



## **Gøy HK Årsberetning**

Årsberetningen omfatter året 2023, og dermed avslutningen av sesongen 2022/2023 og første halvdel av sesongen 2023/2024.

### **GENERELT**

Sportslig sett har perioden vært en meget god periode i Gøy HKs historie. Vår suksess med vårt konsept med å kombinere gode sportslige opplevelser med gode sosiale opplevelser gjorde at vi tok sats og økte antall påmeldte lag.

I sesongen 2022/23 stilte Gøy med hele syv lag i serie. Vi meldte på ni lag før sesongen 2023/24, et i Trondheim, et i Tromsø og syv lag i Oslo. Dessverre måtte vi senere trekke damelaget i Tromsø. Vi fikk også inn flere nye trenere sammen og er stolte av at Charlotte, Andrea, Hanne og Lasse ble med.

Kristoffer Nylund Fikseth, Vegard Seteråsen og Lauritz Sjøvik Bjørnereim har trent to treningsgrupper og hatt kampansvar for D3/D4, mens Charlotte har hatt ansvar for nye D6. Andrea og Hanne har hatt ansvar for damer Retro. I Trondheim har Emilie Lamvik, Ingeborg Bakkevoll Eriksen og Lasse Lund vært ansvarlige for damelaget, mens trioen Guro Rustad Grebstad, Ida Therese Hassfjord Knudtsen og Ragni Strand Hågensen har vært ansvarlige for damelaget i Tromsø.

På herresiden har Espen Høegh Sørnum hatt hovedansvaret for trenerer og herrenes beste lag. Martin A. Sværen har hatt ansvaret for M5/M4 og Lars Thorstensen tar på vare på Gøy Retro. Tusen takk for strålende innsats alle trenere!

Gøy HK er en klubb hvor det sosiale, og det å dra på turneringer og turer sammen alltid har stått sentralt. 2023 er trolig et toppår når det gjelder turer.

Lars Thorstensen har representert Gøy HK på klubbmøter i Ullern ISU. Maylinn S. Olsen sitter i styret i Ullern ISU.

Årsmøtet ble avholdt den 16. februar 2024. Totalt stilte 62 medlemmer på møtet.

Balanse, driftsregnskap og budsjett ble godkjent.

### **RAPPORTER FRA DE ULIKE GRUPPENE**

#### **Økonomigruppa**

Økonomigruppa har i 2023 bestått av Aini Aschem, Kjersti Thomassen, Mathilde Andersen og Martin Sværen.

Gøy HK har en egenkapital på kr 534.055 per 31.12.2023. Driftsresultatet for perioden viser et overskudd på kr 14.837.

Økonomigruppa har utført løpende betalinger og regnskapsføringer samt avstemminger av kontingentinnbetalinger slik at dette er ajourført til utsending av nyhetsbrev. Gjennom året består økonomigruppas arbeid av bilagsføringer, betalingsinnkreving, regningsbetalinger, søknader om økonomisk støtte, gjennomgang av mail, bankavstemning, regnskap 2023 og budsjett 2024 for Gøy HK og MiniGøy.

Leder Økonomigruppa  
Aini Aschem



## **Sportslig avdeling**

Sportslig avdeling har i 2023 bestått av Marthe Nordås, Guro Øigarden og Christian Sørensen.

2023 har vært et fantastisk år for Gøy Håndballklubb. Etter foregående års nedstengninger var det endelig full aktivitet året gjennom. Gøy stilte med hele syv lag i seriespillet i sesongen 2022/23 og viste at det ikke trenger å være noen motsetning mellom kvantitet og kvalitet. Det ble opprykk, skål for D5 som ble D4, og hele tre medaljer, fordelt på både kjønn og byer. Skål for D5 Trondheim, D5 Oslo og M5/Retards.

