

Föräldramöte tisdag 31/5, kl. 18-19

Agenda

Nytt till hösten (inkl. nivåindelning)
Cuper och läger under kommande säsong
Träningsupplägg till hösten
Träningsinställning
Föräldragruppen
Sommarträning
Övrigt

Nytt till hösten

Den tyngsta punkten på agendan var nivåindelning. Nivåindelningen kommer från förbundet och from i höst ska 05-lagen vid anmälan till seriespelet ange, förutom antal lag, i vilken nivå lagen ska spela. Nivåerna kallas vid anmälan för SVÅR, MEDEL resp. LÄTT. Vi har anmält fyra lag, ett i SVÅR, två i MEDEL och ett i LÄTT.

Vilka tjejer som spelar i vilket lag kommer variera. Tanken är att rotera tjejerna men vissa tjejer kommer få spela mest i SVÅR, andra mer i MEDEL och ytterligare andra mer i LÄTT. Vi tror att de tjejer som kommit längst sporras av tuffare motstånd. Andra tjejer tror vi utvecklas mer om de inte kan förlita sig på de tjejer som oftast tar mest initiativ och själva får ta ett större ansvar i MEDEL eller LÄTT.

Nivåindelningen görs huvudsakligen utifrån spelnivå, men även inställning och träningsnärvaro är parametrar som kommer spela in. Om det finns andra aktiviteter som påverkar träningsnärvaron så vill vi att ni informerar oss.

Det kom frågor om målvakter och nivåindelning, om nivåindelningen kommer avspegla sig på träningarna samt om även lagen på cuper kommer nivåindelas.

Målvakterna tänker vi att de ska nivåindelas.

Nivåindelad träning är inte aktuell till att börja med.

De lag vi åker med till cuper kommer delas in enligt dagens modell, dvs så jämna lag som möjligt. I framtiden kan det bli aktuellt att åka med olika lag till olika cuper och då kan lag som spelar i olika cuper vara nivåindelade.

Till hösten kommer vi få nya mindre bollar då förbundet bestämt att tjejerna ska spela med storlek 0 och göra så några år framåt.

Vi kommer också få nya matchtröjor till hösten. Dessa ska räcka i två år och kommer därför troligen vara av modell "loose fit" till att börja med.

Cuper och läger under säsongen 2016/17

- Summer camp vid Ekvallen 10-12/8, sista anmälan 31/5! Anmäl NU om er tjej vill vara med!!
- Uppstartsläger i Nyköping för hela klubben 19-21/8. Mer info med anmälan kommer inom kort.
- Skurucupen 2-4/9
- Skadevicupen i Skövde, 4-6/11 (i samband med höstlovet)
- Hallbybollen i Jönköping, 5-7/1 (jullovet)
- Irstabilixten i Västerås i april (sannolikt föreningsgemensam cup)
- Västerortscupen i maj
- Eken cup i juni

Ju längre fram en cup ligger ju större blir naturligtvis osäkerheten, men detta är ett sannolikt program. Till detta kommer seriespel under ett antal helger höst och vår. NOTERA att vi, pga det nya sättet att dela in lagen och den rotation vi använder, inte kommer kunna ge besked om vilka seriematcher er tjej kallas till, förrän betydligt närmare inpå matchdatum än det varit de senaste två säsongerna.

Träningsupplägg till hösten

Det blir troligtvis samma dagar och tider som nu.

På tisdagsträningarna kommer laget att delas upp i två grupper med två olika pass. Det ska ge förutsättningar för att bättre kunna träna lagspel, vilket är svårt med 30-40 tjejer på plan. Mindre grupper ska förhoppningsvis också ge större möjlighet till individuell återkoppling och större frihet vid valet av övningar.

På söndagarna tränar hela gänget samtidigt. Det känns viktigt att alla träffas minst en gång i veckan. På torsdagarna tänker vi träna fys men också teknik. Vi vill se en högre närvaro på torsdagsträningarna.

Just nu är vi sex tränare. Vi har sett att detta är ganska sårbart då det ofta bara är tre ledare på träningarna, vilket är ett minimum för att uppnå någon kvalitet på träningen.

Vi tränare ser mycket gärna nya tränarkollegor! Även om ströinhopp kan vara till hjälp så är kontinuitet önskvärt. Även hjälp som lagledare vid matcher kan vara ett alternativ. Just nu är belastningen ganska hög på oss ledare.

Träningsinställning

På vissa träningar, i synnerhet tisdagar, är träningsfokus lågt från vissa. Det är inte bara vi tränare som reagerar på detta, utan även ett flertal tjejer har uttryckt önskan om förbättring. En orsak av flera är att klasskompisarna hänger ihop väl mycket och vi kommer uppmuntra större utbyte mellan de olika skolgrupperna och även bryta upp grupperna när vi har möjlighet.

En annan sak som ökat är att tjejerna har känningar av småkrämpor, vissa individer oftare än andra. Vi tränare accepterar självklart att tjejerna kan må dåligt och ha ont, men tycker att det finns tydliga inslag av att känna efter för mycket. Det finns även inslag av att ha särskilt ont under tråkiga övningar. Denna "överkänslighet" vill vi få bort.

Vi har också sett/hört att en del tjejer knappt har ätit lunch eller mellis innan tisdagsträningarna. För att orka ta del och göra sig träningsövningarna till godo så måste de ha ätit ordentligt innan.

Föräldragruppen

Patrik (Sävas pappa), Helen (Felicias mamma) och Sofia (Noras mamma) har skött rulljanssen i snart två(?) år. De har gjort det mycket bra och, tillsammans med er andra, dragit in mycket pengar till lagkassan genom försäljningar (sannolikt uppåt 70000 kr) och har hjälpt till vid andra arrangemang.

Nu tycker vi dock att det är dags för några andra att ta vid och önskar att intresserade anmäler sig!

Kom ihåg att hela verksamheten bygger på ideella insatser och att det är viktigt att så många som möjligt hjälps åt.

Sommarträning

Ett A4-papper kommer delas ut till tjejerna där de uppmanas att springa minst 2 km och att göra en fysövning minst 10 ggr under sommarlovet. De sätter ett kryss på papperet efter varje gång.

Övrigt

- Tisdag 7/6 kommer vi ha en spelarträff i samband med träningen för att informera tjejerna om, främst, nivåindelningen.
- Söndag 12/6 kommer vi ha en avslutningsaktivitet i samband med en förlängd träning. Info om detta kommer inom kort.
- Eken cup går den 18-20/6 (lör-mån). Sista anmälan är den 5/6. Föräldrar som kan ställa upp som assistenter eller tom som ledare uppskattas.