



Sportslig Plan for Malvik IL - aldersbestemt håndball



MIL håndball- aldersbestemt er en avdeling innenfor Malvik idrettslag, og bestemmelsene om barneidrett vedtatt av Norges Idrettsforbund samt vedtekter for MIL er også gjeldende for oss.



Håndballens grunnverdier

Håndball for alle,

Barnehåndball bygger på NHF's visjon «Håndball for alle». Uavhengig av ferdighetsnivå, treningsiver, alder, kjønn og kulturell bakgrunn så skal alle få et godt håndballtilbud tilpasset sitt behov, modning og ferdigheter. Grunnfilosofien er at alle barn skal gis like muligheter til å kunne delta på håndball. Alle spillere er like mye verdt. Mestring handler om å få til noe, klare en oppgave, ta en utfordring og videre beherske den. Dette kan skje alene eller i samspill med andre.

Håndball skal være sosialt,

Lagidrett er en fantastisk mulighet til å dyrke vennskap og knytte sterkere sosiale bånd mellom barn, både som en del av en spillergruppe og et fellesskap også utenfor banen. Det sosiale ved håndballen er kanskje den viktigste grunnen til at barn er med i idretten, dette aspektet er det derfor viktig å vektlegge som trener, lagleder og forelder. Foreldreengasjement rundt laget er en nøkkelfaktor slik at flere enn trenere og lagleder har ansvar for samhold og miljø. Lagånd bygges gjennom aktiviteten på trening og i kamp, hvor alle jobber sammen mot felles mål, men også på reiser, turneringer og avslutninger.

Håndball skal være trygt,

Alle skal vite at de er velkommen på håndballaget, og ingen skal holdes utenfor fellesskapet. Som voksen har du også et ansvar for at ingen blir utstøtt eller mobbet på laget, og at alle på laget vet at det er nulltoleranse for mobbing. Alle barn trenger oppmerksomhet, og noen trenger mer enn andre; Bruk tid på å snakke direkte med den enkelte med jevne mellomrom slik at alle føler de blir sett, verdsett og ivaretatt.

Fokus på lek og utvikling,

Håndballaktivitet for barn skal være prosessorientert. God, langsiktig og helhetlig utvikling baseres på prinsippet om at alle skal være i aktivitet så stor del av tiden som mulig, med stort fokus på stafetter, balleker, morsomme konkurranser og ikke minst: mye småspill. Det skal ikke legges vekt på innøving av trekk og andre øvelser med få ballberøringer, men heller på utvikling av ballfølelse, teknikk, koordinasjon og samspill gjennom lekende øvelser. Mer aktivitet og mange ballberøringer per spiller bør alltid være et mål. Håndball for barn skal ikke være vanskelig – verken for trener eller spiller – men krever mer av deg som aktivitets leder og organisator enn som fagperson i håndball.

TRYGGHET + MESTRING = TRIVSEL

Kilde: NHF



Sportslig plan skal være verktøy for spillere, trenere og ledere for å skape et trygt og samtidig utfordrende treningsmiljø, som sikrer den sportslige og sosiale utvikling som er vårt mål. Planen skal bidra til å skape en felles klubbidentitet og felles målsetting for arbeidet vi driver i avdelingen.

Hovedmål for avdelingen

- Gi barn og unge i vårt nærmiljø et tilbud om å spille håndball i et godt og trygt sosialt miljø, hvor alle har rett til å delta ut fra sine forutsetninger.
- Fremme en sunn sosial og sportslig utvikling, hvor alle spillere gis utviklingsmuligheter ut fra sine forutsetninger.
- Gi et sportslig tilbud ved å legge til rette for hospitering, spesialtreninger og samarbeid gjennom våre samarbeids-klubber, MHK og VHK, slik at de aller ivrigste og største talentene ønsker å spille i Malvik.

De enkelte årsklasser

MIL håndball har som mål å stille lag i alle aldersklasser fra 7 til 16 år for både gutter og jenter. Når seriesystemet i NHF tillater det, stilles fortrinnsvis rene lag i aldersklassene, både for gutter og jenter i hver enkelt aldersklasse fra 7 år (2. klasse i grunnskolen). Samarbeid mellom klubbene MIL og HIL kan være aktuelt dersom antall utøvere er for lavt til å gi et normalt aktivitetstilbud. I årsklassen 16 år kan det være aktuelt med samarbeid med MHK eller VHK. Eventuelle samarbeid styres og koordineres av sportslig utvalg i klubbene.

