

Hej!

Då är äntligen handbollssäsongen igång! Efter den fantastiska cup vi avslutade med i våras så hoppas vi att alla tjejer är lika taggade nu som då 😊

Här kommer Info om säsongen:

Träning:

Som tidigare informerats så smygstartar vi säsongen med träning på torsdagar 18.00-19.00 med samling 17.45.

Från och med 5 oktober tränar vi även på onsdagar 18.30-19.00 (samling 18.15) tillsammans med 09:orna precis som innan. Båda träningstillfällena är i C-hallen.

Matcher:

Tjejerna kommer att spela i en serie som heter F12 Väst SD 2 Östra. Från och med i år så kommer målen räknas och det innebär att det blir slutspel på cuperna, spännande!

Om det spelas två matcher samma dag så kommer tjejerna, precis som förra säsongen att kallas till båda fast de kanske bara spelar en av matcherna. Syftet med detta är att få en ökad lagkänsla.

Matchkläder kommer också precis som förra säsongen att tas med hem efter varje match. Utprovning för detta kommer att bli en dag när det inte är träning, mer info kommer.

Matchschema för höstterminen kommer ut så fort allt är klart med grupper och tider.

Till varje match kommer vi också att utse en ansvarig mamma som kommer att vara med i omklädningsrummet.

För att bli kallad till match krävs en 50% träningsnärvaro veckan innan match. Alltså är det match helgen v.2 så räknas närvaron v.1. Vi gör så för att alla ska kunna ha lättare för att planera.

Två cuper är planerade.

Först ut är Skadevi cup 4–6 november i Skövde. Mer info kommer längre fram men bra att veta redan nu är att det inte kommer bli någon gemensam övernattnings.

Nästa cup är Hallbybollen 5–7 januari, mer info om det kommer också senare.

Utbildningar:

Onsdag 14/9 18.00 kommer RF-Sisu och har en utbildning i tejpning och skadehantering. Den är helt kostnadsfri och kommer att hållas i klubbbrummet i sporthallen. Passa på att delta!

Sista anmälningdagen är 5/9 alltså redan på måndag. Anmälan görs till Magnus Dahlkild på 07035091270

Information har gått ut tidigare men påminner om att vi måste ha 9 vårdnadshavare till utbildning i sekretariatet. Se mer info i tidigare inlägg.

Ledare/andra ansvar:

Anders fortsätter som huvudtränare men söker alltid fler som kan hjälpa till, ingen förkunskap krävs!

Lars Ekdahl och Fredrik Malmström har erbjudit sig att vara assisterande tränare.

Elisabeth Eckert ansvarar för sekretariatet och lotter.

Fredrik Malmström ansvarar för kiosken.

Jeanette Ring ansvarar för det administrativa.

Sammanfattning:

Träning:

- Onsdagar 18.30-20.00 C-hallen (start 5/10)
- Torsdagar 18.00-19.00 C-hallen

Matcher:

- Målen räknas
- Matchkläder tas hem
- Ansvarig mamma till varje match
- 50% träningsnärvaro

Cuper:

- Skadevi cup 4–6/11
- Hallbybollen 5–7/1 2023

Utbildning:

- Tejpning och skadehantering 14/9 18.00 (sista anmälningdag 5/9)
- Sekretariat (sista anmälningdag 5/9)

Ledare:

- Anders, Lars och Fredrik
- Fler ledare sökes, ingen förkunskap krävs!

Kontaktuppgifter:

- Anders 0704069503
- Lars 0702760790
- Fredrik 0735330278
- Elisabeth 0739138658
- Jeanette 0704051047

Det går bra att höra av sig till vem som helst av oss vid frågor och funderingar!

Nu ser vi fram mot en lång, spännande och rolig handbollssäsong!