



Arbrå HK - klubbnytt

Mars 2023 / nr 8

Du har nu fått Arbrå Handbollsklubbs klubbnytt som är ett nyhetsbrev som publiceras cirka en gång i månaden. Här skriver vi i styrelsen om sådant som är PÅ GÅNG i klubben den närmaste tiden, men också korta nyheter om det som HÄNT den senaste tiden. Har du förslag på sådant vi ska ta upp här, mejla oss på arbrahk@gmail.com

Stöd Arbrå HK som medlem eller sponsor



På gång

Prova-på träningar för Bollkul (F2016/17)

Nu är det dags att starta upp ett nytt gäng blivande handbollsspelare i Arbrå HK-tjejer födda 2016 och 2017! Vi kommer att starta på riktigt i höst, men vi kan inte vänta utan kör några prova-på-tillfällen redan nu i vår. Det är Lina Landin som kommer att hålla i dessa träningar under v12-14. Mer information finns [HÄR](#) på hemsidan.

Irstablixten Cup i Västerås

Den 31 mars – 2 april deltar 7 barn- och ungdomslag från Arbrå HK i den stora handbollscupen Irstablixten i Västerås. Det kommer att vara två proppfulla bussar som bär iväg söderut på fredageftermiddagen för att sätta punkt för en intensiv och rolig handbollssäsong tillsammans med ca 6000 spelare i omkring 400 lag från hela Sverige och Finland. Vi önskar alla lag stort lycka till!!

Klubbavslutning 4 april

I början av april är det dags för klubbens gemensamma säsongavslutning för alla lag. Som vanligt blir det fika, lekar, traditionell dragkamp och tillkännagivande av årets Rosa Hillgren -stipendiat. Vill du vara med och nominera vem som ska bli stipendiat, då är det bråttom! Se mer info på hemsidan.

Succétränarna blir kvar

Som ni säkert redan läst i Ljusnan kan vi bekräfta att Elin och Anna Nygårds blir kvar som seniortränare även nästa säsong. Och om allt går vägen får vi se vår tredje kugge i ledartrion, Sofie Einars, gör en efterlängtat come back på planen. Om vi känner tjejerna rätt har planeringen inför nästa säsong redan påbörjats...

Tränarutbildning för Anna och Kristina

Under vintern kom ett intressant erbjudande från förbundet om en satsning på en ny tränarutbildning för tjejer som själva spelat på allsvensk eller elitserienivå. Vi anmälde Anna Nygårds och Kristina Thuresson och båda kom med och har nu påbörjat denna utbildning. Lycka till med utbildningen säger vi!

Framtidens förening

Under april-maj kommer en genomlysning av föreningen att påbörjas. Med hjälp av ett nytt material från Handbollsforbundet "Framtidens förening" är målet att kartlägga nuläge, identifiera utvecklingsområden och göra en handlingsplan för de närmaste åren. För detta håller en arbetsgrupp på att sättas ihop. Vi återkommer med mer info.

Nya aktiviteter

Trots att säsongen närmar sig sitt slut hoppas vi komma igång med lite nya aktiviteter. Förhoppningsvis kan vi snart starta vår utlovande satsning på Handboll Fitness och utbildning i Hand the Ball. Så håll utkik efter nyheter på hemsidan och Facebook!

VIKTIGA DATUM

Klubbavslutning 4 april

Bli medlem!

Det är enkelt att bli medlem i Arbrå HK.

Gå till webbsidan och tryck på knappen "[Bli medlem](#)".

Som medlem går du alltid gratis på alla hemmamatcher och kan ta del av olika klubberbjudanden.

Ladda ner SportAdmin medlemsapp så hittar du ditt medlemskort där.



HÄNT

En härlig säsongavslutning för damlaget!

