# Årsberetning SSK Skjetten volleyball 2022

Antall medlemmer i klubben:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Aldersgruppe | 6-12 år | 13-19 år | 20 + |
| Antall | 13 | 88 | 36 |

Årsmøtet ble avholdt i mars, og det ble valgt ett nytt styre uten store endringer i mannskapet. En ny vara ble rekruttert fra juniorgruppa i klubben. Resten tok gjenvalg.

Det ble i 2022 avholdt 10 styremøter. Noen av disse ble avholdt digitalt.

Klubben har slitt litt med å holde på spillere gjennom Covid-perioden. Dette førte til at vår D2 lag slet med å holde laget gående i slutten av 21/22 sesongen og vi besluttet at det ikke var grunnlag for ett lag i 22/23. Dermed har vi kun hatt ett senior lag i serien 22/23. D1 har spilt i første divisjon.

Junioravdelingen har hatt ett voldsomt oppsving etter covid. Vi doblet kapasiteten på volleyballskolen i 21/22 og for 22/23 har vi ytterligere økt gruppene og har i 22/23 4 partier som kan ta inn inntil 60 spillere. Dette har ført til at Ju15 har fått godt med påfyll dette året og er nå neste 30 spillere. Ju17 har en solid gruppe på i underkant av 20 spillere. Disse gruppene har stilt med 2 lag i alle US turneringene i 22/23 fram til jul. Det har også kommet inn sterke foreldre-ressurser i begge gruppene, så drift av lagene går veldig bra!

Klubben har, i tillegg til ordinære treninger og seriespill, også i år arrangert egen treningsleir, hvor også Spirit Lørenskog er invitert med. Dette er ett populært tilbud og en flott start på ny sesong. Dette er ett tilbud vi satser på å videreføre da det gir klubben ett godt løft både sportslig og sosialt. Klubben sponser derfor dette tilbudet, for å holde egenandelen for spillerne lav, slik at flest mulig skal ha anledning til å delta.

Klubben har også arrangert juniorturnering for Ju15 og Ju17 i Skjettenhallen i november. Dette er en god tradisjon. Det gir spillerne våre mulighet til å spille turnering på hjemmebane, samtidig som det er en god sosial arena for foreldre og spillergruppa ift dugnaden rundt arrangementet. Ju19 turneringen, som vi pleier å arrangere i januar ble ikke noe av i år, da vi ikke har ett u19 lag, men vi satser på at vi klarer å stille igjen neste sesong.

Økonomien i klubben er sunn, og driften er stabilt god. Håpet er at vi kan få inn midler til klubben som gjør at vi kan redusere egenandelen for D1 laget, som har store reiseutgifter hvert år. Hovedinntektene er som vanlig dugnad som hallvakter i Skjettenhallen, inntekter fra Bingo og selvsagt medlems- og TK avgifter fra spillerne.

Trener- og tillitsvalgt-situasjonen er, som vanlig, krevende. Det er ett puslespill hvert år å klare og besette alle roller. Vi har heldigvis klart å få inn trenere og oppmenn på juniorlagene, og det hjelper mye ift press på styremedlemmene. Vi jobber med å finne nye ressurser til styret. Spesielt mangler vi kvinner og representanter for juniorlagene. Dette må vi jobbe videre med i forkant av årsmøtet i 2023.

## Årsberetning fra lagene:

**Volleyballskolen**:

**Volleyballskolen, mandagsgruppa**

Ved oppstart høsten 2022 ble Jens Jakob Bjørnslett ansatt som trener

for volleyballskolen.

Ved oppstart i august var det over 20 jenter som trente i 2 timer med en

trener. Det ble da bestemt å dele gruppa i to, og trene 1 time med maks

15 jenter.

Så fra 5.september trente den første gruppa fra 18:30-19:30 og den

andre fra 19:30-20:30.

Det var noen utskiftninger i gruppene tidlig på høsten, men så stabiliserte

begge gruppene seg.

Mye av treningene har vært brukt til å trene grunnteknikk i baggerslag og

fingerslag, samt litt serve. Vi har også forsøkt å spille litt minivolleyball,

men vekslende hell.

Mange av jentene har vært ivrige og både oppmøtet og innsats på

treningen har vært veldig bra.

