



IDRETTSGLEDE FOR ALLE



INKLUDERING | SAMHOLD | UTVIKLING

Årsberetning 2025 fra avdelingene i Sædalen Idrettslag

Folkehelse, Taekwondo, Innebandy, Fotball & Håndball, Frisbee

Innholdsfortegnelse

Folkehelse	2
Innebandy	2
Taekwondo	5
Fotball	7
<i>Jenter</i>	<i>Feil! Bokmerke er ikke definert.</i>
<i>Gutter</i>	<i>Feil! Bokmerke er ikke definert.</i>
Håndball	17
<i>Jenter</i>	<i>17</i>
<i>Gutter</i>	<i>20</i>

Folkehelse

Idrettsgren: Åpen hall

Lagnavn og årskull: Over 16 år

Kontaktperson: Vilde Brodahl

Antall trenere / lagledere: 2 / 1

Antall utøvere: 40 +/-

Treningsdager og sted: Mandager 21:05 – 22:00

Høydepunkter fra 2025:

Treningene har vært gjennomført stort sett hver uke, med godt oppmøte. Det er bare 8 plasser per trening grunnet arealet som er tilgjengelig. Treningene består av funksjonell trening som kombinerer styrke og utholdenhet på en crossfit inspirert måte der målet er at deltakerne skal få trent hele kroppen på en time. God stemning og fornøyde deltakere etter treningene.

Idrettsgren: Folkehelse

Lagnavn: Seniortrim på Helgetun

Kontaktperson: Vilde Brodahl

Antall utøvere: 30

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

Høydepunkt 2024: Stabilt oppmøte på alle treningene gjennom året og tilsig av nye deltakere både fra Helgetun og fra Sædalen for øvrig. 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!

Idrettsgren: Idrettskolen

Lagnavn og årskull: 2020 og 2021

Kontaktperson: Guro Eline Gjesdal

Antall trenere / lagledere: 2/3

Antall utøvere: 14 stk på 2020 og 25 stk på 2021. Til sammen = 39

Treningsdager og sted: Onsdager på NOT

Høydepunkter fra 2025: Det er kommet nye trenere på alle gruppene, bortsett fra Eirik som også var med i fjor. Maria har hovedansvaret og har med seg Eirik og Emilie på idrettskolene. 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, utvikle seg og føle mestringsglede. For å møte hver enkelt er treningen variert slik at det ikke blir for ensformet med det ene eller det andre, men en ser også at barna trenger å gjøre aktivitetene flere ganger for å forstå konseptet. 2020-kullet er dessverre blitt en god del færre deltakere, som kan ha flere årsaker, blant annet at dette årskullet også har ballsidighet. Ellers har 2021-gruppen hatt en økning etter jul.

Idrettsgren: Stjerner etter skolen

Lagnavn og årskull:

Kontaktperson: Guro Eline Gjesdal

Antall trenere / lagledere: 2

Antall utøvere: 5

Treningsdager og sted: Onsdager på Nattland oppvekstun

Høydepunkter fra 2025: Stjerner etter skolen er for barn med nedsatt funksjonsevne, hvor treningen har fokus på mestring og aktivitetsglede. Deltakerne har ulike forutsetninger og kjenner på ulik mestringsfølelse. Tilbudet har vart over flere år nå, hvor alle deltakerne har deltatt på så å si hver trening. Dette tyder på at de trives med opplegget. De ønsker ofte aktiviteter de er kjent med fra før, men instruktørene prøver iblant også å variere med noen nye leker/aktiviteter. Dessverre har vi i utgangspunktet ikke fått støtte til dette tilbudet videre, men vi vet at det betyr mye for deltakerne da dette er eneste fritidstilbudet de har. Det er derfor ønskelig å søke om midler til å kunne fortsette eller utvikle tilbudet videre.

Idrettsgren: Sterk etter skolen

Lagnavn og årskull: 1-4.klasse og 5-7 klasse

Kontaktperson: Guro Eline Gjesdal

Antall trenere / lagledere: 3

Antall utøvere: Antall utøvere: 7 stk NOT, 32 stk Sædalen 1-4.klasse, 11 stk Sædalen 5-7.klasse.

Treningsdager og sted: Onsdag 1-4.klasse NOT + 5-7. klasse Sædalen, Fredag 1-4.klasse Sædalen

Høydepunkter fra 2025: Sterk etter skolen er et tilbud rett etter SFO/skoletid. 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. Barna på mellomtrinnet går direkte fra skolen og ned til aktiviteten kl14. Vi har hatt en liten økning i antall deltakere på dette partiet fra ca. 6 stk til ca.10 stk som deltaker på så å si alle treningene. Den gjengen som er med trives godt og ønsker svært at dette tilbudet skal fortsette, men som med stjerner etter skolen har vi heller ikke videre midler til dette per dags dato. Dessverre har gruppen på NOT blitt så få deltakere at den gruppen har måttet avsluttes. På Sædalen derimot har det vært et stabilt tall på rundt 30 deltakere, som er maks antall. I utgangspunktet ønsker vi tre instruktører på gruppen i Sædalen, men har per dags dato bare to. Hva som er årsaken til nedgangen på NOT er vanskelig å si, men det er tenkelig at det er pga. vi i Sædalen får reklamere for tilbudet gjennom skolen og at rektor/lærerne sender ut info – dette får vi ikke lov til på NOT og kan være en mulig forklaring på den lave veksten. Deltakerne på sterk etter skolen er stort sett 1.trinn og 2.trinn og det kan dermed hende at de som går i disse klassetrinnene nå ikke vet om sterk etter skolen på NOT.