Etter «pliktløpet», seriespillet, var det tid for den morsomme delen av sesongen: Turneringene. Det ble gull i nord (Tromsø) og gull i sør (København) og ytterlige medaljer både her og der. Det spiller liksom ingen rolle. Om det er Oslo-lagene eller våre søstre i andre deler av landet, seriespill eller turneringer, menn eller kvinner, i Norge eller utlandet, mot studenter eller veteraner, innendørs eller på sand. Gøy soper med seg medaljer uansett. Er det noen klubb i hele Norge som kan vise til tilsvarende? Svaret er nei. Skål for alle sammen!

Seriespillet sesongen 2023/24 fortsetter i samme spor. Det kjempes om opprykk og medaljer på en rekke fronter. «Skal de ikke la noe være igjen til resten av håndball-Norge?» hviskes det i gangene på NHFs kontorer på Ullevaal Stadion ifølge hemmelige kilder Sportslig avdeling har vært i kontakt med. De sportslige utsiktene kunne ikke vært lysere. Sportslig avdeling sier seg svært fornøyd med eget arbeid, og oppfatter selv at klubben er i de beste sportslige hender for uoverskuelig fremtid.

Leder Sportslig avdeling  
Christian Sørensen

## **Festkomiteen**

Festkomiteen har i løpet av 2023 bestått av Charlotte Haug Nilsen, Ruben Amble Hirsti, Maylinn S. Olsen, Andreas E. Asbjørnsen, Signe Sandengen Kveseth, Vilde Rosø Barkhall og Line Skute Bråten.

Året 2023 har vært et toppår for Fest.Kom. Vi har enten gjennomført eller bidratt til blant annet Årsfest, Sommerfest, Kick-Off, Bli-kjent-fest for nye lag, Duo-julebord, lagfester og håndball ute.

Ellers har komiteen jobbet med vårt 25-års jubileum der vi nærmer oss 140 påmeldte til middag og «Etter-Middag-billetten».

Leder av Festkomiteen  
Line Skute Bråten

## **Medlemsservice**

Medlemsservice har i 2023 bestått av Martin Sværen.

Gøy benytter Club Spond som leverandør av medlemssystem. Gjennom året har vi hatt full drift og oppetid på systemet. Vi ser stadig på løsninger for å øke datakvaliteten og øke støtten fra verktøyet med automatisering for både innmelding og utmelding.

Grunnet økende arbeid med medlemsmassen ønsker vi å utvide gruppen med to medlemmer.

Leder Medlemsservice  
Martin Sværen



## **Arrangementskomiteen**

Arrangementskomiteen har i 2023 bestått av Martin Sværen og Thomas Nymoen Lund.

Arrangementer er noe Gøy Håndballklubb er svært gode på, rent planleggingsmessig. Vi har et solid team, bestående av Martin, som sørger for at all informasjon og dokumentasjon finnes tilgjengelig for at hjemmekamper skal kunne arrangeres på en forbillig måte. Denne informasjonen og dokumentasjonen kommuniseres videre til alle klubbens medlemmer på Facebook, slik at absolutt alle til enhver tid vet når og hvor de skal stille som sekretariatsvakt. Planleggingsmessig er altså absolutt alt på stell. Dessverre er Facebook en kommunikasjonsportal som kun brukes av folk over 30 år, dermed har det vist seg vanskelig å nå klubbmedlemmer som er født etter OL på Lillehammer. Arrangementskomiteen jobber derfor med en TikTok-versjon av sekretariatslisten hvor informasjonen skal formidles gjennom musikk og forførende dans.

Hevi og Alex er dommere i Region Øst, mens Hilde og Ida Therese har dømt for oss i Region Nord. Det er svært lenge siden Gøy hadde så mange aktive dommere, og av en eller annen merkelig grunn er disse dommerne så disiplinerte at dommeransvarlig knapt trenger å løfte en finger. Vi har også en strålende avtale med Korsvoll der vi leier inn dommere som fyller vår dommerkvote. Dommerkomiteen kan ikke huske en mer fredfull og harmonisk tid, og internt i komiteen råder det meget god stemning hos komiteens ene medlem. Det skal nevnes at vi har en åpen klagesak på en dommerkvote som vil sendes NHF i løpet av den tiden det tar å sortere de 55 sidene klubbens leder så langt har samlet sammen.

