

KURSKATALOG

Sesong 2026/27



Norges
Håndballforbund
Region SørVest

Begeistring • Respekt • Innsatsvilje • Fair Play

^{*}
ice

Gjensidige 

REMA 1000



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

ice 4-er-håndball
ice 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

Dommerutviklerutdanning

Dommerutvikler barnehåndball
Dommerutvikler 1 og 2
Dommerutviklerkurs 3, 4 og 5

s. 12

**Arrangementskurs
Klubbhuset
& Kontaktinfo**

s. 13–14

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

VELKOMMEN

til en ny håndballsesong!

Antall håndballspillere i Norge har aldri vært høyere. Med hele 158 615 aktive spillere har Norges Håndballforbund satt ny rekord! Denne veksten er et resultat av innsatsen dere legger ned i klubbene hver eneste dag – tusen takk for jobben dere gjør. Vi har stor tro på at kompetanseheving er nøkkelen til å videreutvikle kvaliteten i norsk håndball. Derfor oppfordrer vi dere til å delta på kursene vi tilbyr. Fysiske møteplasser er svært verdifulle – både for oss i administrasjonen og for dere i klubbene. Her får vi mulighet til å lære av hverandre og utvikle oss sammen.

UTVIKLING AV TRENERE – TRENER 1-KURS

Trener 1 er første steg på trenerstigen og gir deg solid kompetanse til å lede barn og unge i trygge og utviklende miljøer. Kurset er tilpasset trenere på alle nivåer – enten du er helt ny eller har flere sesonger bak deg. De første fire modulene gjennomføres digitalt på Teams, mens modul 5–13 består av praktiske økter i hall med utøverapparat. I tillegg til faglig oppdatering og dyktige instruktører, gir kurset en gylden mulighet for erfaringsutveksling med trenere fra andre klubber i nærområdet ditt.

UTVIKLING AV DOMMERE – ET FELLES ANSVAR

Satsing på dommerutvikling bidrar til å heve kvaliteten i håndballen som helhet. I Region SørVest har vi derfor stort fokus på dette arbeidet gjennom Klubbhuset. En aktiv dommerkontakt i klubben spiller en nøkkelrolle for å rekruttere og utvikle både dommere og dommerutviklere. Dommere som opplever støtte fra egen klubb, er tryggere i rollen, tar bedre avgjørelser og bidrar til gode kamper. Vi har også behov for flere dommerutviklere i klubbene, slik at dommerne våre blir ivaretatt og motiveres til å bli lengre i aktiviteten. Sammen kan vi løfte dommerkompetansen i regionen.

UTVIKLING AV KLUBB – KLUBBHUSET NIVÅ 1-3

Dersom mange av trenerne i klubben har gjennomført Trener 1-kurset, er dere allerede godt i gang med sertifiseringsordningen Klubbhuset nivå 1. Per i dag har vi 35 klubber sertifisert på nivå 1 og én klubb på nivå 2. I tillegg er ca 90 % av klubbene våre i prosess på ett eller flere områder i sertifiseringsprosessen. Regionens klubbhusmedarbeider bistår klubbene med å strukturere og utvikle sentrale dokumenter. Dette sikrer at gode rutiner og verdier blir videreført – også når personer i ulike verv byttes ut. Bli med på webinar!

UTVIKLING AV SERIESPILL – TEMASERIEN FOR 12- OG 13-ÅRINGER

Takket være støtte fra SR-Bank-stiftelsen kan vi i sesongen 2026/27 videreutvikle Temaserien. Temaserien er en utviklingsarena for trenere, spillere og dommere, og passer spesielt godt for deg som ønsker faglig påfyll i trenerrollen. Deltakerne får veiledning fra våre instruktører knyttet til et konkret tema – både i forkant av og under kamp. Ta kontakt med oss på e-post for å melde interesse, og bli med på informasjonsmøte på Teams mandag 21. september 2026 kl.19.00. Meld på laget ditt, og bli med på en serie som skaper læring – ikke bare resultater.

Takk for innsatsen du legger ned – sesongen er i gang.

Vi gleder oss til å se deg på kurs!

Henriette Henriksen Løge
Leder av utviklingsavdelingen
NHF Region SørVest



PÅMELDING

Barne- og ungdomshåndballen 2026/27

I denne kurskatalogen finner du oversikten over alle kursene Region SørVest tilbyr i løpet av sesongen 26/27. I tillegg til denne katalogen, sender vi ut et informasjonsskriv til klubbene våre 17. august.

Det dokumentet er det svært viktig at lederne i klubbene våre videresender til sine respektive trenere!

Her finner dere detaljerte beskrivelser av hva klubbene skal gjøre i hver årsklasse fra 6 til 15 år. Dokumentet omhandler påmelding av antall spillere i ice 4-er-håndball, kurs i ice 4-er- og ice 5-er-håndball samt Temaserien for 12 og 13 -åringer og påmelding til spillerutvikling for 13-15 år.





Foto: Øyvind Andersen

STRUKTUR TRENERUTDANNING

GRUNNUTDANNING FOR TRENERE:

TRENER 1 (13 moduler à 4 timer) —————> TRENER 2 (20 moduler à 4 timer)

TOPPUTDANNING FOR TRENERE:

TRENER 3 (Topptrenerutdanning) —————> TRENER 4 (Toppåndballutdanning)

MODULER TRENER 1:	
1. Trygge rammer	8. Skudd
2. Relasjoner	9. Angrepsferdigheter (tidl. nr 7)
3. Mestringsklima	10. Forsvarsferdigheter (tidl. nr 09)
4. Aldersrelatert/tilpasset trening + Treningsplanlegging	11. Målvaktsferdigheter (tidl. nr 10)
5. Håndballøkten	12. Fysisk trening
6. Kast og mottak	13. Kontra og retur
7. Laget - Team og organisasjon (tidl. nr 11)	

MODULER TRENER 2:	
1. Den coachende treneren	11. Angrepsferdigheter i posisjon
2. Mentale ferdigheter	12. Valgferdigheter i fase 4
3. Treningsplanlegging for uke-, periode- og årsplan	13. Overgangsspill
4. Fysisk trening: håndballutholdenhet	14. Opprulling og krysningsspill
5. Fysisk trening: styrke	15. Kontra og returspill
6. Fysisk trening: spenst og hurtighet	16. Sunn idrett
7. Individuelle forsvarsferdigheter	17. Skadefri
8. Forsvarsspill sammen	18. Reglement
9. Individuelle målvakstferdigheter	19. Lagledelsen
10. Målvaktsferdigheter i spillsituasjoner	20. Håndballanalysen

TRENERATTESTEN

FORKUNNSKAPER

Ingen.

