



# VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2023





## INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>ORDFÖRANDE HAR ORDET</b>	<b>3</b>
<b>STYRELSEBERÄTTELSE</b>	<b>4</b>
<b>VERKSAMHETSBERÄTTELSE</b>	<b>6</b>
<b>DOMARE OCH FUNKTIONÄRER</b>	<b>8</b>
<b>UTBILDNING</b>	<b>9</b>
<b>TÄVLING</b>	<b>13</b>
<b>FÖRENINGsutveckling</b>	<b>16</b>
<b>STATISTIK OCH UTVECKLING</b>	<b>18</b>
<b>ANTAL SERISPELANDE LAG</b>	<b>19</b>
<b>STATISTIK UTBILDNING</b>	<b>21</b>

# ORDFÖRANDE

Det senaste året har varit en resa fylld av utmaningar (läs Profixio), framsteg och ett otroligt samarbete för oss inom Handbollförbundet Öst. Jag känner en djup tacksamhet och stolthet när jag reflekterar över vad vi tillsammans har uppnått med våra föreningar, spelare, tränare, domare och alla volontärer. Det har varit ett år där vår gemenskap och förmåga att anpassa och växa sattes på prov, men också ett år som visade handbollens förmåga att förena människor.

## HANDBOLL NU

Jag är särskilt stolt över Handbollens dag och Handboll NU-kampanjen som lyste upp september med otaliga aktiviteter över hela vårt distrikt. Dessa händelser blev en kraftfull demonstration av vår sport, där klubbar från Uppsala till Södertälje och Gotland engagerade sig för att välkomna nya spelare. Det visade handbollsfamiljens styrka och vår förmåga att samla människor kring vår gemensamma passion.

## HALLAR-ANLÄGGINGAR

Under året har vi även tagit viktiga steg mot att förbättra idrottsmiljön för våra utövare i hallfrågan. Att vara en del av det samarbete som de största idrotterna skapat, där vi i olika möten kunde diskutera och planera för framtiden med kommuner och näringsliv, har varit givande. Dialogen om nya och förbättrade idrottsanläggningar bekräftade vår gemensamma vilja att se handbollen blomstra.

## #SCHYSSTHANDBOLL

Vår kampanj #schyssthandboll tog ett stort steg framåt i att främja en mer välkomnande och respektfull miljö inom handbollen. Jag är glad över det mottagande våra gemensamma ansträngningar har skapat en vändning på en sämre start än önskat för säsong 2023/2024. Tillsammans gör vi en skillnad.

## FLER DOMARE

Utvecklingen av vår domarbas har varit ett avgörande område där vi har sett stor framgång. Att vi nu har en balanserad tillsättning av domare visar på våra framsteg och understryker vikten av en fortsatt hög kvalitet på våra matcher.

## FRAMTIDEN

När jag nu ser fram emot 2024, gör jag det med hopp och förväntan. Den starka gemenskapen som finns inom handbollsfamiljen och det outtröttliga engagemanget från alla inblandade ger mig stor tillförsikt för framtiden. Jag är ivrig att fortsätta arbeta tillsammans för att handbollen ska blomstra, inte bara som en sport, utan som en viktig del av vårt samhälle.

Jag vill uttrycka min djupaste tacksamhet till var och en som har bidragit till våra framgångar det här året. Era engagemang och era insatser är ovärderliga. Låt oss fortsätta arbeta tillsammans, för handbollen, för våra ungdomar, och för en ljus framtid.

Mathias Törnblom, ordförande

# STYRELSEBERÄTTELSE

Styrelsen för Handbollförbundet Öst avger härmed följande berättelse för verksamhetsåret 1 maj 2023 - 31 december 2023. Styrelsen och kontoret arbetar helår, kommittéer följer tävlingsår och haft följande sammansättning fram till 2023-03-31. Styrelsen hade åtta protokollförenda möten under 2023.

## STYRELSEN

Mathias Törnblom (ordf)  
Catrine Loqvist  
Inger Lundin  
Jens Lindquist  
Maria Hammarström  
Peter Friedrichsen  
Simon Egelius  
Suss Eriksson  
Anna Bisso (adj tjänsteperson)

## KONTORET

Anders Mattsson  
Anna Bisso  
Aron Spejare  
Hampus Herne  
Jesper Fernis  
Julia Flamborg tjl jun-24  
Maria Casado  
Therese Wiik Rydberg  
Via SHF  
Erica Spärrfeldt  
Elvira Boström

## VALBEREDNINGEN

Ellinor Eke (ordf)  
Evert Berglund  
Johan Sjökvist  
Elisabeth Petersen

## REVISOR

Simon Westerberg

## DOMARE OCH FUNKTION- ÄRSKOMMITTÉN (DFK)

Alice Watson  
Carina Ledin  
Daniel Berlin  
Lovisa André  
Petri Koponen  
Therese Wiik Rydberg (adj tjänsteperson)

## UTBILDNINGSKOMMITTÉN (UTBK)

Carin Göransson  
Christin Arlehov  
Pär Nordström  
Victor Ericson  
Jesper Fernis (adj tjänsteperson)

## TÄVLINGSKOMMITTÉN (TK)

Fredrik Green  
Göran Eriksson  
Magnus Elmgren  
Mattias Bejbom  
Patrik Bengtsson  
Patrik Wild (jan-24)  
Maria Casado (adj tjänsteperson)

## FÖRENING OCH REKRY- TERINGSKOMMITTÉN (FORK)

Amanda Ferm  
Bodil Unenge  
Johannes Evers Gester  
Leif Unroth  
Anders Mattsson (adj tjänsteperson)

## DISCIPLINNÄMNDEN

*HF Öst:*  
Niklas Starå (ordf)  
Anna Medin  
Susanne Westin  
Wolgart Alm  
*HF Mitt:*  
Pierre Grubbström  
Benjamin Lüning  
*HF Norr:*  
Ronny Brännström  
*Antal ärenden:*  
Under 2023-2024 beslutade HF Öst i 17st ärende.

## UPPDRAG I SVENSKA HANDBOLLFÖRBUNDETS KOMMITTÉ

TK – Mattias Bejbom  
DFK – Catrine Loqvist  
UtBK – Helgi Magnusson  
FORK – Suss Eriksson

# STYRELSEBERÄTTELSE

## ANTAL FÖRENINGAR,

91st föreningar  
10st vilande

## UTMÄRKELSE

I HF Öst har vi många eldsjälar i föreningarna vilket är helt fantastiskt. Vad vore idrotten utan er? Några som under 2023 uppmärksammas lite extra i HF Öst var:

Anne-Marie Jansson Vassunda IF

## AKTIVA INSTRUKTÖRER

### DOMARUTBILDNING

Alice Watson  
Daniel Berlin  
Line Welin  
Petri Koponen  
Carina Ledin  
Johan Fröberg  
Jesper Fernis  
Klas Johansson  
Mia Dzubur  
Nicolas Dalard  
Erik Lundkvist

### FUNKTIONÄRSUTBILDNING

Lovisa André  
Catrine Loqvist

### TRÄNARUTBILDNING

Patrik Bengtsson  
Helene Tollbring  
Jimmy Karlsson  
Aron Spejare  
Helgi Magnusson

Bodil Norrbom  
Karin Nilsson  
Rickard Furustad  
Robert Söderberg  
Christoffer Simm  
Anders Mattsson  
Hannes Berglund  
Pontus Hammarberg  
Suss Eriksson  
Erika Nylund  
Patrik Hermansson

### SPELARUTBILDNINGAR

Victor Ericsson  
John Lindvall  
Sara Hornö  
Fanny Eriksson  
Louise Niederström  
Joacim Berntsson  
Lovisa Lindblad  
Patrik Hermansson  
Bodil Norrbom  
Urban Jensen  
Johan Törnander  
Patrik Wilsvik  
Glenn Gartne  
Per Lundgren  
Per Lundberg  
Sandra Wiktorsson Jacobsson  
Magnus Elmgren  
Rickard Westerlind  
Matz Duvström  
Per Haglind  
Oskar Skantz

Eric Murgrauer  
Inger Lundin  
Elvira Boström  
Marcel Lundstad  
Annika Bergström  
Oskar Wikström  
William Sköld Näslund  
Patrik Wild  
Miriam Sjöberg  
Niklas Starå  
Gustav Elofsson  
Lo Håkansdotter  
Sandra Lundin  
Ella Paldán  
Josefin Öberg  
Staffan Sandahl  
Jennifer Jonsson  
Vincent Alm  
Theo Karlsson Chan  
Erik Sanderhem  
Maria Vidlund  
Andreas Zanteré

### FOTOGRAFER

Viktor Källberg  
Matthew Toppel  
Maria Casado  
Pär Ahrling  
Johan Kaving

# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Under föreningsutveckling kan ni läsa mera om framtidens handbollsforening. Under hösten har vi haft stort fokus på introducera foreningar i verktyget för att skatta sig själva för att de sedan ska arbeta vidare med just sina utvecklingsområde.