Innebandy

2025 har vært et stabilt og godt år for innebandygruppen. Vi er noe sårbare dersom noen slutter hos oss, for vi er ikke så veldig mange flere enn vi absolutt bør være. Særlig i gruppen 5. – 7. klasse har vi likevel hatt ålreit rekruttering. Det betyr at vi er vi nippet til å kunne melde på to lag for 5. – 7. klasse i miniturneringene, noe som er et par år siden vi kunne sist. En bekymring er at det kan bli litt stor forskjell i treningsnivå på de ulike gruppene, og det vurderes om det skal differensieres mer blant de aller yngste og om det skal være et mellomparti for de som skal opp fra 4. til 5. klasse. Pr. nå har vi operert med 3 aldersgrupper 1.-4. klasse, 5.-7. klasse og 8.-10. klasse – hvorav de 2 siste trener sammen. Det er alltid en utfordring i å rekruttere nye spillere i 'konkurransen' med særlig fotball og håndball. Vi skulle gjerne ønsket oss at noen av de som slutter på de store idrettene kan blir sendt videre til oss, og har forsøkt en viss dialog for å få til dette uten særlig resultat. Vi får likevel en del spillere som ikke finner seg til rette i andre idretter, men som ofte blomstrer hos oss. Sædalen Innebandy har godt ord på seg for å ha meget godt miljø, hvor alle tar vare på hverandre og hvor nye spillere blir godt mottatt, og at de blir raskt integrert og får grunnleggende innebandy-trening slik at de raskt kan bidra godt både på trening og i turneringer. Vi vet at vi har fått nye spillere på grunn av det gode ordet på oss. 1. – 4. klasse jobber godt med å lære barna de grunnleggende kunnskaper om innebandy, og så øker nivået gradvis oppover. Alle gruppene deltar på 8 Minirunder i sesongen fra september til mars, hvorav Sædalen arrangerer én – i januar. Dette er god øving for de minste og for mellompartiet, mens banene begynner å nærme seg litt små for de største. Vi deltar også i alt vi finner av Ungdomsturneringer på full bane. Da er det ikke lengre barneidrett, men tellende kamper. De eldste vinner stort sett det meste av oppgjør mot lokal motstand. Vår ambisjon for 2026 er å vokse og å klare å rekruttere flere spillere i barn- og ungdomsklassene, samt å få til et tilstrekkelig godt tilbud til ungdommene som etterhvert har blitt så gode at de trenger større utfordringer. Dette innebærer plan om å delta på Norges største innebandy-turnering i Stavanger i 2026.

Idrettsgren: Innebandy

Lagnavn og årskull: Junior, 1. til 10. klasse

Kontaktperson: Roger Lillebøe-Hansen

Antall trenere / lagledere: 4

Antall utøvere: 28

Treningsdager og sted: Tirsdag 18:30 til 20 Nattland, onsdag 17 til 18:30 Sædalen .

Taekwondo

Idrettsgren: Taekwondo

Lagnavn og årskull: Ett barneparti, ett voksen-/ ungdomsparti og fra høsten 2024 har vi også hatt et nybegynnerparti for ungdom og voksne som trener 2 ganger per uke (tirs. og tors.).

Kontaktperson: Inger Marie Løes (styreleder) og Ole Havmøller (hovedinstruktør)

