges
Håndballforbund
Region SørVest

NYHETER OG VIKTIG INFORMASJON SESONGEN 2025-26



NYHETER SESONGEN 2025-26

TEMA-serien FOR JENTER/GUTTER 13 (Født 2012)

- Temaserien videreføres til 13 årsklassen

Gutter 14 og Gutter 15-16 - Samarbeid med Region Vest A-serie

- To helger med treningskamper (Se egen invitasjon)

Jenter/Gutter 16 Breddeserie

- Breddeserien spiller enkel serie frem til jul. Avdelingen deles i to avdelinger etter jul.

Jenter Junior Breddeserie

- Spill på tvers av Agder og Rogaland for lag som deltar i Jenter Junior Breddeserie regional. (to helger) Meld gjerne på lag.

SERIESTART

- Senior 3.-5. divisjon samt ungdomshåndballen 13 år til Juniorserien har oppstart 13. og 14. september.
- 11- og 12-åringene har oppstart helgen 20. og 21. september.
- Aktivitetsserien 9- og 10-åringene har oppstart i oktober etter høstferien.
- Intersport 4'er håndball 6-, 7- og 8-åringene har oppstart i november. Oversikt over inndeling i ringer og arrangementer blir offentliggjort på minihåndballkurs i uke 40 og 41.



ENDRINGER I SERIEREGLEMENT 2025-26

- Kamper som omberammes uansett årsak senere enn 6 uker før avsluttet seriespill, hvor lagene ikke blir enige om ny dato, kan berammes av RSV dersom det vurderes som sportslig nødvendig.
- Omberammes kamper senere enn 24 timer før kampstart, må klubben betale for dommerhonorar til avlyst kamp uansett årsak.
- Dersom nytt avtalt tidspunkt ikke er oversendt til regionen før kampen opprinnelig skulle vært spilt, vil kampen registreres med «ikke møtt».
- Dersom bekreftelse på sykdom fra klubbleder og nytt avtalt tidspunkt ikke foreligger innen fristen jf. §4 6.5, registreres laget som avlyste kampen med ikke møtt, resultat 0-0 og poeng til motstander.
- Innvilget dispensasjon gjelder for hele sesongen og kan ikke avbrytes, med unntak av når serien deles og nytt kampoppsett i ny avdeling lages.
- Dispensasjoner i Barnehåndballen for overårige spillere
- Deltakerberettigelse når klubber har to lag
- Blått kort fjernes fra regionale serier
- Ny regel om 7m skudd i ansiktet (2min og IKKE rødt kort som før)

RAPPORTER - INNMELDING AV SAK

Regionen mottar gjennom sesongen saker/rapporter om uønskede hendelser fra klubber og lag på spillere, trenere, dommere, publikum etc.

- Alle saker som meldes inn til Regionen skal gå via klubbleder eller den personen som er tildelt ansvaret for dette området.
- I innmeldte saker som ikke kommer fra ovennevnte personer, vil vedkommende få beskjed om å henvende seg til klubbledelsen for eventuell videre vurdering.

ANLEGG OG SIKKERHET

Fra spillereglene:

- *Spillebanen skal være omgitt av en sikkerhetssone på minst 1 meter langs sidelinjene og 2 meter bak kortlinjene. Haller som ikke tilfredsstiller kravene til sikkerhetssone skal iverksette kompenserende tiltak.*
- Mange av hallene mangler dessverre godkjente sikkerhetssoner, og i disse skal det iverksettes kompenserende tiltak.
- Det er klubben, som arrangør av trening og kamper, som er ansvarlig for å vurdere hvilke kompenserende tiltak som er nødvendig for å senke risikoen for skader, samt for å påse at disse tiltakene blir gjennomført før all aktivitet.
- Sørg også for at målene er forskriftsmessig sikret.

Sikring av mål

- Målet må være gjort fast til underlaget eller til veggen bak.

KLISTERBRUK I HALLENE

- Regionen mottar stadig henvendelser på klisterbruk
- Viktig å minne alle lagene om at man har et fornuftig klisterbruk og følger kommunens retningslinjer for hva som gjelder i den enkelte kommune



«KLISTERHJERNE»

Regionen vil ha fokus på klisterbruk fremover - «Klisterhjerne».

Det vil inn mot seriestart slippes videosnutter med fokus rettet mot riktig bruk av klister.

- Det er viktig at dere sjekker med deres kommune hvilket klister som skal brukes. Dette har med vaskerutiner i kommunene å gjøre.
- Bruk fornuft både før, under og etter både trening og kamp.
- Trenerne må sette standarden for hvordan vi ønsker å ha det i hallene våre.
- Sjekk hvilket klister som er godkjent ved bortekamp.





Norges
Håndballforbund
Region SørVest

DIGITALE VERKTØY OG PRAKTISK GJENNOMFØRING AV KAMPER

DIGITALE OG PRAKTISKE FORBEREDELSE

E-post

Ikke reservert ☐

Telefon mobil

Reservert ☒

Opprette funksjoner på lag

- Klubben må oppdatere funksjoner på lagene sine
- Opprette funksjoner i SA eller TA slik at kontaktinformasjonen fremvises på laget – Lagleder, Kampansvarlig og Trener.
- Huke av for reservasjon av e-post og telefonnummer i MinIdrett. (Må være offentliggjort for at lagene skal få kontakt med hverandre)

