

VERKSAMHETSBERÄTTELSE IFK MARIEFRED FOTBOLL FOTBOLLSSEKTIONEN ÅR 2024

Sektionens styrelse har under året bestått av: Bo Petersson (ordförande), Magnus Lundström (vice ordförande), Mikael Undhjem (sekreterare), Mats Hörnell (kassör), Jörgen Forsberg (materialansvarig), Johan Rosenberg, Emma Oppgården och Caroline Sebö.

Fotbollssektionen har fortsatt haft månadsvisa styrelsemöten med uppehåll för semester. Lagledarmöten och tränarmöten har också varvats under året, med ett planerat möte i månaden. Intresset har avtagit från inbjudna ledare, varför styrelsen kommer att se över formerna för att säkra sektionens utveckling.

Sektionen har representerats i IFK's huvudstyrelse av Bosse Petersson, Mats Hörnell och Magnus Lundström.

Sektionen har representerats på SöFF's årsmöte samt på SöFF's Repskap av Magnus Lundström. Sektionen har representerats på SöFF's ungdomsforum/utvecklingskonferens av Mikael Undhjem, Jörgen Forsberg och Mats Hörnell.

Under januari – mars genomfördes spelformsmöten, där t.ex. alla ledare för 5m5 bjöds in för information, feedback och benchmark, något som bedömdes vara uppskattat.

På årsmötet 2021 instiftade fotbollssektionen ett nytt pris för framstående kvinnlig ledare/aktiv. På sektionens årsmöte 2024 tilldelades sektionens pris för en framstående kvinnlig ledare/aktiv Charlotte Nothnagel.

Under mars och maj genomfördes "Kickoff alla ledare" och "Uppstartsmöte för nya ledare". Mötena är tänkta att ge en bättre och smidigare start på säsongen samt att introducera nya ledare på ett bättre sätt. Mötena var välbesökta och uppskattade.

Vi har under säsongen haft ca 650 aktiva och ca 110 ledare fördelade på 25 lag inklusive bollskolor för flickor respektive pojkar födda 2018/2019 eller senare: Trupperna har varit damer FotbollFitness, flickor 09/10, flickor 12, flickor 13/14, flickor 15, flickor 16, flickor 17, herrar veteraner, herrseniorer, Sport4Fun, pojkar 12, pojkar 13, pojkar 14, pojkar 15, pojkar 16, pojkar 17. Under året har vi tyvärr tappat lagen F11, P08/09 och P10/11, p.g.a. spelarbrist. I övrigt hänvisas till respektive lags verksamhetsberättelse.

Vårt representationslag, som deltog i division 5, vann till slut serien! Därmed spelar IFK Mariefred Herr i division 4 under det kommande året, för första gången på trettio år! Det med en ung och utvecklingsbar trupp, som siktar på att ta sig högre upp i divisionerna. Intresset har varit mycket stort kring laget, vilket skapar en härlig klubbkänsla med många engagerade. På premiären mot Kvicksund kom officiellt 539 personer och fick höra Niclas Holmgren som kommentator och se Anders Limpar få stryk av Linnéa (från F12) i jongleringstävling i paus. Kommunderbyt hemma mot Stallarholmen följdes även det av över 500 åskådare. Bägge matcherna vanns självklart av hemmalaget...!

Sektionen har genomfört ännu en omgång av Landslagets fotbollsskola med 194 deltagande barn och 35 unga ledare. Även i år hade respektive åldersgrupps ordinarie ledare gjort upp program anpassade till respektive åldersgrupp. Som ledare är ett flertal av föreningens egna ungdomar engagerade efter specialutbildning utifrån Svenska fotbollsförbundets handledning.

För åttonde året i rad arrangerades fotbollskollo i samarbete med ViLirare under en vecka i juli med drygt 60 deltagare, fulltecknat. Ett mycket lyckat arrangemang, som nu gjorde sitt sista år, då ViLirare ändrar sin verksamhet. Rekryterade från IFK Mariefred arbetade 8 unga ledare, varav 4 som tränarassistenter samt 4 som gruppleddare för kollobarnen.

Under våren genomfördes utbildning för ungdomar som föreningsdomare för våra 5 mot 5 och 7 mot 7 matcher. Flera ungdomar har också gått vidare i sin domarkarriär med utbildning till 9 mot 9. Sammanlagt har vi 30 egna domare som i år dömde 226 matcher.

Vidare genomfördes tränarutbildning D, arrangerad av SÖFF, på plats i Mariefred med god representation av ledare från IFK Mariefred. Under året genomförde även Utvecklingsgruppen sitt arbete med utvecklingsplanen för IFK Mariefreds fotboll under målsättningen "fler, längre, bättre" och en serie av specialträningar genomfördes. T.ex. var Coerver Coaching på plats och vi genomförde själva ett antal målvaktsträningar.

I september anordnade vi "Tjejfotbollens Dag" för att lyfta, uppmärksamma och rekrytera våra tjejer, både aktiva och ledare.

Till sist vill vi först och främst tacka alla våra aktiva inom klubben! Tack för att ni är del i IFK's starka position som ledande idrottsförening i Södermanland. Och alla ni ledare och föräldrar som gör IFK's fotboll till vad den är – fortsatt med er passion och engagemang! Tack till våra sponsorer för ert osjälviska men viktiga stöd.

Med önskan om ett år med fortsatt god utveckling av våra spelare och vår verksamhet,

Mariefred 19 januari 2025
Bo Petersson, Ordförande

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL

A-lag Herr, år 2024

Laget har tränat under ledning av Mats Hörnell, Johan Rosenberg, Mathias Emet samt Lars Karlsson som målvaktstränare. Lars har även haft rollen som analytiker.

Pierre Petersson och Lena Ljungquist har varit lagledare.

