



Hovslätts IK P11

Säsongen 2021-22

Laget

- Nya spelare från P12
- Tränare
- 2 lag
- Svvara på kallelser



Träningar

- **Måndagar 16:30-18:00** (Stadsgården)
- **Torsdagar 18:00-19:30** (Stadsgården)

- Svara på kallelser
- Duscha och byta om på plats är ok
- Kolla av om hjälp med sargbygge behövs

Träningsmetodik

- Månadsvisa träningsteman (teknik, snabbhet, passningsspel osv.)
- Fokus på spelglädje, noggrannhet i alla situationer, fokusering och skicka positiva signaler till med-, motspelare och tränare. Vi tränar som vi spelar match.
- Flöde: Samling, uppvärmning, rörlighet, statiska övningar, spelövningar, matchspel, samling (sammanfattning, feedback, utvärdering)

High-5

goda vanor för oss och laget!

- Hälsa på varandra inför träning
- Ringen 123 Hovslätt efter träning
- Alltid positiv feedback
- Vid mål, tacka passen och hela bänken
- Bänken jublar när någon täcker skott



Veckans kapten

- En spelare som utses varje inför varje ny träningsvecka
- Alla ska få chansen

Ser lite extra till att HIGH-5 efterlevs genom att:

- Hälsa på alla lagkompisar innan träning
- Aktiv i att ge positiv feedback till spelarna i laget
- Föregår med gott exempel vid samlingar, genomgångar, övningar och matchspel
- Hjälpa oss ledare plocka undan (koner, bollar, västar)



Poolspel

- Nivå Svår, 4mot4
- 2 lag anmälda
- 13 st tillfällen, 2 matcher varje gång
- 5 st som vi arrangerar själva
 - 24/10 09:00-12:00
 - 21/11 13:00-16:00
 - 11/12 09:00-12:00
 - 20/2 09:00-12:00
 - 6/3 09:00-11:00
- Alla ska få möjlighet att spela lika mycket
- Runt 5 personer behöver stötta vid varje poolspel. Kiosk?
- Mer info om tider och andra poolspel kommer upp på laget

Försäljning

- Newbody
- Bingolotter
- Restaurangchansen (kan eventuellt ersättas av Panta Mera)
- Annat?
- Friköp möjligt
- Stabil lagkassa

Övrigt

- Instagramkonto för att dokumentera träningar, matcher, cuper – OK?
- Gå på A-lagsmatch tillsammans
- Profilkläder
- Frågor?