



# «Nettsus»



Nr. 1 – 25 (18. januar 2025)

## TØNSBERGS STOLTESTE OG GLADESTE JENTER!

### Nå kommer også jentene i TFK for fullt!

Det er ikke bare blant gutta det gror godt i TFK, for nå er også de første spillerne på jentesiden tatt ut på NFF Vestfolds krets, nemlig Ida Alagic og Tiril Kittelsen Iversen. Det var med stor spenning jentene fikk møte sine likesinnede på sin første trening med andre lovende jenter i kretsen. Ida og Tiril er med på et J2012 lag i TFK som i hovedsak har hatt moro med ball og godt miljø som hovedmotivasjon. Selv om det fortsatt skal være hovedhensikten med å spille fotball, håper Nettsus at dette skal være en motivasjon for å ta ytterligere fotballmessige steg i tiden som kommer.



Er ditt lag påmeldt til Sølvcupen 2025? Da begynner dere å få det travelt for det fylles stadig på med oppmeldte lag, og det er tydelig at dette er noe som «alle» skal delta på, både lokalt og regionalt.

### Program:

- Lørdag 1. mars:** 3-er fotball for jenter og gutter født 2018 og 2019  
5-er fotball for jenter og gutter født 2017
- Søndag 2. mars:** 5-er fotball for jenter og gutter født 2016
- Lørdag 8. mars:** 7-er fotball for jenter og gutter 2014 og 2015
- Søndag 9. mars:** 9-er fotball for jenter og gutter født 2013

Det er per nå ca 200 lag påmeldt, 6 fulle klasser og 4 uker til påmeldingsfristen - så det blir fest i år også!

## DA ER VI I FULL SVING IGJEN.

Tross en litt dårlig start på 1. uken i januar med noen værutfordringer, er nå alle lagene i sving med sine treninger. Det være seg inne i Vestfoldhallen, i gymsalen på Greveskogen videregående skole, på Træleborg skole eller ute på Strandman Arena, så meldes det som stort oppmøte og god innsats. Vi må ikke få panikk om vi en dag innimellom må drive alternativ trening pga at Strandman ikke er brøytet. Det går helt fint.



## EN «GOD» TING KAN IKKE GJENTAS FOR OFTE.

Tønsberg Fotballklubb har sannsynligvis de fineste klubblokalene og de beste spilleforholdene på Strandman «i mils omkrets» og det er det alles ansvar å ta vare på.

Når noen har brukt enten styrerommet eller klubblokalene, skal bord og stoler settes på plass ut fra bordplassering som er rammet inn og hengt opp 2 steder i klubblokalene. Dersom det er sølt kaffe el. på bordene, skal det tørkes av og du kan forlate lokalene slik du ønsker å finne de neste gang du skal inn dit. Siste lag som trener på kveldene, skal også sette ut målene, slik at det blir enkelt for kommunens folk å brøyte. Dersom vi ikke etterkommer dette, vil det gå utover kvaliteten på brøytejobben de skal gjøre og det vil i neste omgang gå ut over treningsforholdene våre. De som har løsnet 2 stk 5-er mål og tatt de i bruk, på tross av de var stripset og satt bort for vinteropplag, må sette de tilbake bak innbytteboksene. Det er ingen som kommer og tar dette for dere, så her må alle ta ansvar.



## NÅR EN SKADE OPPSTÅR....

Vi har allerede fått skade på en av våre spillere, og da kan det være på sin plass å gjenta prosedyrene vi skal følge for å få en optimal og rask behandling. TFK og den enkelte spilleren er godt forsikret mht til dette, men det forutsetter at det gjøres i riktig rekkefølge:

### Dersom skade oppstår:

1: Man kontakter umiddelbart **Idrettens Skadetelefon på 987 02 033**

Her får man god veiledning om videre forløp ut fra skadens omfang, men man kan også finne ut mer her: <https://www.youtube.com/watch?v=xtVKhNsblu0>

Man må altså gjennom en prosess med idrettens skadetelefon og forsikringselskap for å få helsehjelp som dekkes av forsikringen.

2: Deretter kan man oppsøke vår egen fysioterapeut Morten Andersen for å starte den videre prosessen. Han er en av 2 godkjente behandlere i Tønsberg. Se bilde til høyre.

**NB: Dette er det viktig at alle våre trenere og lagledere holder seg oppdatert om, så legg inn Idrettens Skadetelefon på mobilen din NÅ!**

Morten har nå avtale med Helfo, så alle voksne over 16 år betaler bare mellom 201 til 391 kr i egenandel avhengig av hvor lang tid undersøkelsen tar. Alle barn under 16 år betaler ingen egenandel. Dette kan alle medlemmer i TFK benytte seg av dersom de plages med noe. Kontakt: [mortenandersenfysio@gmail.com](mailto:mortenandersenfysio@gmail.com) eller på mobil **41599947**

## EN NY VERDEN ÅPNER SEG...

**Muligens en litt pompøs overskrift, men når Tønsberg Fotballklubb for første gang i historien engasjerer en Sportslig leder i deltidsstilling, så fortjener det litt store ord.**

Tom Nelvik har nå fått en tilleggsrolle til rollen som A-lagstrener, spillerutvikler og leder for TønsbergAkademiet, nemlig rollen som Sportslig leder i TFK. Nettsus fikk en kort kommentar fra Nelvik i det han hastet ut av klubblokalene for et par dager siden.

«Dette gleder jeg meg til. Jeg har jo vært en del av TFK-systemet i noen år nå og klubben har gitt meg mulighet til å videreutdanne meg innen faget, så nå gleder jeg meg til å ta fatt på områder jeg virkelig brenner for».

Om ikke dette har vært hemmelighold på lik linje med andre store ansettelser og kontraktsinngåelser (les; Haaland og Solskjær), så er dette i hvert fall for TFK et steg opp for sportslig videreutvikling av klubben. Nettsus ønsker Tom all mulig lykke til i det nye engasjementet.



Styreleder Geirfinn Kvalheim (tv) og Tom Nelvik etter signeringen

## NOE SOM HAR SKJEDD SIDEN SIST?

**Det dukker stadig opp nye ting som Nettsus ønsker å formidle videre til våre medlemmer.**

Bilde til høyre viser et bilde fra «signing ceremony» når Tom Nelvik fikk hovedtreneransvar for A-laget. Her sammen med Sportslig leder A-laget, Pål Nilsson.

**Coolman Benaventure Wema** har nå overtatt hovedtreneransvaret for J13. Han etterfølger Petter Furan, men har en meget god medhjelper i Ina Kittelsen-Wang og laglederapparatet forøvrig.

**G17 innleder nå et samarbeid med Eik AILs G17.** Her fortsetter **Jonas Grieg** som hovedtrener for våre gutter, mens EIKs trener er Bent Halvorsen. **Helge Bondeson** går inn som lagleder her.

Det ligger også an til at vi etablerer et samarbeidslag på **J2013 med Eiks jenter** på samme alderstrinn. Vi er glade for at **Ingrid Sundby og Therese Fossås** fortsetter som trenere.

**Jotron Cup** starter nå opp og lagene har fått kampoppsettet. Her er det mye å glede seg til i løpet av vinteren.

## MINNER OM ÅRSMØTE 2024

**Torsdag, 27. februar kl 1900 er det Årsmøte i Tønsberg Fotballklubb i klubblokalene.**

Dersom du har saker til agendaen, må dette være styret i hende innen **11. februar til:**

[styreleder@tonsbergfk.no](mailto:styreleder@tonsbergfk.no)

Saksdokumenter vil bli sendt ut en uke i forkant.

