



ÅRLIG MØTE 2018

Hasle-Løren Fotball



AGENDA

- 1) Godkjenning av innkalling og agenda.
- 2) Valg av ordstyrer og referent.
- 3) Fotballstyrets og lagenes årsberetninger.
- 4) Godkjenning av regnskap og styrets økonomiske beretning.
- 5) Styrets rapport – året som har gått
 - kvalitetsklubb
 - Årshjul
 - mm
- 6) Rapport fra sportslig leder – året 2017 og plan for 2018.
- 7) EMS 2018
- 8) Valg
- 9) Treningsavgifter
- 10) Innkomne forslag





Hasle Løren Fotball Yngres avd

Tekst	Regnskap 2017	Budsjett 2017	Regnskap 2016	Budsjett 2018
Salgsinntekt	2 429 921	2 105 000	2 040 492	2 365 000
Annen driftsinntekt	87 691	- 84 000	1 000	7 000
SUM DRIFTSINTEKT	2 517 612	2 021 000	2 041 492	2 372 000
Varekostnad	1 490 118	1 296 000	1 179 401	1 517 000
Lønnskostnad	714 390	512 000	475 210	730 000
Annen driftskostnad	145 179	242 000	235 743	170 000
DRIFTSRESULTAT	167 925	- 29 000	151 139	- 45 000
Annen renteinntekt	- 1 275	- 1 500	- 1 349	- 1 000
ORDINÆRT RESULTAT	169 200	- 27 500	152 488	- 44 000

Hasle Løren Fotball Senior

Tekst	Regnskap 2017	Budsjett 2017	Regnskap 2016	Budsjett 2018
Salgsinntekt	174 037	75 000	82 500	150 000
Annen driftsinntekt	291 211	447 000	436 905	285 000
SUM DRIFTSINTEKT	465 248	522 000	519 405	435 000
Varekostnad	145 800	240 000	179 080	180 000
Lønnskostnad	82 356	85 000	64 940	175 000
Annen driftskostnad	203 358	197 000	245 243	80 000
DRIFTSRESULTAT	33 734	0	30 142	0
Annen renteinntekt	- 59	0	- 49	0
ORDINÆRT RESULTAT	33 794	0	30 191	0

Balanse

	2017	2016
Kundefordringer	0	- 1 173
Andre fordringer	48 163	- 132 819
Sum fordringer	48 163	- 133 992
Bankinnskudd, kontanter o.l	1 127 533	1 141 311
Sum omløpsmidler	1 175 697	1 007 318
Sum eiendeler	1 175 697	1 007 318
Annen egenkapital	899 814	747 326
Fond og avsetninger	0	0
Sum innskutt egenkapital og fond	899 814	747 326
Periodens resultat	161 325	152 488
Sum opptjent egenkapital	161 325	152 488
Sum egenkapital	1 061 139	899 814
Leverandørgjeld	- 90	0
Skyldig skattetrekk	29 549	37 226
Skyldig off. avgifter	11 769	16 580
Annen kortsiktig gjeld	73 330	53 698
Sum kortsiktig gjeld	114 558	107 504
Sum Gjeld	114 558	107 504
Sum egenkapital og gjeld	1 175 697	1 007 318





Hasle Løren Fotball Yngres avd

	Virk	Virk	Virk	Virk	Virk	Virk	Virk
		1000	1010	1020	1030	1031	223
Tekst	Totalt	F Styret	F Kiosk	Fotballskole - sesong	Fotballcamp - sommer	XTra Akademi	Eat Move Sleep-cup
Salgsinntekt	2 429 921	1 082 812	143 498	231 696	256 375	220 850	285 284
Annen driftsinntekt	87 691	86 191	0	1 850	0	0	0
SUM DRIFTSINTEKT	2 517 612	1 169 003	143 498	233 546	256 375	220 850	285 284
Varekostnad	1 490 118	956 599	29 477	113 853	104 509	10 000	123 824
Lønnskostnad	714 390	489 001	0	0	44 050	181 339	0
Avskrivning	0	0	0	0	0	0	0
Annen driftskostnad	145 179	100 624	5 098	4 796	10 000	1 889	4 144
DRIFTSRESULTAT	167 925	- 377 220	108 922	114 898	97 816	27 622	157 316
Annen renteinntekt	- 1 275	- 1 230	- 43	0	0	0	0
Annen finanskostnad	0	0	0	0	0	0	0
ORDINÆRT RESULTAT	169 200	- 375 990	108 965	114 898	97 816	27 622	157 316





