



## Bele Barkarby F06

### Cupdagbok Bele Barkarby F06 ArosCupen 27/6-30/6 2019

Vid datorn: Anna Stridh

I strålande solsken lämnade vi Strömvallen bakom oss på torsdagen och åkte till Västerås för att spela fotboll hela helgen. GPS:en var inställd på Rocklunda, Apalby och Håkantorpskolan och vi var 12 spelare och 3 ledare från laget.



Från vänster: Nicolin (bakom Linnea), Linnea, Tobbe, Emelie, Gabbi, Anna, Sandra, Miranda, Kajsa, Matilda, Norah, Filippa, Emma, Amalia. Saknas på stora bilden gör Magnus (bild nedan) som hade telefonmöte just då.



#### Korta matchåterblickar mm

- ☛ **Gefle IF FF** – mycket löp och det tar oss ett tag att hitta varandra i första matchen men sen rullar det på. Matchen slutar 2-0 till oss
- ☛ **Tranås FF** – här ligger vi under med 0-2 men lyckas vända till 2-2 innan paus. Sen gör Tranås ett mål till men vi lyckas kvittera in ett sista mål och matchen slutar 3-3. Snyggt!
- ☛ **Sollentuna FK** – många långa utkast får oss att tänka på att vara snabba på att flytta upp och ner laget. Matchen slutar 1-1



- ☺ **Gideonsberg IF** – här får vi börja snurra runt tjejerna på ovana positioner då värmen och skadekänningar gör sig påmind hos flera. En kölista på att få byta ut hör till ovanligheterna... Märktes att vi inte gjorde vår bästa match men i andra halvlek fick vi tillbaka lite av vår kämpaglöd och samtliga spelare gör alltmer och mer sitt bästa på planen. Bra insikt och bra jobbat trots värmen! Snyggt tjejer!
- ☺ **AIK** – vår första match med linjedomare. Verkligen bra för matchen och spelarna – det tackar vi för. I denna match känns vi mer som vanligt och läser motståndarna snabbare och hittar varandra bra på plan. Några spelare behövde dock känna på ovana positioner igen men deras upplevelse och frågor medför att vi snabbare kan hitta vart vi behöver täppa till. Ett förbättrat samarbete i backlinjen i andra halvlek gör också att vi snabbare hjälps åt att täcka upp spelare när AIK öser på med 3st (eller fler) i anfall
- ☺ **Målvakt** – vi har snurrat på målvakter denna cup. De som ställde upp denna gång var Linnea, Nicolin, Gabbi, Miranda och Filippa. Bra jobbat! Vi vet att målvaksfrågan är jobbig för alla tjejer i laget och ska försöka få tag i en ordinarie målvakt. Så kör på till dess alla tjejer!
- ☺ **Domare** – bra domare som haft koll på knuffar, offside, inkast och frisparkar, vilket vi tackar för
- ☺ **Matchtider** – inga morgonmatcher eller sena kvällsmatcher = vinnande koncept för alla 😊
- ☺ **F13 m (9 manna)** – Vi kom tvåa i gruppen och gick till A-slutspel där vi gick till semifinal. Det blev spel om tredje pris och vi gjorde en bra match och att bli fyra av alla F13 lagen känns bra. Snyggt jobbat tjejer 😊



## Saker vi pratat om vad gäller fotbollen

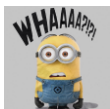
- ☺ Närvaro på matchen – att man är närvarande i tanken, här och nu – jag spelar fotboll. Föräldrar, kompisar, killar och annat får vänta
- ☺ Ju fortare man läser matchen (förstår hur motståndarna gör) desto snabbare kan man täppa till luckor och vända till vår fördel
- ☺ Man ska göra sitt bästa – viktigt för laget och matchen men mest viktigt för en själv så att man blir nöjd med det man gjort och inte börjar sänka sig själv
- ☺ Tystnad och vara närvarande gäller när ledare pratar
- ☺ Vara först på bollen, vara på tå, kolla spelalternativ innan bollen kommer, långa inkast, korta inkast, våga gå in med kroppen, förflyttningar, använda ytor, skapa rörelse på planen, spela tills domaren blåser, peppa varandra, snacka på planen
- ☺ Vi är alla olika människor och det är precis som det ska vara och helt ok, men på planen jobbar vi ihop vilket märks på tjejerna. Själva tanken med att vara ett lag är ju att man använder allas styrkor och bästa sidor och möjligheter att utvecklas
- ☺ Det är viktigt att ha roligt! – annars lär man sig inget