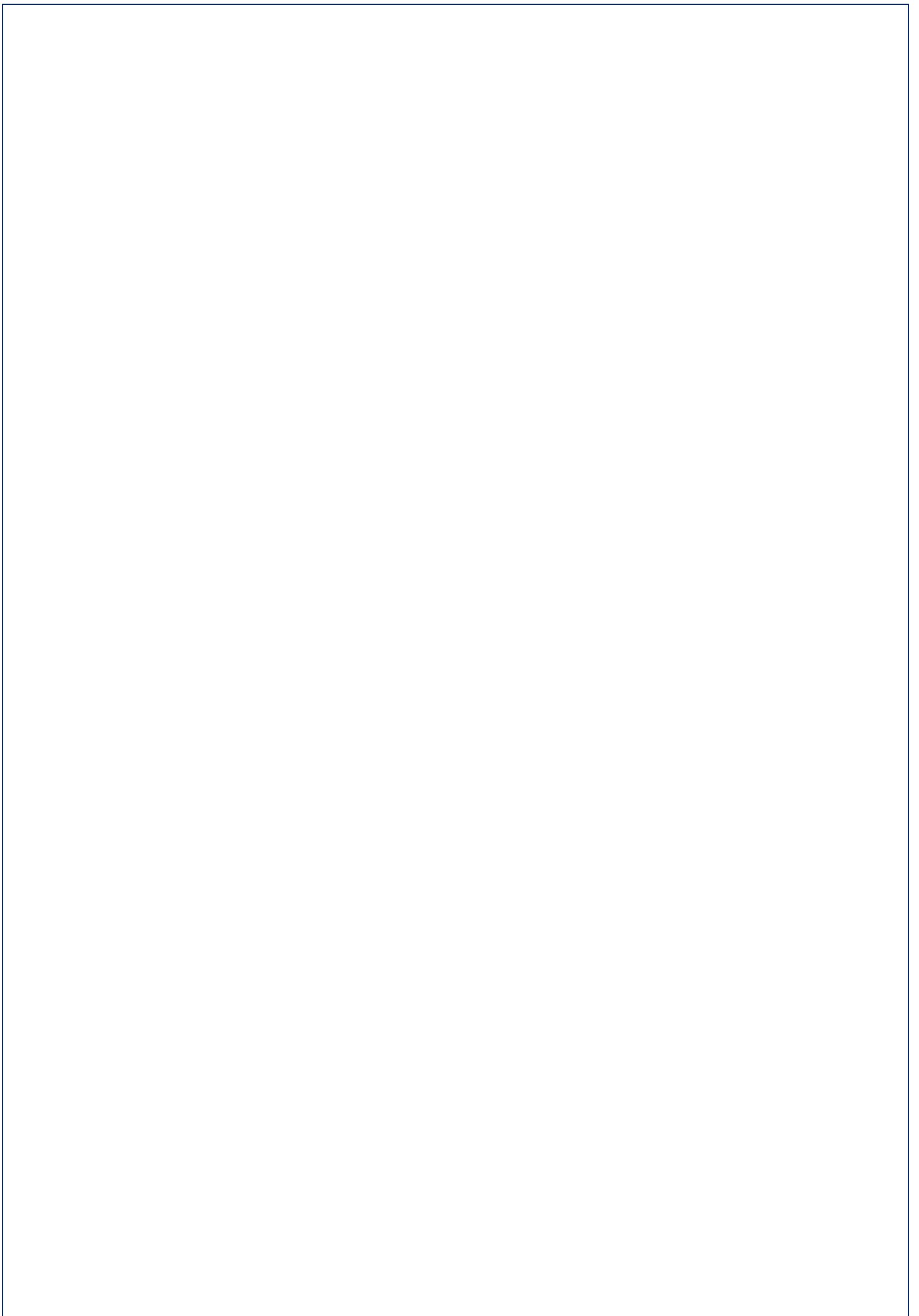
Antall trenere: 7

Antall utøvere: 32 (nedgang fra 34 ved utgangen av 2024)

Treningsdager og sted: Tirsdag, torsdag, fredag (alle i hallen på Nattland oppveksttun, NOT)

Høydepunkter fra 2025:

- Nyttårsleir 2025 i Florø med flere deltagere fra klubben der Håkon Marius Walter-Johannesen Leknessund og Michael Adrian Fazli begge bestod gradering til 1. dan.
- SædalenCup (for taekwondo) som vi pleier å arrangere for alle Vestlandsklubbene i TTU (Traditional Taekwondo union) i hallen på NOT i april måtte dessverre utgå i 2025 grunnet konkurrerende aktiviteter.
- Klubben hadde også flere deltagere med på Danseminar i Fyllingsdalen 23.-25. mai.
- TTU Sommerfestival ble avholdt på Evje 9.- 13. juli der hovedinstruktør Ole Havmøller gjennomførte første del av graderingen til 8. dan og Øyvind Løes og Mats Wiig Vatne graderte seg til hhv 3. dan og 1. dan.
- Klubben stilte også med flere utøvere, coacher og en dommer ifm GM Cho ´s Cup på Osterøy 27. september.
- VestlandsCup/NorgesCup i taekwondo gikk av stabelen 11. oktober i Åsane med gullmedalje til Håkon Marius Leknessund i kamp.
- Klubbgraderinger i februar, juni og desember ble også gjennomført med svært god innsats fra utøverne.
- Utvida juleavslutning for utøvere og instruktører med familier ble arrangert 18. desember med gjesteinstruktør, pizza og markering av at vår hovedinstruktør Ole Havmøller offisielt har blitt Grand Master etter at del to av graderinga til 8. dan ble gjennomført og bestått i Korea i høst.



Fotball

Gutter

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Gutter 2019

Kontaktperson: Sondre Serigstad

Antall trenere / lagledere: 8 / 2

Antall utøvere: 30

Treningsdager og sted: Sæterdalbanen, tirsdager kl 17-18

Høydepunkter fra 2025:

Vi er et nyopprettet lag fra høsten -25 og har kommet godt igang med treninger og fordelt roller i trenerteamet. Vi hadde våre første kamper på Sædalendagene i høst. Vi har meldt oss på cup i januar -26 og Voss cup 2026.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: G2018

Kontaktperson: Stein Inge Aabrekk

Antall trenere / lagledere: 10 stk.

Antall utøvere: 39

Treningsdager og sted: tirsdag kl 18.00 og torsdag kl 17.00

Høydepunkter fra 2025:

Voss Cup stor opplevelse for G2018. Stor mestringsfølelse. Fana Vinterserie har og vore en suksess.

Stor treningsglede gjennom både vinteren og sommaren.

Stor takk til trenarar i 2025.

Idrettsgren: fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen-Kringlebotn G2017

Kontaktperson: Sven Leininger

Antall trenere / lagledere: 10 trenere / 2 lagledere

Antall utøvere: 42

Treningsdager og sted: mandag 17-18 NOT, torsdag 18-19:15 Sæterdalsbanen.

Høydepunkter fra 2025: Voss cup. Nobi julecup (futsal, veldig god læring), Pizza og utdeling av nye drakter.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen Gorilla- G2016

Kontaktperson: Bjarte Opsal – Ola Tjeldsflåt

Antall trenere / lagledere: 13

Antall utøvere: 37

Treningsdager og sted: Mandager 18-19 og torsdager 17 -18. Begge dagene på NOT-banen

Høydepunkter fra 2025: Vi holder et stabilt antall barn på 37 stk, noe vi er veldig fornøyd med. Samtidig er vi heldig som også opprettholder et stabilt antall trenere for å ivareta og bidra til gode og lærerike treningsøkt. Vi kickstartet sesongen med noen skiøkter da baneforholdene ikke var helt optimale. Vi har deltatt på to cuper, Åsane Cup i mars og Tertnes Holding minicup i august. Utenom det har vi gjennom året gjennomført treningskamper mot ulike lag fra Bjarg, Askøy IL, Vestsiden Askøy, Minde, Østsiden Askøy, Lyngbø. Vi meldte oss på vinterserieturnering til Fana IL. Et flott initiativ og arrangement fra Fana. Høydepunkt for året er Voss Cup. Vi stilte med 5 lag til turneringen. Mye god fotball, godt humør og minnerike dager. 18. desember hadde vi siste treningsøkt. Deretter avsluttet vi, etter tradisjon fra forrige år, i Gårdsbarnehagen med pølser i brød, varm saft og pepperkaker.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen Super City, Sædalen Super United – G2015

Kontaktperson: Preben Andersen

Antall trenere / lagledere: 5 /1 (lagleder er også trener)

Antall utøvere: 25

Treningsdager og sted: Mandag – Sædalen Arena, torsdag - NOT

Høydepunkter fra 2025:

I juni 2025 reiste hele laget til Voss cup. Det som kjennetegner Voss cup for G2015 er at det er en felles arena for utvikling og forsterking av vennskap, lagfølelse og mestring. Noen av guttene ble bedre kjent eller nye bekjentskap ble utviklet, mens andre overnattet uten foreldre i gymsalen, for første gang. G2015 har en fast tradisjon om å bade på kveldstid. De heier på hverandre, slik at alle kommer seg ut i vannet. Det er en genuin glede som utspiller seg. Ved årets Voss cup så vi mye godt spill og guttene var fornøyd med egen innsats – som faktisk er det viktigste, mestringsglede og mestringsfølelse. Vi reiste opp med tre lag, slik at guttene fikk spille mye. Og et av høydepunktene før kampene er bøtten med vann, som en kan dyppe hele hodet nedi, da det også ved årets Voss cup var strålende sol. I november 2025 ble det også gjennomført en felles VM kveld hjemme hos en av fotballguttene. Det var en meget engasjert gjeng, som så Norge – Estland, hvor også pizza ble servert.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen Turbo G2014

Kontaktperson: Rune Danielsen

Antall trenere / lagledere: 9 trenere (inkludert lagleder)

Antall utøvere: 40

Treningsdager og sted: mandag (Arenaen) og onsdag (NOT)

Høydepunkter fra 2025:

Høydepunktet i 2025 var Voss cup hvor vi deltok med 40 spillere og 5 lag. En fin sosial arena for både spillere, trenere og foreldre.

Turboene har gjennomført ca. 150 aktiviteter (Kamper og treninger) i 2025 og trenings-og kampoppmøte har vært skyhøyt.

Flere av Lagets trenere har vært deltatt på trenerkurs gjennom 2025. 7 av 9 trenere har nå Grasrotrenerkurs til og med guttenes alder og 6 trenere har UEFA C-lisens. 1 trener har UEFA B-lisens.

Vi ønsker også å trekke fram Fair Play-arrangementet vi gjennomførte i høst. Spillerne fikk selv snakke om hvordan vi vil ha det på trening og i kamp – om glede, respekt, inkludering og lagånd

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Fotball G2013- Falken 2013 - Samarbeid med KRIL

Kontaktperson: Ida Flaaeng

Antall trenere / lagledere: 12/2

Antall utøvere: 35

Treningsdager og sted: Mandager Kringlebotn, onsdager Sædalen Arena

Høydepunkter fra 2025:

Vi er ein stor og stabil gjeng spelarar frå Sædalen IL og Kringlebotn IL som møter jamnt til trening og kamp gjennom heile året. Høgdepunktet for 2025 var ei fantastisk fin treningssamling i Strandebarm på hausten, der vi fikk trent mykje fotball, blei enda betre kjend og hadde det fantastisk kjekt saman. Spelemessig tar gutane fine steg framover, og vi øver mykje på pasningsspel og på å spele kvarandre gode. Og ikkje minst på å støtte kvarandre, vere positive og behandle alle med respekt.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen/ Kringlebotn G2012

Kontaktperson: Inge Villy Hauge

Antall trenere / lagledere: 7

Antall utøvere: 39

Treningsdager og sted: Kringlebotn mandag, Sædalen Arena onsdag, NOT fredag

Høydepunkter fra 2025: Vi stilte med 3 stk. 9er-lag i serien, 1 på kvart nivå, og etter resultata på vårsesongen spelte vi hausten på nivå 1 avd.2, nivå 2 avd.2 og nivå 3 avd.4. Vi havna ca. midt på tabellen med alle 3 laga. Vi stilte også med 3 lag på Vidar Cup, og kom til finalen på nivå 2 der vi diverre tapte mot Randaberg. Vi har vore ei stor spelargruppe heile året, og har faktisk fått tilført fleire nye spelarar samtidig som vi har mista eit par. 39 spelarar er vi uansett godt nøgde med. Av og til har vi trengt hjelp frå G2013 med spelarar, og dei har stilt opp kvar gong. No er vi i full gong med oppkøying til vår fyrste sesong på full bane, vi gler oss til serien startar!

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen G16 (2009 og 2010)

Kontaktperson: Torgeir Lindmo , lagleder G2010

Antall trenere / lagledere: 10 trenere, 2 lagledere + dugnadsansvarlig/lagleder fra Kringlebotn IL

Antall utøvere: 42 spillere, hvorav 5 er fra Kringlebotn IL

Treningsdager og sted: Mandag 1630-1800 Kringlebotn (2009 & 2010), onsdag 1900-2030 Kringlebotn (2009 & 2010), fredag 1700-1830 (2009& 2010)

Høydepunkter fra 2025: 2009 & 2010 hadde til sammen 3 lag i serien i G16, i hhv nivå1, nivå 2 og nivå 3b. Alle lag hevdet seg godt på sine nivå. På slutten av sesongen var det noen uker utfordrende å stille 3 lag pga småskader og sykdom. Hadde felles sesongavslutning med pizza på Bella Napoli på Nesttun i desember. Deltok på følgende cuper: Varegg Cup (2 lag felles), LAB Breddecup (1 felles lag) OBOS Ungdomscup Stavanger (2010), Norway Cup (2010 G15 og 2009 G16), Intersport Fotballfest (2 lag felles). Fra desember 2025 har 2010 startet samarbeidet med 2011-kullet og har etablert felles treninger med dem for å bli en felles treningsgruppe i forkant av sesongen 2026.02.13

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: G19-1. G19-2 Årskull: 06-07-08

Kontaktperson: Mikke Zeil

Antall trenere / lagledere: 2 trenere. Mikke/John

Antall utøvere:47

Treningsdager og sted: mandager/onsdager Kringlebotn/Sædalen Arena

Høydepunkter fra 2025:

2025 ble et sterkt og minnerikt år for G19-laget, med mye utvikling, samhold, store sportslige prestasjoner, men mest av alt vi har hatt det utrolig kjekt sammen. Lagene har vist høy treningsvilje gjennom hele sesongen, og det ga tydelige resultater på banen. Et av årets store høydepunkter var deltakelsen i Dana Cup. Turneringen ga verdifull internasjonal erfaring og høyt nivå. Guttene viste god lagmoral, tempo og vilje, og tok med seg viktig læring videre inn i sesongen. Innimellom alle kampene klarte vi å få til en utflukt til Fårup Sommerland med alle 30 guttene som lagkassen dekket. Sesongens største sportslige resultat kom under Hamar Stjerne Cup i september. Her leverte lagene en imponerende turnering, og endte med 2. plass i divisjon 1 og 1. plass i divisjon 3. Dette er et tydelig bevis på både bredde og kvalitet i spillergruppene, og en fantastisk lagprestasjon hele veien. Vi tar med oss stolthet, erfaring og motivasjon videre. 2025 har lagt et solid grunnlag for videre utvikling – og vi gleder oss til fortsettelsen.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen C – Senior 7.divisjon

Kontaktperson: Olav Berg

Antall trenere / lagledere: 1

Antall utøvere: 32

Treningsdager og sted: Tirsdag kl 1730-1900 på Raudtjern

Høydepunkter fra 2025:

Sædalen IL besluttet i februar 2025 å etablere et 7. divisjonslag for spillere som hadde lyst å trene og spille fotball med venner. Det skulle samtidig være et tilbud til de som ikke fikk spilletid på A-laget og juniorspillere som manglet et tilbud etter siste sesong som junior spiller.

Tilbudet ble godt mottatt og vi har vært mellom 12-20 spillere på trening gjennom hele sesongen. Det mest overraskende var at vi fikk spillere fra mange andre klubber som Fana, Gneist, Bjarg, Smørås, Loddefjord, Dale/Vaksdal og Begby IL som alle meldte overgang til Sædalen IL.

Sportslig så slet vi i første halvår så vi var sist etter halvspilt sesong. Vi benyttet vårsesongen til å finne en spillestil som passet guttene. Det kom seg betraktelig om høsten så vi endte midt på tabellen.

Samarbeidet med A-laget uteble da vi ikke kunne benytte spillere pga Sædalen IL sitt B-lag som oppløses etter sesongen.

Stort sett alle guttene ønsker å fortsette i 2026. Da vil laget skifte navn til Sædalen 2 og vi håper på en fin sesong i 7.divisjon.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen Herrer B, senior

Kontaktperson: Andreas Svanevik

Antall trenere / lagledere: 1

Antall utøvere: 24

Treningsdager og sted: Rautjern, tirsdag

Høydepunkter fra 2025: Seier etter straffekonk i vinterserien

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen Oldboys

Kontaktperson: Michael Grasdalsmoen

Antall trenere / lagledere: Michael Grasdalsmoen

Antall utøvere: 40

Treningsdager og sted: Søndager NOT

Høydepunkter fra 2025: Vinner av Smalahovecup for 3.året på rad. Midt på treet i serien.

Jenter

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen Tiger, J2018

Kontaktperson: Erlend Fjell Lie, Torkel Leigland og Arild Dalberg.

Antall trenere / lagledere: 2 trenere, 1 lagleder

Antall utøvere: 11 spillere

Treningsdager og sted: Mandager Sætedalsbanen 17-18

Høydepunkter fra 2025:

- Vossacup var det store høydepunktet for jentene.

- Økning av antall utøvere fra 8 til 12 i løpet av høsten 2025

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen Alpha, Beta og Delta (J2017)

Kontaktperson: Ingvild Haaland

Antall trenere / lagledere: 8

Antall utøvere: 20

Treningsdager og sted: Mandager kl 17-18 Sæterdalsbanen, onsdager kl 17.45-19.15
Sæterdalsbane

Høydepunkter fra 2025:

Etter to rekrutteringsrunder i 2025 er laget doblet og vi er nå en fin gjeng med 20 spillere. Vi har vært med på serieturnering, vinterserien og flere cuper. Voss cup var et høydepunkt, der vi deltok for første gang med ett lag. I år stiller vi med tre lag, både i serieturnering og på Voss cup

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen IL Fotball J2016

Kontaktperson: Tore Grane Klausen

Antall trenere / lagledere: 7/1

Antall utøvere: 22

Treningsdager og sted: Tirsdager NOT, Onsdager Sæterdalsbanen

Høydepunkter fra 2025: Fotballåret 2025 startet med å splitte 2016 og 2017 kullene i hvert sine lag ettersom begge hadde nok medlemmer til å stille lag i sine serieturneringer. Dette pga økende interesse og god rekruttering i nærmiljøene. 2016 kullet gjennomførte så sin siste serieturnering med 5er fotball og deltok på flere turneringer med stor entusiasme. Høydepunktet for jentene var Voss Cup, der de fikk god matching, men bet godt fra seg. Videre gjennomførte laget forskjellige dugnader der vi fikk sikra god balanse i regnskapet og rigget oss for framtidig deltagelse på turneringer. Sesongen ble forlenget inn i vinterhalvåret med deltagelse i Fana II sin

vinterserie på Nesttun Idrettsplass, der vi har gjennomført tre turneringshelger med 7er fotball. Jentene har tatt det nye formatet på en svært god måte og spilt gode kamper. I tillegg har vi arrangert treningskamper mot Fana og Bjarg i privat regi. Og vi ser veldig fram til en treningscamp på Austevoll arrangert av våre flinke trenere der vi skal møte lokale lag og ha det kjekt og sosialt sammen. Dette gjør oss godt rustet til årets sesong, og vi håper å rekruttere og holde på jentene slik at vi har en god stamme for to 7er lag framover.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Supergirlza, J2015

Kontaktperson: Anders Ohma

Antall trenere / lagledere: 6

Antall utøvere: 25

Treningsdager og sted: Tirsdager på NOT, onsdager på SA

Høydepunkter fra 2025:

Blant årets mange høydepunkter hadde vi for eksempel aketrening, seriekamper i sol og storm, kickoff med god mat og teambuilding, puttefestival på Stord med kamper og hoppeslott, og selvsagt Vosscup!