Hasle Løren Fotball Yngres avd

	Virk 111	Virk 112	Virk 113	Virk 114	Virk 115	Virk 116	Virk 117	Virk 1032	Virk 119	Virk 224	Virk 225	Virk 226	Virk 227	Virk 1033	Virk 229
Tekst	G01	G02	G03	G04	G05	G06	G07	G08	G09	J04	J05	J06	J07	J08	J09
Salgsinntekt	373	20 027	2 051	23 370	2 660	19 698	7 430	47 607	4 696	55 755	6 288	7 995	6 614	1 142	3 701
Annen driftsinntekt	0	0	0	3 000	- 350	0	0	0	0	- 3 000	0	0	0	0	0
SUM DRIFTSINTEKT	373	20 027	2 051	26 370	2 310	19 698	7 430	47 607	4 696	52 755	6 288	7 995	6 614	1 142	3 701
Varekostnad	17 737	6 200	0	38 688	0	1 380	2 400	27 209	0	42 987	0	15 255	0	0	1
Annen driftskostnad	750	4 720	0	1 591	0	2 158	0	1 365	2 538	0	0	237	1 569	0	3 700
DRIFTSRESULTAT	- 18 114	9 107	2 051	- 13 909	2 310	16 160	5 030	19 033	2 158	9 768	6 288	- 7 497	5 045	1 142	0
ORDINÆRT RESULTAT	- 18 114	9 107	2 051	- 13 909	2 310	16 160	5 030	19 035	2 158	9 768	6 288	- 7 497	5 045	1 142	0

Hasle Løren Fotball Senior

	Virk	Virk 100	Virk 300	Virk 400
Tekst	Totalt	A-lag	Damer	7'er
Salgsinntekt	165 537	102 364	42 303	20 870
Annen driftsinntekt	291 211	295 000	- 3 790	0
SUM DRIFTSINTEKT	456 748	397 364	38 514	20 870
Varekostnad	145 800	113 004	27 014	5 782
Lønnskostnad	82 356	82 356	0	0
Annen driftskostnad	194 858	177 658	11 500	5 700
DRIFTSRESULTAT	33 734	24 346	0	9 388
Annen renteinntekt	- 59	- 59	0	0
ORDINÆRT RESULTAT	33 794	24 406	0	9 388



MEDLEMSTALL

Medlemstall 2017	Kvinner					Menn									
Gruppe	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt kvinner	6-12 år	13-19 år	20-25 år	26 år og eldre	Totalt menn	Sum 2017	Sum 2016	Sum 2015	Sum 2014	Endring 2017/2016
Fotball *)	146	19	12	7	184	253	95	32	30	410	594	587	638	462	1,2 %
Totalt	146	19	12	7	184	253	95	32	30	410	594	587	638	462	1,2 %

31 %

69 %

*) Inklusiv skole. Skolen har i 2017 i tillegg hatt 43 gutter og 13 jenter i alderen 5 år og yngre.

Totalt antall i idrettslaget 1 467 (1 310 i 2016).



STYRETS RAPPORT, SE ÅRSBERETNINGEN

Årshjul

<https://create.plandisc.com/wheel/showPublic/mSFGftN>



RAPPORT FRA SPORTSLIG LEDER

- Jentefotballen:

- **Damelag:**

- Oppstart - 4.divisjon og OBOS-Cup. Stor andel av de som deltok i 2017 skal også være med i 2018

- **Jenter 2004:**

- Vårt eldste jentelag.

- 2017: deltok i 9erfotball, vant og tapte ca like mange kamper. For noen av jentene var det en stor overgang fra «foreldretrener»/ barnefotball til ekstern trener/ungdomsfotball (9er). God hospitering fra 2005.

- 2018: slått sammen J2004 og 2005. To trenere på gruppa –meldt opp 2 lag (et 11erlag og et 9erlag). Det har også i år vært noen forfall fra jentene på denne gruppa. Fra vinteren 2017 har vi også hatt en spiller på landslagsskolesamling fra denne gruppa.



