



## IDRETT FOR ALLE I NÆRMILJØET



### Årsberetning 2023 fra avdelingene i Sædalen Idrettslag

### Folkehelse, Innebandy, Basketball, Håndball, Fotball og Taekwondo

---

#### Innholdsfortegnelse

<b>Folkehelse</b> .....	<b>2</b>
<b>Innebandy</b> .....	<b>4</b>
<b>Taekwondo</b> .....	<b>4</b>
<b>Håndball</b> .....	<b>5</b>
<b>Fotball</b> .....	<b>8</b>

## Folkehelse

**Idrettsgren:** Idrettsskolen

**Lagnavn og årskull:** 2018 og 2019

**Kontaktperson:** Guro Eline Gjesdal

**Antall trenere / lagledere:** 2

**Antall utøvere:** 64

**Treningsdager og sted:** Onsdag og torsdag, Nattland Oppveksttun

**Høydepunkter fra 2023:**

Gjennom høsten har begge aldersgruppene blitt introdusert for ulike aktiviteter/idretter og leker, samt hinderløyper. Målet er at barna skal være aktive og ha det gøy sammen, samt utvikle seg og føle mestringsglede. For å møte hver enkelt har vi prøvd å variere treningen slik at det ikke blir for ensformet med det ene eller det andre, men ser også at barna trenger å gjøre aktivitetene flere ganger for og forstå konseptet. Vi har etter jul begynt å dele opp øktene slik: hinderløype – lek – ball, og har dermed hatt hvert tema hver tredje uke. Vi har blitt en stor gjeng på begge gruppene, med 33 deltakere på 2019-gruppen og 31 deltakere på 2018-gruppen, og vi er stort sett 20-25 stk +/- på trening hver gang. Det er gledelig å se at barna blir tryggere i seg selv for hver gang. Vi har samling på midten før og etter hver økt, og barna har vokst mye og tar nå i mye større grad del i ringen. Vi merker også at de ønsker å ta mer plass på aktivitetene, og det er stor aktivitetsglede.

---

**Idrettsgren:** Åpen hall og Jogg med Guro

**Lagnavn og årskull:** Alle aldre over 16 år

**Kontaktperson:** Guro Eline Gjesdal

**Antall trenere / lagledere:** 1

**Antall utøvere:** 37 (løp) 39 (åpen hall)

**Treningsdager og sted:** Onsdag Nattland oppveksttun

**Høydepunkter fra 2023:**

**Åpen hall** - Det har gjennom høsten variert i antall deltakere, men det har vært gjennomsnittlig 5-6 stykker per trening. Etter jul har vi endret treningstiden fra 21 til 2040, og har hatt en oppgang i antall deltakere etter det (dette er også bekreftet av deltakerne at hjelp). I gruppen er det 39 medlemmer, men det er ca. 12 i gruppen som varierer på å delta. Øktene har hatt fokus på å styrke både kondisjon og styrke, med varierende øvelser og økter. Åpen hall gjennomføres også på mandager i styrkerommet i Sædalshallen, ledet av daglig leder Wilde. Økten har mer fokus på styrke med ytrelastning. Deltakerantallet er gjennomgående på 8 stk, som er kapasiteten rommet har.

**Løpegruppa:** Også i denne gruppen har det variert i antall deltakere, med en fast kjerne på ca. 5 stk. I tillegg er det rundt 5 stk som er innoen iblant. Ellers har det vært få nye fjes på treningen, eller at de har møtt opp en gang, men ikke igjen. Hva dette skyldes er ikke lett å si, men jeg opplever gruppen som godt trent, og til tross for at man reklamerer for at det blir tilrettelagt for alle kan det være vanskelig å ta det steget dersom man ikke er så godt trent. I tillegg er det en god del som er medlem av løpegruppen som også er med i kondis-gruppen, og dette foregår på tirsdager. Det blir altså to løpeøkter etter hverandre som kan være en hindring for noen.

---

**Idrettsgren:** Stjerner etter skolen

**Lagnavn og årskull:**

**Kontaktperson:** Guro Eline Gjesdal

**Antall trenere / lagledere:** 2

**Antall utøvere:** 6

**Treningsdager og sted:** Onsdag Nattland oppveksttun

**Høydepunkter fra 2023:**

Stjerner etter skolen er for barn med nedsatt funksjonsevne, hvor treningen har fokus på mestring og aktivitetsglede. I september startet vi med 4 deltakere, men utover høsten har vi blitt til 6. De er så å si alltid de samme 6 deltakerne, som tyder på at de trives på aktiviteten. I og med at deltakerne er såpass få og har forskjellige forutsetninger har det vært noe vanskelig å variere aktivitetene for denne gruppen, men når vi instruktører har spurt om innspill har de vært fornøyde med det opplegget vi har hatt. De ønsker ofte aktiviteter de er kjent med fra før også. Vi har prøvd å variere treningen med både leker, samt ball (både kast og spark).