Efter en lång säsong, första träningen var redan den 8 januari, 98 träningar och 39 matcher senare stod vi som **vinnare i division fem!**

Vi satte redan för ett år sedan, ett klart mål om att ta oss upp i division fyra – och att vinna serien. Det följer också av vårt långsiktiga mål som är att spela i division tre före år 2027. För att vinna serien, så såg vi framför oss att släppa in max ett mål i snitt under året – en klar skillnad mot säsongen 2023, då vi låg på över två mål i snitt per match. Samtidigt fortsätta jobba med vår spelidé som ett spelande, bollhållande, snabbt och framåttriktat lag.

Vi planerade också för att "...vara ett klart division fyra lag..." redan vid säsongstart i april, vilket låg till grund för hela försäsongen. Viktiga delar i detta var förstas en rätt spelartrupp som är med på idéerna, rätta ledare, rätt motstånd i träningsmatcherna, ordentlig fysträning, en taktisk utveckling, scouting av motståndare, matchprepp inför varje match – men kanske framför allt att det fortfarande skall vara kul! Skitkul!

Träningarna började på allvar den 8 januari med tre träningar i veckan, med ett kortare uppehåll tre veckor i juli. Träningsnärvaron har varit mycket hög där en stor kärna av spelare ligger på över 75% träningsnärvaro.

Under försäsongen mötte vi enbart lag i en högre division än oss (förutom tre lag i DM), allt för att sätta vår spelidé och utmanas i nivå. Vi noterade tre förluster, en oavgjord och en vinst i träningsmatcherna. I DM vann vi gruppen obesegrade, där vi inledde med att slå Jäder IF från division fyra. I slutspelet slog vi Nykvarn och fick sedan testa oss mot AFC Eskilstuna, där vi åkte ur efter 0-2 på hemmaplan – efter en högkvalitativ match.

Vi avslutade försäsongen med träningsläger i Nyköping den 5-7 april med 24 spelare, tre träningar och sista träningsmatchen mot Hargs BK som vi dominerade helt, trots två träningspass i benen.

Inför seriestart hade vi en fin trupp på cirka 25 spelare, med en hemvändare som kom hem till moderklubben från en sejour i IK Viljan, en ny fantastisk målvakt (hem från tre års collage-fotboll) samt några ytterligare unga nyförvärv. Truppen håller en låg snittålder på ca 22,5 år, inkl tre rutinerade rävar, där den äldste är 47 år. Om vi tar bort de tre äldsta har vi en snittålder på 20,2 år. Det visar att det är ett antal år kvar innan våra spelare teoretiskt skall ha sin peak som fotbollsspelare.

Seriepremiären den 12 april hemma mot Kvicksunds SK vanns övertygande med 3-1 inför storpublik – officiellt 535 personer! Vi vann publikligan med ett snitt på 140 åskådare hemma och sammanlagt 90 personer i snitt över serien.

I maj bestämmer sig två av våra nyförvärv att gå vidare till seriekonkurrenten Stallarholmen, tyvärr.

Vårsäsongen stängde vi i början på juli efter 13 matcher med raden 8-2-3 och en andraplats i tabellen. Med nio matcher kvar, tog vi lite ledigt och började leta nya spelare, då vi såg en höstsäsong framför oss med ett spelartapp på fem spelare till studier och militär. När vi dessutom tyvärr får en svår skada på vår mittback, under en cupmatch i början på augusti blev det extra viktigt. En cup (Lithellscupen) som vi för övrigt vinner.

Vi hittade en ny mittback och en ytterforward i Strängnäs. I månadsskiftet augusti/september återvänder en trotjänare hem från USA och ytterligare en spelare i IK Viljan bestämmer sig för att komma hem till moderklubben igen! Lagom till hemmaderbyt mot Stallarholmen, där vi gör årets bästa match inför 509 åskådare och vinner klart med 4-1!

På höstens sista sju matcher var vi obesegrade med enbart en oavgjord match (hemma mot BK Sport). Vi hade chansen att ta division fyra-platsen redan i näst sista omgången mot BK Sport, men fick åka till Kvicksund och städa av dem för vår serieseger. En sådan skön känsla för våra killar – som verkligen gjort allt för att fullfölja vår gemensamma plan och ta den mer än välförtjänta platsen i fyran!

Vid summering av säsongen har vi tränat 98 pass och spelat 39 matcher. Totalt gjorde vi 114 mål under säsongen och släppte in 51.

Det kan noteras att vi hade en svag utdelning av poäng mot våra konkurrenter i toppen (Stallarholmen, BK Sport och Nykvarn), där vi endast tog fem poäng av 18 möjliga. Mot de övriga lagen fick vi ihop raden 13-2-1 och 41 poäng av 48 möjliga. Vinst i serien på 46 poäng, samma som tvåan Stallarholmen, men med 16 måls bättre målskillnad (+48). Vi slutar på endast 25 insläppta mål, något fler än planen och minst i serien. 73 mål framåt, där endast Stallarholmen gjorde fler.

Vi levererade bra framåt, med en av våra spelare som tvåa i skytteligan med hela 21 mål! 14 olika målskyttar i serien.

Vi har tio spelare som har varit med i 19 eller fler matcher. Våra två äldsta spelare är de enda två som har varit på plats alla 22 matcherna i serien! Något som bara sex spelare i hela serien klarade. 45 gula kort och tre röda ger oss en placering på nedre halvan i Fair Play-tabellen. Något vi behöver bli bättre på till nästa år.

Utöver att spela fotboll var vi parkeringsansvariga i samband med FoodTruck SM dagarna i juli. I slutet av oktober hade vi avslutningsfest på Biohuset i Mariefred för att fira vår fantastiska säsong.

Planeringen inför nästa säsong är i full gång. Vi har ett antal fina nyförvärv på gång och ser framför oss att fortsätta utveckla våra killar och marschen uppåt!

