



Arbrå HK - klubbnytt

November 2023 / nr 10

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



HÄNT

Den som väntar på nåt gott... äntligen kommer säsongens första klubbnytt. Då vi redan är inne i november har förstås mycket hunnit hända. Allt får inte rum här, men vi ska göra vårt bästa för att ge er en liten bild av allt som hänt och allt som är på gång i Arbrå HK. Vi börjar så klart med en härlig bild från vår gemensamma start på säsongen – Handbollens dag på Brånans IP den 16 september. Trevlig läsning!



Damlagets start på säsongen – tre av fyra vunna

I år är målsättningen tydligt uttalad, laget går för att vinna, men samtidigt ska glädjen finnas där. Och de första tre matcherna innebar också tre raka vinster, mot Enköping borta, HK Eskil hemma och Örebro SK borta. Men när Göksten kom på besök bröts sviten. Nu ser vi med spänning fram emot fortsättningen. Att intresset är stort råder det ingen tvekan om. Vid de två hemmamatcherna har läktaren varit fullsatt, kul! Runt laget finns i likhet med förra säsongen systrarna Anna och Elin Nygårds, fystränaren Oscar Sjöholm och sjukgymnasten Jonathan Valtersson. Då Sofie Einars nu äntligen är på tillbaka på plan utgör nu Jenny von Scheele en del i tränartrion och så har laget en ny materialförvaltare i Madde Edin.

Fina framgångar för U14-laget i Örebro cup

Precis i början av säsongen deltog vårt F14 lag i Örebro cup och det med stor framgång! Efter en intensiv helg blev facit en hedrande kvartsfinal där man förlorade med ett mål i tilläggstid mot Kristinehamn. Bra jobbat av tjejerna tillsammans med tränarna Johan, Sandra, Åsa och Jenny!



VIKTIGA DATUM

- USM för F18 på hemmaplan 11 nov
- Damlagsderby mot Alfta i Bollnäs sporthall 1/12
- Julgröt och julfika för styrelse och ledare på Cowork 10/12

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 klubb erbjudanden.

Ladda ner SportAdmin medlemsapp så hittar du ditt medlemskort där.



HÄNT

Nystart för Drivex cup- 2012-2015 tjejerna deltog

Efter några års uppehåll har Edsbyns IF återigen kört igång Drivex cup för våra yngsta lag. Cupen genomfördes lördagen den 28 oktober med lag från Ala, Alfta, Edsbyn och Arbrå HK. Från oss deltog flera lag från åldersgrupperna 2012, 2013, 2014 och 2015. En intensiv, men rolig och spännande dag för både spelare och ledare! På bilden ser vi ett glatt 2014-gäng!



Nystartade lag för tjejer födda 2016 och 2017

Äntligen har vi kommit igång med träningar för tjejer födda 2016 och 2017 och vilken start! Nästan 40 nya handbollsspelare har kommit och provat och många har nu kommit igång att träna regelbundet en dag i veckan. Så roligt också med ett helt nytt gäng handbollstränare. Välkomna i klubben: Maria, Emmelie, Hans, Sandra och Helen!

USM för F14 och F18

Denna säsong deltar Arbrå HK i USM för 14- och 18-åringar. Båda lagen har redan varit iväg och spelat matcher i steg 1. Det äldre gänget åkte till Borlänge och hade kämpigt att få till några poäng men två av matcherna var jämna och med lite mera flyt hade de kunnat resultera i vinster. Det yngre laget fick åka till Härnösand, där de spelade tre matcher och åkte hem med fyra fina poäng. Nästa steg i USM för F18 spelas på hemmaplan, den 11 november så välkommen till Bollnäs sporthall för att heja fram våra blå juniorer! För motståndet står Ludvika och Kungsängen och det kommer att bli tuffa fighter om avancemanget till steg 3.

Handboll Fitness på gång

Efter att under våren kört några prova-på tillfällen har vi nu kört igång med Handboll Fitness på riktigt. Ansvariga är Moa Joners och Ebba Sundqvist, men det är alla deltagare som tillsammans gör detta till en rolig form av träning. Handboll Fitness är gruppträning med handbollsinslag för både tjejer och killar/damer och herrar i alla åldrar, med eller utan handbolls bakgrund. Blir du nyfiken? Bara att dyka upp på Nyhamrehallen torsdagar kl 20.00-21.15

Många nya tränare och tränarutbildningar

Apropå nya tränare så kan vi konstatera att vi denna säsong fått in ett helt gäng med nya tränare i klubben. Förutom de som startat upp 2016–17 gänget har vi fyllt på med fler tränare i nästan alla lag från 2015 upp till seniorerna. Ni är så varmt välkomna till klubben, hoppas ni ska trivas!

Som tränare är det förstås alltid viktigt och bra, men också väldigt roligt att gå olika utbildningar. Före sommaren hade vi ett helt gäng som gick TU1 och under sommaren blev Anna Nygårds och Kristina Turesson klara med sin TU5 utbildning, stort grattis. Under hösten har Leo i 2010 samt Marie och Hanna från 2013 påbörjat TU2 i Falun. Förhoppningsvis blir det fler som kommer att delta i utbildningar på olika nivåer under säsongen.



**USM för juniorer
Bollnäs Sporthall
11 november!**



PÅ GÅNG

Barn och ungdomsråd

Att lyssna på spelarnas åsikter och tankar har alltid varit viktigt liksom att lära våra tjejer om demokratiska principer. Nu tar vi nästa steg och skapar ett barn- och ungdomsråd där representanter från alla lag från födda 2012 och uppåt finns representerade. Första träffen blir i början av december och vi återkommer förstås med en liten rapport.

Fortsatt arbete med sikte på Framtidens handbollsforening

Under november fortsätter det arbete som vi påbörjade i maj med sikte på att formulera mål och visioner för vår verksamhet samt en organisation som har möjlighet att uppfylla dessa. Nu behöver vi framför allt skapa olika arbetsgrupper som kan fördjupa arbetet inom de utvecklingsområden vi identifierat. Vill du engagera dig på något sätt? Hör av dig till oss i styrelsen, arbrahk@gmail.com

Försäljningar

Som i många andra klubbar är försäljningskampanjer en viktig del i vår ekonomi. Just nu är det mycket på gång med koppling till den kommande julen: pepparkakor och bingolotter till uppesittarkvällen. Vi vill rikta ett stort tack till alla spelare, vårdnadshavare och inte minst lagets försäljningsansvariga som gör ett stort jobb med försäljningarna, tack!

Klubbprylar

Du har väl inte missat våra populära supportertröjor?! Se info på klubbens Facebook sida om hur du beställer. Är du intresserad av klubbkläder, se info om AHK shopen på vår hemsida:

[Arbrå HK \(arbrahk.info\)](http://arbrahk.info)

Här finns bl.a. nya snygga tunna täckjackor. Vissa klubbprylar säljs också alltid i samband med underdamlagets hemmamatcher.



**Arbrå HK säljer
Klubbrabatten!**

Köp på damlagets hemmamatcher eller kontakta oss direkt för leverans vid annat tillfälle; mejla namn och antal till arbrahk@gmail.com



T-shirt: 199 kr

Sweatshirt: 349 kr

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!