---

**Idrettsgren:** Sterk etter skolen

**Lagnavn og årskull:** 1-4 klasse

**Kontaktperson:** Guro Eline Gjesdal

**Antall trenere / lagledere:** 2

**Antall utøvere:** 57

**Treningsdager og sted:** Torsdag Nattland oppveksttun, fredag Sædalen skole

**Høydepunkter fra 2023:**

Sterk etter skolen er et tilbud for 1-4.klasse rett etter SFO. Målet med sterk er at barna skal få utforske ulike idretter som idrettslaget tilbyr som fotball, håndball, basket og innebandy, slik at de finner ut hva de liker. Vi holder på med hver aktivitet i 3 uker før vi bytter tema, etterfulgt av en gang med hinderløype/stasjonstrening mellom hvert tema. Det er en aktiv gjeng med mange deltakere, og begge gruppene er vanligvis minst 20 stk per trening. Det har vært stor økning i antall deltakere fra høsten til nå, noe som er gledelig, men vi ser kanskje at det til tider kan være litt for mange å holde styr på til at vi bare er to instruktører.

---

**Idrettsgren:** Skadeforebyggende trening

**Lagnavn og årskull:** 13-18 år

**Kontaktperson:** Guro Eline Gjesdal

**Antall trenere / lagledere:** 1

**Antall utøvere:** 79

**Treningsdager og sted:** Fredag, Sædalen skole

**Høydepunkter fra 2023:**

Skadeforebyggende trening er et tilbud til alle ungdommene i klubben. Øktene har fokus på å forebygge skader, samt terpe på teknikk i tradisjonelle øvelser med kroppsvekt eller lette vekter. Gruppen har vokst stort i antall, da vi lot barn født i 2011 få delta på treningen etter jul. Vi er dermed ca. 40 deltakere, som gjør at vi vanligvis kjører sirkeltrening bestående av 8 øvelser og rullerer. Det er gledelig å se at så å si alle håndballgruppene benytter seg av tilbudet, men vi skulle gjerne sett at også andre idretter deltar.

**Idrettsgren:** folkehelse

**Lagnavn:** Seniortrim på Helgetun

**Kontaktperson:** Vilde Brodahl

**Antall utøvere:** 30

**Treningsdag:** mandag (10 – 12) og torsdag (11-12) på Helgetun

**Høydepunkt 2023:**

Stabilt oppmøte på alle treningene gjennom året og tilsig av nye deltakere både fra Helgetun og fra Sædalen forøvrig. God fremgang både på styrke og balanse hos deltakerne, i tillegg til at de selv merker på kroppen at det er viktig å få trent! Ved lengre ferier har det vært felles avslutning med kaffe! Vi ønsker oss enda flere fra Sædalen som ikke bor på Helgetun!

## Innebandy

**Idrettsgren:** Innebandy

**Lagnavn og årskull:** Innebandy (6-55 år)

**Kontaktperson:** Eivind Sjaastad

**Antall trenere / lagledere:** 7

**Antall utøvere:** ca 50

**Treningsdager og sted aldersbestemte:**

Tirsdag 17:30-19:00 Nattland Oppveksttun (NOT)

Onsdag 16:30-18:00 Sædalshallen

**Treningsdager og sted Senior:**

Mandag 21:00-22:30 Sædalshallen

**Høydepunkter fra 2023:** 2023 har vært ett stabilt år for de aldersbestemte klassene. Det har vært omtrent like mye tilgang av nye spillere som de som har sluttet. Dette til tross for at det har vært lite markedsføring av tilbudet. Markedsføringen bør vi trolig gjøre noe med i 2024 for å sikre at vi også fremover er nok spillere til serieturneringene i alle aldersgrupper, og ikke minst for å gjøre overgangen mellom aldersgruppene (1.-4. klasse, 5.-7. klasse og 8.-10. klasse) så smidige som mulig.

Sportslig er det gøy å se at de nye spillerne har raskt kommet inn i det og vi fortsatt er jevne med de beste klubbene i Bergen.

Blant senior spillerne har det derimot vært svært god rekrutering og det har tidvis vært nødvendig med maks antall på treningene. Aldersspennet er fortsatt stort fra ungdommer i tenårene til de godt over 50 og den store interessen ser ikke ut til å gå over. Vi håper på nye rekorder i 2024. 😊

## Taekwondo

**Idrettsgren:** Taekwondo

**Lagnavn og årskull:** Ett barneparti og ett voksen/ ungdomsparti

**Kontaktperson:** Ole Havmøller

**Antall trenere:** 8

**Antall utøvere:** 41

**Treningsdager og sted:** Tirsdag, torsdag, fredag (alle i Nattland oppveksttun)

**Høydepunkter fra 2023:**

- Dette var første året taekwondoklubben var medlem av Sædalen idrettslag.
- SIL Taekwondo arrangerte Sædalen cup med mange deltakere fra andre TKD-klubber i regionen 15.04.23
- Flere barn og unge deltok og konkurrerte på Grandmaster Cho cup 28.10.23
- Vi har hatt deltakere på sommerleir i Danmark og vinterleir på Ski.
- Den årlige nyttårsleiren for TTU på Osterøy der flere fra klubben deltok
- Barn og voksne deltok på Dan-seminar
- «Utlån» av trenere Øyvind og Andreas som dommere på klubbstevne i Sunnfjord 11.02.23

## Håndball

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen håndball J/G 2017

**Kontaktperson:** Torjan Reikvam Hansen

**Antall trenere / lagledere:** Matilda Midthjell Hansen, Beate Træen, Anders Fosse, Tone Sollesnes, Knut Einar Skodvin og Linn-Marie Dahl

**Antall utøvere:** 16 barn fordelt på 11 jenter og 5 gutter.

**Treningsdager og sted:** Terner mandager kl 16 til 17 på Nattland skole

**Høydepunkter fra 2023:** (Maks 200 ord).

Dette er det første året med håndball for barna. De er ivrige og har på dette halvåret begynt å få til kast, pakking og mottak. Nå er det introduksjon i spilllets regler som er påbegynt. Sesongen avsluttes med cupen «Vårspretten» som forhåpentlig blir årets høydepunkt for barna.

