

F09/10, Överenskommelser för 2023

- Mer träning. Tjejerna ville öka träningsdosen så vi bestämde att vi ska börja träna 17:30. Info kommer när vi kör igång med detta.
- Mindre dirigerande från tränarna på match. Vi tar åt oss och ska försöka minska på det.
- Endast en av tränarna pratar taktik i matchpauserna.
- Större fokus på träningarna. Man ska vara aktiv och fokuserad på träningarna. Man ska lyssna på instruktionerna och ge 100%. Dessutom ska man passa tiden. 5min innan träningen börjar ska man vara på planen.
- Träningsnärvaro. Målet är 85% närvaro för samtliga.
- Inga telefoner ska hanteras i omklädningsrummet när någon duschar eller byter om.
- Variera uppvärmningarna.
- Vinna serien!

Topp tre lapparna:

1. Fasta positioner. Inte hoppa runt för mycket på olika positioner
2. Fler lagaktiviteter och cuper. Här måste era föräldrar hjälpa till.
3. Träna uppspel och skott.