

# Handbollens Dag

#myckethänderihandboll



## Lördag 29 April

### 10.00 – 14.00

Mixmatcher – ca 10.00

Prisutdelning – ca 13.00

Vi bjuder på saft och korv till alla barnen!



Vi ses på Jenningshallen!

## Årets ungdomsledare säsongen 2022/23

Sikeå handboll har sedan många, många år premierat en duktig ungdomsledare så också i år.

Årets Ungdomsledarpris går i år till en person som verkligen brinner för sporten handboll. Denna person vet att handboll handlar om passion, vilja, engagemang och att man ska ha jåkligt roligt. Det är då man lyckas och når sina mål.

Denne ungdomsledare ser verkligen varje spelare både på och utanför planen men har också förmågan att se hela gruppen.

När denna säsong började så fick denna ledare ett nytt gäng ungdomar att leda. Det såg verkligen osäkert ut med väldigt många tappade bollar de första matcherna men sakta men säkert.....

Ledaren har verkligen fått ihop gruppen. Tjejerna har utvecklats enormt och i gruppen har det varit högt i tak. Laget har haft riktigt kul och man har dessutom vågat ställa krav på varandra. Laget har gått från klarhet till klarhet och spelade under Sundsvall cup sin absolut bästa handboll och slutade på en mycket meriterande 3:e plats.

För den här ledaren är det lika viktigt att dansa Tik tok som att göra en perfekt stegsättning!!!

Den här ledaren är otroligt uppskattad av sina b-tjejer och att han under väldigt många år har varit Mr Sikeå handboll och med all sin kraft, energi och tid gjort allt för Sikeås bästa gör inte saken sämre.

STORT GRATTIS Magnus Lindberg.

### **Sammanfattning av säsongen E-14**

Så har en till säsong passerat med detta härliga och fartfyllda gäng och det känns lite konstigt att vi nu ska splittra på dom. Men dom är redo. Redo för att ta klivet upp och utmana sig ännu mera.

Det här gänget har spelat 5 sammandrag denna säsong där vi har haft 2 lag i gång vid varje sammandrag. Utveckling från första sammandraget till sista är enorm även denna säsong. Det har spelats tuffa matcher och även matcher som har varit lite lättare. Vi har sett deras tuffhet att våga ta för sig men även hur ödmjuka och hjälpsamma dom kan vara mot dom som är mindre.

Det här gänget suger åt sig som små tvättsvampar och lär även varandra om någon inte förstår. Vi har sett ett stort engagemang med mycket spring i benen oavsett om vi värmer upp eller spelar match. Och det finns även en stor vilja i dessa små kroppar. En stor vilja att lära sig. En stor vilja att bli bättre. Det bådar gott inför framtiden.

Nu tackar vi för oss. Det har varit en ära att få ta hand om detta gäng. Nu ser vi framemot en sommar med bad, glass och sol. Sen är vi redo för en ny handbollssäsong med nya äventyr!

Angelica, Annika och Jessica

### **Sammanfattning av säsongen E-15**

Wow! Om vi skulle beskriva detta härliga gäng skulle vi säga att de är energifyllda, lärovilliga och fantastiska handbollsspelare! De har utvecklats så snabbt och det är helt obegripligt hur mycket de har lärt sig!

Det har varit så himla kul att träna dessa framtida handbollsproffs och vi längtar verkligen till nästa säsong! Vi vill tacka alla föräldrar som har skjutsat och hämtat till alla träningar och så klart alla barn som gjort våra måndagar roligare! Ha ett fantastiskt lov nu så syns vi till nästa säsong!

Hälsar Tilde, Samantha, Iris och Klas.

# Sikeå SK F10

Vi har under året tränat 2 dagar i veckan på Tundal där träningsnärvaron varit strålande. Extra kul att nästan hela kommunen är representerat i detta galna gäng. Tjejerna har varit lyhörda o gett gäret på varje träning. Med fortsatt bra träning o närvaro kommer ni gå långt för talang finns o blir över. Ha en härlig sommar så ses vi till hösten.