RAPPORT FRA SPORTSLIG LEDER

- **Trenere:**

2017: 34 trenere fordelt på 4 grasrottrenerkurs

6 nye trenere i ungdomsfotballen (Amin, Anton, Pål , Lars, Jørgen og Brian)

- 2018: 3 nye trenere i ungdomsfotballen (Hans, Tim og André)

- **Telenor Xtra**

2017: (18,5)

2018: (19,6)

Frukt + leksehjelp

5 hjelpetrenerere

- **Fotball-Camp**

2017: Uke 26 og 33 – (197). U-fotball også (30)

2018: Uke 26 og 33 - tilbud om høst-camp også.

Alternativt tilbud

5 trenere per Camp allerede. Reservetrenerere er klare



RAPPORT FRA SPORTSLIG LEDER

- **Ungdomsfotballen, gutter**

2017: Mer hospitering, bedre oppfølging og flere spilte på riktig nivå
Samtrening på fredager (alle ungdomskullene (13-17))
Lag i alle ungdomskullene på guttesiden

- 2018: Baneutfordring. Trent på Ferdbanen, deler opp ungdomsgruppa på 7erbanen (man+ons). 4 trenere i denne gruppa. God inngang
G14, 15, 16*2 og G17 + 8.divisjon senior

- **Seniorfotballen**

2017: Holdt oss i 4., rykket opp fra 7.
8 egenproduserte spillere

2018: A+Rek, 34 spillere
9 nye spillere fra 2017
4., 6. og 8.div. 4 egenproduserte
86% trener mer enn 50%



EAT MOVE SLEEP 2018

- Hasle-Løren har blitt valgt til EAT MOVE SLEEP ambassadør også i 2018 (som én av 38 klubber i landet og eneste i Oslo kommune)
- Vi skal ha cup 25. og 26. august
- Men EAT MOVE SLEEP er ikke bare cup!
- «Superonsdag»
- Kosthold, bevegelse og søvn hele året
- Vi går i gang rett etter årlig møte og vil gjerne ha gode innspill til hva vi kan finne på (f.eks. foreldretreninger parallelt med barnetreninger, utvalg i kiosken, arrangementer i samarbeid med kommune, bydel, Geitmyra, fotballkretsen,...?)



EAT
MOVE
SLEEP

- Ønsker å inspirere og motivere til bedre valg i hverdagen
- Fokus på helheten; **kosthold, fysisk aktivitet og søvn**



EAT - KOSTHOLD

Hvordan ser din dag ut – fra morgen til kveld?

