

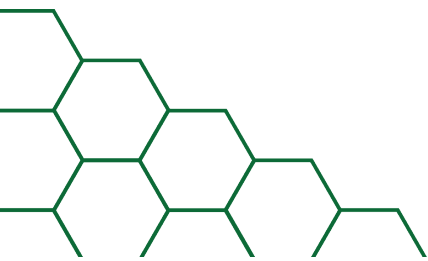


VERKSAMHETSBERÄTTELSE 2025



Innehåll

ORDFÖRANDE HAR ORDET	3
STYRELSEBERÄTTELSE.....	5
VERKSAMHETSBERÄTTELSE	7
DOMARE OCH FUNKTIONÄRER	10
SUTBILDNING.....	12
TÄVLING.....	17
FÖRENINGSUTVECKLING	21
STATISTIK OCH UTVECKLING.....	23
ANTAL SERIESPELANDE LAG.....	24
STATISTIK UTBILDNING.....	26



ORDFÖRANDE HAR ORDET

2025 var ett år fyllt av energi, vilja och gemenskap. I mötet med föreningar, ledare, spelare, domare och funktionärer blev det tydligt hur mycket kraft som finns inom handbollen i Öst. Varje initiativ, stort som litet, bidrog till samma mål: fler som börjar, fler som stannar längre och fler som känner att handboll är deras plats. Året visade också tydligt vad handboll kan betyda när vi gör saker tillsammans – i hallarna, i föreningarna och i samhället runt omkring oss.

Arbetet med schysst matchmiljö fortsatte. Fair Play infördes i ungdomsserierna och schysstmatch, matchvärdar och tydliga roller etablerades även i seniorverksamheten. Det märktes i hallarna: samtalen förändrades och fler tog ansvar för helheten runt matchen. Tydliga roller skapade trygghet varje vecka, vilket gjorde att fler barn vågade börja, fler föräldrar engagerade sig och fler domare fortsatte.

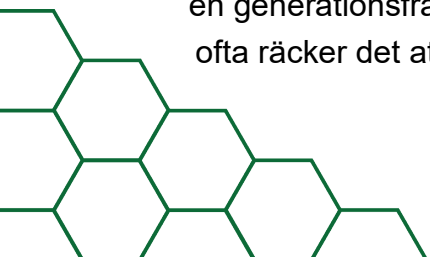
Matchinstruktörer, utbildningsmatcher och stärkt stöd till funktionärer bidrog till kvalitet och trygghet i alla led – en viktig grund för hållbar tillväxt.

Satsningar som kompisträning, Hand the Ball, fritidskortet och ett tydligt barnperspektiv sänkte trösklarna in i sporten och gjorde det lättare att säga ja första gången. Samtidigt visade 65 plus-verksamhet, funktionärsroller och nya former av engagemang att handboll inte har någon övre åldersgräns. När fler hittar sin roll, oavsett ålder, växer vi som rörelse. Vi lyfte också fram förebilder som inspirerade nästa generation att stanna kvar i handbollen. Engagemang är inte en generationsfråga – unga vill bidra, ofta räcker det att någon frågar.

Under året lyftes blicken utanför hallarna. Samtal med politiken, partiförhör och nya verktyg som platsforidrott.se satte fokus på hallbristen, som fortsatt är akut. Utan planer och tider stannar utvecklingen. Här behöver vi fortsätta vara tydliga, pålästa och gemensamma i vårt budskap.

Målet att bli dubbelt så många till 2030 är ambitiöst. Men allt vi gjorde under året pekade dit: fler antal barnlag, fler trygga miljöer, fler enkla vägar in och fler som kände sig sedda och behövda. Tillväxt handlar inte bara om antal lag och licenser – det handlar om kultur, bemötande och långsiktighet.

Förutsättningarna är inte lika överallt. Hallbristen är påtaglig i flera kommuner och många föreningar gör underverk med små resurser. Det är imponerande att se hur verksamhet skapas när man "kokar soppa på en spik". Den kraften förtjänar bättre stöd och villkor. På organisationssidan har digitala plattformar ersatt gamla arbetssätt, vilket krävt tid och förberedelser i föreningarna, men som på sikt ska förenkla och stärka stödet till verksamheten.

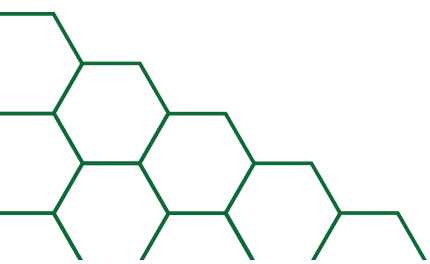


Personligen är jag oerhört stolt över att få vara ordförande för Handbollförbundet Öst – stolt över föreningarnas driv, engagemanget i distriktet och alla som varje dag bidrar till att handbollen växer. När vi summerar året är det lätt att peka på enskilda projekt eller beslut, men det viktigaste är helheten: att vi bygger en handboll där fler känner sig välkomna, där ansvar delas och respekt är en självklar del av spelet.

Tack till alla som bidragit under året – spelare, ledare, domare, funktionärer, föreningar, ideella krafter och medarbetare. Vi vill också höra mer: Vad kan vi göra ännu bättre? Vad saknas i ert stöd? Vad skulle göra vardagen lättare i just er förening?

Det är tillsammans vi formar handbollen i Öst. Det arbetet fortsätter – först till 2030, men också vidare mot 2035 och ny strategi.

Mathias Törnblom, Ordförande



STYRELSEBERÄTTELSE

Styrelsen för Handbollförbundet Öst avger härmed följande berättelse för verksamhetsåret 1 januari 2025 - 31 december 2025. Styrelsen och kontoret arbetar helår, kommittéer följer tävlingsår. Styrelsen hade sju protokollförenda möten under 2025. Följande har varit verksamma under 2025;

STYRELSEN

Mathias Törnblom (ordf)
Inger Lundin (vice ordf)
Simon Egelius
Susann Eriksson
Maria Hammarström
Per Johansson
Jens Lindquist
Catrine Loqvist
Anna Bisso
(adj tjänsteperson)

KONTORET

Anna Bisso
Maria Casado
Jesper Fernis
Julia Flamborg
Moa Liljedahl
Therese Ljuvhage
Morris Lundin
Anders Mattsson
Aron Spejare
Via SHF
Erica Spärrfeldt

VALBEREDNING

Johan Sjökvist (ordf)
Anna Björklund
Stefan Högqvist
Tomas Pellbjer

REVISOR

Westerlöv & Partners AB
Simon Westerberg

DISCIPLINNÄMNDEN (DN)

HF Öst
Niklas Starå (ordf)
Wolgart Alm
Anna Medin

Susanne Nyholm Westin
HF Mitt
Pierre Grubbström
Thomas Malmgren
Mats Tjernberg
HF Norr
Linn Brännlund

DOMARE OCH FUNKTION- ÅRSKOMMITTÉN (DFK)

Daniel Berlin (ordf)
Lovisa André
Nicolas Dalard
Petri Koponen
Alice Watson
Therese Ljuvhage
(adj tjänsteperson)

FÖRENING OCH REKRYTERINGS- KOMMITTÉN (FORK)

Alexander Andersson
Susann Eriksson
Amanda Ferm
Anne-Line Ludvigsen
Kristina Thimfors
Bodil Unenge
Leif Unroth
Anders Mattsson
(adj tjänsteperson)

TÄVLINGSKOMMITTÉN (TK)

Peo Hammarström (ordf)
Wolgart Alm
Mattias Bejbom
Magnus Elmgren
Fredrik Green
Ellinor Lindmark

Patrik Wild
Maria Casado
(adj tjänsteperson)
Julia Flamborg
(adj tjänsteperson)

UTBILDNINGS- KOMMITTÉN (UTBK)

Carin Göransson (ordf)
Carl-Mikael Almgren
Hanna Neman
Maria Vidlund
Jesper Fernis
(adj tjänsteperson tom
augusti)
Morris Lundin
(adj tjänsteperson from
augusti)

UPPDRAG I SVENSKA HANDBOLLFÖRBUNDETS KOMMITTÉER

Catrine Loqvist (DFK)
Mattias Bejbom (TK)
Maria Vidlund (UtBK)
Susann Eriksson (FORK)
Mathias Törnblom
(utvecklingsgrupp Profixio)

FOTOGRAFER

Pär Ahrling
Fredrik Boström
Maria Casado
Johan Kaving
Viktor Källberg
Tobias Sjögren
Matthew Tipple.

ANTAL FÖRENINGAR

87st föreningar plus en
nybildade under 2025
Assyriska Botkyrka
sportklubb.

UTMÄRKELSER

Norrtulls SK fick
standardutmärkelse av SHF
under 2025 via Svenska
Handbollförbundet.

