

Årsrapport fra laget (Trenere / Lagledere) - VBK A-lag Damer

Generelt hvordan sesongen har vært:

Generelt en bra sesong for A-lag damer. Laget spilte bra fotball i Kvia serien - alt i alt den beste perioden for laget i 2016. Laget fikk en fin 2. plass i 4. divisjon i serien til tross for en skadet keeper og utespillere i mål mesteparten av sesongen. Andrea Bø ble toppscorer i serie puljen (igjen), med Elise og Lotte på henholdsvis andre og tredjeplass i puljen.

Trenere, lagledere:

- Jone Kartevold, hovedtrener
- Magne Ove Halvorsen, assisterende trener
- Ove-Andre Halvorsen, assisterende trener
- Sissel Stormark, lagleder

Spillere:

Spiller	Antall kamper	Antall mål	Antall A-lags kamper
Andrea Bø	20	28	19
Elise Munch-Ellingsen	22	13	19
Lotte Håvardstein	20	8	19
Julie Knutsen	20	4	19
Hanna Røgenes	22	2	19
Astrid Moltu	21		19
Vilde Kartevold	20		19
Ine Iren Paulsen	19	1	17
Tea Osaland	19		17
Sigrid Sønnesyn	17	2	16
Marianne Lund	16		16
Anette Rosnes	15	1	14
Linni Olsen	12	2	11
Cecilie Nødland	10		10
Helena Hundsnes	12		10
Annbjørg Larsen	8	3	8
Aina Helland	8		8
Amalie Kaarud	7	1	7
Lån av spillere fra J19 og J16 til A-lags kamper:			
Hanne Haugvaldstad (J19)			6
Jeanette Oanæs (J19)		3	4
Nathalia Thu (J19)		1	2
Maren Tvedt (J19)			1
Camilla Larsen (J16)			2

Julia Ståhl Christensen (J16)			1
Spillere fra J14 som har trent med A-laget:			
Anette Jensen			
Marie Ingebretsen			

Aina, Cecile og Annbjørg startet våren 2016.
Amalie sluttet før høst sesongen pga. studier i Trondheim.

Laget hadde håpet på hospitering / opprykk av de beste J19 spillerne (Tonje (keeper), Mona og Nathalia) til A-lag damer, men de gikk over til henholdsvis Hinna / Viking og Randaberg 3. divisjon og klubbdommer før / tidlig i sesongen. Laget hadde også håpet på rekruttering av flere damespillere fra bydelen.

Lag bildet:



Øverst fra venstre: Amalie, Vilde, Lotte, Hanna, Linni, Anette, Marianne, Astrid, Sigrid
Nederst fra venstre: Helena, Cecilie, Ine, Elise, Andrea, Julie, Tea
Aina og Annbjørg var ikke med på bildet.

Treningsopplegg:

- Fire treninger pr uke: søndag, mandag og onsdag på kunstgresset, tirsdag i Vikinghallen
- Oppstart uke 1
- Treningsfri i sommerferie fram til begynnelsen av august, som gikk utover høstsesongen
- Treningsvillige og plikt oppfyllende, men endring i prioriteringen for noen, inkludert tre spillerne i 3. klasse på vgs.
- Bare 8-12 spillere på hver trening:
 - Fysiske delen (kondisjon og vilje) av treningen har vært meget bra
 - De som alltid trener har fortsatt å utvikle seg som spillere, spesielt individuelt
 - For de som ikke har vært like mye på trening har utvikling stopper opp

- Sliter med lagutvikling (drille inn lag / spillemåte) siden det varierende hvem som kommer på trening til hvilke dager - det er her damelaget har mest å gå på som lag fremover
- Treningssopplegg basert på at alle ikke er tilstede på samme trening:
 - Hovedsakelig øvelser med ball (Magne Ove liker ikke å løpe)
 - Mest mulig fokus på teknikk og spill på små flater med ball i beina og avslutninger på mål - har og vist igjen i 7`er kamper der damelaget virkelig har spilt bra fotball (Hjelmeland)
 - Meste av tiden uten damekeeper - gikk mest utover Ove-Andre og Jone som måtte stå som skyteskive
 - Spesielt problem forsvarsmessig på faste situasjoner som frispark / hjørnespark samt angrepsmessig på de samme situasjonene

Serien:

Plass	Lag	Kamper	Hjemme				Borte				Total					Poeng
			V	U	T	Mål	V	U	T	Mål	V	U	T	Mål	Diff	
1	Riska /Hana	12	5	1	0	30 - 7	5	0	1	23 - 9	10	1	1	53 - 16	37	31
2	Vardeneset	12	4	1	1	25 - 15	4	0	2	22 - 10	8	1	3	47 - 25	22	25
3	Midtbygdens	12	5	1	0	16 - 10	0	2	4	5 - 21	5	3	4	21 - 31	-10	18
4	Tiensvoll	12	2	1	3	11 - 11	2	0	4	9 - 14	4	1	7	20 - 25	-5	13
5	Hjelmeland 1 7er	12	2	0	4	14 - 28	2	1	3	26 - 35	4	1	7	40 - 63	-23	13
6	Brodd	12	2	1	3	13 - 17	1	1	4	6 - 16	3	2	7	19 - 33	-14	11
7	Havørn	12	2	0	4	11 - 14	1	1	4	11 - 15	3	1	8	22 - 29	-7	10