På trenersiden ble det etter et foreldremøte på nyåret enighet om at flere foreldre må inn å bidra. Første halvår stod Matilda for de fleste treningene og opplegget med noe hjelp fra undertegnede. Nå har det gått seg til og fremtiden for laget ser bedre ut med tanke på trenere og foreldreinvolvering. Vi har og fått en ansvarlig for sponsorsøknader og en for økonomi.

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** J2016

**Kontaktperson:** Henriette Melia Lorentz og Ingvild Risnes Skeie

**Antall trenere / lagledere:** Henriette Melia Lorentz, Matilda Midthjell Hansen, Jorid Lussand

**Antall utøvere:** 27

**Treningsdager og sted:** Torsdager - Sædalshallen - 16-17

**Høydepunkter fra 2023:**

Det er ein fin gjeng som utviklar seg fint. God utvikling frå fyrste året i fjor. Me er no fleire frå Nattland - og det er kjekt. Ein god miks mellom Nattland og Sædalen.

Det er stas med kampar - og det har vore tre rundar med det i haust. Det gjev energi og skapar samhald. Det var også eit høgepunkt med juleavslutning med pizza til alle på laget.

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** J2015

**Kontaktperson:** Kathrine Waardal

**Antall trenere / lagledere:** 6

**Antall utøvere:** 30 spillere

**Treningsdager og sted:** Mandager 17-18. Nattland skole.

**Høydepunkter fra 2023:**

Vi har fått nye spillere, hatt tacokvelds som var veldig kjekt og sosialt.

Alle spillerene har utvikling og mestring på håndballbanen og tør å prøve mer selv.

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen 1 og Sædalen 2 2014

**Kontaktperson:** Monica Buanes

**Antall trenere / lagledere:** 4 stk frem til feb 2024, da blei vi 5 stk trenere. Vi har 1 lagleder.

**Antall utøvere:** 19

**Treningsdager og sted:** mandager på NOT og torsdager i Sædalshallen

**Høydepunkter fra 2023:**

Høydepunktene er nok å spille kamper for jentene. De er skikkelig giret og synes det er så gøy! Skulle ønske vi hadde litt mer penger i lagkassen så vi kunne vært med på cuper, men det kommer forhåpentligvis etter hvert.

Jentene er flinke til å heie på hverandre og er blitt enda mer sammensveiset gjeng gjennom sesongen, og vi merker ikke noe på om de kommer fra Natland skole eller Sædalen.

**Idrettsgren:** Håndball

**Lag og årskull:** J2013 / Sædalen Strikers

**Antall spillere:** 19

**Hovedstrener:** Kristian Lind

**Hjelpestrener:** 5 stk

**Høydepunkter 2023:**

Uten tvil Voss cup! Dette var jentenes første cup-opplevelse og stemningen var på topp hele helgen 😊 Vi gleder oss allerede til vosscup 2024

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Safir og Rubin J11 - 2012

**Kontaktperson:** Camilla Spjelkavik

**Antall trenere / lagledere:** 5 / 1

**Antall utøvere:** 22

**Treningsdager og sted:** Tirsdag og torsdag, Sædalshallen

**Høydepunkter fra 2023:**

Hatt stor spillerutvikling med to treninger i Sædalshallen. Vært på vår første cup med overnatting, Voss, og det var stor suksess. Var og på cup i høstferien på Sotra. Var innløpere på Fana - Molde, kvinner, veldig gøy. Neste sesong kan vi godt, viss mulig, øke ene treningsøkten med 30 min, til 1 1/2 time.

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen Håndball J2011

**Kontaktperson:** Henriette Schaathun / Torill Bjørke Hjartnes

**Antall trenere / lagledere:** 2 / 1 (+ 2 hjelpere ved behov)

**Antall utøvere:** 24

**Treningsdager og sted:** tirsdag og onsdag 19-20, fredag 17:30-18:30, Sædalshallen

**Høydepunkter fra 2023:**

Serie: 2 lag i A og B og 1 lag i Temaserien

Cup: Deltok på Voss håndballcup april 2023 med 3 lag. Veldig kjekk helg der flere årskull fra Sædalen deltok og bodde på samme skole. Sosialt. Etter cup planla J/G 2011 å reise på treningsleir sammen.

En helg i september reiste de til Strandebarm Idrettspark. Der bodde utøvere, trenere og medhjelpere på Sportellet. Været og fasilitetene både ute og inne la godt til rette for en optimal treningshelg. Samlingen har vært starten på et godt samarbeid i treningshverdagen.

Deltok også på Vårspretten 2023 med 2 lag.

Sosialt: Sommeravslutning i amfiet med kurvmat.

Laget vant billetter til herrelandskamp på Sotra i november. (Gjensidige FB konkurranse). Stor stemning på tribunen.

Noen foreldre arrangerte god kveldsmat på sosialt rom like etter en trening i høst. Dugnad: Deltatt på tildelte hallvakter, arr. ansvarlig for serierunder, Bergen3000, julelotteri, smakstesting. Før Voss håndball cup hadde laget salgsdugnad av kortpakker for å dekke mye av deltakeravgiften.