AKTIVA INSTRUKTÖRER

DOMARUTBILDNING

Kim Andersson
Tova Asplund
Olof Bergvall
Daniel Berlin
Jan Berthelsson
Ulf Bourelius
Patrik Brasjö
Nicolas Dalard
Mia Dzubur
Johan Fröberg
Örjan Gruden
Leo Hellsten
Dennis Laine
Torgny Lidman
Edvin Lindkvist
Viktor Lundin
Erik Lundkvist
Klas Johansson
Petri Koponen
Erik Nielsen
Anders Olsson
Frej Söderlund
Axel Åhlin Andersson
Alice Watson

DOMARUTBILDNING BEACH

Daniel Berlin

FUNKTIONÄRS- UTBILDNING

Lena Anderson
Mikael Andersson

Lovisa André
Carl-Mikael Almgren
Emil Björk
Pierre Brattnäs
Maria Casado
Ulrika Denker
Anna-Lena Fortkamp
Örjan Gruden
Lena Hedman
Håkan Johansson Lindblom
Björn Kardell
Mats Karlqvist
Melodie Källander
Erik Larsson
Alexandra Lemón
Torgny Lidman
Katarina Lindfors
Karin Lundberg
Håkan Medelberg
Andrea Ossvik
Jeanette Svensson
Fredrik Säfström
Elin Tornberg
Håkan Persson
Roger Pettersson,
René Poedtke
Åsa Uddén
Lars Erik Vesterlund
Suzanne Wahlgren
Anna Wickbom
Vanessa Yevenes Brandt

TRÄNARUTBILDNING

Jörgen Bernhoff
Nicklas Brunlöf
Disa Glaser
Rikard Florin
Rickard Furustad
Pontus Hammarberg
Patrik Hermansson
Hampus Herne
Jimmy Karlsson
Markus Klinton
Ingmar Linnéll
Jennie Linnéll
Marcel Lundstad

Robert Löfgren
Anders Mattsson
Hanna Neman
Karin Nilsson
Bodil Norrbom
Christoffer Simm
Robert Söderberg
Wernheim
Johan Widman
Anna Wählin

SPELARUTBILDNING

Vincent Alm
Sebastian Andersen
Elvira Boström
Simon Dahlström
Tilda Ditzinger
Oliver Eklund
Gustav Elofsson
Patrik Färm
Glenn Gartne
Jens Hansen
Patrik Hermansson
Ronnie Iverslätt
Jacob Karlsson
Jonna Lundblad
Sandra Lundin
Per Lundgren
Eric Mugrauer
Ludvig Mårdh
Hanna Neman
Tyra Rosengren
Agaton Rubin
Niklas Starå
Patrik Wilsvik
Josefine Öberg

SPELARUTBILDNING PARA

Suss Eriksson
Erika Nylund

SPELARUTBILDNING BEACH

Victor Ericson
Rikard Florin
Ville Flori

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Under 2025 administrerade Handbollförbundet Öst verksamhet inom handboll, beachhandboll och parahandboll. Matcher och tävlingar erbjöds från handbollsfestivaler till seniorserier för herrar och damer i division 2. Samverkan skedde med Svenska Handbollförbundet kring serierna division 1 till Handbollsligan.

Domartillsättning genomfördes från U13 och uppåt samt funktionärstillsättning från herr division 2 och dam division 1 och uppåt. Utbildningar arrangerades för spelare, tränare, domare och funktionärer inom handboll, beachhandboll och parahandboll.

Utöver den ordinarie verksamheten arbetade Handbollförbundet Öst för att stärka handbollens tillväxt i enlighet med Strategi 2026 och med sikte mot målet om dubbelt så många aktiva till 2030.

UTVECKLA HANDBOLLSFÖRENINGEN

Under året utökades handbollsverksamheten i två nya områden. I Norra Botkyrka startades en handbollsförening som inledde barnverksamhet. Sundbybergs IK bildade en handbollssektion som planerade att starta handbollsskola våren 2026.

Utöver detta deltog nio föreningar i Idrottsklivet med syfte att nå fler barn i utsatta områden.

BARN OCH UNGDOM

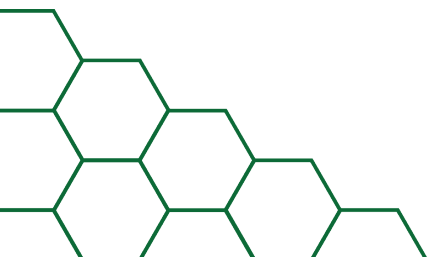
Domarprojektet, som startade för fyra år sedan med stöd av återstartsmedel från Svenska Handbollförbundet, övergick under 2025 till en ordinarie arbetsform. Satsningen gav tydliga resultat. Återväxten var stabil, fler unga domare rekryterades och fler valde att fortsätta döma över tid. Antalet utbildade domare ökade från 184 år 2019 till 303 år 2025.

ETT STÄRKT LEDARSKAP

Framtida Ledare fortsatte att vara en prioriterad satsning. År fyra av utbildningen öppnades och integrerades som en ordinarie, kostnadsfri utbildning med syfte att stärka unga tränare i föreningarna och guida dem vidare till tränarutbildningar. En särskild grupp inom domarutveckling startades med fokus på ledarskap i domarrollen.

Under året genomfördes även en omfattande satsning på matchinstruktörsuppdrag (MI). Totalt genomfördes 329 uppdrag, vilket skapade stöd och utvecklingsmöjligheter för domare i matchmiljö. Rapporteringen förbättrades genom vidareutveckling i systemen Profixio och Cleverservice, vilket möjliggjorde snabbare och mer strukturerad feedback.

En bedömningsmall för föreningsdomare togs fram för att ge domarmentor ett tydligare och mer



enhetligt stöd. Sammantaget stärkte insatserna kvaliteten i återkopplingen och domarnas utveckling.

HANDBOLL FÖR ALLA GENOM HELA LIVET

Den 17 maj genomfördes en dag i beachhandbollens tecken med domarutbildning (DU1 Beach), tränarutbildning (TU1 Beach) och premiären av Öppna cupen – Beachhandboll. Domarutbildningen riktade sig till nya beachdomare på distriktsnivå och innehöll både teori och praktik. Tränarutbildningen omfattade grunderna i beachhandboll, från regler och taktik till anfalls- och försvarsspel. Öppna cupen välkomnade spelare från U15 och uppåt med åtta dam- och flicklag samt åtta herr- och pojklag.

Handbollförbundet Öst erbjöd även ett motionsidrottsstöd för föreningar med endast ett seniorlag i division 2–4. Stödet uppgick till maximalt 15 000 kronor per förening och kunde användas för kostnader kopplade till seriespel, domare, funktionärer och

material. Tre föreningar ansökte om stödet som syftade till att stärka grundförutsättningarna och skapa långsiktiga möjligheter för fler aktiva.

ARRANGEMANG OCH KOMMERSIELL TILLVÄXT

Våren 2025 inleddes starkt när Handbollförbundet Öst stod bakom en succéfyllt landskamp i Avicii Arena där Sveriges landslag tog emot Norge i EHF Eurocup. Med 11 048 åskådare på plats fylldes arenan av handbollsintresserade från hela distriktet. Föreningarnas engagemang och mobilisering bidrog till en inramning som tydligt visade att det finns ett mycket stort intresse för nationell handboll i distriktet.

Landskampen skapade även möjlighet att genomföra en rekordstor Para Handbollfestival i samma arena. Spelare från hela distriktet fick möjlighet att kliva in på en av Sveriges största arenor och visa upp sin glädje och sitt kunnande. Festivalen blev ett starkt bevis på att handboll är en sport för alla och ett arrangemang som



skapade bestående minnen för spelare, ledare och medföljande familjer.

Under året genomfördes dessutom USM-finalspele för fjärde gången, vilket ytterligare befäste distriktets kapacitet att arrangera nationella mästerskap på hög nivå. Sannadals SK stod som arrangör för TRIM-SM, vilket bidrog till att stärka bilden av Handbollförbundet Öst som ett distrikt med hög arrangemangskompetens och genomförandekraft.

ANLÄGGNING

Anläggningsfrågorna var en strategiskt prioriterad del av arbetet under 2025. Genom fördjupad samverkan med andra specialidrottsdistriktsförbund (SDF) stärktes idrottens gemensamma röst i dialogen med kommunerna.

Tillsammans med RF-SISU genomfördes en dialogkväll där distriktet som första i landet testade Riksidrottsförbundets nya dialogverktyg för anläggningsfrågor. Initiativet markerade ett viktigt steg i att skapa bättre beslutsunderlag och långsiktiga förutsättningar för idrottens utveckling.

Ett särskilt prioriterat fokusområde var etableringen av kortplaner i distriktets kommuner. Kortplanen skapar nya möjligheter att bedriva flera aktiviteter parallellt i samma hall och fungerar som en naturlig brygga mellan miniplan och fullstor spelplan. Resultatet av det målmedvetna arbetet var tydligt: 14 av distriktets 25 kommuner hade vid årets

slut minst en kortplan, och i ytterligare fem kommuner pågick etablering.

Detta arbete genomfördes i nära samverkan med RF-SISU och med stöd av specialiserad anläggningskompetens, och utgjorde en avgörande investering i handbollens långsiktiga tillväxt i hela distriktet. Arbetet fortsätter nu med målsättningen att säkerställa fler tillgängliga och ändamålsenliga ytor – en grundläggande förutsättning för att handbollen ska kunna växa i hela distriktet även framåt.

KOMMANDE SÄSONG

Under året påbörjades internt arbete med Strategi 2035. Föreningsträffarna flyttades till 2026 för att säkerställa att arbetet vilar på Svenska Handbollförbundets och Riksidrottsförbundets strategiska inriktningar. Det ger oss en stabil och gemensam grund inför nästa utvecklingsfas.

Vi ser fram emot ett år där vi sätter tydliga och långsiktiga riktningar för handbollens utveckling. Fokus är klart: hur vi tillsammans skapar fler möjligheter för fler att börja spela handboll – och hur vi får ännu fler att stanna kvar längre i vår sport.



DOMARE OCH FUNKTIONÄRER

Under verksamhetsåret 2025 genomförde Domar och Funktionärskommittén (DFK) i Handbollförbundet Öst ett omfattande utvecklings-, utbildnings- och kvalitetsarbete för domare och funktionärer i distriktet. Fokus låg på säkerställd utbildningskvalitet, hållbara matchmiljöer, progression och struktur, samt på att stärka engagemanget hos befintliga och nya aktörer.

INSATSER UNDER ÅRET

DFK arbetade med flera initiativ för att utveckla domare och funktionärer, bland annat med nytt utbildningsmaterial för DU1–DU6.

Årets priser för domare, funktionärer och utbildning delades ut i samband med finalerna i Bäst i Öst:

Funktionärspriset; Ulrika Denker

Utbildningspriset; Klas Johansson

Domarpriset: Christoffer Möller och Elias Granqvist.



UTBILDADE INSTRUKTÖRER

Funktionärer, 43st

(60% kvinnor, 40% män)

Domare, 20st (15% kvinnor, 85% män)

DI, 36st (31% kvinnor, 69% män)

UTBILDADE DOMARE

DU1 & DU2 genomförs i föreningarna.

Under 2025 har 12st DU1 och 24st DU2 utbildningar genomförts i 22st olika föreningar.

DU1, 207st (53% kvinnor, 47% män)

DU2, 446st (52% kvinnor, 48% män)

Domare steg 3–8 blev totalt 302st

DU3, 180st (55% kvinnor, 45% män)

DU4, 22st (64% kvinnor, 36% män)

DU5, 62st (34% kvinnor, 66% män)

DU6, 24st (17% kvinnor, 83% män)

DU7, 7st (14% kvinnor, 86% män)

DU8, 7st (14% Kvinnor, 86% män)

Beachdomare, 33st deltagare
(55% Kvinnor, 45% män)

UTBILDADE FUNKTIONÄRER

FU1 & FU2 genomförs i föreningarna.