Vi klickade igång arbetet med #Schyssthandboll med en konferens där ca 30st foreningar deltog på en heldagskonferens. #schyssthandboll behövs tyvärr mer än tidigare och tillsammans med foreningarna förstärker vi nu arbetet med matchvärd för att skapa trygga miljöer för våra domare.

## BARN OCH UNGDOM

Mallar för hur en bollskola fungerar och hur ett arbete med domar- och funktionärsarbetet i foreningen kan fungera har påbörjats. Vi kan i år se att vi har fler utbildade funktionärer än något tidigare år. Under 2024 så ska vi få fram ett tydligare material för foreningarna att arbeta med de roller som behövs kring ett lag.

Vi har under 2023 erbjudit spelarutbildning i både handboll, beach och Para. Det var första året för spelarutbildningen för beachhandbollen och alla tillfällen var välfyllda.

## ETT STÄRKT LEDARSKAP

Vi kan efter pandemiären se att trenden vänder för tränarutbildningarna. Deltagarantalet ökar och vi har detta år tagit steget ut till foreningarna och har nu flera utbildningar i deras egna lokaler. Under 2023 utbildade vi 380 stycken tränare i Tränarutbildning 1 vilket är fantastiskt kul.

Framtida ledare är inne på år 2 och år 3 är redan igång. Vi har fortsatt med utbildningen och fått nya projektmedel för att fortsatt erbjuda utbildningen kostnadsfri för deltagarna.

Mentorskap är framtidens ledare utgångspunkt. Vi arbetar med mentorskap på domarsidan med vilket ser ger en god effekt för att behålla domare. Så inom ett par år hoppas vi kunna säga att vi har tillräckligt med domare på alla nivåer. Detta förutsätter att vi tillsammans skapar förutsättningar för unga domare att utvecklas i rätt takt och på rätt nivå.

## HANDBOLL FÖR ALLA GENOM HELA LIVET

Parahandbollen är en naturlig del av verksamheten och vi fortsätter utveckla organisationen.

Vi erbjuder både tränar- och spelarutbildning för paraspelarna och tränare. Under 2023 har vi arbetat med att höja domarkvaliteten på matcherna

Beachhandbollen gjorde som ovan succé med spelarutbildningsdagarna, vi har i år 16st domare utbildade i beachhandboll i vårt distrikt.

## HANDBOLL FÖR ALLA GENOM



# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

## HELA LIVET

I syfte att skapa mer samverkan mellan våra föreningar, samt skapa bättre förutsättningar för elitverksamhet i distriktet har två nätverksträffar genomförts med lag i div 1 och upp till handbollsligan.

Kvällarna kommer fortsätta under 2024 men först kommer det vara fokus på värningspolicy och stöd till arbete för sociala medier i förening.

## KOMMERSIELL TILLVÄXT

Vi gör en hel del för att komma framåt inom detta område. Bland annat påminner vi och följer upp med lokala politiker och har en dialog med tjänstemän i kommunerna. Vi stöttar föreningarna och samverkar med RF-SISU och andra specialdistriktsförbund (SDF).

Vi deltog på flertalet idrottsarenor som under året varit en samlingsplats med fokus på idrottens anläggningsbrist i vårt distrikt. Nätverket har resulterat i att vi har regelbundna uppföljningar med Stockholm Stad på kommande projekt och nya anläggningar.

Vi måste tillsammans påverka, påminna och lyfta fram frågan kring hallar. Det går ibland

väldigt långsamt, men ju mer vi följer upp, ju bättre blir förhoppningsvis resultatet.

Vår målsättning är att få flera stora evenemang till vårt distrikt och under 2023 säkrade vi USM-finalsteg tre år till 2024–2026. Vi genomförde finalsteget 2023, 48st lag ca 1200st deltagare 100st domare och funktionärer och över 300st volontärer från flera föreningar i vårt distrikt. Stort TACK till er som gör det möjligt.

## FRAMTID

Nu ser vi fram emot 2024 och få fortsätta arbetet tillsammans med er föreningar för att få handbollen i Öst att växa. Mot det dubbla 2030, Redan 2023 hade vi en tillväxt på aktiv i idrott med 16% och tillbaka till LOK siffror sen innan pandemin.



# DOMARE OCH FUNKTIONÄRER

Det har varit ett intensivt och spännande år inom området domarutveckling. Många nya utbildade domare och flertalet domare som tagit ett kliv uppåt i sina karriärer. Vi har fortsatt att framgångsrikt arbeta med Domarteamen ute i vårt distrikt där våra Teamledare gör ett bra och viktigt arbete. Vi ser med glädje fram mot att få följa en ny generation av domare och domarinstruktörer som nu växer fram och bidrar till vår verksamhet.

## INSATSER UNDER ÅRET

Under året har vi infört ett nytt system, Profixio, för att hantera administrationen runt domar- och funktionärsarbetet. Till en början innebar detta en del utmaningar som alla större förändringar gör, men det har också öppnat upp för nya möjligheter och förenklat arbetet på flera sätt.

Vi kan tyvärr se en trend på att vi har haft flera fall där unga domare har utsatts för kritik och påhopp från tränare och/eller spelare. Det är oacceptabelt och skadar vår verksamhet samt våra domares välmående och har även en påverkan på domarrekruteringen i framtiden. Av den anledningen tog vi initiativ till ett möte med ungdomstränare, med syftet att prata om hur vi kan skapa ett bättre klimat ute i våra hallar. Vi hoppas nu att det ska leda till en positiv förändring och ett ökat samarbete mellan alla inblandade.

## UTBILDADE DOMARE

DU1 & DU2 genomförs i föreningarna  
DU1 9st utbildningar med 221st deltagare (55% kvinnor, 45% män)  
DU2 19st utbildningar med 365st deltagare (60% kvinnor, 40% män)

Domare steg 3-8 genomförs centralt totalt 293st utbildade domare.

DU3 175st (63 % kvinnor, 37 % män)  
DU4 30st (50 % kvinnor, 50 % män)  
DU5 37st (14 % kvinnor, 86 % män)  
DU6 35st (26 % kvinnor, 74 % män)  
DU7 10st (100 % män)  
DU8 6st (33 % Kvinnor, 67 % män)

Beachdomare, 16st (50 % kvinnor, 50 % män)

## UTBILDADE FUNKTIONÄRER

FU1 & FU2 genomförs i förening  
FU1 11st utbildningar med 143st deltagare (45%kvinnor, 55%män)  
FU2 32st utbildningar med 1434st deltagare (46%kvinnor, 54%män)

Funktionärer steg 3-4 blev totalt 51st  
FU3, 40st (50% kvinnor, 50% män)  
FU4, 11st (73% kvinnor, 27% män)

## UTBILDADE INSTRUKTÖRER

Funktionärer, 36st (47% kvinnor, 53% män)  
Domare, 27st (33% kvinnor, 67% män)  
DI, 30st (23% kvinnor, 77% män)





# DOMARE OCH FUNKTIONÄRER

## Distrikts Utvecklingsgrupp (DUG):

Ellen Slagfeldt & Tova Asplund  
William Sackey & Jakob Hildingsson  
Ebba Jonsell Zetterqvist &  
Wilma Bergsmark  
Viktor Lundin & Olof Bergvall

## Nationella Utvecklingsgruppen (NUG) från HF Öst:

Nicolas Dalard & Rikard Johansson  
Adrian Germer & William Hellstedt  
Li-Meng Borgman & Matilda Ericson

## REKYTERINGSINSATSER

Domarprojektet och med det uppstartandet av Domarteamen är ett framgångsrikt initiativ som nu har pågått under två år. Syftet med projektet var att göra övergången från föreningsdomare till distriktsdomare smidigare och enklare. Resultatet är imponerande, antalet DU3-domare har under säsongen ökat från 111st till 175st. Hälften av alla domare i HF Öst är nu unga DU3or som har fått mera feedback, goda betyg och mera erfarenheter av sitt dömmande.

Vi kommer nu att arbeta för att detta arbetssätt får leva vidare och bli en del av den ordinarie verksamheten. Det ger de unga domarna trygghet, de blir mer sedda i domarrollen och har någon närmare att bolla tankar om dömandet med. I och med den geografiska uppdelningen av domarteamen har det också resulterat i att man åker kortare sträckor vilket gynnar domarna

i restid och föreningar ekonomiskt.