I 2021 vedtok Idrettstinget at Trenerattesten skulle bli obligatorisk. Alle som har fullført Trenerattesten får automatisk denne kompetanse synlig på sin idretts-CV, og man får tilgang til en ressursside med fagstoff og tips fra noen av Norges beste trenere og utøvere.

OM TRENERATTESTEN

Barn og unge skal oppleve idrettsglede i et trygt miljø. Trenerattesten gir deg et godt utgangspunkt for å lykkes som trener, slik at utøverne møter et mer helhetlig kvalitetstilbud, uavhengig av trener, idrett eller klubb.

Trenerattesten tar deg gjennom de viktigste oppgavene og forventningene som stilles til deg som trener, og kommer i **tre versjoner** – én for trenere i barneidretten, én for trenere i ungdomsidretten, og én for trenere i voksenidretten.

Trenerattesten er et av virkemidlene for å utvikle trenere og skape enda mer og bedre aktivitet or medlemmene våre. Den har også en sentral plass i «Idretten vil».

Vi i Norges Håndballforbund oppfordrer alle våre trenere i barne- og ungdomsidretten til å ta Norges Idrettsforbunds trenerattest. Du får god innsikt i barneidrettsreglementet, og refleksjon rundt det å være trener i barne- og ungdomsidrett. Registrer deg via Min Idrett.

[Se mer om trenerattesten på Idrettsforbundets temaside.](#)

OMFANG

Det tar inntil 20 minutter å gjennomføre hver av trenerattestene.

PRIS

Gratis.

PÅMELDING

Logg inn på <https://trener.nif.no> og ta trenerattesten nå. Lykke til!



BARNEHÅNDBALLKURS

FORKUNNSKAPER

Ingen.

KURSINNHold

Ice 4-er-håndballkurs er OBLIGATORISK for alle trenere i 6–8 -årsklassen. Her får man en innføring i ice 4-er-håndballens egenart, spilltilbud, maler for kampoppsett, «Fair Play-møter» og annen viktig informasjon for hvordan skape gode arrangementer. I tillegg er det en praktisk del hvor man får innføring i hvordan skape stor aktivitet på treningene.

OMFANG TIMER

3 timer.

PRIS

Gratis.

PÅMELDING

Logg deg på minidrett.nif.no

Klikk deretter på lenkene i skjemaet under for å velge hvor du vil delta på kurs.

NHF ice 4-er-håndball – Obligatoriske oppstartsmøter

MODUL	DATO	TID	STED
6–8-åringer, ice 4-er-håndball	05.10.26	1800-2100	Nedeneshallen
6–8-åringer, ice 4-er-håndball	06.10.26	1800-2100	Marvikshallen
6–8-åringer, ice 4-er-håndball	07.10.26	1800-2100	Sparebanken Sør hallen Vigeland
8 åringer, ice 4-er-håndball	23.09.26	1800-2100	Bryne Storhall 1
8 åringer, ice 4-er-håndball	24.09.26	1800-2100	Storhaughallen
6–8-åringer, ice 4-er-håndball	28.09.26	1800-2100	Åsenhallen
6–8-åringer, ice 4-er-håndball	29.09.26	1800-2100	Ålgårdhallen
6–8-åringer, ice 4-er-håndball	30.09.26	1800-2100	Åkrahallen

NHF ice 5-er-håndball – Kortbanehåndball

FORKUNNSKAPER

Ingen.

KURSINNHold

Med ice 5-er-håndball på kortbane vil utviklingen av håndballspillet skje gradvis og således klargjøre spillere, trenere og foreldre til ordinært spill på stor bane. Kurset vil gi en innføring i spillet på kortbane og ha fokus på teknisk trening. Det er spesielt rettet mot dere som trener 9 og 10 -åringer. For mer informasjon gå til: [ice 5-er-håndball på kortbane](#)

OMFANG TIMER

3 timer.

PRIS

Gratis.

PÅMELDING

Logg deg på minidrett.nif.no

Klikk deretter på lenkene i skjemaet under for å velge hvor du vil delta på kurs.

MODUL	DATO	TID	STED
ice 5-er-håndball	14.09.26	1800–1900 Teori 1900–2100 Hall	Idda Arena
ice 5-er-håndball	10.09.26	1800–1900 Teori 1900–2100 Hall	Bryne Storhall 1
ice 5-er-håndball	14.09.26	1800–1900 Teori 1900–2100 Hall	Åkrahallen

6-er-håndball – Kast og mottak

FORKUNNSKAPER

Ingen.

KURSINNHold

Dette er modul 6 i Trener 1-utdanningen og du er nå i gang med din formelle trenerutdanning. Landslagene melder om at ferdighetene kast og mottak må forbedres betraktelig og i denne modulen tas man gjennom en metodisk innlæring for rett teknikk.

OMFANG TIMER

3 timer.

PRIS

Gratis.

PÅMELDING

Logg deg på minidrett.nif.no

Klikk deretter på lenkene i skjemaet under for å velge hvor du vil delta på kurs.

MODUL	DATO	TID	STED
MO6 Kast og mottak	14.10.26	1800–2100	Nedeneshallen
MO6 Kast og mottak	01.11.26	1430–1830	Marvikshallen
MO6 Kast og mottak	31.10.26	1400–1800	Lyngdalshallen
MO6 Kast og mottak	31.10.26	1000–1400	Bryne storhall 1
MO6 Kast og mottak	08.11.26	1430–1730	Hetlandshallen
MO6 Kast og mottak	07.11.26	1400–1800	Åkrahallen



TEMASERIEN FOR J/G 12 OG 13 ÅR

TEMASERIEN ER ET UTVIKLINGSTILTAK FOR SPILLERE, TRENERE OG DOMMERE.

Temaserien består av tre utvalgte tema for hver årsklasse. Hver temarunde inneholde en workshop for trenerne, og deretter en treningsperiode hvor utdelt treningsopplegg kan gjennomføres i eget lag. Hver runde avsluttes med en spilldag der en spiller flere kamper og får poeng etter rundens tema. En vil få veiledning underveis. Tema er lagt opp etter håndballens fasehjul.