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen Håndball J2010

**Kontaktperson:** Kathrine Waardal & Magnhild Hillestad

**Antall trenere / lagledere:** 2

**Antall utøvere:** 26

**Treningsdager og sted:** Mandager 18.30 – 20.00 i Sædalshallen / tirsdager 19 -20 på Kringlebotn / onsdager 18.00 – 19.00 i Sædalshallen

**Høydepunkter fra 2023:**

Sosialt: Sesongavslutning juni med is og leker/oppgaver Julebord i desember + litt julegøy på siste trening før jul.

Cuper/turneringer: Voss cup i april Dyreparken cup i Kristiansand i august

Seriespill: 1 lag i A 1 lag i B

J2010 er en stor treningsgruppe. Kun en spiller har meldt at hun tar pause første halvdel av 2024, ellers har vi alle med oss fremdeles! Jentene har det veldig fint sosialt og foreldregruppen stiller godt oppom laget. I 2023 har vi vært på to cuper, hvor spesielt Dyreparken i Kristiansand var en fantastisk opplevelse for jentene! Vi har fått to store dugnader som omhandler ryddig av gamle lokaler, vi er å heldige å ha foreldre på laget som har diverse utstyr/maskiner vi har fått lånt, så inntjeningen på disse dugnadene har vært veldig god. Magnhild og Kathrine har vært med på MOT i idretten, Sædalen ble plukket ut som pilot i dette prosjektet. Arbeidet her fortsetter i 2024. Vi har mistet svært mye kapasitet på trenersiden og er nå veldig sårbare. Vi er to stykker som følger begge lagene våre (uavhengig om eget barn spiller eller ikke). Vi kommer til å gi oss som trenere til høsten 2024 og laget må derfor ha ny( e ) hovedtrener ( e ).

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen G2015

**Kontaktperson:** Leni Paulsen

**Antall trenere / lagledere:** 2 trenere /1 lagleder

**Antall utøvere:** 13

**Treningsdager og sted:** Mandager NOT kl 18-19

**Høydepunkter fra 2023:**

Vi er et lag som dessverre varierer litt i antall . Noen faller fra, noen begynner og sånn har det vært det siste året. Så det er et lag som er ganske nytt , hvor ca 5-6 gutter har vært med siden jeg kom inn i bildet for 1 1/2 år siden.

Høydepunktet var på den siste treningen før jul da gutta fikk spille kanonball mot foreldrene. Da var det god stemning og høyt konkurranseinstinkt.

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen IL G2013/14

**Kontaktperson:** Stine Sporsheim / Reid Sundet

**Antall trenere / lagledere:** 4

**Antall utøvere:** Startet året med 15. Avsluttet året med 8

**Treningsdager og sted:** NOT tirsdag 19-20, Sædalen torsdag 17-18

**Høydepunkter fra 2023:** Det store høydepunktet var deltagelse på Voss Cup i april. Guttene (og de voksne) koste seg med kamper, soving i klasserom og disco på kvelden. Vi har deltatt i serieturneringer med 2 lag, men måtte trekke det ene på slutten av året grunnet frafall. Rekruttering av nye spillere er nødvendig for å kunne ha tilbud videre. Ellers fikk vi i høst ungdomstrenerne, Oda og Milly, til å lede treningene med stor suksess.

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** G2011

**Kontaktperson:** Jan Ove Næss (Hovedtrener), Jørgen Hundven, Vebjørn Bjørstad, Bjarte Ulvund, Malin Karlsen (Keepertrener)

Antall trenere: 4

Antall utøvere: 20 stk

**Høydepunkter:**

Utvikling av å spille som lag har vært i fokus, og hvilke holdninger vi skal ha til hverandre.

Årets høydepunkt for guttene er egen komponert treningsleir i Strandebarm med J2011 og VossCup!

Dette var stor suksess og vi skal absolutt gjenta det! Vi ser frem til ny sesong der vi øker med en spiller på banen og skal ta enda mer grep på teknisk trening

---

**Idrettsgren:** Håndball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen gutter 2009 (08/09/10)

**Kontaktperson:** Marita K. Werner

**Antall trenere / lagledere:** 4 trenere og 1 lagleder

**Antall utøvere:** 16

**Treningsdager og sted:** Mandag, tirsdag og torsdag, sædalshallen (samt skadeforebyggende i fellesgruppe på fredager)

**Høydepunkter fra 2023:** Laget har hatt 2 lag i serien, og stabil spillestab siste årene. Guttene er og heier på hverandres kamper og møter nesten alltid på impulsinnkalte treninger, samt tar gjerne initiativ til egentrening. Vi var på Kongeparken cup, samt spilt Beachhåndball og nattcup våren 2023. Alle disse aktivitetene var veldig gøy og sosiale. I tillegg har laget arrangert sosiale kvelder der vi har sett håndballkamper sammen, både landskamper og Bergenskamper på Sotra og i Fyllingsdalen, men også hjemme og på storskjerm i Sædalen. Nesten ¾ av laget var med å løp Bergen3000, og feiret endt løp med grillfest i hagen. I tillegg til dette har enkeltspillere i laget tatt inaktiv og invitert til sosiale tilstelninger hjemme, der det bl.a har vært hyttedag med bading, båt og grilling, tacokveld, samt pizza og filmkvelder.