Att detta nu får bli en del av den ordinarie verksamheten är viktigt inför framtiden då vi idag har ett underskott på DU5 domare (de domarna som dömer U16 och U19 samt senior matcher upp till D2/H3). Vi har beslutat att även satsa på att stärka vår funktionärsverksamhet genom att skapa en ny grupp för unga funktionärer (FUG). Denna grupp kommer att arbeta med att utveckla och stödja unga funktionärer, samt att främja rekrytering och engagemang bland unga.

## KOMMITTÉARBETE

Under 2023 har domar- och funktionärskommittén genomfört nio fysiska träffar och några digitala möten. Några av de saker som har jobbat med är:

- Skapat en strategi för hur vi ska arbeta med MI uppdraget på alla nivåer i HF Öst
- Planerat och genomfört utbildningar för domare och funktionärer
- Etablerat en funktionärs utvecklingsgrupp (FUG) som ska stödja och coacha funktionärerna
- Utarbetat en handlingsplan för vad det innebär att vara domaransvarig och -mentor i en förening
- Nominerat domare och funktionärer till olika uppdrag och tävlingar
- Arbetat med att rekrytera nya domare och funktionärer samt behålla de befintliga



# SPELARUTBILDNING

## SPELARUTBILDNING

Spelarutbildningen har genomförts under 2023 för pojkar och flickor födda 2008 under tre omgångar där varje omgång genomförts under fem specifika tillfällen. Spelarutbildningen för pojkar och flickor födda 2009 startade under hösten 2023 har genomfört omgång 1 och påbörjat omgång 2 där cirka 40–50 deltagare varit med på varje tillfälle och omgång.

Spelarutbildningens upplägg har mer och mer börjat få fäste bland spelare och framför allt för instruktörerna som med tydligare ramar kunnat genomföra utbildningstillfällena med högre kvalitet än tidigare. Detta har uppskattats av både spelare och ledare. Fokus har riktats mot utbildning under alla omgångar där distriktslagsinstruktörerna hållit i omgång 3 och 4 medan fler olika instruktörer instruerat under omgång 1 och 2. Under Spelarutbildningen har fokus lagts på att ta med fler yngre och engagerade instruktörer vilket har tagits emot positivt.

Det har arrangerats spelarutbildning specifikt för målvakter för åldrarna 11–16 år i maj och oktober/november. Under dessa har totalt 110 spelare deltagit.

Vi har under 2023 för första gången genomfört spelarutbildning för båda Para och Beach som båda blev välbesökta.

## DISTRIKTSLAGSVERKSAMHET

Distriktslagsverksamheten genomförs under hösten de året spelarna fyller 15 år. Då sker selektering vid ett tillfälle efter att omgång 4 på spelarutbildningen genomförts, 28 spelare per lag + 6 reserver plockas ut från hela ålderskullen. Distriktslagen genomför två träningstillfällen och ett tillfälle för teambuilding innan de spelar Sverigecupen. Som 2023 gick av stapeln i Nyköping den 10–12 november.

Tjejerna från Öst tog sig vidare till semifinal där de ställdes mot varandra och där vinnaren korades genom shoot-outs. Vilken rysare! Det visar också på att två jämna lag tagits ut. Killarna missade tyvärr slutspelet med små marginaler men gjorde många fina insatser och inte minst visat hög moral och sammanhållning i gruppen.

Sverigecupen är ett led i Svenska Handbollförbundets spelarutbildning. Det är ett utbildnings- och utvecklingstillfälle för såväl spelare, ledare som domare. I Sverigecupen deltar distriktslag (flickor och pojkar 15 år) från hela Sverige.



# DISTRIKTLAGENS SPELARE

## SVERIGECUPEN 2023

### SPELARUTBILDNING HF ÖST F08

Linnea Stenvik  
Siri Karlsson  
Lisa Elmblad  
Eira Unsgaard  
Matilda Lillesköld  
Noelle Ekroth  
Hanna Frambäck  
Liv Clefberg  
Erica Andrew  
Lovisa Thorsen  
Elin Holmstedt  
Emilia Lörenskog  
Hanne Högquist  
Salma Sax Loman  
Elly Bergendahl  
Isabella Herlitz  
Elin Stomberg  
Meja Bergström  
Nora Linder  
Molly De Re  
Evelina Davoust  
Tilde Lundmark  
Irma Herngren  
Julia Ervallius  
Adele Alm  
Isabella Åström  
Alva Ahlgren  
Lovisa Hjortheden

### SPELARUTBILDNING HF ÖST P08

Oscar Rotsman  
Simon Åkerlund  
Elias Borg  
Tager Lönnqvist  
Ivan Rönngård  
William Jhulin  
Emmet Broman  
Casper Höök  
Emrik Bylander  
Adam Magnusson  
Alvar Rehnström  
Sergei Todorinovic  
Oskar Westblad  
Elliot Lundstad  
Sam Laub Rydberg  
Emil Lindqvist  
Daniel Sweeney  
Noel Fuentes Silva  
Sebastian Källmyr  
Marcus Westling  
Jacob Jacobsson  
Cesar Wikström  
Oskar Wikmång  
Hampus Frimodig  
Anton Ohlsson Hall  
Malte Haglund  
Erik Svartbro  
Neo Brattnäs



# TRÄNARUTBILDNING

## TRÄNARUTBILDNINGAR

Tränarutbildningarna har börjat ta fart rejält under året och inte minst under hösten 2023. Tränarutbildning 1 i förening har genomförts i 15 föreningar och utöver det har 3 centrala utbildningar genomförts.

Det har varit ett ökat intresse på tränarutbildning 2 och 4 som också avslutats under hösten.

Under våren genomfördes en TU 3 och en TU5.

HF Öst har tillsammans med Rickard Furu-stad anordnat utbildning i akut skadevårdshandling vid två tillfällen under hösten som varit mycket populära och uppskattade.

## FRAMTIDA LEDARE

Projektet Framtida ledare (som startade under föregående år) gick under året in i omgång två samtidigt som de första årets deltagare gick i mål med sin utbildning. Projektet som ska stötta unga ledare i distriktet inom åldersspannet 15-25 år.

Inför omgång två gjordes några förändringar. En av dessa var att ledarna blev indelade i mindre grupper för att få utbildningstillfällen i närmare anslutning till sina hemmaföreningar.

Projektet har fortfarande totalt åtta träffar med följande teman:

Introduktion

Ledarskap i teorin,

Vem vill jag vara som ledare?

Hur är jag som ledare?

Träningsmiljö,

Framtidens träning,

Kreativt tänkande samt Uppföljning och framtid.

De aktiva föreningarna under omgång två är: AIK, Lidingö, Täby, Bolton, Sannadal, GT Söder, Hammarby, Årsta, Handen, Huddinge, Tumba, Skogås och Uppsala. Parallellt med projektets gång skapas förutsättningar för att bedriva projektet år tre.

## KOMMITTÉARBETE

Utbildningskommittén har sju protokollförda möten under 2023. Stort fokus under året har varit rekrytering av instruktörer samt fokus på spelarutbildning. Ett utkast på ett förslag att genomföra en TU1 "light" har även tagits fram. Utöver detta har även det nya materialet och upplägget på tränarutbildningarna diskuterats



# TÄVLING

## NYHETER FÖR VERKSAMHETEN

Profixio – Svensk handboll byter tävlingssystem

Efter flera år i TA (tävlingsadministrationsprogrammet) beslutade Svenska Handbollförbundet (SHF) våren 2023 att skriva under ett avtal för ett nytt tävlings- och domarsystem vid namn Profixio.

## PROFIXIO

Profixio erbjuder fler möjligheter som ska kunna bidra till ett mer effektivt och smidigare arbete för både förbund och föreningar. Arbetet gick fort och i april välkomnades föreningarna att anmäla sitt deltagande för säsongen 2023-2024 i Profixio.

Under 2023 har verksamheten kämpat sig igenom förändringarna med ett nytt system där alla parter både ska lära känna det nya samtidigt som utveckling och nya funktioner tillkommit. I framtiden finns en målsättning att arbetet ska effektiviseras ytterligare och att föreningarna ska kunna ansöka om dispens, sanktioner och andra nödvändigheter direkt i Profixio. Men vi har under 2023 börjat med en bit i taget och arbetar oss sedan tillsammans framåt. Välkomna till Profixio!

## MOTIONSSERIEN ETT FÖRSÖK TILLBAKA

Efter ett par års frånvaro välkomnade vi tillbaka reservlagsserien, som vi valde att döpa till motionsserien. Syftet med motionsserien var att erbjuda reservlag en serie att spela i där representationsbestämmelserna är enklare, men också erbjuda lag som önskar spela handboll med lite enklare former.

Tyvär var intresserad för deltagande lågt, och ingen motionsserie skapades till säsongen 2023-2024.