Aktiviteter

Aktivitetsnivå generelt

I klassene under 12 år skal aktivitet ikke være høyere enn at barna kan delta i flere idrettsgrener, og allsidig aktivitet oppmuntres. I følge Norsk Idrettsforbunds vedtekter om barneidrett, skal ingen idrett være helårsidrett for barn under 12 år. I aldersklassene til og med 12 år, har alle rett til å spille like mye, og "topping" av lagene praktiseres ikke. Med topping menes bruk av spillere, basert på ferdigheter, for å oppnå best mulig resultat over en lengre periode. Det skal være greit å delta på andre idretter, også over 12 år, uten at det for konsekvenser for kamper og spilletid. Aktivitetsnivå for hver enkelt spiller bør avklares før sesongstart. Det er hovedtreners ansvar å se til at totalbelastningen ikke blir for stor. Trener skal ikke kreve 100% oppmøte dersom annen idrett er årsak til fravær.

Cupdeltagelse

Deltakelse i Cup skal fortrinnsvis finne sted i egen region, men for årsklassene 11-16, kan én cup i året kan medføre noe lenger reise/overnatting. Lag kan delta i turneringer utenlands når de går over i siste års 14. Lag f.o.m. 13 år kan velge å delta på en satsningscup. Dette



søkes om til klubbens sportslige utvalg, og enkelte kriterier gjelder. Vi trekker frem CSK-cup i Mars som en fin avslutningscup for mini og 10-11 årsklassen, evt. Steinkjer som en overnattingscup for de eldste som ikke deltar på klubbens fellescup. Alle lag skal delta på klubbens egne arrangementer dersom ikke annet er avtalt.

Treningssamling

Ekstern treningssamling før seriestart (sept) gjennomføres for alle lag fra og med 12 – 16 år. Dette for å bygge miljø og samhold mellom lagene. Interne og eksterne treningskrefter brukes. I løpet av året vil det være aktuelt med interne samlinger. Disse samlingene fastsettes ikke og antall samlinger vil variere.

Klubb utviklingsmiljø (KUM)

Dette er treninger som gjennomføres på tvers av lagene, og kan gi spesialtrening for eks. målvakter/kantspillere etc. Samlinger for mini-lagene kan også komme inn under KUM. Disse treningene fastsettes av sportslig utvalg. Hallkapasitet vil være førende for tidspunkter. Fortrinnsvis benyttes egne trenerkrefter, men eksterne kan også jevnlig hentes inn. Alle trenere skal delta på disse treningene.

Treningsaktivitet og treneren

7-8 år:

Organisering av nye lag styres av sportslig utvalg. Info om klubb og oppstart går ut via barneskolene i Malvik. Har håndballaktivitet 1 t. pr. uke, med oppstart etter skolens høstferie, i gymsal eller liten hallflate. Treningstiden skal legges utenom allidrettens timeplan (7 år). Får tilbud om deltagelse på klubbens håndballskole der balltilvenning gjennom lek prioriteres. Kan delta i seriespill, evt. i aktivitetsdag i minihåndball organisert av kretsen.

Treningen og andre aktiviteter:

- Det legges vekt på allsidighet, ball-lek og lystbetont aktivitet som fremmer
- koordinasjon, motoriske ferdigheter og bevegelsesglede.
- Unngå kø! Høy aktivitet til enhver tid skal prioriteres.
- Konkurransmomentet skal være underordnet.
- Variasjon på alle spilleplasser, alle spiller like mye.
- Sesongen avsluttes ved påske.
- I tillegg til Malvikcup, anbefales CSK-cup, ved sesongslutt, som en fin avslutning.
- Felles avslutning for mini+11 år.

Treneren:

Klubben er avhengig av foreldre til å bidra. En gruppe bør ha minst en trener, foreldrekontakt og lagleder. Det er en fordel om den/de som bidrar har noe basiskunnskaper om håndball og må like å jobbe med barn. Klubben plikter å legge til rette for kurs/utdanning for de som ønsker dette. Vi ønsker at lagsansvarlige tar minimum minihåndballtrener-kurset (nytt 2015)



9 år:

Oppstart etter skolenes høstferie. Spiller aktivitetsserie i minihåndball. Trening 1 time pr. uke i gymsal el. liten hall i håndballsesongen. Kan delta i cuper i utendørssesongen.