Tack för i år!

Carro, Wilma, Alva o Tobias

P10

Framför oss har vi ett väldigt träningsflitigt gäng. Vi har haft 40 träningstillfällen med 85% i träningsnärvaro. Vi har spelat kortbane-handboll de 6 sammandrag som vi haft och grabbarna har skött sig strålande under dessa sammandrag. Vi har även fått möjligheten att spela mini-handboll i Sundsvall-Cup vilket var jätteroligt och grabbarna visade prov på stor mognad, kamratskap och skicklighet både på och vid sidan om spelplanen.

Denna grupp har utvecklats jättemycket i år både som spelare och som lagkompisar. Fortsätter ni med denna entusiasm och träningsflitighet så finns det inget som kan stoppa er!

Tack för en fantastisk säsong/ Ledarna: Micke, Krister, Emil & Lina

## F12 (2010-2011) Säsongen 22-23

Laget har bestått av 30 energifulla och träningsvilliga tjejer. Det är sällan vi har varit färre än 22 spelare på träningarna. Imponerande och framförallt väldigt roligt!

Under säsongen har vi deltagit med två lag i F12 Norr-Norr där vi fått möta lag från Norrbotten. Det har blivit många jämna matcher, några stora förluster, några vinster med tvåsiffrigt men framför allt har tjejerna efter varje sammandrag tagit ett stort steg framåt i sin handbollsutveckling.

Förutom seriespel har vi även deltagit vid två cuper. I Umeå Handbollsfestival fick vi känna på cuplivet många matcher under flera dagar, tidiga mornar och föreningssammanhållning. Sundsvallcup var säsongens stora höjdpunkt som tjejerna började prata om redan i september, när vi startade våra träningar och det blev verkligen en lyckad cup.

Trots att vi har haft två lag både i serier och cuper så har tjejerna känts som ett enda stort lag. De hejar på varandra oavsett om man ligger under eller leder matcherna. Det är fint att se när laget som inte spelat matchen rusar in på planen för att gratulera efter en vinst. Lagsammanhållning när den är som bäst.

Vi har inom tränargruppen inte kunnat plocka ut någon "Säsongens spelare" från detta gäng. ALLA har verkligen bidragit till att skapa en fantastisk stämning på och utanför planen och utvecklats enormt som handbollsspelare.

Avslutningsvis vill vi tacka alla föräldrar och andra inblandade till som ställt upp för laget i vått och torrt och gjort det möjligt för oss att genomföra alla våra handbollsäventyr!

Vi önskar alla en skön sommar och längtar redan till hösten när vi ses igen!

/Annika, Sara, Evelina och Andreas

<b>Träningsliga</b>	<b>Träningar (62)</b>
1. Kerstin Kjellgren	60
1. Svea Sundström	60
2. Betty Wiklund	57
2. Tuva Löfström	57
3. Ally Koistinen	56
4. Astrid Seidel	55
4. Freja Rönnlund-Borg	55
4. Lilly Boman	55
5. Greta Lindberg	54
5. Hejli Sedin	54
5. Tove Normark	54
5. Vega Malmen	54

## Sammanfattning P12 2023

Sikeå P12 är ett fantastisk gäng, träningsvilliga och otroligt talangfulla. Första halvan av säsongen började skakigt och nervöst med jobbiga förluster mot lag som kändes både större och starkare. Efter hård träning och mycket vilja och mod fullkomligt exploderade laget tillsammans efter jul. Faktum är att laget inte förlorade en enda match under seriespel efter jul och de lagen som var så stora och starka lyckades vi tillsammans vinna mot alla gånger.

Vi ställde upp i Umeå Handbollsfestival där vi obesegrade gick till final. Väl i finalen åkte vi på en smärtsam förlust mot GUIF som tog hårt på grabbarna när vi va så nära. Men revanschen skulle komma.

Tillsammans med hela Sikeå Sk åkte vi till Sundsvall för att spela Sundsvall Cup. Efter en trevande start började grabbarna verkligen spela ut. Tyvärr vaknade vi till lite för sent och lyckades inte alltid jobba ikapp underläget. Efter gruppspel fick vi åter stängas mot GUIF i semifinalen.

