



# ÅRSMELDING

## Trøgstad/Båstad FK

### Sesongen 2022



## Leder

Sesongen 2022 ble etter noen få uker, endelig en sesong med full seriespill for alle lag. Alle våre lag, inkludert ballidretten, viste stor glede av endelig å kunne se frem til en full sesong med trening, kamper, cuper og sosiale samlinger.

Det har vært stor aktivitet i klubben i 2022. Tine Fotball Skole samlet 90 stk barn imellom 6-10 år. Vi hadde mange i aksjon denne helgen. A-laget og J15 utgjorde instruktørene som totalt var 26 stk. og gjennomførte 2 flotte dager. Våre klubbdommere dømte alle kampene på søndag. Det sportslige opplegget hadde fokus på utvikling og mange ballberøringer. Vi fikk på dag 1 besøk CK fotball som viste sine triks for våre yngste. Fotballskolen ble avsluttet med kamp mellom spillere og instruktører med påfølgende straffespark konkurranse.

Fotballens Dag gjennomførte vi for andre gang, og denne gangen samlet vi de aldersbestemte i alderen 11-16 år. Dette ble en vellykket dag hvor 100 stk var med å spille bobleball, benyttet gigaball i kamper, hadde hastighetsskyting og hinderløype i tillegg til 7er kamper med blanda lag. Denne dagen viste igjen hvor godt samhold vi har i vår klubb og ikke minst godt miljø på tvers av alderstrinn og kjønn.

SandarCup ble endelig igjen gjennomført etter 2 år med pandemi. Vi reiste med 8 lag og for mange var dette første gang på denne cupen, hvor vi som klubb legger til rette for at alle lag skal stille. Det sosiale med cup er det viktigste, selv om fotballen og kampene er utgangspunktet. Fredag reiste vi båtveien fra Moss og landet med ujevne mellomrom på Breidablikk Ungdomsskole. Det at alle lagene bor på samme skole binder lagene og klubben sammen. Pizza fredag kveld ga godt grunnlag for kampene lørdag. Tidlig opp og seint i seng er Cup. Kampene lørdag ble spilt i herlig vær med både seier og tap. Noen badet imellom og etter kamper, mens andre gjorde andre ting. Etter Cupshow ble det grillet 400 stk pølser til alle i TrøBå FK. Søndag fortsatte med fantastisk vær og seier og tap. Stor takk til alle trenere og oppmenn som tok vare på alle spillere denne helgen. Takk til alle foreldre, foresatte og andre. Det var mange supportere, som fulgte lagene rundt på kamper. Sportslig var det opp og nedturer som det er på Cup. Vil allikevel trekke frem G14 med finaleplass i B-sluttspillet og J15 med semifinale i A-sluttspillet. Men det aller viktigste er det sosiale og at vi knytter bånd både i lag og klubb.

Våre eldste, A-laget, startet sesongen bra, men det ble tungt utover i sesongen for vårt unge mannskap. Dere kan lese mer senere i årsmeldingen.

Økonomien i klubben er bra. Spond lotteri, stor aktivitet i kiosken, fyrverkerisalg i regi av styret og gode samarbeidspartnere, bidrar til inntekter som gjør at vi kan gi alle våre spillere et godt tilbud. Vi har dette året brukt deler av tidligere overskudd til å investere i ny traktor med nødvendig utstyr. Fremover vil vi arbeide for ny kunstgressmatte på vår bane.

En stor takk til alle våre trenere/oppmenn som stiller opp frivillig og holder aktiviteten gående. Jeg håper jobben dere gjør blir verdsatt av de enkelte foreldregrupper og at dere verdsettes for jobben dere gjør for ett trygt oppvekstmiljø i Trøgstad.

Takk også til dere som jobber rundt banene, jobber med økonomi eller sitter i andre komiteer.

En stor takk skal også vår hovedsponsor Trøgstad Sparebank ha, samt våre samarbeidspartnere Adidas og Intersport Mysen. Og ikke minst alle dere lokale firmaer som er med som klubb sponsorer.

Til slutt en stor takk til styret 2022 som jobber for at barn og unge skal ha et tilbud å gå til hver uke med meningsfylt innhold.

Leder

Geir Paulshus

## **Styret 2022:**

Leder: Geir Paulshus

Nestleder: Fredrik Frøshaug

Sekretær: Inger-Marit Tveten

Sportslig leder aldersbestemte lag: Renate Sletmo Knudsen

Sportslig leder knøttelag: Malin Bredeg

Styremedlem: Anita Hansen Fosser

Styremedlem: Per Richard Sandvik

## Hovedsponsor:



## Samarbeidspartnere:



Intersport Mysen

## Klubbssponsorer:

**VI STØTTER TRØGSTAD / BÅSTAD FOTBALLKLUBB**

**adidas**

**TRØGSTAD SPAREBANK**  
SIDEN 1847  
*Lokal og kundesvennlig*

**SPORT MYSEN AS**

**BUNNPRIS**

**DataLink**

**Serigrafiservice AS**  
69 82 52 82 www.serigrafiservice.no

**INDRE ØSTFOLD REGNSKAPSBYRÅ**

**GUNNAR HOLT GRUSFORRETNING AS**

**HS BYGG OG EIENDOM**  
OPPBYGGING, REHABILITERING, VEDLIEGGELSE AV BØRNERE

**REGNSKAPSSERVICE AS**  
Tromsø 1, 1402 Trøgstad - Tlf: 69 82 59 82

**Blomsterhandelen Trøgstad**  
Et Levende Minne...

**Tømmer - Snekker Jørn R. Skullerud A.S.**  
Mob: 91 38 16 56

**Brit Kari Gjermshus**  
HELPEDEKORPSET spesialkontor i implantatmateriell  
Torgst. 5, Skule 15, 1801 TRØGSTAD  
Tlf. 941 99 348 / 69 82 82 88

