



MAI 2026

Nr. 1. 49. årgang

BILposten



Aktivitetsdag i Ognahallen for 4-5åringer

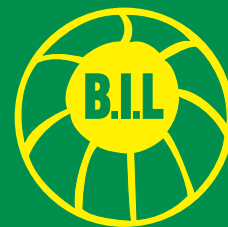
Sammen med Vigrestad IK, Varhaug IL, Orre IL



MÆLAND RØR

www.malandror.no

51 43 73 01



Kjære medlemmer og sambygdinger



Det er alltid litt spesielt å sette seg ned for å skrive lederen til BIL posten. Det er som å ta et lite pust i bakken midt i alt som skjer, og samtidig få lov til å løfte blikket og se hvor mye vi faktisk får til sammen. Og la meg si det med én gang: tusen takk. Takk til alle dere som stiller opp – på dugnader, som trenere, som frivillige med små og store verv, som kaffekokere, som heiagjeng og som praktiske problemløserne. Uten dere hadde Brusand Idrettslag vært en helt annen plass.

Siden forrige utgave har det skjedd mye. Vi har hatt en flott Bygdafest i mars, og turngruppa arrangerte et kjekt turntreff for 1.-4. klasse i februar. Bingoen har rullet og gått nesten hver søndag – et imponerende maskineri av frivillighet og godt humør. Og nå er vi i gang med å etablere en sosial arena for voksne menn, med kaffi, drøs og god stemning. Det gleder meg ekstra mye, for slike møteplasser betyr mer enn vi ofte tenker over.

Og vi har mye å se fram til. Sammen med 17. mai komiteen på Ogn Skule står vi klare for 17. mai feiring i bygda. Turngruppa har både vårmønstring 25. mai og Kretsturnstevne 6.-7. juni. Fotballgruppa arrangerer Sirevåg Mekaniske Cup 14. juni, og 20. juli er vi medarrangør når Tall Ships Races kommer til Sirevåg – et arrangement som blir både stort og staselig.

Det er lett å bli imponert over aktivitetsnivået i Brusand Idrettslag. Men det som imponerer meg aller mest, er menneskene bak. Dere som stiller opp, som tar ansvar, som møter opp med et smil, som gjør litt ekstra når det trengs. Det er dere som gjør at vi kan fortsette å skape aktivitet, fellesskap og gode opplevelser for hele bygda.

Så igjen: takk. Og om du sitter og kjenner litt på at «kanskje jeg også kunne bidratt med noe» – ja, da er svaret enkelt: **ja, det kan du.** Vi har plass til flere, og vi lover både godt selskap og gode folk.

God lesing – og god vår!

**Med vennlig hilsen,
Elisabeth Steinnes
Daglig leder, Brusand Idrettslag**

BRUSAND IDRETTSLAG

Ognahallen
Salthelleren 1, 4364 SIREVÅG
dagligleder@brusandil.no
www.brusandil.no

DAGLIG LEDER:

NAVN: Elisabeth Steinnes
MOBIL: 917 63 601
e-mail: dagligleder@brusandil.no

ADMINISTRASJONSARBEIDER

NAVN: Siv-Tone Amundsen
MOBIL: 46777147
e-mail: kontor@brusandil.no

STYRELEDER:

NAVN: Per Kåre Fuglestad
MOBIL: 917 09 449
e-mail: styreleder@brusandil.no

NESTLEDER:

NAVN: Vibeke N. Apneseth
MOBIL: 920 48 841

KASSERAR:

NAVN: Alf Kåre Sirevåg
MOBIL: 905 98 900

STYREMEDLEM:

NAVN: Klara Sandve

STYREMEDLEM:

NAVN: Anne L. Tuen
MOBIL: 930 66 448

VARA STYREMEDLEM:

NAVN: JUANITA NYGÅRD
MOBIL: 976 32 642

LEDER FOTBALL:

NAVN: Jan-Roar Buraas
TELEFON: 982 60 659
e-mail: leder.fotball@brusandil.no

LEDER HÅNDBALL:

NAVN: Trude Mattingsdal
TELEFON: 977 01 207
e-mail: leder.handball@brusandil.no

LEDER ALLIDRETT:

NAVN: Nina Skjæveland
TELEFON: 468 78 729
e-mail: leder.allidrett@brusandil.no

LEDER TURN:

NAVN: Ann Elin Bøe Larsen
MOBIL: 473 22 566
e-post: leder.turn@brusandil.no

TRENINGSENTERET:

NAVN: Ane Louise Dyngeland Holden
MOBIL: 402 14 215

REDAKSJONEN:

Elisabeth K. Husveg
Mobil: 906 63 152

Bjørg Ueland

Mobil: 971 61 413

Egil Jostein Ueland

Mobil: 400 59 244

Dugnad for Brusand IL

4

Vi vet det er mange ressurssterke mennesker rundt i bygdene – både pensjonister, turnusarbeider mm.

Derfor har vi i Idrettslaget lyst å oppmuntre dere som ønsker til å hjelpe oss i Idrettslaget med forefallende arbeid som trengs i og rundt Ognahallen. Det kan være rydding, maling og enkle reparasjoner.

Kan dette være noe for deg?

Det finnes mange gode måter å bidra på for Idrettslaget og dette er en av de måtene. Dugnad er både sosialt og kjekt, godt for fellesskapet og helsa!

Ta kontakt med Elisabeth Steinnes på tlf: 917 636 01 for mer informasjon og for å melde deg til tjeneste!



Åpningstider

Måndag	10:00-18:00
Tysdag	9:00-13:00
Onsdag	10:00-18:00
Torsdag	10.00-15:00
Fredag	Stengt
Laurdag	Stengt
Søndag	Stengt



Om biblioteket

Biblioteket på Ogna er eit kombinasjonsbibliotek og ligg i Ogna skule.

Besøk oss

Kyrkjeberget 2, 4364 Sirevåg

Kontakt

Telefon 482 60 433

E-post bibogn@ha.kommune.no



For å finne informasjon om Brusand Idrettslag kan disse kanaler brukes:

- Brusandil.no
- Brusandil på instagram
- Facebook grupper:
 - Brusand IL
 - Lørdagsleker
 - Brusand IL, Turn og barneidrett
 - Brusand A-laget
 - Brusand IL – Fotball
 - Brusand IL Håndball



Elisabeth K. Husveg



Bjørg Ueland



Egil Jostein Ueland

Hilsen fra oss i Media-gjengen

Mvh Elisabeth, Egil og Bjørg



KLUBBKOLLEKSJON BRUSAND IL

Lars Gaute Sport
sport 1



HML AUTHENTIC PL JERSEY S/S								
219965	116	128	140	152	164			349,-
219964	S	M	L	XL	2XL	3XL		399,-
219966	XS	S	M	L	XL	2XL	(Dame)	399,-



HML AUTHENTIC PL SHORTS								
219971	116	128	140	152	164			329,-
219970	S	M	L	XL	2XL	3XL		349,-
219972	XS	S	M	L	XL	2XL	(Dame)	349,-



HML AUTHENTIC HALF ZIP SWEAT/ ZIP JACKET								
219974	116	128	140	152	164			549,-
219973	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	599,-
219983	116	128	140	152	164			599,-
219982	S	M	L	XL	2XL	3XL		649,-
219984	XS	S	M	L	XL	2XL	(Dame)	649,-



HML LEAD 2.0 ALL-WEATHER JACKET								
223777	116	128	140	152	164			899,-
223777	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	999,-



HML LEAD 2.0 BENCH JACKET sort farge								
223779	116	128	140	152	164			1399,-
223778	XS	S	M	L	XL	2XL	3XL	1499,-



HML AUTHENTIC Training- /Poly pants								
219986	116	128	140	152	164			499,-
219987	S	M	L	XL	2XL	3XL		549,-
219985	XS	S	M	L	XL	2XL	(Dame)	549,-



HML CORE HIPSTER								
215641	116	128	140	152	164	176	KIDS	249,-
211470	XS	S	M	L	XL	2XL	(Dame)	299,-



hmlEssential BACKPACK								
227173								349,-



Fotball/håndballstrømper								
HML Essential football socks								
226906								129,-
HMLPRO training socks low -håndball								
226913								149,-

Lars Gaute Sport
sport 1

TORGATA 2, AMFI SENTER, 4365 NÆRBØ
Telefon: 51434310

Fra håndballstyret

Håndball sesongen 2025/2026 i Brusand IL er nå over, og for ein sesong det har vore! Hallen har vore full av liv, både på treningar og på kamper. I løpet av sesongen har nye barn kome til laga, og det har vore veldig gildt. Det er fortsatt ledig plass på alle lag, så me håper at enda fleire blir med neste sesong. Takk til alle trenarar, barn og foreldre som har stillt gjennom heile sesongen. Me takker og Alice og Amalie for arbeidet dei har gjort i håndballstyret, og ønsker Ingrid og Irene velkommen med i gjengen.