Registrere spillerstall

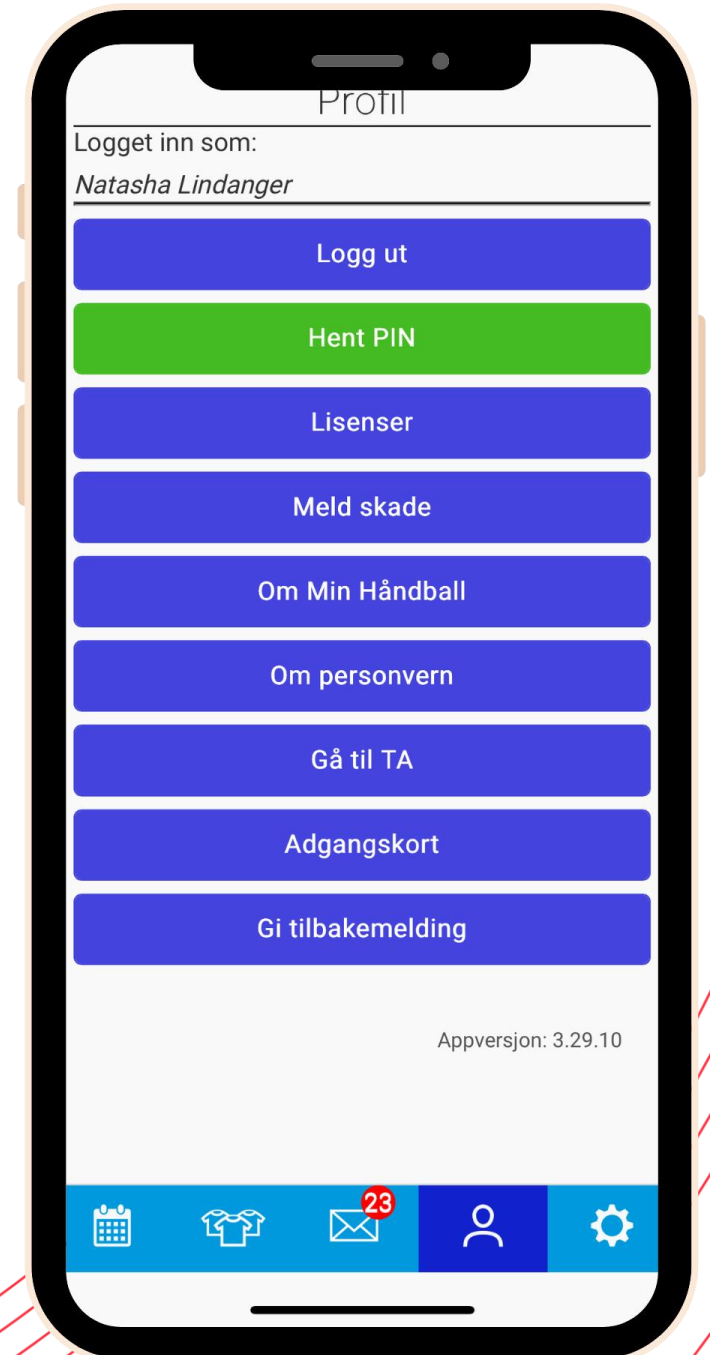
- 12 år opp til 3. divisjon senior. Kan gjøres av Lagleder, Kampansvarlig og Trener. TA → Mine lag → Spillerstall.
- Forenkler prosessen med å legge inn kamptropp.
- Kan kopiere spillerstall.

Legge inn kamptropp

- Fullstendig kamptropp en dag før kamp. Forutsigbarhet for lag og sekretariat.
- Lagleder og Trener kan legge inn kamptropp fra appen Min Håndball.
- Lagleder, Trener og Kampansvarlig kan legge inn kamptropp fra TA.

MinHåndball-appen

- Last ned oppdatert app. **Husk å være innlogget**
- Følg dine lag på telefonen, og de lagene du har lyst å følge med på
- Alle kampendringer vil bli varslet i MinHåndball-appen
- Du finner din PIN kode i appen under «Hent PIN»



KAMPRAPPORT

Elektronisk kamprapport (LIVE)

- 12 årsklassen fører Enkel LIVE, 13 årsklassen og opp fører Standard LIVE
- Håndball-LIVE vises fra 13 årsklassen og opp
- I kamprapport skal det nå krysses av om det har vært Fair Play Vert tilstede.

Manuell kamprapport

- 9-11 årsklassen og TH-serien
- Skjemaet finner dere [her](#).

TIDTAKER-/SEKRETÆRKURS

Tidtaker-/sekretærkurs i LIVE

- Kurs beregnet på personer som skal ivareta tidtaker- og sekretariatsoppgaver på kamper i regionens serier (12 år og oppover) og går over en time på Teams. Behøver ingen forkunnskaper, men må ha tilgang til klubbens LIVE bruker.
- Pris per klubb er 800 kr og man kan da delta med så mange man ønsker. En fra klubben melder seg på, og videresender møtelink til de som ønsker å delta. Påmelding i Min Idrett. Se kurskatalogen [her](#).
- Regionen kan opprette LIVE-testkamper for klubbene. Send en e-post til regionen.
- [Brukerveiledning til LIVE](#)

WEBINAR KLUBBHUSET	DATO	TID	STED
Tidtaker/sekretariatskurs >	15.09.25	1700-1800	Teams
Tidtaker/sekretariatskurs >	14.10.25	1700-1800	Teams
Tidtaker/sekretariatskurs >	16.10.25	2000-2100	Teams

MYGAME



- Strømming er tillatt i klassene fra og med 18 år. (Juniorserien og Senior 3.-5. divisjon)
Dette styres av hvilken klasse man spiller kamp for, ikke alder på spiller.
- Styret i Norges Håndballforbund har besluttet at følgende strømminger er tillatt i aldersgruppen 15 - 17 år sesongen 2025/26:
- **Bylag, Bringserien, samt høyeste regionale nivå i 16-års klassen.**
- **Region SørVest vil strømme kamper i 16-års klassens høyeste nivå (Regionserien) MyGame har ansvaret og kontroll på hvilke kommuner som har egne restriksjoner. De har flere nivåer med sikkerhetsjekk av dette.**
- Hvis det ikke er montert kamera i hallen er det sannsynligvis fordi kommunen/halleier/klubben har sagt nei til filming. Da bør det heller ikke filmes av andre som ikke har samme systemer for personvern som MyGame.
- Ingen kamper med spillere som bor på hemmelig adresse blir filmet. Dette skjer automatisk via idrettens digitale system som er koblet opp mot folkeregisteret for daglig oppdatering.
- En trener eller lagleder kan kollektivt reservere et lag mot strømming. Enkeltpersoner på et lag kan benytte samme reservasjonsrett i MinIdrett. I begge tilfeller vil ikke lagets deltakelse i kamper og cuper bli strømmet.
- Les mer [her.](#)
- [Les mer her om rammer som legges til grunn for å sikre trygg strømming.](#)



OBLIGATORISK TRENERATTEST

På Idrettstinget 2021 ble det bestemt at Trenerattesten blir obligatorisk for alle trenere i barne- og ungdomsidretten.

- Trenerattesten skal sikre at barn og unge møter et likere og mer helhetlig kvalitetstilbud uavhengig av trener, idrett og klubb.
- Det skal bli enklere og mer oversiktlig for trenerne, hva som er de viktigste oppgavene som skal løses. Dette skal gi en felles grunnforståelse og forventningsavklaring for alle involverte.
- Trenerattesten kommer i to versjoner – én for trenere i barneidretten og én for trenere i ungdomsidretten.
- Det tar inntil 20 minutter å gjennomføre den.
- Alle trener må gå inn på **trener.nif.no** og gjennomføre trenerattesten.
- Klubbene må godkjenne trenerattest.

Har alle trenere i ditt idrettslag fullført Trenerattesten?

Leder, nestleder, daglig leder, sportslig leder, adm. leder (ansatt), ansvarlig politiattest, medlemsansvarlig eller org. ansvarlig klubb må gjøre følgende:

- Gå inn på minidrett.no/trener
- **Verifiser trenere som har fullført Trenerattesten (se bruksanvisning)**
- Send påminnelse til trenere som ikke har fullført.