**VOM OG HUNDERVATN**

**ROSENDAL MASKIN**  
når service teller...

**Trøgstad Fysioterapi**

**Din Elektriker elkonor H/S ELEKTRO AS**  
TLF.: 69 82 75 00

**Norsk Urkorn**

**SPORTYFITNESS**

**RØR AS**  
Rasklin & Myesen

**Moskvil fysioterapi**

**Knut Aarum a/s**  
KUNSTGRASS OG BIRKEMASSA

**REMA 1000 TRØGSTAD**

**BAYNS GARAGE**  
På delingsende med din bilmotor

**HAUER & KJEVE**  
TAKRENNER SLIK OG MONTASJE

**APOTEK 1**

**NORGESHUS**  
Mesterbygger'n as

**Trøgstad Dyreklinikk**  
Tlf: 69 82 87 00 / 920 47 859

**BYGGMESTER FREDRIK LIER**  
NYTTOG • TILBYGG • REHABILITERING  
Tlf: 93 45 86 88

# KNØTTELAG 6-10 ÅR

## Ballidrett 2016



Dette laget hadde sin første trening på våren 2022 og har hatt 1 trening i uka denne sesongen. Vi har totalt hatt 36 barn som har deltatt på treningen med et snitt på 26 møtte hver trening.

Vi har hatt følgende fokus denne sesongen: Samhandling, ballkontakt, lagspill og ikke minst mye lek. Vi har hatt veldig varierende øvelser og gjennomført mye av treningen som sirkeltrening i mindre grupper og alle treninger er avsluttet med kamp. Noen ganger mot oss trenerne, noe som barna syntes er ekstra morsomt.

Laget deltar ikke i seriespill, men har deltatt på 1 minifestival i Ås. Barna syntes det var veldig stas med egne drakter og vi vant mange kamper og tapte noen få. Barna håndterer både seire og tap meget godt.

Spillere denne sesongen:

Aksel Otto Helmersen, Max Emrik Borger, Emma Collin Bakurowitz, August Freyr Dagsson, Sigurd Petter Holm-Klethagen, Oscar Bredeg, Matteo Haslerud Stjern, Millija Stene Tingsrud, Victor Ringkilen Melby, Johan Alexander Hetland-Aas, Herman Sundsbø, Gudrun Stenbråten, Matheo Hanstedt-Jensen, Trym Johannessen Healey, William Opsahl, Atilio Lobe, Henrik Rønning Olsen, Jenny Nguyen Wiig, Sofie Ovrums Berget, Tuva Tollersrud Skansen, Mathilde Kvernenes, Sanna Vikeby, Elsi Olivia Lagaard, Amund Hundvebakke, Casper Marcel Mellegaard, Sofie Aastrøm Sletmo, Emanuel Moskala, Adamas Mikoliunas, Domenic Vesteng, Une Samulionyte, Maria Johannessen Garai, Sølve Olai Kåen Mathisen, Aria Enger, Adelija Sehlin Rajic, Elisabeth Moseby og Lucas Fredstad.

Trenere denne sesongen:

Marte Borger, Thea Tollersrud, Jonny Aas, Dag Rasmussen, Sondre Stjern og Thomas Helmersen

For Ballidrett 2016 Thomas Helmerse

## Ballidretten 2015



Ballidrett 2015 er en veldig ivrig fotballgjeng. Vi er i gjennomsnitt 20 på hver trening.

Det er flest gutter, men vi er heldige og har også med oss noen jenter på laget.

I mai var vi med på fotballcup i Høland.

Zebra cup var en fantastisk opplevelse for gjengen vår. En god gjennomført cup, med veldig mange kamper som gikk i vår favør.

Vi har en fantastisk foreldregruppe som støtter opp hver gang det er arrangementer vi melder oss på.

Alle heier på alle, og det er stor glede på banen og utenfor.

Denne gjengen har gode fotballferdigheter.

Vi ser de utvikler seg, og får mer og mer spilleforståelse i løpet av året.

Vi ruller på lagene og de spiller like godt sammen uansett hvem de er på lag med.

Dette er veldig gøy å se.

Selvom de gleder seg veldig til å spille på samme lag neste sesong.

Dette blir stor stas å kun forholde seg til «ett lag».

I juni arrangerte vi en liten minicup og inviterte Mysen til båstadbanen. Igjen ser vi hvor mye cup gir av mestringsglede, samhold og fotballglede.

Vi rakk en cup til i Moss i september før sesongen var over.

Alt i alt, en fantastisk sesong med denne gjengen.

Så folkens, 2015 kullet er en gjeng å følge med på i fremtiden 😊















## Jenter 08



2014-kullet var en del av ballidretten frem til påske. Etter påske ble det rent jentelag og guttelag. Vi startet med 11 jenter og avsluttet med 10 jenter før sesongslutt og har trent sammen en dag i uken.

Trenere denne sesongen har vært Chatrine Krogstad, Tonje Jørgensen og Anja Kirkeby.

Vi fikk en brå start på kampsesongen etter å ha hatt kun en trening, men jentene har etter det vist en voldsom utvikling og vi har både tapt og vunnet kamper og vist en voldsom innsatsvilje på banen. Vi stilte opp på en cup denne sesongen – Ørje cup – hvor vi viste at vi faktisk kan hamle opp med å møte guttelag også. I tillegg har vi hatt et par treningskamper mot jentene i Hærland. Mange av jentene stilte også opp på Tine fotballskole og jentedagen som klubben arrangerte.



Nå gleder vi oss til en ny sesong og håper at jentene er med videre i 2023.

