



FÖRÄLDRAMÖTE 2024-10-02

HESTRAFORS IF



# AGENDA

Tränarteamet

Säsongen 2024

Träningsupplägg höst/vinter

Säsongen 2025

Aktiviteter 2025

Information om Laget.se

Admin har ordet

Försäljning

Regler

Övriga frågor



# LEDARE TEAMET 2025



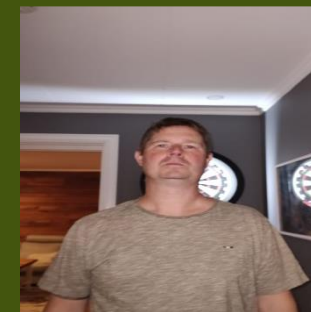
Jonas Malm  
Huvudtränare



Veronica Holm  
Tränare



Johan Svahlin  
Tränare



Rickard Lönberg  
Tränare



Anders Älvskog  
Tränare



Maria Johansson  
Tränare



Frida Svahlin  
Administratör



Första säsongen med spel på 7-manna plan och några av våra tankar kring säsongen.

- Alla spelare har verkligen utvecklat sig utifrån sina förutsättningar. Vi ser en stor skillnad på spelförståelsen och positionsspelet jämfört med tidigare
- Bra engagemang på de flesta träningarna under säsongen. Viktigt att få i barnen energi innan träningen.
- Vi har varit med i 3 cuper där det har fungerat bra ordning och på plats till matcher etc.
- Vi har haft 3 lag igång och det har fungerat bra alla spelare har fått spela matcher.
- Kallelse och svar till matcher har fungerat bättre, det går inte att kalla så mycket tidigare än vi gör för att kalla efter rätt förutsättningar.
- Föräldraansvaret kring matcherna med kiosk etc. har fungerat bra man har löst det sinsemellan och det har alltid varit folk på plats så tack för det. Det är viktigt att vi har föräldrar som ställer upp. 🙌👊





## Höst/Vinter träning

- 1 träning i veckan onsdagar 18:00-19:30.  
Vi drar ned på antalet träningar för att barnen ska ha möjlighet att utöva andra idrotter under vinterhalvåret. Vi anser att det kommer gynna deras spelutveckling och barnen ges möjlighet att hitta andra sporter.
- Vi kommer träna under större delar av vintersäsongen, uppehåll över jul & nyår. Det kan komma inställda träningar med kortvarsel om planen inte går att träna på så var uppmärksam på det.
- Det börjar bli kallt så se till att barnen är rätt klädda. Vi vill inte att de fryser på träningarna.  
Mössa och vantar och gärna underställ under de kalla dagarna.
- Kommer vara lite mer fokus på kondition/styrka & vi förväntar oss att man är med även på dessa övningar.

# SÄSONGEN 2025

FORTSATT 7 MANNASPEL

- Under vårsäsongen kommer vi dra igång med 2 träningar i veckan igen. Men vi kommer även under försäsongen lägga in några extra träningar på helgen. Så ibland kan det bli 3 träningar i veckan.
- Vi kommer ha mer fokus på positioner på planen under nästa säsong. Vi kommer ha målvaktsträning ibland för de som vill vara målvakter men kommer också ha mer fokus på försvarsträning för de som är försvarare etc.
- Vi kommer också försöka ta in andra influenser på träningformer/stretchning och arbeta med att börja förstå sin kropp och musklerna. Om det behövs Rehab träning så har vi Anders i teamet som är extremt duktig så vid behov och rådfrågan så finns han i teamet.
- Vi kommer fortsatt ha 3 lag under nästa år (om vi har ungefär samma spelarunderlag). Det är lite pussel men det är för att ge så många som möjligt chans till matcher. Det kommer vara nya lagindelningar till nästa år. Grunden är att vi är 1 lag tillsammans och alla ska kunna spela med alla. Lagindelning sker innan första matchen nästa år.
- Vi kommer nästa år ha krav på att vi samlas och duschar efter matcherna minst en ledare kommer alltid vara med i omklädningsrum. Finns flera orsaker till detta. Det kommer även alltid finnas möjlighet duscha efter träningarna nästa säsong för att skapa en god omklädningsrumskänsla.
- Inför föräldramötet på våren ska alla prova sina matchkläder vårt mål kommer fortfarande vara att varje spelare har ansvar för sitt matchställ. Det söks alltid sponsorer till matchkläderna så prata med oss om något företag vill sponsra och ha sin logga på kläderna.