Gi barn og unge idretts glede
i et trygt treningsmiljø.

Ta trenerattesten!



DISPENSASJONSSØKNAD

- Dispensasjonen er ikke gitt for at klubben skal få anledning til å styrke laget. Dispensasjonen er gitt for at klubben skal kunne gi et sportslig tilbud til enkeltspillere og for at klubben skal ha anledning til å stille lag i serien.
- Lagene merkes med D på tabellen. Kan ikke bli nr. nummer 1, 2 eller 3 i sin klasse og/eller avdeling, og kan derfor heller ikke delta i sluttspill.
- Unntak: Skoledispensasjon og nedsatt funksjonsevne.
- Digital dispensasjonsøknad i TurneringsAdmin (TA).
- Kampansvarlig, Daglig Leder eller Leder i klubb fyller ut søknadsskjema i TA. Leder signerer med PIN-kode fra appen og sender inn søknad til regionen.
- Brukerveiledning [her](#).

BESTEMMELSER (Barnehåndball)

I barnehåndballen (6-12 år) kan et lag stille med overårige spillere (dispensasjon) uten at dette er søknadspiktig innenfor følgende retningslinjer:

- 4'er håndball (6-9 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.
- Overårig spiller kan benyttes på lavere lag selv om klubben stiller lag i spillerens egen aldersklasse. Overårig spiller kan ikke være mer enn ett år for gammel, men kan i samme sesong delta på lag i egen aldersklasse eller høyere.

BESTEMMELSER (Blandede jente-/guttelag)

- En klubb kan stille med blandede lag i regionale serier uten at dette er søknadspliktig innenfor følgende retningslinjer:
 - 4'er håndball (6-9 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 spillere av det motsatte kjønn.
 - 7'er håndball (Ungdomshåndballen) – Inntil 2 jenter på guttelag uten søknad. Inntil 2 gutter på jentelag etter godkjent søknad.
- I tilfeller rundt kjønnsidentitet er det tillatt med deltakelse i den kjønnskategorien personen selv identifiserer seg som. Regionen skal informeres i forkant av deltakelse. Andre søknader vurderes ut fra spillerens tilbud og lagets behov. Dette gjelder i regionale kamper i ungdomshåndballen.



SAMMENSATT LAG

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. Gjelder i regionale serier.

Hvorfor sammensatte lag?

- Større treningsgruppe.
- Unngå trekking.
- Beholder klubbtilhørighet (unngå å bytte klubb).
- Mangler laget ditt spillere? Sjekk om det er andre lag som er i samme situasjon.

Hvordan søker man om sammensatte lag?

- Leder, Daglig leder og Kampansvarlig på klubbnivå kan opprette og lagre søknad, **kun Leder** kan signere søknad.
- **Søknadsfrist 15. oktober!** Se brukerveiledning [her](#).

OMBERAMMING

Ulike typer omberamminger

- 1) Endringer i høringsperiodene (til og med 27.august og 1.-7. desember for kamper etter nyttår).
→ Kostnadsfri omberamming/regionen setter opp dommere.
 - 2) Endring mer enn 7 dager før kamp → Ikke gebyr, men den som omberammer må skaffe og betale dommere.
 - 3) Endringer mindre enn 7 dager før kamp, gebyr 1000 kr, den som omberammer må skaffe og betale dommere.
-
- Kamper i **Intersport 4'er håndball** (Minihåndball), **Aktivitetsserien** (9-11 år), **TEMAserien** for 12 åringer og **REMA 1000 TH-serien** kan ikke omberammes.

OMBERAMME KAMP

- Avtal med motstander og sjekk at det er ledig halltid i Banedagboken eller under Ledig halltid i TA.
- [Banedagbok](#) (handball.no) Viser hvilke kamper som står oppført.
- [Ledig halltid](#) (TA) – Her kan man se hvilke dager regionen har reservert og hvilke tidspunkt som er ledige.
(Funksjonene som har tilgang til Ledig halltid (GR = Klubb, LA = Lag): Kampansvarlig GR, Leder GR, Daglig leder GR, Lagleder LA, Kampansvarlig LA).
- Alle kampendringer må søkes om i TurneringsAdmin (TA). Se brukerveiledning [her](#).
- **Bruk kommentarfeltet og skriv en kommentar:**
 - Dersom kamper plasseres i treningstid.
 - Dersom dere har klarert med hallen at kampen kan spilles utenfor åpningstid eller utenfor tiden regionen disponerer.
 - Annen relevant informasjon
- Informer dommer om at kampen er omberammet.
- Nytt tidspunkt for kamp må avtales før kampen skulle vært spilt. Dersom vi ikke får beskjed om nytt tidspunkt før kampen skulle vært spilt, vil laget bli registrert med «ikke møtt».
- **Siste frist for omberamming av kamp er kl. 12:00 andre virkedag før opprinnelig kamptidspunkt.** Det vil si at kamper må omberammes innen kl. 12.00 torsdag dersom man har kamp i helgen.

LISENS

- Det er nå mulig å betale lisensen for sesongen 2025/2026. Lisensen blir da tilgjengelig i Min Idrett.
- Alle spillere og dommere som deltar i organisert håndballaktivitet, skal løse lisens fra og med det kalenderåret de fyller 13 år. Dette er et krav både for å være forsikret i kamp og på trening, og for å være spilleberettiget i norsk håndball. Lisensen følger spiller uavhengig av hvilke klubb man tilhører.
- Lisensen for utøvere født i 2012 eller tidligere forfaller 1. september, mens lisens for utøvere født i 2013 har forfall 1. januar 2026.
- Lagledere og trenere som deltar i nasjonale serier skal løse lisens.
- LISE PLUSS er satt som standard på lisensen, men du bestemmer selv hvilken forsikring du vil løse.
- Skader må meldes inn raskest mulig på: <https://www.gjensidige.no/meld-skade/idrettsforsikring>
- Se mer her.



Hummelsko - 20% rabatt på alle nye håndballsko denne sesongen

Som hovedleverandør til Norges Håndballforbund tilbyr Hummel 20% rabatt på alle deres nye håndballsko denne sesongen. Nyhetene inngår i kampanjen *"Built on Legacy – Made for the Future"* og er utviklet i samarbeid med noen av verdens beste håndballspillere, som Stine Bredal Oftedal og Camilla Herrem, for å nevne noen.