## U15 SERIERNA LEVER VIDARE I ÖST

Tävlingskommittén (TK) i HF Öst beslutade inför säsongen 2021-2022 att under en två årsperiod prova att införa en U15 serie. Efter de två test säsongerna har tävlingskommittén beslutat att behålla U15 serien i distriktet. Det innebär att under säsongen 2023-2024 erbjöds seriespel även i en åldersklass för F15 och P15 (födda 2008).

## FÖRENINGEN FÅR ANMÄLA TVÅ LAG TILL NIVÅ 1

Tävlingskommittén beslutade inför säsongen 2023-2024 att öppna upp möjligheten att anmäla två lag till Nivå 1 (svår). Syftet var och är att erbjuda föreningarna och lagen möjlighet att spela på den nivå de anses vara på istället för att känna behov av att anmäla sig antingen till åldersklassen över eller Nivå 2 (medel). Däremot finns det vissa förhållningssätt när föreningen anmäler två lag till Nivå 1 i åldersklasserna U14-U19. Vilket redovisades i inbjudan till seriespel.



# TÄVLING

## BÄST I ÖST

Första delen av gruppspelen i tävlingen Bäst i Öst genomfördes i slutet av verksamhetsåret 2022, men fortsatte sedan med andra delen av gruppspelen, kvartsfinaler (i F16) samt finalhelg som innehöll semifinaler och finaler under våren 2023.

Vinnare

F16 Skånåla IF

P16 Skånåla IF

F19 Skuru IK

P19 Tyresö Handboll

Efter ett första år med totalt 35 deltagande lag erbjöds föreningarna att på nytt under hösten 2023 att anmäla sig till Bäst i Öst.

## PARABOLLEN 2023

Under inledningen av verksamhetsåret 2023 uppmärksammade Handbollförbundet Öst att intresset och antalet utövare, ledare och engagerade föreningar inom Parahandbollen ökade lite allt eftersom. För att ta vara på tillfället, efterfrågan och viljan att tillsammans utbyta kunskap, ideer och matchspel arrangerade Handbollförbundet Öst tillsammans med Skånåla IF en en-dagsturnering söndag den 23 april i Vikingahallen.

Parahandboll 2023 riktade sig till handbollsspelare med kognitiva funktionsnedsättningar så som intellektuella funktionsnedsättningar (IF) och neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) och till

spelare med lättare fysiska funktionsnedsättningar (där spelaren ej är beroende av rullstol som förflyttningshjälpmedel) som på grund av funktionsnedsättningen inte kan delta på lika villkor inom den traditionella handbollen. Formen spelades på traditionellt sätt med vanliga handbollsregler. Ledarsagare hade möjlighet att finnas på planen men ingår inte i laguppställningen. Spelet anpassades efter spelarnas funktion och förmåga.

## KOMMITTÉARBETE

Tävlingskommittén (TK) har under verksamhetsåret haft sju digitala protokollförda möten. Arbetet har handlat om att fortsätta utveckla, vara lyhörd och bemöta föreningarna för de önskemål om justeringar som TK implementerade verksamhetsåret 2022. Flera av de utvecklingsdelar som genomfördes har stannat kvar, så som Pre Season för U16, att dam och herr 2 ändrades till distriktsserier, utvecklingen av trimsserierna, införandet av Para Handbollsfestival, seriespel för åldersklassen U15 samt utvecklingen/nya tävlingen, Bäst i Öst för U16 och U19.



# TÄVLING

Tävling är kärnverksamheten och under året så genomförs flertalet tävlingar som administreras av oss. Under 2023 genomför 12st av våra föreningar cuper. Två i beachhandboll, en ute utomhus resterande i hallar.

## SÄSONGEN 2022/2023

### HAR HF ÖST ADMINISTRERAT:

- Seniorserier för damer och herrar, ink trimserier
- En serie i Para gående
- Parahandbollsfestival
- Parabollen
- Handbollsfestival
- Minibollen
- Vårens & höstens spel för U9 och U10 med fyra omgångar i respektive spelform; miniplan, 5 mot 5 och 6 mot 6
- Ungdomsserier för U11-U19.
- Östbollen för U12 och U13
- Bäst i Öst U16, U19
- Pre Season för U16, U19 damer och herrar.
- After Season damer och herrar
- ATG Svenska cupen
- Ungdoms- SM för åldersklasserna U18, U16 och U14.

## CUPER/MÄSTERSKAP

Under 2023 genomfördes följande cuper av föreningar i distriktet:

- Tumbaspelen av IFK Tumba HK  
(inställd för få anmälda lag)
- Länna Sport - Tyresö Cup av Tyresö Handboll
- Minileken av Kungsängens SK
- Västerortscupen av Spånga HK
- Mixed cup av Sollentuna HK
- ICA Maxi Haninge Beach cup av Haninge HK
- Eken Cup av AIK Handboll, GT Söder HK och HK Cliff
- Uppsala Beach av Uppsala HK
- Lidingö Cup av Lidingö SK
- Skuru Cupen av Skuru IK
- Skurucupen mini av Skuru IK
- Håtunaleken av Kungsängens SK
- Spökbollen av AIK Handboll



# FÖRENINGsutveckling

Året startade med rekryteringsinsatser under VM månaden. Schyssthandboll tog fart. Föreningsträffar kopplat till föreningsutveckling, para, projektstöd har genomförts under hela året, många möten/träffar med engagerade föreningsmänniskor som vi hoppas leder till flera handbollsutövare.

## ÅTERSTARTSSTÖDET

Vi har i distriktet varit duktiga på att få ut information om Återstartsstödet vilket har gjort att föreningar i Öst har fått 707 448 kronor i stöd.

## IF PROJEKTSTÖD

Samma som med Återstartsstödet så har föreningarna blivit bättre på att söka stöd. Föreningarna i Öst har sökt 1 074 220 kronor i stöd.

## HAND THE BALL

Det har utbildats 50 ledare från föreningarna i Öst och 7 pedagoger från skolor i Stockholm i Hand the Ball. I september genomfördes det i Järva på Spånga IP för första gången i Sverige Hand the Ball Games där ca 350 elever i årkurs 4 fick prova på hand the ball, rörelsebanor, skate, parkour och dans.

## PARAHANDBOLL

Det har varit 2 föreningsträffar med parahandbollsföreningarna under 2023.

Under 2023 startade två föreningar upp processen med att bedriva parahandboll. Vi har idag 10st föreningar med bra geografisk spridning.

För rullstol har vi en förening Årsta AIK handboll som kämpar med att få igång rullstolshandboll.

Fem föreningar var med när Eken cup återupptog parahandbollen i turneringen. Mycket positivt från deltagare, ledare och cup-

ledningen. Vi har arbetat för att få cuper i vårt distrikt att arrangera Para klass.

## PROJEKTOMRÅDE

Projekt – Lilla VM i skolan / Hand the ball

Som var ett projekt under hösten 2022 och våren 2023 för att sätta barn i rörelse i samband med att VM för herrarna spelas på hemma plan. bl.a.

Ledare från tio föreningar i Stockholm Kista SC, Sannadal, Cliff, Årsta AIK, Silwing/Troja, GT Söder, IF Swithiod, IFK Tumba, Skuru IK, Huddinge HK närvarande i 8 skolor i Stockholm och på flera arrangemang och Lilla-VM dagar.

Totalt genom VM projektet 2022-2023 så mötte vi på evenen 4616 st. besökare 6608 st. barn vid skolbesök och Lilla VM dagar.





# FÖRENINGsutveckling

## FRAMTIDENS HANDBOLLSFÖRENING

Bakgrund Svenska handbollförbundet genomförde under 2022 en stor omorganisering av våra handbolldistrikt, vi gick från tretton distrikt till fem. Förändringen gjordes med syftet att skapa mer likvärdigt stöd till handbollsföreningar, större kraft för utveckling och tätare samverkan både inom handbollförbundet samt mellan SDF:en och RF/SISU:s distriktsorganisation. Föreningutveckling blev, efter organisationsförändringen, en naturlig del av svenska handbollförbundets och distriktens verksamhet.

Nu har svenska handbollförbundet tagit nästa steg.

- Nytt material - Framtidens handbollsförening
- Gemensamt uppdrag med RF-SISU

Tillsammans med RF-SISU vill vi skapa ännu närmare samverkan mellan SDF och RF-SISU distrikt och handbollsföreningar. En samverkan vi tror leder till ännu starkare handbollsföreningar runt om i landet.

## HF ÖST FRAMTIDENS HANDBOLLSFÖRENING

HF Öst och RF-SISU Stockholm har haft tre träffar med styrelsemedlemmar i sammanlagt 16 st. föreningar.

Tillsammans med RF-SISU Uppland genomförts två kvällar med totalt styrelsemedlemmar från 10 föreningar. Det betyder att totalt har det genomförts träffar med representanter från 26 föreningar.