En bättre avslutning på den här säsongen kunde det nästan inte bli. Oavgjort mot seriesegrarna Lindesberg i sista matchen visar att laget verkligen hör hemma i toppen av division två. Då lagets och tränarnas fokus under denna säsong helt legat på utveckling är en tredjeplats i serien förstås fantastiskt och vi ser så fram emot att se vad det här laget kan åstadkomma nästa säsong. Njut nu av lite förtjänt vila innan årets försäsong startar. Vi har en känsla av att Oscar kommer att köra hårt med er 😊



Derbyseger inför en härlig storpublik

Vi tror ingen har missat att höra talas om förra månads stora händelse, hemmaderbyt mot Alfta, men vi måste bara få säga några ord till om det. Vilken match! Vilken publik! Och vilken uppladdning! Att se de lite äldre tjejerna hjälpa de yngre att måla blå-vita ränder i ansiktet och att öva på hejramsor är sann glädje. Tack alla fantastiska spelare, ledare och andra som gjorde matchen till en så härlig upplevelse.



Målvaktsträningar med Lina Landin

Som vi berättat tidigare har vår tidigare stormålvakt Lina Landin flyttat hem till Bollnäs. Vi är så glada att Lina därmed också vill engagera sig i klubben och bidra med all sin kompetens och handbollsglädje. Redan nu är hon igång med att ha gemensamma träningar för alla målvakter från födda 2012 och äldre en gång i månaden. Detta kommer att bli en jättebra möjlighet för alla våra målvakter att utvecklas.

Minihandbollscup i Hudiksvall

Arbrå HKs F2013-lag består av hela 32 tjejer som tränar handboll tillsammans en gång i veckan och lördagen den 25 februari var de iväg på sin första cup; Björn Lundén minihandbollscup i Hudiksvall.

Arbrås F2013 ställde upp med två lag som spelade 3 matcher var. Motståndet bestod av både killar och tjejer från Alfta, Edsbyn, Strand och Härnösand. Det blev en lyckad dag som var både jätterolig och lärorik och tjejerna kämpade på otroligt bra trots tufft motstånd.



F2014 spelade sina allra första matcher

Samtidigt som de ett år äldre tjejerna spelade matcher i Hudiksvall så fick F2014 dra på sig matchtröjorna för första gången. Motståndet stod Hällbo för och det var riktigt nervöst innan matchstart. Tankarna snurrade kring om huruvida domarna skulle vara stränga eller snälla, hur det skulle bli att Hällbo hade några killar med i sitt lag samt att "det var mycket publik"... Skulle man orka, våga, kanske till och med göra mål? Ja det var många nervösa funderingar.

Men så fort matcherna var igång släppte nervositeten. Tjejerna peppade igång varandra med sin nya hejaramsa (som de kommit på helt själva) och hade så roligt, både på och utanför planen. Det var en fröjd att se dem alla!



Workshop för våra föreningsdomare

Den 5 mars samlades klubbens föreningsdomare, som består av våra äldsta ungdomar födda mellan 2004 och 2008 för en träff tillsammans med den tidigare seniorspelaren och föreningsdomaren Agnes "Agge" Ahlström. Syftet med träffen var att diskutera regler, utbyta erfarenheter och att prata igenom händelser på och runt planen.

Stöd våra handbollstjejer!

Liksom många ideella föreningar är vi i stort behov av allt stöd vi kan få för att kunna fortsätta bedriva vår verksamhet.

Vill du veta mer om hur du kan stödja oss som sponsor eller genom att engagera dig i vårt arbete på något sätt, kontakta någon i styrelsen. Kontaktuppgifter hittar du [HÄR](#).

Vi vill också passa på att tacka alla de företag som redan sponsrar och stöttar oss!

Bollnäs Buss
EN DEL AV MÖHLINS BUSSAR

ICA
Supermarket
ICA Supermarket Arbrå

INTERSPORT

CRAFT
FUNCTIONAL SPORTSWEAR

Bollnäs
Energi

Bollnäs Bostäder

HEAVY
GYM