Leder Arrangementskomiteen, herunder dommerkomiteen.  
Thomas Nymoen Lund

## **Barnslig avdeling**

Barnslig avdeling har i 2023 bestått av Ingrid Nygård Pedersen, Mari Menne Sjoner, Jan Erik Carlsen, Lennart Aasen og Lars Thorstensen.

Barnslig avdeling organiserer et tilbud for fremtidens håndballstjerner. I løpet av en sesong gjennomføres normalt 8-10 treninger og noen ganger noen runder med kamper i Loppetassen for 6-7 åringer. I 2023 ble mangel på tilgang til haller med minmål og mangel på nok ressurspersoner en hemske og det ble kun noen økter.

I løpet av 2023 har derimot klubben jobbet med en utvidelse av vår barne- og ungdomssatsning, og vi får inn nye ressurser på organisasjonssiden og har funnet igjen en gammel hall vi kan benytte.

Barnslig Leder  
Lars Thorstensen

## **Markedsavdelingen**

Markedsavdelingen har i 2023 bestått av Hege Westby Johansen, Lars Thorstensen og Maren Tollefsrud Løsnes.

Markedsavdelingen inngikk sist år en avtale med Intersport og Hummel, rullet ut nye draktsett til hele klubben og lanserte appen «Club Intersport» der medlemmene kunne kjøpe eget utstyr. Intersport har i 2023 vært gjennom en omorganisering og blitt Anton Sport, mens Hummel har byttet kolleksjon. Appen er lagt ned og vi vil rulle ut en nettside for kjøp våren 2024.



Vi ser også på et jubileumsprodukt i forbindelse med vårt 25-års jubileum.

Leder Markedsavdelingen  
Maren Tollefsrud Løsnes

### **Gøy 2.0**

Gøy 2.0 har i 2023 bestått av Guro Øigarden, Tone Solem, Martine Baklien, Camilla Hægeland, Lars Thorstensen og Katharina Skaset.

Dette året har vi arbeidet mye med drift av Instagram og våre nettsider. Vi har også lansert goyhk25 på Insta som gir et herlig bilde av Gøy gjennom 25 år.

Avdelingen har også fått på plass et rammeverk med foreslåtte retningslinjer for bruk av Instagram som støtte for at flere av våre influencere skal publisere på Insta goy.hk og gjennom partnerpublisering. Dette finnes på [www.goyhk.com/instaguide](http://www.goyhk.com/instaguide).

Klubben har fått gratis tilgang til det digitale verktøyet Canva siden vi er en frivillig organisasjon. Canva brukes for å lage digitalt innhold, og vi har mange lisenser tilgjengelig. Verktøyet gjør det mulig å velge en mal – noe som kan være vanskelig siden det er veldig mange maler å velge mellom, og så kan man tilpasse den og legge til egne bilder og gjennom dobbeltklikk gjøre det mulig å forstørre bildet innen en ramme, og man kan også gjøre bildet mindre og dersom bildet blir veldig lite kommer det opp en hendig liten boks under bildet så man kan flytte på bildet. Man kan legge til tekstbokser og skrive kule ting, og man kan spørre en AI-hjelper om tips. AI står for Artificial Intelligens og kalles på norsk Kunstig Intelligens og forkortes ofte AI likevel. Man kan iblant få morsomme kommentarer fra AI-hjelperen, men ikke veldig morsomme.