Håndballstyret, Trude, Amalie, Ann, Alice og Anna.



Gutter Jenter 6 år

Nå er sesongen over for denne gang. Det har vært en kjekk sesong med mange unger – vi har vært rundt 17 stykker, så vi måtte få med oss to ekstra hjelpetrenerne. Vi setter stor pris på at de kunne stille opp!

Vi har vært så mange at vi har delt Guter og Jenter opp på treningene for å få mest mulig ut av dem. I løpet av sesongen har vi deltatt på tre turneringer, hvor vi har kost oss masse.

Vi hadde også en felles avslutning for hele håndballen, der alle fikk diplom og kunne kose seg med ulike trening og pølse

Neste sesong starter håper at like mange vil bli med neste sesong, og dersom det kommer noen nye, er alle hjertelig velkomne.

Både barn og voksne viss noen kan tenke seg og bli med i trenerteamet.

Hilsen Daniel, Jørn, Ivo og Mari

I tillegg til alle typer betongsaging tilbys:

- KJERNEBORING
- MEISLING

Graving og meisling utføres med maskiner fra 0,8 til 8 tonn

KAY'S
BETONGSAGING

Tlf. 908 37 365


STIKKAREN

egil@stikkaren.no
mob 481 82 999



Sirevaag as

Vågen 42, N-4364 Sirevåg
Tlf. 51 79 15 20 • Fax. 51 79 15 40

 **Sandnes Markise**
SKREDDERSYDD SOLSKJERMING SIDEN 1967

post@sandnes-markise.no • www.sandnes-markise.no

VÅRE TJENESTER

- GJØDSELBIL
- KRANBIL
- LANGTRANSPORT
- SEMI
- DISTRUBUSJON & SYKKEGODS
- BUD OG FØLGEBILER
- KROKBIL
- SALG AV DEKKSIDER

TA KONTAKT I DAG FOR ET UFORPLIKTENDE TILBUD!

HERREDSVELA
 **TRANSPORT** 

 900 75 500



17. mai program Oгна 2026

- 09.45** **Gudstjeneste i Oгна kyrkje**
- 10.45** **Oppstilling til toget ved skulen**
- 11.00** **17. mai toget starter**
- Ca. 11.30** **Oppstart program i hallen**
Sang av 1.-4. klasse
Konferansier: Øivind A. Lundh ønsker velkommen
Allsang: Ja vi elsker og Norge i rødt, hvitt og blått
Forsangere: Tweens v/Mia Kindervåg, Nora Moi, Julie Skretting og
Anita Skjørestad
Tale for dagen av Grethe Mattingsdal og Michelle K. Oliversen
- Matsalget stopper under talen
- 12.30** **Lekene starter**
- 14.00** **Avslutning av leker og utdeling av premier**
- 14.30** **Slutt og vel hjem**





Jenter 11

Vi har vært en liten gjeng på 8 spillere denne sesongen.

Det er en kjekk gjeng med jenter og vi

har hatt 2 treninger i uken. Siden vi ikke reiste til Kristiansand avsluttet vi året med skyland og McDonald's som var veldig gøy.

Til neste år får vi Gina med på laget som hovedtrener det gleder vi oss til.

Ønsker gamle og nye spillere velkommen neste sesong.

Mvh. Mari og Sandra



Jenter 12

2025/2026-sesongen er over for vår del. Det har vært en flott sesong med mange kamper – både seiere og tap. På treningene har det vært mye latter og moro, samtidig som vi har fått utvikle oss som håndballspillere. Som en fin avslutning på sesongen reiser vi til Kristiansand for å delta på Quart Cup. Dette er andre gang vi er med, og vi gleder oss stort!

Selv om sesongen nå er over, er vi klare igjen til høsten. Har du lyst til å bli en del av gjengen? Kom og prøv – vi lover både svette, latter og masse håndballglede

Hilsen Kaja, Tiril Sofie og Anne



Gutter 12

Da legger vi nok en gang en kjekk håndballsesong bak oss!

Vi har trent tirsdag og torsdag hver uke gjennom sesongen, og har jevnt over hatt veldig bra oppmøte på trening.

Startet sesongen med 11 spillere og endte opp med 16 stk på slutten. Veldig stas at flere hiver seg på i løpet av sesongen.

Vi er en solid og god gjeng som koser oss og har det kjekt på trening.

Vi har hatt mye fokus på å være en god medspiller, støtte og backe hverandre både på trening og på kamp. Bra fokus på trening gir resultater, og det viser igjen på kamp der flere og flere melder seg på i spillet.

Guttene viser mye glede når de mestrer ting vi øver på. Veldig kjekt å få være med å utvikle denne flotte gjengen.

På tampen har vi hatt felles trening sammen med Vigrestad, noe som ga mersmak og som vi tar med oss til neste sesong.

For å krydre det litt på slutten kjører vi



kamp mot foreldrene på siste trening. Guttene er super gira på det.

Vi er nok en gang heldige å få avslutte sesongen i Kristiansand på Quart Cup med guttene. Dette er nå vår tredje tur. En fantastisk kjekk avslutning for sesongen både for guttene og oss voksne.

Takk til våre flotte spillere for en kjekk sesong, og takk til foreldre som stiller på dugnad, heier og skryter kamp etter kamp!

Etter Kristiansand tar vi en velfortjent ferie!

Alice velger å gi seg som trener etter denne sesongen, og Amalie Egeland

overtar roret fra høsten sammen med Trude.

Takk for alt du har gjort og vært for oss alle disse sesongen Alice, fy søren vi har kost oss!

Ønsker alle en flott sommer

Hilsen Trude og Alice



Quart Cup i Kristiansand

Gutter og Jenter 12 deltok på
turneringen i vår.



DAIKIN VARMEPUMPER



Tlf. 51 79 12 00

Trine's Klippotek

Lyngblomen 1- 4362 Vigrestad |
T: 51 43 77 61 - M: th-3@lyse.net
Følg oss på facebook!

The logo for 'joker' features the word in a white, rounded, lowercase font with a black outline. The letters are set against a background of two horizontal stripes: a yellow stripe on top and a green stripe on the bottom. A small red circle is positioned above the letter 'j'.

Velkommen til Joker og YX Oгна

Åpningstider:

Man-fre 06.00-22.00

Lør 07.00-22.00

Søn 08.00-22.00

Er du sulten eller lurer på noe ring oss: 51438132

Elektriske installasjoner skal utføres av fagfolk!



OGNA INSTALLASJON A/S
Registrert installatør

Tlf: 51 79 13 90 eller einar@ognainstallasjon.no
www.ognainstallasjon.no

Damelaget

Damelaget i Brusand IL har lagt bak seg sin aller første sesong sammen. Vi har en god bredde i laget, med spillere fra 16 år og oppover.

Sesongen startet uten trener, og vi måtte finne ut av mye selv underveis. Likevel fikk vi det til å fungere, og lærte mye på veien. Etter nyttår fikk vi med Kathrine Todnem som trener, noe som har hatt stor betydning for utviklingen vår og gitt laget mer guts. Det

har også vært ekstra kjekt å kunne få med seg noen poeng.

Siste kamp spilles 27. april. Selv om vi fortsatt har forbedringspotensial, har laget tatt tydelige steg gjennom sesongen.

Det viktigste for oss har vært å få et lag på plass og bygge et godt miljø, og det føler vi at vi har lykket med. Vi setter stor pris på alle som møter



opp og støtter oss fra sidelinjen. Vårt trofaste sekretariat har telt opp mot 70 tilskuere på hjemmekampene, veldig kjekt. Det gir oss et ekstra gir ute på banen.

Vi gir oss ikke her. Vi stiller lag også neste sesong. Vi ønsker gjerne flere spillere velkommen, både nye og gamle.