Under 2025 har 22st FU1 och 69st FU2 utbildningar genomförts i 33st olika föreningar.

FU1, 251st (49% kvinnor, 51% män)

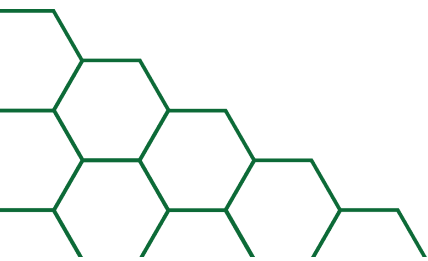
FU2, 924st (48% kvinnor, 52% män)

Funktionärer steg 3–4 blev totalt 54st

FU3, 41st (61% kvinnor, 39% män)

FU4, 13st (77% kvinnor, 23% män)

FU5, 7st (100% kvinnor)



DISTRIKTS

UTVECKLINGSGRUPPEN (DUG)

6st par (67% kvinnor, 33% män)

Olof Bergvall och Viktor Lundin,
Emelie Eriksson och Nathalie Tewelde,
Mabinty Fofana och
Daniela Noumbissi Tenku,
Julia Gac och Selin Karasalihovic,
Moa Kareliusson och Therese Vidlund,
Simon Medelberg och Vinston Schön.



NATIONELLA

UTVECKLINGSGRUPPEN (NUG)

FRÅN HF ÖST

2st par (50% kvinnor, 50% män)

Wilma Bank Bergsmark och
Ebba Jonsell Zetterqvist
Jakob Hildingsson och William Sackey

FUNKTIONÄRS

UTVECKLINGSGRUPPEN (FUG)

17st (76% kvinnor, 24% män)

Vanessa Brandt, Jeanette Bäsckström
Gäwerth, Maja Ekström, Jakub Elias, z,
Lovisa Ericsson, Frida Glaas, Felix
Griffiths, Stina Hammarström, Edina
Holmberg, Maja Khabdan Feyli,
Alexandra Lemón, Dennis Nilsson, Liv
Nilsson, Zebastian Norén, Josefin
Serra, Ellen Slagfeldt och Lisa Wester.

REKRYTERINGSINSATSER

Under året arbetade DFK särskilt med rekrytering av domare i vissa geografiska områden och med mentorer för DU3–DU6.

Funktionärsutvecklingsgruppen (FUG) deltog i USM-finalspelet och ansvarade för matcherna i en hall, vilket blev ett uppskattat inslag. Under andra halvan av året startade år 2 av FUG med flera

nya deltagare som visade framfötterna i samverkan med föreningarna.

KOMMITTÉARBETE

DFK genomförde tio fysiska träffar under året och arbetade med att vidareutveckla MI-verksamheten med ny uppföljningsmodell, förbättrade rapporteringsverktyg och tydligare krav, samt med att förbättra krysslister, tillsättning och rutiner. Kommittén planerade och genomförde utbildningar för domare och funktionärer, nominerade och rekryterade personer till olika uppdrag och tävlingar, och arbetade aktivt med införandet av fair play och schysstmatchmöten i alla serier. Tydligare förväntningar infördes för respektive domar- och funktionärsgrupp och kommittén upprätthöll kontinuerlig regional och nationell samverkan genom DUG, FUG, tjejprojekt, cuper och utbyten.

DFK:s arbete under 2025 stärkte kvaliteten och tryggheten i hallarna, skapade fler utvecklingsmöjligheter för domare och funktionärer och bidrog till en långsiktig, hållbar utveckling av verksamheten.

SPELARUTBILDNING

Under året fortsatte vi utveckla spelarutbildningen med fokus på både bredd och spets. Genom flera utbildningsomgångar fick spelare möjlighet att utvecklas under ledning av instruktörer från hela distriktet.

SPELARUTBILDNING

De tre sista omgångarna i spelarutbildningen för flickor och pojkar födda 2010 genomfördes, där varje omgång innehöll minst fyra utbildningstillfällen, 425 flickor 394 pojkar. Samtidigt startades utbildningen för 2011-kullen.

Handbollförbundet Öst har fortsatt haft fokus på fler unga tränare som instruktörer tack vare samarbetet med Framtida ledare, något som mottogs positivt av både spelare och instruktörer. Under omgång 1 och 2 är det spelarutbildningsinstruktörer som håller i passen, varav minst en per tillfälle hade genomgått utbildningen Framtida ledare.

Distriktslagsinstruktörer kliver in och ansvar för omgång 3 och 4.



Lovträningarna för målvakter i åldrarna U11–U16 fortsatte med stort intresse, och för U14–U16 genomfördes även en progressionsutbildning.

Under hösten arrangerades spelarutbildning inom Parahandboll, vilket blev ett uppskattat tillfälle för spelare och ledare från flera föreningar.

Inom beachhandbollen genomfördes spelarutbildning för födda 2010–2011, vilket bidrog till en ökning av antalet deltagare jämfört med fjolåret då utbildningen riktade sig till en ålderskull.

DISTRIKTSLAGSVERKSAMHET

Antalet deltagande lag utökades från två till tre, vilket gav fler spelare möjlighet att delta under Sverigecupen. Totalt togs 42 spelare och sju reserver per kön ut, och antalet ledare ökades från fyra till sex per kön.

Ledarutveckling genomfördes med mentorstöd av Erik Larholm. Inför Sverigecupen i Nyköping genomfördes en träningshelg med fokus på teambuilding och förberedelse. Under Sverigecupen nådde ett av flicklagen final och vann, medan pojkarnas bästa placering blev åttondeplats. Helgen präglades av glädje och sammanhållning, både spelare och ledare representerade Handbollförbundet Öst på ett föredömligt sätt.

DISTRIKTSLAGENS SPELARE

SVERIGECUPEN 2025

SPELARUTBILDNING F2010

Bonnie Idenstedt, Täby HBK
Linnea Ager, Täby HBK
Cassandra Bergvall Johansson, Täby HBK
Meja Blomgren, Skuru IK
Juno Brandell, Täby HBK
Ronja Brolund, Uppsala HK
Hilda Christensson, Haninge HK
Matilda Davoust, IFK Tumba HK
Elsa Englund, Skuru IK
Lisa Eriksson, Täby HBK
Elly Fogelström, IFK Tumba HK
Elsa Freijd, Skuru IK
Iris Glad Hetesi, Hammarby IF HF
Olivia Gunnarsson, Skånela IF
Olivia Herre, Täby HBK
Ester Hård af Segerstad, Årsta AIK HF
Sabina Ismailova, Haninge HK (*inkallad reserv*)
Ella Johansson, Skånela IF
Vera Jälmestål, Haninge HK
Daniella Khadban Feyli, Täby HBK
Ingrid Lagerström, Skuru IK
Tia Landstedt, IK Bolton
Freja Leth, Hammarby IF HF
Nathalie Lindberg, Skuru IK

Isabel Lindblom, Skuru IK
Elvira Lindgren, Täby HBK
Novalie Lindqvist, Gustavsbergs IF HK
Astrid Lundberg, Uppsala HK
Disa Lundberg Båve, Hammarby IF HF
Hilma Lönn, IFK Tumba HK
Ailbhe McCarthy, Skuru IK
Tea Nilsson, Täby HBK
Matilda Nordlander, Täby HBK
Milla Pechpeng, Hammarby IF HF
Lova Rydwik, Skånela IF
Ella Sjögren, Skuru IK
Elle Sjögren, Spånga HK
Mia Stojilkovic, Skuru IK
Elvira Strandfeldt, Hammarby IF HF
Lisa Wedholm Pallas, Uppsala HK
Molly Öberg, Årsta AIK HF
Cilia Örnberg, Tyresö Handboll

INSTRUKTÖRER

Simon Dahlström, Skuru IK
Patrik Färm, Hammarby IF HF
Jens Hansen, Skuru IK
Sandra Lundin, Hammarby IF HF
Tyra Rosengren, Uppsala HK
Jacob Ählberg, Skuru IK



SPELARUTBILDNING P2010

Abraham Abraham, IFK Tumba HK
Viggo Alarcon, Uppsala HK
Ludvig Ardstål Ericsson, Täby HBK
Emil Berg, IFK Tumba HK
Jakob Brejke, Täby HBK
Theodor Cederberg, Tyresö Handboll
Hugo Drivstedt, Hammarby IF HF
Edvin Dzabic, IK Bolton
Alexander Edström, IFK Tumba HK
Melvin Eriksson Lindström, IFK Tumba HK
Oscar Evans, Skånela IF
Elliot Forsgren, Tyresö Handboll
Ludvig Gustafsson, Skånela IF
Wilmer Gustafsson, Skånela IF
Kevin Haugton, IFK Tumba HK
Linus Hegner, Huddinge HK
Viktor Hevren, Täby HBK
Jamie Hill, Skånela IF
Davud Jasarevic, Hammarby IF HF
Thor Johansson Widerkrantz, GT Söder HK
Bartosz Jurek, Haninge HK
Leopold Kinell, Sollentuna HK
Walter Kraft, Tyresö Handboll
Julian Lagerkvist, IK Bolton

Lukas Lanner, Täby HBK
Theodor Lindmark, Hammarby IF HF
Frank Löfstedt, GT Söder HK
Liam Martinsson, Tyresö Handboll
Isak Othberg, Kungsängens SK
Sam Pörner, Hammarby IF HF
Olav Rydså, Skuru IK
Sigge Schmidt, Skånela IF
Melker Schönbeck, Täby HBK
Lennox Schöring, Hammarby IF HF
Alex Starå, Lidingö SK
Didrik Ström, Hammarby IF HF
Theo Säfström, IFK Tumba HK
Joel Thorén, Täby HBK
Theodor Törnberg, Hammarby IF HF
Olle Wagman, IK Bolton
Linus Wedar, Tyresö Handboll
Lucas Wessman, Tyresö Handboll

INSTRUKTÖRER

Sebastian Andersen, Spånga HK
Elvira Boström, Hammarby IF HF
Glenn Gartne, Gustavsbergs IF HK
Jacob Karlsson, Lidingö SK
Hanna Neman, Hammarby IF HF
Niklas Starå, Lidingö SK



TRÄNARUTBILDNING

TRÄNARUTBILDNING

Intresset för tränarutbildning var fortsatt stort under 2025 och fler deltagare fullföljde hela utbildningsstegen. Utbildningar arrangerades på flera platser i distriktet, vilket ökade tillgängligheten. Tränarutbildning 1 genomfördes på den nya utbildningsplattformen, vilket innebar en omställning i arbetssätt och administration.