## Saker vi kan ha pratat om

- ☺ Som om vi skulle skriva det här...?? Hahahahaha





## Saker vi ledare har sett och förstått

- ☺ Uppvärmningsgrejen med låten "Follow The Leader" är bra som uppvärmning. Och som sammansvetsning av laget. Och det ser proffsigt ut. Och vi visar andra att vi har kul i vårt lag. Tack till innebandyn BBIF F06 som denna uppvärmning kommer från ☺



## Saker vi gjort utöver fotbollen

- ☺ Sovit länge varje morgon. Vi kanske skulle haft nån tidig match för att enklare kunna ställa tillbaka till jobbläge... eller NÄE  
(Undertecknad har dessutom aldrig sovit så bra på en cup förut och jag har ändå avverkat 13-14st sova-över-cuper och läger med BBIF P04)  
Tillägg... Kanske att vissa ledare och spelare inte sov riktigt lika bra och länge??
- ☺ Haft luftmadrasshaveri (12-15st luftmadrasser gick sönder i skolan under helgen och vi bidrog glatt till den statistiken)
- ☺ Väntat på bussar
- ☺ Spelat hög och bra musik (okej, kanske nån låt gjorde ledarna lite lätt generade. Men tack för visad hänsyn tjejer ☺)
- ☺ Gått vilse – länge – i tofflor, letandes efter ICA
- ☺ Försökt få upphämtning efter att vi konstaterat att vi gått fel men insett att övriga var på ICA... Dvs, ingen upphämtning, bara fortsätta gå...i tofflor  
Tillägg...Konstaterat att undertecknad behöver öva på google maps
- ☺ Shoppat på Dollar Store
- ☺ Badat – några tappra spelare hoppade i det inte-så-varma vattnet
- ☺ Kollat på fotboll på storbild. Aaah – underbart! Tack till Magnus och Jocke!
- ☺ Sprungit runt i skolan. Ledarna mest... (men eller hur??)
- ☺ Snackat med andra ledare och lag
- ☺ Spelat kubb och fotboll
- ☺ Druckit kaffe och fikat – trevlig av cupen att ordna med ledarrum
- ☺ Ätit i skolmatsal – god och fräsch mat. Vi (ledare) har ätit minst en broccoli var, nån gång under helgen. Bra jobbat!



## Saker vi fått

- ☺ Beröm från andra lags föräldrar – vilka härliga tjejer, de är så trevliga och verkar ha så kul (här blir man ju extremt stolt ☺ = japp, det är våra tjejer det!)
- ☺ Fler bollar i bollpåsen – har det nånsin hänt?





## Till er tjejer från oss ledare

**Bra jobbat alla!** Det är kul att se att ni utvecklas både som grupp och individuellt i spel. Och ni är alla härliga personer som gör att det är roligt att åka iväg med er! Tack för en kul helg!



## Till er föräldrar från oss ledare

Vilka tjejer ni (och vi) har! De är alla sina egna personer med mycket humor. De är seriösa och fokuserade när så behövs (oftast) och när vi sätter ihop alla till ett lag så blir det bra 😊. De är smidiga och lätta att åka iväg med. Bra jobbat!

PS. Vi kan ha ätit endel godis under helgen (mest på kvällarna efter matcherna då) men vi går på följande sanning...



## Här följer lite bilder från cupen



Vilka fler har plats för packning??





