

Hej team -10!

Nu börjar säsongen lida mot sitt slut och denna vecka, vecka 12, är den sista ordinarie träningsveckan i Björknäs. Det betyder att B-hallen stängs och hockeyfritids avslutas. Från och med vecka 13 har vi eftersäsongsträning. Vi tränar fram till vecka 17 i Björknäs. Vecka 18 tränar vi i Nacka och vecka 19-20 tränar vi i Älta. Preliminära istider ligger alltid på Boo Hockeys hemsida på laget.se för den som vill titta. Vi hoppas att vi kommer kunna träna fram till säsongavslutningen vecka 20. Boo Hockey följer råden från Stockholms Ishockeyförbund och Folkhälsomyndigheten. Viktigt att man är helt frisk när man deltar på träningar. Vill man byta om hemma eller ute i hallen går det bra. Samling och genomgång sker på isen.

Vi har haft en mycket bra säsong med träningar och poolspel. Tyvärr blev alla cuper inställda här i mars men vi tar nya tag med det nästa säsong.

Just nu består team -10 av 36 stycken spelare med familjer. Vi välkomnar våra nya spelare till laget, Leo Rinaldo och Theo Krigsman.

Vi har många engagerade föräldrar som har gjort ett fantastiskt jobb som tränare, materialare, sekretariatet och olika planeringsgrupper för att inte tala om vår fina insats för att göra hockeyskolan till en succe. Alla familjer behövs någonstans!

Nästa säsong startar som vanligt upp med ett uppstartsläger vecka 33 i Björknäs ishall. Ispass varvas med annan träning. Alla familjer behöver vara med och hjälpa till under något pass under veckan. I anslutning till uppstartslägret kommer vi ha ett föräldramöte.

Team -10s grupper:

Lagledare: Linda Nalsenius och hjälplagledare Cecilia Palm Jonasson

Huvudtränare: Michael Liljeros

Tränare: Mathias Wikman

Tränare: Lars Engelin

Tränare: Peter Allheim

Tränare/Målvaktstränare: Magnus Wennman, hjälptränare Daniel Asplund

Hjälptränare: Peter Andersson, Magnus Jonasson, Daniel Strandhammar, Thomas Kjellberg, Johnas Liljegren.

Materialargrupp: Peter Lindroth och Roger Lillbåsk tillsammans med gruppen.

Poolspelsgrupp: Bengt Lindblad och Rutger Wahlin

Sekretariatsgrupp: Kawing Jurke och Liselotte Häggborn tillsammans med gruppen.

Kassör: Cecilia Palm Jonasson

Kafeteriaansvarig: Susanna och Lars Liljeqvist Sponsoransvarig: Thomas Kjellberg, Patrik Ljungberg

Har ni inte någon plats i någon grupp hör av er med var ni kan hjälpa till!

Spelarmötet som vi hade efter sportlovet blev väldigt bra och spelarna fick diskutera i grupp vad man bör tänka på vid träning, match och utanför planen. Dessa dokument ligger på team -10 sida på laget.se. Tränarna kommer prata om ledorden **Träning:** Lyssna på tränarna, Spela schysst, Våga försöka. **Utanför plan:** Alla ska få vara med, Ordning och reda, Uppåtpuffar. **Vi är alltid ett lag, Team -10!**

Internmatcher 29/3

Vår tid är ändrad från 09.00-11.30 med samling kl 08.00. Ta med matchtröjor och damasker. Vill man ha hamburgare efter träningen skriver ni in hur många som kommer i kallelsen i laget.se

Vi har verkligen haft en härlig säsong med mycket träning, matcher och annat roligt så som att gå på hockey tillsammans på Hovet. Nu ser vi fram emot vår team -10 middag på Old Smoke House den 16/5.

Nu kör vi på de sista veckorna!

Hälsningar

Linda

Några påminnelser inför nästa säsong och kvarvarande träningar denna säsong. Prata hemma med din spelare:

Förråd

Tillsammans håller vi snyggt och städat i vårt förråd. Alla utrustning har sin plats! Vi har nu backar på alla backplatser i förrådet vilket betyder att det är lite trångt. Mycket viktigt att **ALLA** har sina backar på sin anvisade plats. Det kan vara lite knepigt att få upp backen högst upp men det finns alltid vuxna eller en lagkompis att fråga om hjälp. **Backar får inte stå i gången!** Lånar man utrustning behöver utrustningen tvättas med jämna mellanrum. Klubbor står i klubbstället. Målisutrusning står under de vita hyllorna. Var noga med hur ni lägger tillbaka benskydden och resten av utrustningen.

Omklädningsrum

När vi går in i omklädningsrummet säger vi **Hej!** till varandra. I omklädningsrummet håller vi snyggt och hänger upp våra saker på krokarna. Vi håller vår utrustning i backarna eller hänger upp utrustningen på en krok. Vi är många som ska samsas på ett litet utrymme. Ingen mat i omklädningsrummet. Har man skräp kastas det i papperskorgen. Mobiltelefoner hör inte heller hemma i omklädningsrummet. Träningströjan hängs alltid upp på galgen efter träningen.

Hockeyfritids

Träning med laget går alltid först. Går man på hockeyfritids behöver man också orka att gå på lagets träning/JRM. Kliv av i god tid för att fylla på med energi.

Träning

Träning med det egna laget går alltid först. Det är mycket viktigt att komma i tid (vi vet att det är svårt vissa tider) så att man hinner byta om och vara i tid på isen. Håll alltid kallelsen i laget.se uppdaterad. Får du förhinder går du in och tackar NEJ samma sak om du vill komma så går du in och ändrar till JA. Detta gäller även vid rotationsträningar med team -11/12 och team -09. Blir du kallad tackar du JA eller NEJ. Har du tackat JA kommer du på träningen. Får du förhinder måste du höra av dig.

Matcher

Vid match samlas vi alltid minst en timme innan matchstart om inte något annat är bestämt. Ta alltid med grön och vit matchtröja samt matchdamasker. Spelarna har 15 minuters uppvärmning. Ta med kläder och skor som passar. Ta även med mellanmål som spelaren kan äta mellan matcherna. Oftast finns det inte tid att gå till kafeterian och handla.

Laget.se

Tacka alltid JA eller NEJ till kallelser. Uppdatera alltid närvaron om den ändras. Tränarna och materialarna lägger ner mycket tid på att planera träningar och ta fram material. Det är inte ok att inte dyka upp om man tackat JA, tacka då NEJ så att ledarna ser att spelaren inte kommer. Förhinder vid match ringer ni direkt till ansvarig coach om avhoppet är nära inpå annars mailar ni mig på:

boohockeyteam10@gmail.com eller telefon 0707689509.

Påminner även om att uppdater mail, telefonnummer etc på laget.se. Lägg gärna in ert personnummer om ni är ledare.

Faddring

Vårt fadderlag team -13 uppskattar att vi är med på träningarna och visar övningar samt föregår med goda exempel. Tackar man JA till att faddra så måste man dyka

22/3-20

upp på träningen. Får man förhinder behöver man höra av sig till mig boohockeyteam10@gmail.com eller telefon 0707689509.

Kafeteria

Susanna Liljeqvist är kafeteriasamordnare. Har ni frågor angående kafeterian mailar ni Sanna på: susanna.liljeqvist@gmail.com.

Spelarkonto

Från och med nästa säsong kommer vi ha spelarkonto. Vi informerar mer om det på föräldramötet i augusti/september.