## Fotball

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Fotballstyre

**Kontaktperson:** Vasan Singaravel

Konstituert (2022-2024) fotballstyret består av følgende personer med ulike roller/ansvarsområder

**Leder:** Vasan Singaravel

**Nestleder:** Arnfinn Osmundsvaag (organiserer/koordinerer trenere, serieturneringer, trengingstid og banefordeling)

**Utviklingsklubb:** Trond Arild Klever (administrerer FIKS, dommerkurs samt utarbeider årshjul/klubbhåndbok)

**Utstyrsansvarlig:** Nina Vik

**Arrangement ansvarlig:** Malin Sivertsen Karlsen

**Økonomiansvarlig:** Arild Nordrevoll

**Sponsoransvarlig/Fairplayansvarlig** i fotballstyre: Stig-Ove Martinsen

**Representant fra hovedstyre:** Ole Eidsheim

**Kontaktperson fra KRIL:** Kurt Solheim

Aktiviteter i 2023



Avholdt 4 styremøter: 13.1.23, 22.3.23, 4.5.23, 29.6.23 og 18.9.23

- Koordinert arrangementer; Voss cup (Vellykket turnering. Mye bra både sportslig og sosialt)
- Dugnader og miniturnering
- Oppgradering og oppdatering av rutiner for bestilling og leveranse av fotballutstyr
- Håndtert diverse innmeldte avviksmeldinger/forbedringsforslag med andre klubber
- Håndtering av treningstider og barnefordeling
- Samarbeid og koordinering med sportslig utvalg og daglig leder
- Deltakelse i utvalgte hovedstyremøter i klubben
- Deltakelse i arrangementer regi av NFF Hordaland

Møtearena: Medlemmer har mulighet til å møte fotballstyre på Trenerforum i regi av klubben.

Mailadresse til fotballstyret: [fotball.styret@sedalenil.no](mailto:fotball.styret@sedalenil.no)

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** 2018 mix

**Kontaktperson:** Alexander Brurås

**Antall trenere / lagledere:** 9

**Antall utøvere:** 33

**Treningsdager og sted:** Tirsdager kl 17:00-17:45, Sædalen kunstgress 7-er

**Høydepunkter fra 2023:**

Fotballtreninger for 2018 gutter og jenter ble startet opp av Marcin og Nina i august 2023. I løpet av høsten tok foreldrene over som trenere og det har fungert veldig bra. Vi er svært takknemlige for at Marcin og Nina hjalp oss i gang, det var mye enklere for oss å fortsette enn å sette i gang.

Vi har trening hver tirsdag kl 17:00 til 17:45. Det er mange ivrige barn med hver gang! Treningen ble redusert fra 60 min til 45 minutt ettersom vi så at det ble lenge å holde fokus for mange av de små. I løpet av høsten deltok vi på cup på Sædalendagen. Det var stor stas og alle fikk medalje. I vinter har det jo vært mye snø, og vi har hatt noen alternative treningsøkter med aking på Helgesæter og klatretrening i klatreparken ved Sæterdalsbanen.

Vi ser frem til en lysere og varmere vår med mange fine økter!

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Mix2017 (GJ6)

**Kontaktperson:** Sven Leininger

**Antall trenere / lagledere:** 1 lagleder,

**Antall utøvere:** 43

**Treningsdager og sted:** Sæterdalsbanen, tirsdager kl. 17; Natlandshallen, lørdager 13:30-14:30

**Høydepunkter fra 2023:** Høydepunkter var turnering if Sædalsdagene og cuper på

Kringlebotn (futsal) og Knøttecup på SontraArena.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Mix 2016 kullet

**Kontaktperson:** Bjarthe Opsal

**Antall trenere / lagledere:** 11 stk

**Antall utøvere:** 38 gutter og 9 jenter

**Treningsdager og sted:** Mandag kl. 17-18, Sæterdalsbanen

**Høydepunkter fra 2023:** Har vært videre fokus på lek, mestring, mye ballkontakt, fremme sosiale relasjoner samt overgang fra 3`er til 5`er fotball.

Vår 2023:

- Vi deltok med 4 mixlag i Oddvar Bjelde vårcup i Vestlandshallen.
- Serieturnering 16. April hvor vi deltok med 3 mixlag.
- Smørås IL arrangerer serieturnering 07. Mai hvor vi deltar med 3 mixlag.
- I Ramudden cup 03. Juni deltok vi med 3 mixlag.
- Det arrangementet alle gledet seg mest til var Voss cupen. Vi deltok med 5 mixlag. Alle var strålende fornøyde med turneringen/været og ser frem til cupen 2024.

#### Høst 2023:

- På kort varsel arrangerte vi serieturnering 27. August for jentelag. Vi deltok med 1 jentelag. Dette var deres første cup, noe som gav mersmak. Nye jenter har i etterkant meldt sin interesse og startet med å trene med laget vårt.
  - Smørås IL arrangerte serieturnering 01. Oktober. Her deltok 4 guttelag og 1 jentelag noe vi er meget fornøyd med.
  - Sædalendagene ble arrangert 21. Oktober og på vennskapsturneringen stilte vi med 1 jentelag og 4 guttelag. God stemning og godt gjennomført arrangement.
  - Oddvar Bjelde Høstcup 28. Oktober var neste cup på kalenderplanen. 6 guttelag og 1 jentelag deltok på cupen.
  - Til sist, NOBI julecup på Askøy hvor 4 mixlag deltok.
  - Avslutning 11. Desember med bålgrilling i Gårdsbarnehagen. Alle var enige om at det har vært et innholdsrikt og gøy fotballår 2023
- 