Alt 1



Alt 2



Mat før og etter - trening og kamp



MOVE – Fysisk aktivitet

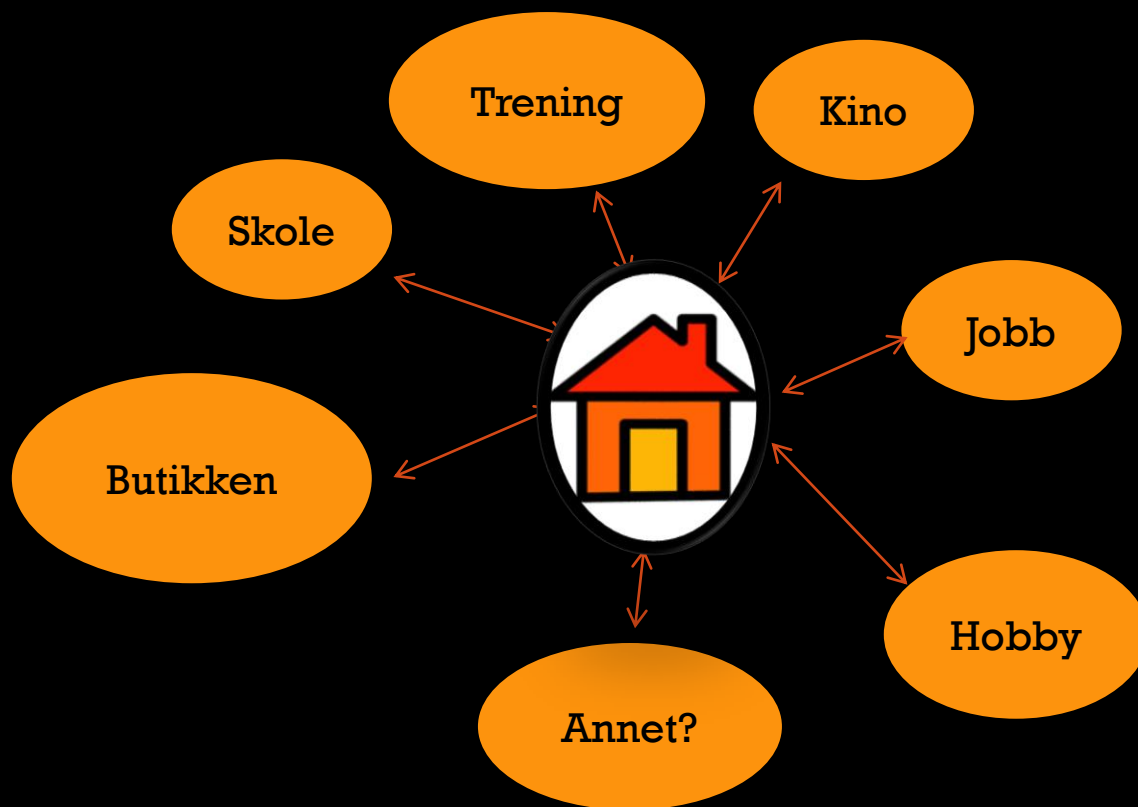
Hvordan ser din dag ut med hensyn til bevegelse og aktivitet?



Hva med egen aktivitet utenom organiserte treninger?



Hvilke til-fra situasjoner har vi?



Er det noen av situasjonene som kan «av-biles»?



Hvorfor sove godt – og nok?

- Mer energi
- Bedre humør
- Husker bedre
- Mindre uro og stress
- Styrker kroppen
- Bedre reaksjonstid
- Mindre risiko for skader
- Bedre restitusjon etter trening og kam



5 Gode råd for bedre søvn

1. Unngå å være sulten eller å innta et tungt måltid rett før leggetid
2. Legg deg til samme tid hver kveld, og stå opp til samme tid hver morgen (også på fridager). Unngå å sove på dagtid.
3. Unngå oppkvikkende mat og drikke på kvelden – som brus, te, kaffe, sukkerholdig mat
4. Sørg for mørke, ro og moderat temperatur på soverommet

... og sist, men ikke minst...



5. Skjermfritt soverom

- Legg fra deg mobil, nettbrett og PC før du legger deg i sengen.
- Det blå lyset gjør det vanskeligere å sovne
- Meldingslyder pirrer og forstyrrer
- Stimuli (TV, spill, etc) hindrer hodet og kroppen å slappe av



EAT
MOVE
SLEEP

**MAT OG DRIKKE - FØR OG
ETTER**
**BEVEGELSE - TIL OG
FRA**
**SØVN - SKJERMFRITT
SOVEROM**



Mer info, tips og råd?

Les mer på eatmovesleep.no



Følg også Eat Move Sleep på Facebook og Instagram



#eatmovesleep



VALG H-L YNGRES 2018

Leder:	Svein Sletten	G01
Styremedlem:	Andreas Brekke	G04
Styremedlem:	Viggo Antonsen	G08
Styremedlem:	Nils Sagen Mosvold	J06
Styremedlem:	Anniken Bjørnø	J09
Varamedlem:	Uzma Sattar og Marianne Haugan	J07/J10
Økonomi/Materialforvalter:	Heidi Sønsthagen	G01
Dommeransvarlig:	Vivian Haugstøyl	G03
Politi-attest ansvarlig:	Trine Allré Flesvig	G07
Medlemsregisteret:	Camilla Olsen	J08
Sportslig utvalg:	Morten Berre	G06
Fotballskolen:	Viggo Antonsen	G08
Fotballskolen:	Vakant	
FIKS-ansvarlig:	Eline Lønnå	J04
Web ansvarlig:	Marian Seiergren	J06
Fair-play:	Dag-Eirik Strømstad	G07
Banefordelingsansvarlig:	Hans Alfred Thorsø	
Sportslig utvalg:	Per Asbjørn Flugstad	
Fotball-camp sommer:	Kim Rønningstad	
Eat Move Sleep Cupansvarlig:	Kim Rønningstad	
Eat Move Sleep Ambassadør:	Andreas Brekke	G04
Eat Move Sleep Ambassadør:	Kristin Bjerkeland	J05
Ansv. arr. A-lags-kamper:	Vakant	
Juletresalg-ansvarlig:	Joakim Sundnes	G07
Kiosk-styret	Elisabeth Katai-Knudsen	G02
Kiosk-styret	Heidi Sønsthagen	G01
Kiosk-styret	Laura Wortinger Bakke	G09
Finansiering Hasle-Løren	Jan Rune Løvnæseth	G07

