



INNEBANDYSÄSONGEN 19/20 P-07/08

Välkomna till ytterligare en innebandysäsong med våra fantastiska lirare.

Tränare: Peter och Christian

Hjälptränare: Tomas Seth

Målvaktstränare: Benny Åkesson

Lagledare: Marie Freij

Nytt för i år är att vi har slagits ihop med 07 så laget heter P07/08, Just nu är det 5 stycken killar födda 07 som kommer att spela med oss vilket vi är väldigt glada för.

Vi kommer dela upp säsongen enligt teman (skott, bollbehandling/teknik, passningar/ mottagningar, spelförståelse/spelupplägg) som rullar i treveckorsperioder, detta enligt svenska innebandyförbundets utbildningsplan. Hallen kommer delas på två delar så vi kan jobba med mindre grupper/tränare och på så sätt kunna se varje spelare så mycket som möjligt, fokus ligger på att kunna i möjligaste mån individanpassa varje övning efter spelarens enskilda behov.

TRÄNINGAR

Träningsstider på Hammarens IP

Måndagar 18.00 -19.45, halltid från 18.15

Onsdagar 18.10 -19.45, halltid från 18.15

Vi vill inte se några föräldrar i omklädningsrummen efter att träningen börjat, redan där börjar våra genomgångar för en lyckad träning. Under denna tid kommer vi bl.a. diskutera mjuka värden så som mod, att vara en bra lagspelare, lagkänsla etc. Dessa samtal är väldigt viktig för att få ihop gruppen och ge alla samma grund i hur vi tacklar med- och motgångar samt hur vi får en bra dynamik i laget. Så vänligen respektera att spelarna ska vara på plats, ombytta, på utsatt tid så vi kan nyttja minuterna vi har tillsammans på bästa sätt utan att bli avbrutna.

MATCHER

Denna säsong så kommer vi att börja spela Seriematcher i Blå klass B, I och med det så kommer vi också spela med fullt regelverk så som utvisningar osv Som kan bli en utmaning för grabbarna till en början.

Vi kommer att prata väldigt mycket om domarregler och situationer på våra teorigenomgångar så att spelarna blir medvetna om vad man får och ej får göra. (På sista sidan i detta dokumentet så finns en lista på samtliga överträdelser som resulterar i utvisning 2-5 min.)

Vi pratar också väldigt mycket om laganda och lagspel, vilket är det viktigaste för att få ihop laget och spela som ett lag.

Jag har frågat samtliga spelare om vilka positioner de önskar att spela på och vilka nummer de helst vi spela med på tröjorna.

Detta är numera även inlagt under Laget på laget.se

Inför matcher är det av vikt att anmälningar sker via laget.se i utsatt tid, missar ni att anmäla kommer det kunna innebära att spelaren inte får spela p.g.a. att vi har på annat sätt anpassat gruppen efter givna förutsättningar.

AVGIFTER

Medlemskap till IFK Mariefred

Junior 250 kr

Familj 750 kr (Alla ska vara skrivna på samma adress)

Medlemskapet betalas in till Bankgiro nr: 118-2674

Maila gärna till kansli@ifkmariefred.se och förtydliga vem som betalat.

Har ni redan betalat för 2019 behöver ni inte betala in nu i höst.

Efter Årsskiftet kommer det att skickas ut mail angående avgiften för 2020

Sektionsavgift

1100 kr i sektionsavgift

Swishas till 076-186 55 25 (Marie Freij)

eller sätta in på konto i Nordea 3300 7608268566.

Skriv **barnets namn** som referens.

Alla betalningar ska vara inne senast den **26:e oktober.**

ANSVARSINDELNING

Gå igenom detta med era barn, så alla vet vilka förväntningar som finns.

LEDARNAS ANSVAR	SPELARENS ANSVAR	FÖRÄLDRARNAS ANSVAR
Spelaren möts med glädje och inspiration	Vara en god kamrat mot alla närvarande	Att ditt barn kommer i tid, utvilat och med energi
Varje spelare leds och tränas på individnivå	Att ha rätt utrustning med sig, inkluderat fylld vattenflaska	Att ditt barn har rätt utrustning i rätt storlek, <u>glasögon är ett krav</u>
Träningarna är organiserade och planerade	Att vara i tid och respektera utsatta träning- och samlingstider	Meddela vid frånvaro, så vi kan planera verksamheten
I god tid informera ang. laguttagningar och matcher	Lyssna och inte störa vid samlingar och genomgångar	Ställa upp som funktionär vid behov, så som sammandrag och träningsmatcher
Att alltid utgå från vad vi anser vara spelarens enskilda behov	Visa på glädje, vilja och engagemang för sporten	Inför och efter träningar vara behjälplig med sarg, då vi ledare har genomgång/eftersnack
Att allt fokus ligger på prestation och inte på resultat	Visa respekt mot ledare, medspelare och motståndare	Uppmuntra spel på fritiden, den fria leken med boll och klubba är viktig mellan de organiserade träningarna
Att finnas tillgängliga för frågor och diskussioner	Att lyfta varandras bra sidor och hjälpa varandra, på och utanför planen	Uppmuntra en hög träningsnärvaro, det är enda sättet vi kan uppnå en jämn och homogen grupp

Nedan kommer en lista på de olika domarreglerna
på saker som man ej får göra i Blå Klass B,
vilket resulterar i utvisning.

Utvisningskoder:

- 201 Slag,
- 202 Låsning av klubba,
- 203 Lyftning av klubba,
- 204 Otillåten spark,
- 205 Hög spark,
- 206 Hög klubba,
- 207 Otillåten trängning,
- 208 Hårt spel 2min,
- 209 Fasthållning,
- 210 Obstruktion,
- 211 Felaktigt avstånd,
- 212 Liggande spel
- 213 Hands,
- 215 Felaktigt byte,
- 216 För många spelare på plan,
- 217 Upprepade förseelser,
- 218 Fördröjning av spel,
- 219 Protest mot domslut,
- 220 felaktigt beträdelse av plan,
- 221 felaktig utrustning,
- 222 Mätning av klubba,
- 224 Spel utan klubba,
- 225 Ej avlägsnat avslagna klubbdelar,
- 501 Våldsamt slag,
- 502 Farligt spel,
- 503 Hakning,
- 504 Hårt spel 5min,
- 101 Osportsligt uppträdande,
- 301 Matchstraff 1,
- 302 Matchstraff 2,
- 303 Matchstraff 3,
- 401 Time out,
- 402 Straff

Nu kör vi...
/Ledarna