- Se utvalget, og klikk deg hjem din favoritt med rabattkode: hmlshoes
- [Se utvalget her!](#)



Norges
Håndballforbund
Region SørVest

BARNEHÅNDBALL, UNGDOMSHÅNDBALL OG SENIORHÅNDBALL



VI HAR ALLE STARTET ET
STED

INTERSPORT 4'ER HÅNDBALL 6-8 ÅR



- Årsklasser:
 - 6 år blandede lag
 - 7 år jenter / 7 år gutter
 - 8 år jenter / 8 år gutter
- Klubben melder inn antall spillere i de ulike årsklassene innen fristen **7. september**. Dersom dere enda ikke har meldt på spillere, ber vi om dere å melde dette inn [her](#) så fort som mulig.
- Inndeling i **ringer** som i størst mulig grad tar hensyn til geografi, kjønnsfordeling og antall spillere i hver klubb
- Regionen avsetter **halltid** til arrangement, og klubber som har spesielle ønsker om dato for sitt arrangement, bes melde dette til Regionen
- De klubbene som er i samme ring, har det **praktiske ansvaret** for gjennomføringen av arrangementene i sin ring
- Viser til egen innkalling til obligatoriske Minihåndballkurs [her](#). Her må alle som er engasjert i lagene møte opp!

Gis teoretisk og praktisk opplæring for trenere og ledere



Norges
Håndballforbund
Region SørVest



4'er-håndball - obligatorisk oppstartsmøter

MODUL	DATO	TID	STED
Minihåndballkurs	07.10.25	1800-2100	Nedeneshallen
Minihåndballkurs	08.10.25	1800-2100	Idda Arena
Minihåndballkurs	09.10.25	1800-1930 Hall 1930-2100 Teori	Sparebanken Norge hallen Vigeland
Minihåndballkurs: 6-7-åringer	29.09.25	1800-2100	Åsenhallen B
Minihåndballkurs: 6-7-åringer	30.09.25	1800-2100	Ålgårdhallen
Minihåndballkurs: 8-åringer	01.10.25	1800-2100 1930-2100 Teori	Bryne Storhall 1
Minihåndballkurs: 8-åringer	02.10.25	1800-1930 Hall 1930-2100 Teori	Storhaughallen
Minihåndballkurs	30.09.25	1800-1930 Hall 1930-2100 Teori	Åkrahallen Vest



BARNEHÅNDBALL – 5'er håndball (9-10 år)

- 9 og 10 år
- Aktivitetsserie - Geografiske puljer
- 7 spilldatoer - 2-3 kamper per gang
- Flere lag fra klubb i samme pulje?
- Ta kontakt med de andre lagene for å bytte motstander. Slike bytter gjøres internt og skal ikke meldes til regionen.
- Det er mulig å melde på lag gjennom hele sesongen.
- Dersom lag ikke kan stille, skal arrangøren og region ha beskjed om dette så tidlig som mulig.



9 år 4'er og 5'er håndball:

- Det spilles 4'er håndball på minibane og 5'er håndball på kortbane parallelt.
- Bane A/1 defineres som kortbane og bane B/2 defineres som minihåndballbane.
- Lagene kan gjøre interne bytter av bane dersom alle parter ønsker dette.

10 år 5'er håndball:

- 5'er håndball på kortbane.
- **Avkast fra midtbane tas kun ved omgangens start. Ellers tas avkast fra målvakt!!**
- **Endringer i Aktivitetsserien utføres fra uke 35. Alle lag vil få varsel ved endringer i sin pulje.**

BARNEHÅNDBALL – 5'er håndball (9-10 år)

MODUL	DATO	TID	STED
Kortbanehåndball	09.09.25	1800-1900 Teori 1900-2100 Hall	Marvikahallen
Kortbanehåndball	10.09.25	1800-1900 Teori 1900-2100 Hall	Vigrestadhallen
Kortbanehåndball	16.09.25	1800-1900 Teori 1900-2100 Hall	Dysjalandshallen

BARNEHÅNDBALL – 6'er håndball (11-12 år)

11 år 6'er håndball

- Aktivitetsserie - Geografiske puljer
- 7 spilldatoer - 2-3 kamper per gang
- Flere lag fra klubben i samme pulje?
- Ta kontakt med de andre lagene for å bytte motstander. Gjøres internt og skal ikke meldes til regionen.
- Ulike puljer før og etter jul

**Avkast fra midtbane tas kun ved omgangens start.
Ellers tas avkast fra målvakt!!**

- 6'er håndball på full bane.
- Det er to nivåer i spilltilbudet; "Øvet" og "Bredde".
- Gutter 11 Rogaland – Ingen tilbud i Øvet pga trekkinger.
- Det benyttes nedsenket tverrligger i 11-årsklassen.
- Resultattavle benyttes, men resultatet skal ikke registreres på kampene.

12 år 6'er håndball

- **Øvet, Bredde, C-serie og TEMAserien.**
- 12 årsklassen spiller med **6 spillere** på banen samtidig.
- Spillet foregår på full bane og det spilles enkle kamper.
- **Resultatet registreres, men det blir *ikke* laget tabeller.**
- Det skal føre LIVE i 12 årsklassen, men med **Enkel versjon**. Det registreres mål på lagene, men ikke på spillerne.
- Lagene premieres på samme måte som i Aktivitetsserien.
- Avkast fra midtbane tas kun ved omgangens start. Ellers tas avkast fra målvakt!!

BARNEHÅNDBALL – 6'er håndball (11-12 år)

MODUL	DATO	TID	STED
NHF 6'er håndball Kast og mottak	11.10.25	1400-1730	Nedeneshallen
NHF 6'er håndball Kast og mottak	18.10.25	1400-1730	Idda Arena
NHF 6'er håndball Kast og mottak	15.10.25	1800-2100	Lindesneshallen
NHF 6'er håndball Kast og mottak	01.11.25	1400-1730	Vigrestadhallen
NHF 6'er håndball Kast og mottak	26.10.25	1400-1730	Dysjalandshallen
NHF 6'er håndball Kast og mottak	19.10.25	1400-1730	Hundvåghallen A
NHF 6'er håndball Kast og mottak	20.10.25	1800-2100	Håvikhallen



Norges
Håndballforbund
Region SørVest

TEMASERIEN

Har blitt veldig populær!