Når man har lagt til bildet kan man legge til ulike flavours på bildet, for eksempel litt mer glow, som mange personer som ble tatt bilde av for 20 år siden kan ha nytte av. Men så til det litt mer spennende, man kan bruke bakgrunnsfjerner som gjør at man kan få tak i bare en person og klippe den inn i en annen sammenheng. Dette ble for eksempel brukt da Bjarni ble flyttet fra en tur i syden og inn i sin hjemby Vestmannaeyjar, en øygruppe på Island som fikk mange følgere av goyhk25 på Insta til å drømme seg bort.

Vi ønsker å avslutte med å fortelle om magisk viskelær, et hjelpemiddel fra hælvetet som gjør at når du har viska bort det du skal så kommer du borti bildet du skal beholde fordi den forbanna penselen du bruker ikke følger hånda di slik du har tenkt, og du må starte all viskinga på nytt. Magic Expand, Magic Edit og Magic Grab er faktisk også tilgjengelig i verktøyet men de har vi ikke turt å prøve. En anbefaling er også å starte med å lagre bildene man lager i en fornuftig mappestruktur fra start og ikke innse det når man scroller desperat mellom hundrevis av bilder av folk i etterkant.

Leder Gøy 2.0  
Katharina Skaset

### **Turkomiteen**

Tur.Kom har i 2023 bestått av Marius Dahl, Thomas Nymoen Lund, Tone Solem og Christian Sørensen.

Tur.Kom med venner (mest venner) har i 2023 arrangert tur til Tromsø, Sognsvann, Sandefjord, Køln, København og Stavanger.



Hovedverktøyene for Tur.Kom har i år vært mye likt tidligere år: dataverktøyet Excel, mobilteknologien SMS, den elektroniske postformen e-post, det sosiale nettverket Facebook, den web-baserte finanstjenesten nettbank, mobilbetalingstjenesten Vipps, det sosiale mediet Snapchat, der påmeldinger og viktige beskjeder i mindre grad enn tidligere har en tendens til å forsvinne for godt, og medlems- og aktivitetsadministreringsapplikasjonen Spond, som løser stadig flere oppgaver. Den elektroniske identifikasjonstjenesten Bank-ID for mobil er i løpet av året erstattet av Bank-ID-applikasjonen.

Tur.Kom registrerer med stor glede at «den nye generasjonen» har forstått at det ikke bare er viktig å reise på tur, sosialisere og hygge seg. Det er også viktig å vinne. Bare på den måten etterleveres det første punktet i Gøys visjon: «Gøy Håndballklubb skal i løpet av 5 år vinne alt som kan vinnes i hele verden.» KølN virker foreløpig å være et unntak hvor medaljene sitter litt lenger inne, men hvem vet? Når resten av håndball-Norge og -verden sliter med underskudd og negativ egenkapital er det plutselig vi som står igjen til slutt. Som det heter i mottoet til AFC Richmond (Ted Lasso): «Gradarius Firmus Victoria».

Til sist vil Tur.Kom gjerne fremheve seg selv. Komiteen er strålende fornøyd med eget arbeid. Spesielt evnen, og viljen, til å delegere og la andre enn komiteens medlemmer stå for planlegging og gjennomføring av turer, er et område hvor komiteen viser egenskaper i verdensklasse. En stor, stor takk – og skål! - til alle som bidrar. Tur.Kom oppfatter selv at klubben er i de beste reise-hender for uoverskuelig fremtid.

Leder av Tur.Kom  
Christian Sørensen

### **Gøy Sprint - Årsmelding**

Gøy Sprints gruppestyre har bestått av Mariel Hatle, Therese Thoresen, Mari Menne Sjoner og Bjørn Richard H. Monsen.

Gøy Sprint ble formelt lagt ned i 2023 og er ikke lenger medlem i Norges Friidrettsforbund. Komiteen foreslo etter dette å oppløse seg selv og at underavdelingen tas ut av organisasjonsplanen.

Leder Gøy Sprint  
Bjørn Richard H. Monsen

### **Gøy Skjenebrett - Årsmelding**

Gøy Skjenebretts gruppestyre har bestått av Johan Jørgen Fossli, Susann Jøraandstad og Lars Thorstensen.