12 år - spilledatoer:

- Runde 1: lørdag 21. november (Stavanger idrettshall og Gimlehallen)
- Runde 2: søndag 17. januar (Stavanger idrettshall og Gimlehallen)
- Runde 3: lørdag 13. mars (Stavanger idrettshall og Gimlehallen)

13 år - spilledatoer:

- Runde 1: søndag 22. november (Ålgårdhallen og Varhaughallene)
- Runde 2: lørdag 16. februar (Nærbøhallene og Hetlandshallen)
- Runde 3: søndag 14. mars (Hundvåghallen og Ålgårdhallen)

FOR SESONGEN 2026/27 VIL TEMAENE DET SKAL TRENES OG SPILLES KAMPER I VÆRE:

12 år

- Utgruppert forsvar
- Overgangspill mot utgruppert forsvar
- Linjespill

13 år

- Pådragspill og plasskifter mot nedgruppert forsvar
- Kant- og bakspilleravslutninger
- Kontringspill, målvaktsredninger og hurtig igangsetting

Ta kontakt med [NHF region SørVest](#) om dere ønsker å delta på Temaserien.



TRENER 1

FORKUNNSKAPER

Gjennomføre [Trenerattesten](#)

Gjennomføre [Barneidrettens verdigrunnlag](#)

Du logger deg inn med samme brukernavn og passord som i [minidrett.nif.no](#)

Om du ikke har dette ifra før, så registrer deg som ny bruker.

KURSINNHold

NIF Fellesemner Trener 1 er første del på idrettens trenerstige (modul 1-4). Disse modulene gir deg kunnskap, holdninger og ferdigheter som gjør deg i stand til å tilrettelegge og gjennomføre aktivitet slik at barna opplever glede, trygghet og mestring mens de leker seg inn i idretten. Modul 5-13 er håndballspesifikk rettet.

Overordnet innhold Trener 1 rekken

Grunnleggende ferdigheter	Lær de viktigste teknikkene og metodene for å trene barn og unge i alderen 6-16 år.
Organisering og ledelse	Lær hvordan du effektivt kan planlegge og gjennomføre en treningsøkt, samtidig som du skaper et miljø som fremmer mestring. Lek som metode for å introdusere håndballferdigheter.
Verdier i fokus	Forstå viktigheten av verdier i håndball, både på trening og i kamp.
Utdveksling erfaringer	Møt andre trenere og del erfaringer for å utvikle deg selv og ditt lag.
Fleksibel læring	Kurset består av 13 moduler, inkludert digitale nettmøter og praktiske økter i hallen.

OMFANG TIMER

13 moduler à 4 timer.

AUTORISASJON

Må delta på alle moduler for å bli autorisert Trener 1.

PRIS

Trener 1 er 595,- pr modul.

Modulene 1 og 2 faktureres som 1 modul.

PÅMELDING

Logg deg på [minidrett.nif.no](#). Klikk deretter på navnet på kursrekken.

Trener 1, Modul 1–4 på TEAMS

MODUL	DATO	TID	STED
TEAMS 1 >			
Modul 1 og 2	16.09.26	1800–2200	TEAMS
Modul 3	22.09.26	1800–2100	TEAMS
Modul 4	24.09.26	1800–2100	TEAMS

TEAMS 2 >			
Modul 1 og 2	12.10.26	1800–2200	TEAMS
Modul 3	14.10.26	1800–2100	TEAMS
Modul 4	20.10.26	1800–2100	TEAMS

Trener 1, Modul 5–13

NB! Logg deg på [minidrett.no](#) FØR du klikker på linken.

MODUL	DATO	TID	STED
KRISTIANSAND >			
M05 Håndballøkten	01.11.26	1000–1300	Marvikshallen
M06 Kast og mottak	01.11.26	1400–1830	Marvikshallen
M07 Laget-Team og organisasjon	11.11.26	1800–2100	Idrettens hus
M08 Skuddferdigheter	08.12.26	1800–2100	Marvikshallen
M09 Angrepsrepsferdigheter	04.01.27	1800–2100	Marvikshallen
M10 Forsvarsferdigheter	03.02.27	1800–2100	Marvikshallen
M11 Målvaktsferdigheter	01.03.27	1800–2100	Marvikshallen
M12 Fysisk Trening	06.04.27	1800–2100	Marvikshallen
M13 Kontra og Retur	19.04.27	1800–2100	Marvikshallen

SONE 3 >			
M05 Håndballøkten	31.10.26	1000–1300	Lyngdalshallen
M06 Kast og mottak	31.10.26	1400–1800	Lyngdalshallen
M11 Målvaktsferdigheter	02.11.26	1800–2100	Lyngdalshallen
M07 Laget-Team og organisasjon	03.12.26	1800–2100	Kvinesdalhallen
M08 Skuddferdigheter	07.01.27	1800–2100	Alcoahallen
M09 Angrepsrepsferdigheter	06.02.27	1000–1300	Kvinesdalhallen
M10 Forsvarsferdigheter	06.02.27	1330–1700	Kvinesdalhallen
M12 Fysisk Trening	11.03.27	1800–2100	Alcoahallen
M13 Kontra og Retur	20.04.27	1800–2100	Lyngdalshallen

BRYNE >			
M05 Håndballøkten	30.10.26	1800–2100	Bryne storhall 1
M06 Kast og mottak	31.10.26	1000–1300	Bryne storhall 1
M07 Laget-Team og organisasjon	31.10.26	1400–1830	Bryne storhall 1
M11 Målvaktsferdigheter	08.01.27	1800–2100	Bryne storhall 1
M08 Skuddferdigheter	09.01.27	1000–1300	Bryne storhall 1
M09 Angrepsrepsferdigheter	09.01.27	1400–1830	Bryne storhall 1
M12 Fysisk Trening	12.03.27	1800–2100	Bryne storhall 1
M10 Forsvarsferdigheter	13.03.27	1000–1300	Bryne storhall 1
M13 Kontra og Retur	13.03.27	1400–1830	Bryne storhall 1