#### **Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen Super G2015

**Kontaktperson:** Ola Tjeldflåt

**Antall trenere / lagledere:** 6

**Antall utøvere:** 27

**Treningsdager og sted:** torsdag kl. 17 – 18 og tirsdag 19-20

#### **Høydepunkter fra 2023:**

- Vosscup 2023
  - Da laget var på Brann Stadion i høst og så brann slå Bodø/Glimt!
- 

#### **Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen Turbo G2014

**Kontaktperson:** Rune Danielsen

**Antall trenere / lagledere:** 9

**Antall utøvere:** 40

**Treningsdager og sted:** mandag og onsdag 7'erbanen 17-18

#### **Høydepunkter fra 2023:**

42 gutter har deltatt på kamper og treninger med G2014 i 2023.

Vi har gjennomført 91 treningsøkter gjennom året i tillegg til kampaktiviteter. Det er godt treningsoppmøte med et snitt på ca. 80 %.

Laget har gjennomført 4 serieturneringer, 4 cuper inklusive Voss cup, vinterserie i tillegg til samarbeidsarrangementer med Fana og Kringlebotn.

Totalt sett har laget hatt høy aktivitet. Mange av spillerne deltar også på klubbens FFO-tilbud, noe som har bidratt til økt motivasjon og utvikling for mange av guttene.

Et høydepunkt i 2023 var Voss cup, et annet var da vi stilte ca. 50 spillere og voksne på Brann stadion for å se Brann mot Ålesund.

Trenerteamet på kullet består av 9 dedikerte trenere som bidrar til god gjennomføring av både trening og kamper.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Falken 2013 (3 lag)

**Kontaktperson:** Ida Flaageng

**Antall trenere / lagledere:** 9

**Antall utøvere:** 31

**Treningsdager og sted:** Sædalebanen mandag 18-19 og torsdag 17-18

**Høydepunkter fra 2023:** (Maks 200 ord). Høydepunktet er at vi gjennom hele 2023 har hatt en stor og samlet gjeng på rundt 30 spillere som møter på trening og kamp jevnlig, tross ujevne resultater i kamp. Alle har utviklet seg, hatt gode opplevelser og spilt mye fotball. Ellers er Vosscup alltid et høydepunkt!

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen/ Kringlebotn G2012

**Kontaktperson:** Inge Villy Hauge

**Antall trenere / lagledere:** 11

**Antall utøvere:** 40

**Treningsdager og sted:** Mandager Kringlebotn, Tysdager NOT

**Høydepunkter ra 2023:**

Vi starta året med ca.35 spelarar, deltok i Vinterserie og Sparebank 1 SR-Bank Cup før vi starta sesong med 3 lag på Nivå 2. Voss Cup med 4 lag, og KIL-Cup med 2 lag før haustsesongen, og Åsane Bama Kiwi Cup med 4 lag i november.

Vi har hatt god utvikling i gruppa, og har ganske 50/50 på resultatsida.

Etter sesongsslutt slo vi oss saman med Kringlebotn, og fekk 11 spelarar og 3 trenarar inn.

Samanslåinga har gått fint, men relasjonsknytning har blitt hindra av vanskelege treningsforhold. Vi bøter på det med sosiale tiltak, cuper, vinterserie og alternativ trening for å halde gruppa saman.

Gruppa er diversifisert - nokon er ekstra ivrige og går på ekstratilbod både i regi av klubben og andre, medan andre trivast med treningsmengda laget gir. Vi forsøker etter beste evne å gje eit godt tilbod til alle, uansett kor man er på skalaen i forhold til fotballinteresse.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen G2011

**Kontaktperson:** Arne Olav Holm

**Antall trenere / lagledere:** 8/1

**Antall utøvere:** 26

**Treningsdager og sted:** Mandag 18:00 – 19:30 Sædalsbanen og onsdag 19:00 – 20:30 Sædalsbanen

**Høydepunkter fra 2022:**

Forlot barnefotballen i 2023. Deltok med 3 lag i serien og var med på Voss Cup for siste gang, stilte med 3 lag. Som tidligere år har det vært upåklagelig oppmøte på trening og kamp. Ser nå frem til ungdomsfotballen.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen/Kringlebotn G14 (2010)

**Kontaktperson:** Torgeir Lindmo

**Antall trenere / lagledere:** 8 trenere + lagleder

**Antall utøvere:** 26 spillere (20 fra Sædalen IL, 6 fra Kringlebotn IL)

**Treningsdager og sted:**

Mandag: NOT 1630 – 1800

Onsdag: Kringlebotn 1630 – 1800

Torsdag: NOT 1800 - 1930

**Høydepunkter fra 2023:**

Sædalen/Kringlebotn G13 (2010) har i sesongen 2023 hatt to lag i serien, ett i første divisjon og ett i tredje divisjon. Vi er nå 26 gutter i troppen, 6 av disse er fra Kringlebotn. Vi er 8 trenere + lagleder. I tillegg har vi 3 mødre som hjelper i "dugnadsgruppen".

Vi har 12 gutter som trener med Kniksenakademiet, 1 eller 2 ganger pr uke. Flere av disse har spilt med Brann på turneringer i løpet av 2023. 1 spiller er fast i nasjonal gruppe på Kniksen, mens 2 spillere hospiterer med nasjonal gruppe.

