

# ÅRSBERETNING 2022



Nittedal IL  
Innebandy



## 1. Styrets sammensetning 2022

**Leder:** Lars Dahl Friestad

**Økonomiansvarlig:** Espen Brodahl

**Styremedlemmer:** Hanna Klem, Thomas Felde, Heidi Haraldsen, Dag Fodstad, Kjersti Mitacek

**Varamedlemmer:** Sander Ormholt Hanssen + en ubesatt

## 2. Styrets arbeid

Styret har hatt 13 styremøter i 2022.

Varamedlemmene har møtt fast gjennom hele året og vært likestilte som de andre medlemmene av styret.

### Positive saker fra 2022

2022 har vært et svært positivt år for Nittedal Wolves

- Rotneshallen har fått et stort løft med tribuner, kiosk og flere toaletter. Dette har gjort at Rotneshallen har blitt et sted for ungdommen å “henge” i helgene.
- Åpningen av Slattumhallen gjør at totalt antall timer i hall i Nittedal er større enn tidligere, det gjør at vi også har mer treningstid i stor hall enn noen gang tidligere.
- Mange godt gjennomførte arrangementer:
  - For første gang arrangerte klubben Nittedal Wolves Outdoor på utebanen på Rotnesskole. Teknisk arrangør var G2008. En flott innebandydag i solen. Bør bli en årlig tradisjon.
  - Vi arrangerte cupen Nittedal Open for J13 og J15 klassene til gode tilbakemeldinger. Teknisk arrangør var J2007/08/09.
  - 2 minirunder for de yngste
  - Verdens Kuleste (innebandy) Dag hvor vi inviterte barn fra bygda til gratis aktivitet og mat i Rotneshallen
  - Åpen Hall for jenter - Et rekrutteringsarrangement.
  - Jentecamp i samarbeid med HIL Hurricanes og GIF Fighters i høstferien.
- Klubben fortsetter å vokse både i økende antall medlemmer og lag
- Solide sportslig resultater i både serie og cup
  - 7 lag (hvorav 4 gull) i regionscup
  - Flere seriemestere
  - J15 og G15 deltok i NM for første gang i klubbens historie
- Økt fokus på dommerrekruttering
- Etablering av sportslig utvalg og ungdomsutvalg
- Innleie av Sindre Bjerknes som ekstra trenerressurs på guttesiden
- Etablert styringsdokumenter for klubben
  - Virksomhetsplan
  - Profilguide

- Mandat til sportslig utvalg
- Retningslinjer for hospitering
- Videreutvikling av trener og laglederhåndbok

## Utfordringer i 2022

- Sent serieoppsett og oppsett for regionscup fra OABR.
- Det har vært lite rom og prioritering av kompetansehevende tiltak for trenere og lagledere.
- Fortsatt er det litt for få som bærer litt for mye av klubben

## En del av et større fellesskap

- Som leder av innebandygruppa har Lars Friestad møtt fast i Nittedal ILs hovedstyre
- Hanna Klem er medlem av Nittedal Idrettsråd
- Kjersti Mitacek er medlem av Ungdom og utviklingskomiteen i Oslo og Akershus Bandyregion
- Jerry Johansson er dommer i eliteserien for kvinner (og andre serier)
- Nittedal Wolves har bidratt sterkt inn i samarbeidsprosjektet “Nittedal Jente-Camp” med GIF Fighters og HIL Hurricanes.
- Nittedal Wolves har bidratt med instruktører til innebandyaktivitet for Rekrutteringsgruppa og NIL Sommercamp.

### 3. Medlemsutvikling<sup>1</sup>

Medlemsantallet for 2022 er økende sammenlignet med fjoråret. Antallet utmeldte i 2022 var 66, men det er i mer enn kompensert med nyoppstartede lag og andre nye medlemmer.

2013 – 69 medlemmer  
 2014 – 130 medlemmer  
 2015 – Nesten 200 medlemmer  
 2016 – 285 medlemmer  
 2017 – 319 medlemmer  
 2018 – 368 medlemmer  
 2019 – 381 medlemmer  
 2020 – 407 medlemmer  
 2021 – 402 medlemmer<sup>2</sup>  
**2022 – 452 medlemmer**



<sup>1</sup> Medlemstallet reflektere hvor mange medlemmer som har vært i aktivitet gjennom kalenderåret

<sup>2</sup> Det innrapporterte tallet til idrettsregisteringen for 2021 er 373 medlemmer. Pga administrative problemer ble ikke medlemmene for de nyoppstartede lagene G2015 og J2014/15 registrert før etter årsskiftet, dette gjelder 29 medlemmer.