Vi riktar ett stort tack till alla runt laget, alla fina åskådare och supporters (med Bosse Petersson

och Anders Limpar i spetsen) – och ett stort tack till våra storsponsorer Kruus Hus, ICA Torghallen och SEVAB.

//Mats, Johan, Mathias, Lars, Pierre och Lena



IFK MARIEFRED FOTBOLL F09/10 2024

Truppen

2024 har varit en lite rörlig säsong för laget. Våren började bra med stabil trupp, sedan kom en svacka där en handfull spelare provtränade för Viljan. Tre spelare valde att byta (Nikki, Betty och Elise), och under säsongen har äldre spelare (födda 2006-2004) deltagit vid träningar och träningsmatcher. Vi lämnar året med 8 spelare födda 2010, 5 spelare födda 2009 samt 6 spelare födda 2006-2004 = 19 spelare.

Sammanfattningsvis har laget under 2024 både tappat och vunnit spelare, med resultat att vi faktiskt stärkt truppen inför nästkommande viktiga säsong då vi hoppas kunna satsa som damlag.

Vår säsong/vårt spel

Vi startade säsongen med träning 4 mars och den 24 mars anordnade vi träningsläger i Kvikksund där vi jobbade med gruppövningar, teori och teknik samt spelade match mot Kvikksunds jämnåriga fotbollslag.

Seriepremiären gjordes den 5 maj mot Nykvarn.

Under våren spelade laget i F13-14 år Blå, där kom vi på plats 8. Filippa, Vega och Wilda spelade flest matcher under våren. Under hösten spelade vi F13 år Grön och landade en tredjeplacering med 2,2 mål per match. Hamda och Stella spelade flest matcher under hösten.

I och med seriebytet tappade vi lagets målvakt (Linnéa) på grund av skolval. I och med att laget består av så pass få spelare har vi vid flera tillfällen lånat in spelare från F12 med goda resultat.

Det blev otroligt få seriematcher under året - specifikt under hösten - då flera lag drog sig ur.

Därför anordnade vi själva ett antal träningsmatcher mot olika lag. Laget har inte spelat cup.

Sista utträningen gjorde vi den 23 oktober. 9 november drog vi igång med inneträning/utträning med fokus på fys.

Vårt resultat/våra utmaningar

Under året har laget fått bättre förståelse för 9mot9-spel. Våra utmaningar har till viss del handlat om att synka laget (igen!) och behålla spelare. En annan utmaning har varit att motivera och planera då det blev en upphackad säsong med brist på speltillfällen.

Höjdpunkter under säsongen

Vinsten borta mot Viljan med inte mindre än fyra inlånade 12:or var en av årets absoluta höjdpunkter. Diskussionen om att satsa som damlag under 2025 har också varit en höjdpunkt och något vi tror på.

Tränare och ledare under året har varit Pierre Karlsson, Stefan Jakobsson, Marie Freij och Cecilia Löf. Cecilia har varit lagledare med stöd av Marie.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F13/14

2024

Vår säsong:

Vi har haft träning 2 ggr/veckan med start april till och med september. Vi har även haft 1 träning / veckan under vinterhalvåret. Här har cirka 7-9 spelare spelat kontinuerligt hela vintersäsongen. Vi har spelat vår första säsong i serie 7 mot 7 på nivå grön (bas). Många av F13/14 tjejerna var även med på fotbollsskolan lira blågult. Vi deltog i Strängnäs 100-årscupen samt lilla Lithells-cupen.

Om truppen:

Vi har i skrivandes stund 24 tjejer i truppen. 12 stycken F13, 12 stycken F14. Under året har vi tappat några spelare men också fått några nya.

Vårt spel:

Träningsarna har bestått av 30 minuter fys/ vecka samt 2 timmar fotbollsträning. Under träningarna fokuserade vi på bollkontroll, passningsspel, mottagningar och fria ytor. Även en del finter samt närkamper och skottövningar. Matchspelet har ibland varit på större ytor med fler spelare samt små ytor med få spelare.

Vårt resultat:

Under säsongens gång har spelet utvecklats till det bättre. Att gå från 5 mot 5 till 7 mot 7 har varit en omställning. I början slog tjejerna många långbollar och sprang på allt. Med tiden har dom insett att det lönar sig att hitta passningsspelet då planen är betydligt större att springa på. Det har varit tydligt att orken inte infunnit sig och att spelarna måste få till ett mer hållbart spel samt inte göra för många "tokspringningar" efter boll. Inför denna säsong har vi en tro och fokus på att få igång ett mer kvalitativt spel och att tjejerna har mer kännedom kring plan och passningsspelet skall flyta på ett bättre sätt.

Våra utmaningar:

Vi har en trupp bestående av många tjejer som spelat upp emot 5-6 år samt en hel del nybörjare. Detta skapar givetvis ett glapp utvecklingsmässigt samt ibland även frustration kring en del av tjejerna. Vi behöver jobba på att få ihop en bättre sammanhållning och förståelse för varandra kring att vi står olika utvecklingsmässigt. Vi har en del spelare som brinner för sporten, medans en del är där för att det är socialt trevligt med kompisar osv.

Höjdpunkter under året:

100-årscupen var superrolig och tjejerna spelade väldigt bra fotboll. Vi hade även en kickoff tidigt på säsongen där vi hade samarbetsövningar, teoripass, träningspass samt åt lunch tillsammans. Denna dag var så lyckad och rolig och vi planerar för att starta upp på samma sätt igen.

Övrigt:

Tränare:

Jenn Adie, Sandra Nejström, Adam Roshag, Philip Johansson, Jakob Höglund (ny för säsongen) samt ass. tränare Linnea Jonsson Berglund.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F12

2024

Truppen har varit stabil under året, 24st aktiva och 4st ledare.