Oops. Verkar som vi skippar kubbspelet



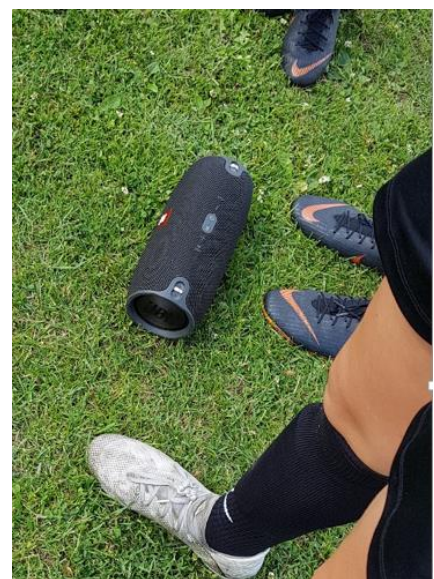
Snart första matchen



Uppvärmning



Framme



Musiken på! Check



Match mot Gideonsberg IF



Match mot Gefle IF FF



Follow The Leader uppvärmning (Follow The Leader – The Soca Boys feat. Van B. King, finns på Spotify)



Vi fokuserar innan matchstart mot Gideonsberg IF



Skugga...



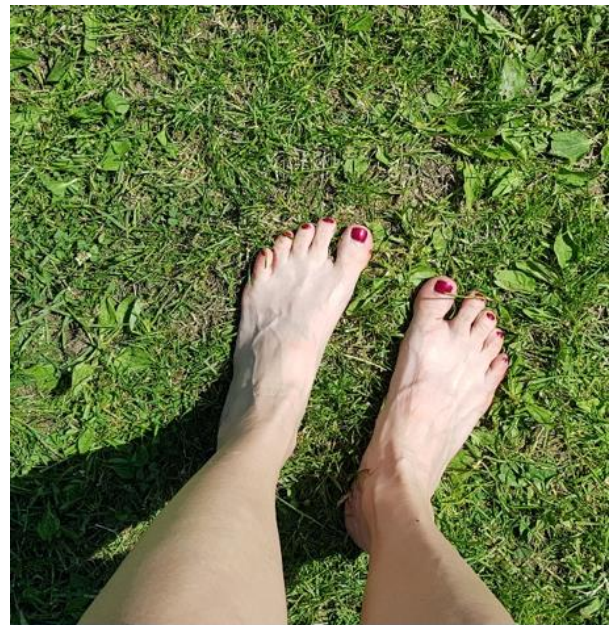
Vi hänger lite i skuggan och kollar match



Kylpåsar funkar även till varma pannor



Vi är här borta i skuggan – säg till när vi ska in...



Fördel fotboll vs innebandy = coacha barfota i gräset = sköönt



Vi väntar på bussen



Snart kan bussen vara här



Vi äger bussen





Sista matchen – vi är redo



Skilltwins var på plats



Rumsbygge pågång



Bästa platsen (va – kan det vara undertecknads...he he)



Tror du vi gått vilse...?



Japp. Tjejer – vi har nog gått förlångt... (speciellt enligt skylten)



Okidok. Dags att ringa om upphämtning (vadå kan inte – är ni redan där?)



Skönt att strosa tillbaka från ICA



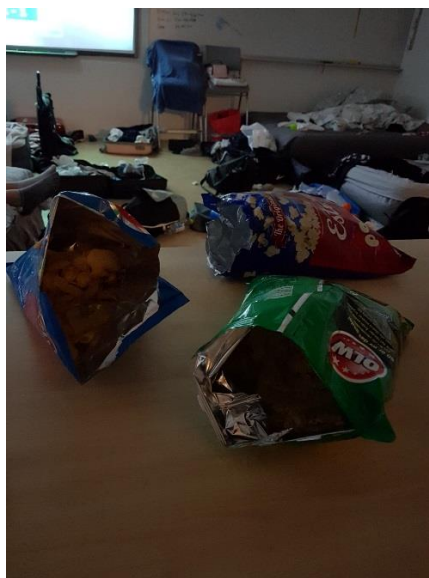
Viktiga saker pågår



Vi ledare kollar fotboll (bra fixat med inkopplingarna, phu)



Heja Sverige!!



Hmm...ledarbordet avslöjat



Det finns endel saker man inte är van att se



Men ändå bekant...



BBFF F06 ledare – tror bilden säger allt



Va, redan hemma?!?

