BLI MED OSS I LUNNER HÅNDBALLKLUBB.

Vil du prøve deg på håndball? Lunner Håndballklubb ønsker alltid nye spillere velkommen – hele året, uansett alder, kjønn og bosted! Du er varmt velkommen til laget vårt.

Vi er en breddeklubb som satser like mye på de yngste som på de eldste.Vårt mål er å skape et sterkt, trygt og inkluderende håndballmiljø hvor vennskap knyttes på tvers av klasser og bygder.

Slik kommer du i gang:

- Møt opp på trening: Du kan komme direkte på en trening for å se på eller bli med utpå.
- Prøv gratis: Du kan delta på noen treninger før du bestemmer deg for om du vil melde deg inn. Ta gjerne med deg en venn også!
- Ta kontakt: Ønsker du å slå av en prat først? Det er bare å ta kontakt med en av våre trenere eller lagledere.

Trenerne våre samarbeider tett og møtes jevnlig i trenerforum for å utveksle erfaringer. Dette gjør at vi kan tilby varierte, utviklende og gøyale økter for alle aldersgrupper.

Bli med i fellesskapet – vi gleder oss til å se deg på banen!

Innmelding i klubb skjer via klubbens hjemmeside.

https://lunnerhk.no/

Hvis det oppstår problemer ,ta kontakt med trener/lagleder på ditt lag. Viktig at man er meldt inn før det spillerne legges inn i Spond appen.

SPOND

Vi bruker Spond-appen til å dele informasjon og beskjeder med spillere og foreldre. I appen finner du treningstider, oversikt over kamper, cuper, dugnader og andre aktiviteter. Trenger du hjelp med Spond, er det bare å ta kontakt med treneren eller noen i styret!

Våre Lag 2026-2027

Jenter /Gutter (2.klasse/3.klasse født 2017/2018) trener i Skøienhallen mandag kl18.00-19.00

Gutter 8/9 trener i Skøienhallen mandag kl18.00-19.00 /Når det ikke er Gympa i hallen trener de kl17.30-18.30

Jenter 8/9 år trener i Skøienhallen mandag kl:18.30-19.30

Jenter 11 år Trener /hjelpetrener Henning Nordberg og Silvia Solbergsete .Trener i Lunnerhallen mandag kl 17.00-18.30 og Fredag kl 17.00-18.30.

Gutter 11år Trener /hjelpetrener Sissel Gillebo og Marte Skaug.Trener mandag kl 18.30-20.00 i Lunnerhallen og onsdag kl 17.00-18.30.

Jenter 12år Trener /hjelpetrener Marit Hammer ,Maja Solberg Vodahl, Jeanette Kørra.Trener i Lunnerhallen tirsdag kl 18.30-20.00 og torsdag kl 17.00-18.30.

Gutter 13 år Trener Halvard Nyland/ Henning Nordberg og hjelpetrener Kristoffer Arnø.Trener i Lunnerhallen mandag kl 15.30-17.00 og onsdag kl 18.30-20.00.

Gutter 17år /junior Trener Viggo Olsen trener i Lunnerhallen mandag kl 20.00-21.30, torsdag kl 18.30-20.00

Aktivitetslag Trener i Lunnerhallen onsdag kl 20.00-21.30.

DUGNAD I LUNNER HÅNDBALLKLUBB

Lunner Håndballklubb drives helt av frivillige, og vi er avhengige av at vi løfter i flokk. For å holde hjulene i gang gjennomfører vi derfor noen få dugnader i løpet av sesongen.
Arrangementsdugnad Når laget til ditt barn har hjemmekamper, bidrar foreldrene på arrangementet. Typiske oppgaver er:

- Stå i kiosken
- Selge billetter
- Sitte i sekretariatet eller være speaker

Vi møtes vanligvis ca. 1,5 time før første kamp starter, og hjelper til med å rydde etter den siste. Når alle bidrar litt, går dette som en lek!