Vi har én spiller som har vært på NFF Hordaland sitt skyggekrets lag sesongen 2023. Han spilte 4 kamper med krets laget i 2023.

Vi har i 2023 hatt lange skadeavbrekk på flere spillere. De to mest alvorlige har vært tretthetsbrudd i ryggen på to spillere. I tillegg har vi hatt armbrudd, schlatters, etc. Dette gjorde at førstelaget fikk en tøff vårsesong, og tøff start på høsten aug-sept. Når alle var skadefrie gikk det imidlertid veldig bra i okt og nov. Ubeseiret i de siste 8 kampene (6 seire og to uavgjort).

I 2023 deltok vi med lag på Varegg Cup, Adidas Cup, FK Vidar Ungdomscup (Stavanger), KIL-cup, Intersport Fotballfest.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen Gutter 14 / født 2009

**Kontaktperson:** Thomas Johannessen

**Antall trenere:** 8

**Antall utøvere:** 27

**Treningstid og sted:** Trener 3 ganger i uken på Kringlebotn/Nattland. Noen lørdager inne i gymsalen på Nattland Skole

**Høydepunkt for 2023:** Vi hadde meldt på 3 lag i hhv nivå 1, 2 og 3 (9'er lag). Som foregående år ble vårsesongen utfordrende med en del tap, men bedre resultater i høstsesongen. Det ene laget vårt vant 3. divisjon og fikk medaljer - som spillerne fikk utdelt da vi hadde pizzaavslutning etter sesongen. Det er en treningsvillig gruppe som viser god innsats og interesse ennå. Vi deltok på Lerum Cup juni 2023, og det var en kjekk og sosial turnering. Ellers hadde nesten hele laget sesongkort samlet på Brann sine kamper – det var med på å bygge godt samhold i laget.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen G2008

**Kontaktperson:** Arnfinn Osmundsvaag

**Antall trenere / lagledere:** 7

**Antall utøvere:** Rundt 35

**Treningsdager og sted:** Mandager og onsdager på NOT, torsdager på Kringlebotn

**Høydepunkter fra 2023:**

G2008 stilte med 2 lag i seriespillet i 2023 og deltok på turneringer som Varegg cup, Bauge cup, Adidas cup, Regy cup og Sør cup. Det er gjennomført et tresifret antall treningsøkter i 2023. Sportslig og sosialt var turneringene høydepunktene. I Sør cup stilte vi med to lag som begge tok seg til A-

sluttspillet og hvor det ene nådde semifinalen. I Bauge elite cup reiste man seg etter tap i første kamp og vant de resterende 5 og endte med det som cupvinner!

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lag:** G 19 / Junior

**Kontaktperson:** Olav Berg

**Antall trenere/lagledere:** 4

**Antall utøvere:** 50

**Treningsdager:**

**Høydepunkter:**

Årets store mål og begivenhet var utvilsomt Norway Cup der vi stilte med tre juniorlag. Ett lag i G17 turneringen og to lag i G19 turneringen. Da puljeoppsettet var klart hadde alle lagene fått utenlands motstand i de tre puljene. Puljespillet ble en resultatmessig opptur og alle de tre lagene gikk videre til A-sluttspillet. Vi må innrømme at vi hadde håpet på B sluttspill for to av lagene, men slik gikk det ikke. G19-1 gikk lengst i A-sluttspillet, walk over i 1/32 delsfinalen (der røk G19-2), vant 1/16 delsfinalen 3-0 mot Kåsen IL (der røk G17) og møtte Strindheim Toppfotball i en dramatisk 1/8 delsfinale. Der tapte vi 2-1. Strindheim Toppfotball vant tilslutt finalen i Norway Cup for G19. Vi bodde på Thon Hotel Linde som er et tradisjonsrikt Norway Cup hotel med grei beliggenhet i forhold til de fleste baner som er i bruk under Norway Cup. G19 disponerte Sædalen Bilen under Norway Cup. Den var veldig grei å ha disponibel og lettet mye av logistikken. Vi kjørte over med 7 personer og bagasje i bilen. Det krevde 5 ladestopp (Opplading før avreise fra Bergen – 1.Voss – 2.Eidfjord – 3.Maurset – 4.Gol – 5.Hønefoss – Opplading ved ankomst Oslo) noe som gjorde Bergen-Oslo til en 12 timerstur. Oppsummeringen etter sesongslutt var at vi burde hatt 2 lag i G19 serien i 2023. Vi hadde for mange spillere til å gi alle god nok kamptrening på vårsesongen med bare ett G19 lag. Vi kan bidra med spillere til B-laget, men det er ikke hensiktsmessig at det er G19 som styrer B-laget. B-laget er til syvende og siste et tilbud til seniorspillere som ikke får kamptrening på A-laget.