Revanschlustan och peppen var på topp och grabbarna spelade sin bästa match, vinsten var ett faktum. Väl i finalen räckte det inte hela vägen då det än en gång blev en snöplig finalförlust och en till andraplats.

Men grabbarna kan stå rakryggade och otroligt stolta kalla sig Norr- och Västerbottens bästa pojkar 12 handbollslag!

Träningsligan

Vinnare av träningsflit: **Jonas Grakauskas**

Bästa utveckling:

Den här spelaren har tagit stora kliv och tagit stort ansvar, både på match och träning. Han har gett järnet och visat att han är en god lagkamrat. Att peppa sina lagkamrater och vara ett föredöme har verkligen utvecklats under denna säsong så därför går årets utveckling till **Casper Lundström**

## F14

### Träningsliga: Totalt 59 st

- 1, Ebba Sahlén-Lindmark 54 st
- 2, Celina Nilsson 53 st
- 3, Julia Lundström 52 st
- 4, Alicia Brömster 50 st
- 5, Klara Skoglund 45 st
- 5, Astrid Lindberg 45 st
- 5, Agnes Lyrén 45 st
- 6, Evelina Grubbström 44 st
- 7, Hilma Sjölund 42 st
- 8, Ellen Gustavsson 38 st
- 9, Elise Jonsson 25 st
- 10, Isabella Hedlund 17 st
- 11, Tove Normark 12 st
- 12, Vendela Jonsson 11 st
- 13, Samanta Grakauskas 9 st
- 14, Rut Wimble 7 st
- 15, Emmy Lindgren 6 st
- 15, Olivia Lindberg 6 st
- 16, Vera Larsson 3 st
- 17, Hejli Sedin 1 st
- 17, Wilma Karlsson 1 st
- 17, Tilde Boström-Sydén 1 st

### Skyttliga

- 1, Celina Nilsson 124 st
- 2, Astrid Lindberg 37 st
- 3, Evelina Grubbström 32 st
- 4, Julia Lundström 27 st
- 5, Hilma Sjölund 26 st
- 6, Ellen Gustavsson 18 st
- 7, Agnes Lyrén 16 st
- 8, Ebba Brömster 14 st
- 9, Ebba Sahlén-Lindmark 11 st
- 10, Elise Jonsson 5 st
- 11, Olivia Lindberg 3 st
- 12, Vera Larsson 2 st
- 13, Klara Skoglund 2 st
- 14, Vendela Jonsson 1 st

### Utväsningsligan:

- 1, Celina Nilsson 10 min
- 2, Astrid Lindberg 8 min
- 2, Julia Lundström 8 min
- 3, Ellen Gustavsson 4 min
- 3, Klara Skoglund 4 min
- 4, Ebba Sahlén-Lindmark 2 min
- 4, Elise Jonsson 2 min
- 4, Hilma Sjölund 2 min

### Varningsligan:

- 1, Ellen Gustavsson 1 st
- 1, Agnes Lyrén 1 st
- 1, Klara Skoglund 1 st
- 1, Ebba Sahlén-Lindmark 1 st

### Umeå Handbollsfestival 4: a

Lag	s	v	o	f	mål	p
Härnösand	3	3	0	0	64-26	6
Sikeå SK	3	2	0	1	45-38	4
Guif	3	1	0	2	31-54	2
Nordmaling	3	0	0	3	28-50	0
Semi						
Sikeå SK - Strömnäs 11 - 15						