Treningen og andre aktiviteter:

- Det legges vekt på allsidig fysisk aktivitet.
- Ballbehandling og tekniske ferdigheter skal gi utviklingsmuligheter for alle spillere, men med hovedvekt på godt miljø i laget.
- Konkurransmomentet fortsatt underordnet.
- Grunnleggende bevegelsestrening med hovedvekt på håndballspillet.
- Lekbetonte øvelser som krever ballbehandling brukes i stor grad (stuss, kast og mottak).
- Lekbetont trening som gir generell utholdenhet, styrke og smidighet.
- Unngå kø! Høy aktivitet til enhver tid skal prioriteres.
- Variasjon på alle spilleplasser, alle spiller like mye.
- I tillegg til Malvikcup, anbefales CSK-cup, ved sesongslutt, som en fin avslutning.
- Felles avslutning for Mini+11 år.

Treneren:

Gruppen bør ha en hovedtrener. Hovedtrener bør ha modul 1-6 i Trener 1 kurs. I tillegg bør gruppen ha minst en assistenttrener, foreldrekontakt og lagleder. Det er en fordel om den/de som bidrar har noe basiskunnskaper om håndball og må like å jobbe med barn. Klubben plikter å legge til rette for kurs/utdanning for de som ønsker dette.

10 år:

Oppstart etter skolenes høstferie. Overgang til storbane og spiller serie i minihåndball. Trening 1-2 time pr. uke i gymsal el. liten hall i håndballsesongen. Klubben skal legge til rette for større hallflate dersom det finnes kapasitet i hallene. Kan delta i cuper i utendørssesongen.

Treningen og andre aktiviteter:

- Det legges vekt på allsidig fysisk aktivitet.
- Ballbehandling og tekniske ferdigheter skal gi utviklingsmuligheter for alle spillere, men med hovedvekt på godt miljø i laget.
- Konkurransmomentet fortsatt underordnet.
- Grunnleggende bevegelsestrening med hovedvekt på håndballspillet.
- Lekbetonte øvelser som krever ballbehandling brukes i stor grad (stuss, kast og mottak).
- Lekbetont trening som gir generell utholdenhet, styrke og smidighet.
- Unngå kø! Høy aktivitet til enhver tid skal prioriteres.
- Variasjon på alle spilleplasser, alle spiller like mye.
- I tillegg til Malvikcup, anbefales CSK-cup, ved sesongslutt, som en fin avslutning.
- Felles avslutning for Mini+11 år.



Treneren:

Gruppen skal ha en hovedtrener. Hovedtrener bør ha modul 1-6 i Trener 1 kurs. I tillegg bør gruppen ha minst en assistenttrener, foreldrekontakt og lagleder. Det er en fordel om den/de som bidrar har noe basiskunnskaper om håndball og må like å jobbe med barn. Klubben plikter å legge til rette for kurs/utdanning for de som ønsker dette. Trener skal bruke evt. treningsverktøy for dokumentasjon dersom dette vedtas i styre.

11 år:

Deltar i vanlig serie. Trening 1-2 time pr. uke i hall i håndballsesongen. Antall treningstider gis ut ifra hallkapasitet. Kan delta i cuper utenom sesongen.

Treningen og andre aktiviteter:

- Fortsatt hovedvekt på allsidighet, lekbetont aktivitet og sosialt miljø, men aktiviteten må også fremme koordinasjon og tekniske ferdigheter og gi rom for sportslig utvikling hos spillerne. (Differensiering)
- Konkurransenmomentet er underordnet.
- Unngå kø! Høy aktivitet til enhver tid skal prioriteres.
- Grunnleggende bevegelsestrening med hovedvekt på håndballspillet.
- Spill på faste plasser skal unngås. Alle skal ha mulighet til å utvikle ferdigheter i ulike posisjoner.
- Vektlegging av allsidighet, men også teoretiske ferdigheter / ballbehandling.
- Topping av lag aksepteres ikke.
- I tillegg til Malvikcup, anbefales CSK-cup, ved sesongslutt, som en fin avslutning. Evtuelle cuper utenom sesong avklares med sportslig utvalg.
- Felles avslutning for Mini+11 år.

