

F15/17 säsongen 24/25

Då har vi kommit igång med innebandy och det är jättekul att se så många som är med. Här har vi samlat lite info som kan vara bra för er föräldrar att veta.

Träningarna

Vi samlas alltid i omklädningsrummet för att ta närvaro och prata igenom dagens träning. Här kan vi också dela in lagen och svara på frågor. Vi går ut på planen 17.45. Då vill vi gärna också ha hjälp av er föräldrar att bygga om sargen. Ju fler som hjälper till desto snabbare kan tjejerna få spela innebandy. Vi instruerar er hur ni ska bygga.

Under träningen har vi några regler vi önskar att ni också hjälper till med. Drickapaus tar vi när vi tränare säger till och vi tar på oss västen som vi blir tilldelade. Om någon behöver gå av träningen för att exempelvis gå på toa är det viktigt att de säger till någon av oss tränare. Annars deltar man på träningen och gör så gott man kan.

Utrustning

Vilka kläder vi tränar i spelar ingen roll, men skor och glasögon är ett måste. Klubba och glasögon kan ni alltid låna, en bra klubblängd är ca 5 cm ovanför naveln. En för lång klubba blir svår att hantera så tänk inte att de ska ha något att växa i om ni köper en. På sammandragen har vi matchkläder som delas ut på matchdagen.

Kallelser

Till varje träning skickar vi ut en kallelse som vi vill att ni svarar på. Ni kan ändra svaret fram till en timma före träningsstart om man får förhinder. Det är viktigt att ni svarar på dessa kallelser så att vi kan planera den bästa träningen för era barn. Är ni osäkra på svaret kan ni skriva nej och skriva varför så vet vi.

Matcher - sammandrag

Vi kommer att spela 6 st sammandrag under året. Ett av dessa arrangerar vi i klubben och det sker v. 49. Då kommer vi också behöva hjälp av er föräldrar att stå i kiosken, städa och plocka fram. Återkommer längre fram med mer info men boka in denna helg. Övriga sammandrag spelas en gång i månaden och det bestäms ganska nära inpå. Vi kommer att skicka ut kallelser som ni svarar på. Till sammandragen är det endast de som svarar att de kan som får vara med och spela, för vi anmäler lag efter antalet spelare. Matcherna spelas 3 mot 3 plus målvakt i 2x10 min.

Första sammandraget är lördag 19/10 kl. 9-12 i Wallenstam arena i Mölnlycke. Vi kommer att spela i två åldersklasser; ett F17 och ett lag F15/16.

Extra vuxna

Vi är i dagsläget 3 tränare och det är alldeles för lite och sårbart med tanke på hur stor vår trupp är. Vi skulle behöva vara minst 3 vuxna till som kan finnas med runt laget. Du behöver inte ha någon erfarenhet av innebandy utan vara en trygg vuxen. Du skulle kunna lägga ut koner efter instruktion, hålla i uppvärmningsleken, hjälpa till att utrustning lämnas tillbaka, fylla på flaskor, se till att målvakterna får på sig kläderna eller dirigera de vuxna till att sargen byggs om m.m. Det är småsaker men som skulle hjälpa till jättemycket så att vi alla kan fokusera på det som är viktigast; barnen.

Vid tillfällen när någon av oss är borta skulle du kunna gå in mer som en tränare men då finns ett tydligt träningsupplägg som bara är att följa. Så vi behöver vara fler så blir det ännu bättre. Hör av dig till någon av oss tränare på träningstid eller smsa eller ring Anna om du skulle kunna tänka dig att vara med runt tjejerna.

Tveka inte att prata med någon av oss tränare om ni eller tjejerna funderar över något.

Vi ses på planen!

Mikael, Tommy och Anna 0706-425428