- Fortsatt 3 lag om spelarunderlag finns i seriespel.
  - Träningsläger på Hestrafors under en helg med övernattnig och aktiviteter.
- 
- Minst ställa upp i 3 cuper.  
Förslag på cuper Lerkil, Horred, Borås arena cup, Rävlanda, ÅSA-cupen.
  - Köra träning tillsammans med andra lag i föreningen.

# INFORMATION OM LAGET.SE

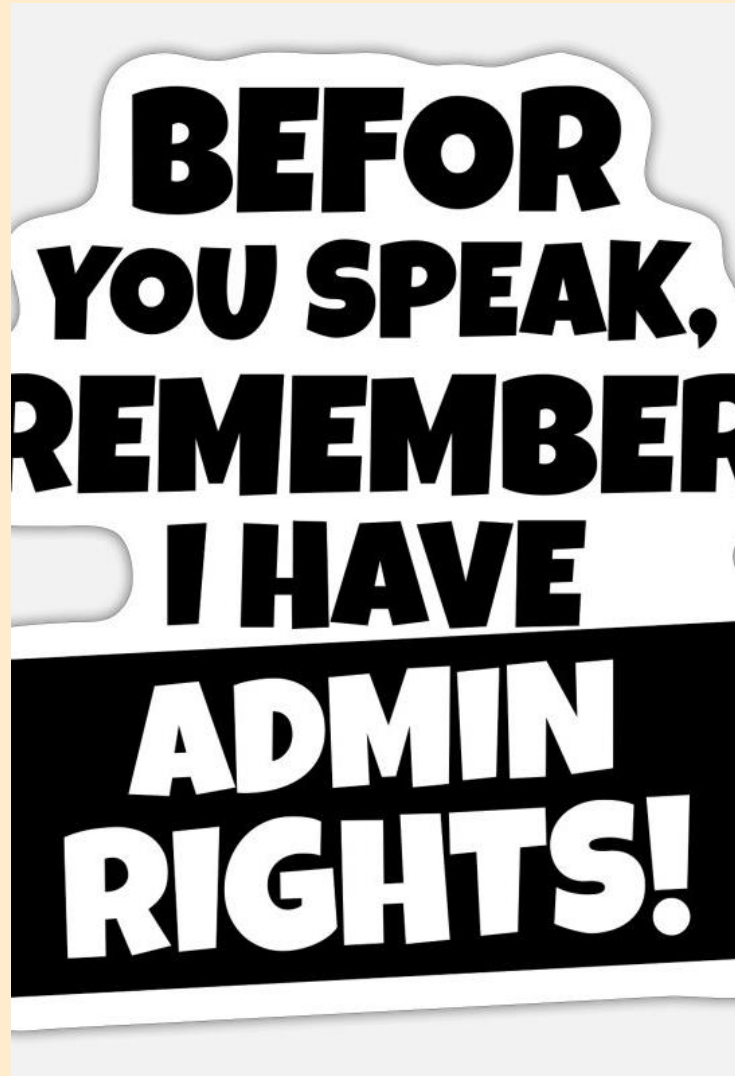
- Alla aktiviteter skickas ut genom laget.se gäller både matcher, träningar och andra aktiviteter.
- Vi förväntar oss att alla föräldrar är aktiva på laget.se och anmäler/frånvarooanmälan aktiviteter.

Meddela om man kommer eller inte kommer på träningar och match i så god framförhållning som möjligt för att vi ska kunna hålla planerade och kvalitativa träningar och ge möjlighet att kalla i reserver till match.