## Gutter 08



Gutter 08 (født 2014) har denne sesongen bestått av +-15 gutter. Vi starta opp med trening på Båstadbanen i april (dette har også vært vår hjemmebane hele sesongen), og hadde våre første kamper allerede uka etter første trening. Dette merket vi, da gutta hadde lite erfaring med spill.

Etter dette har vi trent en dag i uka helt fram til jul (med unntak av ferier). Det har vært godt oppmøte på treninger, og vi har virkelig forbedra oss gjennom hele sesongen. Vi ser at gutta begynner å bli samspilte, og at de begynner å se hvordan spillet fungerer.



Vi har vært påmeldt med to lag hele sesongen. Vi har spilt mot Askim, Spydeberg, Rakkestad, Ørje, Driv, Mysen, Hærland og Trømborg. Guttene har vært inndelt i fire grupper, og to og to grupper har spilt sammen på kampene. På denne måten får alle spilt sammen. Det har vært både seiere, uavgjort og tap.

Vi har deltatt på to Ørje-cuper og vi avsluttet med en innecup i Askim i november.

G8 er en gjeng med masse humor, og vi har det gøy på treninger og kamper. Vi gleder oss til neste sesong, og er helt sikre på at vi kommer til å se mye god fotball.

Trenere har vært Marianne Bjerkeli, Therese Tveten, Øystein Moen og Andreas Kjelsberg. Oppmann har vært Stina Ovrum Berget



## Jenter 09

Jenter 09 (født i 2013) har vært så heldige å få to nye trenere denne sesongen, Linea Hansen Fosser og Thea Øfstaas. De har spilt på årets J15 og tatt trenerkurs. I tillegg har vi hatt god

hjelp av andre foreldre når det har vært kamper som har kollidert med trenernes egne kamper. Linea og Thea er kunnskapsrike, er engasjerte på treningene og har gode relasjoner til jentene.

Denne sesongen har vi vært 10 fotballglade jenter på laget. Vi har vært påmeldt seriespill for jenter, men det har dessverre ikke vært andre lokale jentelag i serien. Reiseveien til motstandere har vært ca en time unna. I starten var det mye stang ut og mye tap. Underveis i sesongen har vi sett en fin utvikling hos jentene og målforskjellen til motstanderne har ikke vært like stor, det har også blitt noen seiere.

Vi har vært med på en cup denne sesongen, Ørje Cup. Der var det stort sett rene guttelag som motstandere, men jentene har vist at de kan hamle opp med guttelag også.

Thea og Linea fortsetter som trenere også neste sesong, da skal vi gå opp til 7'er og vi skal slå oss sammen med 2012-jentene. Vi gleder oss!



Malin B. Bredeg, oppmann.



## Gutter 09



Gutter 09 (født i 2013) har i sesongen 2021 bestått av til sammen 23 gutter fra hele bygda vår.

Trenere:

Stian Skansen, Espen Bekkevold, Ole Marius Lundblad, Hans Øyvind Hoel og Kent Remi Viken.

Vi startet opp med utetrening i midten av februar, og har siden det trent en dag i uka gjennom hele året, med unntak av ferier. Det har vært meget godt oppmøte på samtlige treninger og det har vært veldig gøy å følge den positive utviklingen til gutta gjennom sesongen.

Vi stilte med to lag i serien, og har opplevde både seiere og tap. Deilig å kunne gjennomføre alle kamper som planlagt igjen, etter forrige sesong hvor flere kamper ble avlyst pga. pandemien. Vi delte opp gutta i fire grupper, og stilte med to og to grupper på de forskjellige kampene, slik at alle gutta har fått spilt kamper i sammen.

Vi gjennomførte foreldremøte 28.04 med godt oppmøte, og må også få skryte av foreldregruppa som har bidratt godt slik at vi har fått dekket inn alle dugnadsvakter, uten at vi har trengt å belaste trenerne med dette.

Vi har også takket være våre to sponsorer, LBU AS og Øst AS, gjennomført to Teambuilding kvelder. Den ene i LBU sine lokaler med gruppeaktiviteter, pizza og is, mens den andre var bowling på Sprett med mat og drikke. Utrolig gøy og vellykket begge delene.

Vi har også deltatt på Ørjecup med to lag påmeldt både før og etter sommeren.

Vi gleder oss til å ta fatt på en ny sesong, og håper alle gutta blir med videre.

Mvh. Trenerne

## Gutter 10



Denne sesongen startet vi opp med et nytt lag, bestående av spillere fra Båstad, Havnås og Skjønhaug. Vi har gjennom hele sesongen vært omtrent 16 spillere og 3 trenere / oppmann. Vi har hatt 2 treninger gjennom hele året, men den uken vi har spilt kamp, har vi kun hatt 1 trening. Siden vi spiller 7 fotball og har vært så mange spillere, så har vi måttet rullere i kampene. Vi har ikke klart å få så mange seiere, men vi har 1 og vi har noen uavgjort. Dersom kampene kun hadde bestått av 2 omganger, så hadde vi nok vunnet de fleste kampene 😊, vi er veldig gode i 2 omgang.

Vi har deltatt på 3 cuper og det syns gutta er kjempegøy. Aller gøyest var det nok i årets siste Ørjecup, da vi var jevngode med de aller beste.

Vi har jobbet med å samkjøre laget, hatt fokus på hvordan vi er mot hverandre og prøvd å bygge ett team, ett lag. Vi er på vei!

For å bygge litt ekstra samhold, så har vi hatt bading og pølser i sommer, vi har vært og sett på LSK på Åråsen og vi hadde juleavslutning med pizza. Dette koser spillere og trenere seg med. Takk for i år!