- Tilbud til lag i 12- og 13 årsklassen. Ca 100 lag er påmeldt.
- Dette er spiller- trener- og dommerutvikling
- Tren, spill, og få poeng etter utvalgte tema
- Spillere, trenere og dommere får veiledning underveis
- Tre runder pr sesong
- Fire kamper på 17 minutt pr spilldag

Bli med? Ta kontakt med regionen

12-13 ÅRSKLASSEN TEMAserien

- 12 år - spilledatoer: tre lørdager i både Stavanger og Kristiansand:
- Runde 1: 29.november (Stavanger idrettshall og Gimlehallen)
- Runde 2: 7.februar (Stavanger idrettshall og Gimlehallen)
- Runde 3: 21.mars (Stavanger idrettshall og Gimlehallen)
-
- 13 år - spilledatoer: tre søndager i både Stavanger og Kristiansand:
- Runde 1: 30.november (Ålgårdhallen, Hundvåghallen og Gimlehallen)
- Runde 2: 8.februar (Varhaughallen, Hetlandshallen og Gimlehallen)
- Runde 3: 22.mars (Hundvåghallen, Stavanger idrettshall og Gimlehallen)

**TEMA
SERIEN**
JENTER / GUTTER
12 OG 13 ÅR

UNGDOMSHÅNDBALL 13-16 år

- **13 og 14 årsklassen:**
A-serie, Breddeserie og C-serie.
- **Regionalt sluttspill for lag i A-serien jenter og gutter 13 og 14 år:**
Regionalt sluttspill arrangeres for de to øverste lagene i avdelingene Agder og Rogaland helgen 11.-12. april i Rogaland. (Lag med aldersdispensasjon kan ikke delta i regionalt sluttspill. Kun høyeste rangerte lag i en klubb kan kvalifisere til sluttspill)
- **15 årsklassen:**
Regionserie, A-serie og Breddeserie (C-serie i 15 årsklassen).
- **16 årsklassen:**
Regionserie og Breddeserie

Bringserien er et nasjonalt kamptilbudet med egen invitasjon og påmelding. Deltakelse i Bringserien forutsetter at laget også er påmeldt i det regionale spilltilbudet for denne klassen.



C-SERIEN 12-15 ÅR

- C-serien er beregnet for nybegynnere og andre utøvere på samme nivå, og er et tilbud i klassene 12-15 år.
- C-serien er planlagt organisert som fire arrangementshelger – to før jul og to etter jul. Detaljene rundt organisering av tilbudet vil bli klargjort i forbindelse med utsending av pulje- og avdelingsoppsettet, når vi ser antall påmeldte lag.
- Kamptiden 2x15 minutter
- I C-serien vil det bli registrert resultater, men det blir *ikke* laget tabeller. Det er viktig for rekrutteringen at vi kan gi et kamptilbud også til utøvere som har begrenset erfaring med håndball og ikke har så stort utbytte av det ordinære kamptilbudet.
- Det er ikke premiering i C-serien.

JUNIORSERIEN

- **Regionserie**

Avdelingsoppsett og spilltilbud vil bli tilpasset antall påmeldte lag

- **Regional Breddeserie**

Breddeserie spilles på tvers av Agder og Rogaland. Det vil legges opp til doble reisekamper når lag fra Rogaland og Agder spiller mot hverandre. Lokale kamper settes opp som normalt.

- **Lokal Breddeserie**

Breddeserien deles inn i avdelinger hvor det tas geografiske hensyn

- Deltakelse i Juniorserien denne sesongen er for spillere som har fylt 16 år til og med spillere født i år 2005. Det kan søkes regional dispensasjon for spillere som har fylt 15 år.
- Spilletiden for kampene er 2 x 25 minutter og det er tillatt med inntil 14 spillere på kamprapporten.
- Det er obligatorisk å delta med ett lag i Juniorserien for klubber påmeldt i Landsserien. (Tidligere **Lerøyserien**)

SENIORHÅNDBALL

- En spiller kan delta på seniorlag fra og med den dag vedkommende fyller 16 år.
- Divisjonsspill med opp- og nedrykk.
- En klubb kan stille mer enn ett lag pr. klasse. Det lavere lag må spille minst én divisjon lavere enn det høyere lag. En klubb kan ha flere enn ett lag i regionens laveste divisjon. Det er kun klubbens høyest rangerte lag i en divisjon som kan rykke opp til en høyere divisjon
- Mulighet for påmelding i laveste divisjon



REMA 1000

Hjerteligaen

- Tilrettelagt Håndball (TH) er for spillere med nedsatt funksjonsevne eller av andre årsaker ikke finner seg til rette i det ordinære håndballtilbudet.
- Serien blir arrangert som aktivitets serie, med 2 kamper pr. dag. Kamptilbudet gjennomføres uten resultatregistrering og tabeller.

REKRUTTERING

- Vi ønsker å rekruttere flere barne- og ungdomslag og oppfordrer din klubb til å vurdere oppstart av nytt lag.



ARRANGEMENT

- Regionalt sluttspill for 13 og 14 åringer 11.-12. april i Stavanger
- Bylagsturnering 24.-26. april
- Regionstinget 9.-10. mai i Stavanger

(Regionalt sluttspill og Regionsting arrangeres annen hver gang i Kristiansand og Stavanger)





MEN'S EHF EURO 2026 HANDBALL

DENMARK • SWEDEN • NORWAY
15 JANUARY – 1 FEBRUARY

PURE GREATNESS

EURO2026: Klubbilletter

- Vi gjentar suksessen fra VM i januar når håndballgutta igjen skal spille mesterskap på hjemmebane og tilbyr egne, rabatterte billetter til håndballfamilien.
- Klubbilletter er tilgjengelig 15. januar (Norge-Ukraina) og 19. januar (Norge-Frankrike).
- Mellom 10-100 billetter kan kjøpes på en bestilling.
- Pris: **295,-** per billett.
- Tidsfrist: **31.10** eller så langt det er ledig.
- Bli med og støtt håndballgutta!

Lenke: <https://tinyurl.com/EHF2026M-KLUBB>

Passord: EURO26KLUBB



DELTAKERBERETTIGELSE

- Klubb som har to eller flere lag i samme avdeling i årsklassene 12 år til juniorserie, skal benytte separate spillerstaller. **I breddeseriene kan det benyttes spillere på tvers av lagene uten at dette er søknadspliktig**
- Klubb som har flere lag, men i ulike avdelinger kan benytte spillere på tvers av lagene.
- Klubb som deltar i sammensatt lag i samme avdeling som eget rent klubblag, kan ikke benytte samme spillere på begge lag.

SPILE PÅ FLERE LAG (13-20 år)

- **NB: Totalbelastningen. Absolutt grense på 4 kamper pr uke (Perioden defineres som mandag til og med søndag)/10 kamper pr måned. Det anbefales at samme spiller ikke deltar i mer enn 45 nasjonale/regionale obligatoriske kamper for klubb over full tid pr. sesong.**
- Viktig at spillerne brukes fornuftig og at kampene blir en kjekk opplevelse for eget lag og motstandere.

Mange klubber stiller med flere lag på ulike nivå, og det er bra! For å få til dette, så er flere klubber avhengig av å benytte spillere fra regionslag/a-nivå for å opprettholde breddetilbudet. Spillere fra høyere nivå skal ikke ha sentrale roller på breddelagene. Dersom spillere brukes på tvers av lagene på ulike nivå skal dette bli gjort på en rettferdig og fornuftig måte i forhold til motstanderlagene.