#### 4. Lag og støtteapparat

Høsten 2022 ble det etablert to nye lag, G2016, J2016. Det ble også gjort noen sammenslåinger. J2014 og J2015 slo seg sammen. J2012 slo seg sammen med J2010/11. J2007 slo seg sammen med J2008/09.

| Lag      | Lagleder                                 | Trenere  |
|----------|--|--|
| G2016    | Hege-Kristin Isaksen                     | Håvard Bruvold<br>Morten Hellvik<br>Ida Brenden<br>Dag Håvard Mork   |
| G2015    | Lisa Ødemark                             | Jan Trehjørningen<br>Harald Hovland<br>Steven Andrew Levine  |
| G2014    | Dag Fodstad                              | Christian Holm<br>Kari Brenna Lund<br>Mads Jørgensen   |
| G2013    | Torbjørn Årsland*                        | Torbjørn Årsland<br>Vidar Bundli<br>Sirill Sørensen<br>Torgeir Broen   |
| G2012    | Maiken Bakken*                           | Maiken Bakken<br>Magnus Hvalvik<br>Ola Skog-Ustgård<br>Stian Brekke  |
| G2010/11 | Hanne Klem*<br>Cecilie Sundby            | Hanna Klem<br>Jørgen Klem<br>Renata Poskuvieni<br>Jan Magnar Ingebrigtsli<br>Thomas Uttakleiv<br>Jorunn Ingebrigtsli (vår) |
| G2009    | Jørgen Grønvold*                         | Jørgen Grønvold<br>Morten Løken  |
| G2008    | Jørgen Klem*                             | Jørgen Klem<br>Andreas Skara<br>Arnt Sveen<br>Thomas Uttakleiv   |
| G2007    | Tom-Erik Espe*                           | Tom-Erik Espe<br>Jørgen Klem   |
| G2004/05 | Tone Haugen Ramstad<br>Jan Steinar Stein | Kjetil Ask<br>Sander O Hanssen   |

|   |   |   |
|---|---|---|
| Herrer <ul style="list-style-type: none"> <li>• Herrer 1</li> <li>• Veteran</li> </ul>                    |   | Thomas Uttakleiv<br>Stefan Kennholt<br>Thomas Bennet                            |
| Foreldreinnebandy<br>Herrer   | Thomas Johansson  |   |
| J2016   | Aina Holm   | Lars Bröckenholm  |
| J2014/15  | Tone Charlotte Haugen                                   | John Aschehoug<br>Christian Spillhaug   |
| J2013   | Stian Werner*   | Stian Werner<br>Stefan Kennholt   |
| J2010/11/12   | Kjersti Mitacek*  | Kjersti Mitacek<br>Kjell-Erik Thronæs<br>Stian Sæther<br>Julie Kværnerud (Høst) |
| J2007/08/09   | Lars Friestad*  | Lars Friestad<br>Kim Ødegaard   |
| Damer <ul style="list-style-type: none"> <li>• Damer 1</li> <li>• Damer 2</li> <li>• Old Girls</li> </ul> | Lene Hovelstuen<br>Ingunn Beckstrøm<br>Vibeke Haakestad | Morten Valestrand Gudbrandsen   |
| Foreldreinnebandy<br>Damer  | Siri Holm Solberg                                       |   |

## 5. Økonomi

Innebandygruppa har en sunn økonomi,

For 2022 var det budsjettert med et underskudd på 375.000, det endte med et overskudd på ca 70.000. Inntektene var omtrent som budsjettert, men det er et par større prosjekter og utgifter som har blitt forsinket til 2023, eksempelvis innkjøp av lydanlegg til Rotneshallen og utskiftning av drakter.

Egenkapitalen for innebandygruppa er pr 31/12 på 1,4 MNOK.

Innebandygruppa fikk i 2022 overført ca 135.000 i egenkapital fra hovedlaget (ihht vedtatt fordelingsnøkkel).

For ytterligere detaljer, se regnskap for 2022 og budsjett for 2023.