Treneren:

Gruppen skal ha en hovedtrener. Hovedtrener bør ha Trener 1 kurs. I tillegg bør gruppen ha minst en assistenttrener, foreldrekontakt og lagleder. Det er en fordel om den/de som bidrar har noe basiskunnskaper om håndball og må like å jobbe med barn. Klubben plikter å legge til rette for kurs/utdanning for de som ønsker dette. Trener skal bruke evt. treningsverktøy for dokumentasjon dersom dette vedtas i styre.



12 år

Det skal være en treningsgruppe fra 12 år. Evt. grupperinger slås sammen. Dette kan avvikes dersom det totale antallet blir for stort. Individuelle vurderinger tas av sportslig utvalg. Deltar i vanlig serie. Trening 2 timer pr. uke i hall hele sesongen, i tillegg til 1 time fysisk/forebyggende trening i håndballeseong. Antall treningstider gis ut ifra hallkapasitet. Det bør trenes 1 time pr. uke utenom sesong. Kan delta i cuper utenom sesongen.

Treningen og andre aktiviteter:

- Det bør registreres oppmøte.
- Fortsatt hovedvekt på allsidighet og sosialt miljø og aktiviteten skal fremme koordinasjon og tekniske ferdigheter og gi rom for sportslig utvikling hos spillerne.
- Konkurransmomentet er underordnet.
- Unngå kø! Høy aktivitet til enhver tid skal prioriteres.
- Spill på faste plasser bør unngås, men vil etter hvert bli naturlig.
- Bør begynne å trene trekk, der alle skal være involvert. Alle skal ha mulighet til å utvikle ferdigheter i ulike posisjoner.
- Det skal gis tilbud om egen trening for keepere.
- Det skal legges opp til alternativ trening, som styrketrening med egen kroppsvekt.
- Topping av lag aksepteres ikke.
- Deltar på klubbens treningsleir og evt. fellescup i tillegg til Malvikcup.

Treneren:

Gruppen skal ha en hovedtrener. Hovedtrener utpekes/ansettes av klubb, og skal inneha minimum Trener 1 kurs. Oppfordres til å begynne på Trener 2. Hovedtrener skal lage en overordnet plan for gjennomføring av trening og andre aktiviteter. I tillegg bør gruppen ha minst en assistenttrener, foreldrekontakt og lagleder. Det er en fordel om assistenttrenere deltar på Trener 1 kurs. Klubben plikter å legge til rette for kurs/utdanning for de som ønsker dette. Trener skal bruke evt. treningsverktøy for dokumentasjon dersom dette vedtas i styre.

13-14 år

Deltar i seriespill. Kan delta i cuper året rundt. Trening 2-3 timer pr. uke i hall, i tillegg til 1 time fysisk/forebyggende trening. Det bør trenes året rundt.

Treningen og andre aktiviteter:

- Begynnende vektlegging av spilleforståelse samt utvikling av ferdigheter hos den enkelte spiller, sikkerhet i ballbehandling.
- Videreføring av ballbehandling for å øke tekniske ferdigheter (finter og skudd) .
- Introdusere spillsituasjoner som inneholder valgmuligheter for enkeltspillere.
- Videreføring av trening for generell utholdenhet, styrke og smidighet.
- Ingen topping av laget, men det kan differensieres i kamp. Retningslinjer for dette diskuteres og avklares med spillere/trenere/foreldre/sportslig leder før seriestart .



- Spillere kan hospitere på eldre lag, og spille kamper for dette. 13 årslag kan delta i seriespill for årsklassen over for å øke spill-/treningstilbudet. Hospitering styres av sportslig utvalg.
- Deltar på klubbens treningsleir og fellescup i tillegg til Malvikcup.
- Kan velge seg satsningscup under forutsetninger definert av klubben. (Les om hospitering og topping nederst)

Treneren:

Gruppen skal ha en hovedtrener. Hovedtrener utpekes/ansettes av klubb, og skal minimum inneha Trener 1 kurs. Oppfordres til å begynne på Trener 2. Hovedtrener skal lage en overordnet plan for gjennomføring av trening og andre aktiviteter. I tillegg bør gruppen ha minst en assistenttrener, foreldrekontakt og lagleder. Det er en fordel om assistenttrenere deltar på Trener 1 kurs. Klubben plikter å legge til rette for kurs/utdanning for de som ønsker dette. Trener skal bruke evt. treningsverktøy for dokumentasjon dersom dette vedtas i styre.