Regionen går gjennom resultater etter hver kamphelg og kontakter klubbene som ikke overholder dette.

HVILKET NIVÅ?

Ta utgangspunkt i spilte kamper, utvikling på spillere og erfaringer og still dere spørsmålene:

- Spiller vi jevne kamper?
- Opplever vi mestring?
- Burde vi spilt ned et nivå, eventuelt opp?
- Regionene tilbyr to-tre nivåer i hver klasse fra 11 år.
- Oppfordrer klubbene til å melde på C-nivå. Altfor stor nivåforskjell på lagene i B-puljene.
- Trener og klubb må ha fokus på hva som er best for sine spilleres utvikling.
- Dersom et lag melder opp en aldersklasse for bedre matching og utfordringer, **meld på laget på øverste nivå! Vi ønsker å ta vare på alle lag.**



En del av

#VERDILØFTET



Norsk Tipping





Norges
Håndballforbund

ER FLØYTA GRØNN – VIS EKSTRA SKJØNN!

Fremover vil håndballdommere som er under 18 år, bruke grønn fløyte. Vi ber alle - både trenere, spillere og publikum - om å utvise respekt gjennom støttende og positiv atferd.

Ingen dommer. Ingen kamp.



En del av

#VERDILØFTET



Norsk Tipping

HÅNDBALLFORELDRE

Skap begeistring, vis respekt, bidra til fair play og vis innsatsvilje i oppgavene du får både på og utenfor banen. Da kan vi sammen bidra til at flest mulig blir i håndballen lengst mulig.

1. Jeg har ansvar for kampmiljøet.
2. Jeg viser begeistring og heler på alle spillere i med- og motgang.
3. Jeg er støttende på kamp og trening.
4. Jeg respekterer trenerens komplement.
5. Jeg respekterer dommerens avgjørelse.
6. Jeg viser begeistring for klubbens arbeid.
7. Husk at det er barna som spiller – ikke du!



En del av
#VERDILØFTET



HÅNDBALLSPILLEREN

Skap begeistring, vis respekt, bidra til fair play og vis innsatsvilje i oppgavene du får både på og utenfor banen. Da kan vi sammen bidra til at flest mulig blir i håndballen lengst mulig.

1. Jeg bidrar til at alle på mitt lag trives og har det gøy.
2. Jeg ønsker å utvikle meg sammen med andre.
3. Jeg snakker godt om mine med- og motspillere.
4. Jeg respekterer at alle kan gjøre feil, både jeg og andre.
5. Jeg viser begeistring for egen og andres utvikling.
6. Jeg bidrar til at laget fremstår positivt gjennom språkbruk, oppførsel og musikk.
7. Jeg viser innsatsvilje og inkluderende både på og utenfor banen.



En del av
#VERDILØFTET



HÅNDBALLTRENEREN

Skap begeistring, vis respekt, bidra til fair play og vis innsatsvilje i oppgavene du får både på og utenfor banen. Da kan vi sammen bidra til at flest mulig blir i håndballen lengst mulig.

1. Jeg er bevisst på min rolle og hvordan jeg fremstår – både på og utenfor banen.
2. Jeg viser respekt ved å høre og kommunisere med kampens aktører.
3. Jeg viser begeistring over alle spillers utvikling og innsats.
4. Jeg skal være et forbilde for mine spillere og en ambassadør for Fair Play.
5. Jeg bidrar til å skape trygge rammer og gode relasjoner under trening og kamp.
6. Jeg ønsker å bidra til å utvikle hele mennesket – ikke bare håndballspilleren.
7. Jeg gjør en innsats for å skape tilhørighet i et mestingsmiljø.



En del av
#VERDILØFTET



HÅNDBALLDOMMEREN

Skap begeistring, vis respekt, bidra til fair play og vis innsatsvilje i oppgavene du får både på og utenfor banen. Da kan vi sammen bidra til at flest mulig blir i håndballen lengst mulig.

1. Jeg viser respekt ved å høre og kommunisere med kampens aktører.
2. Jeg leder kampen slik at den kan gjennomføres med omtanke.
3. Jeg viser innsats for at Fair Play er en del av dommingen.
4. Jeg bidrar til at alle kampens aktører viser respekt for hverandre.
5. Jeg er med på å skape trygge rammer og rettferdighet mellom lagene.
6. Jeg er bevisst på min rolle som dommer og hvordan jeg fremstår – både på og utenfor banen.
7. Jeg kommuniserer med de andre aktørene i kampen, slik jeg ønsker at de skal kommunisere med meg.



En del av
#VERDILØFTET



Fair Play



- Det er veldig stor «turnover» blant unge dommere!
- Kjefting og ubehagelige tilbakemeldinger ifm kamp er en av årsakene til at de gir seg som dommere.
- Det er treners ansvar at kommunikasjonen i kampen er på et fint nivå.
- Skap god stemning i hallen 😊

Fair Play-vert

- Hensikten med Fair Play-verter i hallene våre, er at håndballkamper i alle klasser skal foregå i trygge rammer der mestringsglede og Fair Play står i fokus. Den gule Fair Play-vesten skal minne alle aktører på hvilke verdier vi står for i norsk håndball. Dommere, spillere, trenere og foreldre skal sammen bidra til gode opplevelser i hallen - med begeistring, respekt, innsatsvilje og fair play!
Ønske om at alle haller i Region SørVest skal ha en Fair play-vert innen sesongen 2026-27.

- Fair play-vert kampanje uke 36-37-38
- Pris tilbud på 3 stk FPV-vester til 179,-
- Instruks og info for Fair Play-vert
- [Les mer HER](#)

I ukene 36, 37 og 38 kan DIN KLUBB kjøpe Fair Play vert-vester til kampanjepris!
Med rabattkoden «**fairplaybibs**» vil du få 3 vester til 179kr. Koden er kun gyldig dersom du har klikket med 3 vester i handlekurven.

Vestene kjøpes av vår samarbeidspartner AssistCo via www.nhfshop.no.

FAIR PLAY-VERTER GJØR EN FORSKJELL! #Verdiløftet





Grefsen
endom AS

hummel

BETONG ØST

addekor

HOME	GUEST
31	20
PERIOD	PERIOD
24:45	
PLAYER PENALTY	PLAYER PENALTY
00:00	00:00
00:00	00:00
00:00	00:00
ullkisa	
ullkisa	

andler om
ekt, ikke sant?