Hösten blev delvis utmanande i samband med införandet av den nya plattformen, vilket påverkade genomförandet och medförde att en utbildning behövde skjutas upp. Totalt arrangerades tretton föreningsutbildningar samt fyra centrala utbildningar på TU1-nivå, fyra på TU2-nivå och två på TU3-nivå. Antalet deltagare på steg 4 och 5 minskade något. Könsfördelningen var nära jämn, med cirka 50 procent kvinnor och 50 procent män.

Utöver de traditionella tränarutbildningarna erbjöds utbildningar i akut skadevård samt målvaktstränarutbildning steg 1 och 2, med stöd av erfarna instruktörer i distriktet.

FRAMTIDA LEDARE

Under året genomfördes den fjärde omgången av Framtida Ledare – en utbildning som syftar till att stärka och utveckla unga ledare i åldrarna 15–25 år. Totalt deltog 19 personer, som likt tidigare år delades in i mindre grupper

för att skapa trygga lärmiljöer och stärka erfarenhetsutbytet mellan jämnåriga.

Ett viktigt utvecklingssteg i årets genomförande var att en särskild grupp för domare inkluderades, med fokus på ledarskap ur ett domarperspektiv. Det breddade utbildningen och stärkte kopplingen mellan ledarskap på planen och ledarskap i förening.

För att mäta utbildningens långsiktiga effekt skickades en enkät till samtliga tidigare deltagare. Syftet var att följa upp var de befinner sig idag och identifiera hur distriktet kan fortsätta stötta deras utveckling.

Årets deltagare representerade Hammarby IF HF, Haninge HK, Huddinge HK, Lidingö SK, Sannadals SK, Skånela IF, Spånga HK och Vassunda IF.



UNGAS DELAKTIGHET

Genom en fysisk träff och en enkätundersökning fick unga mellan 13–25 år beskriva hur de ville engagera sig. Resultatet visade att cirka 50 procent kunde tänka sig att delta i en kommitté på distriktsnivå, men många upplevde att det var oklart hur man tar steget in. Slutsatsen blev att viljan fanns, men att distriktet behövde bli tydligare i sina inbjudningar.

Utifrån enkäten identifierades Gustav Elofsson (20 år) och Hanna Neman (21 år) som särskilt intresserade, och de valdes in som ledamöter i utbildningskommittén. Inför 2026 är målet att rekrytera in unga representanter till TK, DFK och FORK, vilket är ett konkret steg för att säkerställa ungas inflytande i distriktets beslutande och utvecklande forum.

KOMMITTÉARBETE

Utbildningskommittén hade nio protokollförda möten under året och arbetade med bland annat budget, verksamhetsplan och utveckling av distriktslagsverksamheten, där Erik Larholm fungerade som mentor för instruktörerna. Beslut fattades om att utöka antalet lag i Sverigecupen från två till tre och att öka antalet instruktörer. Kommittén arrangerade även en Liten till eliten-träff med fokus på samverkan i spelarutbildning och hanterade löpande frågor kring den dagliga verksamheten.

Under året skedde förändringar i kommittén då Morris Lundin ersatte Jesper Fernis som adjungerad tjänsteperson. Kommittén arbetade aktivt med att ta in yngre krafter, vilket resulterade i att Hanna Neman och Gustav Elofsson valdes in som nya ledamöter.

TÄVLING

Tävlingsverksamheten utvecklades under året genom justeringar, förtydliganden och satsningar som syftade till att skapa rätt nivå, god planering och en trygg tävlingsmiljö för barn, ungdomar och seniorer. Flera av förändringarna byggde vidare på tidigare beslut, samtidigt som nya initiativ infördes för att möta föreningarnas behov och stärka kvaliteten i våra tävlingar.

TVÅ LAG I NIVÅ 1

Möjligheten för föreningar att anmäla två lag till Nivå 1 i åldersklasserna U14–U19 kvarstod under året. Syftet var att ge fler lag möjlighet att spela på en nivå som motsvarade deras utveckling, utan att behöva välja mellan att gå upp i åldersklass eller spela på en lägre nivå.

FÖRTYDLIGANDE KRING U11 & U12

I enlighet med Tävlingsbestämmelserna för barn och ungdom tilläts inte rena U11-lag att anmäla sig till U12-serien. Endast lag med en majoritet U12-spelare kunde delta. Bestämmelsen syftade till att säkerställa en trygg och åldersanpassad tävlingsmiljö utan resultat- och tabellfokus för barn upp till 11 år.

OMGÅNGARNA FICK TVÅ SPELHELGER

För att skapa bättre planeringsförutsättningar i hallarna och möjliggöra för fler föreningar att arrangera infördes även två spelhelger per omgång i sammandragsserierna U11 och U12 samt i Handbollfestivalen.

FAIR PLAY OCH SCHYSSTMATCH

Från och med säsongen 2025–2026 infördes ett Fair Play-system i åldersklasserna U13–U19, i linje med det system som tidigare används i Ungdoms-SM. Bedömningen skedde enligt en femgradig skala och fokuserade på respekt, sportsmannaanda och beteende på och utanför planen.

Arbetet med Schysstmatch utökades samtidigt till att omfatta seniorserierna från Dam division 2 och Herr division 3 och nedåt. Införandet av Schysstmatch-möte och matchvärd syftade till att ytterligare stärka tryggheten och den positiva matchupplevelsen för alla deltagare.



MINIBOLLEN

Under året arrangerades Minibollen, distriktets minihandbollsturnering för de yngsta åldersklasserna, för flickor och pojkar födda 2017 och 2016. Nytt för 2025 var att turneringen utökades med en åldersklass, vilket gav fler barn möjlighet att delta. Dessutom spelades turneringen för första gången på två platser Nacka och Märsta samma helg, och föreningarna gavs möjlighet delta en eller två dagar.

BÄST I ÖST

Första delen av gruppspelen i tävlingen Bäst i Öst genomfördes i slutet av verksamhetsåret 2024. Den andra delen av gruppspelen samt finalhelgen, som innehöll semifinaler och finaler, genomfördes under våren 2025. När tävlingen avslutades under våren 2025 hade totalt 37 lag deltagit.

Under genomförandet har tävlingen haft utmaningar i form av att flera lag utgått, vilket påverkat gruppindelningar, matchplanering och den sportsliga helheten. Detta är en fråga som Tävlingskommittén behöver analysera vidare inför kommande verksamhetsår för att stärka tävlingens stabilitet och attraktivitet.

Vinnare

F16 Skuru IK

P16 Årsta AIK HF 2

F19 Skånela IF

P19 IFK Tumba HK



ÖSTBOLLEN 2025

Östbollen för U12 och U13 genomfördes parallellt med seriespelet enligt ett sedan flera år etablerat och uppskattat upplägg. Tävlingen spelades i sammandragsform vid fyra tillfällen där samtliga lag deltog i varje omgång.

De tre första omgångarna arrangerades runt om i distriktet i samverkan med våra föreningar, medan den fjärde och avslutande omgången samlade flera grupper till färre spelplatser och fungerade som en gemensam säsongsavslutning.

I samband med den sista omgången genomfördes även ett domarprojekt för DU2–DU3-domare, där domarmentorerna fanns på plats i hallarna. Detta bidrog både till en trygg matchmiljö och till fortsatt utveckling av distriktets unga domare.

Antal lag som slutförde tävlingen våren 2025

F12 (födda 2012) - 32

P12 (födda 2012) - 28

F13 (födda 2011) - 14

P13 (födda 2011) - 25

Antal lag som anmälde sig till tävlingen hösten 2025

F12 (födda 2013) - 33

P12 (födda 2013) - 29

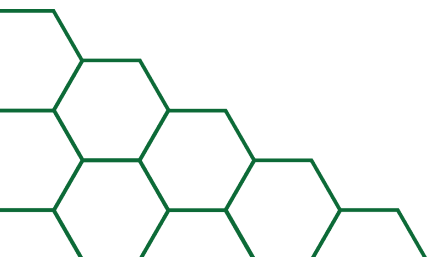
F13 (födda 2012) - 30

P13 (födda 2012) – 28

KOMMITTÉARBETE

Tävlingskommittén (TK) har under verksamhetsåret haft nio protokollförda möten och fokuserat på att utveckla tävlingsverksamheten i linje med föreningarnas behov. Arbetet har präglats av lyhördhet och anpassningar utifrån inkomna önskemål.

Under året har TK arbetat med informationsinsatser gentemot föreningarna genom initiativet *TK rekommenderar*, i enlighet med verksamhetsplanen. Syftet har varit att ge tydlig vägledning i aktuella tävlingsfrågor och bidra till ökad förståelse och likvärdig hantering i distriktet. Under 2025 publicerades tre rekommendationer: vägledning kring hur man anmäler lag till seriespel, information om grön och röd period för övergångar för barn och ungdom samt en genomgång av uppdaterade tävlingsbestämmelser.



TÄVLING

Under ett tävlingsår arrangerar Handbollförbundet Öst flertalet tävlingar och sammandrag. Under 2025 genomförde 13 st av våra föreningar cuper. Två i beachhandboll, en utomhuscup och resterande i hallar.