Damene

Intervju med håndballdamene



- 1: **Navn:** Victoria Sirevåg Vold
- 2: **Hvor gammel er du:** 22 (2004)
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Linjespiller (strek)
- 5: **Ritual før kamp:** Redbull



- 1: **Navn:** Grethe Marie
- 2: **Hvor gammel er du:** 21 år
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Ving
- 5: **Ritual før kamp:** Kvid monster



- 1: **Navn:** Ingrid Sveinsvoll
- 2: **Hvor gammel er du:** 28 år
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Strek
- 5: **Ritual før kamp:** Må tisse minst 5 gonge før kampstart

→ Fortsettelse fra forrige side



- 1: **Navn:** Ann Kristin Hadland
- 2: **Hvor gammel er du:** 24 år
- 3: **Hvor bor du:** Varhaug
- 4: **Posisjon på banen:** Målvakt
- 5: **Ritual før kamp:** Gje adle på laget en high five før kamp



- 1: **Navn:** Mira Apneseth
- 2: **Hvor gammel er du:** 27 år
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Midt/back
- 5: **Ritual før kamp:** Gå på do



- 1: **Navn:** Irene Haver
- 2: **Hvor gammel er du:** 26
- 3: **Hvor bor du:** Brusand
- 4: **Posisjon på banen:** Målvakt
- 5: **Ritual før kamp:** Gå tur, flette håret og spise samme måltid



- 1: **Navn:** Sofia Hellenen
- 2: **Hvor gammel er du:** 17 år
- 3: **Hvor bor du:** Egersund
- 4: **Posisjon på banen:** Ving
- 5: **Ritual før kamp:** Kald redbull



- 1: **Navn:** Agathe Matnisdal
- 2: **Hvor gammel er du:** 17 år
- 3: **Hvor bor du:** Brusand
- 4: **Posisjon på banen:** Ving
- 5: **Ritual før kamp:** He ingen rituale



- 1: **Navn:** Trude Mattingsdal
- 2: **Hvor gammel er du:** Ikkje eldst ennå
- 3: **Hvor bor du:** Vatnamot
- 4: **Posisjon på banen:** Ving
- 5: **Ritual før kamp:** Må alltid ha mat rett før kamp



- 1: **Navn:** Berit Fuglestad
- 2: **Hvor gammel er du:** 55år
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Strek og venstre back
- 5: **Ritual før kamp:** Finne den gode følelsen under oppvarming + en god tyggis 😊



- 1: **Navn:** Ida Apneseth
- 2: **Hvor gammel er du:** 29 år
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Venstreback
- 5: **Ritual før kamp:** Ingen



- 1: **Navn:** Kaja Nygård Apneseth
- 2: **Hvor gammel er du:** 17år
- 3: **Hvor bor du:** Ogna/Lindtjørn
- 4: **Posisjon på banen:** Midt/back
- 5: **Ritual før kamp:** Stalke motstanderlaget og høre på musikk for å gire meg ekstra opp



- 1: **Navn:** Teoline Holmane
- 2: **Hvor gammel er du:** 23år
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Ving/back
- 5: **Ritual før kamp:** Spæle For Evtig av Volbeat før kamp



- 1: **Navn:** Mari Rosland
- 2: **Hvor gammel er du:** 43år
- 3: **Hvor bor du:** Ogna
- 4: **Posisjon på banen:** Keeper
- 5: **Ritual før kamp:**



- 1: **Navn:** Amalie Egeland
- 2: **Hvor gammel er du:** 23år
- 3: **Hvor bor du:** Sirevåg
- 4: **Posisjon på banen:** Midt/back
- 5: **Ritual før kamp:** Gire mæg mæg goe musikk

Mer enn bare 22 spillere og en ball!

Det kribler i beina, kunstgresset kaller, og entusiasmen begynner igjen å bre seg rundt banen i takt med at solen varmer. Nok en spennende sesong er i gang, og det er kjekt å sjå at engasjementet for den lokale fotballen peker rett vei.

For å sørge for at alt ruller som det skal, har vi i det siste styrket fotballstyret med flere nye ansikter og friske roller. Det betyr mer energi bak kulissene, slik at vi kan legge enda bedre til rette for både små og store. Selv om vi har fått flere hender, er det fortsatt den samme gode dugnadsånden som driver oss. Forhåpentligvis bare enda litt bedre.

Fotball handle om så mye mer enn bare resultater på tavla. Vi er en breddeklubb og ønsker, «flest mulig, lengst mulig». Det skal være plass til alle, enten man drømmer om profflivet eller bare vil ha det gøy med venner. Fotballen skal være en inkluderingsarena der mestring og idretts glede står i sentrum for barn, ungdom og voksne.

For at vi skal lykkes med dette, er vi avhengige av to ting:

- Fair Play: Vi skal oppføre oss med respekt overfor dommere, motspillere og hverandre. Dette gjelder ikke bare de med støvler på, men i like stor grad de på sidelinja.
- Verdens beste heilagjeng: Dere foreldre og foresatte er klubbens viktigste medspillere. Det dere sier og gjør, definerer hvordan Brusand IL fremstår for andre. Ikke glem det i en hektisk hverdag.

Vi gleder oss til å se både gamle og nye ansikter på banen i tiden fremover. La oss sammen skape gode minner, knytte vennskap og bygge et enda sterkere fellesskap i lokalsamfunnet vårt. Vi sees på sidelinja!

Fotballstyret



Gutt/Jente - 6 år

Vi er en ivrig gjeng på 11-12 stykk som startet opp med fotballtreninger rett etter påske.

Alltid spennende å starte opp med nytt lag både for spillere, trenere og sikkert også foreldre. Må si vi trenere ble veldig positivt overrasket over hvor ivrige og klar alle var for dette. Gleder oss til fortsettelsen 😊

Treningene består mest av spill ispedd med noe enkle balløvelser. Planen er å være med på et par turneringer i distriktet før sommeren og et par etter. BIL-Cup 14.juni er vi selvsagt klar for. Håper at alle spillere som er med så lang vil fortsette. Men det er plass til flere om noen har lyst å prøve seg.

Vi trener i ballbingen på Ognå hver torsdag fra 17.00-17.45.

Fotballhilsen: Gina, Ola og Joakim.

Gutt/Dente - 7 år

Me er en gjeng på 12 stk. Me starta opp treninga igjen rett før påske.

Me trener på tirsdagane kl 17.15. Me skal på to turneringer før sommar, Vigrestad Bygg-turnering og Sirevåg Mekanisk-turnering. Så blir det ei turnering itte høsten og.

Det er en ivrige gjeng så like å spela fotball, det me øve møyje på nå e pasninger/sentringer og møyje spel.

Så satse me på en jille sesong me møyje glafotball.

Hilsen Geir og Jørn.



19

Gutt/Dente 8 år



Denne livlige gjengen, bestående per i dag av 4 jenter og 6 gutter, har startet sin første sesong i seriespill. Vi har gjennomført første 5'er-kampen, borte mot Undheim. Humør, heiarop og smil var tilstede selv ved surt vær.

Gjenges møtes hver tirsdag til trening på Oгна kl. 17.00, og spiller sine kamper på onsdager.

Det blir spennende å følge denne gjengen videre.

Trenerhilsen fra Marita, Sandra, Hilde og Marcus



BRYNE REVISJON

Meierigata 17, 4340 Bryne. Telefon 400 06 279

**BRØDRE
SKÅRLAND**



Gutter 9 år

G9 er i gang igjen etter påske!

Etter påsken har vi startet opp igjen med en stabil og god gjeng. Andreas, Lucas, Ulrik, Johannes, Ola, Abraham, Marcellus og Leo har nå tatt steget opp til G9, og de viser stor motivasjon for å utvikle seg videre på fotballbanen.

Guttane får til fotballen bedre og bedre for hver uke som går. Vi jobber med å forstå spillet og dynamikken i laget, og vi ser stor fremgang i hvordan de sender pasninger til hverandre.

Selv om det ikke alltid er seier, ser vi at vi nå spiller mye jevnere kamper enn tidligere. Spesielt i første omgang har gutta vist at de virkelig kan bite fra seg og forstå spillet på et

dypere nivå.

I treningene fremover fortsetter vi fokuset på:

- Posisjonering i diamant
- Bevegelse i angrep og rask retur til forsvar
- Samspill og gode pasninger

Uansett vær og motgang i kamp, beholder gutta det gode humøret og finner glede i å mestre det vi øver på. De er en positiv og tøff gjeng som det er veldig spennende å følge for oss trenere.

Dokke æ maskina, G9!

**Hilsen trenerteamet
Bjørn og Helge Arild**



Gutter 10 år

Et engasjert G10-lag i utvikling

Et guttelag som viser stor spilletglede og fin utvikling på fotballbanen. Laget består av 9 ivrige gutter som nylig har spilt sine 3 første kamper på 7'er-bane. Her fikk de vist både innsatsvilje og gode samarbeidsevner.