Av andre aktiviteter så stilte G19 med ca 25 løypevakter under Bergen 3000. Dette er en dugnad som passer G19 spillere godt. Vi har også stilt opp på Sædalen dugnader ifbm smakstester i Sædalshallen.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lag:** Senior Herrer

**Kontaktperson:** Øyvind Thorsen

**Antall trenere/lagledere:** 5 – Roar Fredriksen, Tore Vindheim, Stein Olsaker, Arild Stendalen, Øyvind Thorsen

**Antall utøvere:** Ca. 35 i seniorgruppen.

**Treningsdager:** Mandag, tirsdag og torsdag på Rautjern. Hjemmekampene ble spilt Lægdebanen og Nymark.

**Høydepunkter/nedturer:** A-laget rykket dessverre ned fra 4. divisjon til 5. divisjon. B-laget holdt plassen sin i 6. divisjon. Dessverre har treningsfremmøtet på senior vært lavt. Vi har benyttet 52 spillere på A-laget og 78 spillere på B-laget, så det er positivt at mange juniorer har fått prøve seg i seniorfotballen.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Supergirlza 2015

**Kontaktperson:** Christian Krogh Gangsøy

**Antall trenere / lagledere:** 6

**Antall utøvere:** 18

**Treningsdager og sted:** Torsdager kl. 17.00 på sæterdalsbanen

**Høydepunkter fra 2023:**

Voss cup fremstår som et stort høydepunkt. Cuper (og seriekamper), spesielt cupen på Frekhaug er verdt å nevne som høydepunkter. Videre er konstant utvikling av samhold og fotballferdigheter i gruppen noe som må kategoriseres som løpende høydepunkter for både spillere og trenere.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen Perle J2014

**Kontaktperson:** Britt Marie Skaflestad

**Antall trenere / lagledere:** Trenere: Benedicte Jordan Baksvær, Morten Berglund og Stig-Ove Martinsen (bistand frå Anna Artmeyer og Tuva Graue-Einarsen). Lagleder Britt Marie Skaflestad

**Antall utøvere:** 16-17

**Treningsdager og sted:** tirsdag og onsdag på Sæterdalsbana

**Høydepunkter fra 2023:**

- Voss cup
  - Serieturneringer, treningskamper og mange fine treninger!
  - God oppslutning på både trening og kamp
  - Champions League kamp på Brann stadion
  - Spent på overgang til 7'er fotball!
- 

**Lagnavn og årskull:** SKB (Sædalen/ Kringlebotn) J2013

**Kontaktperson:** Morten Igeltjørn/ Marta Elise Helland Klakegg

**Antall trenere / lagledere:** 5

**Antall utøvere:** 17

**Treningsdager og sted:** Onsdag (Kringlebotn) Torsdag (Sædalen)

**Høydepunkter fra 2023:**

- Voss og Eidfjord Cup.
  - Opplevelsen med det å spille og mestre seriekamper.
  - Utviklingen til laget som gruppe og enkeltspillere.
- 

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** J2012

**Kontaktperson:** David Forsse

**Antall trenere / lagledere:** 6/1

**Antall utøvere:** 22 + hospitanter

**Treningsdager og sted:** man + ons 18-1930 på NOT

**Høydepunkter fra 2023:** (Maks 200 ord).

Vi har hatt en fin fotballsesong i 2023. Det var siste sesong med 7erfotball og vi møtte flere lag over Bergen og omegn. Vi spilte oss sammen bedre og bedre gjennom sesongen og hadde mange fine opplevelser. Vi har også vært på flere brannkamper, blant annet champions league-kvallen. Da hadde vi også temakveld med pizza og besøk fra Andrine Hegerberg som kom med treningstips.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen Stjerneskudd J2011

**Kontaktperson:** Arnfinn Osmundsvaag

**Antall trenere / lagledere:** 4

**Antall utøvere:** Rundt 20

**Treningsdager og sted:** Mandager og onsdager på NOT

**Høydepunkter fra 2023:** (Maks 200 ord).

Det er gjennomført om lag 80 treningsøkter 19 trenings- og seriekamper i 2023 i tillegg til deltakelse på Voss cup og en cup i Åsane. Høydepunktet var kulletts siste deltakelse på Voss cup i strålende sol.

Laget gikk samlet på kamp med Brann kvinner 4 ganger dette året, og sesongavslutning ble markert med pizza og quiz etterfulgt av tribune plass under Brann-Lyon.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** J2008/2009

**Kontaktperson:** Arve Davidsen

**Antall trenere / lagledere:** 5/2

**Antall utøvere:** 26

**Treningsdager og sted:**

Mandag Kringlebotn, Onsdag Rautjern, Torsdag NOT

**Høydepunkter fra 2023:**

Jenter 2008/2009 ble slått sammen før 2023 sesongen. Relativt utstrakt lån av spillere fra 2009 til 2008 over flere år la grunnlaget for en smertefri sammenslåing. Andre høydepunkt

Jenter 15 1. divisjon vår 2. plass

Jenter 15 1. divisjon høst 4. plass

Jenter 15 2 divisjon høst avdeling 2 1. plass

Norway cup Kvarfinale J2009 (tapte på straffer)

Regy cup Jenter 15 2. plass

Videre vitner det om at jentene jobber godt når laget har hatt tre spillere inne i Branns gruppe for Nasjonale tiltak i 2008/2009 gruppen.

Ellers ønsker vi å bemerke at det var 0 frafall i J2008/2009 gruppen i 2023. For jenter i ungdomsfotballen må det sies å være et høydepunkt.

---

**Idrettsgren:** Fotball

**Lagnavn og årskull:** Sædalen J17

**Kontaktperson:** Morten Einarsen

**Antall trenere/lagledere:** 4

**Antall utøvere:** ca 20

**Treningsdager og sted:** Mandager Kringlebotn, Onsdager Rautjern

**Høydepunkter fra 2023:**

Første kampen i høstsesongen etter sammenslåing med Fana da vi slo Nymark 6-0. Starten på noe bra!