### F14 Norr Fas1

Lag	s	v	o	f	mål	p
Boden 1	9	9	0	0	171-86	18
Strömnäs 1	8	7	0	1	142-88	14
Kiruna HK 1	9	7	0	2	155-118	14
Strömnäs 2	8	5	0	3	118-93	10
Norrjärden	9	5	0	4	134-109	10
Boden 2	9	4	0	5	152-127	8
Sävar IK	9	3	1	5	122-139	7
Sikeå SK	9	2	1	6	119-141	5
Kalix HK	9	1	0	8	98-201	2
Kiruna HK 2	9	0	0	9	64-173	0
F14 Norr Lifa fas 2						
Sikeå SK	6	5	0	1	104-76	10
Nordmaling	7	4	0	3	102-85	8
Härnösand 2	7	4	0	3	81-72	8
Guif 1	7	3	1	3	97-106	7
Kiruna HK 2	4	2	0	2	36-37	4
Guif 2	7	2	0	5	72-106	4
Strömsund	6	1	1	4	90-102	3
Matcher totalt säsongen 22-23						
Sikeå SK F14	30	15	2	13	469-447	32

### Sammanfattning Säsongen 22/23

Blir svårt att bara göra en kort sammanfattning av en otroligt rolig säsong men jag får göra ett försök! Jag var ny tränare för tjejerna inför året och hade lite dålig koll på var vi riktigt stod handbollsmässigt. Vi började säsongen trevande och var väldigt "spretiga" i spelet men tjejerna har lyssnat, varit tålmodiga och framförallt villig att lära sig. Tjejernas utveckling måste jag säga har varit helt otrolig och det har varit så intressant att få följa den på så nära håll. Lag som vi förordade stort under hösten märkte vi att vi närmade oss rejält under säsongen och vi la upp som mål att vi skulle vara som bäst till våren och Sundsvall Cup. VILKEN CUP TJEJERNA GÖRI! När vi möter Härnösand som vi förordade med 14 bollar i höstas och Kramfors som inte förorat en match under säsongen förlorar vi bägge matcherna med bara 2 bollar och då tyckte jag ändå att vi hade otur. Sen när vi ska spela bronsmatch och möter Falu så gör vi kanske den grymaste försvarsinsatsen jag sett av ett ungdomslag på den här nivån och vi vinner bronsset! Glädjen efter matchen när alla tjejerna kramar om varandra och gråter av lycka måste jag säga är bland det mäktigare jag fått upplevt på handbollsplanen och då har jag ändå varit med en hel del! Det var en otroligt rörande känsla. Måste säga STORT TACK till Willy som har varit till stor hjälp med sitt lugn och kunnande. Till sist ett stort tack för ett riktigt roligt år. LOVE YOU GIRLS!

//Magnus

### Årets MVP:

Den här spelaren har varit en klippa både på och vid sidan av planen. En bra och duktig lagkamrat men även en stor vän på sidan av planen som alltid är stöttande, peppande och sprider glädje i laget. Hon är en ödmjuk spelare som alltid vill lära och utveckla sig mera och som tränare är det otroligt kul att få jobba med ungdomar som har den hungern. Så fortsätt ha det drivet men samtidigt vara ödmjuk och nyfiken så kommer du kunna gå hur långt som helst där bara du själv sätter gränserna!

Vinnare av Årets MVP för F14

CELINA NILSSON

### Sundsvall Cup 3: a

Lag	s	v	o	f	mål	p
Härnösand	4	4	0	0	70-40	8
Kramfors	4	3	0	1	55-50	6
Falu HK	4	2	0	2	59-59	4
Sikeå SK	4	1	0	3	62-66	2
Sävar IK	4	0	0	4	29-60	0
Semi extra						
Sikeå SK - Sävar 16-7						
3:e pris						
Sikeå SK - Falu HK 17-15						
Handboll Norr Slutspel 6:a						
Lag	s	v	o	f	mål	p
Härnösand	2	1	1	0	33-27	3
Sikeå SK	2	1	0	1	35-39	2
Strömnäs	2	0	1	1	28-30	1
Mellanrunda						
Sikeå SK	2	2	0	0	43-33	4
Nordmaling	2	1	0	1	34-29	2
Strömsund	2	0	0	2	26-41	0
Match om 5:e plats						
Sikeå SK - Kramfors 17-17						
Förlust efter straffar						



## Sammanfattning P14 2023

Sikeå SK Pojkar 14 är ett härligt gäng grabbar som har alla möjligheter framför sig. Grabbarna har slitit hårt under säsongen och kämpat, många gånger mot dubbelt så stort motstånd. Vi har utvecklats tillsammans och vunnit som ett lag och förlorat som ett lag. Vi har rest kors och tvärs över hela Norrland, från Kiruna i norr till Sundsvall i söder. Långa resor som handlat om mer än bara handboll, som gemenskap, respekt och ta hand om varandra där ingen lämnas utanför.