Tusen takk for at du bidrar til et godt miljø for barna våre!

FORELDREVETTREGLER

- Hei på alle! Gi oppmuntring til alle spillerne på banen under kampen.
- Vær en positiv støtte: Vis engasjement i både medgang og motgang – fyll på med ros, ikke kritikk.
- Lær barna god sportsånd: Hjelp barnet ditt med å håndtere både seire og tap på en god måte.
- Respekter dommeren: Støtt dommerne på banen, og unngå å kritisere dommeravgjørelser.
- La trenerne trene: Respekter lagledernes vurderinger og bruk av spillere.
- Støtt opp om klubben: Vis respekt for det frivillige arbeidet som legges ned, og tilby din hjelp der du kan.
- Husk hvem det gjelder: Det er barnet ditt som spiller håndball – ikke du!

BETALING AV MEDLEMSKONTINGENT OG TRENINGSAVGIFT

Krav om medlemskontingent og treningsavgift sendes ut via Spond. Vi anbefaler derfor at du som ny spiller eller foresatt laster ned Spond-appen for enkel oversikt og betaling.
Alternative betalingsmåter:

- E-post: Dersom du ikke har appen, får du en e-post fra Spond med informasjon om hvordan du betaler.
- Vipps eller bankoverføring: Ønsker du å betale via Vipps eller ordinær bankoverføring, er det bare å ta kontakt med oss på faktura@lunnerhk.no

MEDLEMSKONTINGENT OG TRENINGSAVGIFT

Medlemskontingent (årlig)
• Enkeltmedlem: 300 kr
• Familiemedlemskap: 500 kr (Lønner seg for husholdninger med 2 eller flere medlemmer)

Merk: Alle som trener i klubben, samt trenere, hjelpetrenere og styremedlemmer, må være registrerte medlemmer og betale medlemskontingent.

Treningsavgift (pr. sesong)
• Jenter og gutter 6–10 år: 0 kr
• Jenter og gutter 11–12 år: 300 kr
• Jenter og gutter 13–16 år: 600 kr
• Senior: 750 kr
• Aktivitetsserien: 1000 kr

Treningsavgiften fastsettes årlig på klubbens årsmøte før sesongstart og kan derfor variere fra år til år.

Hva gjør en lagleder?

Laglederen er limet i laget og sørger for at alt det praktiske flyter.Du trenger **ingen håndballerfaring** – det viktigste er god struktur, god kommunikasjon og ønske om å skape et trygt og gøy miljø for barna. Trenerne styrer det sportslige på banen, mens laglederen fikser det praktiske rundt.

De 4 viktigste oppgavene

- **Kommunikasjon:** Styre lagets Spond-gruppe, legge inn treninger/kamper og videreformidle beskjed fra klubben.
- **Kamp og logistikk:** Føre laglisten i *Min Håndball*-appen før kamp og avklare kjøring til bortekamper.
- **Vaktlister:** Sette opp foreldre på kiosk- og sekretariatvakter når laget har hjemmekamper.
- **Cup og sosiale ting:** Melde på laget til turneringer sammen med trenerne og planlegge sesongavslutninger.

Slik kommer du i gang

1. **Søk politiattest:** Obligatorisk for alle frivillige i norsk barneidrett.
2. **Avklar roller:** Ta en kort prat med trenerne om hvem som gjør hva.
3. **Klubbens håndbok:** Sett deg inn i klubbens enkle rutiner for drakter og utstyr.Eks ball.

Smarte ting å vite før du starter:

- **Samarbeid:** Dere kan fin være to lagleder og dele på oppgavene – for eksempel at én fikser Spond og den andre tar vaktlister.
- **Enkelt i sekretariatet:** Du får rask opplæring, og under kampene sitter man alltid to sammen.
- **Oversiktlig sesong:** Et enkelt årshjul viser deg nøyaktig hva som skal gjøres når (oppstart, cuper og avslutninger).
- **Alle skal med:** Klubben har egne støtteordninger dersom noen trenger hjelp med avgifter eller cuppriser (behandles konfidensielt).