# ALDERSBESTEMTE LAG 11-19 ÅR

## Jenter 11



Årets sesong har bestått av 19 jenter fra Båstad, Havnås og Skjønhaug. To nye 2011-jenter i år, og fire 2012-jenter som har spilt på blandalag i Båstad tidligere. Anders Teig kom inn i trenerteamet sammen med 2012-jentene – det har fungert helt strålende! Fint med en til å dele ansvaret med, og jentene har godt av å forholde seg til flere/nye trenere. 2012-jentene gled rett inn sosialt, og det har vært supert å ha de med i troppen. Neste sesong spiller de med jentene under, men de vet de er velkomne til å hospitere hos oss. Vinn-vinn: de kjenner oss, og vi kjenner dem. Anders Teig blir med dem til J10/J11, så da kan vi fortsette det gode samarbeidet.

Å ha 19 jenter i troppen er egentlig et luksusproblem, men siden vi kun hadde meldt på et lag, så vi oss nødt til å dele jentene inn i tre grupper som rullerte på hvem som ble kalt inn til kamp. To grupper om gangen på kamp. Vi har bevisst ikke hatt en filosofi om å toppe laget før kamper, men har prøvd å jobbe jevnt og trutt - å løfte alle. De mest rutinerne ble nok litt frustrerte i starten av sesongen – tap mot lag vi kunne ha vunnet mot, men vi mener selv vi fant gode løsninger på dette etter hvert. Muligheter for hospitering på J12 i starten av sesongen for de mest ivrigste ble en gulrot. Takk til Anders K. og Sebahat for godt samarbeid.

Sandarcup var sesongens høydepunkt! Mye sommerfugler i magen hos flere (også noen mødre tror jeg), men alle var enige om at dette var knallbra – både sportslig og sosialt. På cupen meldte vi på to lag, og var heldige med at kampene til begge lag var på samme stadion. Det var til tider hektisk likevel i varmen – men både jenter og publikum var sporty – og læringskurven var bratt. Vi tok med oss godfølelsen fra cupen inn i kampene etter sommeren, og det var virkelig gøy å se hvordan det løsnet for en etter en!

Det var et tydelig løft ferdighetsmessig etter ferien. Før sommeren tapte vi for lag vi vant over etter sommeren. Ørje og Askim er nok lagene som har vært tøffest å møte denne sesongen, men disse kampene er jevne, og det er supert å ha lokale lag å bryne seg på. To av 2011-jentene ble lånt ut til Ørje i sommer og deltok med dem på Norway cup.

Foreldregruppa må som alltid trekkes fram! De er helt enestående til å stille opp – dugnader, sosialt, treninger, cup, hjemme – og bortekamper. Mange ønsker å være med på kamper, så vi er heldige og alltid ha et støttende publikum. Vi har hatt flere foreldremøter og opplever samarbeidet med foreldrene som godt. Av sosiale aktiviteter så har vi brukt nærområdet mest. Vi løper opp til Gravstjern og bader, og spiller sandvollyball ved TUSK. Klubbhuset brukes flittig til sosiale treff, pizza og lek. Jentene har fått tilbudet om Sprett m.m., men trives veldig godt i hverandres selskap og har ikke store problemer med å ha det moro sammen i nærområdet. Hvis vi voksne blir med også da, ja så har vi det gøy.

Alt i alt – en herlig sesong med verdens beste jenter!

Treningsoppmøtet hos jentene (og trenerne) er veldig bra. Mange av dem driver med flere andre aktiviteter, så noen krøsj blir det i løpet av en sesong, men innstilling og motivasjon er det ikke noe å si på. Vi i trenerteamet trives veldig godt med jentene, men har allikevel meldt fra til styret og foreldregruppa at vi trur det er fornuftig med nye krefter inn for å løfte det sportslige/tekniske videre. Det jobbes med å finne løsninger. Vi holder hjulene i gang imens, for denne flotte jentegjengen må få muligheten til å fortsette å spille fotball.

Trenere: Anders Teig, Fredrik Lier, Morten Hauer

Lagleder og hjelpetrener: Nora Kaabbel Flaten

## Jenter 12

Aurora Øiestad, Hedvig Kaabbel Flaten, Hedvig Skjenneberg, Henriette Miland Weydahl, Juliane Skjønberg, Julie Walseth, Mathea Helen Krokeide, Millimina Strengen Frøshaug, Tilde Mathea Frøshaug, Hannah Haug, Jemima Mayonga, Leona Grønnevik, Sofie Verstad Stubergh og Stine Marie Solberg Johannessen.

Trener/Oppmann: Anders Krokeide og Sebahat Suljova



Vi startet opp sesongen første uka i februar etter en liten vinterpause. Jentene hadde ladet opp og var klare for å trene fotball igjen. Vi hadde dessverre mistet noen jenter i løpet av vinteren, så vi sto med 9 spillere som skulle spille 9'er fotball. Det ga oss noen utfordringer, vi gikk noen runder om hvordan vi skulle løse det. Vi måtte kanskje spille 7'er fotball eller dele opp laget for at alle skulle få ett tilbud. Men jentene var fast bestemt på at de ville spille 9'er og at de ville spille sammen. Vi startet da jobben med å rekruttere, og jaggu fikk vi napp. I løpet av noen uker var vi plutselig 11 jenter og i tillegg hadde vi snakket med laget under der noen av jentene var interessert i å være med oss på kamp hvis vi skulle trenge spillere. Før sommerferien fikk enda 3 jenter som ville spille fotball, noe vi synes var gøy.

Fra første uken i mars til oktober har vi hatt 2 treninger i uken utenom de ukene kamp har kræsjet med treningsdag og ferier. Det har vært et bra oppmøte tross for at starten av sesongen fortsatt var preget av litt korona og samtlige jenter driver med flere idretter som overlapper fotballen. Jentene har vært flinke til å tilpasse seg og møtt opp til hver trening med godt humør. Det har vært mange gode treningsøkter, jentene har utviklet seg godt både fotballmessig og sosialt. De har tatt imot alle nye på en flott måte og er blitt en sammensveiset gjeng. De heier på hverandre og gir positive tilbakemeldinger til hverandre både på trening og kamp.