SÄSONGEN 2024–2025 HAR HANDBOLLFÖRBUNDET ÖST ARRANGERAT

- Seniorserier för damer och herrar, ink trimserier
- En serie i Para handboll
- Parabollen
- Handbollsfestival
- Minibollen
- Vårens & höstens spel för U9 och U10 med fyra omgångar i respektive spelform. Miniplan och/eller kortplan (tidigare 5 mot 5).
- Ungdomsserier för U11-U19
- Östbollen för U12 och U13
- Bäst i Öst för U16 och U19
- Pre Season för U16, U19, damer och herrar
- After Season damer och herrar
- ATG Svenska cupen
- Ungdoms-SM för åldersklasserna U14, U16 och U18

CUPER/MÄSTERSKAP

Under 2025 genomfördes följande cuper av föreningar i distriktet:

- Tumbaspelen av IFK Tumba HK
- Tyresö cup av Tyresö Handboll
- Minileken av Kungsängens SK
- Västerortscupen Spånga HK
- Mixed cup av Sollentuna HK
- Slaget om Stockholm av HK Silwing-Troja
- Haninge Beach cup av Haninge HK
- Eken cup av AIK, GT Söder HK, och HK Cliff
- Uppsala Beach av Uppsala HK
- Lidingö cup av Lidingö SK
- Skurucupen av Skuru IK
- Skurucupen mini Skuru IK
- Håtunaleken av Kungsängens SK



FÖRENINGsutveckling

Förenings- och rekryteringskommittén har under 2025 haft ett samlat ansvar för distriktets arbete med tillväxt, föreningsutveckling och rekrytering av ledare. Genom riktade insatser i utvalda områden, stöd till föreningsprocesser och vägledning i projektmedel har kommittén bidragit till att stärka både befintliga och nya föreningsmiljöer i distriktet. Arbetet har skett i nära samverkan med föreningar och RF-SISU i Stockholm, Uppland, Gotland och Sörmland.

TILLVÄXT

Under 2025 fortsatte arbetet med att få handbollen att växa i utvalda områden. I Stockholm, i stadsdelarna Skärholmen, Bredäng och Sättra, kom Stockholmspolisens IF HF igång med bollskolor och inledde ett samarbete med Sannadals SK för prova-på-verksamhet i Skärholmens Galleria.

AIK Handboll fokuserade i Solnaområdet på nya bollskolor och utbildning av ledare, ett arbete som Handbollförbundet Öst och RF-SISU Stockholm samarbetade kring. I Nynäshamn växte handbollen genom fjolårets nybildade förening, och styrelseprocesser påbörjades i samtliga tre föreningar i kommunen. En TU1-utbildning genomfördes i området, och flera aktiviteter planerades för 2026.

Sundbyberg IK fick efter lång tid godkänt som handbollssektion. Handbollförbundet Öst fungerade som lokomotiv i arbetet med samverkan med kommunen, rekrytering av nya ledare och förberedelser inför start av bollskola.

Under året fortsatte också uppföljning och riktat stöd till Gotland, Södertälje och Roslagen, där handbollen växte och flera prova-på-aktiviteter genomfördes.

FÖRENINGSPROCESSER

Under 2025 har Handbollförbundet Öst besökt 32 föreningar ofta i samarbete med RF-SISU. Styrelsearbete, ledarskap och föreningsadministration har varit i fokus och effekten vi sett är att fler lärgruppstimmar har redovisats. Utöver besök har vi samverkat med föreningars personal och genomfört utbildningstillfällen för dem

MER NYHETER SOM FÅR HANDBOLLEN ATT VÄXA

Kungsängens SK startade under året en parahandbollsgrupp och agerade värd för Para handbollsfestivalen. I Norra innerstaden inleddes ett samarbete mellan Djurgårdens IF HF, Djurgårdshof IK, Norrtulls SK och Westermalms IF HK tillsammans med Handbollförbundet Öst för att stärka handbollen och få fler barn att prova på sporten. Genom stöd i bidragsansökningar har gemensamma skolbesök, lovverksamhet och prova-på-aktiviteter genomförts, med fler planerade för framtiden.

EKONOMISKT STÖD OCH PROJEKTMEDEL

Handbollförbundet Öst har under året

väglett föreningar i distriktet vid ansökningar om projekt- och återstartsstöd. Totalt beviljades 90 projektstöd om 909 400 kronor samt 31 återstartsstöd om 469 000 kronor. Utöver detta har nio föreningar erhållit stöd genom Idrottsklivet och från RF-SISU.

KOMMITTÉARBETE

Förenings- och rekryteringskommittén har under året haft fem antal möten med fokus på tillväxt och samverkan mellan Handbollförbundet Öst, föreningar och RF-SISU i Gotland, Stockholm, Sörmland och Uppland. Under hösten rekryterades en ny ordförande och en ung ledamot förbereddes för att tillträda uppdrag under 2026.



STATISTIK OCH UTVECKLING

RF-SISU UTBILDNINGSTIMMAR FÖRENING

År	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025
Antal	3435	2064	815	864	1010	533	738	214	593	1690	4606

ANTAL LOK STÖD SAMMANKOMSTER IOL

År	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	HT 2022	HT 2023	HT 2024
Antal	533665	542776	549530	543415	550833	453372	543416	485407	VT 2023	VT 2024	VT 2025
									645280	702282	713552

*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.

SERIESPELANDELAG SLUTFÖRDA 2024/2025	D	H	P	F19	F16	F15	F14	F13	F12	F11	F10	F9K	F9M	P19	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9K	P9M	U8	U7	TOTALT
AIK Handboll	2	1		2	2			2	1	2	1			1	1		2	2		1	1		1	2		24
BK Sol	1																									1
Bollstanäs SK									2														2		2	6
Bålsta IF	1	1		1	1		1		1	1	1								1		1				2	12
Dalarö SK																				2		1			2	5
Djurgårdens IF HF	1	1			1																					3
Djurgårdshofs IK HK	1					1			2		1	1							1		1			1	1	10
Enköpings HF	1																									1
Ekerö AIK										1									1	1				1		4
Eskilstuna Parasportförbundet			1																							1
GT Söder HK	1			1	2		2		2	1	2		1		2		2	1	2	1	2		2	2	1	27
Gurrabergs HK	1																									1
Gustavsbergs IF HK				1			2	1	3	2	1		1				2		1	1	3			5	6	29
Hallsta HF										1																1
Hammarby IF HF	2	2		1	2	1	2	1	2	3	2	2		1	3	1	2	3	2	2	2	2	2	5	4	49
Handens SK	1								2		1								1					2		7
Haninge HK	3	1		1	1		2	1	1	2	2		4		3	1		1	2		2		1	2	2	32
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	1	1					1			1		1					7
HK Cliff		1							1	2	1		1	1	1							1		4	3	16
HK Cliff Blå		1																								1
HK Roslagen										1			1													2
HK Silwing/Troja	2	1		1													2		2					3		11
HK Tyresö Strand	1																									1
HK Tyrold		1																								1
HK Uppsala	2	2																								4
Huddinge HK	3	1		2	2		2	2	2	3	2		1		2		2	2	3	2	2	3		7	6	49
IF Swithiod HK											2									1			2	1		6
IFK Tumba HK	1	1	1	1	3	1	1		1	2	2	2		1	3		2			2		2		2	1	29
IK Bolton	1	1			3		2	1	2	2	4		2		2	1	3	2	3	2	2		2	2		37
Jakobsberg Golf									1							1				1				2		5
Kista SC									1				1					1		1			1	1		6
Kungsängens SK	1	2		1			1		2	1		3			2			1		2		2			3	21
Lidingö SK	1	1		1			1	2	2	2	2	2	2		1		1	1	1	2	1	2	2	6	6	39
Matteuspojarna		1																								1
Nacka HK	1																									1
Norrulls SK													1						1	1						3
Notlob IK	1	1																								2
Nynäs Stags																							2		3	5
Rimbo HK Roslagen	1	1		1			1		2	2	3	1	1	1	1			2		1	1			2	2	23
Rosersbergs IK	1								1															3		5
Sannadals HK	1	1																					2			4
Sannadals SK	2	2			1			1	1	2	2	2		1	2			3		2	2	1		5	3	32
SK Kvarnberga	1	1																								2
Skogås HK	1	1					2			1	1	1						1		1	1	2		2	3	17
Skogås/Länna HK	1																									1
Skuru IK	2	3		1	3		3	2	3	6	3	3	2	1	1	1		2	3	7		3		10	10	69
Skuruterna HK	1																									1
Skå IK										2	2							1		2	2			1	3	13
Skånela IF	1	1		1	4			3	2	1	2	1	2		2		2	2	1	1	3	2		6	3	40
Sollentuna HK	2	2	1	1	1		2		2	1	1		2	1	1	1		1	3	2	1	1	2	2	2	32

SERIESPELANDELAG SLUTFÖRDA 2024/2025	D	H	P	F19	F16	F15	F14	F13	F12	F11	F10	F9K	F9M	P19	P16	P15	P14	P13	P12	P11	P10	P9K	P9M	U8	U7	TOTALT
Solna HF	1	1																								2
Sorunda IF		1																								1
Sportsgear DHK	1																									1
Spånga HK	1	1			2		1	1	2	1	2		2	1	2	1	1	3	2	4	3		3	3	1	37
Stockholmspolisens IF HF																					1		2		1	4
Södertälje HK																					1			1		2
Tumba HBK	1																									1
Tumba HK		2																								2
Tungelsta IF	1																									1
Tyresö Handboll	1	2		1	2		2	2	1	2	2	4		1	2		2	2	3	3	2	2	4	4	3	47
Täby Centrum HK		1																								1
Täby HBK	1	1			3		2	2	2	1	2		3	1	3	1	4	2	2	3	2		1	10	6	52
Uppsala HK	1	1		1	2		2	2		2	2	2		1	1		2	2	1	2	3	6				33
Upsala IF Handboll		1																								1
Vallentuna HK	2	1			1		1		1	1	1		1		1			1	1	1	1		1	2		17
Vassunda IF	1	1		1				2	1	2			2			1	1	1	2	1	1		1	3	2	23
Visby IF Gute HK		1																						2		3
Westermalms IF HK	1	1					1			1							1		1							6
Äkersberga HK	1	2					1	1	2		2	3							1	1	1	2		5	2	24
Ärsta AIK HF	2	1		2	2		2	2	2	4	3		1	1	3	1		3	2	3	4	3	1	2	2	46
Ärstaiterna HK	1																									1
Älta IF									1		2						1		2				2	2	2	12
Ösmo GIF HK		1	1																1							3
	63	54	5	22	38	3	36	30	50	56	55	27	31	14	39	11	32	40	47	54	49	34	37	113	87	1027
	D = Damer			H = Herrar			P = Para			F9K = Kortplan			F9M = Miniplan													