Vi har tränat två gånger i veckan från början av mars till mitten av oktober och har genomfört 52st träningar med ett närvarosnitt på 64%, en ökning från 2023 och 59%, mycket beroende på en stark höst (70% närvaro) trots mycket sjukdomar i samband med skolstart.

Vi har haft ett lag till matchspel i år och tjejerna har fått match utifrån träningsnärvaro (sjukdom och annan träning har inte räknats som frånvaro) precis som förra året och det fungerar fortsatt bra. Vi har spelat 5st cuper under året för att möjliggöra mer matchspel för tjejerna.

Under den här säsongen har vi skiftat det centrala fokuset från att alla ska lära sig så mycket som möjligt på varje träning till att det ska vara så roligt som möjligt på varje träning. De utmaningar som vi såg framför oss efter förra säsongen har med det löst sig självt, nivåskillnaderna har minskat, laget är mer sammansvetsat, alla vill fortsätta spela fotboll, vi har så bra och effektiva träningar som möjligt.

Vi avslutade säsongen med en rafflande föräldramatch och tar vinteruppehåll från fotbollen för att kunna gå helhjärtat in i vinteridrotterna och låta hjärnorna få komma ikapp och börja längta till nästa säsong.

Utmaningar kommande säsong: hur behåller vi så många som möjligt samtidigt som vi har så bra och effektiva träningar som möjligt och att alla blir så bra fotbollsspelare som möjligt.

Tränare:

Alpa Raja, Daniel Jarestrand, Martin Öhman och Micke Undhjem

Lagledare:

Micke Undhjem

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F15

2024

Om truppen

Vi avslutar säsongen med 15 spelare. En normal ordinarie träning är vi ca 8-12 deltagare

Vår säsong

Vi har tränat från mitten av april till slutet av september och har under året deltagit i 6 st sammandrag (5-mot-5) med ett lag. Vi har även spelat 2 cuper och 1 träningsmatch (7-mot-7). Många spelare har även varit med på Landslagets fotbollsskola under sommaren som IFK Mariefred arrangerar.

Träningar sker 2ggr/vecka under säsongen (60 minuter per pass).

Vårt spel

Träningarna har bestått av stationsövningar och smålagsspel. Stationsövningarna har haft olika teman med fokus på grundläggande bollkontroll och teknikövningar så som att driva, passning/mottagning, rörelse med och utan boll samt avslut.

Dessutom har vi jobbat på sammanhållning, med mycket samtal kring vad det innebär att vara en bra kompis och lagkamrat.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Detta var andra året vi spelade matcher och tjejerna har utvecklats otroligt mycket under säsongen. Från en "alla på bollen" mentaltitet till att förstå och hålla sina positioner, få igång ett fint passningsspel och framförallt uppmuntra och hjälpa varandra. Väckande kul att se utvecklingen och den positiva inställning som tjejerna i laget har.

Under säsongen har vi sett en stor teknisk utveckling hos spelarna vilket även märkts i våra resultat. Självklar har resultaten i våra sammandrag varierat beroende på motstånd, men överlag så har vi fått med oss många positiva upplevelser och resultat.

Vi ser fram emot gå upp och börja spela 7 manna då tjejerna visar att de är redo för att ta sitt spel till en större yta.

Våra utmaningar:

Inför nästa säsong så ser vi en utmaning med att behålla truppstorleken och säkra upp deltagande på träning. Vi ser att vi haft stort deltagande på matcherna och lite sämre närvaro på träningarna.

Höjdpunkter under säsongen:

Säsongstarten med Cup i Järna i snöstorm kommer vi minnas länge. Det var mycket tuffa matcher. Men tjejerna lyckades hålla i sitt eget spel och humöret uppe trots besvärliga väderförhållanden, hårt motstånd mot spelskickliga lag.

Vi avslutade säsongen med träningsmatch mot IK Viljan (7-mot 7) och det var väldigt roligt att se ur spelarna tog sig an utmaningen och tjejerna är helt klart redo för seriespel på 7mannan planen under nästa år. I samband med träningsmatchen bjöd vi även på fikabuffe – väldigt

uppskattad av både våra och motståndarlagets tjejer.

Övrigt:

Vi går in i 2025 med massor av energi och spellust!

Tränare: Melinda Nordgaard, Emil Kinnunen,
Sara Claesson, Mimmi Eriksson, Wiktor Persson Lysell

Lagledare: Sara Grimlund



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F16

2024

Om truppen: ca 22st

Vår säsong: Tränat sommarsäsong 26 mars tom 29 september: tisdagar kl. 18-19 på konstgräsplanen 7m7 och söndagar kl. 9-10 på konstgräsplanen 11m11. Mellan ca 15-20 tjejer och ca 2-5 ledare per träning.

På träningarna har vi försökt plockat mycket inspiration från träningsbanken som IFK Mariefred har. Vi har fokuserat på olika träningsmoment tex, passning, skott osv och upprepat liknande träningar 2-3 tillfällen. Dock har vi fått lägga in lite mer tävlingsmoment på träningarna typ stafetter, småmatcher och lektävlingar då tjejerna annars lätt tappar fokus.

Vi har också jobbat med "lagregler" för att få bättre sammanhållning och trevligare träningsklimat för både tränare och barn.

Vårt spel: Eskilstuna cup 13/4, två lag med 3 matcher var.

Träningsmatcher mot Eskilstuna två lag 4/5 och mot Nykvarn två lag 21/5.

Sammandrag Järna två lag 26/5, sammandrag Nykvarn IP två lag 8/6, sammandrag hemma två lag 29/6, sammandrag Nykvarns IP två lag 17/8, sammandrag Eskilstuna Balsta IP två lag 31/8.

Vårt resultat: Tjejerna gillar verkligen matchspel vilket är roligt att se.

Våra utmaningar: Planera träningar som gör att tjejerna inte tappar fokus. Det är en trupp med mycket tävlingsinriktade tjejer med starka viljor. Att kunna anpassa träningarna till lagom nivå så det passar alla tjejer oavsett deras nivå.