På trening jobber laget med enkle formasjoner tilpasset 7'er-fotball, med fokus på å forstå posisjoner og samspill. Vi legger vekt på at alle skal være involvert i spillet, både offensivt og defensivt.

Trenings øktene preges av varierte og morsomme øvelser som smålagsspill, stafetter med ball og teknikktraining gjennom lek. Dette bidrar til både ferdighetsutvikling og et godt samhold i gruppa.

Vi gleder oss til å følge guttene i årets sesong

Edgaras & Stian



Gutter 12



Fjoråret var en skikkelig opptur for G10-laget, der vi tok med oss mange gode opplevelser og sterke resultater i 2. divisjon.

Med det som bakteppe tok vi et modig valg denne sesongen: vi hoppet opp til G12 3. divisjon. Her er det både større bane, flere spillere (9 på banen) – og ikke minst offside, som gir oss enda litt mer å holde styr på ute på banen.

Laget har også fått en liten fornyelse. Noen spillere har, tatt pause samtidig som vi har fått inn nye, spennende tilskudd. Det har gitt oss en flott gjeng med mye energi, godt humør og ulike styrker som vi gleder oss til å utvikle videre.

Utenfor banen har vi også hatt det kjekt sammen. Blant høydepunktene var turen på Oilers-kamp, der vi fikk være med sammen med supporter-gjengen Roughnecks og virkelig kjenne på stemningen fra tribunen. Det ble en kjempegøy opplevelse for hele gjengen! I tillegg fikk vi skryt i etterkant for å være en god heiagjeng, flinke til å rydde etter oss og for å oppføre oss bra i forbindelse med matutdeling og da vi fikk ta bilder med et par av spillerne. Slike opplevelser bygger lag!

Vinterserien ble bokstavelig talt en kald affære. Det var tøffe forhold og enda tøffere motstand, og resul-



tattmessig gikk det ikke helt vår vei denne gangen. Men innsatsen var upåklagelig, og vi tar med oss både erfaring og litt ekstra motivasjon inn i sesongen. En liten opptur fikk vi likevel med oss, da vi vant en treningskamp mot Nærbø – noe som viser at det bor mye bra i laget.

Seriestarten mot Figgjo ble en jevn og spennende kamp lenge. Vi hang godt med og viste mye bra spill, men måtte til slutt gi tapt etter at kreftene begynte å ta slutt de siste femten minuttene. Det tar vi som en vennlig påminnelse om at kondisjon er noe vi skal jobbe videre med fremover – her er det bare å knyte joggeskoene enda litt strammere og brette opp armene!



Alt i alt er dette en gjeng som møter utfordringer med godt humør, stå-på-vilje og lagånd. Vi gleder oss til fortsettelsen – og lover å gi alt, både på trening og i kamp.

Hilsen Jan-Roar, Øyvind og Susanne



Jenter 11

Endelig er vi igang med ny sesong, i år har vi slått sammen J10, 11 og 12 og meldt på et lag i J11 serien.

Vi startet med 8-9 ivrige spillere etter vinterferien. Nå har vi blitt 12 stk og satser på å holde seg stabilt fremover 😊

Vi durer på med trening en dag i uken og 1 kamp i uken, prøver og få meldt oss på 1-2 turneringer før sommeren og 1-2 i høst 😊



Vi gleder oss til fortsettelsen 😊

Trener Rebekka og lagleder Kim

Jenter 14

Da er endelig fotballsesongen i gang. Nytt for i år er at j13 har slått seg i sammen med j14/j15. De er totalt 21 spillere som for første gang spiller 11'er fotball. Det vil si stort mål, stor bane og flere spillere på banen.

Vi har trent i lag siden februar, men mye nytt å finne ut av, ikke minst bli kjent med kvarandre og lære oss å samarbeide i lag. Både jentene og trener teamet må bli kjent med nye spillere. Dette er viktig for å skape trygghet for å sikre idretts glede, mestring og bra treningsmiljø.

På treningene har vi mye ulike øvelser, bl.a for å få bedre ballkontroll, styrke, kondisjon og samarbeid/samspill.

Vi har i skrivende stund hatt 1 treningskamp mot Figgjo/Ålgård og 1 serie kamp mot Nærbø. Begge endte med tap, men jentene kjempa godt. Og vi må ta hver kamp som god trening på å få prøvd ut det vi øver på og ikke



minst finne ut av samspillet i lag som team.

Vi satser på at vi får delta på ett par turneringer i løpet av sesongen.

Vi trener mandag og torsdag kl 16.30-18.00, og har stort sett kampdag på onsdager.

Virker til å være enn god gjeng ivrige og fotballglade jenter, så vi gleder oss til fortsettelsen av sesongen.

**- Trener og lagleder
Jan-Roar, Marte & Klara**



Gutter 15

Vi er nå en god gjeng på 16 spillere, men vi har alltid plass til flere på laget!

Vi trener mandager kl 18.00-19.30 og tirsdager 19.00-20.30.

Vi har fått ny hovedtrener, Espen Qvalbein Herredsvela. Veldig kjekt å få han med på laget!

Kristian og Noah fra A-laget har også vært med på litt treninger. De går på idrettslinja og har hatt øktene som en del av skolepraksisen.



I vinter har vi for første gang deltatt i vinterserien.

Vi kom ikke videre etter 1/8 finalen. Resultatene gikk ikke helt vår veg, men vi tar med oss erfaringene.

Nå er vi i gang med serien igjen, og har pr nå spilt 2 kamper. 1 uavgjort og 1 seier!

I starten av januar hadde vi en runde med pantedugnad i bygda. Det ble samlet inn nok pant, som gjør at vi kan reise til Danmark uten egenandel

- TUSEN TAKK til alle som har støttet oss!

13-16mai reiser vi til Aalborg City Cup, det gleder vi oss veldig til!

Dette blir noen dager der samhold, innsats og fotballglede står i sentrum - vi gleder oss til å skape gode minner sammen både på og utenfor banen!

**Hilsen trenerteamet
Espen, Kim Atle og Annica**

Velkommen til cup

14. juni 2026, inviterer Brusand IL og Sirevåg Mekaniske til fotballturnering for 6-9 åringer!

Turneringen vil bli arrangert på Ogna kunstgressbane

Sirevåg Mekaniske gir tilbake til lokalsamfunnet og sponser påmeldingsavgiften for alle lag.

Det betyr at deltakelsen i cupen er helt

GRATIS!

Turneringen blir arrangert som 3er-fotball for 6 og 7 åringer, og 5er-fotball for 8 og 9 åringer.

Dere kan melde på både gutte- og jentelag.

Alle fotballspillere på Sirevåg Mekaniske cup er vinnere og får pokal!

Sirevåg Mekaniske tror på kraften i samhold og de uforglemmelige minnene som skapes på fotballbanen. Denne cupen representerer mer enn bare en turnering; den er en feiring av samarbeid, idretts glede, og den lokale fotball ånden.

Så ta sjansen, meld på laget ditt og bli en del av denne unike begivenheten. La oss sammen skape en uforglemmelig dag fylt med spenning, vennskap, og fotballmagi.

Velkommen til Brusand IL og Sirevåg Mekaniske cup!

 **SIREVÅG**
Mekaniske AS





A-laget herrer

Navn: Kristian Skretting
Alder: 18
Bosted: Ogna
Jobb: YX/Joker Ogna
Posisjon: Ving/Indreløper
Kamper/Mål: 67/15



Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Løpskraft, teknikk og kreativitet
Beste du har spilt med: Martin Myrvold
Beste du har spilt mot: Jaran Eike Østrem
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: At alle har respekt for hverandre
Hobby utenom fotball: Løping
Mål for sesongen: Opprykk

Navn: Hans Even Kleven
Alder: 20
Bosted: Sirevåg
Jobb: Barnehage
Posisjon: Forsvar
Kamper/Mål: 4/0
Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Fysikk



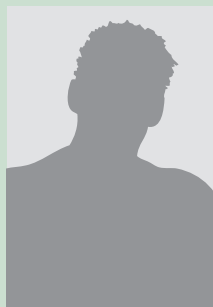
Beste du har spilt med: Marius Mattingsdal
Beste du har spilt mot: Jaran Eike Østrem
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Godt oppmøte på trening
Hobby utenom fotball: Å gå tur
Mål for sesongen: Få mer minutter på banen

Navn: Jesper Qvalbein
Bosted: Brusand
Alder: 18
Jobb: Elektriker hos Ogna Installasjon
Posisjon: Back
Kamper/Mål: 54/1



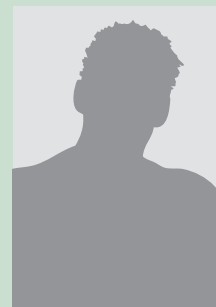
Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Kondisjon og 1v1
Beste du har spilt med: Kristian Skretting
Beste du har spilt mot: Jaran Eike Østrem
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Smile og være glad
Hobby utenom fotball: Trene
Mål for sesongen: Kjempe om opprykk

Navn: Kim André Garvik
Alder: 25
Bosted: Stokkelandsmarka
Jobb: Tømrer
Posisjon: Back
Kamper/Mål: 198/15



Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Rutine, viljestyrke og duellstyrke
Beste du har spilt med: Andreas Haver
Beste du har spilt mot: Daniel Karlsbakk
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: God stemning på og utenfor banen
Hobby utenom fotball: Ingenting
Mål for sesongen: Gjøre det bedre enn i fjor. Kjempe om topp 3.