STAVANGER >			
M05 Håndballøkten	08.11.26	1100–1300	Hetlandshallen
M06 Kast og mottak	08.11.26	1400–1700	Hetlandshallen
M07 Laget-Team og organisasjon	26.11.26	1800–2100	Hetlandshallen – teorirom
M08 Skuddferdigheter	08.12.26	1800–2100	Hetlandshallen
M09 Angrepsrepsferdigheter	07.01.27	1800–2100	Hetlandshallen
M10 Forsvarsferdigheter	09.02.27	1800–2100	Hetlandshallen
M11 Målvaktsferdigheter	08.03.27	1800–2100	Hetlandshallen
M12 Fysisk Trening	08.04.27	1800–2100	Hetlandshallen
M13 Kontra og Retur	04.05.27	1800–2100	Hetlandshallen

HAUGALANDET >			
M05 Håndballøkten	07.11.26	1000–1300	Åkrahallen
M06 Kast og mottak	07.11.26	1400–1800	Åkrahallen
M07 Laget-Team og organisasjon	26.11.26	1800–2100	Åkrahallen -møterom
M08 Skuddferdigheter	09.12.26	1800–2100	Åkrahallen
M09 Angrepsrepsferdigheter	04.01.27	1800–2100	Åkrahallen
M10 Forsvarsferdigheter	10.02.27	1800–2100	Åkrahallen
M11 Målvaktsferdigheter	10.03.27	1800–2100	Åkrahallen
M12 Fysisk Trening	21.04.27	1800–2100	Åkrahallen
M13 Kontra og Retur	03.05.27	1800–2100	Åkrahallen

TRENER 2

NHF Region SørVest inviterer til Trener 2-utdanning i sesongen 2026/27. Bygg din kompetanse gjennom håndballutdanning!

FORKUNNSKAPER

En må ha fullført Trener 1 for å bli autorisert Trener 2, men en vil ha utbytte av moduler selv om en ikke er Trener 1.

KURSINNHold

Hovedfokus i Trener 2 er teknisk, taktisk trening.
Trener 2 har også fokus på en helhetlig forståelse av treningsprosessen og hvordan ivareta utøvernes behov i et sosialt, spennende og trygt miljø.

OMFANG

20 moduler à 4 timer.

AUTORISASJON

En må delta på alle moduler og bestå eksamen for å bli autorisert Trener 2.

PRIS

700,- pr modul.

PÅMELDING

Egen pris for hele Trener 2-løpet, inkl. eksamen:

Kr 19 200,- per deltaker + flybilletter.

Se egen invitasjon for hva pakken inneholder: [Invitasjon til trener-2 kurs 2026-27 >](#)

Påmeldingsfrist er utgått, men vi har noen ledige plasser.
Send forespørsel til: nhf.rsvn@handball.no

Merk eposten: «Påmelding Trener 2».

Det kan bli noen endringer i pris pga dyrere kamp og flybilletter.

Send over følgende info ved påmelding:

- Fullt navn
- Klubbtilhørighet
- Fødselsdato
- E-postadresse
- Telefonnummer

Dersom klubben skal faktureres for Trener 2 **må** klubben sende inn påmeldingen på vegne av deg.

For at kurset skal gjennomføres kreves det et minimum av deltakere.
Arrangøren forbeholder seg retten til å vurdere om søkerne har tilstrekkelig forkunnskaper til å delta på Trener 2-utdanningen.

Siste kurshelg arrangeres der det er flest påmeldte fra.

Trener 2-kurs

Følgende helger har vi obligatoriske samlinger:

MODUL	DATO	TID	STED
Oppstart	16.10.26	1700–1800	Stavanger
M7 Individuelle forsvarsferdigheter	16.10.26	1800–2200	Stavanger
M8 Forsvarsspill sammen	17.10.26	1000–1400	Stavanger
M3 Treningsplanlegging for uke-, periode- og årsplan	17.10.26	1430–1830	Stavanger
M11 Angrepsferdigheter i posisjon	18.10.26	1000–1400	Stavanger
M4 Fysisk trening: Håndballutholdenhet	18.10.26	1400–1800	Stavanger
Oppstart	17.12.26	kommer	Katowiche – Polen
M2 Mentale ferdigheter	desember	kommer	Katowiche – Polen
M19 Lagledelse	desember	kommer	Katowiche – Polen
M20 Håndballanalyse	desember	kommer	Katowiche – Polen
M1 Den coachende treneren	desember	kommer	Katowiche – Polen
Reisedag	21.12.26	kommer	Katowiche – Polen
Oppstart	05.02.27	1700–1800	Stavanger
M12 Valgferdigheter i fase 4	05.02.27	1800–2200	Stavanger
M9 Individuelle målvaktferdigheter	06.02.27	1000–1400	Stavanger
M5 Fysisk trening: Styrke	06.02.27	1430–1830	Stavanger
M17 Skadefri	07.02.27	1000–1400	Stavanger
M10 Målvaktferdigheter i spillsituasjoner	07.02.27	1400–1800	Stavanger
Oppstart	05.03.27	1700–1800	Kristiansand
M5 Fysisk trening: Styrke	05.03.27	1800–2200	Kristiansand
M13 Overgangsspill	06.03.27	1000–1400	Kristiansand
M15 Kontra og returspill	06.03.27	1430–1830	Kristiansand
M14 Opprulling og kryssningspill	07.03.27	1000–1400	Kristiansand
M6 Fysisk trening: Spenst og hurtighet	07.03.27	1400–1800	Kristiansand
M16 Sunn idrett	e-læring	Modulen gjennomføres på NIF sine sider. https://ekurs.nif.no/course/https://renutover.no/	
M18 Reglementet	e-læring	Modulen gjennomføres på NIF sine sider. https://ekurs.nif.no/course/view.php?id=1412	
Skriftlig hjemmeeksamen	Uke 18		
Muntlig-praktisk eksamen	Uke 20–24		

Skadefri: Gratis kurskveld til alle klubber

Ønsker din klubb kurs i skadebehandling og -forebygging?
Avtal besøk av en Skadefri-ambassadør!

[For mer informasjon les her >](#)





Foto: NHF

BEACHHÅNDBALL

Region SørVest 2027

Beachhåndball trenerkurs

Kursene gjennomføres våren 2027.

Informasjon publiseres fortløpende på Regionens hjemmeside.

Region SørVest planlegger å gjennomføre:

MODUL 1 - Grunnleggende teknikk og taktikk. Innføring i spillets egenart.

