

## **Föräldramöte 2023-09-20.**

### **Härliga killar!**

Elin berättar att det är ett härligt gäng killar vi får lov att träna med. De har utvecklats mycket under sommaren, både fysiskt och mentalt.

### **Praktiska regler inför träning och match:**

- Hår ska vara uppsatt (tofs, pannband eller liknande. Ser de inget så får de inte heller ögonkontakt och inte heller några passningar)
- Ta ur örhängen, eller tejpa dem. Gärna innan träningen börjar. Risk för skador.
- Ta av armband, alternativt tejpa det om det inte går att ta av. Risk för skador.
- Skor ska vara med till varje träning och match. Viktigt att knyta med dubbelknut så de inte går upp. Fötterna växer fort under sommaren, så kolla gärna så skorna passar. Inga krav på speciella skor mer än att de ska vara för inomhusbruk. Ofta är innebandy/badminton/handboll samma typ av sko. Har man glömt skor inför träning kan det vara så att man inte kan vara med på vissa moment pga risk för skador.
- Fylld vattenflaska innan träningen börjar.
- Kom i tid. Alla killar är jätteduktiga och passar tiden! Har inte varit några bekymmer alls under denna termin!
- Omklädningsrum. Nya rutiner för denna säsong. Vi byter alltid om i omklädningsrum, även om man bara byter skor. Detta för att inte ha massa kläder, väskor och dylikt i hallen då vi behöver släppa in nästa träningsgång direkt. Detta för att optimera vår träningstid.
- Informera om förhinder. Om ni får förhinder och har tackat ja på kallelsen uppskattar vi att ni meddelar oss, antingen via supertext eller genom att tacka nej på kallelsen. Detta för att vi ska kunna planera träningarna så bra som möjligt, men även så vi vet om vi behöver "efterlysa" någon då vi vet att flera killar tar sig själva till/från hallen nu.
- Inte matchtröja på träning. Inför matchsäsongen kommer alla killar ha personliga matchtröjor med eget nummer på. Dessa ska inte användas på träning – och de måste tas med på matcherna. (På träningarna kan man ha vilka sportkläder som helst på sig, behöver absolut inte vara Kvibergskläder).

### **Tankar inför hösten:**

- Gemensamma träningar. P10 (2013) och P11 (2012) fortsätter att träna tillsammans. Vi delar upp i mindre grupper på olika stationer, nivåanpassar och delar ibland upp i de specifika lagen. Maria Helgesson, Maria Lefors och Otto Penttinen ansvarar för P10. Malin Källhult, Elin Eksell och Cecilia Persson ansvarar för P11. Till vår hjälp har vi också vår fantastiska ungdomsledare Linnea Lefors. Administrativt är vi två separata lag. Vi har även separata lagkassor. Men att träna samtidigt ger oss större flexibilitet i träningen, samt för oss ledare som flyter över laggränserna.
- "Utvecklingssamtal": Under de kommande veckorna kommer vi stämma av med alla killar (individuellt eller i små grupper) vad de gillar mest med handbollen, vad de vill bli bättre på

och vad som kan bli bättre på träningen osv. Detta för att säkerställa att vi anpassar träningarna efter deras förutsättningar och önskemål. Det ska vara kul att träna handboll!!

- **Matchesäsong:**

- Kalendern på Laget.se är nu uppdaterad med alla matcher för säsongen. Räkna med match varje helg, med uppehåll under loven.
  - Kallelse skickas ut ca 2v innan match. Svara alltid på kallelsen oavsett om det är ja eller nej. Detta för att vi ska kunna planera laget och ev kalla in stöttning vid behov.
  - När ni svarar på kallelsen lägger ni även in om ni har platser över i bilen.
  - **Från och med denna säsong samlas vi alltid utanför Kvibergs Arena inför bortamatch, för att underlätta samåkning.** Tid för samling står i kallelsen. Samåkning stäms av i Supertext.
  - Matchtröja ska alltid vara med till match. Är den inte med kan man inte spela. Inga extratröjor finns då de är personliga. Man ansvarar själv för att tvätta tröjan.
  - Planera maten. Hjälpt killarna med mellanmål innan träningarna. Det är många timmar mellan lunchen i skolan och träningen. Det märks tydligt på energinivå och humör på de som inte fyllt på med energi. Detta gäller även vid tex eftermiddagsmatcher. Det är långt från lunch till matchstart tex kl 16.
- **Cuper 3-4 per säsong.** Exempel på cuper är Skadevi, Hellton, Järnvägscupen, Partille cup, Junicupen, Mölndalscupen, Tygrikesnatta.... Alla cuper innebär inte övernattnig, men killarna tycker det är kul att i alla fall få komma i väg på ett par övernattningar. De växer jättemycket av det!
- **Finansiering av cuper.** Cuper kostar pengar, och speciellt de som innebär övernattnig. Anmälningsavgiften ligger ofta på ca 1600kr per lag, deltagaravgiften är på ca 1500kr (övernattnig/mat), transport etc. Vi vill att så stor del av kostnaden som möjligt täcks av lagkassan för att säkerställa att så många som möjligt kan följa med. Därmed krävs föräldraengagemang i form av försäljning enligt föreningens årshjul. Till skillnad från många andra föreningar har inte vår förening några krav på att sälja. MEN, vi vädjar till allas engagemang att göra så gott man kan! Pengarna går direkt tillbaka till våra barn och ungdomar och ger dom minnen för livet. Ett undantag finns – bingolotter vid jul – där alla ska sälja ett specificerat paket med lotter. Mer info kommer!

**Försäljning:**

Se ovan punkt. Försäljningsansvarig för P10 är Johanna Sjons (Sixten) och för P11 Linda Råsberg (Victor). Säsongens första säljperiod har precis startat – Nicks chokladbars och El Taco Trucks tacokit. Mer info delas av Johanna och Linda.

**Arrangemang:**

Under matchesäsongen har varje lag hand om ett visst antal arrangemang, då vi ska bemanna kiosken, vara hallvärd osv. Linda Renström (Valle, P10) och Camilla Lidén (Elliot, P11) anmälde sig som koordinatörer. Alla föräldrar förväntas ställa upp på ett visst antal pass i kiosken och som värd osv. Mer information kommer.