Navn: Edvinas Zevzikovas
Alder: 23
Bosted: Sirevåg
Jobb: Tømrer
Posisjon: Back
Kamper/Mål: 108/9
Tidligere klubb(er): Vigrestad



Dine styrker på banen: Fart og fysikk
Beste du har spilt med: Andreas Ueland
Beste du har spilt mot: Joakim Omland
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: God stemning
Hobby utenom fotball: Jogge og trene
Mål for sesongen: Opprykk

Navn: Torbjørn Friestad
Alder: 25
Bosted: Sirevåg
Jobb: Tømrer
Posisjon: Midtstopper
Kamper/Mål: 207/3



Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Duellstyrke og lese spillet
Beste du har spilt med: Joakim Omland
Beste du har spilt mot: Erling Braut Haaland
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Sosiale sammenkomster
Hobby utenom fotball: Golf
Mål for sesongen: Være med i opprykksskampen

Navn: Fredrik Tuen
Alder: 19
Bosted: Sirevåg
Jobb: Tømrer
Posisjon: Angrep
Kamper/Mål:



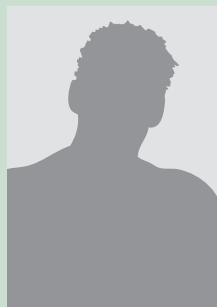
55/15
Tidligere klubb(er): Bryne og Varhaug
Dine styrker på banen: Fart og lange innkast
Beste du har spilt med: Narve Bø
Beste du har spilt mot: Sondre Auklend
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Positive holdninger og noen sosiale sammenkomster utenom trening
Hobby utenom fotball: Kompiser
Mål for sesongen: Opprykk

Navn: Andreas Haver
Alder: 23
Bosted: Brusand
Jobb: Tømrer
Posisjon: Midt-bane/Angrep
Kamper/Mål:



118/67
Tidligere klubb(er): Vigrestad
Dine styrker på banen: Ballkontroll og avslutninger
Beste du har spilt med: Marius Lode
Beste du har spilt mot: Torbjørn Friestad
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Sosiale sammenkomster og resultat på kamp/trening
Hobby utenom fotball: Golf
Mål for sesongen: Opprykk

Navn: Daniel Skretting
Alder: 19
Bosted: Ogna/ Sessvollmoen
Jobb: Forsvaret
Posisjon: Midt-bane/ving
Kamper/Mål:



104/27
Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Teknikk og løpssterk
Beste du har spilt med: Andreas Ueland

Beste du har spilt mot: Sjur Jonassen
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Respekt
Hobby utenom fotball: Løping
Mål for sesongen: Ha det kjekt

Navn: Sander Qvalbein Kverme
Alder: 26
Bosted: Brusand
Jobb: Innholdsprodusent - Bruus
Posisjon: Forsvar
Kamper/Mål:



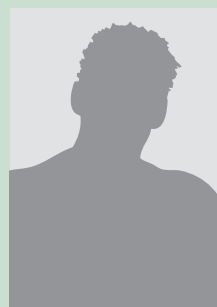
106/5
Tidligere klubb(er): CP Mijas Las Lagunas, Benaroyo CF, Bryne FK
Dine styrker på banen: Pasninger
Beste du har spilt med: Jonatan B. Brunnes
Beste du har spilt mot: Erling Braut Haaland
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Inkludere og respektere lagkamerater. Ha det kjekt på trening. Ta med kake når du fyller år og betale bøter i tide.
Hobby utenom fotball: Trening og golf
Mål for sesongen: Score flere mål enn selvmål

Navn: Danas Zevzikovas
Alder: 17
Bosted: Sirevåg
Jobb: Student
Posisjon: Ving
Kamper/Mål:



32/10
Tidligere klubb(er): Vigrestad
Dine styrker på banen: Skudd, pasninger og fart
Beste du har spilt med: Andreas Haver
Beste du har spilt mot: Jaran Eike Østrem
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Samhold
Hobby utenom fotball: Golf
Mål for sesongen: Opprykk

Navn: Filip Kleven
Alder: 23
Bosted: Mamma
Jobb: Fotball-spiller
Posisjon: Angrep
Kamper/Mål:



24/0
Tidligere klubb(er): Ett liv, en klubb
Dine styrker på banen: Brassespark
Beste du har spilt med: Mats Felix Haver
Beste du har spilt mot: Mats Felix Haver på trening
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Vinne
Hobby utenom fotball: Samle på frimerker
Mål for sesongen: Mål

Navn: Marius Karlsen
Alder: 24
Bosted: Sirevåg
Jobb: Rørlegger
Posisjon: Midt-stopper
Kamper/Mål:



192/9
Tidligere klubb(er): Bryne FK
Dine styrker på banen: Kommunikasjon og ballforståelse
Beste du har spilt med: Marius Lode
Beste du har spilt mot: Marius Lode
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Respekt og god kommunikasjon
Hobby utenom fotball: Styrketrening
Mål for sesongen: Slippe inn minst mulig mål

Fotball

28

Navn: Aksel Ingebretsen Friestad
Alder: 16
Bosted: Brusand
Jobb: Eplene til Morfar
Posisjon: Midtbane
Kamper/Mål: 35/3
Tidligere klubb(er): Bryne FK og Vigrestad
Dine styrker på banen: Kreativ
Beste du har spilt med: Kristoffer Stokkeland
Beste du har spilt mot: Malte Fismen
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Sosiale samlinger
Hobby utenom fotball: Pokèmon go
Mål for sesongen: Bidra slik at vi får en god sesong



Navn: Steinar Wilhelm Normann
Alder: 19
Bosted: Brusand
Jobb: CNC operatør
Posisjon: Potet
Kamper/Mål: 0/0
Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Positiv innstilling
Beste du har spilt med: Lasse Normann
Beste du har spilt mot: Fanuel Yrga-Alem
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Positive holdninger
Hobby utenom fotball: Kompiser
Mål for sesongen: Bli en bedre spiller



Navn: Wilhelm Nygård Apneseth
Alder: 19
Bosted: Oгна
Jobb: CNC operatør
Posisjon: Midtbane
Kamper/Mål: 17/0
Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: God pasningsfot
Beste du har spilt med: Lasse Normann
Beste du har spilt mot: Jaran Eike Østrem
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Sosiale begivenheter
Hobby utenom fotball: Golf
Mål for sesongen: Få mer spilletid



Navn: Jarand Undheim Lokøy
Alder: 17
Bosted: Brusand/Undheim
Jobb: Avløser og Stavtjørn Alpin
Posisjon: Midtstopper
Kamper/Mål: 32/0
Tidligere klubb(er): Undheim og Vigrestad
Dine styrker på banen: Utholdenhet
Beste du har spilt med: Noa Aarrestad
Beste du har spilt mot: Martin Åmodt-Lye
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Sosiale samlinger
Hobby utenom fotball: Løping
Mål for sesongen: Score 1 mål



Navn: Svein-Inge Kråkenes
Alder: 31
Bosted: Sirevåg
Jobb: Betongarbeider
Posisjon: Keeper
Kamper/Mål: 196/0
Tidligere klubb(er): 1 offisiell treningskamp for Julebygda mot Brusand
Dine styrker på banen: Kommunikasjon



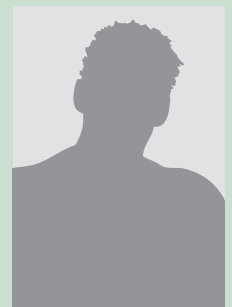
Beste du har spilt med: Ole Haver
Beste du har spilt mot: Daniel Karlsbakk
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Det sosiale aspektet
Hobby utenom fotball: Golf, padel, tur og trening
Mål for sesongen: Nå 200 kamper for Brusand