Under kvällarna har vi gått igenom materialet för Framtidens Handbollsförening och förklarat hur processen ser ut och vilken hjälp föreningen har möjlighet att få utifrån de behov som kan finnas.

Efter dessa kvällar är det upp till föreningen att efter en behovsanalys på hemmaplan kontakta sin representant hos RF-SISU för att starta en eller flera processer. Ett unikt tillfälle för handbollsföreningarna att få professionell hjälp utan kostnad. Flera föreningar har redan kontaktat RF-SISU och en lista med antal och vilket arbete som har startas kommer att presenteras Q1 2024.

Framtidsträffar med styrelser som inte var med på framtidskvällarna men haft enskilda träffar.

Visby/Gute, Årsta AIK, AIK Handboll, Ösmo IF, Haninge HK, Sannadals SK

## KANSLIPERSONALTRÄFFAR

Nystart av kanslipersonalträffar, där syftet var att

- Lära och ta hjälp av andra och varandra
- Njuta av handbollsridrotten
- Öppna dörrarna för samverkan och erfarenhetsutbyte.

Vi genomförde fem träffar under 2023

Följande föreningars personal har deltagit vid två eller fler tillfällen under året.

Bolton, Sollentuna, Skånela, Uppsala, Kungsängen, Kista, Spånga, Norrtull, Skuru, Årsta, Älta, GT Söder, Hammarby, Tyresö, Huddinge och Sannadal.

Totalt 16 st. föreningar.

## FÖRENING OCH REKRYTERINGSKOMMITEÉN (FORK)

Kommittén som är relativt ny (bildas 2021) har under året arbetat för att hitta strukturer och arbetssätt för att nå utveckling.

FORK genomförde sex protokollförda möten under 2023.

# STATISTIK & UTVECKLING

## RF-SISU Utbildningstimmar förening

År	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
Antal	2719	3435	2064	815	864	1010	533	738	214	593

## Antal LOK stöd sammankomster IOL

År	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	VT2022 HT2023
Antal	519614	533665	542776	549530	543415	550833	453372	543416	485407	645280

Säsong	Antal föreningar	Seriespelande lag (gästspelande)	Antal domare	Antal rättsärenden
2022/2023	91	805 ( festival)	260	17
2022	91	762 /129festival)	220	3 Vt 2022
2021	91	831	184	3
2020/2021	81	667 (73)	182	0
2019/2020	81	750 (74)	173	6
2018/2019	90	764 (86)	141	18
2017/2018	91	828 (75)	139	2
2016/2017	91	785 (81)	141	13
2015/2016	91	777 (69)	174	21
2014/2015	96	789 (69)	135	21

\* År 2010 - 2020 omfattar tidigare Stockholms Handbollförbund. Från och med år 2021 gäller en ny organisation Handbollförbundet Öst är en sammanslagning av Stockholms Handbollförbund och delar av Upplands handbollförbund.

SERIESPELANDE LAG	D	H	P	F19	F16	F15	F14	F13	F12	F11	F10	F9	P19	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9	TOTALT
AIK Handboll	2	1		1	2		2		2	1	1	1	1		1		2	1	1	1	1	21
BK Kungsan	1																					1
BK Sol	1																					1
Bollstanäs SK							1		1	2												4
Bålsta IF		2		1		1	1				1					1			1		1	9
Dalarö SK																				1	1	2
Djurgårdens IF HF	1	1																				2
Djurgårdshofs IK HK	1						1		2		1							1			1	7
Ekerö AIK												1								1	1	3
Eskilstuna Parasportförbundet			1																			1
GT Söder HK	1				2		1	2		1	1	1		2			1	1	2	1	1	17
Gurrabergs HK	1																					1
Gustavsbergs IF HK	1				2			3	1	3	4	3				1	2		1	1	1	23
Hallsta HF	1										1											2
Hammarby IF HF	2	2		2	2	1	2	2	2	1	2	3	1	3		2	2	2	2	1	1	35
Handens SK	1	1						1		1		1							1		1	7
Haninge HK	2	1			2		1	1	1	2	1	1		1	1	3		1	1		1	20
Hellas HK		1																				1
HF Lidingölaget	1	1																				2
HF Rimbo	1		1																			2
HF SIF	1	1											1									3
HK Ceres Norrtälje	1						1			2		1				1		1	1		1	9
HK Cliff		1				1				2	2	2		1		2						11
HK Cliff Blå		1																				1
HK Roslagen		1									1	1									1	4
HK Silwing/Troja	2	2		1	1	1				1							2		2		1	13
HK Tyresö Strand	1	1																				2
HK Tyrold	1	1																				2
HK Uppsala	2	2																				4
Huddinge HK	3	1		1	3	1	1	3	3	2	3	3		2		3	1	2	4	2	5	43
IF Swithiod HK		1							1		1	2								1	3	9
IFK Tumba HK		1	1		2		2	1		1	2	2	2	1	1	1	2		1	1	1	22
IK Bolton	2	2			2		2	2	1	2	4	4		3		2	3	2	3	6	4	44
IK Stubbhagen																						0
Jakobsberg GoIF		1														2		1		1		5
Kista SC								1				1					1			1	1	5
Kungsängens SK	1	2			1		2	2		1	2	3				2		1		1	2	20
Lidingö SK	1	1			1			1	2	1	1	2		1	1		1	1	1	2	3	20
Matteuspojarna		1																				1
Nacka HK		1																				1
Norrtulls SK		1																		1		2
Rimbo HK Roslagen	1	1			1			1		2		2	1	1		1		2		1	1	15
Rosersbergs IK		1								1												2
Sannadals HK		1	1																			2
Sannadals SK	1	2			1		1	1	1	1	2	2	1			2		2	1	2	2	22
SK Kvarnberga	1	1																				2
Skarpnäcks HF											1											1
Skogås HK	1	1		1				2			1	1						1		1	1	10
Skogås/Länna HK	1	1																				2
Skuru IK	2	3		2	2		4	2	2	5	5	9	1	1	1	2	1	1	2	4	5	54
Skuruiterna HK		1																				1
Skå IK											2	2		1				1		2	2	10
Skånåla IF	1	1		1	3	1			2	3	1	2		4		1	2	2		1	2	27
Sollentuna HK	2	2	1		1		2	2	1	1	1	1	1	1		2	1	1	2	2	1	25
Solna HF	1	1																				2
Sorunda IF	1	1																				2
Sportsgear DHK	1																					1
Spånga HK	3	3		1	1	1	2	1	2	2	2	1		2		1	1	3	2	2	5	35
Stockholmspolisens IF HF										1											1	2
Södertälje HK																	1					1



ID	Domarutbildningar	Startdatum	Antal Deltagare	Kvinnor	Män	Timmar	Deltagartimmar
1752327	Instruktörsutbildning/mentorskap - Domare	2023-09-05	6	2	4	4	24
1752316	Instruktörsutbildning/mentorskap - Domare	2023-06-20	23	9	14	5	115
1665185	Zonträff Nordmitt - Vikingahallen 12 januari	2023-01-12	6	1	5	3	18
1741317	Zonträff Nordmitt - Vikingahallen, 4 Maj	2023-05-04	6	2	4	2	12
1741313	Zonträff Nordväst - Smedshagshallen, 26 April	2023-04-26	6	3	3	2	12
1741310	Zonträff Sydväst - Västertorpshallen 4 April	2023-04-04	6	1	5	2	12
1741311	Zonträff Sydöst - Sjöstadshallen 17 April	2023-04-17	13	4	9	2	26
1717688	Beach DU 1	2023-05-28	16	8	8	8	128
1676356	DU 1 - AIK Handboll	2023-02-11	56	39	17	5	280
1825807	DU 1 - Huddinge	2023-09-07	16	16	0	5	80
1825805	DU 1 - Huddinge	2023-08-26	17	1	16	5	85
1710847	DU 1 - Huddinge HK	2023-02-07	16	15	1	5	80
1797525	DU 1 - Kungsängen	2023-09-16	35	10	25	6	210
1802600	DU 1 - Spånga	2023-10-05	23	16	7	3	69
1791938	DU 1 - Täby	2023-09-17	24	15	9	5	120
1794833	DU 1 - Vassunda	2023-09-03	18	1	17	9	162
1817964	DU 2 - Bolton	2023-11-14	12	9	3	4	48
1798581	DU 2 - Bålsta	2023-10-01	23	17	6	9	207
1826652	DU 2 - Hammarby	2023-12-09	32	21	11	10	320
1806325	DU 2 - Haninge	2023-10-31	43	11	32	8	344
1825803	DU 2 - Huddinge	2023-09-14	16	16	0	5	80
1825798	DU 2 - Huddinge	2023-08-28	17	1	16	5	85
1710866	DU 2 - Huddinge HK	2023-02-09	18	17	1	5	90
1817968	DU 2 - Skuru	2023-11-13	35	21	14	5	175
1669343	DU 2 - Skå IK	2023-01-07	10	7	3	6	60
1821838	DU 2 - Sollentuna	2023-11-12	6	0	6	9	54
1821837	DU 2 - Sollentuna	2023-11-04	14	8	6	9	126
1810601	DU 2 - Spånga	2023-10-24	28	16	12	3	84
1827067	DU 2 - Tumba	2023-11-21	13	12	1	4	52
1817115	DU 2 - Tyresö	2023-11-14	4	3	1	3	12
1791943	DU 2 - Täby	2023-09-24	19	14	5	5	95
1825808	DU 2 - Vallentuna	2023-12-16	19	15	4	9	171
1794836	DU 2 - Vassunda	2023-09-03	24	8	16	9	216
1816925	DU 2 - Åkersberga	2023-10-21	20	10	10	5	100
1816215	DU 2 - Årsta	2023-09-28	12	12	0	3	36
1815791	Domarutbildning 3	2023-11-28	39	21	18	4	156
1717299	Domarutbildning 3	2023-02-07	41	26	15	4	164
1752325	Domarutbildning 3 - Domarteam Nordmitt	2023-09-10	25	17	8	8	200
1752326	Domarutbildning 3 - Domarteam Nordväst	2023-09-17	19	15	4	8	152
1752324	Domarutbildning 3 - Domarteam Nordöst	2023-09-16	20	5	15	8	160
1752323	Domarutbildning 3 - Domarteam Sydväst	2023-08-20	32	21	11	8	256
1752322	Domarutbildning 3 - Domarteam Sydöst	2023-09-24	22	13	9	8	176
1789474	DU 3-6 Uppsamling	2023-09-14	28	12	16	5	140
1742608	DU 4	2023-08-27	22	10	12	10	220
1742609	DU 5	2023-08-27	24	3	21	10	240
1742614	DU 6	2023-08-27	24	6	18	12	288
1760374	DUG	2023-08-27	10	7	3	10	100
1674621	Midvinterträff DU 6	2023-01-11	9	5	4	3	27
1686259	Midvinterträff DU3	2023-01-25	57	35	22	6	342