## Stiftelser

Innebandygruppa har aktivt søkt stiftelser etter midler, og fikk innvilget følgende søknader i 2022:

- Gjensidige Stiftelsen: 50.000 kr til lydanlegg (Disse midlene ble innvilget i 2022, men vil først bli utbetalt i 2023)
- Sparebank Stiftelsen: 40.000 kr øremerket til Verdens Kuleste Dag
- Idrettsforbundet: 40.000 kr for kompensasjon for innkjøp av utstyr

## Treningsavgifter

Inntektene fra treningsavgifter har økt med ca 60.000 til ca 290.000, det skyldes en kombinasjon av; økende medlemsmasse, økte treningsavgifter, bedre oppfølging og innkreving av medlemsavgifter.

Innebandygruppa praktiserer en ordning hvor trenere og lagledere ikke betaler treningsavgift for egne barn som de trener selv. Ordningen "koster" anslagsvis ca 50.000 kr.

## Sesongkort

Nytt av året er at det er solgt sesongkort som har gitt tilgang til alle klubbens hjemmekamper. Totalt ble det solgt 72 sesongkort for til sammen 37.600 kr. 100% av midlene ble fordelt ut til lagene.

Planen for 2023/24 sesongen er at inntektene for salg av sesongkort skal gå til drift av innebandygruppa.

## Kiosk

Vi har før denne sesongen fått egen kiosk i Rotneshallen. Kiosken er drevet på dugnad av lagene etter samme prinsipp som fotballkiosken. Dag Fodstad og Kjersti Mitacek har vært primus motor for kiosken og ordnet innkjøp og annet praktisk rundt kiosken. Det ble i høstsesongen omsatt for ca 150.000 kr i kiosken.

Inntektene fra kioskdriften vil tilfalle Nittedal Wolves som gruppe. Som en overgangsordning fikk lagene i sesongen 22/23 30% av overskuddet. For sesongen 23/24 vil 15 % av overskuddet tilfalle lagene. Fra og med sesongen 24/25 vil alle inntektene tilfalle innebandygruppa.

## Lagkasser

Nittedal Wolves har i løpet av 2022 avvirket alle private lagkasser og fått alle midler inn på kontoer eid av Nittedal IL, men disponert av lagene. Totalt var pr 31/12/2022 ca 250.000 kr tilsammen på lagkontoer. Midlene i lagkassene disponeres av lagene og brukes til cuper, sosiale sammenkomster, bekledning, innleie av eksterne trenere ol.

Lagkassene er ikke en del av innebandygruppa sitt regnskap eller balansen.

Styret vil arbeide med tydeligere rutiner og praksis rundt lagkassene i 2023.

## 6. Utmerkelser

Nittedal ILs utmerkelseskomite tildelte i 2022 NIL-merke med bronsekrans til Ingunn Beckstrøm og Jørgen Klem, med følgende begrunnelse:

### **Ingunn Beckstrøm**

Ingunn har et sterkt engasjement og er en organisator med full oversikt. Dette gjør Ingunn til den fødte lagleder, som organiserer spillerlister, bytting av kamper og koordinering av treningstider med glans. I koronaperioden i 2020 og 2021 har hun aktivt bedratt til å organisere alternative treninger for damelagene når de ikke hadde mulighet til å samles innendørs til spill. I markedsgruppa hadde Ingunn ansvar for klubbtoyavtalen for skigruppa og håndtering av bestillinger i flere år.

### **Jørgen Klem**

Jørgen var en av initiativtakerne til oppstart av innebandygruppa, og har vært en av drivkreftene siden starten. Han har vært hovedtrener for G2008 siden de startet med innebandy og har hatt en sterk sosial fokus for laget, basert på mottoet "Alle skal med" samtidig som det sportslige nivået i laget har blitt utviklet til et av regionens beste lag i kullet uten at dette har gått ut over interessen til de som ikke har kommet like langt i utviklingen. I tillegg har han hatt en finger med i spillet til å utvikle damelaget fra et old-girls lag til også 2 seniorlag på damesiden ved å bidra som trener og kampleder. Jørgen er en humørspreder som promoterer idrettslaget aktivt i lokal og nasjonal presse, samtidig som han gjerne stiller som speaker med godt humør. I tillegg til innsatsen i innebandygruppa har han i totalt 6 sesonger vært fotballtrener.