Vi har hatt 51 treninger, 15 seriekamper og spilt 3 cuper. De største seieren i serien vant vi 9-0 mot 2 lag, største tap var 2-8. Lengste rekke uten tap var 9 kamper og 6 av kampene var "clean sheets". Vi har scoret 86 mål i serien og sluppet inn 35, samt hatt 12 ulike målscorer. Vi har vært heldig med uttak av sone lag og har 2 av 2010 jentene med på sone laget, det synes vi er stas. På tampen av sesongen var vi med på Haslum jentecup, veldig bra opplegg. Vi vant alle våre kamper og slo til og med Stabekk. Det var ekstra gøy!

Innsatsen har vært upåklagelig gjennom hele sesongen og resultatene veldig bra, det har vært både seiere og tap, men viktigst av alt masse fotballglede. De har både spilt og oppført seg som ett lag. Vi har fulgt Trø/Bås sportslig plan men da vi har 2 årskull har vi måtte mikse litt fra begge årsklasser. På treningene har vi hatt fokus på ballkontakt, lagspill, pasningsspill, plassering, posisjonering og bruk av hele banen. Jenten har også fått lov til å spille litt i faste posisjoner denne sesongen for å få bedre fotball forståelse og gode opplevelser før de har prøvd neste posisjon. Vi avsluttet sesongen med bowling og pizza på sprett i Askim. Vi er utrolig stolte av alle jentene og alt de har fått til!

Hilsen Anders og Sebahat







## Gutter 11 og Gutter 12



### *Fra Kløfta Cup*

Vi var 27 spillere ved oppstart av sesongen, da vi slo sammen 2011 guttene og 2010 guttene ved sesongstart. Ni gutter og ingen trenere ble med i gruppen fra 2010 kullet og vi meldte opp



to lag i G12 serien (G2010) på normalt nivå. 2022 sesongen har vært innholdsrik med mange oppturer og mye fotball på vår gjeng/våre to lag. Vi har dessverre mistet noen få spillere av ulike årsaker, men har også fått nye tilskudd, slik at vi skriver 26 registrerte spillere ved årsslutt, samt at vi har en på hospitering og en på prøvespill.

Trenere/oppmenn har i år vært; Magne Bergsengen, John-Erik Grøtli, Britt Buer Aarum og Frank Tveitane. Alle fortsetter også inn i sesongen 2023, samt at vi får med en ny hjelpetrener i Erik Egeberg.



### *Trening på stadion*

Sesongen startet ved at to grupper måtte bli kjent med hverandre, men dette har gått veldig fint og vi er nå blitt en stor fin gjeng med gode lagkamerater.

Vi startet sesongen med en cup; Kløfta cup på forsommeren. Vi møtte mye god motstand i lag vi vanligvis ikke møter, vi gjorde en god figur på alle plan.

Seriespillet vårt gikk egentlig over forventning resultatmessig. Vi var påmeldt to stk. nier-lag av likt nivå, og endte med totalt ca. 30 kamper, hvorav flere seire enn tap. Vi har også hatt noen treningskamper mot indre Østfold-lag. Og nå i vinter har vi blitt med på en uformell vinterserie av treningskamper med lag fra IØ, Moss og Søndre Follo, som fortsetter i 2023.

I seriespillet har vi møtt lag som Drøbak-Frogn, Ås, Askim, HSV, Spydeberg for å nevne noen.

Sesongen har gått veldig bra og gutta begynner virkelig å bli fotballspillere. Mange er modige, mange er teknisk-gode og mange har god fotballforståelse.

Vi har rotert internt i lagene halvveis i sesong og spillere har rotert på posisjoner, og hatt tilnærmet lik spilletid.



### *Sandar Cup*

I sommer var vi med på Sandarcupen for første gang og det ga mersmak, vi fikk en «boost», spesielt på det sosiale, men også sportslig. Dette er Norges nest største cup og vi møtte lag fra bl.a. Sandefjord, Oslo og Telemark.

På tampen av sesongen ble i med på Jessheim Cup, veldig bra opplegg med utrolig mange påmeldte lag. Her møtte vi bl.a. to lag fra Ull-Kisa og gjorde også her en overbevisende innsats.

Starten av sesongen hadde vi to treninger (vinter), utover våren la vi til en ekstra trening for de som ønsket når vi hadde mulighet (helg). Utover høsten og frem til november har vi hatt to treninger + treningskamp annenhver uke fra november. Vi har trent ute hele året.

Treningsfokuset hele året har ligget mye på teknikken og forsvaret. Men også pasningsspillet/formasjon og det å spille seg ut bakfra, samt holde ballen i laget.

Vi har også hatt fokus på fair-play, likeverdighet, respekt, god oppførsel og sportslig fokus. Gutta er en fin og sammensveiset gjeng, som fungerer godt og fortjener all ros de kan få.



*Sommeravslutning med pizza og brus 😊*

Foreldremøte ble holdt i starten av april i forbindelse med sammenslåing og sesongstart. Samt i oktober på klubbhuset, der ble det bl.a. informert om at vi ønsker noe høyere grad av differensiering mellom våre to lag i serien i 2023.

Vi går over til 9-er fotball spill fra 16 til 16 meter (i stedet for på tvers). Vi starter også med seriespill (tabeller) og blir G13 (ungdomsfotball).

Vi tenker å ha ett lag i KM serien, samt ett i bredeserien.