Gøy Skjenebretts leder har representert Gøy Skjenebrett på to uformelle runder på Holta DiscGolfPark og en tilstøtende bane i Lillesand, der han ut av det blå spilte et hull en under par, som kalles birdie. Skjenebrettbanen på Røa er bestemt lagt ned og vi har ingen planer om å kjempe for den banen da det var en del gjørme der. Vi avventer søknad om medlemskap i Norges Amerikanske Idretters Forbund av økonomiske hensyn.

Leder Gøy Skjenebrett  
Lars Thorstensen

### **Valgkomiteen**

Valgkomiteen har i 2023 bestått av Linnea Buvik, Torgeir Algerøy og leder Mathilde Andersen. Wilhelm Klaveness har vært vara.



Det er intet nytt under solen fra valgkomiteen. Arbeidet med å finne kandidater går lekende lett og vi er imponert over alle som ønsker å stille opp.

Leder valgkomiteen  
Mathilde Andersen

### Kontrollutvalget

Kontrollutvalget har i 2023 bestått av Fredrik Scheinert og Marianne Riksheim.

Det er virkelig Gøy at det er så mye aktivitet! Kontrollutvalget har ellers intet at bemerke.

Leder kontrollutvalget  
Marianne Riksheim

### Styret og komiteer

I perioden 13. januar 2023 til 16. februar 2024 har styret og komiteer bestått av:

Leder:	Lars Thorstensen
Nestleder:	Maylinn S. Olsen
Økonomisjef:	Aini Aschem
Medlemmer:	Mathilde Andersen, Kjersti Thommassen, Martin A. Sværen
Leder Festkomite:	Line Skute Bråten
Medlemmer:	Tone Solem, Maylinn S. Olsen, Vegard Seteråsen, Andreas E. Asbjørnsen
Arrangementssjef:	Thomas Nymoens Lund
Medlem:	Martin Sværen
Leder Markedsavd:	Maren Tollefsrud Løsnes
Medlemmer:	Hege Westby Johansen
Leder Medlemsservice:	Martin Sværen
Sportslig leder:	Christian Sørensen
Medlemmer:	Marthe Nordås, Guro Øigarden
Barnslig Avdeling:	Lars Thorstensen
Medlemmer:	Jan Erik Carlsen, Lennart Aasen, Ingrid Nygård Pedersen, Mari Menne Sjoner
Leder Tur.Kom:	Christian Sørensen
Medlemmer:	Thomas Nymoens Lund, Marius Dahl
Leder Gøy 2.0	Katharina Skaset
Medlemmer:	Guro Øigarden, Tone Solem, Camilla Hægeland, Martine Baklien, Lars Thorstensen
Leder Valgkomite:	Mathilde Andersen
Medlemmer:	Linnea Buvik, Torgeir Algerøy, Wilhelm Klavenes (vara)
Avd.led Gøy Skjenebrett:	Lars Thorstensen
Medlemmer Skjenebrett:	Susann Jøraandstad, Johan Jørgen Fossli
Leder Kontrollutvalg:	Marianne Riksheim
Medlem:	Fredrik Scheinert

Styret bestod av: Leder Lars Thorstensen, nestleder Maylinn S. Olsen, styremedlem Christian Sørensen. Varamedlem: Aini Aschem.

På årsmøtet ble det delt ut Fortjenestepriser til utvalgte personer for deres glimrende innsats i 2023. Det er ikke betalt styrehonorar. Målet for året 2024 er å ha det GØY gjennom økt deltakelse på cuper og sosiale arrangementer.

1. Revisor for Gøy HK har vært Bjørnar Næss og 2. Revisor har vært Kristine Andersen Hagen.

Oslo, 16.02.2024.  
Thomas Nymoens Lund, referent.

Maylinn S. Olsen

KOST

Christian Sørensen

Lars Thorstensen

Guro Øigarden