## Tidligere utmerkelser

Fra tidligere har følgende fått NIL-merket med bronsekrans:

- Jan Magnar Ingebrigtsli (2020)
- Andreas Skara (2021)
- Arnt Sveen (2021)

## 7. Sportslig

Innebandygruppa har et godt sportslig tilbud fra 1. klasse opp til Old Girls/Veteran. Ungdomslagene i alderen 12-15 hevder seg godt både på gutte og jentesiden. Det har i perioden blitt etablert et sportslig utvalg.

### Minirunde lagene

Innebandygruppa har lag i samtlige årsklasser fra 1.klasse på guttesiden, med unntak av 2011. De har et tilbud sammen med G2010.

På jentesiden er det lag bestående av 1-3 årsklasser pr. lag

Nittedal Wolves deltar på minirunder og alltid blant de største klubbene.

### Senior lagene

- Herrelaget spiller i 4.divisjon. Herrelaget er inne i et generasjonsskifte. Laget består nå av:
  - 1/3 første års senior/G15 spillere
  - 1/3 senior spillere
  - 1/3 Godt voksne veteranspillere som pusher 50 år
  - Herrelaget har ambisjoner om å rykke opp til 3.divisjon i 2022/23 sesongen
- Nittedal Wolves har også et herre veteranlag som i 2021/22 sesongen kun tapte en kamp og med det kom på 2.plass i serien og vant regionscup finalen.
- Det finnes også et lavterskeltilbud som ofte omtales som "Foreldreinnebandy" for de som ikke ønsker å spille kamper og ikke har større sportslige ambisjoner.
- Damene stiller lag et lag i 2.divisjon avd A og 2.divisjon avd B (Tidligere 3. div). Også damelagene er inne i et generasjonsskifte med en god blanding av unge 1. års senior (J15), senior spillere og godt voksne damer.
- Dame har også et Old Girls tilbud. Old Girls laget er blant topp 3 i regionen.
- Også for damene finnes det et lavterskeltilbud som ofte omtales som "Raksha".

### Trenerutvikling

Det har vært svært lite eller ingen aktivitet rundt trenerutvikling i 2022. Dette er ikke styret fornøyd med og vil rette mer fokus på dette for neste periode.

### Sportslig utvalg

Har hatt fire møter. Har laget en hospiteringsplan som nå er i drift. Vil være en evaluering på denne etter sesongen. SU skal i gang med Sportslig plan for klubben. Målet er å ha denne klar til sesongen 2023/24.



## Keeper prosjekt

I løpet av høsten 2022 ble det gjennomført to runder av tre kvelder med keeper trening for keepere i aktivitet- og seriespill. En gruppe født 2012-2010 og en gruppe født 2009-2006. Keeperkveldenes målsetning var å fokusere på grunnleggende keeperteknikk, utvikling av allerede innarbeidet teknikk, og individuell «veien videre» tips. I tillegg var det også et hovedpoeng å samle keepere for å gjøre litt ekstra for denne gruppen av spillere i klubben, da fellestreninger ofte ikke har et eget keeperfokus. Ansvarlig for både gjennomføringene av treningene og planlegging av opplegg var Lauritz Brunborg keeper på G14 her i Wolves. Etter siste samlingsøkt ble det avslutning med diplomutdeling og pølsefest i hallen for keeperne og foreldrene. Erfaringen fra disse kveldene viser at dette er ønsket av keeperne selv for sportslig utbytte og at det var fint å møtes for felles trening for å bli bedre kjent med hverandre og å lære av hverandre.

## Innleid trenerveileder

2022 ble eliteserie og tidligere landslagsspiller Sindre Bjerknes innleid som trenerveileder for guttelagene G12, G13, G14, G15 og G17. Det har vært en suksess. Vi har delt inn i tre grupper. Sindre har jobbet systematisk godt. I 2023 har flere av lagene begynt å jobbe med spillsystemer – som har vært et av hovedmålene i denne avtalen. Tilbakemeldingene med Sindre har vært og er veldig positive.