Höjdpunkter under säsongen: Cupen i Eskilstuna.

Övrigt:

*Varit med och planerat och genomfört fotbollsskolan 2024.

*Skapat en whatsappgrupp för föräldrar för att förenkla kommunikation föräldrar emellan ex. vid samåkning och arbete vid hemmaspel.

*Genomfört föräldramöte innan säsonguppstart samt fördelat arbetsuppgifter tränare emellan för att minska arbetsbelastning på enstaka personer.

Tränare: Angelica Jäderlund, Jakob Hellman, Jakob Wiberg, Mathias Roxell, Johan Oskarsson, Robert Hasselblad, Magdalena Weckström och Annelie Dammander (paus som tränare 2024 pga bebis).

Lagledare: Catarina Rostedt 2024 (Jakob Hellman 2025).

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F17

ÅR 2024

Om truppen

Efter att ha byggt upp gruppen under två år i bollskolan startade F17 upp som ett "riktigt lag" detta år. Under året har några spelare börjat i laget och några slutat. I slutet av säsongen var det 25 barn i gruppen.

Vår säsong

Vi tränade en gång i veckan från den 17 april till den 2 oktober. Några få spelare var med på fotbollsskolan Lira Blågult under sommaren. Inför att vi nästa år ska börja spela sammandrag bjöd vi in ett antal lag i närområdet för att den 17 september spela ett antal träningsmatcher (5 mot 5) uppe på Hammaren. Vi deltog även i New Mills inomhuscup Futsalucia (3 mot 3) den 15 december.

Vårt spel

Vi övade grundläggande färdigheter, dvs. driva boll, passa och avslut. Vi fokuserade på rörelsegädje och mycket enskild bollkontakt under träningarna. Vi försökte även få in övningar med fokus på grundläggande spelförståelse och spelade mycket matchspel.

Vårt resultat

Alla spelare har utvecklats mycket under året. Spelarna växte mycket i och med den minicup med träningsmatcher som vi anordnade i september. Lagkänslan har ökat.

Våra utmaningar

Hålla motivationen och glädjen för fotbollen uppe för alla spelare i laget och se till att alla känner sig säkra i grundläggande fotbollsfärdigheter. Många spelare spelar inte fotboll i skolan/på fritiden (och får således ingen mängdträning) och har därmed ännu inte kommit så långt i sina fotbollsfärdigheter (vilket bidrar till frustration och att motivationen ibland tryter), medan andra har kommit längre i sin utveckling.

Höjdpunkter under säsongen

Träningsmatcherna i september då vädergudarna var med oss (sol och 25 grader hela kvällen). Många spelare var väldigt nervösa efter att de fått på sig ett matchställ för första gången och trodde att fjärilarna i magen aldrig skulle försvinna. Alla fjärilar flög dock sin kos såsom tränarna hade utlovat och det blev en fantastiskt fin kväll med stor kämparanda och stark lagkänsla.

Övrigt

Vi ser fram emot 2025 då vi spelar sammandrag och ska fortsätta bygga på lagkänsla och gott kamratskap i laget.

Tränare

Charlotte Nothnagel, Celina Persson, Douglas Smedberg, Peter Segerlund, Johan Wingren, Sara Wingren, Sebastian Du Reitz och Frederic Gyllenswärd. Vi är väldigt glada att ha rekryterat fyra nya tränare till gruppen under året.



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

Bollskolan Flickor (f2018/f2019)

2024

Om truppen

Årets bollskola för flickor födda 2018 och 2019 har haft 36 deltagare inskrivna på laget.se. På varje träning har vi haft runt 20–25 deltagare.

Vår säsong

Vi har tränat från början av Maj till slutet av september, med uppehåll under juli.

Träningen har skett 1 ggr/vecka, 60 minuter. Tränarstaben har bestått av 7 ledare med egna barn som tillhör båda åldersgrupperna.

Generellt var det flera barn som deltog på vårens träningar varpå träningsnärvaron minskade något på hösten.

Träningsupplägget bestod liksom tidigare säsonger av olika stationer där tjejerna fått öva på olika grundläggande fotbollsmoment på olika stationer, samt spela smålagsspel. Vi avslutade även varje träning med någon form av stafett.

Då det kan vara utmanande att behålla fokus under en heltimme för dessa så upplever vi att ett strukturerat stationsupplägg där vi varierat stationer med olika fokus - teknik, spel och lek fungerat bra.

Höjdpunkter under säsongen:

Höjdpunkterna för året var avslutningarna på våren inför sommaruppehållet respektive hösten säsongavslutning då det bjöds på glass.

Tränare:

Huvudansvarig tränare och administratörer av laget.se var Jennie Rickardsson och Sara Claesson med god support av övriga tränare Emilie Ehn Wallmarö, Tommy Idh, Amelie Molin, Sara Wingren och Jenny Malmkvist.

Nästa säsong bildar flickor 2018 eget lag vilket innebär att några av bollskolans ledarna följer med dem, och behovet av att rekrytera flera nya ledare till bollskolan 2025 uppstår.

Verksamhetsberättelse 2024

P12 fotboll IFK Mariefred

Tränare: Jörgen Forsberg, Pontus Lindholm, Patrik Danielsson, Emil Larsson, Daniel Glennemo, Daniel Hjorter och Dennis Dorch.

Lagledare: Caroline Sebö

Vi har under 2024 genomfört ett stort antal aktiviteter i form av träningar, träningsmatcher, cuper, seriematcher, föräldramöten etc. Under säsongen har vi tränat måndagar (90min), tisdagar (75min) och torsdagar (90min), innan säsongen har vi även genomfört söndagsträningar både inomhus och utomhus utifrån säsong och i år körde vi några veckor efter att serien var slut mha en spelare från A-laget. Under vintern har ingen träning bedrivits då intresset är för lågt.