MODUL 2 - Teknisk og taktisk angrep- og ankomstspill.

Modulene går over 3 timer og har 1 time innføringsteori og 2 timer praksis på bane/evt. i hall med utøverapparat. Alle kursmoduler kan gjennomføres både på beachhåndballbane, strand, gressplen eller innendørs, og er derfor ikke væravhengig.

Kursene vil bli satt opp på forespørsel fra klubb våren 2027.

Beachhåndball dommerkurs

BEACHDOMMER - TRINN 1

Kurs for deg som vil dømme 13–15-åringer samt senior regionalt.

Nedre aldersgrense for beachdommer - Trinn 1 er 16 år.

BEACHDOMMER - TRINN 2 OG 3

Gjennomføres i forbindelse med NM i beachhåndball hver sommer.

Regionene nominerer og melder på dommere til kurs og dømming.

Som deltaker på beachtrener- og dommerkurs vil du få utdelt kursmateriell etter kurset og få prøve deg som dommer i praksis under praksisøkter og i regional turnering.

Ta gjerne kontakt med regionen for mer informasjon.

Kursene vil bli satt opp på forespørsel fra klubb våren 2027.

Innføringskurs i Beachhåndball for spillere

Fokus for samlingene er: grunnleggende taktikk og teknikk samt forsvarsspill og blokkering.

Kurset er for spillere i alderen 13–15 år.

Kursene vil bli satt opp på forespørsel fra klubb våren 2027.

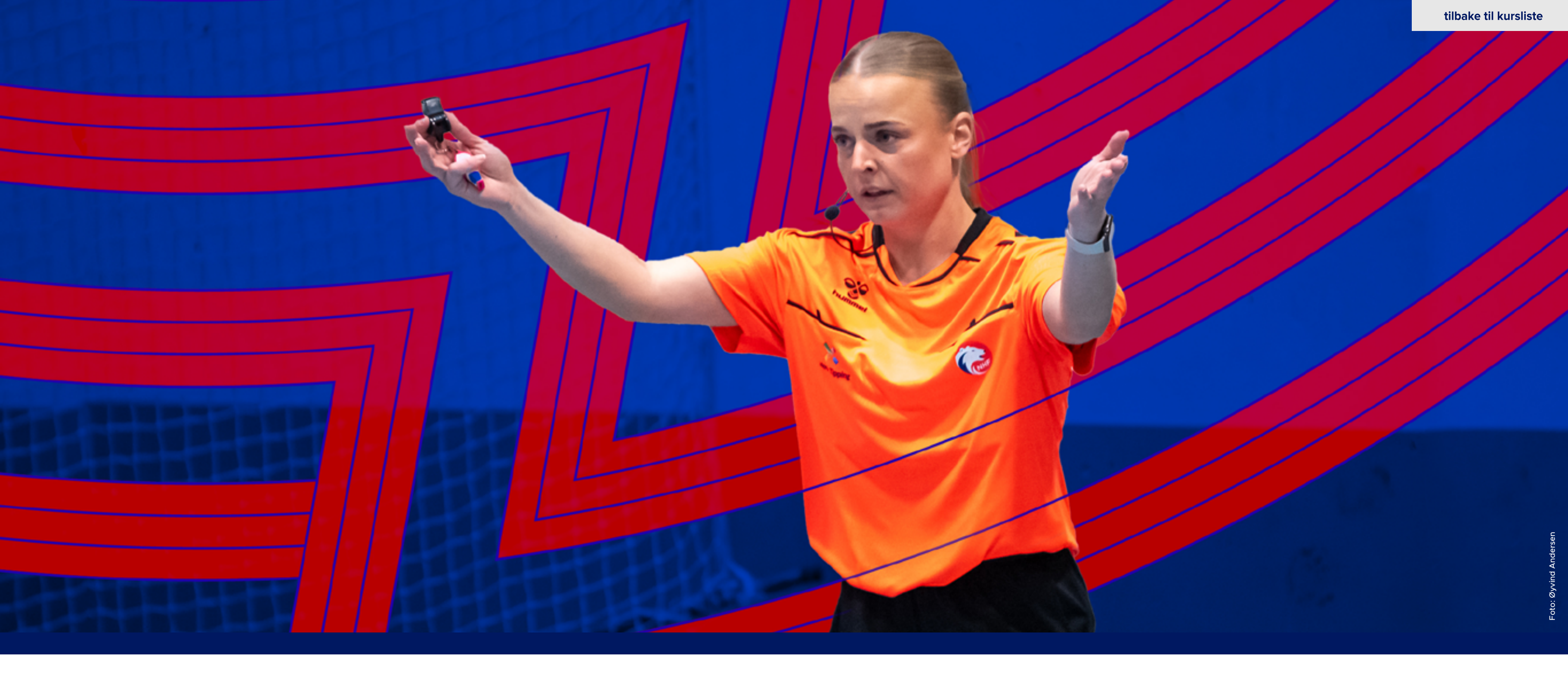


Foto: Øyvind Rasmussen

DOMMERUTVIKLERUTDANNING

Grunnutdanning for dommerutviklere

- Dommerutvikler Barnehåndball** (1 moduler + E-læring og praksis)
- Dommerutvikler 1** (2 moduler + E-læring og praksis)
- Dommerutvikler 2** (2 moduler + E-læring og praksis)

Topputdanning for dommerutviklere

- Dommerutvikler 3** (NHF-utdanning)

Dommerutvikler Barnehåndball

FORKUNNSKAPER
Ingen.

Nåværende og tidligere aktive utøvere fra og med 16 års alderen, ungdom, voksne og foreldre med kjennskap til håndball som ønsker å bli dommerutvikler barnehåndball for å veilede dommere på nivå opp til G/J 11.

HOVEDMÅL
Utdanningen har som mål å gi deltagerne innføring i ideene og regelverket bak barnehåndballen. Kunnskap rundt dommerutviklerrollen og ferdighetsutvikling innenfor kommunikasjon, samtalestruktur og teknikker for å skape motivasjon hos dommer barnehåndball. I løpet av kurset skal deltagerne igjennom e-læring, teori, praktiske øvelser innen samtaleteknikker, refleksjonsoppgaver og praksiskamper.

