

KARLSTAD IBF

P14 CENTRAL



Säsongen 2023/2024

MÅL



Målet är att ha roligt och samtidigt utvecklas tillsammans och individuellt, för att så många som möjligt ska vilja spela innebandy så länge som möjligt

VÄRDEGRUND



Glädje och gemenskap

Demokrati och delaktighet

Allas rätt att vara med

[Riksidrottsförbundet]

TRIVSELREGLER*

(DELAKTIGHET/ INFLYTANDE)

- Vi ska vara snälla och schyssta mot varandra
- Vi ska ha roligt
- Vi ska lyssna på tränarna och varandra
- Vi ska peppa varandra
- Vi ska inte använda fula ord

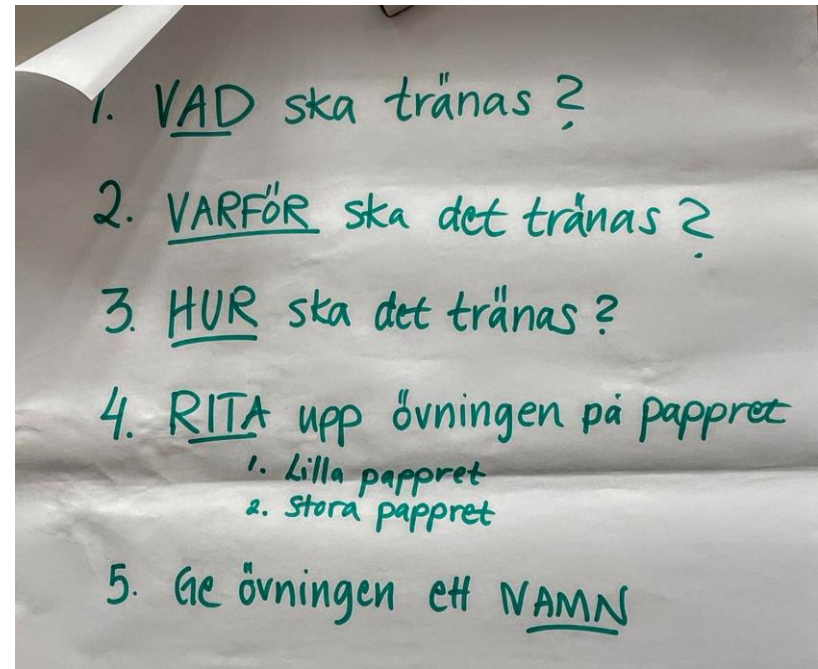
*Skapade av laget och tummade på den 5 oktober 2023