Träningsstrukturen har rullat i block om tre veckor med förutbestämda övningar för respektive träningspass vilket vi tycker varit en fungerande modell att jobba efter. I tillägg har vi haft specifika målvaktsträningar som genomförts av både vår egen målvaktstränare såväl som sektionens satsning.

Under senare delen av våren fick vi in ett antal nya spelare varva några aldrig spelat fotboll. Vilket även detta år gjorde att vi fick en väldigt stor spridning i fotbollskunskap inom laget vilket gett utmaningar på träningar och matcher. Vi har också haft 3st spelare från P13 på en träning i veckan.

I juni fick vi också ta emot två spelare och en ledare då P10/11 lades ner. När säsongen avslutades hade vi 33 spelare i truppen. Från dessa har två valt att byta klubb. På tränarsidan har några slutat och två har tillkommit och i slutet av säsongen var vi 7st aktiva tränare och 1 lagledare.

Vi anmälde två lag som spelade i samma nivå av serie 7 mot 7 och vi försökte matcha våra lag mot motstånd men det var svårt. Till hösten flyttade vi ner ett lag till en lättare nivå. Den lättare nivån blev ändå för svår medan den svårare nivån blev för lätt med stora vinster.

Träningsmatcher ordnades under hösten för att hitta mer lämpligt motstånd för båda nivåerna. Innan säsongen trappades ner spelades en 9 mot 9 turnering för att känna på det inför kommande säsong.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P13

2024

Under året har vi haft 26 barn i träning. Säsongen startade redan i januari, då vi deltog med ett lag i futsal-seriespel. Träningar har bedrivits tre gånger i veckan.

Under utomhussäsongen hade vi två lag anmälda till seriespel. Under våren var motståndet något för lätt, vilket ledde till att vi efter sommaren flyttade upp laget till en mer utmanande nivå. Även under hösten visade sig serien vara något för enkel.

Efter utomhussäsongen fortsatte vi med futsal, fortfarande med tre träningspass per vecka.

Årets mål har varit att lära barnen grunderna i ett lågt försvarsspel samt att stärka deras självförtroende. Resultaten har varit positiva – barnen har utvecklats både som fotbollsspelare och i sin förståelse för försvarsspel.

Tränare: Henrik Ryden, Christopher Romo, Andreas Hagvörn, Joakim Boman och Thomas Moberg.

Lagledare: Anders Steiner, Anna Lennmark och Frida Basilius.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P14

2024

Om truppen

44 deltagare. En normal ordinarie träning är vi 25-30 spelare.

Vår säsong

Vi tränar med ordinarie utomhusträningar från mars till början av oktober och har deltagit i seriespel (7-mot-7) med tre anmälda lag. Många spelare har varit med på Landslagets fotbollsskola under sommaren som IFK Mariefred arrangerar.

Träningar sker 2-3 ggr/vecka under säsongen (60-90 minuter per pass) och laget har haft två-tre matcher per helg under säsongen.

Vi har även erbjudit spelarna futsal träning 1 ggr/vecka samt utomhusträning 1 ggr/vecka under vintersäsongen.

Vårt spel

Under 2024 hade vi tre lag i seriespel 7-mot-7. Två lag på grön nivå och ett lag blå nivå. Vi hade inga fasta lag och alla spelare fick prova på både blå och grön nivå. De spelare som upplevdes ligga längre fram i sin fotbollsutveckling fick något större andel av sina matcher i blå serie, och de som ännu inte kommit lika långt fick en något större andel av sina matcher i grön serie. I både träning och matcher har vi försökt leva upp till 25-50-25-principen så att alla spelare ska få utmaningar på sin egen nivå.

Vi deltog också i IK Viljans 100-års cup i Strängnäs.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Under säsongen har vi sett en stor utveckling hos spelarna, framför allt tekniskt i passningsspel och smålagsspel.

I seriespelet har resultaten varierat, beroende på vilken sammansättning av spelare vi haft vid den enskilda matchen. Vi har både vunnit stort och förlorat stort, vilket delvis är en följd av att vi roterat lagen och att vi låtit alla spelare prova på både Grön och Blå serie.

Efter en vårsäsong där lagen vann de flesta av sina matcher blev motståndet under hösten tuffare, sedan förbundet delat in lagen i nya serier beroende på tidigare resultat. Detta förfarande fungerar mindre bra när en klubb har flera olika lag anmälda och roterar spelare mellan lagen.

Våra utmaningar:

Truppen är stor, vilket medför utmaningar i träningarna och i planering kring matchspel. Vi ser också växande gap i färdighetsnivå mellan de som tränar mycket fotboll och de som bara är med lite då och då. Det kommer att bli en spännande utmaning att hitta utmaningar för alla på rätt nivå under 2025.

Höjdpunkter under säsongen:

Uppstartsdag inför säsongen, avslutning med discgolf och matcher har varit höjdpunkter under säsongen.

Övrigt:

-

Tränare: David Norman, Erik Forsblom, Ajdin Hadzic, Joel Pettersson, Kalle Palin, Mattias Åberg

Lagledare: Sara Grimlund, Ida Högberg (ekonomi)



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P15 2024

Om truppen (antal deltagare, nyheter, ändringar):

Vi har blivit något färre antal barn under 2024. Vi har haft 2-3 som har bytt till Stallarholmen, främst för att de bor i Stallarholmen (går i skolan i Mariefred). Vi har även haft ett par barn som slutat för att intresset för fotboll inte riktigt finns där. På träningar är vi cirka 20 barn, totalt i laget cirka 27 barn. Men i stort sett är gruppen intakt.

