

Årsmeldinger fra gruppene 2025

Allidrett barn

Barnetrimmen

Målgruppe: siste to barnehageår og 1.klasse

Trenere: Chris Christensen og Jesper Thielecke (frem til sommerferien)

Det har både før og etter sommerferien vært en munter gjeng som har deltatt i treningene. Det har som regel vært mellom 10 og 15 deltakere. Det har som også i de forgående årene vært fokus på motoriske grunnferdigheter og regeltek. Barna skal lære å bevege seg med fokus på bevegelsesglede og lære å forholde seg til enkle regler og treningsstruktur.

Allidrett

Målgruppe: 2.-4.klasse

Koordinator: Anne Thielecke frem til sommerferien

Trenere etter sommerferien: Anne Thielecke og Beate Brøvig

Allidretten gir barna mulighet til å snuse til forskjellige idrettsgren og lære hvordan trening og øvelser fungerer. Hele foreldregruppen har vært aktive, enten i rollen som trenere eller som hjelpetrenere. Trenerne fikk velge idrett dem ville presentere for ungene og hadde da mellom 2 og 4 treningsøkter etter hverandre, med samme idrettsgren. Det har på våren vært håndball, innebandy, skisprell og badminton...

Etter sommerferien har vi grunnet endringer i foreldregruppen valgt å gå inn med to faste trenere i stedet. Beate og Anne har da selv stått for aktiviteter og brukt flere foreldre som hjelpetrenere ved behov. Det har vært både rulleski og sykling ute, samt forskjellige aktiviteter i gymsalen (håndball, turn...). Det har vært ganske stabilt oppmøte. Dessverre har kinoen blitt flyttet i barnetreningstiden, noe som innimellom reduserer antall deltakere.

Vi har fått bedre gang i bruken av SPOND, og foreldrene har begynt å bli bedre til å svare om barna kommer til trening eller ikke, som gjør det lettere for trenerne å planlegge.

Barmarksgøy

Målgruppe: 5.-7.klasse, nytt tilbud etter sommerferien

Trenere: Jesper Thielecke

Det var litt kaos i starten av sesongen grunnet en misforståelse angående booking av halltid. Derfor var treningen her i starten utendørs med SUP. Det har vært varierende oppmøte og det opplevdes at foreldrene ikke var så vant til bruken av SPOND.

Etter høstferien ble Jesper syk og derfor overtok Anne treningen og arrangerte basketballtrening frem til jul, som var ønsket av gruppa. Det var stabilt oppmøte og noen veldig fornøyde og motiverte unger, som hadde det veldig trivelig sammen.

Terrengkarusell

Målgruppe: alle medlemmer

Godt oppmøte av 20-30 barn + voksne på forsommer og ettersommer frem mot høstferie.

Barna kan velge mellom 500 m 1 og 3 km løype

Arrangør: Beate Brøvig



Langrenn (Roar Hjelmeseth)

Det har dette året blitt gjennomført noen treninger på rulleski utenom allidrett. I oktober arrangerte klubben Rulleskirenn og her var det faktisk hele 13 deltakere fra HSK som deltok. Det er også blitt gjennomført noen skitreninger. På Hovdenrennet som ble arrangert i desember var det 10 deltakere fra Hovden.

Når det gjelder deltakelse på Rulleskirenn og Hovdenrennet er det nedgang i deltakere hvert år. I år var det ca 145 deltakere på Hovdenrennet. Det ble i mars mnd arrangert klubbrenn som en del av øvre setesdal kupp. Ca 40 stk stilte til start der 30 stk var fra HSK. Generelt er det mer aktivitet på langrenn enn det som har vært på mange år 😊

Vi har også lånt noe skileik utstyr med skikretsen som har vært til god nytte i langrenns aktiviteten.

Dette året ble det arrangert både NM og Hovdentour som er krever mange frivillige, men her har medlemmene stått på og gjort en god jobb.



ALPIN & FREESKI/SNOWBOARD HOVDEN SPORTSKLUBB

Årsberetning

VÅRE FORMÅL:

- Øke rekruttering
- Flere barn på trening
- Flere voksne
- Økt trivsel

Sesongen 2024/2025

- Nyttårsrenn – avlyst grunnet for lite snø
- KM ble flyttet fra Sauda til Hovden – det ble arrangert SL og SSL i Vestbakken med deltakere fra hele kretsen. 70 deltakere.
- Treninger 15 stk
 - o Veldig bra oppmøte, og mange nye barn. Foreldre bidrar godt med matservering før trening.
 - o SNØ Oslo har også vært benyttet flittig i oppkjøring til vinteren
- Politi NM ble arrangert for andre gang på Hovden. 3 dager med SL, SSL, Telemark og Rando sprint. 120 deltakere.
- Kara & Kvende
 - o Totalt 5 gjennomførte renn – bra oppmøte og godt samarbeide med Arendal.