Som lagleder får du en utrolig fin og nær rolle i barnas idrettshverdag, uten at du må kunne reglene i håndball ut og inn!

Bli trener i barnehåndballen – gi barna mestring, ballglede og trygghet!

Terskelen for å bli barnetrener er lav: Du trenger ingen idrettskarriere bak deg! Det viktigste er å se barna, gi dem god ballglede og skape et trygt miljø hvor alle opplever mestring.

Dine viktigste oppgaver som trener

- **Lek MED ball:** Lag treninger med full fart og gøye leker der ballen er med så mye som mulig. Det gir barna god ballkontakt og ekstra mye ballglede!
- **Mestring for alle:** Tilpass øvelsene slik at både helt ferske og erfarne spillere opplever mestring og fremgang.
- **Lede kamper rettferdig: Alle spillere skal ha like mye spilletid.** Hei på innsats, ta vare på dommerne og fremme god *Fair Play*.
- **Bygge et trygt miljø:** Ta imot barna med et smil, og skap en kultur hvor det er gøy å prøve og helt ufarlig å gjøre feil.

Slik gjør du trenerjobben enklere for deg selv

- **Bruk Øvelsesbanken og Utviklingstrappa:** Bruk de digitale verktøyene hos Norges Håndballforbund (*Utviklingstrappa* og *Øvelsesbanken*). Dette er din røde tråd som gjør det superenkelt å planlegge økter, finne gøye øvelser og vite nøyaktig hva barna bør øve på i sin aldersgruppe, slik at du slipper å gjette deg fram.
- **Fokus på banen:** Trenere og lagledere samarbeider og hjelper hverandre, men **trenerens hovedfokus er alltid trening og barna på banen**.
- **Bygg et trenerteam:** Vær gjerne 2–3 stykker som deler ansvaret for økter og kamper – da blir det mindre belastning og mye gøyere.
- **Avklar forventninger tidlig:** Ta en kort prat med foreldrene om spilletid, trivsel og god oppførsel på tribunen.
- **Tilgang til Spond / Min Idrett:** Sørg for å få riktige trenerrettigheter i lagets Spond-gruppe og at du er registrert med trenerrolle i Min Idrett.
- **Krav om politiattest:** Alle som trener eller har verv rundt barn og unge må fremvise gyldig politiattest – dette er en enkel digital prosess som sikrer et trygt miljø for alle.

Kort sagt: Senk skuldrene, bruk verktøyene på nett, hold ballen i spill – og kos deg sammen med gjengen!

kampvert

Hvorfor har vi kampvert?

Som kampvert representerer du klubben vår utad. Din viktigste oppgave er å skape en trygg, positiv og inkluderende ramme rundt kampene for spillere, dommere, trenere og publikum.

Sjekkliste for kampverten

- **Før kampstart (30–45 minutter før):**
  - Hent og ta på deg kampvertvesten slik at du er lett synlig i hallen.
  - Ønske bortelag, trenere og dommere velkommen, og vis dem til garderobene.
  - Sjekk at banen, innbytterbenkene og sekretariatet er klart.
  - Ta en kort og hyggelig prat med dommere og lagledere før kampen starter.
- **Under kampen:**
  - Stå lett synlig i hallen (helst mellom publikum og banen/sekretariatet).
  - Sørg for at publikum oppholder seg på tribunen, og ikke går bak innbytterbenkene eller ut på banen.
  - Oppmuntre til god og positiv stemning fra tribunen.
  - Gripe raskt og rolig inn ved ufin oppførsel eller kjefting på dommere/spillere.
- **Etter kampen:**
  - Sørg for at «takk for kampen»-sekvensen gjennomføres på en god måte.
  - Takke dommere, trenere og spillere for innsatsen.
  - Bidra til at det ser ryddig og pent ut i hallen etter arrangementet.