15-16 år

Trening 2 - 4 timer pr. uke i hall året rundt, i tillegg til 1 time fysisk/forebyggende trening. Sportslige målsettinger vektlegges høyere, utvikling av ferdigheter hos enkeltspillere vektlegges parallelt med spilleforståelse og utvikling av lagspill.

Treningen og andre aktiviteter:

- Fortsatt stor vekt på ballteknisk trening (finter og skudd men med økende innslag av spillesituasjoner for å utvikle spilleforståelse og treffe viktige valg i gitte situasjoner.
- Det skal legges mer vekt på grunnleggende fysisk ressurstrening, generell og spesiell utholdenhetstrening samt generell og spesiell styrketrening.
- Mental trening startes for å fram evne til å være best når det gjelder.
- Automatisering av teknikk .
- Topping av laget tillates, men diskuteres og avklares med spillere/trenere/foreldre/sportslig leder før seriestart.
- 15 åringer kan hospitere på 16 års lag og spille kamper for dette.
- 15 årslag kan delta i seriespill for 16 årslag for å øke spilltilbudet.
- Vurdere om man skal stille lag på tvers av årsklassene med sosial profil.
- Vektlegging av bredde, aktivitetstilbud for alle uansett forutsetninger, men også høy sportslig kvalitet på lagene og høyt teknisk nivå på enkeltspillere.
- Enkeltspillere motiveres til å delta på regionale utviklingsamlinger.
- Samarbeid og delvis samtrening med 18- årslag og partnerklubb.
- Kan delta på cuper året rundt, også utenlands. Type satsning avklares i foreldregruppe og sportslig utvalg.
- Deltar på klubbens treningsleir og fellescup i tillegg til Malvikcup.

Treneren:

Gruppen skal ha en hovedtrener som har erfaring og nødvendig kompetanse. Dersom treners kompetansekrav ikke oppfylles, plikter klubben til å ansette ny trener. Hovedtrener skal minimum ha Trener 1 kurs. Skal oppfordres til å begynne på Trener 2 og Trener 3. Hovedtrener skal lage en overordnet plan for gjennomføring av trening og andre aktiviteter. I tillegg bør gruppen ha minst en assistenttrener, foreldrekontakt og lagleder. Det er en fordel om



assistenttrenere innehar minimum Trener 1 kurs. Klubben plikter å legge til rette for kurs/utdanning for de som ønsker dette. Trener skal bruke evt. treningsverktøy for dokumentasjon dersom dette vedtas i styre.

Treneren generelt

Vi er helt avhengige av at foreldre stiller som trenere gjennom perioden ed minihåndball. F.o.m. årsklassen 13 år, skal klubben utpeke trenere til lagene. Det skal være minst en ansvarlig trener med ansvar for treningsopplegg og kampløp for hvert enkelt lag. Det er også ønskelig at hvert lag har en assisterende trener som kan følge opp ved fravær e.l. Trenerne må følge klubbens målsettinger, retningslinjer og sportslig plan. Sportslig leder (trenerkoordinator) har ansvar for oppfølging av trenere, som på sin side plikter å følge opp dette arbeidet. For å utvikle nye trenere gis det tilbud til spillerne fra og med 16års-lagene om aktivitetslederkurs. Sportslig ledelse søker å oppmuntre og legge til rette for at spillere videre oppover i klassene som har talent og lyst til det, får delta på regionens videre kurs for trenere.

Dommere

Utvikling av gode dommere er en viktig oppgave for håndballavdelingen. Alle spillerne fra og med 14 år gis tilbud om dommeropplæring. Deltakelse i dommerkurs gir nyttig håndballfaglig kunnskap også for trenere og spillere, og hever det sportslige nivået i klubben. Klubbens målsetting er å ha minst 1 dommer pr. 3 påmeldte lag i serien.

Hospitering, utvikling og topping

Hospitering skal være et tilbud til de spillerne som viser treningsiver og gode holdninger i forhold til eget lag. Disse spillerne skal i en definert periode få delta på en eller flere treninger (12-14 år) og/eller kamper (13-18 år) med lag i årsklassen over (eldre) - (ikke 2 års klasser). Hospitering skal alltid være et tilbud i tillegg til trening i egen gruppe, ikke i stedet for. Trenerne bestemmer hvilke av sine utøvere som kan få hospitere og er ansvarlig for at hospiteringen ikke gir utøveren så stor treningsbelastning at det er fare for belastningsskader.