**Vi önskar att man skriver frånvaro orsak, sjukdom, annan aktivitet, skada, trötthet, eller något annat. Det ger oss möjlighet att få en bild om varför det finns frånvaro, planera för fortsatt frånvaro, rehab behov eller övrig hantering av mående.**

- Anmäl närvaro i god tid för att ge möjlighet för att kalla in andra spelare till match.
- Kom i tid till alla aktiviteter!  
Det finns tyvärr en tendens att anlända till parkeringen kl 18:00 inför träning och ibland ännu senare. Träning börjar på utsatt tid och då ska man vara på plats. Vi delar upp träningsgrupper vid tränings start och det är ofta vi får korrigera efteråt för att få kvalitativa träningar. Om man kommer sent meddela det då- Visa respekt för ledare och övriga spelare.





- Det är viktigt att föräldrar ställer upp och hjälper till på de uppdrag vi får t.ex. kioskarbete vid a-lags matcher fixardagarna, bollkalle etc. Det är ett sätt att bidra till föreningen och genom att man betalar medlemsavgiften skriver under på att ska bidra.  
Vi ledare lägger ner mycket ideell tid för era barn, förberedelser för träningar, träningar, matcher.
- **På gång.**  
Kiosk och bollkallar för sista A-lagsmatchen på lördag. Just nu 1 som tackat ja, kommer lottas ut om inte fler anmäler sig.
- Fixardag på Bollevi 12:e Oktober



- Vi har redan gått ut med försäljning av produkter vi gör detta för att tjäna pengar till vårt lag.  
Detta gör vi för att skapa förutsättningar att göra aktiviteter under kommande år som beskrivet i aktiviteter under 2025 men även har pengar för kommande år.  
Vår tanke är att göra 2 sådana här lagförsäljningar under året.
- Vi kommer ha en öppen redovisning för vad vi får in och vilka utgifter vi har som kommer redovisas på våra föräldramöte som äger rum 2 gånger om året. Allt för att skapa intresse och förståelse för vad vi använder våra pengar till.
- Vi har som mål att göra något träningsläger varje år antingen lokalt eller resa bort för att öka gemenskapen.
- Pengarna går även till cuper som inte är sanktionerade av föreningen.
- Det kommer finnas möjlighet att välja sponsring av en fastsatt summa istället för att sälja för de som inte har lust att sälja eller som redan har flera barn som säljer saker. Ta då kontakt med administratör eller huvudtränare. Man måste bidra med någon av varianterna.  
Idag finns förslag om Newbody, kakservice & Bjäre chips men kom gärna in med andra förslag.



- Vi kan ibland försöka ta hänsyn till konflikter mellan barnen men grunden är på träningar och matcher är vi ett lag tillsammans man ska kunna samarbeta och spela med alla i laget. Barnen ska lära sig att samarbeta.
  - Man får inte lämna match eller träning utan att säga till någon av ledarna om man avviker från träning eller match om man inte att meddela så innebär det att man inte kan vara med på matcher.
  - Vi ska alla respektera varandra och pusha varandra för att bli bättre människor gäller inte bara spelare utan även ledare och föräldrar.
- 
- Träningsnärvaro kommer krävas för att få spela match, man ska ha en träning i veckan för att automatisk bli kallad till match.
  - Känner man att det finns problem tar man upp det med huvudtränaren, inte prata med tränare "vid sidan om" detta för att fånga upp problem i gruppen och kunna diskutera dem i gruppen.  
Finns det problem som man inte vill ta med huvudtränare finns det utskott i föreningen att ta upp problematiken med.  
Huvudtränare tar beslut hur problem ska hanteras och tar det vidare med utskott om det behövs. Grunden är att alla ska kunna komma till Hestrafors IF och må bra och utvecklas.
  - **Matchvärdar eller föräldrar får inte befinna sig i källaren när barn finns där om man inte visat upp utdrag ur belastningsregistret. Man får vara där innan samling och efter matcher för att städa om inte barn finns kvar. Alla ledare måste visa upp bevis. Detta är för att skydda våra barn.**





Tack för denna säsongen!

Övriga frågor?

---