



Grängesberg Bandyklubb  
Säsongen 23/24  
U10 & U12/13



# Föräldramöte / uppstartsträff

- **Ledarna 2022/2023**  
U10: Anna Hellman, Niklas Hurtig  
U12/13: Marcus Friberg, Andreas Stendalen, Tobbe Wermé & Torbjörn Wilund
- **Medlemsavgift** - 250 kr
- **Information sker via laget.se**
- **Träningsstider på Vallén**  
- Måndagar 18 - 19.30  
- Onsdagar 17.30 - 19
- **Försäsong**  
- Barmark söndagar kl 14.00 Grängesvallen  
- Mitten av oktober is i hockeyhallen (söndagar kl 12)
- **Poolspel**  
- Hoppas kunna genomföra fler poolspel denna säsong  
- Buss  
- Poolspel för tjejer, mix, yngre
- **Hjälp ifrån er föräldrar med nedan;**  
- Uppspolning av is  
- Cafeteria  
- Speaker  
- Sarg m.m
- **Utrustning som behövs**  
- Skridskor, skridskoskydd, hjälm med galler, klubba, halsskydd, benskydd, armbågsskydd, vattenflaska, bandyhandskar, bandybyxor, *suspensoor*  
(Vid match får man låna bandybyxor, strumpor och matchtröja)



# Träningsregler

- Anmäl via **laget.se** om du kommer delta eller inte
- **Kom i tid** till träningen, är du sen – meddela en tränare
- Vi **samlas i omklädningsrummet** för att dela in i lag inför träningen samt förbereda målvakter
- **Lyssna** på ledarna
- Vi **respekterar** varandra både på och utanför planen, vi behöver alla
- **Noll tolerans av svordomar** – då kommer man få gå åt sidan alt. avbryta sin träning och gå in i omklädningsrummet
- **Prata med era barn** om reglerna
- **Ha roligt!**



# ***SPELFORMER***

# 5 MOT 5

Passar barn i åldrarna 8-9 år

Spelformen 5 mot 5 ska medföra att matcher och träningar bygger på glädje och delaktighet, utifrån barnens behov.

Distrikten samordnar poolspel under säsongen, där en förening står som arrangör.

Antalet poolspel/matcher bestäms utifrån barnens önskemål och behov samt med hänsyn till att så litet antal resor som möjligt behöver genomföras.

## Rekommenderade förutsättningar



### Spelare

5 spelare per lag inklusive målvakt. Vid underläge med 4 mål eller mer får laget som ligger under spela med 6 spelare tills ställningen är lika.



### Spelyta

32-40 x 15-20 meter, sarg runt hela spelytan. 1 sargbit är vanligtvis 4 meter, nya sargbitar för hörn är 2 meter.



### Domare

Föreningsledare och/eller föreningsdomare.



### Målbur

Spela gärna med hockeymål 183 x 122 cm, eventuellt 7 mot 7-mål 250 x 160 cm.



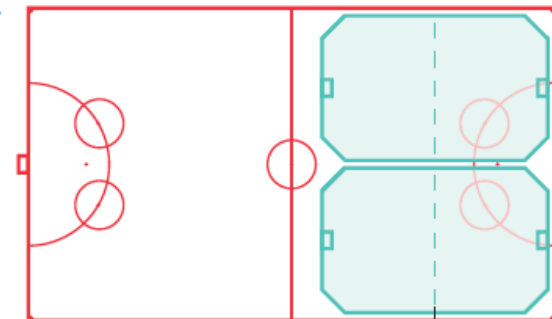
### Speltid

Max 2 x 15 minuter beroende på antalet matcher.

## Regelverk

- Spela utan straff, hörna och frislag. Om bollen hamnar utanför planen placeras den vid sargen där bollen gick ut för inslag, bollen passas igång.
- Retreatlinje: Vid målvaktsutkast eller när målvakten fångar bollen i spel ska det andra laget backa till sin egen planhalva (retreatlinje) och stanna där tills bollen lämnat målvaktens händer. Spelet sätts i gång genom att målvakten rullar/kastar ut bollen. Målvaktsutkastet får ej kastas över mittlinjen.
- Föreningsledare ser till att det blir ett säkert spel och att alla får spela lika mycket.
- Föreningsdomare ser till att det blir ett säkert spel och fostrar deltagare till att lära sig bandyns regler och värdegrund.
- Ingen resultatrapportering eller tabell får förekomma.

Ritning över spelytan



Planhalva och retreatlinje

# 7 MOT 7

## Passar barn i åldrarna 10-12 år

Spelformen 7 mot 7 ska leda till att matcher och träningar bygger på glädje och delaktighet, utifrån barnens behov.

Distrikten samordnar poolspel under säsongen, där en förening står som arrangör.

Antalet poolspel/matcher bestäms utifrån barnens önskemål och behov samt med hänsyn till att så litet antal resor som möjligt behöver genomföras.

## Rekommenderade förutsättningar



**Spelare**  
7 spelare per lag inklusive målvakt.  
Vid underläge med 4 mål eller mer får laget som ligger under spela med 8 spelare tills ställningen är lika.



**Domare**  
Föreningsdomare.



**Speltid**  
2 x 20 minuter.



**Spelyta**  
52-60 x 30-40 meter sarg längs långsidorna.

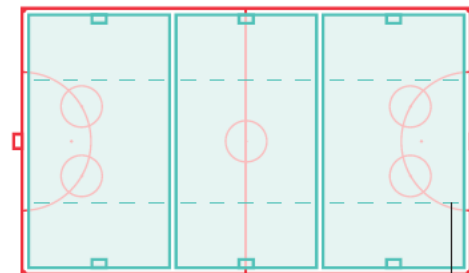


**Målbur**  
7 mot 7-mål 250 x 160 cm.  
För U13 rekommenderas spel med 11 mot 11-mål, med ribban nedsänkt som vid 9 mot 9.

## Regelverk

- Alla fasta situationer är direkta, avståndet är fem meter. Hörna förekommer endast för U13. Utvisad spelare ersätts av ny spelare (personlig utvisning). Avslag på mittlinjen efter mål.
- Vid målvaktsutkast eller när målvakten fångar bollen i spel ska det andra laget backa till sin egen retreatlinje och stanna där tills bollen lämnat målvaktens händer. Spelet sätts i gång genom att målvakten rullar/kastar ut bollen eller lägger ner bollen. Målvaktsutkastet får ej kastas över mittlinjen.  
I 7 mot 7 skall retreatlinjen vara mitt emellan straffområdeslinjen och mittlinjen på offensiv planhalva. Hur långt försvarande lag skall backa är godtyckligt och bestäms av domaren med hänsyn taget till det anfallande lagets förmåga att komma igång med spelet. Märk gärna upp denna linje med konor utanför sargen.
- Föreningsledare säkerställer ett säkert spel och att alla får spela lika mycket.
- Föreningsdomare säkerställer ett säkert spel och fostrar deltagare till att lära sig bandyns regler och värdegrund.
- Ingen resultatrapportering eller tabell får förekomma.

Ritning över spelytan



Retreatlinje



Intresserad att hjälpa med andra delar inom GBK;

- Ismaskin
- Styrelseposter
- Sponsorer
- Stödmedlem



Riksidrottsförbundet

# Här pågår barnidrott, tänk på att:

- Barn är inte små elitidrottare
- Domaren är mänsklig
- Ledarna är oftast ideella
- Föräldrar hejar på alla
- Barnidrott ska bygga på lek och glädje