På seingruppa (19:30-20:30) var det et litt høyere nivå, og utover høsten

ble det klart at vi nok kunne sende noen av jentene her opp på U15.

Etter prøvespilling i desember ble det klart at 6 jenter tar steget opp på

U15 fra nyttår 2023.

Siste trening før jul hadde vi en liten juleavslutning med spill,

pepperkaker og sjokolade.

**ONSDAGSGRUPPA**

Trener Josefine skriver:
Fra sent september 2022 har volleyball skolen vært i drift, da med treninger på mandager og

onsdager. Onsdagstreningen startet med litt over 20 spillere oppsatt på en trening. Det ble da tatt i

beslutning at gruppen skulle deles i 2 fordelt på 1 time hver. Dette fungerte bedre da jeg som trener

fikk bedre mulighet til å sette opp fungerende øvelser og komme med tilbakemeldinger til hver

enkelt. Til tider har det vært litt mange spillere å holde koll på som trener alene da de i tillegg er

relativt nye til sporten og det krever mye av dem at de på egenhånd skal holde en øvelse gående.

Frem til jul ble de to gruppene drillet i mye grunnteknikk av slag og bevegelse. Etter hvert som noen

av spillerne ble ansett med et høyere nivå og raskere stigning i nivå ble en ekstraordinær

fredagstrening med de utvalgte gjennomført med Roger som avgjørende om spillerne var «gode

nok» til å rykke opp til JU15.

Etter juleferien var det da plass til flere spillere som stod på venteliste til å starte på volleyballskolen.

De fleste nye kom seg greit inn i gruppa mtp ball teknikk og det sosiale. Etter jul har jeg også

introdusert de til noe smash og spill.

Gruppene begynner å bli godt kjent og for hver trening ser jeg progresjon hos hver enkelt. Jeg

opplever mer eller mindre alle spillere som motiverte og mange er ivrige etter å opp lagmessig.

Jeg trer f.o.m. 1/03/23 av som trener for volleyballskolen grunnet utveksling på studiet.

JU15:

**Status**: Gjennom sesongen har de fått føle på både seier og tap - også tap i kamper de burde vunnet. Det er en god miks av ferdigheter og ambisjoner blant spillerne. Noen er der for å ha det gøy med venner - og noen ønsker å bli gode i volleyball. De har blitt bedre på samspill og er i ferd med å finne ut at de må se an og justere ting som oppstilling og spill mellom motstandere.

Hovedutfordring: Størrelse på gruppen. Tenker vi fra neste sesong må finne en løsning - feks flere baner på treningene el. dele gruppen på enkelte treninger.

**Året**:

Trener Lars Thomas skriver:
Jentene gjorde store fremskritt med Sara som trener og vant sin første kamp på galla-turneringen som "avsluttet" sesongen.

I mars meldte jeg meg som oppmann for u15, da det inntil da ikke var noen som hadde meldt seg. Etter det var jeg med og hjalp Sara et par treninger. I starten av april var det trener1 kurs på Skjetten og behov for å ha med flere... På kurset lærte jeg at Sara skulle slutte! Etter det var det stort sett jeg som hadde u15-treningene.

Det var ikke flere turneringer. Maria som hadde u17 var også litt til og fra, og vi trente med samlet gruppe (u15+17) også når begge var der.

Sesong 22/23 startet med leir i Skien - det var en god start.

Etter leiren fikk vi også på plass opppmenn for både u15 og u17 (mammaer som var med på Leiren). De ordnet med nye drakter og samordnet bestilling av overtrekksdresser til alle spillerne.

De første treningene var det samlet u15 og u17, men det kom egne trenere på u17 etter hvert.

Fra september startet jeg med litt uformell fredagsvolley for samlet u15 og u17.

Frem mot Galla-turneringen trente vi mye grunnteknikk. Til gallaturneringen var det nok spillere til akkurat å stille 2 lag. I utgangspunktet var det 2 jevne lag (hvit og grønn). Hvit slo Grønn på trening, og Hvit slo u17 på trening. I Galla-turneringen ble Grønn nr. 5 (5.-8.) og plass i 1.div mens hvit endte på 26. plass og 3.div.

