

# VAD SKA VI PRATA OM IDAG?

- Vad sa vi efter säsongen 2017
- Säsongen 2018
- Träningar
- Seriespel
- Cuper
- Vad ska vi träna på och varför
- Hur ska vi agera?
- Något annat?

# VAD TYCKTE VI OM SÄSONGEN 2017

- 3 träningar i veckan har varit bra
- Träningsnärvaron har varit väldigt bra
- Seriespel med fler matcher o många avbytare hellre än färre matcher o mer speltid/match känns efteråt som rätt beslut
- Cuperna var bra/roliga
- Utvecklingsamtal är bra och tränarna beklagade att dom bara klarat av 1-2 samtal då man siktade på 3
- Hellmansö var superkul så det vill vi göra igen

# SÄSONGEN 2018

- Ska bli kul, äntligen 9-manna !!
- Nya spelare?
- Hans, Yvonne o Jörgen fortsätter
- En till tränare?

# SERIESPEL

- Div 3, 9-manna
- Tävla = Göra sitt bästa
- Prestation viktigare än resultat !!
- Mer fasta platser
- "Som man tränar tävlar man"
- Truppen för seriespel spikas i slutet av April
- Antal spelare till match ?
- Alla spelar lika många matcher, de som tränar mest blir inkallade då det saknas spelare.
- Önskemål på matchtider/dagar?

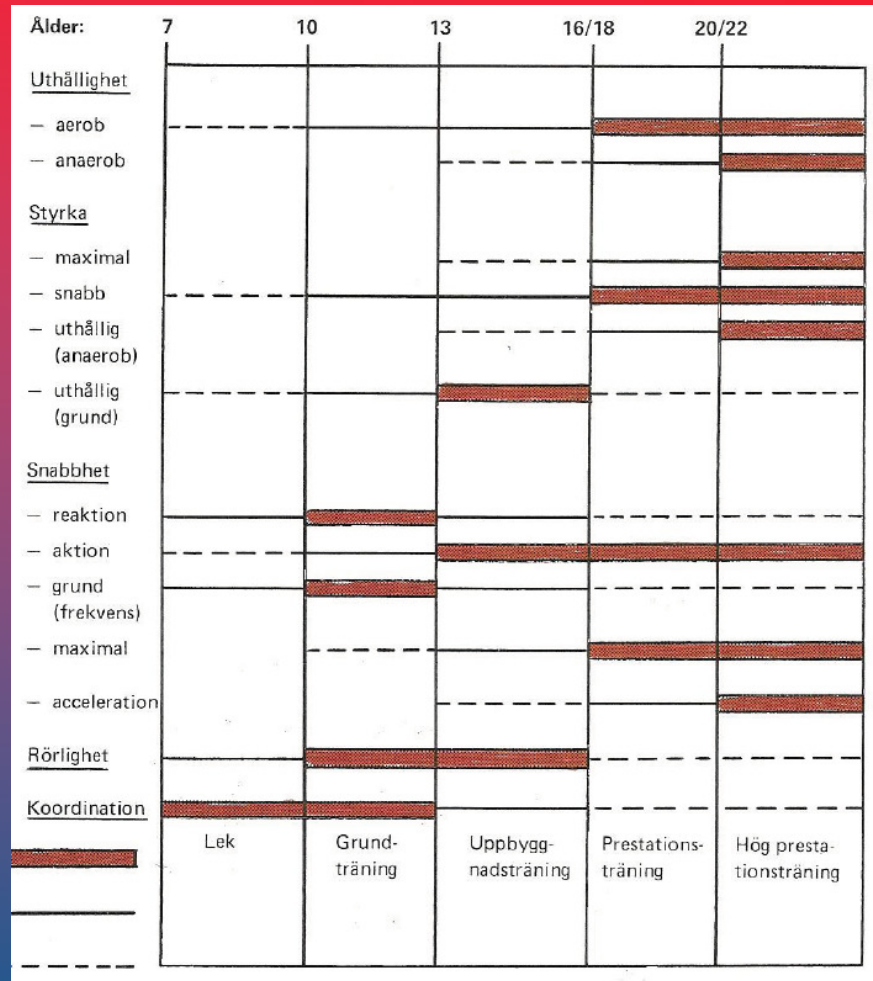
# CUPER

- Miljönären Cup, 9-manna
- Dalecarlia Cup 28/6 -> 1/7  
(står på reservlista)
- Ytterligare cup??

# TRÄNINGAR

- Kanske samtidigt som P04 eller P06 så att vi kan spela 9-manna spel även på träningar
- Målvaktsträningar (Magnus?)
- Mars  
start 20/3 ?? inne på tisdagar??
- April -> Gräs på Skvalet  
3 träningar i veckan  
Jaxhallen Tisdagar ??  
Maservallen Torsdagar 16:30 – 17:30  
Maservallen Lördagar (o en söndag), start 7/4
- Maj -> Sommaruppehåll  
3 dagar i veckan på skvalet  
Prel 17:45 – 19:00 Mån, Tis, Tor  
(samling 17:30)
- Aug -> Tre dagar i veckan?

# VAD SKA VI TRÄNA PÅ?



# VAD SKA VI TRÄNA PÅ?

- *Teknik*
- *Snabbhet*
- *Coordination/Smidighet*
- *Spelförståelse*
- Börja med roller
- Börja med konditionsträning



# VAD SKA VI TRÄNA PÅ?

- Roligare att ha bollen än att jaga den?
- Öva på Försvarspel  
(fortsätta med begrepp som press/markering ska vi lära oss)
- Öva på omställningar/kontringar
- Spela hårt men shysst
- "Mental träning", tex lära oss att
- Alla kan göra misstag , sånt händer (var väldigt bra förra året!)
- Våga för att vinna, inte vara rädda för misstag (var väldigt bra förra året!)
- Minst 3 personliga samtal under säsongen
- Mer fokus på att alltid göra sitt yttersta och vad man ska utveckla som spelare/person

# HUR SKA VI AGERA?

- Vi ska vara glada och ha kul!
- Vi är bra kompisar som stöttar/uppmuntrar varandra
- Vi gör vårt bästa både på träning och match

# NÅGOT ANNAT??

- Båtutflykt / tälta ??
- Bulliskläder på Intersport  
(vi lämnar en lista så sköter ni allt själva)