OMFANG
5 timer fordelt på e-læring, kurs med instruktør (digitalt) og praksis.
E-læring gjennomføres av kandidaten før Modul 1.

AUTORISASJON
Autorisasjon som Dommerutvikler barnehåndball kan gis når en person har fullført kurset med minimum 80 % fremmøte.

PRIS
Kr. 0,-

PÅMELDING
Påmelding via [Minidrett.no](#)

DOMMERUTVIKLER BARNEHÅNDBALL TEAMS:			
MODUL	DATO	TID	STED
Modul 1	22.09.26	1800–2030	Teams >
Modul 1	20.10.26	1800–2030	Teams >
Modul 1	17.11.26	1800–2030	Teams >
Modul 1	05.01.27	1800–2030	Teams >
Modul 1	02.02.27	1800–2030	Teams >

Dommerutvikler 1 - Kurs

FORKUNNSKAPER
Anbefaler dommerutvikler barnehåndball.

HOVEDMÅL
Deltakerne skal utdannes til dommerutvikler i yngre aldersbestemte klasser gjennom tilførte kunnskaper i bruk av regler, samarbeid og kommunikasjon med dommere.

OMFANG
20 timer opplæring, fordelt mellom 5 timer e-læring, teori og praksistisk undervisning. Praksisen blir gjennomført i temaserien for J/G 12 og 13.

AUTORISASJON
Autorisasjonen gis av NHF og er basert på et utdanningsløp (ikke på funksjonsnivå) når en har: bestått e-læringen og gjennomført undervisning med instruktør.

PRIS
Kr. 1.250,-

PÅMELDING
Påmelding via [Minidrett.no](#) (Link kommer i august).

MODUL	DATO	TID	STED
DOMMERUTVIKLER 1: DIGITALT			
Modul 1	29.09.26	1800–2100	Teams
Modul 2	20.10.26	1800–2100	Teams
Modul 3	27.10.26	1800–2100	Teams

DOMMERUTVIKLER 1: DIGITALT			
Modul 1	10.11.26	1800–2100	Teams
Modul 2	17.11.26	1800–2100	Teams
Modul 3	08.12.26	1800–2100	Teams

DOMMERUTVIKLER 1: DIGITALT			
Modul 1	07.01.27	1800–2100	Teams
Modul 2	28.01.27	1800–2100	Teams
Modul 3	04.02.27	1800–2100	Teams

DOMMERUTVIKLER 1: DIGITALT			
Modul 1	01.03.27	1800–2100	Teams
Modul 2	11.03.27	1800–2100	Teams
Modul 3	30.03.27	1800–2100	Teams

Dommerutvikler 2 - Kurs

FORKUNNSKAPER
Autorisasjon som Dommerutvikler 1.

HOVEDMÅL
Målet med kurset er å motivere og gjøre deltakerne i stand til å bidra til sonedommernes utvikling (ring 6 og 7).

OMFANG
20 timer opplæring, fordelt mellom 4 timer e-læring og 12 timer teori og praksis). Praksisen avtales med kursinstruktør i forbindelse med aktuelle seriekamper.

AUTORISASJON
Autorisasjon som Dommerutvikler 2 kan gis når en person har fullført kurset med minimum 80 % fremmøte pr. modul og at krav til praksis er oppfylt. Ressurspersoner med særskilt lang erfaring kan autoriseres direkte gjennom en teoretisk og praktisk prøve.

PRIS
Kr. 1.250,-

PÅMELDING
Påmelding via [Minidrett.no](#) (Link kommer i august).

MODUL	DATO	TID	STED
DOMMERUTVIKLER 2: ARENDAL			
Modul 1	21.10.26	1700–2100	Sparebanken Norge Amfi Arendal
Modul 2	12.11.26	1700–2100	Sparebanken Norge Amfi Arendal
Modul 3	24.11.26	1700–2100	Sparebanken Norge Amfi Arendal

DOMMERUTVIKLER 2: KRISTIANSAND			
Modul 1	22.10.26	1700–2100	Idda Arena
Modul 2	12.11.26	1700–2100	Idda Arena
Modul 3	09.12.26	1700–2100	Idda Arena

DOMMERUTVIKLER 2: STAVANGER			
Modul 1	21.10.26	1700–2100	Hetlandshallen
Modul 2	12.11.26	1700–2100	Hetlandshallen
Modul 3	24.11.26	1700–2100	Hetlandshallen

DOMMERUTVIKLER 2: JÆREN/SANDNES			
Modul 1	22.10.26	1700–2100	Bryne Storhall
Modul 2	11.11.26	1700–2100	Bryne Storhall
Modul 3	09.12.26	1700–2100	Bryne Storhall

DOMMERUTVIKLER 2: ROGALAND			
Modul 1	20.01.27	1700–2100	Hetlandshallen
Modul 2	23.02.27	1700–2100	Hetlandshallen
Modul 3	04.03.27	1700–2100	Hetlandshallen

DOMMERUTVIKLER 2: AGDER			
Modul 1	20.01.27	1700–2100	Idda Arena
Modul 2	16.02.27	1700–2100	Idda Arena
Modul 3	04.03.27	1700–2100	Idda Arena

Dommerutvikler 3 - Kurs

FORKUNNSKAPER
Autorisasjon som Dommerutvikler 2.

Aktiv dommerutvikler ring 5.

HOVEDMÅL
Dommerutvikler 3 kurset er et spisset kurs for dommerutviklere som er påtenkt å veilede i Skarprnesserien, 2.-3. divisjon og høyere.

OMFANG
Samling 2 helger – oppstart fredag 17:30, avslutning søndag 13:00.
Praksisen avtales med kursinstruktør og regionen i forbindelse med aktuelle seriekamper.

E-læringen er bygget opp av ulike deler, der du skal ha gjennomført alt som seksjonen innholder før du møter på samling med instruktør. E-læringen er også styrt, slik at du må ha gjort en oppgave ferdig før du kan begynne på neste.

AUTORISASJON
Samlet sett vil gjennomføring av e-læring, oppmøte og deltakelse på teoretiske økte (fysisk) og bestått skriftlig eksamen gi status som Dommerutvikler 3.

DOMMERUTVIKLER 3		
SAMLING	DATO	HVOR
1	Høst	Østlandet
2	Vår	Østlandet



ARRANGEMENTSKURS

Tidtager- og sekretariatskurs

Kurs beregnet på personer som skal ivareta tidtager- og sekretariatsoppgaver på kamper i regionens serier (12 år og oppover).