Vår säsong (träningar, sommar/vinter, läger, spel, utveckling):

Vi har tränat två dagar i veckan. Onsdagar och lördagar. Ett väl fungerande upplägg för oss. Cirka 20-23 barn per träning. Vi hade ett kortare uppehåll under sommaren. Vi började träningssäsongen i samband med att vinteridrotterna trappade ner och slutade sedan säsongen i oktober.

Vårt spel (träningmatcher, matcher, cuper mm.):

Vi har spelat sex (6) sammandrag under 2023, därutöver inga andra matcher. Vi ser dock fram emot att under 2025 få börja spela 7mot7, något vi också tränat på träningar.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Intresset är som störst för att spela matchspel men vi märker samtidigt att killarna hela tiden växer och får allt större förståelse för fotboll och dess moment. Under säsongen så har bollkontrollen och förståelsen för det övergripande spelat ökat hos killarna. Vi har ett högt deltagande på träningarna och vi är i princip samma barn varje träning vecka ut och vecka in.

Våra utmaningar:

Största utmaningen är att få hela gruppen fokuserad samtidigt. Vi har haft en del stök på träningar och ibland är det svårt att få visa barn att fokusera. En annan utmaning är att nivåanpassa träningarna så att alla får utvecklas utifrån den egna kunskapsnivån. Vi har en ganska stor nivåvariation i gruppen och där märker vi tydligt att de som ligger längre fram idag gärna tyr sig till varandra i spelet. Vi märker också i matcher att de som inte kommit lika långt i sin utveckling i allt för stor utsträckning lämnar över ansvaret till de som ligger långt fram i utvecklingen. Vi försöker dock jobba för att alla ska ta ansvar i spelet och spela efter egen förmåga.

Höjdpunkter under säsongen:

Sammandragen är höjdpunkter för hela gruppen. Sammanhållningen som blir under matchspel är fantastisk roligt att se.

Övrigt:

Alla ser mycket fram emot 7mot7-spel och många är laddade för en ny säsong.

Tränare: Filip Jarl (Huvudtränare), Oscar Holmgren, Jesper Johansson, Jörg Malchus, Guy Gäddnäs (materialansvarig).

Lagledare: Erika Werner

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P16

2024

Om truppen

35-38 deltagare. En normal ordinarie träning är vi 28-33 spelare.

Vår säsong

Vi har tränat med start efter påsklovet till slutet av september. Många spelare har varit med på Landslagets fotbollsskola under sommaren som IFK Mariefred arrangerar. Träningar sker 2 ggr/vecka under säsongen (60 minuter per pass) och laget har haft 6 sammandrag samt 2 gånger spelat träningsmatcher mot Stallarholmen.

Vårt spel

Vi har fortsatt i år fokuserat på att göra temaveckor (typ 2-3 veckor i rad) med olika teman som träningarna då varit utformade kring (teman dribbla/föra och skott/pass).

Vi har på träningarna försökt ha övningar med mycket bollkontakt för barnen och träningarna har varit utformade kring 50% övningar enligt tema, och 50% av övningarna har varit 2-måls spel. Alla övningar och 2-målen har varit färdigställda vid start av träning. Detta för att öka möjligheterna för ett bra flyt under träningarna.

Vi har fortsatt med vårt fokus att öka barnens bollkontakt och förmåga att hantera bollen (och genom detta deras kroppsliga förmåga och koordination överlag) samt lära sig förstå spelet mera, och genom framförallt förståelsen för spelet mer få upp ögonen för varandra och börja passa med i alla fall den närmaste spelkamraten.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Vi har haft ett väldigt bra deltagande under säsongen med en närvaro på cirka 85% på träningarna. Det har tillkommit och lämnat några få barn under säsongen men i stort har det varit stabilt.

Barnens goda utveckling i deras bollbehandling från föregående säsong märktes tydligt och medförde att övningarna kunde avanceras lite mera. Deras förmåga att kunna passa och mer och hitta varandra märktes och de visade god förmåga sett till ålder gällande att läsa spelet. Vi såg en god utvecklingen under säsongen från såväl föregående säsong liksom under den som fortlöpte och flera av spelarna började visa en större förståelse kring positionering. Något som medförde att vi började att fokusera lite mer på vem som spelar som anfallare och vem som spelar försvarare.

Våra utmaningar:

Utmaningarna är fortfarande desamma som vid föregående säsong och den första lite av ett lyxproblem. Truppen är fortfarande stor vilket är positivt, men det medför utmaningar i träningarna. Det är också stor variation på spelarna gällande förmåga.

Det finns många i gruppen som är väldigt intresserade och spelar fotboll hela tiden utanför träningarna, och några mest går på träningarna för en gemenskap, liksom flera är i mitten av dessa två grupper. Denna kombination utmanar mycket i form av att erbjuda utmaningar för utveckling för alla på alla träningarna och i samband med sammandragen. Inte en ovanlig

utmaning men likväl en av de större och mer återkommande. För att möta denna utmaning görs väldigt medveten gruppindelning vid varje träningar och match för att se till så att både kompetens och samhörigt stimuleras.

Gruppens storlek i relation till tränare utmanar också då det kräver flera tränare för att få till ett bra flyt på träningarna så att så många barn som möjligt kan uppmärksammas och få stöd och hjälp att utvecklas vidare. Flera och inte alla av tränare är också tränare/hjälper inom andra lag/sporter vilket gör det svårt att få till livspusslet för dem själva.

Att stationerna är färdigställd inför träningarna startar är också en utmaning då det kräver att någon/några är där i god tid innan. Något som inte alltid är så lätt sett till den egna tiden och logistiken utanför engagemanget i IFK. Men vi bedömer det som viktigt för att få till bra träningar.