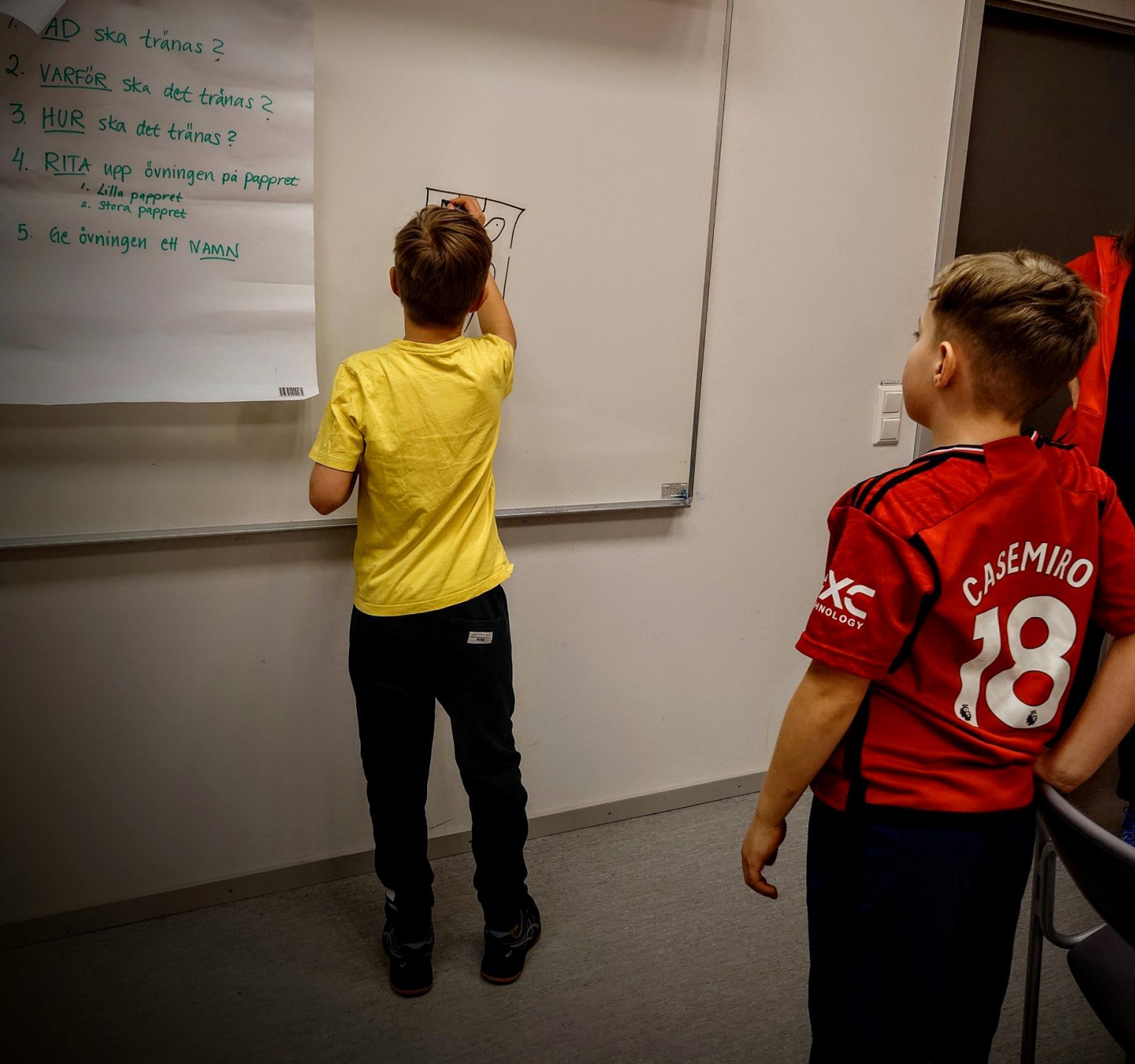




DELAKTIGHET OCH INFLYTANDE

Exempel: Killarna tog själva fram träningsupplägg och ledde två träningar





RESULTATET

Hinderbanan TRY HARD

Passning- och
avslutsövningen SUSHI
MASTER

Stafetterna B:ET & RUND-
stafetten

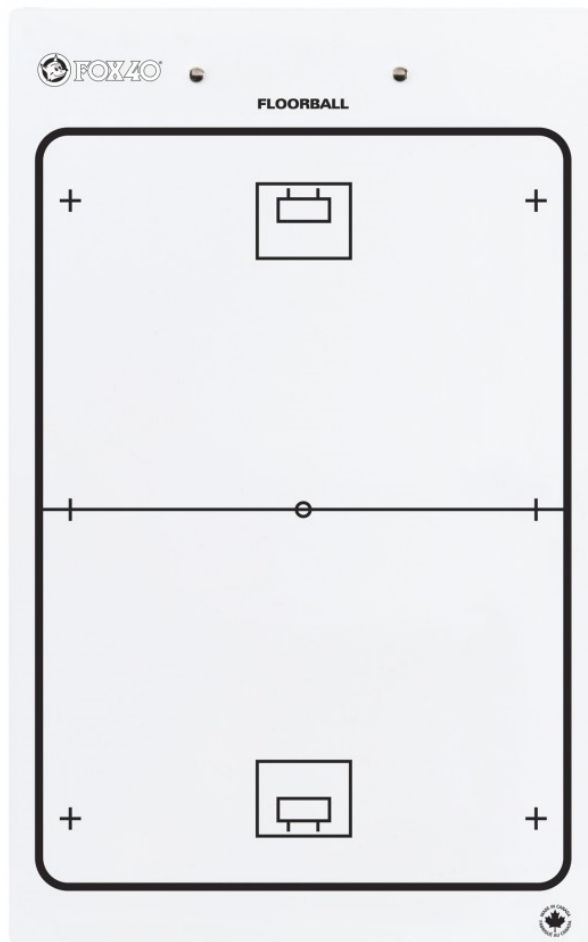




GEMENSKAP

SSL-matcher med laget





UPPGIFTER

21 jan: KIBF – Linköping/ 10 feb: KIBF – Storvreta

Inför matchen (Alla):

- Ta reda på en sak om Karlstad IBF och en sak om Linköping/ Storvreta
- Tippa resultatet (den som gissar rätt får välja övning på måndagsträningen)