Efter jul ställde vi upp i Umeå Handbollsfestival där grabbarna spelade ut och gick till final som dessvärre slutade i förlust. Men en hedrande andraplats ska grabbarna vara stolta över.

Ännu roligare att vi fått nya spelare som verkligen tagit för sig och bevisar att det aldrig är för sent att börja med handboll. Framtiden ligger öppen för detta gäng. Fuska inte med försäsongsträningen så kan det här bli riktigt bra! Vi ses igen till hösten.

Träningsligan

Bästa träningsflit: **Klas Sundström**

Bästa utveckling:

Denna spelare dyker alltid upp, han gnäller inte, han ger alltid järnet. Fastän läget är omöjligt lyckas han på något sätt få in bollen. Han vill hela tiden utvecklas och bli bättre och utvecklas har han verkligen gjort. Fastän det gör ont vägrar han ge upp, årets utveckling **Wilhelm Widlöf**

## SIKEÅ F16 (2006-2007)

Säsongen 2022-2023 är slut och vi kan summera att vi hunnit spela många otroligt jämna matcher i serien. En del slutade med förlust och en del med vinst, oavsett så har tjejerna krigat ända in i kaklet. Vi har även spelat två cuper (Sundsvallcup och Umeå handbollsfestival) där vi knipit bronspengen i A-slutspel i båda.

Vi ska inte sticka under stolen med att det har varit en lite slitig säsong. Då truppen har varit ganska liten, väldigt ojämnt fördelat med matcher under säsongen och sena träningstider har ställt till det lite för oss. Som grädde på moset fick vi pga tågstrul åka upp till Kiruna och bara spela en match. Pga detta så kunde vi inte spela serien klar och var tvungna att lämna WO i två matcher.

Men trots det så har tjejerna kämpat stenhårt och tagit steg framåt i sin handbollutveckling.

Alla lagets 07:or blev dessutom uttagna att representera handboll Norr i Sverigecupen som spelades i mitten på november i Västerås.

Vi vill även rikta ett tack till de 08:or och 05:or som hjälpt oss under säsongen då vi varit kort om folk.

Efter nio år tillsammans med detta grymma gäng så kommer vi nu att sluta som tränare. Vi känner att det är dags för någon annan att ta över och utveckla tjejerna vidare. Vi önskar ett stort lycka till!

Tack alla inblandade för en rolig säsong!

/ Lina och Sara

### Träningsliga:

Träningar (75)

1. Iris	73
2. Hanna	66
3. Wanna	63
4. Olivia	60
5. Samanta	58
6. Elsa	57
7. Tilde	51
8. Vera	48
9. Linnea	44
10. Milla	35

### Säsongens spelare:

Hon har bokstavligen räddat oss många gånger, när hon stoppat motståndarnas försök att göra mål. Det är ett tufft jobb att vara ensam målvakt i ett lag, att inte kunna kliva av och vila en stund. Men detta fixar hon med bravur!

Vi väljer att tilldela säsongens spelare till vår målvakt Samanta Graukauskas.

Sikeå damer säsongen 2022-23

Sikeå SK- Damlags bästa säsong på många, många år!

Försäsongen drog i gång i maj med två pass i veckan. Allt från ren löpning varvat med intervaller och styrkeövningar. Vi tog en paus under juli för egen träning och körde igång i augusti med både med pass ute och inne i Jennings.