Navn: Espen Qualbein Herredsvela
Alder: 23
Bosted: Brusand
Jobb: Norsk Dyremat
Posisjon: Midtbane/Ving
Kamper/Mål: 105/16



Tidligere klubb(er): Vigrestad
Dine styrker på banen: Arbeidskapasitet og pasningsfot
Beste du har spilt med: Andreas Ueland
Beste du har spilt mot: Einar Tunheim Lye
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Samhold, inkludering og sosialt
Hobby utenom fotball: Venner og serier
Mål for sesongen: Være med så mye jeg kan og banke inn noen mål

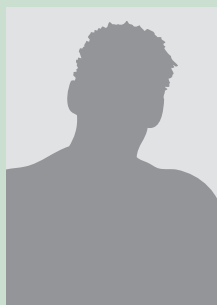
Navn: Peder Fiskebekk Auglend
Alder: 21
Bosted: Sirevåg
Jobb: Midtbane
Kamper/Mål: 24/0



Tidligere klubb(er): Bryne
Dine styrker på banen: Teknikk og pasningsfot
Beste du har spilt med: Andreas Ueland
Beste du har spilt mot: Joakim Oma
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Trygghet, respekt og god kommunikasjon
Hobby utenom fotball: Ingen
Mål for sesongen: Opprykk



Navn: André Sirevåg Hognestad
Alder: 22
Bosted: Sirevåg
Jobb: CNC operatør
Posisjon: Ving/back
Kamper/Mål: 1 /0
Tidligere klubb(er): Ingen



Dine styrker på banen:
Beste du har spilt med: Andreas Haver
Beste du har spilt mot:
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Godt samarbeid og god kommunikasjon
Hobby utenom fotball: Styrketrening og fjelltur
Mål for sesongen: Generell utvikling

Navn: Steffen Stokkeland
Alder: 30
Bosted: Sirevåg
Jobb: Norsk dyremat
Posisjon: Spiss
Kamper/Mål: 280/140
Tidligere klubb(er): Ingen



Dine styrker på banen: Fart (i ungdommen)
Beste du har spilt med: Torbjørn Nygård
Beste du har spilt mot: Joakim Omland
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: God drøs før og etter trening
Hobby utenom fotball: Familien
Mål for sesongen: Kjempe i toppen

Navn: Ørjan Karlsen
Alder: 30
Bosted: Sirevåg
Jobb: Elektriker
Posisjon: Midtbane
Kamper/Mål: 19/1
Tidligere klubb(er): Brusand 2
Dine styrker på banen: Overblikk, pasninger og langskudd



Beste du har spilt med: Marius Karlsen
Beste du har spilt mot: Veton Berisha
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Ha det kjekt å være snille med hverandre
Hobby utenom fotball: Løping, dart og all sport på tv
Mål for sesongen: Personlig er det å bli bra i ryggen. For laget, gjøre det bedre enn i fjor.

Navn: Noah Aleksander Haugen
Alder: 18
Bosted: Brusand
Jobb: Avløser
Posisjon: Midtbane
Kamper/Mål: 62/10



Tidligere klubb(er): Ingen
Dine styrker på banen: Vilje
Beste du har spilt med: Kristoffer Stokkeland
Beste du har spilt mot: Jaran Eike Østrem
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Samhold og god stemning
Hobby utenom fotball: Gaming
Mål for sesongen: Vinne mer enn de andre lagene

Navn: Kristoffer Stokkeland
Alder: 34
Bosted: Sirevåg
Jobb: Lærer
Posisjon: Angreps-spiller
Kamper/Mål: 322/221



Tidligere klubb(er): Nykhrongborg, Sandviken og Varhaug
Dine styrker på banen: Rutine
Beste du har spilt med: Andreas Ueland
Beste du har spilt mot: Ivar Løge
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: Inkludering
Hobby utenom fotball: Tur
Mål for sesongen: Kjempe i toppen

Navn: Lasse Normann
Alder: 35
Bosted: Oгна
Jobb: Lærer
Posisjon: Midtbane
Kamper/Mål: 372/45



Tidligere klubb(er): Bryne
Dine styrker på banen: Overblikk og pasningsfot
Beste du har spilt med: Jon Petter Nordbø
Beste du har spilt mot: Alf-Inge Håland
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: God garderobekultur
Hobby utenom fotball: Jakt
Mål for sesongen: Kjempe om opprykk

Navn: Lucas Leithe Fjeldskår
Alder: 19
Bosted: Sirevåg
Jobb: Fisker
Posisjon: Ving/spiss
Kamper/Mål: 21/10



Tidligere klubb(er): Hunstad, Spangereid
Dine styrker på banen: Fart, innsats
Beste du har spilt med: Andreas Haver
Beste du har spilt mot: Usikker
Hva er det viktigste for å ha et godt miljø i laget: God lagånd
Hobby utenom fotball: Jobb
Mål for sesongen: Rykke opp



Takk for **INSATSSEN**

Fotballstyret har hatt dugnadsdag på anlegget ute rundt banen. Foreldre og trenere stilte på dugnad, takk!

Det ble blandt annet satt opp mer tilskuerbenker, montert ventiler i garasjen, hengt opp nye reklameskilt

og tatt ned gamle, sikret søppeldunker med kjetting, plukket søppel, utvask av Buå og speakerbu og demontert diverse ting rundt området hvor de nye 3er banene skal stå.

En sosial og effektiv formiddag.

Kanelboller, kaffe og brus som påfyll underveis.

Takk igjen til alle som stiller på dugnad!

Annica, dugnadsansvarlig i fotball



Le Service



Leplanting
Hageanlegg
Steinarbeid



Tlf.: 982 46 916 - post@leservice.no - 4362 Vigrestad

Turn/ Allidrett

Hilsen fra turn- og trampettgruppa

Vi går nå inn i en av de kjekkeste tidene på året – med lysere dager, god aktivitet og mye å glede seg til i turn- og trampettgruppa vår.

Før vi tar sommerpause, har vi fortsatt noen fine treninger igjen. Vi ser spesielt frem til vårmønstringen 2. pinsedag (25. mai), hvor utøverne får vise frem noe av det de har jobbet med gjennom sesongen.

Helgen etter går turen videre til Haugesund og Barnas Turnfestival 30.-31. mai. Dette er et stort høydepunkt for både små og store, og vi gleder oss til en helg fylt med turnglede, fellesskap og gode opplevelser.

Vi er også veldig glade for å kunne dele at vi nå endelig har fått på plass et fullt styre i gruppa. Det gir oss et godt og solid grunnlag for videre drift og utvikling fremover.

En stor takk til trenere, foresatte og alle som bidrar – dere er helt avgjørende for det gode miljøet vi har i gruppa vår.

Vi ønsker alle en fin avslutning på sesongen og en riktig god sommer når den tid kommer!

**Med vennlig hilsen
styret i turn- og trampettgruppa
Brusand IL**



Barneidrett 2/3 år

Barneidretten for 2- og 3-åring er en leken og sosial møteplass der barna deltar sammen med en forelder.

Hver mandag legger vi til rette for frilek i trygge omgivelser, hvor barna

får utforske og bevege seg i sitt eget tempo.

Aktivitetene varierer, men favorittene er ofte hinderløype, balansering, hopping på trampoline, lek med ball og å krype gjennom tunnel. Gjennom

lek får barna utvikle motoriske ferdigheter, mestringsfølelse og bevegelsesglede – samtidig som det er en fin arena for å bli kjent med andre familier.

Martine



Barneidrett 4 år



Topp stemning på barneidretten hver mandag i gymsalen på skulen. Ungene storkoser seg. Det kommer stadig nye tilskudd og nå er vi en god gjeng på 15 barn.

14. mars hadde vi en knallkjempe dag sammen med andre lokale idrettslag, hvor vi blant annet hadde hinderløypr, hjørnefotball og politi og røver.

Etter hvert som det går mot sommer og

godver vil vi også ha noen av treningsene ute.

**Hilsen Rebekka Fuglestad
og Ola Johansson**

Barneidrett 5 år

Vi er en flott gjeng som møter i flerbrukshallen på ogna skule hver tirsdag.

Dette halvåret har vi sett en flott utvik-

ling på alle barna, de har en enorm ståpåvilje og liker utfordringer.

Vi er nå kommet til siste stopp for disse barna på barneidretten og vi ønsker de

lykke til videre. Tusen takk for mange fine år.