Fair Play-retningslinjer

- **For spillere:** Vis respekt for medspillere, motstandere og dommere. Takke alltid for kampen uansett resultat.
- **For trenere:** Vær et godt forbilde på benken. Gi positiv veiledning og respekter dommernes avgjørelser.
- **For foreldre og publikum:** Hei på alle som spiller, gi dommerne arbeidsro (spielt unge dommere under opplæring), og la trenerne lede laget.

Nyttige lenker og mer informasjon

- **NHF Region Innlandet – Fair Play og tiltak:** handball.no/regioner/region-innlandet/utvikling/fair-play/

Gjennomføringsplan for hjemmearrangement

Instruks til foreldrekontaktene (FK)

Oversikt over roller og kontaktpersoner

Nøkkelpersoner i klubben:

- **Kioskansvarlig:** Adelina Hagtvet Rem – Tlf:40613983 *(Kontakt ved manglende varer eller kioskproblemer)*
- **Arrangementsansvarlig:** Trond Lysenstøen – Tlf:90790717 *(Kontakt ved tekniske feil/mangler i hallen)*
- **Dommeransvarlig:** Halvard Nyland -Tlf:97768412
- **Kasserer:** Katja Ahtola -Tlf:9909416

Vaktbehov per arrangement:

- **Storkiosk (4+ kamper):** 2–3 vakter. *(Ved enkeltkamper etter yngresarr. avsluttes storkiosken av opprinnelig lag. Enkeltkamper benytter kiosk i døra).*
- **Kiosk i døra & billett (1–2 kamper):** 1–2 vakter.
- **Billett:** 1 voksen vakt.
- **Sekretariat:** 3 vakter.
- **Barnehåndball (4-bane):** Minst 3 vakter (1 per bane for oppsyn, der midterste bane fungerer som hovedsekretariat med tidtaking).

1. Forberedelser

- **Avtale nøkler :** FK kontakter kioskansvarlig Adelina å avtaler nøkkler til hallen.
- **Organisere vakter:** FK setter opp og kommuniserer vaktlisten i god tid. Ved lange dager bør det settes opp 2 vaktlag for å avlaste.
- **Fordele baking:** FK fordeler forberedelse av vaffelrøre (1,5 liter per voksen til barnehåndball) evt. 1 kake /baks per person som har kioskvakt.

2. Rigging og oppstart (1,5 time før kampstart)

Ansvaret ligger på laget som har dagens første kamp. Nøkler til hall, kontor og handikapheis ligger i den røde kioskkassen.

- **Kampvert:**
  - Hent kampvertvest i veggskapet ved kjøleskapet i storkiosken. 1 kampvert skal være på plass under alle arrangementene.
  - Ta imot bortelag og henvis til garderober. Opprettholde Fair Play og foreldrevett underveis.

- **Garderober og hall:**
  - Hent whiteboard og tusj på «kontoret» ved vestibylen, skriv garderobeoversikt og sett tavlen ved trappen/nedgangen.
  - Sett ut innbytterbenker fra tribunen (1 benk per lag for barnehåndball, 2 benker per lag for øvrige).
  - Sett opp bord og stoler til sekretariatet (lånes i vestibylen).
  - *9–11 år:* Monter ekstra tverrliggere (henger i huken).
  - *Barnehåndball:* Slå sammen store mål og fest i veggen. Sett ut småmål og skru fast i gulvet. Del banen med oppblåsbare pølser (kompressor i utstyrsrommet).