I september hade vi ett spelarmöte där vi pratade igenom vilka mål och ambitioner vi skulle ha denna säsong men också vilka regler som skulle gälla för bland annat matchuttagning. Vi enades om att vi främst skulle ha roligt men också spela en fartfylld handboll där vi skulle göra mycket mål och att vi skulle hamna i mitten av serien. Träningsnärvaro skulle ligga främst i laguttagning men också att bästa laget skulle spela.

Truppen har bestått av 17 spelare med otroligt hög träningsnärvaro trots att det är studier och jobb som ibland krockar. Det har varit mycket hög intensitet på träningarna och alla vill verkligen göra sitt bästa. Fokus har fortsatt legat på individuell utveckling och att varje individ måste bidra för att vi ska vara som bäst. Vi har också jobbat med samarbete med två eller tre spelare. Vi har fortsatt utgått från ett stabilt försvarsspel men också arbetat med kontrningar och ett snabbt uppspel.

Säsongen drog igång den andra oktober med en flygande start hemma mot Norrfjärden. Det blev vinst med 26 – 15 och redan då kunde vi ana att det skulle bli en riktigt trevlig säsong. Matcherna tuffar på under hösten och bland annat gör vi säsongens bästa match borta mot ett otroligt rutinerat lillpite. Seger med 29-26 och vi är otroligt fokuserad från första sekunden till sista. När vi ska gå på julleddigt kan vi konstatera att vi ligger två i serien och tjejerna själva säger att vi måste revidera säsongens målsättning. Vi sätter oss ned och tjejerna säger själva att nu ska målet vara att bli sämst två och att de gärna vill kvala.

Vi slutar 2:a i serien med 24 poäng, 12 segrar och 4 förluster. Vi har gjort 420 mål och släppt in 342. Carolina vinner skytteligan med 59 st tätt följd av Adineh på 58. Vi har en riktigt bra spridning på målskyttet vilket är en styrka för ett lag. Årets buse blev Alva A med 6 utvisningar.

Vi har klarat oss bra från skador bortsett från Cornelia som drog korsbandet och som nu rehabbar som bäst, allt för att vara redo för nästa säsong. Nina som även hon fick problem med ett knä i slutet av säsongen. Men då bestämmer sig Sofia att skola om sig till målvakt "Vilken hjälte".

Det har varit otroligt inspirerande att följa damlaget denna säsong. Se er utveckling både individuellt och som lag. Det är alltid lika roligt att få komma ner på Jennings och mötas av er tjejer! Ni har verkligen blivit ett stabilt topplag och dipparna som tidigare kunde komma under match är i princip borta. Det är inte mycket som krävs för att ni ska kunna vinna div 2 nästa säsong.

Vi vill passa på att tacka alla ni som finns runt laget och som alltid ställer upp. Ni som sitter i sekretariatet, Sabour som filmat alla våra matcher, fika m.m före och under match. STORT TACK!

Avslutningsvis vill vi tacka Clara Eriksson för alla år i Sikeå tröjan – Nu börjar ett nytt äventyr i Helsingborg (låt släggan tala). Stort lycka till.

Nu laddar vi batterierna och möts i början av maj och lägger upp riktlinjerna för nästa säsong

Vi ses snart!

Ida, Katarina, Lars och Patrik

#### Mål

- 1.Carolina 59st
- 2.Adineh 58st
- 3.Clara 55st
- 4.Maja 52st
- 5.Signé 44st
- 6.Lova 43st
- 7.Sigrid 37st
- 8.Linnea 13st
- 9.Alva W och Wilma 12st
- 11.Alva A 11st
- 12.Elsa 9st
- 13.Cornelia och Sofia 5st
- 15.Lina 4st
- 16.Malwa 1st

Totalt 420mål

Insläppta 342mål

#### Utvisningar

- 1.Alva A 6st
- 2.Sigrid 5st
- 3.Clara 4st
- 4.Signé och Elsa 3st
- 6.Cornelia, Maja, Malwa, Carolina och Wilma 2st
- 11.Lova, Linnea, Alva w och Sofia 1st
- 16.Judith, Lina, Adineh och Nina 0st

Totalt 35st (70min/1h10min)