## Regionscupen

Nittedal Wolves hadde 7 finalelag av i alt 15 klasser. Det endte med gull til: J12, G13, G14 og Herre Veteran og sølv til: G12, J14 og J15

## Serie

Nittedal Wolves ble seriemester i følgende klasser:

- G12 i både 1.div og 2.div (2.div var 2010).
- G13: Serie
- G14: Serie

## NM

For første gang i historien stilte Nittedal Wolves med lag i aldersbestemt NM i klassene G15 og J15. J15 laget endte på 3.plass i NM. G15 laget havnet i en knalltøff gruppe, men tar med seg to seire og at de spilte jevnt og rystet Tunet.

## 8. Anlegg

### Rotneshallen

“Endelig” har klubben fått en skikkelig hjemmebane med gode fasiliteter for tilskuere. Høsten 2022 ble utvidelsen av Rotneshallen ferdig. Utvidelsen inkluderer nytt inngangsparti, kiosk, tribuner, vantlager og flere toaletter.

Dette har gjort at rammen rundt hjemmekampene har blitt noe helt annet. Det har gitt økt antall publikummere på alle kamper. En annen positiv effekt er at ungdommer har begynt å “henge” i hallene i helgene når det er kamper. Det er både klubbens egne spillere, men også andre ungdommer. Rotneshallen har rett og slett blitt en møteplass i helgene for ungdom.

Det har vært arbeidet intenst med å få kommunen til å installere et lydanlegg, som det er i alle de andre hallene i Nittedal, uten å lykkes. Styret har derfor vedtatt å gå til innkjøp av et lydanlegg til Rotneshallen. Anlegget ble installert tidlig i 2023.

Neste større løft som trengs i Rotneshallen er fornyelse av gulvet, da det nå har lav friksjon og har begynt å vise tydelige slitasjetegn. Styret er i dialog med kommunen om dette.

Sponsor NOKAB har kostnadsfritt installert eget trådløst nett for Nittedal Wolves i Rotneshallen.

### Utebanen

Utebanen har blitt et sted for ungdommen og “henge” om sommeren. Den brukes også flittig av barneskolen.

I 2022 ble banen oppgradert med integrerte mål.

## 9. Jenteprosjektet “Like a girl”

“Like a girl” er Nittedal Wolves’ eget jenteprosjekt<sup>3</sup>. Målet med prosjektet er å øke andelen jenter i klubben.

Da prosjektet startet i 2019 hadde klubben:

- ca 1/3 jenter/damer
- 3 treningsgrupper for jenter/damer
- svært få jenter i alderen årskullene 2010-2014.

Ved utgangen av 2022 har innebandygruppa:

- Jenter/damer utgjør ca 40% av medlemsmassen

---

<sup>3</sup> “Like a girl”-prosjektet er kun Nittedal Wolves sitt jenteprosjekt

- 7 treningsgrupper for jenter/damer
- et godt tilbud for jenter fra 6 til 15 år + senior

Virkemidler og tiltak i jenteprosjektet:

- Avvikling av mix-lag, kun rene gutte- og jentelag allerede fra 1-klasse.
- Felles identitet for jentene i barne- og ungdomslagene gjennom en egen “Like a girl”-trøye
- Tettere samarbeid mellom jentelagene
- Åpen Hall for jenter - Svært viktig da jentene “trenger” å se at det er mange flere jenter som liker innebandy
- Samarbeidsprosjektet “Nittedal Jente-Camp” med GIF og HIL
- Egen Facebook-side for “[Like a girl](#)”

Leder for “Like a girl”-prosjektet er: Lars Friestad

## 10. Arrangementer 2022

| Dato            | Arrangement                     | Kommentar  |
|-----------------|---------------------------------|--|
| 13. Februar     | Minirunde                       | Minirunde i Elvetangen.  |
| 21. Mars        | Årlig møte                      |  |
| 24. April       | Ungdomsfest                     |  |
| 18. Juni        | Nittedal Wolves Outdoor         | 3v3 cup på utenbanen ved Rotnesskole. G2008 som teknisk arrangør. I tillegg til lag fra Nittedal var det lag fra Østensjø og Ull/Kisa. |
| 3.-4. September | Nittedal Open                   | Cup for J13 og J15, med lag fra Nittedalm, Sveiva, Holmlia, Ull/Kisa, Sagene, Østensjø og et sammensatt lag fra VIF/Grei               |
| 3.-5. Oktober   | Nittedal Jente-Camp             | Samarbeidsprosjekt med GIF og HIL, se under for detaljer   |
| 18. Oktober     | Åpen Hall for Jenter            | Rekrutteringstiltak for jenter 1.-4. klasse  |
| 6. November     | Verdens Kuleste (Innebandy) Dag |  |
| 20. November    | Minirunde                       | Minirunde i Rotneshallen   |

### Minirunder

Nittedal Wolves arrangerer i 2022 to minirunder, en i Elvetangen i februar og en i Rotneshallen i November. Minirunden i November vi tildelt på kort varsel da en annen klubb måtte trekke seg.