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Perle J2014

Kontaktperson: Britt Marie Skaflestas

Antall trenere / lagledere: 4 / 1

Antall utøvere: 18

Treningsdager og sted: Mandager Sætersdalsbanen, 18:00-19:15, Onsdag Sædalen arena, 17:00-18:15

Høydepunkter fra 2025: Vi fikk i starten av 2025 vite at vi fikk en fin sum fra kampanjen #jentervilmer i sbn, øremerket treningsleir. Denne vart utført med stor suksess august 2025, med 1 overnatting i Radøy fotballklubb sitt klubbhus. Sosial moro, tekniske ferdigheter samt kamper vart utført her. Stor stas! Ellers er Voss cup alltid ei positiv erfaring å dra fram.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen/Kringlebotn J2013

Kontaktperson: Morten Igeltjørn (SIL) / Marta Elise H Klakegg

Antall trenere / lagledere: 5 / 2

Antall utøvere: 22 + 1 hospitant (fra Bergensdalen)

Treningsdager og sted: Mandag og onsdag / Sædalen Arena

Høydepunkter fra 2025:

Vi har opprettholdt det totale antallet jenter gjennom hele sesongen.

Laget har deltatt i tre turneringer med sluttspill, der vi vant B-finalen i Lerøy Jentecup og tapende finalist i 2 A-finaler. Alle disse turneringene ble spilt i årsklassen ett år eldre (2012), inkludert OBOS Ung Cup i Stavanger og Intersport Fotballfest i Bergen.

Vi har levert gode resultater både i laget som spilte i egen årsklasse, og i laget som deltok i en høyere årsklasse.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Sædalen J2012

Kontaktperson: David Fosse

Antall trenere / lagledere: 4/1

Antall utøvere: 16

Treningsdager og sted: Mandager NOT, Onsdager SA, Fredag KB

Høydepunkter fra 2025: I Januar reiste vi for andre gang på treningsleir til Florø. Her koste vi oss en helg med innetreninger og treningskamper mot lag fra Florø og Førde, bading, restaurantmiddag og sprell. I sesongen 2025 stilte vi med ett nivå2-lag og hadde en flott opplevelse av sesongen med gode prestasjoner og stor utvikling individuelt og som lag! Vi reiste for første gang til Vidar cup, Stavanger der vi spilte mot lag fra Stavanger og omegn og hadde en kjekk opplevelse med hotellovernatting og lagbygging. Vi fikk på høsten tilbake 2 jenter som vært ett år i Australia som raskt kom seg tilbake på laget og tok nivået. Vi har således holdt laget gjennom sesongen og har mulighet for å stille eget lag til vår første 11er-sesong i 2026 - en seier for det prestasjon-over-resultatsfokus som vi jobbet med målrettet! Etter sesongslutt har vi holdt fotballen gående med 3 faste treninger og regelmessige treningskamper med godt oppmøte og fantastisk treningsvilje!! Vi gleder oss til 2026! Vi ønsker også å trekke fram Fair Play-arrangementet vi gjennomførte i høst. Spillerne fikk selv snakke om hvordan vi vil ha det på trening og i kamp – om glede, respekt, inkludering og lagånd

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Fana/Sædalen J2011 (tidligere Sædalen Stjerneskudd)

Kontaktperson: Arnfinn Osmundsvaag

Antall trenere / lagledere: 6 (2 fra Sædalen)

Antall utøvere: 33 (10 fra Sædalen)

Treningsdager og sted: Nesttun Idrettsplass mandager og onsdag. Spredte torsdagsøkter.

Høydepunkter fra 2025:

2025 var første året med samarbeid mellom Sædalen og Fana for jentene i 2011-kullet.

Vi har hatt fokus på at jentene skal finne tonen på tvers av klubbene og har forsøkt å stimulere til dette via pizzakvelder med quiz og treningshelg i Strandebarm. Det er gjennomført 93 treninger i 2025 og vi har stilt med 2 lag i seriespillet. I tillegg har vi

deltatt i Lerøy jentecup, Adidas cup og Lerum. Høydepunktet for mange var nok Lerum cup i Sogndal som var en positiv opplevelse både sosialt og sportslig. Vi stilte med 3 jevne lag, og det ene tok seg til finalen hvor et toppet Sogndal dro det lengste strået. Å inngå et samarbeid med Fana var nødvendig for å sikre et godt og tilpasset sportslig treningstilbud i hverdagen i tillegg til kamp, og vi ser frem til fortsettelsen i 2026.

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: J16

Kontaktperson: Arve Davidsen

Antall trenere / lagledere: 2/1

Antall utøvere: 25

Treningsdager og sted: Nesttun Idrettsplass mandager, Onsdag Rautjern, Sædalen Arena, Fredag Rautjern

Høydepunkter fra 2025:

- 1.plass J16 Lerøy jentecup 2025
 - 1. plass 1. divisjon J16 Hordaland vår 2025
 - Kvalifisert for J17 interkrets serie Rogaland/Hordaland høst 2025, 6 . plass
 - 2 lag i Norway cup - 1/8 delfinale A sluttspill som best. Sosial suksess med skoleovernatting
 - Mange jenter som har supplert Sædalens lag i 5 divisjon ved behov
 - 4 jenter har hospitert i treningsgruppen til Fana A-lag
 - 2 debutanter i toppfotballens 2 div med Fana A-lag
-

Idrettsgren: Fotball

Lagnavn og årskull: Golden Girls – vi har en spredning fra 24 år til 59 år.