Mvh:

Trenergruppen G2011/2010

## Gutter 13



### Spillere:

Ole-Einar Eriksson

Jonatan Olsen

Oliver Østbye

Håkon Midtgård Ringstad

Nicolai Ervik Jensen

Evald Paulsen Sætherdal

Lukas Sehlin Brandsrud

Albert Billing Karlsrud

Simen Klethagen Egeberg

Sebastian Hovind

Jakob Sloreby

Oskar Wiecek

Diego Vairinhos

William Walle Amundsen

Amund Wøien

Jørgen Baastad

Ole Tobias Wethelund

Aron Frøshaug Grepperud

Theodor Tjernet Strand

Rafael Cayetano

Trener: Mathias Johannessen

Oppmann: Anne Marie Løken

G13 startet året med ny trener og treningsoppstart i uke 2.

I mars startet vi i OBOS-cup, men valgte å trekke laget da nivået var for høyt for oss. Det ble i stedet spilt treningskamper mot blant annet Askim og Mysen.

I serien var vårsesongen preget av mye «stang ut», med flere knepne tap. I høstsesongen gikk det bedre, og vi fikk noen fine seiere.

Årets sosiale høydepunkt var deltagelse i Sandar-cup. Vi møtte tøff motstand, så vi vant ingen kamper, men hadde mye moro likevel.

Vi har hatt to treninger i uka pluss kamp. I tillegg har Erik Egeberg hatt en del løpeøkter. Treningsoppmøtet har vært bra.

Årets spiller ble Albert Billing Karlsrud.

Årets lagspiller ble Nicolai Ervik Jensen.

Sesongen startet med 17 spillere, og vi sluttet med 20 spillere. Det lover godt for 2023.

## Gutter 14



Trenere: Christopher Thomas og Silje Davidsen (Marius Moberg)

Oppmenn: Veronica Arnesen og Elin Bjørnstad

Spillere:

Ahmad Al Darwish  
Andreas Valen  
Emil Henriksen  
Isak Nilsson Eng  
Lars Jakob Wethelund  
Lucas Eidsaune Nielsen  
Lukas Nordli  
Martin Haugbro  
Mattis Strengen Teig  
Nikodem Gromada  
Olai Øiestad  
Ole-Jakob Arnesen  
Oliver Holm Myhrvold

Oliwier Kacper Panasiuk  
Oskar Jacobsen Finnes  
Theodor Molavi-Mortensen  
Theodor Sæterdal-Davidsen  
Øyvind Hansen Bjørnstad

Fotballåret 2022 har vært ett spennende år for guttene i Trøbå.

De startet året med A-lags spiller Marius Moberg som trener, sammen med Silje Davidsen, og gjorde det veldig bra på vårsesongen.

Det ble litt endringer utover året, da Marius skulle flytte, og ny trener måtte på plass.

Det ble Christopher Thomas.

Sammen med teamet, ledet han guttene igjennom resten av året, og de ble seriemestere av G14 bredde med 35 poeng.

11 seiere, 2 uavgjort og 2 tap. Målforskjell på 46.

## Tabellen

	Lag	S	P
1	<a href="#">Trøgstad/Båstad*</a>	15	35
2	<a href="#">Ås 2</a>	15	31
3	<a href="#">Ørje</a>	15	27
4	<a href="#">Driv 2 7er</a>	15	26
5	<a href="#">Spydeberg/HIL</a>	15	25
6	<a href="#">Ekholt 2</a>	15	16
7	<a href="#">Drøbak-Frogn 2*</a>	8	9
8	<a href="#">Mysen</a>	15	9
9	<a href="#">Cresvik 7er</a>	15	6
0 *	<a href="#">Moss 2*</a>	0	0



De har trent to ganger i uken, pluss kamp.

G14 har også vært med på Sandarcup i år, sammen med de aldersbestemte laga i Trøgstad Båstad fotballklubb. Første dagen gikk ikke helt som forventet, da de møtte veldig god og sterk motstand, men de tok seg sammen og spilte seg til en 2.plass i B-sluttspillet på søndag. En veldig god prestasjon. Ellers var det en knall cup, der guttene hadde det gøy sammen, og ble med samspilte.



Videre har G14 deltatt i en vintercup mot andre lag i nærheten.

Denne cupen var ett initiativ fra trenere i «Østfold», for å kunne gi kamptilbud til guttelaga etter at sesongen var slutt. En ålreit treningsarena der guttene fikk spille mot både KM nivå og bredde nivå. Her kom G14 på 3.plass.

22.oktober var gutta med på klubbdagen som ble arrangert av fotballklubben. Her møttes alle ungdommene i klubben opp, og deltok i forskjellige spill, stafetter og leker. En kjempefin dag, som samler så mange på tvers av lag og alder. Vi avsluttet med premiering og pizza.

På fotballavslutningen i november var det prisutdeling, og i år ble dette resultatet:

Årets lagspiller: Olai Øiestad

Årets spiller: Emil Henriksen

Guttene samlet seg på klubbhuset og så VM kamp med pizza i desember. En hyggelig avslutning på året.



Neste år skal 2009 slås sammen med 08/07, og bli en stor treningsgruppe med ett stort trenersteam. Dette blir ett spennende prosjekt, og vi gleder oss til å ta fatt på mer fotball i 2023!

## Jenter 15



Trenere: Robert Syversen, Øystein Haave, Ørnulf Pay og Renate Knudsen Sletmo



Spillere:

Oda Evelyn Knudsen Sletmo  
Helene Frøshaug  
Leah Lund  
Julia Myklebust Ness  
Linea Fosser  
Hannah Skullerud  
Kaia Orderud  
Thea Øfstaas  
Selma Moe Sævik  
Hedvik Haave  
Chanelle Gerardo-Marcoleta  
Frøya Braathen Huuse  
Leah Hoel  
Nora B. Sæther  
Mathea Teig  
Stine Botten Paulshus  
Nora Baastad  
Ada Brandsrud  
Nikola Falinska  
Julia Ekseth  
Nunnaphat Prasertat  
Wilma Ulfsby  
Emilie Skaa



Fotballåret 2022 har vært ett spennende år for jentene på Trøbbå/MIF J15. Vi har fortsatt samarbeidet med Mysen, og har beriket laget med tre flotte mysen jenter.

