**Välkommen till säsongen 2024**

Vi är 21 härliga spelare i laget detta år och vi ska spela i division 5. Det blir sista året vi spelar 7 mot 7. Nästa år blir det 9 mot 9. Vi har anmält 2 lag i serien för att det ska bli mycket matchtid för tjejerna. Vi har även anmält 2 lag till Lappland Soccer Cup 28–30 juni i Lycksele.

**Organisation**

Tränare: Malin, Jessica, Stefan, Lennart  
Fystränare: Daniel F, Maria V  
Lagledare: Maria W  
Domaransvarig: Maria V  
Cafeteria/ schemaläggning: Anna N  
Ekonomi: Susanne och Anneli  
Trivselgrupp: Vakant

**Träningar**  
17 april kör vi igång träningar inomhus på Geneskolan tills att grusplan på IP är snöfri och redo att användas.   
Måndagar: 18:15-19:30  
Onsdagar: 18:45-20:00

När vi kommer ut på grus och sedan gräs kommer vi öka på träningstiden till 1,5 timme.  
Första halvtimmen av träningen kommer användas till kondition/snabbhet och styrka (knäkontroll).

Vi återkommer med vilka träningsdagar och tider vi kommer få i år.

**Kick-off**  
3–4 maj är det Kick-off med tjejerna på Domsjö IP. Kallelse har gått ut och vi återkommer med mer detaljerad info under april. Vi flaggar redan nu för att vi kommer behöva hjälp av några föräldrar under helgen med mat och ev. skjutsning till/från inomhushall. Så att vi ledare kan fokusera på träningarna och teoripassen vi ska hålla.

**Matcher:**  
Vi kommer kalla 10 st spelare till varje match. Eftersom vi har två lag (och någon/några oftast är borta eller sjuka) kommer några tjejer få spela dubbla matcher varje helg. Vi kommer utgå från en lista och låta alla få chansen att spela lika många extra matcher.

*OBS! Kallelse kommer skickas ut på söndagar till helgen efter. Svara på kallelsen senast onsdag kl. 12:00. Vi kommer inte skicka påminnelser, har man inte svarat på kallelsen i tid är det samma som att ni tackar nej till matchen. Förra året gick alldeles för mycket tid åt att ”jaga” föräldrar som inte svarat.*

**Hälsa**Vi kommer under säsongen betona vikten av att äta och sova ordentligt. Viktigt att tjejerna är utvilade och påfyllda med energi när de kommer till träningar och matcher.

**Utrustning**

Vattenflaska, uppsatt hår, fotbollsskor och benskydd gäller på både träningar och matcher. *OBS!* på matcher är det inte tillåtet med örhängen, tejpade öron är inte heller tillåtet.

Vi har CRAFT som leverantör av föreningskläder. Domsjös sortiment kan ses och beställas på <https://team.intersport.se>.

Detta år får varje spelare ett par strumpor och ett par shorts av föreningen.

**Kommunikation**

* *Sms-gruppen i Supertext* ska först och främst användas som en informationskanal mellan ledare och föräldrar. OBS! Ska inte användas som diskussionskanal eller där man anmäler frånvaro.
* *Laget.se.* Alla kallelser till matcher osv kommer via laget.se.Se till att ni har appen. Lägg gärna in ert barns telefonnummer/mailadress också.
* *Instagram:* Gå gärna med i vår instagram-grupp (domsjo\_f12). Bara spelarna själva och vårdnadshavare/bonusföräldrar/syskon blir godkända.
* *Whats-*app  
  Vi kommer starta en Whats-app grupp för alla spelare och ledare. Både för sammanhållningen tjejerna emellan samt att vi ledare kan skicka ut lite peppande ord eller ” Kom ihåg-grejer” inför tex match eller liknande.

**Åtaganden under säsongen**

* Medlemsavgift 200 kr (familjemedlemskap 450 kr), träningsavgift 700 kr. Detta kommer på faktura från kansliet.
* Lagavgiften(”beting”): 1000 kr
* Cupavgift: 900 kr. Detta är kostnad för boende på skola och samtliga måltider under cupen.
* För att finansiera lagavgift och cupavgift (för de som deltar) finns det två val; antingen betalar man in totala summan till vår ekonomiansvarig eller så säljer man toalettpappe/hushållspapper och använder förtjänsten till att minska den summa som ska betalas in. Säljer man så att det blir ett överskott förs det över till lagkassan
* Dreamstarhäften totalt under året 8 per spelare, 12 per familj. Betalning sker till ekonomiansvarig vid uthämtning. Om man säljer fler häften så tillfaller 110 kr per häfte till att minska lagavgiften eller som tillskott till lagkassan.
* Vi bemannar cafeterian på Hangarplan under våra hemmamatcher. Dessutom agerar vi matchvärd och linjedomare till hemmamatcherna. Har man inte möjlighet att utföra sitt uppdrag måste man hitta en ersättare själv.
* *Bollflicka*  
  I år kommer tjejerna att vara bollflickor på damlagsmatcher på IP vid två tillfällen. Då ansvarar vi för entré, cafeteria och bollflickor. Ca 6 spelare och 2 föräldrar kommer ansvara för detta vardera gång.