Det kom noen fra volleyballskolen mot slutten av oktober, som økte spredning på ferdigheter enda mer. De nye ble godt tatt i mot. En spiller sluttet for å satse mer på friidrett (Nikoline) og en annen (Tara) trivdes ikke så godt med de nye, pluss at hun følte seg mer knyttet til spillere på u17, og fikk gå over til u17 i desember. Esad var med på noen treninger og tok trening jeg ikke kunne komme på.

Ved hjemmeturneringen søkte vi om å flytte begge lagene til 2. div. så alle kunne få spille på hjemmebane. Det fikk vi. Igjen stilte vi med omtrent jevne lag - etter ønske fra spillerne. Grønn ble nr. 4 og hvit nr. 7 (7.-8.) og dermed holdt begge seg i 2. div. I runde 3 endte lagene med 5. (5.-6.) og 7. (7.-8.) plass. Esad var lagleder for hvit.

Halloween hadde vi litt utkledning på trening og Jens kastet godteri utover gulvet.

1 spiller til sluttet - uvisst hvorfor, men hun var ganske uinspirert både i kamp og på trening (Lejla).

I Serierunde 3 ble grønn og hvit henholdsvis nr. 4 og nr. 7. Etter serierunde 3 hadde vi spillermøte og begynte fokus og uttak mot regionmesterskapet.

Oppmenn ordnet med litt pepperkaker og brus til en hyggelig juleavslutning for jentene.

JU17:

Vårsesong 22:
Trener Maria skriver:
Live valgte å slutte som trener og spiller på Skjetten i begynnelsen av 2022, og derfor tok Maria over ansvaret for U17-jentene selv.

U17-stallen var ganske redusert fra høsten 2021 grunnet at mange spillere flyttet opp til U19, men de 5-6 jentene som var igjen hadde godt oppmøte og var motiverte gjennom hele våren. Etterhvert ble noen jenter fra U15 tatt opp og har hatt en fin utvikling. Det ble mye fokus på å utvikle den enkelte spilleren siden stallen var så liten, og jentene fikk mye "egen" tid sammen med trener for å fokusere på utvikling av de områdene de hadde utførdringer med.

Siden Sara, trener for U15, takket for seg både som trener og spiller etter ferdig sesong i elite (mars/april) ble treningene for U17 og U15 delvis slått sammen i løpet av våren 2022. Lars-Thomas og Maria delte på treningene og har hatt et godt samarbeid men en stor gruppe motiverte jenter helt frem til sommeren.

Høst 22:
Skjetten volleyball har siden august hatt en treningsgruppe som deltar på jenter U17. Treningsgruppen har hatt trening hver mandag og onsdag. Fra desember har det også vært mulig å trene på fredager. Treningsgruppen har bestått av 14 spillere. Det har i tillegg vært flere på prøvetrening utover halvåret. For det meste har det vært minst 10 spillere på treningsøktene, litt færre på fredager, hvor treningene da har vært sammen med utøvere på U15.

**Utøvere på laget**

Følgende utøvere utgjør treningsgruppen og har alle deltatt på turnering

Anita Lazukina, Karina Gjestemoen, Benedicte Hansson, Lin Aljabri, Frøya Holmsen, Lotte Falk-Birkeland, Guro Andreassen, Malin Hals, Ida Averstad, Marte Simensen, Judy Nguyen, Tara Balkøy, Thea Flatås, Michelle Bergstrøm.

I tillegg har Frøya og Charlotte fra U15 vært med på enkelte av U17 turneringene.

**Trenere**

Etter sommerferien har det vært bytte av trenere. Siden august har følgende trenere vært tilknyttet treningsgruppen. Mikkel Birkedam, Line Simensen og Ronny Bergstrøm Line og Ronny har delt på øktene om mandagene, og Mikkel har hatt øktene på onsdager, samt fredager i desember. Mikkel var bortreist i november måned, hvor Ronny og Line hadde disse øktene.

På treningene har det vært fokus på å forstå og kunne spille med fast opplegger/(1 opplegger system). Dette begynte vi å øve på i desember, med henblikk på å spille med det fra år 2023.

**Oppkvinner**

Laget har fått en særdeles god støtte av oppkvinnene; Bodil Michelsen og Gro Ballari. De har jobbet med påmelding og organisering av kjørsel til turnering. I tillegg har de organisert kjøp av treningsdrakter samt stått for juleavslutning.