Vi startet tidlig med tre treninger i uken, og meldte oss opp i OBOS cup, for å få litt treningskamper før seriestart.

Det viste seg å være lurt, da vi fikk kjørt oss på KM nivå og spilt med 5er ball.

Vi har hatt en stor tropp dette året på 23 jenter, som har vært med å spille god fotball i en tøff serie. Resultatmessig havnet vi midt på tabellen, men kan skryte av å ha spilt jevnt mot de beste laga i serien, og til og med vunnet mot 2. og 3.plassen av tabellen.



Vi har vært med i Elverums cupen, og møtt lag vi vanligvis ikke spiller mot. Der fikk vi testet oss ut mot både bredde nivå, KM og til og med regionalt. Videre var vi med på Sandar cup i Sandefjord, der vi kom på 3.plass i A-sluttspillet. Vi vant alle kampene våre, men røk ut på straffekonk i siste kampen. En kjempe bragd av en herlig gjeng jenter. Så har noen av jentene vært med på en futsal cup i Ski, sammen med Ørnulf. En morsom og annerledes inne cup.



Vi har i tillegg til trening, kamper og cuper, hatt fotball helger sammen, der vi har spist god mat, trent, hatt taktikk møter, vært sosiale og virkelig samkjørt laget vårt. Det var veldig hyggelig.

Videre har to av våre 08 jenter kommet med på kretslaget til NFF Østfold, Kaia Orderud og Hedvik Haave. Gratulerer så mye. Vi håper vi ser de i spillertroppene fremover i 2023.



Keeperen vår Oda Sletmo ble igjen tatt ut på kretslaget til 07-kullet for 3.året på rad, og avslutter der i januar 2023.

Hun har også hospitert på regionalt nivå i år med Gresvik IF J15, og har i slutten av 2022 startet å spille fotball for LSK. Vi ønsker henne lykke til i tiden som kommer.



Priser:

Årets toppscorer: Ada Brandsrud  
Årets treningsforbilde: Hedvik Haave  
Årets komet: Nunnaphat Prasertat  
Årets lagspiller: Kaia Orderud  
Årets spiller: Oda Sletmo



Neste år skal vi stille i J17 KM serien.

Vi gleder oss til mer fotball 2023!!!



## Gutter 16

### **Trenere:**

Laget har blitt trent av Haakon Haugerud og Lars-Erik Berge

### **Foreldrekontakt:**

Andrea Hansen

### **Spillere:**

Laget har bestått av følgende spillere:

Ayan Akram, Isse Ahmed, Isaac Nehemiah, Khaled Kattan, Naser Rashid, Oliver Skjør Arntsen, Samer Alhammadi, Sander Teige Haakaas, Lucas Torp Johansen (skadet hele sesongen), Anders Carlsen, Felix Haugerud, Sigurd Frøshaug-Aler, William Haave, Max Solberg Larsen, Elias Sivertsen (flyttet i juni), Lukas Heen Berge, Jama Abdirashid (sluttet i august)

### **Ferdigheter/spillestil:**

Det er vektlagt enn spillestil med stor grad av ballbesittelse og et ønske om å dominere kampene som spilles. Dette har laget lyktes godt med og vi ser at det nytter å øve på dette over tid.

**Aktivitet:**

Laget har hatt 2 treninger + 1 kamp pr. uke. Treningene har stort sett vært avholdt på Mysen kunstgress, men enkelte treninger har vært på Hærlandbanen.

**Seriespill:**

Laget har spilt i gutter 15/16 år avdeling 2. Laget vant serien med 55 poeng på 20 kamper. 18 seire, 1 uavgjort og 1 tap. Målforskjell 144-18. Sett i ettertid så burde vi ha spilt på et høyere nivå. Vi hadde et nesten rent 16-års lag, mens mange av våre motstandere hadde flertall av 15-åringere. Men vi fikk også noen fine og jevne kamper mot Borgen og Rolvsøy.

Plass	Lag	Kamper	Total					Poeng
			V	U	T	Mål	Diff	
1	<a href="#">Mysen 2/TBFK</a>	20	18	1	1	144 - 18	126	55
2	<a href="#">Borgen 2*</a>	20	15	3	2	70 - 25	45	48
3	<a href="#">Rolvsøy *</a>	20	15	1	4	83 - 34	49	46
4	<a href="#">Greåker</a>	20	11	3	6	69 - 42	27	36
5	<a href="#">Sprint-Jeløy 4</a>	20	10	0	10	85 - 77	8	30
6	<a href="#">Sarpsborg FK 2</a>	20	9	0	11	52 - 88	-36	27
7	<a href="#">Askim Fotball 3</a>	20	7	1	12	60 - 67	-7	22
8	<a href="#">Rygge 2</a>	20	6	2	12	49 - 87	-38	20
9	<a href="#">Kvik Halden 2</a>	20	4	4	12	35 - 69	-34	16
10	<a href="#">Ekholt</a>	20	4	2	14	31 - 91	-60	14
11	<a href="#">Trosvik 3</a>	20	1	3	16	19 - 99	-80	6

**Cup:**

I august deltok laget på Fjordline Cup i Porsgrunn. Dette viste seg å være en cup som passet oss godt nivåmessig. Etter god innsats kapret vi en 3. plass blant 9 deltagende lag.

**Sosialt:**

Spillerne går godt sammen og det er ingen synlige konflikter innad i laget. Spillere og trenere er gode ambassadører for klubben når vi er på seriekamper og cuper.

**Foreldregruppe:**

Laget blir støttet av en engasjert og positiv foreldregruppe.