ID	UTBILDNINGSDIRIKTION	STARTDATUM	ANTAL DELTAGARE	K	M	TIMMAR	DELTAGAR- TIMMAR
2115389	DU1 - HF Öst - AIK Handboll	2025-09-21	21	12	9	4	84
2123723	DU1 - HF Öst - Bålsta IF	2025-10-05	16	7	9	4	64
2071143	DU1 - HF Öst - Gustavsberg	2025-05-18	12	10	2	4	48
2115652	DU1 - HF Öst - Huddinge HK	2025-09-21	12	0	12	4	48
2018676	DU1 - HF Öst - Huddinge HK	2025-01-08	9	5	4	4	36
2104240	DU1 - HF Öst - IK Bolton	2025-09-15	26	12	14	4	104
1883968	DU1 - HF Öst - Skuru IK	2025-01-27	18	15	3	1	18
2123700	DU1 - HF Öst - Sollentuna HK	2025-09-29	16	10	6	4	64
2140397	DU1 - HF Öst - Spånga HK	2025-11-24	20	11	9	4	80
2123710	DU1 - HF Öst - Tyresö Handboll	2025-10-09	24	10	14	4	96
2150635	DU1 - HF Öst - Årsta AIK	2025-12-15	14	1	13	4	216
2128398	DU2 - HF Öst - GT Söder HK	2025-10-25	22	15	7	4	88
2150866	DU2 - HF Öst - Hammarby IF HF	2025-11-29	19	5	14	4	76
2014579	DU2 - HF Öst - Hammarby IF HF	2025-01-11	16	4	12	4	64
2094986	DU2 - HF Öst - Haninge HK	2025-08-15	20	13	7	4	80
2108816	DU2 - HF Öst - HK Ceres	2025-09-13	30	18	12	4	120
2115657	DU2 - HF Öst - Huddinge HK	2025-09-16	11	0	11	9	99
1684030	DU2 - HF Öst - Huddinge HK	2025-11-02	21	20	1	4	84
2106155	DU2 - HF Öst - IK Bolton	2025-09-16	13	9	4	4	52
2124906	DU2 - HF Öst - Kista SC	2025-10-24	19	9	10	9	171
2066231	DU2 - HF Öst - Rimbo	2025-08-23	45	20	25	4	180
2126331	DU2 - HF Öst - Sannadals SK	2025-11-01	11	0	11	9	99
2123667	DU2 - HF Öst - Sannadals SK	2025-10-04	16	7	9	9	144
2128784	DU2 - HF Öst - Skuru IK	2025-11-04	20	14	6	4	80
2113823	DU2 - HF Öst - Skånela	2025-09-16	22	21	1	9	198
2109927	DU2 - HF Öst - Skånela	2025-09-15	17	9	8	9	153
2123705	DU2 - HF Öst - Sollentuna HK	2025-10-02	15	10	5	9	135
2127655	DU2 - HF Öst - Spånga Handboll	2025-10-23	13	0	13	9	117
2127653	DU2 - HF Öst - Spånga Handboll	2025-10-21	18	17	1	9	162
2064053	DU2 - HF Öst - Täby Handboll	2025-05-14	11	1	10	4	44
2064049	DU2 - HF Öst - Täby Handboll	2025-05-13	13	1	12	4	52
2016480	DU2 - HF Öst - Täby Handboll	2025-05-10	16	15	1	4	64
2114019	DU2 - HF Öst - Vassunda IF handboll	2025-09-28	26	10	16	4	104
2121982	DU2 - HF Öst - Åkersberga HK	2025-11-09	8	6	2	9	72
1675853	DU2 - HF Öst - IFK Tumba	2025-11-18	24	9	15	4	96
2062750	DU3 - HF Öst	2025-10-28	19	4	15	7	133
2062810	DU3 - HF Öst - Domarteam Nordmitt	2025-08-24	28	10	18	7	196
2062815	DU3 - HF Öst - Domarteam Nordväst	2025-09-13	30	18	12	7	210
2062812	DU3 - HF Öst - Domarteam Nordöst	2025-08-30	27	16	11	7	189
2062813	DU3 - HF Öst - Domarteam Sydväst	2025-08-23	25	18	7	7	175
1985915	DU3 - HF Öst - Domarteam Sydöst	2025-08-30	51	33	18	7	357
2062733	DU4 - HF Öst	2025-08-31	17	11	6	10	170
2062745	DU4, HF Öst - Uppsamling	2025-09-18	5	3	2	4	20
2062739	DU5 - HF Öst	2025-08-31	41	11	30	7	287
2062735	DU5 - HF Öst - DUG	2025-08-31	13	9	4	10	130
2062746	DU5, HF Öst - Uppsamling	2025-09-18	8	1	7	4	32
2062741	DU6 - HF Öst	2025-08-31	16	2	14	10	160
2062748	DU6, HF Öst - Uppsamling	2025-09-18	4	0	4	4	16
2048225	Zonträff Nordmitt	2025-03-27	8	4	4	2	16
2029408	Zonträff NordVäst 10 mars 2025	2025-03-10	14	5	9	2	28
2046287	Zonträff Sydväst	2025-03-25	8	2	6	2	16
2046291	Zonträff Sydöst	2025-04-01	9	4	5	2	18
2122407	Zonträff utbildning Norr	2025-10-21	9	4	5	2	18
2077815	Säsongsavslutning Teamledare Träff med teamledare och ansvariga för	2025-05-28	7	1	6	3	21
1717580	DU4 - DU 6 samt FU3	2025-06-25	8	3	5	3	24
2062781	Föreningsinstruktörsutbildning - Domare	2025-09-04	14	3	11	4	56
2062780	Föreningsinstruktörsutbildning - Domare	2025-06-03	7	1	6	4	28
1991724	Midvinterträff DU6 & DUG	2025-01-07	21	7	14	5	105
1742611	MI utbildning - Domare	2025-04-22	18	6	12	4	72
2071889	DU1 Beach - HF Öst	2025-08-12	16	7	9	6	96
1905747	DU1 Beach - HF Öst	2025-05-17	17	11	6	6	102
Totalt							6067

ID	UTBILDNING SINRIKTNING	STARTDATUM	ANTAL DELTAGARE	K	M	TIMMAR	DELTAGAR- TIMMAR
2127483	FU1 - HF ÖST - GT Söder	2025-10-21	11	6	5	4	44
2115378	FU1 - HF ÖST - GT Söder	2025-09-16	14	6	8	4	56
2048947	FU1 - HF Öst - Huddinge	2025-03-05	9	3	6	5	45
2071993	FU1 - HF Öst - Huddinge HK	2025-09-10	8	7	1	5	40
2071982	FU1 - HF Öst - Huddinge HK	2025-08-27	2	1	1	5	10
2140408	FU1 - HF ÖST - IFK Tumba Handbollklubb	2025-11-18	10	6	4	4	40
2113821	FU1 - HF ÖST - IFK Tumba Handbollklubb	2025-09-10	14	7	7	4	56
2113820	FU1 - HF ÖST - IFK Tumba Handbollklubb	2025-09-03	8	3	5	4	32
2113819	FU1 - HF ÖST - IFK Tumba Handbollklubb	2025-09-02	10	4	6	4	40
2108840	FU1 - HF Öst - IK Bolton	2025-09-22	14	11	3	4	56
2071992	FU1 - HF Öst - Kista SC	2025-11-07	11	6	5	5	55
2094976	FU1 - HF Öst - Lidingö SK	2025-09-01	17	9	8	5	85
2126321	FU1 - HF Öst - Skå IK	2025-10-02	14	4	10	4	56
2116148	FU1 - HF Öst - Skånela IF	2025-10-01	17	9	8	4	68
2044541	FU1 - HF Öst - Skånela IF	2025-02-12	6	4	2	5	30
2108658	FU1 - HF Öst - Spånga HK	2025-09-11	12	7	5	3	36
2106160	FU1 - HF Öst - Tyresö Handboll	2025-09-15	19	10	9	4	76
2108872	FU1 - HF ÖST - Täby	2025-09-16	21	10	11	4	84
2115425	FU1 - HF Öst - Vassunda IF	2025-10-14	11	2	9	4	44
2115399	FU1 - HF Öst - Vassunda IF	2025-09-22	6	3	3	4	24
2018601	FU1 - HF Öst - Vassunda IF	2025-01-16	6	2	4	4	24
2122010	FU1 - HF Öst - Westermalms IF HK	2025-10-02	11	4	7	4	44
2127487	FU2 - HF Öst - AIK Handboll	2025-10-29	5	3	2	4	20
2115368	FU2 - HF Öst - AIK Handboll	2025-10-06	21	8	13	4	84
2106214	FU2 - HF Öst - AIK Handboll	2025-09-10	19	8	11	4	76
2106210	FU2 - HF Öst - AIK Handboll	2025-09-01	17	9	8	4	68
2106202	FU2 - HF Öst - AIK Handboll	2025-08-26	14	4	10	4	56
2116522	FU2 - HF Öst - Bålsta IF Handboll	2025-09-17	19	10	9	4	76
2127486	FU2 - HF Öst - GT Söder	2025-10-28	2	1	1	4	8
2115385	FU2 - HF Öst - GT Söder	2025-09-25	20	11	9	4	80
2113815	FU2 - HF Öst - GT Söder Handbollsklubb	2025-09-11	15	10	5	4	60
2114009	FU2 - HF Öst - Gustavsberg IF Handboll	2025-09-09	24	11	13	4	96
2114013	FU2 - HF Öst - Gustavsberg IF Handboll	2025-09-11	9	0	9	4	36
2106179	FU2 - HF Öst - Hammarby IF HF	2025-09-11	19	10	9	4	76
2106177	FU2 - HF Öst - Hammarby IF HF	2025-09-10	37	13	24	4	148
2106171	FU2 - HF Öst - Hammarby IF HF	2025-08-28	16	7	9	4	64
2132102	FU2 - HF Öst - Haninge HK	2025-11-11	5	2	3	4	20
2109275	FU2 - HF Öst - Haninge HK	2025-09-17	14	7	7	4	56
2109274	FU2 - HF Öst - Haninge HK	2025-09-15	21	9	12	4	84
2109273	FU2 - HF Öst - Haninge HK	2025-09-08	20	12	8	4	80
2119380	FU2 - HF Öst - HK Ceres Norrtälje	2025-10-12	9	3	6	4	36
2114016	FU2 - HF Öst - HK Cliff	2025-09-16	14	5	9	4	56
2113814	FU2 - HF Öst - HK Cliff	2025-09-30	11	5	6	4	44
2109338	FU2 - HF Öst - HK Roslagen	2025-09-03	6	3	3	4	24
2072077	FU2 - HF Öst - Huddinge HK	2025-09-11	10	4	6	4	40
2072036	FU2 - HF Öst - Huddinge HK	2025-08-28	6	2	4	4	24
2119384	FU2 - HF Öst - IFK Tumba Handboll	2025-10-01	10	4	6	4	40
2108846	FU2 - HF Öst - IK Bolton	2025-09-23	10	8	2	4	40
2072072	FU2 - HF Öst - Jakobsbergs GOIF	2025-09-17	5	1	4	4	20
2123695	FU2 - HF Öst - Kungsängens SK	2025-09-30	12	6	6	4	48
2117352	FU2 - HF Öst - Kungsängens SK	2025-09-16	7	5	2	4	28
2094979	FU2 - HF Öst - Lidingö SK	2025-09-10	7	2	5	4	28
2094978	FU2 - HF Öst - Lidingö SK	2025-09-03	21	12	9	4	84
2106651	FU2 - HF Öst - Rimbo HK	2025-09-04	5	4	1	4	20
2106649	FU2 - HF Öst - Rimbo HK	2025-09-02	6	2	4	4	24
2106641	FU2 - HF Öst - Rimbo HK	2025-08-28	6	3	3	4	24
2128881	FU2 - HF Öst - Rimbo HK Roslagen	2025-10-25	11	5	6	4	44
2113810	FU2 - HF Öst - Rosersbergs IK	2025-09-14	7	4	3	4	28
2109919	FU2 - HF Öst - Sannadal	2025-10-01	13	5	8	4	52
2109917	FU2 - HF Öst - Sannadal	2025-09-23	9	4	5	4	36
2108827	FU2 - HF Öst - Sannadal	2025-10-14	19	9	10	4	76
2108824	FU2 - HF Öst - Sannadal	2025-09-24	10	8	2	4	40