- **Sekretariat og Liveføring:**
  - Sett opp tidtakersystemet og test funksjoner (bruksanvisning ligger i den svarte boksen).
  - Hent nettbrett i safen på kontoret (**Koder:** Safe: | Nettbrett PIN: 2740).
  - Sjekk at papirkamprapporter ligger i sekretariatpermen som sikkerhet om teknologien svikter.
  - **Regler:** *Aktivitetsserien* bruker Enkel liveføring (kun mål). *Regionserien* bruker Standard liveføring (mål per spiller, kort og utvisninger).

- **Kiosk og Billettsalg:**
    - **Storkiosk:** Fyll opp brusskapet (hentes på kontoret), klargjør varmmat/salgsvarer (kjøleskap i storkiosk).Sett frem frukt /godis
    - **Kiosk i døra:** Bruk kiosktrallen fra kontoret. Plasseres sammen med billettsalg i **HØYRE dør** i vestibylen av sikkerhetsmessige grunner.
    - **Utstyrsinnstillinger:**
        - *Kaffetrakter:* Kun 1 kolbe med vann om gangen (tømmes etter bruk).Gratis påfyll .
        - *Pølsekoker:* Fyll vann opp til risten **før** strøm tilkobles. Sett på 75 °C.
        - *Toastjern:* Settes på 200 °C.
        - Drikke vi selger: brus /kaffe
        - Mat vi selger: Kake/vaffler , frukt , energibar, nøtter, nudler , toast ,godis.

3. Gjennomføring under arrangementet

- **Salg og betjening:** Det skal være voksne som betjener kiosk og billett. Menyer og Vipps-plakater ligger i skuffen i salgsdisken.
- **Dommerbetaling:**

  Ungdomsdommere får en brus og pølse/vaffel i kiosken når de er med på et arragment.

    - *Barnehåndball:* Betales elektronisk av kasserer etter levert elektronisk dommerregning.
    - *Regionserien og oppover:* Håndteres elektronisk via systemet.

4. Opprydding og avslutte dagen

Ansvaret ligger på laget som har dagens siste kamp.

- **Opprydding i hallen:**
    - Rydd bort benker, bord og stoler.
    - Ta inn ekstra tverrliggere eller småmål (sett store mål på plass igjen).
    - Sett whiteboardet tilbake på kontoret.
    - Tøm alt søppel fra hall, kjøkken, vestibyle og kontor i **containeren bak skolen**.
- **Opprydding i kiosken:**
    - Vask og rydd i kiosken og vestibylen. Tøm brusskapet i storkiosken tilbake til kontoret.
- **Økonomioppgjør og kasser:**
    - FK teller opp kassene sammen med billett- og kioskvakter.
    - Kontantoppgjør og bilag legges i ziplock-poser og slippes i **deposafe på kontoret**.
    - Lever kasser og nøkler tilbake til **Kioskansvarlig** som avtalt.

Speaker-manus for Håndballkamp

1. FØR KAMPSTART (Før lagene går på banen)

Hei og velkommen alle sammen til en ny og spennende håndballdag her i Lunnerhallen!

I dag møtes [Hjemmelag] og [Bortelag] til dyst i [aldersklasse/divisjon]. Før vi kaster i gang, vil vi rette en stor takk til vår fantastiske sponsorer! Spesielt hovedsponsor, SpareBank 1 Ringerike Hadeland – tusen takk for at dere heier fram idrettsgleden i nærmiljøet!

Vi ønsker dommere, bortelag og publikum hjertelig velkommen. Da ber vi lagene gjøre seg klare for presentasjon!

2. LAGPRESENTASJON (Spillersammentrekk)

Gjestene (Leses først):

Da starter vi med å presentere gjestene våre fra [Bortelag]:

Med nummer [X], [Navn]

Med nummer [Y], [Navn]

Og med seg på benken har de [Trener/Lagleder: Navn]

La oss få høre en applaus for [Bortelag]!

Hjemmelaget:

Og så var det våre egne! Slik stiller [Hjemmelag] i dag:

Med nummer [X], [Navn]

Med nummer [Y], [Navn]

Trener/Lagleder er [Navn]

La oss koke i hallen og gi gutta/jentene en skikkelig heiagjeng-applaus!