Hilsen Karina, Marit og Siren

Nesvik

Alt innen graving og steinløsing
TLF: 926 52 028

**AUSTBØ
MASKIN**

Graving-Transport-Sprengning-Løsing
Mobil:982 85 982

**Øgna
Camping**

ODLAND 4/5

4360 Varhaug • Tlf. 51 43 09 59 • 975 40 520



Lørdagsleker i Ognahallen er et populært og lavterskel aktivitetstilbud for alle barn – helt uten krav om medlemskap. Her kan barna komme sammen med en voksen og boltre seg i hallen på en trygg og morsom måte. Aktiviteten arrangeres av allidrettsgruppa og bygger på frivillighet, fellesskap og ekte idrettsglede.

Hver samling er lørdagsmorgen, og varer fra 09.30 til 11.00, og hallen

fylles med ulike stasjoner som inviterer til lek, hinderløyper, ballaktiviteter, frilek og turnelementer. Barna får utforske, bevege seg og mestre i sitt eget tempo, mens foreldre er med og har ansvar for sine egne barn. Det skaper en fin og trygg ramme der både store og små kan være aktive sammen.

Det er inngangspenger, og i kiosken kan man kjøpe en liten forfriskning. Lørdagsleker arrangeres omtrent

én gang i måneden, og datoene publiseres både på nettsiden og i Facebook-gruppen «Lørdagsleker i Ognahallen».

Lørdagsleker er et tilbud som virkelig lever opp til Brusand Idrettslag sitt slagord «Sammen for glede og idrett!» – et sted der hele bygda kan møtes, leke, være i bevegelse og ha det kjekt sammen.



Felleskjøpet

Rogaland Agder — siden 1899

Gisle Rør



COOP BRUSAND - støtt ditt eget lag!

ÅPNINGSTIDER

Mandag- Fredag 08.00-21.00

Lørdag 08.00-20.00

**coop
prix**

BRUSAND



Damene / Kvinnelige veteraner

Bevegelse, fellesskap og livsglede!

Det er noe eget med å gå inn i en gymsal der latteren sitter løst og terskelen er lav. Blant damene og de kvinnelige veterangymnastene handler det ikke om prestasjon og

perfeksjon, men om å holde kroppen i gang – på sitt eget nivå. Her er det lett mosjon som står i fokus, med linjegymnastikk og noen få akrobatiske øvelser for dem som ønsker det.

Gruppen består av damer med ulik bakgrunn og form, men med én ting til felles: gleden over å være i bevegelse

sammen. Noen kjenner det i ryggen, andre i skulderen, hoften eller kneet – men det stopper ingen. Øvelsene tilpasses, tempoet justeres, og det viktigste er å delta etter egne forutsetninger.

Likevel merkes det at antallet er blitt færre de siste årene. Derfor er oppfor-

- Vi har blitt en av Rogalands største aktører innen salg av armeringsstål, og har stort lager av armeringsjern og armeringsnett
- Dyktige sertifiserte sveisere som produserer takkonstruksjoner slik som gittersperr til industribygg, sperr til landbruksbygg, bjelker og søyler til byggeindustrien. En utrolig kjekk butikk med stort lager av trevirke med butikkutsalg for private og bedrifter.
- Stort lager av kvalitets PVC vindu og dører

Stavnem & Vigrestad AS

Leverandør av stål, armering og byggevarer

Telefon-nr: 51 77 18 80 www.stavnem-vigrestad.no e-post: post@stavnem-vigrestad.no
| Besøksadresse: Industrigata 10, 4362 Vigrestad



dringen enkel: nye medlemmer ønskes hjertelig velkommen. Du trenger verken erfaring eller toppform – kom som du er. Her blir du møtt med smil, inkludering og en god dose humor.

I år blir kretsturnstevnet for voksne arrangert hos oss i Brusand Idrettslag. Vi har trent på et program i snart et år,

og gleder oss til oppvisning. Mon tro om vi klarer å huske alle tellingene og formasjonene?

Vi ser frem til en helg med samhold, og gleden over fellesskap med de andre foreningene i Rogaland Turnkrets.

Still gjerne opp som publikum søn 7.

juni kl 12 om du er nyskjerrig på hva vi holder på med...

Hilsen fra trenere Anne Lise Kleven og Jeanette Vigrestad Tuen



Haaland
Industri -A part of IKM Group

E T
Bygg AS



Jærgarden
Kvalbein

www.jaergarden.no
Tlf. 958 16 982

Kretsturnstevne for voksne



Brusand Idrettslag inviterer til kretsturnstevne for voksne helgen 6.-7. juni. Rundt ca 200 gymnaster i alderen 25 til 90 år samles for å vise ekte treningsglede. Her er det fokus på frisk bevegelse og godt samhold – med deltakere i sin beste alder.

Lørdagen går med til treninger på

kunstgressbanen, før kvelden byr på fest i hallen. Da svinges rockefoten til musikk fra Martin Våland, og det skal serveres smakfull fiskegryte fra Jærgarden. Noen av deltakerne overnatter på Ogna skule, mens andre bor på hytter og hotell i området.

Vi ønsker publikum hjertelig velkommen til oppvisninger på

søndagen! Kom og opplev idrettsglede på sitt beste – og til å støtte opp om idrettslaget som legger ned en imponerende dugnadsinnsats for å få arrangementet på plass.

**Med vennlig hilsen
Jeanette Vigrestad Tuen
Leder for kretsturnstevnet komiteen.**

Turn-dans 1.-4. klasse

Turn-dans for 1.-4. klasse består av en herlig gjeng på 5 jenter som møter opp med godt humør og masse energi hver uke.

På treningene blir det mest dans, litt turning og selvfølgelig lek – akkurat slik det skal være for denne adregruppen. Her handler det om

bevegelsesglede, rytme, mestring og å ha det kjekt sammen.

Hilsen Anna Marija og Elise



SIREVÅG
Mekaniske AS

Trampett 1./2. klasse

Vi er en god livlig gjeng som slo oss i sammen i januar å er nå 26 stykk som trener mandager kl 17:00-17:45.

Vi var med på turntreff 1-4kl som blei arrangert her på Ogna, dette var veldig kjekkt! Vi hopper ,spretter, øver å mestrer! Vi vokser å blir stolte når vi



mestrer nye ting å har det veldig gøy på treningene! Vi er heldige å har med oss 2 gode forbilder som kan vise oss hvordan ting skal gjøres å hva vi har å jobbe mot! Tusen takk til Anna Marija

og Elise som stiller opp som hjelpetrener, dere er gull!

**Trenere Kristine, Sandra & Marit
Anna Marija & Elise**



Trampett 3./4. klasse

Etter høstsesongen slo 3. og 4. klasse i trampett seg sammen til én felles gruppe, og det har blitt en utrolig fin gjeng.

Vi har hatt fokus på å bygge gode grunnferdigheter, samtidig som vi jobber med spennende øvelser som araber, salto, stift og backflip.



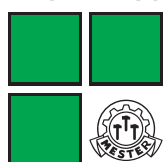
Dette er en gruppe med mye energi og glede, og vi gleder oss til fortsettelsen.

Nå ser vi frem til å vise frem det vi har øvd på under vårmønstringen, og vi

gleder oss stort til barnas turnfestival i Haugesund!

**Hilsen trenere Ane, Sabrin, Lovise,
Elise og Anna Marija**

MESTERHUS



SI.BYGG
www.sibbygg.no

– det blir som avtalt

Trampett 5./6. klasse

5.-6. klasse trampett - mestring og idrettsglede

Trampettgruppa for 5.-6. klasse har hatt en flott sesong med god utvikling og masse idrettsglede.

Her møter vi en engasjert gjeng som virkelig står på, og som stadig tar nye steg i egen utvikling.

Gjennom sesongen har vi hatt fokus på

grunnleggende teknikk, kroppskontroll og trygg progresjon.

Utøverne har jobbet med blant annet strekkhopp, kropperte og pikerte hopp, i tillegg til forøvelser til mer avanserte øvelser på både trampett og airtrack.

Det er kjekt å se hvordan jentene heier på hverandre og bidrar til et godt og inkluderende miljø.

Mestringsfølelsen er stor når de får til nye øvelser, og det gir motivasjon til å jobbe videre.

Vi gleder oss til å vise frem det vi har øvd på under vårmønstringen!