ID	UTBILDNINGSDIRIKTION	STARTDATUM	ANTAL DELTAGARE	K	M	TIMMAR	DELTAGAR- TIMMAR
2108876	FU2 - HF Öst - Skogås HK	2025-09-17	16	9	7	4	64
2113804	FU2 - HF Öst - Skuru IK	2025-09-30	15	7	8	4	60
2106196	FU2 - HF Öst - Skuru IK	2025-10-02	22	8	14	4	88
2106195	FU2 - HF Öst - Skuru IK	2025-09-22	22	11	11	4	88
2106193	FU2 - HF Öst - Skuru IK	2025-09-18	17	9	8	4	68
2106190	FU2 - HF Öst - Skuru IK	2025-09-16	19	7	12	4	76
2106183	FU2 - HF Öst - Skuru IK	2025-09-10	14	5	9	4	56
2116147	FU2 - HF Öst - Skånela IF	2025-10-07	19	14	5	4	76
2116141	FU2 - HF Öst - Skånela IF	2025-09-30	15	5	10	4	60
2104235	FU2 - HF Öst - Sollentuna HK	2025-08-28	8	2	6	4	32
2104190	FU2 - HF Öst - Sollentuna HK	2025-08-27	6	3	3	4	24
2104185	FU2 - HF Öst - Sollentuna HK	2025-08-26	13	6	7	4	52
2116134	FU2 - HF Öst - Spånga Handboll	2025-09-25	21	7	14	4	84
2106164	FU2 - HF Öst - Tyresö Handboll	2025-09-18	22	13	9	4	88
2108868	FU2 - HF Öst - Täby HBK	2025-09-11	12	5	7	4	48
2108862	FU2 - HF Öst - Täby HBK	2025-09-08	10	8	2	4	40
2132891	FU2 - HF Öst - Uppsala HK	2025-11-18	13	7	6	4	52
2132890	FU2 - HF Öst - Uppsala HK	2025-11-27	17	9	8	4	68
2033802	FU2 - HF Öst - Uppsala HK	2025-01-13	5	3	2	4	20
2113812	FU2 - HF Öst - Vallentuna HK	2025-09-30	12	8	4	4	48
2115421	FU2 - HF Öst - Vassunda IF	2025-10-15	8	3	5	4	32
2115406	FU2 - HF Öst - Vassunda IF	2025-09-23	5	2	3	4	20
2108854	FU2 - HF Öst - Åkersberga HK	2025-09-25	5	2	3	4	20
2014556	FU2 - HF Öst - Åkersberga HK	2025-01-15	11	6	5	4	44
2123209	FU2 - HF Öst - Årsta AIK HF	2025-10-07	16	4	12	4	64
2108823	FU2 - HF Öst - Årsta AIK HF	2025-09-25	20	7	13	4	80
2108820	FU2 - HF Öst - Årsta AIK HF	2025-09-23	16	9	7	4	64
2062558	FU2 - HF Öst - Årsta AIK HF	2025-05-20	21	12	9	4	84
2108828	FU2 - HF Öst - Skånela IF	2025-11-18	13	10	3	4	52
2062742	FU3 - HF Öst	2025-08-31	31	16	15	6	186
2062744	FU3 - Uppsamling - HF Öst	2025-09-16	10	9	1	4	40
2049466	FUG träff 2025 VT	2025-03-01	12	10	2	8	96
2095017	FUG träff 2025 HT	2025-10-07	22	18	4	8	84
2062779	Föreningsinstruktörsutbildning - Funktionärer - HF Öst	2025-08-26	29	17	12	4	116
2062778	Föreningsinstruktörsutbildning - Funktionärer - HF Öst	2025-06-03	14	9	5	4	56
1991730	Midvinterträff FU3	2025-01-07	17	9	8	8	136
Totalt							5455

ID	UTBILDNINGSSINRIKTNING	STARTDATUM	ANTAL DELTAGARE	K	M	TIMMAR	DELTAGAR- TIMMAR
2133356	Spelarutbildning Parahandboll HT25	2025-11-07	18	9	9	4	72
2059728	SUL beachhandboll F2010/2011 - 25 maj - Eftermiddag	2025-05-25	27	25	2	8	216
2059726	SUL beachhandboll F2010/2011 - 25 maj - Förmiddag	2025-05-25	26	24	2	8	208
2059733	SUL beachhandboll F2010/2011 - 29 maj - Eftermiddag	2025-05-29	23	20	3	8	184
2059725	SUL beachhandboll P2010/2011 - 24 maj - Eftermiddag	2025-05-24	19	1	18	8	152
2059722	SUL beachhandboll P2010/2011 - 24 maj - Förmiddag	2025-05-24	18	1	17	8	144
2059731	SUL beachhandboll P2010/2011 - 29 maj - Förmiddag	2025-05-29	20	1	19	8	160
2116967	Målvaktsutbildning spelare i U11-U13 - HT25 - 29/10	2025-10-29	20	12	8	6	120
2055040	Målvaktsutbildning spelare i U11-U13 - VT25 - 16/4	2025-04-16	13	8	5	6	78
2038969	Målvaktsutbildning spelare i U11-U13 - VT25 - 27/2	2025-02-27	17	6	11	6	102
2116970	Målvaktsutbildning spelare i U14-U16 - HT25 - 29/10	2025-10-29	20	4	16	6	120
2055041	Målvaktsutbildning spelare i U14-U16 - VT25 - 16/4	2025-04-16	13	6	7	6	78
2038970	Målvaktsutbildning spelare i U14-U16 - VT25 - 27/2	2025-02-27	13	5	8	6	78
1997727	Målvaktsutbildning spelare i U14-U16 - VT25 - steg 2	2025-01-06	15	5	10	6	90
Totalt							1802
2083646	SUL F2010 Omg 4 lördag 16/8 Tibblehallen Täby	2025-08-16	23	21	2	8	184
2083685	SUL F2010 Omg 4 lördag 23/8 Kämpetorpshallen	2025-08-23	26	24	2	8	208
2083642	SUL F2010 Omg 4 onsdag 13/8 Tumba Idrottenshus	2025-08-13	31	28	3	8	248
2083684	SUL F2010 Omg 4 söndagen 17/8 Tyresö Slottshallen	2025-08-17	29	27	2	8	232
2083687	SUL F2010 Omg 4 söndagen 24/8 Kämpetorpshallen	2025-08-24	48	45	3	8	384
1978029	SUL F2010 Omg 2 - 1/3	2025-03-01	12	11	1	8	96
1978032	SUL F2010 Omg 2 - 2/3	2025-03-02	39	38	1	8	312
1978024	SUL F2010 Omg 2 - 22/2	2025-02-22	50	50	0	8	400
2038718	SUL F2010 Omg 3 - 10/5	2025-05-10	35	35	0	8	280
2038720	SUL F2010 Omg 3 - 11/5	2025-05-11	16	16	0	8	128
2038713	SUL F2010 Omg 3 - 12/4	2025-04-12	29	28	1	8	232
2038716	SUL F2010 Omg 3 - 13/4	2025-04-13	46	44	2	8	368
2038724	SUL F2010 Omg 3 - 18/5	2025-05-18	41	41	0	8	328
2083940	SUL P2010 Omg 4 lördag 23/8 Tellusborgshallen	2025-08-23	54	2	52	8	432
2083935	SUL P2010 Omg 4 onsdag 13/8 Slottshallen Tyresö	2025-06-13	36	1	35	8	288
2083938	SUL P2010 Omg 4 söndagen 17/8 Skarpnäckshallen	2025-08-17	31	1	30	8	248
2083941	SUL P2010 Omg 4 söndagen 24/8 Tellusborgshallen	2025-08-24	37	2	35	8	296
1978015	SUL P2010 - omg 2 - 1/3	2025-03-01	14	0	14	8	112
1978012	SUL P2010 - omg 2 - 22/2	2025-02-22	40	0	40	8	320
1978013	SUL P2010 - omg 2 - 23/2	2025-02-23	21	0	21	8	168
2038706	SUL P2010 - omg 3 - 10/5	2025-05-10	24	0	24	8	192
2038681	SUL P2010 - omg 3 - 12/4	2025-04-12	43	0	43	8	344
2038687	SUL P2010 - omg 3 - 13/4	2025-04-13	39	1	38	8	312
2038710	SUL P2010 - omg 3 - 17/5	2025-05-17	55	0	55	8	440
2118770	SUL F2011 Omg 1 - 2/11 Huddingeallen	2025-11-02	18	18	0	8	144
2083964	SUL F2011 Omg 1 - 25/10 Vintervikshallen	2025-10-25	36	36	0	8	288
2083961	SUL F2011 Omg 1 - 26/10 Sätrahallen	2025-10-26	48	46	2	8	384
2083959	SUL F2011 Omg 1 - 30/8 Sätrahallen	2025-08-30	46	44	2	8	368
2083958	SUL F2011 Omg 1 - 31/8 Smedshagshallen	2025-08-31	50	49	1	8	400
2118776	SUL P2011 Omg 1 - 2/11 Huddingeallen	2025-11-02	21	1	20	8	168
2083956	SUL P2011 Omg 1 - 25/10 Sätrahallen	2025-10-26	56	0	56	8	448
2083957	SUL P2011 Omg 1 - 26/10 Vintervikshallen	2025-10-26	55	0	55	8	440
2083952	SUL P2011 Omg 1 - 30/8 Smedshagshallen	2025-08-30	48	1	47	8	384
2083955	SUL P2011 Omg 1 - 31/8 Sätrahallen	2025-08-31	35	1	34	8	280
2143593	SUL P2011 Omg 2 - 21/12 Tellusborgshallen	2025-12-21	54	0	54	8	432
2143591	SUL P2011 Omg 2 - 20/12 Skanstullshallen	2025-12-20	52	1	51	8	416
2143588	SUL F2011 Omg 2 - 21/12 Skanstullshallen	2025-12-21	56	55	1	8	448
2143587	SUL F2011 Omg 2 - 20/12 Västertorpshallen	2025-12-20	51	48	3	8	408
2119329	Distriktslag Flickor 10	2025-10-25	50	50	0	102	5100
2119321	Distriktslag Pojkar 10	2025-10-25	54	2	52	101	5454
Totalt							22114