6409

ID	Funktionärsutbildningar	Startdatum	Antal Deltagare	Kvinnor	Män	Timmar	Deltagartimmar
1799879	FU 1 - Bålsta	2023-09-27	15	9	6	5	75
1801983	FU 1 - Huddinge	2023-10-03	5	4	1	4	20
1792773	FU 1 - Skånela	2023-09-24	13	5	8	6	78
1798572	FU 1 - Skånela	2023-10-01	8	5	3	6	48
1794336	FU 1 - Spånga	2023-09-18	20	10	10	5	100
1797531	FU 1 - Uppsala	2023-09-28	18	6	12	5	90
1816356	FU 1 - Åkersberga	2023-11-23	5	0	5	4	20
1830615	FU 1 & 2 - Jakobsberg	2023-11-30	7	4	3	5	35
1816932	FU 1-2 - Hammarby	2023-11-07	12	4	8	4	48
1794612	FU 1-2 - Hammarby	2023-09-25	24	14	10	3	72
1794609	FU 1-2 - Hammarby	2023-09-19	21	12	9	3	63
1799695	FU 2 - AIK	2023-10-10	12	4	8	5	60
1794439	FU 2 - AIK	2023-09-07	8	3	5	5	40
1794438	FU 2 - AIK	2023-09-21	22	7	15	5	110
1794426	FU 2 - AIK	2023-09-13	20	10	10	5	100
1834224	FU 2 - Bolton	2023-12-06	24	15	9	4	96
1799691	FU 2 - Bolton	2023-09-26	13	8	5	5	65
1799878	FU 2 - Bålsta	2023-09-26	29	16	13	5	145
1794418	FU 2 - Cliff	2023-09-18	10	2	8	4	40
1794412	FU 2 - Cliff	2023-09-25	7	1	6	4	28
1806819	FU 2 - Grundkurs, Tumba	2023-10-25	4	3	1	5	20
1806811	FU 2 - Grundkurs, Tumba	2023-10-19	5	4	1	5	25
1842656	FU 2 - GT Söder	2023-12-20	4	1	3	2	8
1827720	FU 2 - GT Söder	2023-11-29	3	2	1	2	6
1806423	FU 2 - GT Söder	2023-10-18	11	4	7	2	22
1803530	FU 2 - GT Söder	2023-10-04	7	4	3	2	14
1802598	FU 2 - GT Söder	2023-09-28	7	4	3	4	28
1798666	FU 2 - Gustavsberg	2023-10-02	0	0	0	4	0
1796247	FU 2 - Gustavsberg	2023-09-19	16	8	8	9	144
1796244	FU 2 - Gustavsberg	2023-09-18	11	2	9	4	44
1794604	FU 2 - Hammarby	2023-09-23	9	5	4	4	36
1794597	FU 2 - Hammarby	2023-09-14	31	16	15	4	124
1802289	FU 2 - Haninge HK	2023-10-11	13	5	8	2	26
1794472	FU 2 - Haninge HK	2023-10-04	19	10	9	2	38
1794471	FU 2 - Haninge HK	2023-10-10	13	2	11	2	26
1794470	FU 2 - Haninge HK	2023-09-28	11	6	5	2	22
1794469	FU 2 - Haninge HK	2023-09-26	11	10	1	2	22
1794467	FU 2 - Haninge HK	2023-09-21	9	4	5	2	18
1794466	FU 2 - Haninge HK	2023-09-19	9	4	5	2	18
1794464	FU 2 - Haninge HK	2023-09-14	8	3	5	2	16
1794363	FU 2 - Haninge HK	2023-09-12	9	5	4	2	18
1817896	FU 2 - HK Ceres	2023-12-06	9	5	4	4	36
1802604	FU 2 - HK Ceres	2023-09-27	20	3	17	3	60
1801987	FU 2 - Huddinge	2023-10-05	11	4	7	2	22
1701143	FU 2 - Huddinge HK	2023-02-02	19	11	8	5	95
1701129	FU 2 - Huddinge HK	2023-01-17	17	9	8	5	85
1797122	FU 2 - Huddinge, Nya funktionärer	2023-09-19	15	5	10	4	60
1825596	FU 2 - Huddinge, Repetionskurs	2023-12-06	7	2	5	2	14
1825595	FU 2 - Huddinge, Repetionskurs	2023-11-29	8	3	5	2	16

1797125	FU 2 - Huddinge, Repetionskurs	2023-09-21	26	14	12	2	52
1803420	FU 2 - Lidingö SK	2023-10-10	8	3	5	8	64
1803417	FU 2 - Lidingö SK	2023-10-03	6	3	3	8	48
1795342	FU 2 - Lidingö SK	2023-09-17	24	16	8	8	192
1821836	FU 2 - Rimbo	2023-11-22	4	2	2	4	16
1796254	FU 2 - Rimbo	2023-09-28	15	6	9	4	60
1796251	FU 2 - Rimbo	2023-09-20	11	7	4	4	44
1795513	FU 2 - Rimbo	2023-09-18	3	3	0	4	12
1802603	FU 2 - Sannadal	2023-10-12	4	2	2	4	16
1794434	FU 2 - Sannadal	2023-09-28	16	7	9	4	64
1794431	FU 2 - Sannadal	2023-09-27	10	5	5	4	40
1794429	FU 2 - Sannadal	2023-09-21	11	6	5	4	44
1794422	FU 2 - Sannadal	2023-09-18	11	5	6	4	44
1800374	FU 2 - Silwing-Troja	2023-10-04	12	8	4	4	48
1827060	FU 2 - Skogås	2023-11-30	6	1	5	4	24
1799705	FU 2 - Skogås	2023-09-27	8	6	2	4	32
1804862	FU 2 - Skuru	2023-10-11	5	2	3	5	25
1795290	FU 2 - Skuru	2023-10-05	17	11	6	5	85
1795289	FU 2 - Skuru	2023-10-03	21	7	14	5	105
1795287	FU 2 - Skuru	2023-09-25	20	9	11	5	100
1795276	FU 2 - Skuru	2023-09-21	11	2	9	5	55
1795274	FU 2 - Skuru - EMP Profixio	2023-09-27	19	11	8	2	38
1795269	FU 2 - Skuru - EMP Profixio	2023-09-19	13	6	7	2	26
1804390	FU 2 - SKå	2023-09-26	11	2	9	5	55
1795326	FU 2 - Skånela	2023-09-18	17	11	6	4	68
1792765	FU 2 - Skånela	2023-09-23	14	7	7	5	70
1812094	FU 2 - Skånela	2023-11-02	13	6	7	5	65
1802599	FU 2 - Spånga	2023-10-05	12	6	6	5	60
1794345	FU 2 - Spånga	2023-09-28	23	10	13	5	115
1794344	FU 2 - Spånga	2023-09-25	20	11	9	5	100
1794341	FU 2 - Spånga	2023-09-20	16	3	13	5	80
1805663	FU 2 - Tyresö	2023-10-17	44	20	24	4	176
1797136	FU 2 - Tyresö	2023-09-21	27	15	12	4	108
1791607	FU 2 - Täby	2023-09-19	27	12	15	5	135
1791606	FU 2 - Täby	2023-09-18	27	12	15	5	135
1791604	FU 2 - Täby	2023-09-07	17	9	8	5	85
1812108	FU 2 - Uppsala	2023-10-26	13	6	7	5	65
1803812	FU 2 - Uppsala	2023-09-26	14	12	2	5	70
1797529	FU 2 - Uppsala	2023-09-26	18	7	11	5	90
1797527	FU 2 - Uppsala	2023-09-21	18	9	9	5	90
1791937	FU 2 - Vallentuna	2023-09-14	14	6	8	5	70
1803435	FU 2 - Vassunda	2023-09-19	5	4	1	4	20
1794282	FU 2 - Vassunda	2023-09-19	4	1	3	4	16
1794276	FU 2 - Vassunda	2023-09-12	4	3	1	4	16
1794284	FU 2 - Vassunda - Profixio EMP	2023-09-19	6	4	2	2	12
1794308	FU 2 - Vassunda - Profixio EMP dig	2023-09-15	6	1	5	31	186
1734755	FU 2 - Westermalm	2023-03-07	11	3	8	4	44
1799989	FU 2 - Åkersberga	2023-09-27	10	6	4	4	40
1798583	FU 2 - Åkersberga	2023-09-26	2	0	2	4	8
1798578	FU 2 - Åkersberga	2023-09-28	4	2	2	4	16