- Skadet keeper og syv forskjellige utespiller i mål.
- Laget hadde problem med å slå MIL hjemme i første kamp (3-3), med 25-5 i målsjanser - det kan i ettertid se ut som om spillerne var noe tidlig i form
- Til kampen borte mot Brodd var det kun 12 spillere og laget vant 5-3 (delmål 1 for sesongen) - Anbjørg ble meldt spilleklar samme dag og laget de to avgjørende målene
- Laget var maks uheldig da Aina (keeper) ble skadet og spilte kun en kamp hele vårsesongen, og vi ble nødt til å bruke utespillere i mål. VBK sin eminente keeper på J19 laget (Tonje) var ikke lenger tilgjengelig siden hun gikk over til Viking / Hinna 3. divisjon før sesongen
- Utover våren ble vi påvirket av at tre spillerne gikk i 3. klasse på vgs. og ikke disponible på flere kamper
- Vi gikk på tap i de første kampen borte mot MIL og var således allerede ute av opprykkstriden, men vi kom gradvis i bedre form og vant de kampene vi på papiret var bedre enn motstander, bortsett fra tap borte mot Riska / Hana
- Vi avsluttet med stil og knuste Brodd hjemme med 5-0 (delmål 2 for sesongen)

Kvia serien:

								<u>Kampoversikt</u>	
Pos	Lag	K	V	D	T	Mål	Diff	P	
1	Klepp il BLAG-	5	5	0	0	27-3	24	15	
2	Randaberg ALAG-1	5	4	0	1	40-6	34	12	
3	Vardeneset CLAG-	5	3	0	2	16-16	0	9	
4	Riska ALAG-1	5	2	0	3	10-11	-1	6	
5	Kåsen IL ALAG-	5	1	0	4	17-25	-8	3	
6	Midtbygdens IL ALAG-	5	0	0	5	2-51	-49	0	

- Laget spilte bra fotball i Kvia serien - alt i alt den beste perioden for laget i 2016
 - Lekte med MIL på Tau i den første kampen for året med 5-0
 - Veldig bra første omgang mot Randabergs 3. divisjons lag - spilte jevnt når vi brukte de beste spillerne. I andre omgang fikk VBK bank av Mona (tidligere VBK spiller) alene og tapte totalt 9-2.
 - Slo seriemester 4. divisjons lag Riska / Hana 3-1 på bortebane med kun 12 spillere og Tea (utespiller) i mål, der vi leverte forsvarsspill av klasse og utsøkt kontring spill i en forferdelig vind
- Laget stilte også opp på J19 serien med 13 spillere og 22 kamper totalt som støtte til J19 laget.

Turneringer:

- Det ble ingen sommer turnering da mesteparten av jentene valgte sin første alene tur til Syden («18 års tur»)
- Det ble ikke Trollcup da J19 prioritert å bruke J19 spillerne på J16 laget (med dispensasjon), istedenfor J19 lag. Damelaget hadde derfor ikke nok juniorspillere til å stille lag

Sosialt:

- Lite sosiale tiltak gjennomført i 2016 - vanskelig og samle alle / prioritere pga. skole, jobb, russetid, i tillegg til fire treninger i uken.
- Godt samhold i laget, mye «lott og løye» og jentene har hatt det fint sammen på treningene

Innsatspokal:

- Sigrid Sønnestyn - Kaptein med stor K
- Hun sliter med vonde knær og trener vesentlig mindre enn alle andre jentene, men på kamp ytes alltid 100%+. Hun spiller alle minutter selv om smertene er tydelige, dekker skudd med kroppen, binder forsvaret sammen og leder laget med å alltid går foran om noen blir utsatt for urettferdige avgjørelser. Sigrid viser stort engasjement på banen, men ellers er hun stille og rolig og en fin partner å diskutere med for trener om taktiske valg.

Fremgangspokal:

- Julie Knutsen
- Hun har utviklet seg til en ledertype på og utenfor banen som er i stand til å lede og styre laget i kamp og trening, har stor arbeidskapasitet, innsatsvilje og ett utpreget vinnerinstinkt. Hun stiller alltid opp. Fotballmessig har hun blitt flinkere til å utnytte sine styrker, samt at hun også har blitt en langt bedre avslutter fra sin dype midtbane posisjon. Julie har blitt en Fotballspiller, ikke en dame som spiller fotball.

Pokal for årets spiller:

- Andrea Bø
- Hun er laget suverene toppscorer - leverte mål i nesten alle lagets kamper i 2016. Andrea har vist stor seriøsitet på alle treninger som igjen har gitt resultat i kamper. Hun har en veldig bra høyrefot og har utviklet en god avslutningsteknikk slik at uttellingen i form av mål har vært veldig bra. Hurtighet, frekktetene og viljen er blitt bedre og har resultert i en målscorer som leverer stabilt. Humøret og smilet er alltid på plass som lett også smitter over til medspillerne. Første mål i karrieren med hode – en milepæl. For å sitere treneren til Brodd i siste kamp for sesongen «kan du ikke ta ut hun der nr. 2 (Andrea) etter 4 mål» så vi kan konkurrerer på like vilkår.