FORKUNNSKAPER

Ingen.

HOVEDMÅL

Innføring i rollen som tidtager og Live fører.

OMFANG

1 time.

PRIS

Kr. 850,- pr klubb.

PÅMELDING

Påmelding via [Minidrett.no](https://minidrett.no) (klikk på link i dato)

TIDTAKER- OG SEKRETARIATSKURS	DATO	TID	STED
Tidtager/sekretariatskurs	10.09.26	1700–1800	Teams
Tidtager/sekretariatskurs	12.10.26	1700–1800	Teams

Regelkveld

For dommere, dommerkontakter, dommerutviklere, delegater og kursinstruktører.

Kl. 18:00-19:00 for dommere som dømmer opp til ca. 14 år - regelquiz.

Kl. 19:30-20:30 for dommere som dømmer/DU fra ca. 15 år og opp til og med senior- gjennomgang av nasjonal regelprøve.

PÅMELDING

Ingen påmelding - Teamslink blir lagt ut på [Handball.no/dommer](https://handball.no/dommer) i Sørvest, spond og Facebooksiden til dommermiljøet i SørVest dagen før.

REGELKVELD	DATO	TID	STED
Regelkveld	22.09.2026	1800–2030	Teams
Regelkveld	26.10.2026	1800–2030	Teams
Regelkveld	26.11.2026	1800–2030	Teams
Regelkveld	21.01.2027	1800–2030	Teams
Regelkveld	02.03.2027	1800–2030	Teams
Regelkveld	23.03.2026	1800–2030	Teams

KLUBBHUSET

Klubbhuset er Norges Håndballforbunds rammeverk for klubbutvikling. 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.

KLUBBHUSET BESTÅR AV FEM HOVEDKATEGORIER:

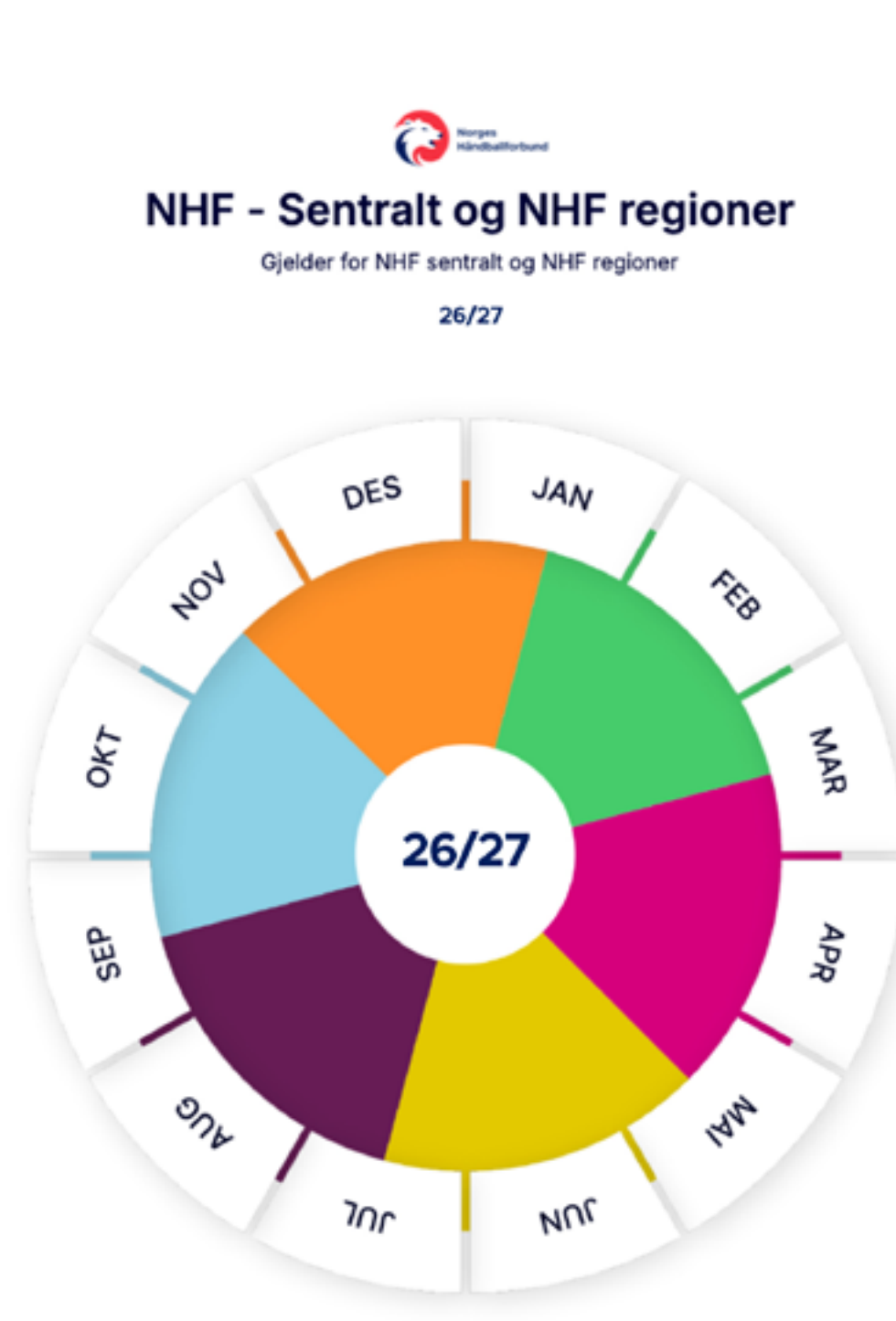
- Klubbdrift**
Verktøy for styret og tydelig definisjon av klubbens formål og struktur.
- Frivillighet og arrangement**
Oversikt over oppgaver og verv, samt rekruttering og ivaretagelse av frivillige.
- Sportslig ledelse**
Utarbeidelse og forankring av klubbens sportsplan.
- Dommerarbeid i klubb**
Strukturert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

Deltakelse er gratis for klubbene.

For mer informasjon, kontakt: [Kurt Eckholdt](#)

Klubbhuset Nivå 1–3

Klubbhuset fungerer også som en sertifiseringsordning for klubbutvikling i NHF og består av tre nivåer med kriterier innen de fem hovedkategoriene. Kriteriene utgjør det NHF anser som sentralt for å kunne drive håndballaktivitet i klubb på en best mulig måte.