**Spillemessig**

 På alle JU17 serierunder, har vi i gruppen deltatt med 2 lag, slik at flest mulig har kunnet få spillet kamper. Det har vært litt variasjon på laginndelingen, i forbindelse med overgang til nytt spillesystem, har lagene blitt inndelt på de som har vært mest trygge med nytt system. Det har vært en fin utvikling på det spillemessige, og begge lag vi har stilt med har klart å spille seg i den bedre halvdel i 3. divisjon. Etter årsskiftet har lagene rykket opp i 2. divisjon. Flere av utøverne i gruppen har også deltatt på TeenVolley. For disse 3-manns turneringer, har utøverne selv kunnet bestemme om og sammen med hvem de vil delta.

**Utdanning**

Flere av utøverne på laget har deltatt på dommer- og trenerkurs. Michelle har begynt som trener på volleyballskolen. Mange på laget stiller i dommeruniform på U17 turneringene, og Anita og Thea har dessuten debutert som dommere i mennenes 4. divisjon.

JU19/D2:

D2 fullførte sesongen i 4 div våren 2022. Etter dette forsvant mange spillere grunnet flytting ifbm utdannelse bl.a og det ble ikke grunnlag for verken u19 eller D2 i 22/23 sesongen.

Flesteparten av D2 spillerne var i utgangspunktet ju19 spillere. Da NM U19 2022 åpnet for påmelding meldte Skjetten på ett lag. Dette ble en flott avslutning på sesongen (og jentenes foreløpige siste kamper for klubben) med en tur til Molde.

D1:

Vår 2022

Vårsesongen ble tøff, vi tapte alle kampene 3-0 (unntatt to som vi vant på walkover). Vi havnet

dermed nederst på tabellen, og rykket ned til 1.divisjon.

Etter en sesong med mye motgang, og frafall av flere spillere, ble det diskutert på lagsmøte om laget

var motivert for å spille i 1.divisjon eller om laget skulle søke om overgang til 2.divisjon. For de fleste

var det mest aktuelt å beholde laget i 1. divisjon og prøve å rekruttere flere spillere. Jannis

Tsourougiannis valgte å tre av som trener.

Høst 2022

Vi får med oss flere nye spillere til sesongstart i 1.divisjon. Vi ble spesielt glad for å få Pernille tilbake som spillende trener da hun kan mye volleyball og er veldig god med sosiale relasjoner og teambuilding. Hun har også med tilbake nye innspill/øvelser ifra forrige sesong i Volda. Årets spillerstall har vært:

Maja Badza (kaptein), Ingeborg Våg, Amanda Kvitle-Kastnes, Pernille Granlund, Julie Lilleng, Maria

Walderantz, Irene Pasqua, Josefine Sørum, Isabel Erdal Iversen, Ha-Mi Truong, Kristin Koldal, Lise

Andreassen, Nina Maksimovic, Tonje Hugdahl, Brigitte Blitzner

Trenere: Pernille Granlund som spillende trener og Gro som assistenttrener.

De to første kampene i serieåpningen endte med to 3-0 tap mot NTNUI og BK Tromsø. Neste

hjemmekamp vinner vi 3-1 mot Førde og vi tar med oss godfølelsen til Trondheim hvor vi vinner mot

Trondheim Ballklubb i 16.delsfinalen i NM-cupen. Vi taper derimot 8.delsfinalen på mot elitelaget

NTNUI. På tross av gode prestasjoner og etter hvert bedre samspill på treninger, sliter vi med å hevde

oss i kamp. Det blir to 3-0 tap i nord mot Tromsø og Øksil, samt et nytt 3-0 tap på hjemmebane mot

et solid OSI. De to siste kampene for høstsesongen var på bortebane mot Sandnes og ToppVolley

Norge. Vi spiller godt mot Sandnes, tar 2 sett og får med oss et poeng, mens kampen mot TVN dagen

etter ble tung og endte 3-0 til TVN.

Det kan være utfordrende med spillende trener, både for trener og spillere, så vi er veldig takknemlig

for hjelpen fra Gro og Oddbjørn - Gro er til stor hjelp på både treninger og bortekamper, og Oddbjørn

har stilt som trener på flere hjemmekamper.