Se i sammenheng med neste lysark (G05, G/J10/J7)



TRENINGSAVGIFTER

Avgifter og satser gjeldende fra 1. januar 2018.

Forslag - uendret:

- Spilleravgift for seniorfotball: 1500 kroner
- Spilleravgift for tretten år og eldre: 4200 kroner
- Spilleravgift for øvrige lagenheter: 3200 kroner
- Avgift for fotballskolen: 1250 kroner
- Avdelingsrabatt: 1000 kroner

Lagenheter som bidrar med voksenpersoner til avdelingsarbeidet blir tilgodesett ved at det avkreves et redusert pengemessig bidrag for alle lagenhetens spillere.

Lagleder/trener-rabatt – 2 stk for 5'er- og 7'er-fotball

Lagleder-rabatt – 1 stk for 9'er- og 11'er-fotball (har betalt trener)



INNHold TRENINGSAVGIFT

- Drakter
- Forslag for sesongen 2018: shorts, strømper, blå condivo genser og treningsbukse samt bag til nye spillere. Initialer på genser, treningsbukse og bag.
- Spillere som ønsker å fornye treningstøy-pakke betaler halv pris.
- Keeper-hansker
- Medisinskrin, fløyter, ballpumpe, laglederbag og kapteinsbind x antall lag i lagenheten
- Fotballer x antall spillere og nett/bag til fotballene
- Overtrekksvester
- Stativ med kinahatter
- Blå adidas overtrekksgenser til lagleder og hovedtrener

- Felles bruk av mål og øvrig utstyr

- 2 cup'er per lagenhet – kun lagsavgift (ikke eventuell deltakeravgift som enkelte cup'er har) og det skal være felles aktivitet for hele lagenheten
- C-trener-kurs for de i støtteapparatet som ønsker å delta på dette
- Klubbdommere
- 11' og 9' er-fotball – ikke lenger foreldredrevet på trenersiden
- Sportslig leder



INNHold TRENINGSAVGIFT SENIOR

- Drakter (klubbens eie og leveres tilbake når man slutter)
- Forslag for sesongen 2017: overtrekksgenser og treningsbukse.
- Spillere som ønsker å fornye treningstøy-pakke betaler halv pris.
- Keeper-hansker
- Medisinskrin, fløyter, ballpumpe, laglederbag og kapteinsbind
- Fotballer x antall spillere og nett/bag til fotballene
- Overtrekksvester
- Stativ med kinahatter
- Overtrekksgenser til lagleder og hovedtrener

- Felles bruk av mål og øvrig utstyr

- Lønnet trener og lagleder
- Lagsavgifter og forsikringer til krets, samt dommerutgifter
- Hjertestarter-kurs for trenere
- Felles-bestilling av H-L-kolleksjon til 30% rabatterte priser



KLUBBDOMMER

- Alle 5'er, 7'er og 9er-kamper på Lørenbanen dømmes av klubbens eldre spillere med klubbdommer-kurs.
- Honorar på kr 150 for 5'er-, kr 200 for 7'er-, og kr 250 for 9'er-kamp.
- Lønnes direkte av styret, i juni og oktober



WEB

- H-L sin hjemmeside skal brukes av alle lagenheter for basis informasjon. Link til annen side er tillatt.
- Retningslinjer for hva som skal rutes til hjemmesiden vil utarbeides av styret våren 2018.
- Styret vil, i samråd med webansvarlig, gjennomføre opplæring i bruken av sidene våren 2018.



Innmeldte forslag