WEBINARER

Webinarene tar for seg sertifiseringskriteriene i Klubbhuset Nivå 1 og 2.

Gjennom sesongen tilbyr NHF Region SørVest gratis webinarer i alle hovedkategorier på Nivå 1 og 2.

Webinarene passer for klubber som:

- ønsker sertifisering
- er i gang med prosessen
- eller bare ønsker faglig påfyll innen enkeltområder

Deltakere kan være styremedlemmer eller andre med roller i klubben.

Påmelding via [Minidrett.no](https://minidrett.no) (bruk lenken til hvert enkelt webinar).

KLUBBDRIFT, NIVÅ 1

Innholdet relateres til Klubbhusets sertifiseringsordning nivå 1. Gjennomgangen vil være nyttig for både nye og gamle styremedlemmer.

Deltakelse på møtet vil også bidra til at dere får oversikt over nyttige verktøy til bruk i klubbens drift.

Webinaret er åpent for alle.

WEBINAR KLUBBHUSET	DATO	KLOKKESLETT	HVOR	PÅMELDING
Klubbdrift, Nivå 1	27.08.2026	2000–2100	Teams	minidrett.no/kurs/22637050
Klubbdrift, Nivå 1	11.01.2027	2000–2100	Teams	minidrett.no/kurs/22637132

KLUBBDRIFT, NIVÅ 2: ONSDAG 21. APRIL

Innholdet relateres til Klubbhusets sertifiseringsordning nivå 2. Gjennomgangen vil være nyttig for både nye og gamle styremedlemmer.

Deltakelse på møtet vil også bidra til at dere får oversikt over nyttige verktøy til bruk i klubbens drift.

Webinaret er åpent for alle.

WEBINAR KLUBBHUSET	DATO	KLOKKESLETT	HVOR	PÅMELDING
Klubbdrift, Nivå 2	21.04.2027	2000–2100	Teams	minidrett.no/kurs/22638078

SPORT, NIVÅ 1 OG 2: TIRSDAG 26. JANUAR

Innholdet relateres til Klubbhusets sertifiseringsordning nivå 1 & 2.

Det blir gjennomgang av blant annet: Forenklet sportsplan: Første steg på veien mot en komplett sportsplan, kompetansekrav for trenere, organisering av lagsapparat og årshjul.

Deltakere kan være sportslig leder, medlemmer av sportslig utvalg, leder, styremedlemmer og andre som har en rolle i en klubb.

Webinaret er åpent for alle.

WEBINAR KLUBBHUSET	DATO	KLOKKESLETT	HVOR	PÅMELDING
Sport, Nivå 1 og 2	26.01.2027	2000–2100	Teams	minidrett.no/kurs/22638156

REKRUTTERING, NIVÅ 1 OG 2: TIRSDAG 8. SEPTEMBER

Innholdet relateres til rekrutteringsarbeid i klubb. Målet er å motivere til gode rekrutteringstiltak som sikrer klubben god medlemsvekst.

Det blir gjennomgang av bl.a. rollefordeling, rekrutteringstiltak, foreldremøte, kommunikasjon og rekrutteringsplan.

Deltakelse på møtet vil også bidra til at dere får tilgang til nyttige verktøy som kan benyttes i klubbens rekrutteringsarbeid.

Deltakere kan være rekrutteringsansvarlig, leder, styremedlemmer og andre som har en rolle i en klubb.

Webinaret er åpent for alle.

WEBINAR KLUBBHUSET	DATO	KLOKKESLETT	HVOR	PÅMELDING
Rekruttering, Nivå 1 og 2	08.09.2026	2000–2100	Teams	minidrett.no/kurs/22638185

DOMMER, NIVÅ 1 OG 2: MANDAG 9. NOVEMBER

Innholdet relateres til dommerarbeid i klubb.

Det blir gjennomgang av bl.a. roller og funksjoner, årshjul og verktøy til bruk i dommerarbeidet.

Deltakelse på møtet vil også bidra til at dere får oversikt over nyttige verktøy til bruk i klubbens dommerarbeid.

Deltakere kan være dommerkontakt, sportslig leder, leder, styremedlemmer og andre som har en rolle i en klubb.

Webinaret er åpent for alle.

WEBINAR KLUBBHUSET	DATO	KLOKKESLETT	HVOR	PÅMELDING
Dommer Nivå 1 og 2	09.11.2026	2000–2100	Teams	minidrett.no/kurs/22638198

FRIVILLIGHET OG ARRANGEMENT, NIVÅ 1 OG 2 SAMLET: TIRSDAG 27. OKTOBER

Innholdet i webinaret tar for seg de ulike sertifiseringskravene på nivå 1 og 2 under Frivillighet/ Arrangement-temaet i klubbhuset. Målet er å gi klubbene gode verktøy i arbeidet med Frivillighet/Arrangement.

Det blir en gjennomgang av: FairPlay og FairPlay-vert, foreldremøte og foreldrevett, frivillighet og arrangement.

Webinaret er åpent for alle

WEBINAR KLUBBHUSET	DATO	KLOKKESLETT	HVOR	PÅMELDING
Frivillighet og arrangement, Nivå 1 og 2	27.10.2027	2000–2100	Teams	minidrett.no/kurs/22638230

VELKOMMEN PÅ KURS!

Sesong 2026/27

Besøk Stavanger: Viking Stadion
Besøk Kristiansand: Idrettenshus Kristiansand

Telefon: (+47) 51 73 78 70
E-post: nhf.rsvn@handball.no

Post: Norges Håndballforbund Region SørVest
Idrettens hus, Gamle Jåttåvågvei 7
4020 Stavanger



Begeistring • Respekt • Innsatsvilje • Fair Play



REMA 1000



TAKK!

Norges Håndballforbund Region Sørvest takker sine sponsorer!

REMA 1000


ice

Gjensidige 


hummel®

ELKJOP 


SKARPNES
MADE IN NORWAY

Scandic


Norsk Tipping

VG

 assistCo

 **SELECT**

**DIREKTE-
PREMIER A-S**
NORGES STØRSTE PÅ PREMIER

Fair Play • Begeistring
Innsatsvilje • Respekt