1797524	FU 2 - Åkersberga	2023-09-19	7	6	1	4	28
1797156	FU 2 - Årsta	2023-09-26	18	10	8	4	72
1792349	FU 2 - Årsta	2023-09-21	13	9	4	4	52
1792348	FU 2 - Årsta	2023-09-19	13	5	8	4	52
1798594	FU 2 - Årsta AIK	2023-10-05	3	2	1	3	9
1798591	FU 2 - Årsta AIK	2023-09-27	12	3	9	3	36
1794140	FU 2, Erfarna - Silwing-Troja	2023-09-18	9	3	6	2	18
1797538	FU 2, Erfarna - Tumba	2023-09-27	10	1	9	5	50
1797537	FU 2, Erfarna - Tumba	2023-09-20	9	4	5	5	45
1798728	FU 2, Nybörjare - Kungsängen	2023-09-25	17	7	10	4	68
1794135	FU 2, Nybörjare - Silwing-Troja	2023-09-13	11	3	8	4	44
1798570	FU 2, Nybörjare - Sollentuna	2023-09-28	8	3	5	3	24
1798568	FU 2, Nybörjare - Sollentuna	2023-09-26	19	7	12	3	57
1798566	FU 2, Nybörjare - Sollentuna	2023-09-25	28	9	19	3	84
1797535	FU 2, Nybörjare - Tumba	2023-09-28	14	7	7	5	70
1797534	FU 2, Nybörjare - Tumba	2023-09-21	11	5	6	5	55
1798737	FU 2, Repetition - Kungsängen	2023-09-27	22	9	13	4	88
1795338	FU1 - Lidingö SK	2023-09-19	26	11	15	5	130
1791608	FU1 - Täby	2023-09-13	22	11	11	5	110
1794281	FU1 - Vassunda	2023-09-21	5	3	2	4	20
1794275	FU1 - Vassunda	2023-09-14	6	1	5	4	24
1793220	FU2 - Jakobsberg	2023-09-12	8	3	5	5	40
1742612	FU3 - Uppsamling	2023-09-28	15	10	5	4	60
1754834	FU 3	2023-08-27	28	14	14	10	280
1686330	Vinterträff FU3	2023-02-16	11	5	6	1	11
1752328	Instruktör - Funktionärer	2023-09-14	14	8	6	5	70
1752321	Instruktör - Funktionärer	2023-09-05	25	12	13	5	125

7347



ID	Spelarutbildningar	Startdatum	Antal Deltagare	Kvinnor	Män	Timmar	Deltagartimmar
1753186	Målvakt U11-U13 - VT23	2023-05-21	25	7	18	4	100
1778175	Målvakt U14-U16 - HT23	2023-11-01	30	16	14	9	270
1753187	Målvakt U14-U16 - VT23	2023-05-21	25	11	14	4	100
1749556	SUL beachhandboll F08/09 - 3 juni	2023-06-03	24	22	2	4	96
1749964	SUL beachhandboll F08/09 - 6 juni fm	2023-06-06	24	23	1	3	72
1749958	SUL beachhandboll F08/09 - 6 juni em	2023-06-06	25	24	1	3	75
1749955	SUL beachhandboll P08/09 - 4 juni	2023-06-04	25	0	25	4	100
1749963	SUL beachhandboll P08/09 - 6 juni fm	2023-06-06	25	0	25	3	75
1749962	SUL beachhandboll P08/09 - 6 juni em	2023-06-06	23	1	22	3	69
1686260	SUL F08 Omg 2 - 11/2	2023-02-11	52	52	0	9	468
1686263	SUL F08 Omg 2 - 12/2	2023-02-12	57	56	1	8	456
1686332	SUL F08 Omg 2 - 2/3	2023-03-02	35	35	0	9	315
1686328	SUL F08 Omg 2 - 3/3	2023-03-03	22	22	0	9	198
1741239	SUL F08 Omg 3 - 11/4	2023-04-11	29	28	1	9	261
1741271	SUL F08 Omg 3 - 18/5	2023-05-18	51	49	2	9	459
1741274	SUL F08 Omg 3 - 19/5	2023-05-19	34	32	2	9	306
1741280	SUL F08 Omg 3 - 27/5	2023-05-27	41	40	1	9	369
1741281	SUL F08 Omg 3 - 28/5	2023-05-28	36	35	1	9	324
1771271	SUL F08 Omg 4 - 16/8	2023-08-16	48	47	1	9	432
1771281	SUL F08 Omg 4 - 19/8	2023-08-19	27	27	0	9	243
1771291	SUL F08 Omg 4 - 20/8	2023-08-20	24	24	0	9	216
1771299	SUL F08 Omg 4 - 26/8	2023-08-26	26	25	1	9	234
1771304	SUL F08 Omg 4 - 27/8	2023-08-27	47	47	0	9	423
1773682	SUL F09 Omg 1 - 23/9	2023-09-23	46	44	2	9	414
1773689	SUL F09 Omg 1 - 24/9	2023-09-24	50	49	1	9	450
1773692	SUL F09 Omg 1 - 28/10	2023-10-28	48	48	0	9	432
1779268	SUL F09 Omg 1 - 29/10	2023-10-29	25	24	1	9	225
1779263	SUL F09 Omg 1 - 30/10	2023-10-30	45	45	0	9	405
1816354	SUL F09 Omg 2 - 16/12	2023-12-16	41	41	0	9	369
1816357	SUL F09 Omg 2 - 17/12	2023-12-17	48	48	0	9	432
1685425	SUL P08 Omg 2 - 11/2	2023-02-11	49	1	48	8	392
1685428	SUL P08 Omg 2 - 12/2	2023-02-12	52	1	51	9	468
1741252	SUL P08 Omg 3 - 10/4	2023-04-10	12	1	11	9	108
1741257	SUL P08 Omg 3 - 18/5	2023-05-18	50	0	50	9	450
1741263	SUL P08 Omg 3 - 19/5	2023-05-19	16	2	14	9	144
1741283	SUL P08 Omg 3 - 27/5	2023-05-27	51	0	51	9	459
1741285	SUL P08 Omg 3 - 28/5	2023-05-28	40	1	39	9	360
1769015	SUL P08 Omg 4 - 16/8	2023-08-16	23	0	23	9	207
1771232	SUL P08 Omg 4 - 19/8	2023-08-19	25	0	25	9	225
1771248	SUL P08 Omg 4 - 20/8	2023-08-20	31	0	31	9	279
1771261	SUL P08 Omg 4 - 26/8	2023-08-26	27	0	27	9	243
1771266	SUL P08 Omg 4 - 27/8	2023-08-27	50	0	50	9	450
1773698	SUL P09 Omg 1 - 23/9	2023-09-23	47	0	47	9	423
1773639	SUL P09 Omg 1 - 24/9	2023-09-24	48	0	48	9	432
1773677	SUL P09 Omg 1 - 28/10	2023-10-28	47	2	45	9	423
1779260	SUL P09 Omg 1 - 29/10	2023-10-29	42	0	42	9	378
1779262	SUL P09 Omg 1 - 30/10	2023-10-30	48	0	48	9	432
1816350	SUL P09 Omg 2 - 16/12	2023-12-16	48	0	48	9	432
1816353	SUL P09 Omg 2 - 17/12	2023-12-17	51	0	51	9	459
1659631	Distriktslag Flickor 08	2023-10-08	35	35	0	102	3570
1795437	Distriktslag Pojkar 08	2023-09-24	35	0	35	102	3570