3. FAIR PLAY (Rett før avkast)

Husk på den gode stemningen og Fair Play ute på banen og på tribunen – det er tross alt da det er gøyest å spille håndball! Dommerne for dagen er klare, og da er det bare å gjøre seg klar for avkast. Heia [Hjemmelag]!

4. PAUSE (Rett etter fløytesignalet for 1. omgang)

Pause her i Lunnerhallen på stillingen [X – Y]. Kiosken er åpen med kaffe og godsaker Velkommen tilbake til 2. omgang om litt!

5. KAMPEN FERDIG (Rett etter sluttsignalet)

Kampen er over, og sluttresultatet mellom [Hjemmelag] og [Bortelag] blir [X – Y]. Takk til lag, dommere og publikum! En spesiell takk til hovedsponsor SpareBank 1 Ringerike Hadeland og våre øvrige sponsorer. God tur hjem til bortelaget, og velkommen tilbake!

Lydfiler til nedlasting | handball.no

FØLG OSS I SOSIALE MEDIER OG PÅ NETT
Hold deg oppdatert på nyheter og aktiviteter via nettsiden vår: lunnerhk.no (samt i våre sosiale medier). Facebook,Instagram.

Huskeregler for drakter

1. Draktene tilhører klubben og lånes ut i sesongen.

2. Skal kun brukes på kamp og avtalte arrangementer.

3. Vaskes på vrangen på 40 °C uten tøymykner.

5. Må IKKE tørketromles! Håndballdrakter i polyester tørker superraskt på snor eller kleshenger. Tørketrommel har for høy varme og kan få trykket til å sprekke eller smelte.

6.Leveres inn nyvasket etter sesongen.

7.Tap eller skader meldes fra til lagleder med én gang.

8.Bruk denne malen så har du som lagleder/trener oversikt på draktene.

DRAKTOVERSIKT – LUNNER HÅNDBALLKLUBB

Lag: _____

Sesong: _____

Dato oppdatert: _____

Lagleder/Trener: _____

Tlf/E-post: _____

1. Utdelte Spillerdrakter

1. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

2. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

3. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

4. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

5. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

6. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

7. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

8. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

9. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

10. Nr: ____

Navn: _____

Str: ____ Ut: _____ Inn: _____

3. Målvaktdrakter / Keeperutstyr

1. Nr : ____ Farge: _____ Str: ____

Disponeres av: _____

2. Nr : ____ Farge: _____ Str: ____

Disponeres av: _____

3. Nr: ____ Farge: _____ Str: ____

Disponeres av: _____

4. Nr : ____ Farge: _____ Str: ____

Disponeres av: _____

Status & Oppsummering

Utdelte drakter: ___

Ekstra drakter: ___

Målvaktdrakter: ___

TOTALT ANTALL DRAKTER: ___

STØTT LUNNER HÅNDBALLKLUBB MED GRASROTANDELEN!

Grasrotandelen gjør det enkelt for deg å støtte klubben vår hver gang du spiller hos Norsk Tipping helt uten at det koster deg noe ekstra!

- 7 % av spillinnsatsen din går direkte til Lunner Håndballklubb.
- 14 % av spillinnsatsen (etter gevinstfradrag) gjelder for Multix, Instaspill og Oddsen.
- Gjelder de aller fleste spill fra Norsk Tipping (unntatt fysiske Flax-lodd og Belago).

Vil du gi din grasrotandel til Lunner Håndballklubb?

VIL DU BLI HÅNDBALLDOMMER?

Hos Lunner Håndballklubb kan du ta dommerutdanning, tjene dine egne penger og få verdifull erfaring på banen!

- Aldersgrense: Fra 14 år og oppover.
- Opplæring og praksis: Du får grundig innføring både i teorien og ute på banen.
- Betalt jobb: Å dømme kamper er en lønnet jobb!