Höjdpunkter under säsongen:

Har varit den gemenskap som funnit i gruppen som helhet över hela säsongen. Barnen tycket om varandra och gillar att umgås ihop på träningarna. Det finns mycket vänskap mellan barnen. Vidare höjdpunkter under säsongen har annars varit de olika sammandragen som har blivit större händelser för barnen. Träningsmatcherna mot Stallarholmen blev också en stor hit då den kunde genomföras på relativt liten tid i relation till de vanliga sammandragen som brukar ta en halv eller hel dag i anspråk. Något som verkade uppskattat av föräldrar. Avslutningen på hösten i form av match mot föräldrar var också det en höjdpunkt.

Övrigt:

I övrigt skulle vi tränare gärna uppskatta mer tillfällen att utveckla band mellan lagen och till andra ledare. Detta för att på så vis bygga en större IFK anda där lagen lär känna varandra lite mera, och för oss tränare också få möjligheter att få lära känna andra ledare vilket kan medföra att vi börjar hjälpa och stötta varandra lite mer naturligt.

Till säsongen 2025 finns det planer och dialog på just ett sådant samarbete mellan P18, P17, P16 & P15. Men för att detta ska kunna bli bra behövs stöd från IFK också.

Tränare: Gustav Du Rietz, Andreas Norberg, Juho Friberg, Kristofer Klingensjö, Ove Karlsson, Marcus Rickardsson, Magnus Jangerud, Sebastian Siffren

Lagledare: Sara Grimlund

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P17

2024

Om truppen (antal deltagare, nyheter, ändringar):

2024 var första året som P17 bildade ett eget lag. En stor trupp med drygt 50 anmälda spelare i laget.se. Under året har några hoppat av och några tillkommit så det har varit en ganska stabil trupp.

Vår säsong (träningar, sommar/vinter, läger, spel, utveckling):

Huvudfokus har legat på träningar det första året. Vi har använt oss mestadels av stationer som vi roterat på (likt bollskolan) och försökt att hålla under 10 spelare per grupp och ca 10 minuter per station. Detta för att få ett bra flyt med igenkänning från bollskolan både för oss tränare och spelarna. Under året har vi testat och utvärderat nya övningar.

Fokus i stationerna har varit att ha roligt, mycket bollkontakt och så lite kö som möjligt.

Senare i säsongen har vi introducerat lite mer "avancerade" övningar med anfall/ försvarsspel vilket fungerat bra.

Vårt spel (träningmatcher, matcher, cuper mm.):

Vi har spelat 5 matcher i sammandrag och 2 träningsmatcher under året, samt stöttat P16 vid enstaka tillfällen i sammandrag. Alla spelare har fått chans till match.

Vi har försökt hålla 9-10 spelare/ lag och bytt hela laget vilket fungerat bra. 2 matcher per dag var lagom denna säsong. När vi har haft 3 matcher på en dag så har spelarna kroknat sista matchen. Bra energi och viss antydning till positionsspel i sista träningsmatcherna mot SSK.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Ett gott resultat genom hela säsongen med bra deltagande, bra utveckling både i sammanhållning som lag, inkludering av nya lagmedlemmar och spelutveckling.

Våra utmaningar:

Stor trupp att hålla reda på, svårt med förberedelse då anmälan till laget endast är en fingervisning om vilka som kommer och ungefär hur många.

Höjdpunkter under säsongen:

Att många har varit modiga och spelat match, varit målvakt. Tagit hand om varandra när någon gjort sig illa. Vissa som växte extremt mycket i energi när matchstället kom på.

Övrigt:

Uppstartsmöte snart inför 2025, men som avslut var vi tränare ganska enade om att kunna ställa högre krav på spelarna inför säsongen att lyssna och vara mentalt närvarande.

Tränare: Johan Wohrne, Jonas Fläckerud, Jesper Johansson, Erik Forsblom, Gustav Nordebrink, Kieran Blake, Sebastian Siffren

Lagledare: Tommy Ljungqvist, Sven Leander.



VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL Bollskolan

2024

Återigen var det väldigt många pojkar som var intresserade av att spela fotboll. Årets bollskola för pojkar födda 2018 och 2019 hade som mest runt 70–80 deltagare inskrivna på laget.se. Det var träning 1 gång i veckan som leddes av 8–12 ledare. Tränarstaben bestod av ledare som tillhörde båda åldersgrupperna och stabens egen närvaro på träningarna var relativt god vilket gjorde att träningarna flöt på smidigt och bra, trots att det många gånger var så många som cirka 65-70 pojkar som deltog.

Träningsupplägget var detsamma som det har varit de tidigare säsonger. Upplägget var uppbyggt av sex olika stationer där pojkarna fick öva på olika grundläggande fotbollsmoment på tre stationer, samt spela smålagsspel på resterande tre stationer. Smålagsspel var lokaliserad mellan varje träningsstation vilket gjorde så att varannan övning var en övning för grundläggande fotbollsmoment och nästa var smålagsspel vilket skapade en naturlig variation. Smålagsspelen strävade mot att stimulera till så mycket spel som möjligt och var väldigt uppskattat av pojkarna. Smålagsspelen introducerade också pojkarna mer till själv spelet. De andra träningsstationen gjorde så att pojkarna kunde gå ned i varv och hinna återhämta sig lite då de övande på olika grundläggande fotbollsmoment. Fokus vid dessa stationer var också att det skulle vara 1 boll per pojke för att optimera bollkontakten för pojkarna.

Höjdpunkterna för året var avslutningarna på våren inför sommaruppehållet respektive hösten säsongavslutning där det vid båda tillfällena återigen var upplagt så att pojkarna mötte föräldrar på flera olika småplaner. Det var en väldigt god uppslutning av föräldrar vid båda tillfällena. Nästa säsong bildar pojkar 2018 eget lag vilket innebär att några av bollskolans ledarna följer med dem, och behovet av att rekrytera flera nya ledare till bollskolan uppstår.

Huvudansvarig tränare var Magnus Jangerud, och ansvarig för administrationen på laget.se var Pernilla Strömstedt.