FAIR PLAY
VERT

Retningslinjer for bilder/filming av barn og unge

- Filming og fotografering av barne- og ungdomsidretten har blitt mer og mer vanlig. Det er svært viktig å passe på at dette skjer innenfor rammene av gjeldende lovgivning.
- NHF og klubbene skal følge NIFs retningslinjer.
- Informasjonsmateriell kan lastes ned fra NIFs sider og brukes på nettsider og i sosiale medier, og henges opp på klubbhus og i hallene. Dette for å minne foreldre, publikum og andre på at det ikke er lov å filme, fotografer og dele innhold av barn under 18 år uten samtykke fra foresatt og utøver.



Husk at det ikke er tillatt å filme, fotografer og dele innhold av barn under 18 år i sosiale medier og andre digitale kanaler uten samtykke fra både utøver og foresatt.



Norges
Håndballforbund
Region SørVest

SPILLER-, TRENER-, DOMMER- OG KLUBBUTVIKLING

Påmeldinger i Barn- og Ungdomshåndballen 2025/26

E-post sendt til klubbene 18.8.25

Aldersgruppe	Hva	Hvordan	Påmeldingsfrist	Obligatorisk
6-8 år 4-er-håndball	Påmelding av antall spillere til 4-er-håndball	En felles påmelding fra klubben ved barnehåndballansvarlig, sportslig leder eller klubblleder.	7.9.25	JA
6-8 år 4-er-håndball	Kurs: 4-er-håndballkurs (Se informasjonen i påmelding av antall spillere til Intersport 4'er håndball)	Hver enkelt kursdeltaker melder seg på via minidrett.no (Klikk på lenken i informasjonsbrevet.) NB! Sjekk nøye hvilket kurs din klubb og aldersgruppe skal delta på!	29.09 - 09.10 NB! Hvert kurs har påmeldingsfrist to dager før kurset avholdes.	JA, minst 1 person pr. klasse! (Blandet 6 år, J7, G7, J8, G8)
9-10 år 5-er-håndball	Kurs: 5-er-håndball på kortbane	Hver enkelt kursdeltaker melder seg på via minidrett.no (Klikk på lenken i Kurskatalogen.)	09.9 - 16.9 NB! Hvert kurs har påmeldingsfrist to dager før kurset avholdes.	Nei, men anbefales sterkt
11-12 år 6-er-håndball	Kurs: 6-er-håndball Kast og mottak	Hver enkelt kursdeltaker melder seg på via minidrett.no (Klikk på lenken i Kurskatalogen.)	Hvert kurs har påmeldingsfrist to dager før kurset avholdes.	Nei, men anbefales sterkt
12 og 13 år Temaserie	Kurs: Det er tre workshops i forbindelse med Temaserien. Info her	Må delta i Temaserien.	Kontakt NHF Region SørVest.	Må delta i Temaserien
13 år Spillerutvikling	Påmelding Oppstartsamling sonemiljø	Påmelding av trenere i forms	15.09.25	JA
14 år Spillerutvikling	Påmelding Fellessamling sonemiljø	Påmelding av trenere i forms	15.09.25	JA
15 år Spillerutvikling	Teamsmøte spillerutvikling 15-18 år	Påmelding av trenere i forms	01.09.25	JA
6 år til senior	Trenerkurs Dommerkurs Dommerutviklerkurs Tidtager- og sekretariatkurs	Påmelding via Kurskatalogen	Hvert kurs har påmeldingsfrist to dager før kurset avholdes.	Noe, alt anbefales.

15.09.2025



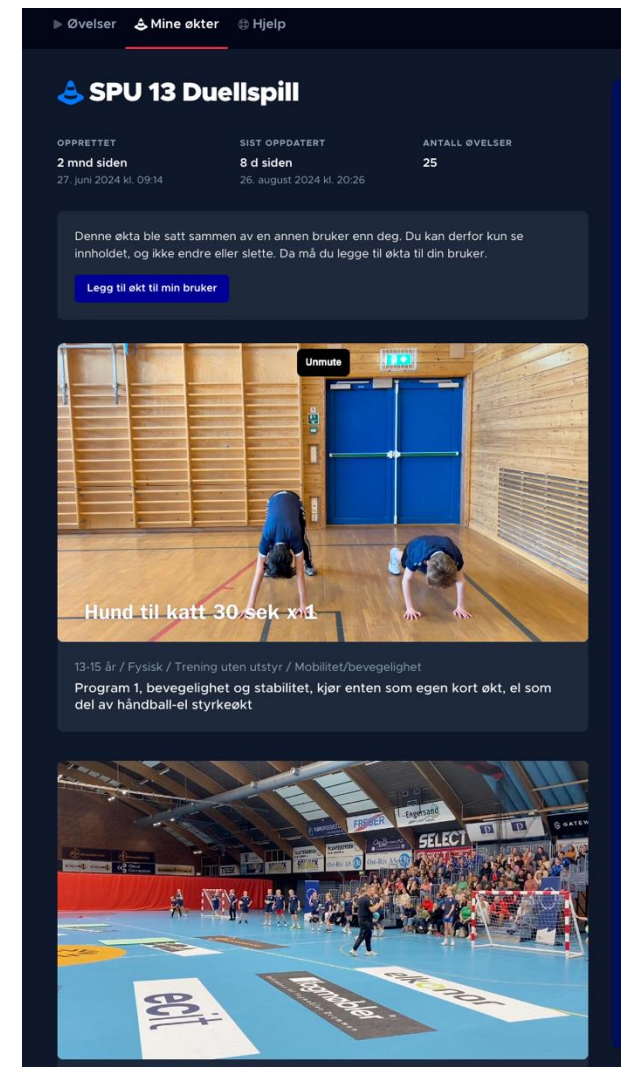
Gjensidige

REMA 1000

• <https://www.handball.no/regioner/region-sorvest/nyheter/2025/08/pamelding-til-barne--og-ungdomshandball-202526/>

Spillerutvikling

- **13 år: J/G født 2012**
 - Invitasjon til Oppstartssamling er sendt til alle klubber.
 - Lenke til påmelding ligger også på spillerutviklingssiden vår. Trykk deg inn på din årsklasse.
 - Klubbtrener må melde seg på innen 15.9
 - Dato for Oppstartssamling: **26.september 2025**
- **14 år: J/G født 2011**
 - Invitasjon til fellessamling er sendt til alle klubber.
 - Lenke til påmelding ligger også på spillerutviklingssiden vår. Trykk deg inn på din årsklasse.
 - Klubbtrener må melde seg på innen 15.9
 - Dato for Fellessamling: **19.september 2025**
- **15 år: J/G født 2010**
 - Har hatt Regional storsamling i juni
 - Møte med alle klubbtrener på teams **3.september kl 19.30-20.30**
 - Tre spillerutviklingssamlinger i sonen i høst
 - Regional Bylagsturnering, for alle spillere som deltar på spillerutvikling: **fredag 19. des**
 - Bylagsturnering **24.-26.april 2026**
 - Regionale landslagssamlinger
- **16 år: J/G født 2009**
 - Fire regionale landslagssamlinger
- **17 år: J/G født 2008**
 - Fire regionale landslagssamlinger
- **18 år: J/G født 2007**
 - To regionale landslagssamlinger