Hovedtreneren skal sette opp en plan for hospitering. Denne skal forelegges trenerne, sportsligutvalg og utøverens foreldre og godkjennes av dem før iverksettelse.

Retningslinjer for hospitering:

- Det skal legges til rette for at spillere med gode holdninger og treningsiver kan hospitere i årsklassen over (eldre) - (ikke 2 års klasser), iht NHF § 16-2.5.5
- Spillere som ikke har fylt 16 år kan bare delta i sin egen offisielle aldersklasse og den offisielle klassen som ligger umiddelbart over samt den mellomliggende uoffisielle klassen.
- Det er viktig at alle som ønsker og hospitere, får muligheten til dette.



- Hensikten med hospitering er, for årsklassene fra og med 12 år, å utvikle spillere ved å gi dem utfordringer utover det de normalt får i sin egen treningsgruppe.
- Målet er ikke at laget de hospiterer på skal bli bedre.
- Fra og med 16 år er målet også at laget de hospiterer på skal bli bedre.
- Hovedtrener for det lag som spillerne tilhører velger ut hvem som får et hospiterings tilbud (alle som ønsker det «skal få prøve seg»).
- Normalt består gruppen av inntil 4 spillere.
- Alle hospiteringer skal være avtalt og avklart mellom sportslig leder og de berørte lags hovedtrenere.
- Hospitering skal være avklart med spillerens foreldre.
- All kommunikasjon til spilleren skal gå gjennom spillerens hovedtrener.
- I alderen 13-18 år skal det være tilrettelagt slik at aktuelle kandidater får hospitere.
- Det er hovedtreners ansvar å tilpasse belastningsmengden for spilleren.
- Anbefaling fra NHF er 3 treninger på 1 kamp.

Kamper

- Hovedtrener for laget som mottar spillere bestemmer hvem som får et kamptilbud, og på hvilket lag de skal spille.
- Ved kollisjoner skal laget som spilleren formelt tilhører i prioriteres.
- Lån av spillere til lag der de ikke allerede har hospitert, skal være avklart med spillernes foreldre og hovedtrenere før spillerne kontaktes.

Retningslinjer for satsning

Satsning er ikke det samme som topping. Definisjonen på topping som nevnt over: «*bruk av spillere, basert på ferdigheter, for å oppnå best mulig resultat over en lengre periode*».

Det skal til enhver tid gis kamptilbud til deltakende utøvere. Dvs. at, selv om det satses og settes mål om gode resultater, skal alle utøvere få spilletid. Ingen skal defineres som reserver ved å bli plassert på benk uten å få spille. Ved cuper der det bestemmes at det skal satses, vil trener benytte det mannskapet som man mener trengs for å få best mulig resultat, men det skal samtidig gis spilletid til alle utøvere selv om målt spilletid vil være begrenset. Valg av satsningscup kan være aktuelt for klasser 14 år og eldre og skal skje i samarbeid med sportslig utvalg. Det skal også tas opp i foreldregruppen.

Partnerklubber

Malvik Håndballklubb-93

MHK-93 driver damehåndball i Malvik kommune, Sør-Trøndelag, og er en partnerklubb for Malvik IL og Hommelvik IL. Klubben ble stiftet 30. mai 1993. Hjemmebane er Malvikhallen og Sveberghallen. Sesongen 2014-15 hadde de ca. 45 aktive spillere.

Følgende tilbud pr. 01.05.2015.

- 3. divisjon damer.
- 4. divisjon damer.
- Jenter 18 år.
- Jenter 16 år.



MHK`s J16-lag kan være et samarbeid mellom MHK, MIL og HIL

Vikhammer Håndballklubb

Følgende tilbud pr. 01.03.2015

- 2. divisjon herrer
- 3. divisjon herrer
- 3. divisjon herrer trim
- Gutter 18
- Gutter 16
- Bring-lag G 16
- Gutter 15-1
- Gutter 15-2 (hospiteringslag)

VHK`s G16-lag er et samarbeid mellom VHK, MIL og HIL. Pr. 01.05.2015 stilles det G16-lag kun i VHK i Malvik. En sammenslåing i enkelte gutteklasser er nødvendig dersom det er for få utøvere i gutteklassene. Et evt. MIL – HIL samarbeid på G16 erstattes derfor av en gruppe i VHK. Det vil være hospiteringsmuligheter opp til VHK for lavere årsklasser i MIL og HIL.