VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F15

2015

**Vår säsong**

Vi har tränat 1 ggr/vecka under säsongen, med start efter påsklovet till slutet av september. Vi har spelat 6 stycken sammandrag (5-manna) samt även deltagit i 100-års turneringen i Strängnäs. Många spelare har även varit med på Landslagets fotbollsskola under sommaren som IFK Mariefred arrangerar

**Om truppen**

Vi avslutade säsongen med en trupp om 20 spelare. Under året har vi fått några nya lagkamrater, men vi har även tappat några spelare. Så vi avslutar året på ungefär samma antal som vi började säsongen med.

**Vårt spel**: Träningarna har bestått av stationsövningar och smålagspel. Stationsövningarna har haft olika teman med fokus på grundläggande bollkontrolls och teknikövningar så som att driva, passning/mottagning, rörelse med och utan boll samt avslut.

Dessutom har vi jobbat på sammanhållning och pratat mycket kring att vara en bra kompis och lagkamrat.

**Vårt resultat:** Detta var första året vi spelade matcher och tjejerna har utvecklats otroligt mycket under säsongen. Från en ”alla på bollen” mentalitet till att förstå och hålla sina positioner, få igång ett fint passningsspel och framförallt uppmuntra och hjälpa varandra. Väldigt kul att se utvecklingen och den positiva inställning som tjejerna i laget har.

**Våra utmaningar:** Under 2024 planerar vi att utöka träningarna till 2 träningar i veckan. Våra utmaningar är att fortsätta utveckla vårt upplägg på träningarna som hjälper till att hålla tjejerna motiverade genom hela träningen och en bra balans mellan teknik- och spelövningar.

**Höjdpunkter under säsongen:** 100-års turneringen som Viljan anordnade var en succé tyckte både ledare och spelare. Det var mycket tuffa matcher. Men väldigt roligt att se ur spelarna tog sig an utmaningen och lyckades hålla humöret uppe trots hårt motstånd mot spelskickliga lag.

**Övrigt:** Vi går in i 2024 med massor av energi och spellust!

**Tränare**: Melinda Nordgaard, Emil Kinnunen, Sara Claesson, Mimmi Eriksson, Wiktor Persson Lysell, Ulf Skinnar. **Lagledare** Sara Grimlund. Vi är mycket glada att vi tidigt på säsongen kunde förstärka ledarteamet med ytterligare några engagerade föräldrar.

Vi ska tillägga att laget har en fantastisk skara föräldrar som stöttar på alla sätt och vis.