Representanter fra flere lag deltok som vanlig med god dugnadsånd og stå-på-vilje. En minirunde gir omtrent 40.000 kr i overskudd.

## Innebandy-SFO

Det ble ikke gjennomført noe innebandy-SFO tiltak i 2022.

## Ungdomsfest

Etter regionscupfinalene inviterte klubben alle klubbens ungdommer til en fest på NUS. Alle var invitert helt uavhengig av om de hadde spilt, vunnet eller tapt i regionscupen. Festen var kostnadsfri for ungdommene og hadde fravær av fokus på sportslige prestasjoner. Det var et arrangement for å bidra til å bli bedre kjent og knytte enda bedre bånd mellom ungdommene i klubben. Det ble delt ut to priser på hvert lag, En ivrigutmerkelse for engasjementet og oppmøte og en forbilde pris som speilet en spiller som var inkludrende, raus og går foran som et godt eksempel for andre. Det deltok over 73 ungdommer på festen.

## Nittedal Wolves Outdoor

Lørdag etter sommerferiestart på skolene ble det arrangert en 3v3 turnering på utebanen. Det var i all hovedsak lag fra Nittedal, men også lag fra Østensjø og Ull/Kisa, totalt 16 lag. Arrangementet ble avviklet i strålende solskinn. Det ble arrangert i klassene G14 og J14. Teknisk arrangør var G2008-laget. Dette bør bli en årlig tradisjon.

## Nittedal Open

Nittedal Wolves inviterte til Nittedal Open som en oppkjøringsturnering til sesongen i klassene G13, G15, J13 og J15. Pga manglende påmelding i gutteklassene ble det kun gjennomført i jenteklassene, dette skyldes trolig sen informasjon ut og kollisjon med Plankecup. Teknisk arrangør: J2007/08/09. Arrangementet var vellykket og fikk gode tilbakemeldinger. Nittedal Wolves vant begge klassene. Totalt ga arrangementet ca 20.000 kr i overskudd til lagkassa til jentelagene.

## Åpen Hall

I oktober ble det arrangert åpen hall- "Kom og prøv innebandy" som et rekrutteringstiltak for 1.-4. klasse jenter. Det ble vurdert om det skulle gjennomføres for gutta også, men basert på erfaringene fra tidligere år ble det besluttet å kun gjennomføre for jentene. Arrangementet er en fin måte å få barn til å prøve innebandy og for å rekruttere nye spillere.

## Verdens Kuleste (innebandy) Dag

Nittedal Wolves søkte på, og fikk tildelt, midler for å arrangere Verdens Kuleste Dag i Rotneshallen. Det var hoppeslott, bumperballs og andre gratis aktiviteter og mat og drikke for barna. Det var også lotteri med fine premier, kiosk og muligheter for å prøve forskjellige innebandyøvelser som speedshoot og innebandydart. På slutten ble det delt inn i smålag og spilt innebandy. Teknisk arrangør var herrelaget.

## Nittedal Jente-Camp

Jente-Camp er et samarbeidsprosjekt innebandyklubbene i Nittedal kommune, GIF Fighters (Gjelleråsen IF), HIL Hurricanes (Hakadal IL) og Nittedal Wolves (Nittedal IL). Målet med samarbeidsprosjektet er:

- Øke rekrutteringen av jenter
- Beholde jentene lengre
- Øke ferdighetene
- Øke samarbeidet mellom samarbeidsklubbene på jentesiden

Deltagere fra Nittedal Wolves i arrangementskomiteen av Nittedal Jente-Camp var: Ingunn Beckstrøm og Lars Friestad.

For styret  
Nittedal IL Innebandygruppa - Nittedal Wolves  
Lars Dahl Friestad