**Hospitering til/fra andre lag**

Flere av spillerne har spilt både A- og B-kamper for henholdsvis Mysen og Trøgstad/Båstad. Opp til vårt lag har flere fra G15 vært med både på treninger og kamper. Vi vil i den forbindelse spesielt nevne Jakob Hedemarken og Sander Holter Boye som på meget sporty vis har vært med oss som keepere i høstsesongen, etter at Elias keeper flyttet i sommer.

**Utmerkelser:**

På fotballgallaen i oktober ble følgende spillere hedret med spesialpriser:

Årets treningsforbilde: Khaled Kattan – treningsoppmøte på 98 %

Årets toppscorer: Sigurd Frøshaug-Aler – 34 seriemål på 16 spilte kamper

Årets spiller: Samer Alhammadi – meget gode prestasjoner gjennom hele sesongen

Vi takker for en flott sesong sammen med hyggelige og engasjerte spillere og foresatte!

Haakon Haugerud og Lars-Erik Berge

## A-laget

<b>Hovedtrener:</b>	Morten Fladberg
<b>Assistenttrener:</b>	Lars Erik Ludvigsen
<b>Hjelpetrener:</b>	Halvor Wøien
<b>Keepertrener:</b>	Knut Edvardsen
<b>Administrativt:</b>	Geir Paulshus
<b>Kaptein:</b>	Oskar Billing Karlsrud

Året 2022 skulle være året hvor fotball sesongen skulle tilbake til det normale, det vil si full sesong fra april til oktober. Utfordringen Trøgstad/Båstad a-lag sto ovenfor, var som året før, om hvor stor årets spillertropp ville bli.

Når vinter oppkjøringen startet, var vi 19 som deltok på spillermøte og på påfølgende trening. Det skulle vise seg at det å nå to sifrene antall på treningene vinteren igjennom var vanskelig. Vi var uheldig med skader og sykdom i lengre perioder. Det positive var at det var noen unge gutter som fikk sjansen til å vise seg frem.

Vi hadde lagt opp til 5- 6 treningskamper, pluss at vi skulle være med i vinter cupen. Vinter cupen ble det ikke noe av og par av treningskampene ble også avlyst. Årets treningsleir ble også avlyst grunnet få påmeldte. Og når vi fikk så hatten passet mot Askim i en treningskamp 10 mars, skjønte vi at dette kunne bli et tøft sportslig år!

Når sesongen kom i gang, for vår del den 19/4 – borte mot Rygge, følte vi allikevel at vi var der for å ta med oss tre poeng, selv om oppkjøring ikke hadde vært optimal. Troppen var forholdsvis stor, men usikkerheten var hvor godt grunnlag alle hadde for å orke 90 min. Kampen ble jevnspilt og kunne vippet begge veier, dessverre ble det den gale veien for vår del. Men vi følte vi var med og at dette bar håp om at vi kunne bite bra ifra oss i løpet av sesongen. Så da første seier kom i andre kamp borte mot Trosvik, og seier i årets første hjemme kamp mot Drøbak2, så det ganske lyst ut. Så når vi i neste kamp skulle møte Begby som bare hadde tapt, og attpåtil med store sifre, tenkte vi at muligheten for å klare seg bra i år var absolutt til stede. Men, dette skulle vise seg å bli starten på en lang rekke med nedturer i sesongen 2022. Tap 7-0, ble fulgt opp med fem strake tap, inkludert et surt 1-3 tap for Spydeberg hjemme den 16 mai. Det eneste poenget vi klarte å få før ferien, var uavgjort hjemme mot Lervik.

Sommeroppkjøringen var, litt som resten av året, generelt for dårlig oppmøte på treningene. Første kamp etter ferien var en vanskelig motstander – Selbak borte – Vi spiller en bra kamp, holder uavgjort til pause, som burde etter sjanser å dømme, vært ledelse. Men vi orker ikke å stå kampen helt ut og reiser hjem med 6-1 tap. Det følte urettferdig, men spille og innsatsen bar håp for resten av sesongen.

Men høsten skulle vise seg og bli tøff. Tap 5-2 hjemme for Rygge ble etterfulgt av 1-6 tap for Trosvik. Og etter ytterligere tap 5-0 for Drøbak2 og 4-2 tap for Begby, så det vanskelig ut med fornyet kontrakt i 5 div.

Vi var nødt til å begynne å ta poeng for å ha mulighet til å berge plassen. Og som bestilt, kom to 3-2 seiere på rad mot henholdsvis Spydeberg og Kråkerøy2. Håpet var tent, men de 2 påfølgende kampene endte med tap. Og når vi da skulle møte Lervik borte, var det litt sånn vinn eller forsvinn følelse. Guttene gjorde jobben og vant 5-1, og igjen var håpet der. Gresvik hjemme i neste kamp var også en slik kamp vi MÅTTE vinne, men skuffet måtte vi innse at uavgjort 1-1, ikke var nok.

Da gjenstod bare 2 kamper av sesongen, Råde2 borte og Askim hjemme. Skulle det være noe håp om å klare i hvert fall kvalik plass, måtte et av lagene slås. Råde borte ble for tøft. Da var det bare en kamp igjen av 2023, Askim hjemme, hvor de kunne sikre opprykk med seier og vi kanskje klare kvalik plass med seier. Her var det med andre ord mye å spille for, både for resultat og æren. Men det viste seg at tabellen ikke juger, selv om det spillemessig ikke var så stor forskjell på lagene denne kampen, viste Askim hvorfor de er i toppen og vi i bunnen. Vi taper 4-0.

Det endte dessverre med nedrykk, siste plass med kun 17 poeng, men som vi snakke mye om, med alle de unge guttene som Trøgstad/Båstad har på laget, kan 6 divisjon i 2023 være en fin plass å være for å ta nye steg.