22292

ID	Tränarutbildningar	Startdatum	Antal Deltagare	Kvinnor	Män	Timmar	Deltagartimmar
1773987	Tränarutbildning 1 - HT23 - december	2023-12-17	12	2	10	10	120
1773982	Tränarutbildning 1 - HT23 - oktober	2023-10-22	19	12	7	10	190
1792427	Tränarutbildning 1 - Roslagen	2023-10-15	13	6	7	9	117
1752270	Tränarutbildning 1 - VT23	2023-06-04	23	14	9	10	230
1673276	TU1 utbildning 2023 - Sollentuna	2023-01-14	21	8	13	12	252
1779438	TU1 utbildning HT23	2023-09-09	20	13	7	12	240
1791056	TU1 utbildning HT23 - AIK/Ekerö	2023-09-23	21	9	12	10	210
1803926	TU1 utbildning HT23 - Bolton	2023-10-29	18	6	12	11	198
1777339	TU1 utbildning HT23 - Lidingö	2023-09-09	28	6	22	12	336
1795565	TU1 utbildning HT23 - Rimbo	2023-10-16	18	14	4	8	144
1776462	TU1 utbildning HT23 - Skånela	2023-09-16	16	5	11	12	192
1780584	TU1 utbildning HT23 - Sollentuna - 10/9	2023-09-10	24	20	4	12	288
1780538	TU1 utbildning HT23 - Sollentuna - 27/8	2023-08-27	26	15	11	12	312
1778038	TU1 utbildning HT23 - Spånga	2023-08-20	19	11	8	12	228
1792373	TU1 utbildning HT23 - Tyresö	2023-09-20	12	5	7	10	120
1771175	TU1 utbildning HT23 - Vallentuna	2023-09-02	12	9	3	12	144
1771157	TU1 utbildning HT23 - Åkersberga	2023-08-26	24	13	11	12	288
1748885	TU1 utbildning VT23 - Gustavsberg	2023-06-03	22	16	6	12	264
1749969	TU1 utbildning VT23 - Skuru	2023-04-19	20	12	8	10	200
1751127	TU1 utbildning VT23 - Vassunda	2023-05-14	14	7	7	12	168
1640277	Tränarutbildning 2 - HT22 - Kurs 2	2022-10-15	26	13	13	48	1248
1768038	Tränarutbildning 2 - HT23 - Kurs 1	2023-09-23	31	21	10	48	1488
1717911	Tränarutbildning 2 - VT23	2023-03-11	33	10	23	48	1584
1727147	Tränarutbildning 3 - VT23	2023-03-25	14	5	9	44	616
1769745	Tränarutbildning 4 - HT23 - Skanstull	2023-09-09	21	10	11	44	924
1727151	Tränarutbildning 5 - VT23	2023-04-01	12	3	9	47	564
							10665

ID	Tränarutbildningar	Startdatum	Antal Deltagare	Kvinnor	Män	Timmar	Deltagar-timmar
1794826	Målvaktstränarutbildning steg 1 - HT23	2023-10-14	19	8	11	10	190
1741521	Målvaktstränarutbildning steg 1 - VT23	2023-06-03	20	10	10	10	200
1787210	Målvaktstränarutbildning steg 2 - HT23	2023-10-07	2	0	2	12	24
1784601	Akutskadevårdsutbildning - Handens SK	2023-08-23	13	10	3	4	52
1778211	Akutskadevårdsutbildning - HT 23 Kurs 1	2023-09-13	14	10	4	4	56
1778612	Akutskadevårdsutbildning - HT 23 Kurs 2	2023-12-06	17	11	6	4	68
1771772	Hand the ball utbildning - skolor	2023-08-31	11	6	5	4	44
1767359	Hand the ball utbildning HF Öst	2023-07-03	12	4	8	5	60
1749122	Hand the ball utbildning HF Öst	2023-04-24	14	6	8	5	70
1806878	Hand the ball utbildning HF Öst HT23	2023-11-22	13	13	0	5	65
1783761	Åldersanpassad Skivstång intro NM	2023-10-11	14	4	10	4	56
1783755	Åldersanpassad Skivstång intro NV	2023-09-27	13	6	7	4	52
1783749	Åldersanpassad Skivstång intro SV	2023-09-13	13	3	10	4	52
1783764	Åldersanpassad Skivstång intro SÖ	2023-10-18	18	5	13	4	72
1624669	Framtida ledare	2022-06-11	50	38	12	54	2700
1829862	Framtida ledare - Bolton/Sannadal	2023-09-12	6	3	3	12	72
1829830	Framtida ledare - GT/Hammarby/Årsta	2023-09-12	6	3	3	12	72
1829843	Framtida ledare - Huddinge/Haninge/Handen/Skogås	2023-09-12	10	6	4	12	120
1829695	Framtida ledare - Norrort	2023-09-12	7	6	1	12	84
1829875	Framtida ledare - Uppsala	2023-09-12	2	1	1	8	16
1805239	Ledarutbildning Paraverksamhet	2023-12-15	10	10	0	2	20
1839301	Spelarutbildning Parahandboll omg 1 2023/2024	2023-12-28	16	7	9	4	64
1732636	Spelarutbildning Parahandboll omg 2	2023-03-25	9	5	4	4	36
1587207	Strategisk samverkan Para Handboll HF Öst	2022-01-20	5	4	1	1	5
1789228	Strategiska Samverkan Paraverksamhet	2023-10-25	6	4	2	1	6
1753159	Strategiska Samverkan Paraverksamhet	2023-05-02	8	5	3	1	8
							4264

ID	Tränarutbildningar	Startdatum	Antal Deltagare	Kvinnor	Män	Timmar	Deltagartimmar
1652063	TK Möte 22-23	2022-05-25	9	2	7	13	117
1692454	Kansliträff	2023-01-25	18	6	12	7	126
1674798	Ordförandeforum	2023-01-25	31	7	24	7	217
1731283	Workshop Integration	2023-02-22	12	7	5	2	24
1703549	Utbildningsplanering i Zonerna	2023-03-08	26	12	14	1	26
1739004	Kansliträff	2023-03-15	15	6	9	3	45
1723634	Årsmöte 2023	2023-03-23	46	16	30	2	92
1750717	Föreningsträff Paraverksamhet HF Öst	2023-04-17	11	6	5	1	11
1748715	Stöd till anmälan 2023-2024. Tor 20 april	2023-04-20	11	7	4	0	0
1748717	Stöd till anmälan 2023-2024. Mån 24 april	2023-04-24	8	3	5	0	0
1757262	Serieindelningsträff F15 och P15	2023-05-10	14	8	6	1	14
1757266	Serieindelningsträff F19 och P19	2023-05-11	13	8	5	1	13
1757883	Serieindelningsträff F13	2023-05-15	10	5	5	1	10
1757886	Serieindelningsträff F14	2023-05-15	13	6	7	1	13
1757892	Serieindelningsträff P13	2023-05-15	10	3	7	1	10
1757894	Serieindelningsträff P14	2023-05-15	17	8	9	1	17
1757898	Serieindelningsträff F16	2023-05-16	13	10	3	1	13
1757900	Serieindelningsträff P16	2023-05-16	10	3	7	1	10
1770193	TK Möte 23-24 (HT 23)	2023-05-23	7	1	6	8	56
1749275	Schysst handboll	2023-05-27	45	20	25	7	315
1753327	Från liten till eliten	2023-06-01	13	2	11	4	52
1755015	Säsongsavslutning	2023-06-13	18	6	12	3	54
1765231	Mitt i året träff	2023-06-21	19	11	8	4	76
1766862	Sommarträff för Tränarutbildningsinstruktörer	2023-06-27	5	0	5	3	15
1794289	Idrottsförällder - Närvarande men inte styrande	2023-09-21	33	27	6	2	66
1804148	Föreningsträff Paraverksamhet	2023-10-10	7	4	3	1	7
1780342	Liten till eliten träff 2	2023-10-12	23	7	16	5	115
1819400	Extra årsmöte 2023	2023-11-30	9	6	3	0	0
1813716	Kansliträff + VM Handboll	2023-12-05	10	3	7	4	40
1829171	Utvecklingskonferens dec 2023	2023-12-14	17	10	7	4	68
							1622