



# FÖRÄLDRAINFORMATION

## P12 säsongen 2024/2025



# LEDARE

- Anna Hellberg, huvudtränare
- Sören Larsson, individuell teknik
- Susanne Hjerpe, ass. tränare
- Conny Johansson, ass. tränare
- Erica Held, individuell teknik
- Helena Lans, administration



# TRÄNINGAR

- Kallelse till träningar
- Tisdagar 18:45-20:15, Idrottens hus
- Torsdagar 17:45-19:00, De la Gardie
- Tillgång till omklädningsrum
- Bollstorlek 0
- Bra inomhuskor lämpliga för handboll



# TRÄNINGAR

- Sören håller i träningarna på torsdagar, med stöd av oss andra ledare
- Löpteknik och intervaller, cirka varannan vecka (tisdagar)
  - Fredrik Truedson och Gustav Löfholm
  - 30 minuter i början av ordinarie träning
  - Ta med kläder och för att springa ute + inomhusträning efter
  - Läggs info i kalendern vilka träningar som avser utomhusträning
  - Start fr.o.m. 15 oktober



# TRÄNINGAR

- Fortsätter i huvudsak med 3-3 försvar, 5-0 om vi har en utvisad
- Våra regler
  - Håll i bollen när ledare pratar
  - Stör inte träningen
  - Var en schysst lagkompis
  - Ha kul och gör sitt bästa
- Skulle någon inte sköta sig så får denne en varning, vid en andra så får man gå av planen



# MATCHER

- Två lag: HK Lidköping 1 och HK Lidköping 2
- Fyra grupper: vit, svart, blå, röd
  - Varvar så alla får spela med alla och i båda serierna
- Serier
  - P12 Väst SD 2 Sydost
  - P12 Väst SD 2 Östra
- ”Schysstmatch”
  - 5 minuter innan match samlas matchvärd, ledare från vardera lag, domare och sekretariat vid sekretariatet



# MATCHER

- Kallelse
- Samling bortamatcher vid Idrottens hus, samåk gärna!
- Sent återbud lämnas direkt till ledare
- Dusch efter match
- Svarta shorts
- Matchtröjor
  - Denna säsong får alla ha sin "egen" matchtröja
  - Återlämna vid säsongens slut, annars debitering
  - Måste alltid tas med till match



# HEMMAMATCHER

- Föreningen ansvarar för domare
- Lagets föräldrar ansvarar enligt kommande schema för:
  - Matchvärd
  - Sekretariat
  - Kiosk
- Kiosken hanteras av föräldrar i sin helhet.
- Viktigt att tänka på att inte ha för höga utgifter, intäkterna är viktiga till lagkassan.
- Nya swishskyltar finns där swish går till föreningen som för över till lagkassan.





# CUPER

- Hallbybollen
- Vänerbollen
- + ev. någon mer



# INFORMATIONSKANALER

- **Laget.se**
  - Övergripande förenings sida för HKL
  - Egen sida för P12 (2012) för bara våra nyheter, spelare, dokument och kalender
- **Instagram**
  - hklidkoping
  - hk\_lidkopingp2012
- **WhatsApp**
  - HKL P2012 föräldragrupp



# FÖRSÄLJNING

- NewBody och/eller Ljus
  - Intäkter 1150kr per spelare
  - Fler än 1 barn = 1,5 kvot
  - Säljer vi över minimum går 50% av vinsten till vår egen lagkassa
  - NewBody försäljning möjlig nästa gång i januari
  - Ljus går alltid kontakta kansliet för att hämta och sälja av, intäkt 50kr/sålt paket
- Bingolotter uppesitterkväll
  - 3st per barn
  - Fler än ett barn = minst 5st per familj
  - Säljer vi fler än minimum går 50% till vår egen lagkassa
  - Om några redan vet nu att de vill sälja fler, säg till så kan vi be kansliet beställa några extra – så det finns när det är dags



# FÖRSÄLJNING

- Betalning av NewBody respektive Ijus görs till HK Lidköping
  - Bankgiro: 5661-6014
  - Ange vad ni sålt, namn på spelare samt lagtillhörighet
  - Betalningen ska vara HKL tillhanda senast tre veckor efter att varorna mottagits
- Friköp möjligt på hela/delar av kvot NewBody/Ijus
- Friköp möjligt på Bingolotter
- Frågor?
  - Kontakta kansliet på tfn: 0510-795 485 eller via mail på [kansli@hklidkoping.se](mailto:kansli@hklidkoping.se)



# AVGIFTER

- 1000kr, ungdomar födda 2010-2014
- 1700kr, familjeavgift (se mer info på [Laget.se](http://Laget.se))
- 300kr, ledare m.fl.



# FÖRÄLDRAROLLEN

Respektera domare, ledare, motståndare och annan publik.

Visa respekt för ledarnas arbete och låta dem sköta coachning.

Låt barnets upplevelse vara styrande och kräv inte bättre resultat än vad barnet gör.

Fråga gärna om ditt barn hade kul på matchen/träningen, inte bara om laget vann eller hur många mål man gjorde. Uppmuntra laginsatsen och försöket, inte resultatet!

Stötta ditt barn i alla situationer och hjälp ditt barn att finna motivationen även när det går tungt.

Hjälp ditt barn och se till att hen kommer i tid och är förberedd för träning eller match (t.ex. viktigt att ha ätit innan).

Ta aktivt del av den information som finns på lagets och föreningens hemsida och håll dig uppdaterad.

Hjälp laget och ledare med det som behövs.

**Peppa och heja!**



FRÅGOR ELLER  
FUNDERINGAR?