**Hilsen trenerteamet ved
Rebekka, Hanne Mette, Ane,
Elisebet og Ann Elin**



Trampett 7. klasse

Utvikling, utfordringer og samhold

Gruppa for 7. klasse og oppover består av en flott gjeng med utøvere som virkelig ønsker å utvikle seg videre innen trampett og turn. Her er nivået stigende, og treningsøktene preges av både innsatsvilje og målrettet arbeid. Gjennom sesongen har vi hatt fokus på teknikk, styrke og progresjon mot mer avanserte øvelser.

Flere jobber med elementer som araber, flikkflakk og ulike salto-varianter, alltid med fokus på sikkerhet og mestring.

Det er inspirerende å se hvordan utøverne utfordrer seg selv, samtidig som de støtter hverandre.

Miljøet i gruppa er inkluderende og preget av godt samhold - noe som er

viktig både for trivsel og utvikling.

Vi er stolte av innsatsen som legges ned, og ser frem til både vårmønstring og turen til Barnas Turnfestival i Haugesund!

**Hilsen trenerteamet ved
Rebekka, Hanne Mette, Ane,
Elisebet og Ann Elin**

Elektrofag Jæren
Autorisert elektroentreprenør

**- Din kontakt
på jæren**

EL-PROFFEN
ORDNER OPP

LÅFTE Treningssenter

40



Låfte Treningssenter er Brusand Idrettslags eget treningssenter, åpent for alle som ønsker et lokalt, trygt og inkluderende sted å trene. Senteret ligger i tilknytning til idrettslagets øvrige aktivitetstilbud og er en viktig del av det brede folkehelsearbeidet i bygda.

Hva tilbyr Låfte?

- Treningsutstyr for både styrke og kondisjon
- Lokaler med god utsikt mot idrettsområdet
- Åpningstider fra 05:00–00:00 hver dag
- Et trygt og sosialt miljø der alle kan trene på sitt nivå

Medlemskap og tilgang

Tilgang styres gjennom aktivitetskort i Rubic Connect, som også brukes til å låse opp døren via app. Tilgangen

er personlig, og misbruk kan føre til gebyr og utestengelse.

Aldersgrenser

- Fra året du fyller 14 år: trening sammen med forelder
- Fra året du fyller 15 år: trening alene

Viktige verdier

Brusand Idrettslag er et Rent IL, og Låfte følger Antidoping Norges retningslinjer. Medlemmer forplikter seg til å være rus- og dopingfrie, og kan bli testet ved forespørsel.

PRISER

Treningssenter – Voksen

- 1 måned: 350 kr
- 3 måneder: 1 000 kr
- 6 måneder: 1 600 kr
- 12 måneder: 2 400 kr
- 12 måneder Voksen PLUSS (treningssenter + saltimer): 3 000 kr
- Drop-in: 100 kr

Saltimer

- Tabata: 500 kr
- Glatrimmen: 600kr
- Stram opp: 1200kr

Treningssenter – Ungdom

- 1 måned: 350 kr
- 3 måneder: 1 000 kr
- 6 måneder: 1 100 kr
- 6 måneder (14 år, med foreldre): 1 100 kr
- 12 måneder (14 år, med foreldre): 1700 kr
- 12 måneder: 1 900 kr
- 12 måneder Ungdom PLUSS (treningssenter + saltimer): 2 500 kr

Medlemskontingent

Medlemskap i Låfte Treningssenter krever at du betaler medlemskontingent i Brusand Idrettslag på 250 kr i tillegg til treningsavgiften.

Treningstilbud i Brusand IL

Bli med på våre kjekke treningstimer!



Gladtrimmen

Mandager 10:00–11:00

— Sosialt & kaffe etterpå ☕

Tabata

Mandager 20:00–21:00

— Høy puls & energi 🔥

Stram Opp

Onsdager 17:30–18:30

— Styrke & teknikk 🏋️

Vi har flere kjekke og varierte treningstimer hver uke – noe for enhver smak!

Gladtrimmen – mandager kl. 10.00–11.00 (Ognahallen)

En sosial og lett treningsøkt som passer for alle. Etterpå blir det drøs, kaffe og god stemning.

Tabata – mandager kl. 20.00–21.00 (Ognahallen)

Effektiv intervalltrening med høy puls og god energi. Perfekt start på uka!

Stram Opp – onsdager kl. 17.30–18.30 (Ogna Skule)

Styrketrening for hele kroppen, med fokus på kontroll, teknikk og mestring.

Volleyball

Volleyball i Ognahallen – bli med!
Vi er en gjeng på 5–6 spillere som møtes hver mandag kl. 19:45–21:15 i Ognahallen for en kjekk og uformell volleyballøkt. Store deler av treningen spiller vi kamper på liten bane, og stemningen er alltid god.

Det er god plass til flere, og nivået er lavterskel. Har du lyst til å prøve volleyball er du hjertelig velkommen til å bli med oss!

Wenche



Innebandy for damer

Vi er en liten gjeng som spiller innebandy i hallen hver onsdag kl. 19.00–20.00. Det er kjekk og god trening!

Man lærer på trening og kjenner fort på forbedring av kondisjon og teknikk ved jevnlig oppmøte.

Du trenger ikke å kunne det for å begynne – innebandykølle kan lånes i hallen.

Vi har lyst til å ha flere med, så det er bare å ta kontakt med Siri Østebø eller møte opp onsdager kl. 19.00.

Vel møtt!



ÅRSHJUL 2026

42

Aktiviteter og arrangementer i Brusand Idrettslag

Her er en oversikt over noen av de kjekke tingene som skjer i og rundt Brusand Idrettslag det kommende året.

Vi gleder oss til fellesskap, aktivitet og gode opplevelser – sammen med dere!



MAI

- **17. mai** – Feiring i bygda Sammen med 17. mai komiteen ved Ognå Skule skaper vi en flott og tradisjonsrik nasjonaldagsfeiring.
- **25. mai** – Vårmonstring Turn og allidrett viser fram det de har jobbet med denne våren.



JUNI

- **6.-7. juni** – Kretsturnstevne Turngruppa inviterer til stort stevne med deltakere fra hele regionen.
- **14. juni** – Sirevåg Mekaniske Cup Fotballcup for 6-9 åringer – en dag fylt med små helter, store mål og masse idrettsglede.



JULI

- **20. juli** – Tall Ships Races i Sirevåg Brusand IL er medarrangør når Sirevåg fylles med folk, liv og internasjonal seilskutestemning.



SEPTEMBER

- **5. september** – Kystjegerløpet I samarbeid med Rogaland Bedriftsidrett arrangerer vi et løp for både sprekinger og eventyrlystne.
- **10.-13. september** – Bobiltreff Sammen med Norsk Bobilforening samles bobilfolket til tre dager med sosialt fellesskap og aktiviteter.



OKTOBER

- **1. oktober** – Idrettsbasar
En av årets store tradisjoner – loddsalg, gevinster, kaffe og god stemning.



NOVEMBER

- **22. november** – Juleoppvisning Turn og allidrett inviterer til en koselig førjulstradisjon med oppvisning i hallen.
- **29. november** – Julegrantenning Sammen med Ognå Misjonsforsamling markerer vi starten på adventstiden.



HELE ÅRET

Bingo – ca 30 søndager i året En sosial og populær møteplass med god stemning og trofaste frivillige. Ny sosial arena for voksne menn Kaffe, drøs og et inkluderende fellesskap – et nytt og viktig tiltak i idrettslaget.

***Vi håper du blir med – enten som deltaker, frivillig eller heiagjeng.
Sammen skaper vi aktivitet, glede og fellesskap i Brusand Idrettslag!***

Vi tar forbehold om endringer.



Sparringspartner for jærsk idrett



Sparringen er et gratis og uforpliktende tilbud til idrettslagene i Klepp, Time, Hå og Gjesdal. Ta kontakt med Jan Christian Vasshus for en idrettsdrøs på jcv@jaerensparebank.no

Telefon 48 86 70 23

 **jæren**
sparebank



BYD EVO 4x4

- Årets NYHET fra BYD
- Romslig kompakt SUV
- Fullspekket av utstyr
- 470 km rekkevidde



Suzuki e Vitara 4x4

- Høy bakkeklaring, perfekt for norske forhold
- Romslig, stilfull og komfortabel



Bruktbil

- Nyere og eldre biler
- Alle prisklasser
- Vi tar innbytte



Vi tilbyr nye og brukte biler til alle behov!

Hos oss finner du et bredt utvalg av både nye og brukte biler. Vi har også et godt utvalg av amerikanske biler! Velkommen til Holmane Bil



+47 51 46 19 80



bryne@holmanebil.no
egersund@holmanebil.no