NHF Fagstoff til trenere og spillere

HÅNDBALLTRENING

Teknisk-taktisk trening

Valgskolen

Forsvarsskolen

Målvaktskolen

Skuddskolen

Kast ballen

Skuddkraft

Trenerrollen

Håndballtreneren

Utviklingstrappa

Ungdomshåndball

Barnehåndball

Spillerutvikling

Fysisk trening

God og skadefri

Håndballfysisk trening

Alle øvelsene finner du i **Øvelsesbanken** hvor du kan lage økter

Utdanning

Kurskatalog gir oversikt over alle kurs [her](#)
Påmelding via Min idrett.



KURSLISTE

Klikk på ønsket kurs for å komme direkte til kursinformasjon.
For å komme tilbake til denne siden, trykk på [tilbake til kursliste](#) knappen som er plassert øverst til høyre på hver side.

Velkommen! s. 3	Barne- og ungdomshåndball s. 4	Struktur trenerutdanning s. 5
Barnehåndballkurs miniHÅNDBALL 5'er-håndball 6'er-håndball s. 6–7	Trener 1 Trener 1 – modul 1-6 Trener 1 – modul 7-13 s. 8	Trener 2 s. 9
Beachhåndball Beachtrenerkurs Beachdommer s. 10	Dommerutdanning Dommer barnehåndball Dommerkurs 1, 2 og 3 s. 11	Dommerutvikler Utdannelse s. 12 Dommerutvikler barnehåndball Dommerutvikler 1 og 2 Dommerutviklerkurs 3, 4 og 5
Arrangementskurs Klubbhuset & Kontaktinfo s. 13–14		

For å finne oversikten over kurs i NHF, kan du gå til [kursoversikten](#) på NHF sine hjemmesider.

Dommerutvikling

Dommerkurs

- **Klubbdommer kurs** – for de som skal dømme 4 - er - håndball (minihåndball)
Aldersgrensen er 14 år (født i 2012). Kurset gjennomføres av klubbene.
- **Dommer Barnehåndball kurs** – for de som skal dømme i aktivitetsserien. Aldersgrense 15 år (født 2011). Kurset settes opp på forespørsel når klubben har minimum 6 deltakere.
- **Dommer 1 kurs** – for de som skal dømme i klassene fra 12 år og oppover. Aldersgrense 16 år (født 2010). Påmelding pågår i disse dager

Dommerutviklerkurs

- Klubbene bør bestrebe å utdanne egne dommerutviklere som skal veilede klubbens yngste dommere. Det kreves ikke noen forkunnskaper for å ta kurset dommerutvikler barnehåndball. Dette er en viktig funksjon for å få klubbens dommere til å utvikle seg og fortsette som dommere.



Dommerarbeid i klubb

- Alle klubber skal ha Dommerkontakt. Denne er ansvarlig for å administrere dommerlaget i klubben.

Utviklingsgrupper

- Regionen har utviklingsgrupper på 3 ulike nivå. Dette er tilbud til dommere som ønsker å utvikle seg med god hjelp av egen dommerutvikler og fagsamlinger. **Vi har plass til nye dommerpar i alle gruppene.**

Kast ballen (uke 37-39)

NHF har lykket med å få håndball inn i skolen gjennom skoletiltaket Kast ballen. Vi ønsker å få alle disse barna over i håndballklubbene!

- **Kast ballen** er for 1.-3.klasse i skolen.
- **Kast ballen består av:** undervisningsopplegg til friminutt og kroppøvingstimene, Kast ballen konkurransen og Kast ballen dagen
- **Deltakere:** i SørVest deltar 190 skoler og ca 16 000 elever.
- **Utstyr:** alle skoler får Hummelballer av typen 00.

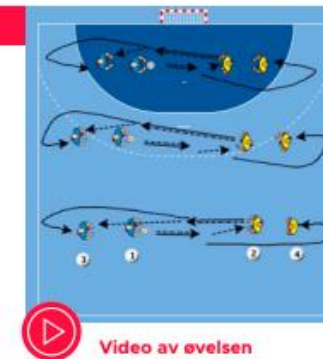
NHF Region SørVest deler ut 9200 baller.

Tiltaket er mulig med god hjelp fra SR-bank stiftelsen.

Dette er en særdeles god periode til å øke rekrutteringen til egen klubb!



Øktplan 2:
Tilpasset 1.-2. klasse



Video av øvelsen

Tema: Kast, mottak og stuss

Organisering: Fire i sammen, to på hver side og én ball.
Øvelser: Nr. 1 har ballen og stusser til midten og kaster ball til nr. 2 og løper bak nr. 4. Nr. 2 stusser ball til midten, kaster til nr. 3 og løper bak nr. 3.





Klubbhuset

Klubbhuset

Er Norges Håndballforbunds rammeverk for klubb utvikling. Klubbhuset fungerer også som en sertifiseringsordning på 3 nivåer for klubbene.

Målet er å bidra til forutsigbar og tydelig drift av klubbene, styrket kompetanse, bedre organisering og økt fokus på det sportslige.

I NHFs strategiplan for 2025–2028 er styrking av klubbene gjennom Klubbhusarbeidet definert som førsteprioritet, med særlig vekt på drift og organisering. Deltakelse er **gratis** for klubbene.



Klubbhuset består av fem hovedkategorier:

1. Klubbdrift: Verktøy for styret og tydelig definisjon av klubbens formål og struktur.
2. Frivillighet: Oversikt over oppgaver og verv, samt rekruttering og ivaretagelse av frivillige.
3. Sportslig ledelse: Utarbeidelse og forankring av klubbens sportsplan.
4. Dommerarbeid i klubb: Strukturert arbeid med rekruttering, oppfølging og bruk av dommere.
5. Rekruttering: Plan for rekruttering med tiltak, kommunikasjon og ansvarsfordeling.

Status Klubbhuset:

26 klubber er sertifisert på Nivå 1, ytterligere 47 er i prosess og 7 er i gang med Nivå 2.



Norges
Håndballforbund
Region SørVest

SPØRSMÅL

VI GLEDER OSS TIL EN NY SESONG!



**Norges
Håndballforbund
Region SørVest**

Ved eventuelle spørsmål kan dere ta kontakt på e-post eller telefon.
Vi hjelper dere gjerne med det dere lurer på!