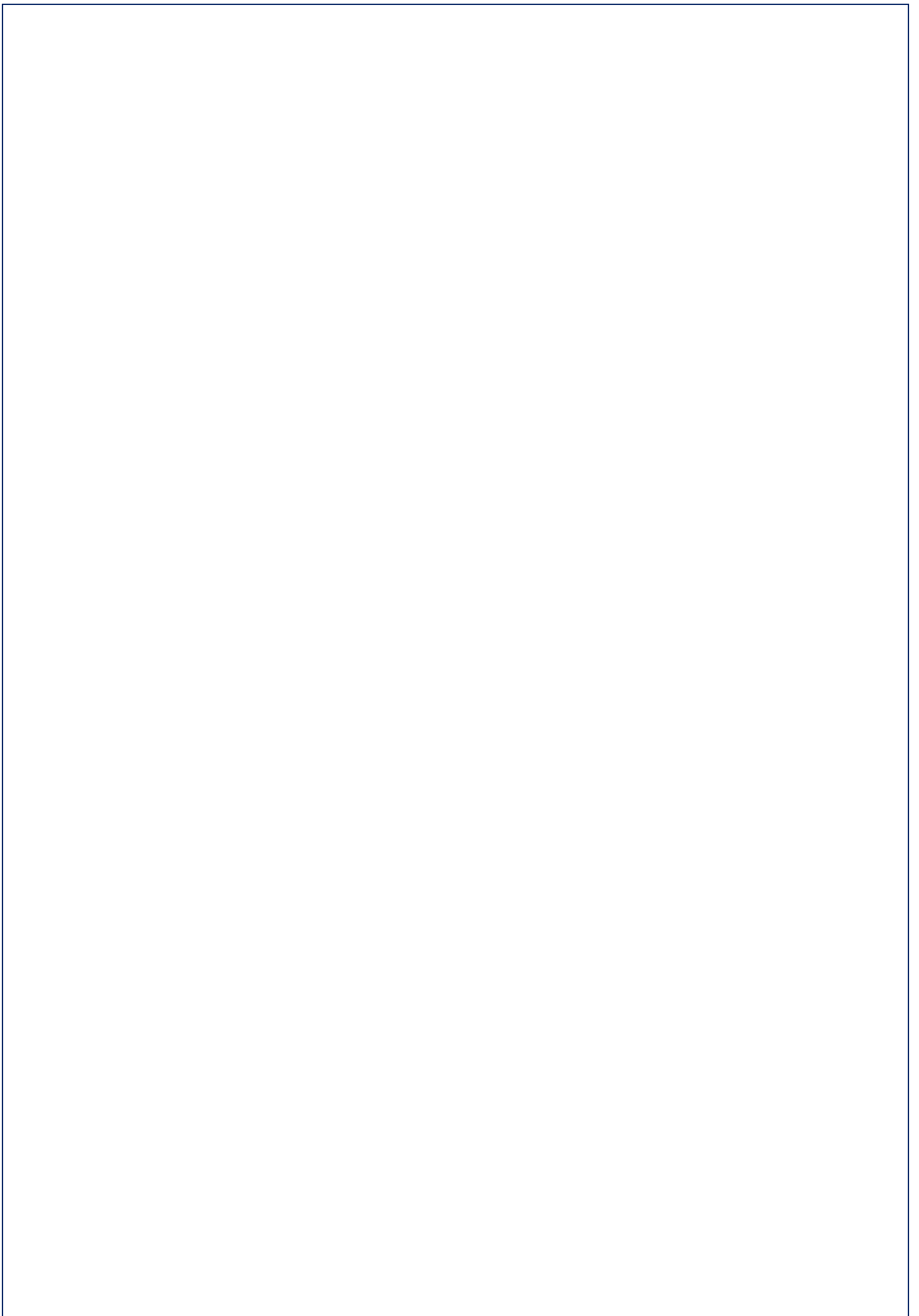
Kontaktperson: Kjersti Torsvik

Antall trenere / lagledere: 1

Antall utøvere: 19 på listen, men bare 10 som er aktive for tiden.

Treningsdager og sted: Onsdager fra kl. 20-21.

Høydepunkter fra 2025: Vi har det veldig kjekt når vi treffes. Hver trening er et høydepunkt. Vi har plass til flere damer som liker å spille fotball.



Håndball

Jenter

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: Håndball j2019

Kontaktperson: Stine Sporsheim

Antall trenere / lagledere: 4 (5)

Antall utøvere: 18 spillere, 16 jenter og to gutter

Treningsdager og sted: Torsdager 17-18 på NOT

Høydepunkter fra 2025:

Nyoppstartet lag. Det har kommet flere og flere, veldig kjekt. Vi har meldt opp 2 lag til serien nå etter jul.

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: Håndball j2018

Kontaktperson: Thomas Østgulen

Antall trenere / lagledere: 2 trenere (inkl lagleder), 5-6 hjelpetrenere

Antall utøvere: 22

Treningsdager og sted: Tirsdager 17:30-18:30 på NOT

Høydepunkter fra 2025:

Håndballaget har etablert seg og alle 22 møter opp til hver trening. Mistet ett par spillere i høst som fikk kollisjon med annen trening og ett par som manglet motivasjon og ville forsøke andre idretter. Deltok i Intersport 4'er vinter- og høstserie, samt Vårsprett 2025. Arrangerte miniturnering i forbindelse med juleavslutning hvor Kringlebotn ble med å spille kamper i Sædalshallen. Trenersteamet ble forsterket med flere hjelpere høsten 2025, og arrangementansvarlig og økonomiansvarlig ble samtidig fordelt, samt at sosial komité ble opprettet i høst.

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: J2017

Kontaktperson: Jannicke Riise (Lagleder)

Antall trenere / lagledere: 3 Hovedtrenere, 1 Lagleder/Hjelpetrener, 3 Hjelpetrenere (+ 2 ekstra hjelpetrenere ved kamper)

Antall utøvere: 23 (høst 2025)

Treningsdager og sted: Mandag, kl. 18.30-19.30 på NOT

Høydepunkter fra 2025: Våren 2025: Seriespill. Stiller med 3-4 lag. Høsten 2025:

Trenerskifte etter sommeren 2025. Seriespill. Stiller med 4 lag. Dugnad (panteflasker), Juleavslutning siste trening før jul. Deltagelse i Julecup i Haukelandshallen med 3 lag

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: Jenter 2016

Kontaktperson: Henriette Melia Lorentz

Antall trenere / lagledere: Henriette Melia Lorentz + to ungdommer

Antall utøvere: 28

Treningsdager og sted: Sædalshallen klokka 15:45-17

Høydepunkter fra 2025: Fellesskap på kamper og cupar. Avslutning til sommaren då det var rebus og mat på Smørås. Også juleavslutning med grautfest hjå trenar.