ID	UTBILDNINGSSINRIKTNING	STARTDATUM	ANTAL DELTAGARE	K	M	TIMMAR	DELTAGAR- TIMMAR
2003856	Framtida ledare - 2024 grupp 1 Vår	2025-01-20	7	5	2	12	84
2003850	Framtida ledare - 2024 grupp 2 Vår	2025-01-20	9	6	3	12	108
2003858	Framtida ledare - 2024 grupp 3 Vår	2025-02-03	10	3	7	12	120
2003860	Framtida ledare - 2024 grupp 4 Vår	2025-02-03	4	2	2	12	48
1944522	Framtida ledare 24/25 Grupp 1	2024-08-20	8	6	2	21	168
1944556	Framtida ledare 24/25 Grupp 2	2024-08-20	10	7	3	21	210
2106790	Framtida ledare 25/26 Grupp 1 HT 25	2025-09-23	9	5	4	21	189
2106786	Framtida ledare 25/26 Grupp 3 HT 25	2025-09-23	9	7	2	21	189
2106757	Framtida ledare 25/26 Grupp 4 HT 25	2025-09-22	12	8	4	21	252
2050348	Hand the ball utbildning - Gotland VT25	2025-04-28	9	3	6	5	45
2123520	Hand the Ball utbildning - Norra Innerstaden	2025-10-14	23	12	11	5	115
2113401	Hand the Ball utbildning - Sollentuna HK	2025-09-21	20	17	3	5	100
2113959	Hand the Ball utbildning - Södertälje	2025-09-06	11	7	4	5	55
2142286	Hand the Ball utbildning - Tyresö Handboll	2025-12-01	24	15	9	5	120
2103590	Hand the Ball utbildning - Åkersberga HK	2025-09-14	15	8	7	5	75
2114022	Hand the Ball utbildning - Årsta AIK HF	2025-09-14	32	20	12	5	160
2107198	Hand the Ball utbildning AIK	2025-09-02	17	7	10	5	85
2104980	Målvaktstränarutbildning steg 1 - HT25 - Kurs 1	2025-11-15	13	3	10	8	104
1971539	Målvaktstränarutbildning steg 1 - VT25 - Kurs 3	2025-04-26	9	5	4	8	72
2116618	Målvaktstränarutbildning steg 2 - HT25	2025-12-06	5	2	3	5	25
1971549	Målvaktstränarutbildning steg 2 - VT25	2025-05-10	6	3	3	5	30
2104760	Akutskevårdsutbildning - HT25 - Kurs 1-	2025-09-24	22	14	8	3	66
2104762	Akutskevårdsutbildning - HT25 - Kurs 2	2025-11-12	10	4	6	3	30
2023983	Akutskevårdsutbildning - VT25 - Kurs 1	2025-02-19	10	3	7	3	30
2023993	Akutskevårdsutbildning - VT25 - Kurs 2	2025-04-09	12	6	6	3	36
Totalt							2516

ID	UTBILDNINGSSINRIKTNING	STARTDATUM	ANTAL DELTAGARE	K	M	TIMMAR	DELTAGARTIMMAR
2051685	Tränarutbildning 1 - Beach VT25	2025-05-17	7	3	4	3	21
1979640	Tränarutbildning 1 (TU1) - Kurs 3 - VT25	2025-02-16	34	17	17	8	272
2039702	Tränarutbildning 1 (TU1) - VT25 - Ekerö AIK	2025-02-01	10	3	7	8	80
2012418	Tränarutbildning 1 (TU1) - VT25 - Uppsala	2025-01-06	11	5	6	8	88
44018	Tränarutbildning 1 (TU1) - Kurs 4- Tumba	2025-05-31	13	5	8	12	156
44637	Tränarutbildning 1 (TU1) - Rimbo/roslagen - VT 25	2025-05-25	13	8	5	12	156
47400	Tränarutbildning 1 (TU1) - Central	2025-12-14	21	11	10	12	252
47399	Tränarutbildning 1 (TU1) - Central	2025-09-21	14	6	8	12	168
51089	Tränarutbildning 1 (TU1) - Lidingö SK	2025-09-20	13	6	7	12	156
54427	Tränarutbildning 1 (TU1) - Nynäshamn	2025-11-23	11	4	7	12	132
51837	Tränarutbildning 1 (TU1) - Skuru	2025-10-11	27	13	14	12	324
50909	Tränarutbildning 1 (TU1) - Skånella IF	2025-10-26	9	7	2	12	108
50806	Tränarutbildning 1 (TU1) - Sollentuna HK	2025-08-30	22	15	7	12	264
47257	Tränarutbildning 1 (TU1) - Täby	2025-04-18	31	17	14	12	372
50507	Tränarutbildning 1 (TU1) - Upplands Väsby	2025-10-19	14	6	8	12	168
56172	Tränarutbildning 1 (TU1) - Vallentuna	2025-11-25	11	6	5	12	132
51027	Tränarutbildning 1 (TU1) - Åkersberga HK	2025-09-06	8	5	3	12	96
2088972	Tränarutbildning 2 - Kurs 1 - HT25	2025-08-30	20	7	13	40	800
1979645	Tränarutbildning 2 (TU2) - VT25 - Kurs 3	2025-02-08	18	5	13	40	720
1979670	Tränarutbildning 2 (TU2) - VT25 - Kurs 4	2025-05-10	18	6	12	40	720
1971494	Tränarutbildning 2 - Kurs 2 - HT25	2025-10-18	29	17	12	40	1160
2089034	Tränarutbildning 3 (TU3) - HT25	2025-09-06	23	8	15	40	920
1971528	Tränarutbildning 3 (TU3) - VT25	2025-02-15	26	8	18	40	1040
2089050	Tränarutbildning 4 - HT25	2025-10-11	21	10	11	40	840
1999312	Tränarutbildning 5 (TU5) - VT25	2025-03-08	17	8	9	40	680
Totalt							9825

ID	UTBILDNINGSDIRIKTION	STARTDATUM	ANTAL DELTAGARE	K	M	TIMMAR	DELTAGAR- TIMMAR
2073160	Att driva en förening	2025-06-09	6	1	5	3	18
2053455	Cupmöte med Handbollförbundet Öst	2025-03-06	9	5	4	3	27
2065732	#schyssthandboll 2025	2025-05-25	22	14	8	7	154
2071895	Fokus anläggning	2025-05-26	22	7	15	4	88
2101817	Inspiration med Aron Anderson	2025-11-10	20	12	8	2	40
2056546	Inspirationsföreläsning - Idrottsfysiologi	2025-05-24	51	30	21	6	306
2044397	Inspirationsföreläsning I-Protect GO	2025-03-09	20	10	10	3	60
2127519	Liten eliten #4	2025-11-21	15	3	12	2	30
2026447	Ordförandeforum	2025-03-12	31	14	17	2	62
2067812	Paraverksamheten Föreningar i Öst	2025-06-04	15	11	4	2	30
2133295	Personalträff Handbollen	2025-11-20	23	10	13	12	276
2122564	Samverkan Handboll	2025-10-22	6	2	4	2	12
2038246	Tävlingsmöte - Barn och ungdom	2025-02-11	35	16	19	3	105
2038251	Tävlingsmöte - Senior	2025-02-20	25	9	16	3	75
2105331	U12 uppstartsmöte 2025	2025-09-24	43	23	20	3	129
2115284	Ungdomsträff	2025-10-02	5	5	0	2	10
2026459	Årsmöte 2025	2025-03-31	35	12	23	1	35
2002276	DFK möten 2025	2025-01-14	7	4	3	10	70
2135030	TK Möte 25-26 (HT 2025)	2025-05-12	10	4	6	9	90
2178187	FORK	2025-11-26	5	3	2	2	128
2178175	FORK	2025-09-22	5	3	2	2	232
2178158	FORK	2025-04-24	5	3	2	2	368
2178096	FORK	2025-03-03	4	2	2	2	328
2146062	Instruktörsträff tränarutbildning - Kunskapsarenan	2025-12-01	11	2	9	0	144
2129443	Julavslutning 2025 med fokus 2026	2025-12-09	23	13	10	5	288
Totalt							3105