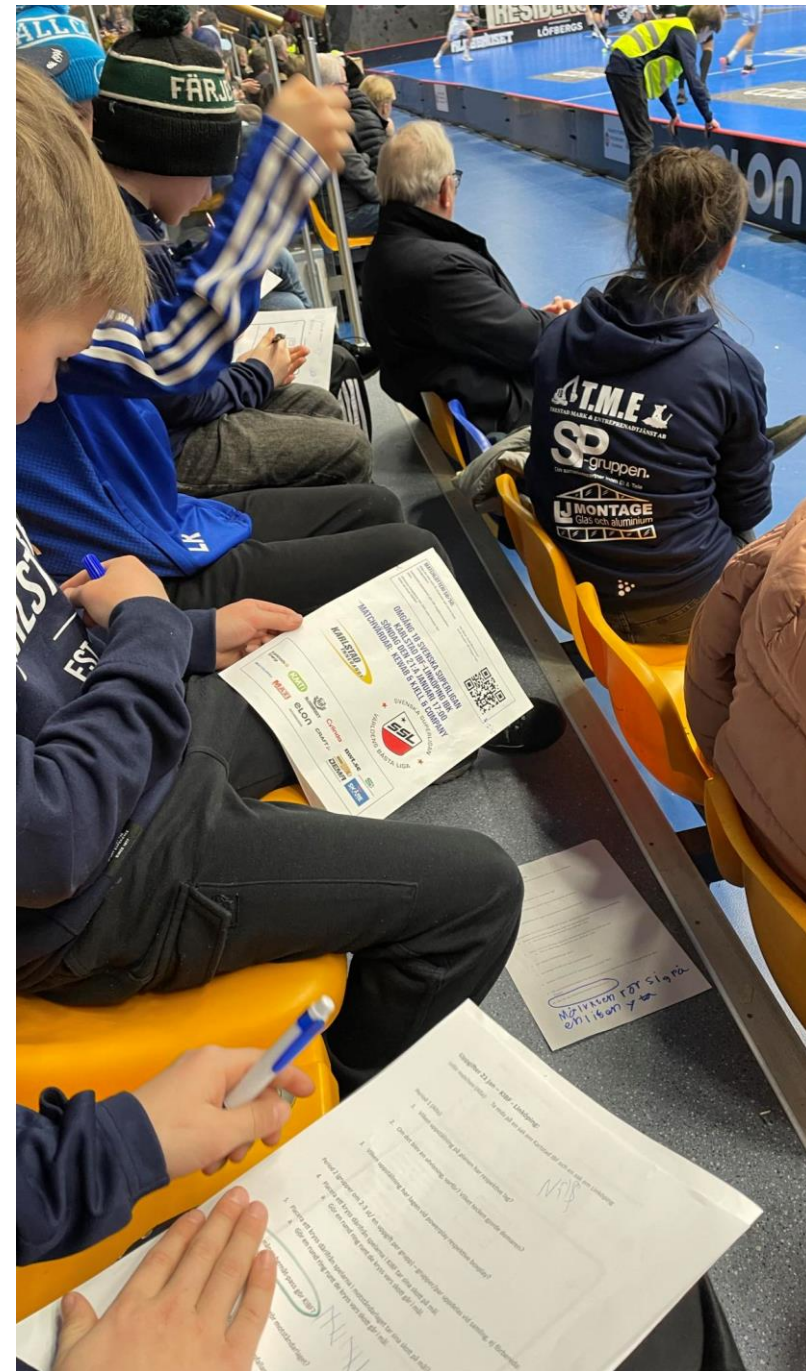
Period 2 (grupper om 2-3 st/ EN uppgift per grupp):

1. Placera ett kryss därifrån spelarna i KIBF tar sina skott på mål.
 - a. Gör en rund ring runt de kryss vars skott går i mål.
2. Placera ett kryss därifrån spelarna i motståndarlaget tar sina skott på mål?
 - a. Gör en rund ring runt de kryss vars skott går i mål.
3. Hur många hemåt-pass gör KIBF?
4. Hur många hemåt-pass gör motståndarlaget?
5. Studera anfallarna, hur rör sig anfallarna utan boll? Rita!
6. När motståndarna anfaller, hur markerar backarna i försvarsson? Hur och vad täcker de med klubba?
7. Hur rör sig målvakten i målet? Rita och skriv!

Periodpaus: Gemensam diskussion och FIKA

Period 3:

HEJA PÅ + Rösta på matchens lirare i KIBF









Svensk Fastighetsförmedling

NWT

SOM MAR RO GOLF

Office DEPOT
Vi har allt för ditt kontor - hemma och på jobbet!
www.officedepot.se

MOLKOM BUSS

Motillo
EXPANDING YOUR ONLINE BUSINESS

Det lönsamma miljövalet.
Grundels FÖNSTERSYSTEM

Länsförä Värmland Bank & Försäkring

Husbils landet

goodtech

POLYGON

KARLSTAD Fria Läroverk
för studier och träning

colorama

EY
Building a better working world

print
ALLT INOM TRYCK & PROFILERING

BRODERNA WINGEFORS

SP-gru

AktivIT

TAG
Concept branding

pretat ab
Din äggarpartner

Tingvallastadens rör

colorama

O'Learys

IAB KARL HEDIN

ÄLVSBYHUS
Bygga nytt?
Kontakta Niclas!
0730775555

NORTHCO

SPECIAL ELEKTRONIK
RAMIRENT

SPECIAL ELEKTRONIK

Polfa
MILJÖSMÅL

Forsbergs

Din väg till campingliv
www.forsbergsfritidscenter.se

RAMIRENT

RAMIRENT

RAMIRENT

RAMIRENT

RAMIRENT

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

KARLSTAD

A high-angle photograph of five children sitting around a round white table, playing the card game UNO. The children are wearing dark blue or black tracksuits with 'CRAFT KLUBBHUSET' and 'KARLSTAD' printed on them. One child is standing, leaning over the table. On the table, there is a box of UNO cards, a yellow can of Loka, and several cards. The setting appears to be an indoor area with a wooden handrail and metal balustrade in the background.

GEMENSKAP

Hammaröcupen

Cup-kompisar