Lyst til å prøve deg med fløyta? Ta kontakt med styret eller treneren din for mer informasjon.

REMA1000 HÅNDBALLSKOLE

NHF og REMA1000 arrangerer REMA1000 Håndballskole for barn i alderen 6-12 år i skolenes høst og vinterferier.

REMA 1000 HÅNDBALLSKOLE I LUNNER!
I skolenes ferier inviterer Lunner Håndballklubb i samarbeid med REMA 1000 og Norges Håndballforbund til håndballskole for barn i alderen 6–12 år.
Dette er et tilbud for alle – enten barna allerede spiller håndball eller ønsker å prøve det for aller første gang! Barna deles inn i grupper etter alder og nivå, og dagene fylles med allsidig trening, lek og masse moro.

- Varighet: 3 dager fra kl. 09.00 til 15.00
- Mat: Det serveres lunsj hver dag, samt frukt til mellommåltid
- Deltakerpakke: Alle får utstyrspakke og diplom
- Pris: 750 kr for alle tre dagene

Bli med på 3 dager med fart, mestring og nye venner!

STYREVERV 2025/2026

Leder: Siv Hege Amundsen Tlf 41694801
Nestleder: Silvia Solbergseter Tlf 97786141
Økonomi/spond: Katja Ahtola Tlf:99019416
Sportslig utvalg barnehåndball: Halvard Nyland Tlf:97768412
Sportslig utvalg ungdomshåndballen: Viggo Rustad Olsen Tlf:93055794
Materialforvalter/hall og utstyrs ansvarlig: Mariann Grimstad Tlf:95041057
Kioskansvarlig: Adelina Hagtvet Rem Tlf:40613983
Arrangementsansvarlig/dugnad: Trond Meberg Lysenstøen Tlf:90790717
Arrangementsansvarlig/dugnad: Karoline Arnø Tlf: 90501551
Kommunikasjon /SoMe: Silvia Solbergseter Tlf:97786141
Spond: Anne Lise Alfstad Nordli Tlf:93032977
Dommeransvarlig: Halvard Nyland Tlf:97768412

SPONSORER 2026/2027

**Riv ut og lever til trener/oppmann/foreldrekontakt

Medlemsinformasjon vi trenger ved oppstart.
Navn på spiller:_____
Fødselsdato:_____
Adresse:_____
Lag:_____
Betalingskontakt:
Navn:_____
E-post:_____ Mobil nr:_____
Vi har også rabatt på medlemsavgift/treningsavgift når: -Søsken i klubben /oppgi navn på søsken og laget han/hun spiller på: (man får da familiemedlemskap)
_____ -Mor eller far er trener /oppgi navn og hvilket lag de trener: (50% på treningsavgift og familiemedlemskap)
_____ -Mor eller far er i styret/oppgi navn:
(50% på treningsavgift og familiemedlemskap)

_____ **Riv ut og lever til trener/oppmann/foreldrekontakt
FAMILIEMEDLEMSKAP
Ønsker man familiemedlemskap, blir betalingskontakten også lagt inn som medlem av klubben. Kryss her:
Er man to fra samme familie, som er spillere, , trener eller styremedlem ,får man automatisk familiemedlemskap, og rabatt.
Alle må være medlemmer i klubben, hvis man skal ha en rolle i klubben. (Trener/styremedlem)
Vennligst fyll ut:
Navn:_____
Rolle:_____
Fødselsdato:_____
Adresse:_____
E-post:_____ Mobil nr:_____ Barn på hvilket lag:_____

Samtykke til bruk av bilder

Jeg/vi godkjenner at Lunner Håndballklubb kan publisere bilder av:
_____ _____ (barnets navn) (lag)
Bildene kan bli publisert på klubbens hjemmeside/Facebook/Instagram
Sted:_____ Dato:_____
_____ (underskrift foresatt)