Fotball 5-7 klasse (Jens Hovden)

Dette år har vært litt annerledes da vi har spilt kamper møt Valle og Bygland. Vi stilt lag sammen med Bykle. Vi endte på 3. plass. Barna synes at det var gøy å spille kamper og har bygget et fellesskap ved at stille som et lag. Der har vært mellom 4 og 8 til trening, størst oppmøte har der været når vi har kunne være ute.

Fotball 1-4 klasse (Kenneth Slåen)

Vi har fotballtrening hver onsdag fra 17-18. Vi starter alltid med dø-ball, stiv heks eller haien kommer. Da blir kroppen god og varm. Vi har prøvd disse lekene med ball. Vi har til tider enkelte ball øvelser og stafetter. Vi har alltid en fotballkamp pr. trening.

(Kjempebra med de nye sperrene til banen som vi kan sette opp) Vinnerlaget får bestemme siste aktivitet. Avslutter med en rolig lek og takk for i dag. Har avslutning pr semester. Sommer og jul.

Vi er som regel 8-10 barn pr trening. Flertallet er jenter. Kjempefin gjeng med masse talent for sport.

Dans 3-7 klasse (Susanne Bergstø)

Info til Årsmøte vedr Tur/ Dans gruppen. Det er 15 medlemmer på Spond. Og ca 10 stk som trener fast. Vi trenger stort sett turn, men har også innspill av dans. I turn øver vi på ulike basis teknikker som b.l.a: slå hjul, spagat, stupe kråke, stå i bro, o.l

Så avanserer vi dette mer og mer etter ferdigheter de ulike har i henhold til alder og nivå. Vi er veldig fornøyd med RG båndene bruker disse mye i dans og ulike turn koreografier. Trampetten er også flittig brukt og barna har en stor progresjon her.

Utfordringer:

- det er en utfordring å ha barn fra 3 - 7 trinn. Så fra neste år tenker jeg vi holder oss til 4-7 trinn

- Finne en passende treningstid i gymsalen.

- at barna ofte er veldig sultne før trening.

(kan man f.eks..kjøpe inn og lage toast til de før trening og evt litt frukt?)

- De få rokkeringene som var er bortel? Disse har vi også brukt flittig tidligere.

Fornøyd!

Opplever stor glede. (særlig hos de yngste) og ser tydelig progresjon og treningsglede til de som møter opp fast til trening. og det er heldigvis ca 9- 10 stk.

Turnshow: er viktig og en stor " gulrot" til å møte opp på trening.

Vi ønsker å ha et eget turnshow til Våren/ sommer i gymsalen på grendehuset. Der foreldre og andre kan komme se. Markedsfører det litt, slikbat mange vil komme å se.

Der får vi vist de nye turndraktene og ferdighetene jentene har lært seg gjennom sesongen. Dette er noe de alle ønsker!

Tidligere har vi hatt show på scenen under UKM. men det er egentlig for liten plass. Derfor ønsker vi nå å ha showet i gymsalen:)

Volleyball for ungdommer (Sigrid Haugsgjerd)

Gjennom året har det vært alt fra 15 til 3 som har møtt opp. Gjennomsnittlig har det vært greit oppmøte. Det har kun vært en avlysning gjennom året. Folk er generelt litt dårlige til å melde fra. Som regel en eller to som skriver delta på spond, men oppimot 10 som møter opp. Ikke alltid like godt utstyr. Halvparten ++ har ikke med innesko, og mange er ikke så gode til å høre etter på beskjed. Mange kommer mye for sent og prøver å gå når de vil. Vi har prøvd å bli litt strengere på det. Vi har hatt litt dårlig idrettskultur noen treninger i vinter med kommentarer og litt ugrei oppførsel, men jeg føler dette har bedret seg de siste treningene. Likevel er ikke respekten for trenerne helt der alltid. Vi hadde en alvorsprat om dette for noen uker siden, og deltagerne er informert om at det blir litt strengere fremover, og at ikke alt er lov. Selma har vært

vikar en del ganger, og hun er godt likt av ungdommene. I tillegg har Mathias Mollestad og Karl Bjune-naing har vært med noen ganger. Også godt likt. Det har vært veldig nyttig med assistanse noen ganger. Her har disse hjulpet veldig.

Styrktrening med vekter og step kasse for voksne (Camilla Blakstad)

Nystartet tilbud i høst. Styrketrening for voksne har vært en time som har vært veldig populær, nesten full hver gang. 10 stk. Medlemmene har lært seg og sette seg på venteliste hvis det er fullt og det fungerer fint. Majoritet av kvinnelige deltakere

Prøver og komme i gang med spinning uken etter Påsken. Da har jeg tenkt Mandager, klokkeslett litt usikker enda.

Sirkeltrening for voksne (Kristian Vad)

Sirkeltrening for voksne. Siden november har jeg på tirsdager eller torsdager hatt 3-10 deltakere på en kalssisk sirkeltrening på 10 minutter x 3 runder med litt aktivitet før og etter på grendehuset. Vi er oftest 5-8 som trener sammen og håper at vi snart kan komme opp på 10-15 fast. Jeg vil tro, at det har vært 22-25 forskjellige deltakere til sammen.