Treningsglede frå veke
til veke.

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: Sædalen1 og Sædalen2 J2014

Kontaktperson: Monica Buanes

Antall trenere / lagledere: 1 hovedtrener, 1 lagleder og 4 hjelpetrener

Antall utøvere: 22

Treningsdager og sted: mandag 16:00-17:00 og onsdag 18:30-19:30 i Sædalshallen

Høydepunkter fra 2025: Spille kamper! Jentene er en fin gjeng der alle er med alle, og vi har ikke de store klikkene. En fin blanding fra Nattland og Sædalen, som har det gøy sammen. Var første gang på reise cup til Voss våren-24, og det var fantastisk gøy. Gleder seg til årets cup som igjen går til Voss. De har også vert Innløpsjenter for Fana Elite og var så heldig å få besøk av to Elite spillere på en trening

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: Sædalen Vipers, Strikers og Dreamers (2013)

Kontaktperson: Kristian Lind, 92480548

Antall trenere / lagledere: 7

Antall utøvere: 29

Treningsdager og sted: Tirsdag, Torsdag og Fredag i Sædalshallen

Høydepunkter fra 2025:

I år har vi endelig slatt oss sammen med kringlebotn. Det er kommet 13 nye spillere med godt humør og gruppen er blitt sammensveiset raskt! Vi gleder oss til fortsettelsen!

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: J2012

Kontaktperson: Henriette Sognnæs Fjerdingsren

Antall trenere / lagledere: 3

Antall utøvere: 13

Treningsdager og sted: Tirsdag, Onsdag, Torsdag i Sædalshallen

Høydepunkter fra 2025:

To lag gjennom sesongen 24/25, A + B. Fungerte fint, mye rulling. Var 19 spillere våren 2025. Kongeparken Cup i mai. Mistet mange ilar sommeren/tidlig høst (hovedsakelig fotball). To nye. Er nå 13 spillere. Hadde meldt på lag i A og B. Ønsket å beholde begge for å kunne tilby spillerne to nivå, så har samarbeidet med 2013 for å få til dette (B kampene). Verdifullt å ha muligheten til at noen kan spille B nivå (mestring). Ligger midt på tabellen i A serien denne sesongen. Har med noen 2013 spillere på trening en gang i uken. Har også samarbeid med 2011, trening og kamp. Bra med samarbeid på tvers av kullene, ønsker å fortsette med dette. Er en gjeng med ivrige, flinke og greie jenter!

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: J2011

Kontaktperson: Trygve Eiken

Antall trenere / lagledere: 7

Antall utøvere: 23

Treningsdager og sted: Man, tirs, tors Sædalshallen

Høydepunkter fra 2025: Et aktivt år med god utvikling og mange gode opplevelser for J2011. Vi stiller to lag i serien. Stabilt oppmøte på treninger og kamper, og godt miljø i spillergruppen. Et sammensveiset lag som etter hvert kjenner hverandre godt. Samtidig er det kjekt at det stadig kommer nye spillere inn på laget. Flotte sommer- og juleavslutninger kan også trekkes frem. Dette året har vi samarbeidet tettere med andre årskull i Sædalen på kamper og treninger, samt hatt treningssamlinger sammen med Kalandseid. Det er kjekt og lærerikt. Laget har vært på Kongeparken Cup, Varden Cup og treningsleir i Strandebarm i år. Laget deltok på dugnad med innsamling av plast, som både gav både penger i lagkassen og mindre plastbuss i området vårt

Gutter

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: Gutter 2018/2019

Kontaktperson: Preben Andersen

Antall trenere / lagledere: 2

Antall utøvere: 10

Treningsdager og sted: NOT fredager kl. 17-18

Høydepunkter fra 2025:

En liten gjeng med ivrige og aktive 6- og 7-åringer fra Nattland og Kringlebotn. Oppstart september/oktober 2025. Påmeldt vårserien 2026, men de to første kampdagene har kollidert med kampdag for fotball i samme årskull. Håper vi får spilt våre første kamper i mars 2026.

Idrettsgren: Håndball

Lagnavn og årskull: Fana/Sædalen gutter 2014/2015

Kontaktperson: Lene Stokka

Antall trenere / lagledere: 3 trenere (2 fra Sædalen og 1 fra Fana)

Antall utøvere: 15 påmeldt i Spond, av disse er 8 sædalen spillere

Treningsdager og sted: tirsdag 17.00-18.00 i Sædalshallen og torsdag 17.00-18.30 i Fana Arena

Høydepunkter fra 2025:

Sesongens høydepunkt er deltagelsen på Voss håndballcup. Samt samarbeid med Fana gutter 2015 for å få flere gutter på trening og bedre kvalitet på treningene.

Ultimate Frisbee

Idrettsgren: Ultimate Frisbee

Lagnavn og årskull: Sædalen ultimate frisbee, årskull 2005-2013

Kontaktperson: Mathias Watnedal Øgaard

Antall trenere / lagledere: 2

Antall utøvere: ca. 15

Treningsdager og sted: Tirsdag kl. 19, Sæterdalsbanen

Høydepunkter fra 2025: Oppstart av nytt lag, med stadig tilkomst av nye spillere. På det meste hadde vi 16 spillere på én trening, og totalt 27 spillere har vært innom i løpet av høsten. I oktober sendte Sædalen IL sin aller første spiller til en offisiell ultimate-turnering da Anna Wehling «hospiterte» med Stormkast i Norgesserien. Målet er å kunne stille et rent SIL-lag til NM på Sotra i mars 2026.