



**Klubben med det stora hjärtat  
Där alla platsar och som satsar på  
Kamratskap, rent spel och bredd**

# Så här tänker vi

## Hit vill vi

Vi vill bli kända för våra goda skridskoåkare och duktiga målvakter.

För att nå dit skall vi...

- ... Tillvarata våra erfarenheter och alltid sträva mot att bli lite bättre.
- ... Ge sådan utbildning att individen når så långt han eller hon själv vill utifrån sin egen kapacitet och förmåga.
- ... Skapa förutsättningar för dem som vill lite mer med sin ishockey.
- ... Aktivt verka för att få fler flickor att spela ishockey.
- ... Alltid ha ett A-lag och minst ett lag i varje årskull inkl hockeyskola och -lek.
- ... Skapa ett livslångt positivt minne från tiden i LN70 HC's Hockey.

## Så här vill vi vara

Vi ska arbeta med en sund träningsfilosofi så att vi idag och i framtiden kan ge våra ungdomar bästa möjliga förutsättningar att kombinera skola, ishockey och annan idrott. Allt mer forskning tyder på att en allsidig träning upp till tonåren gynnar individens utveckling till en bättre idrottsman/kvinna inom den huvudgren man valt.

Vi vill öka medvetenheten hos individen om vad som krävs för att nå dit man vill och samtidigt uppmuntra spelaren till egen träning vid sidan av den organiserade. Vi tror att på så sätt utvecklas individens kreativitet och initiativförmåga och vi anser att det är så "liraren" växer fram.

Alla som spelar hockey i LN70 HC får spela lika mycket, ingen toppning eller bänkning tillåts annat än vid box- eller powerplay och då först från åldersgruppen U13 (se mål och riktlinjer på nästa sida).

Vi premierar gott uppförande och god disciplin men framför allt vill vi sprida massor av glädje och ge en trevlig gemenskap.

## Drogpolicy

- ... Vår drogpolicy innebär att all barn- och ungdomsverksamhet i LN70 HC's regi är och skall vara helt drogfri.
- ... Vår drogpolicy innebär för våra barn- och ungdomsledare, att dom är medvetna om att de alltid är ett föredöme, och att de alltid är drogfria när de representerar klubben som ledare.
- ... Vår drogpolicy innebär för våra seniorspelare och seniorledare, att de alltid är drogfria när de representerar klubben offentligt.

## Säsongsmål

I den verksamhetsplan som varje lag upprättar varje säsong, grundad på LN70 HC's gröna tråd ideologi, ska de sportsliga såväl som de sociala målen för laget tydligt framgå.

## Vår spelstil...

... Bygger på strävan att alla spelare är aktiva både i anfalls- och försvarsspel.

Ingen spelare förblir stillastående. Publik och andra skall få en känsla av fart och fläkt när LN70 HC's spelare flyger fram på isen.

# Så här gör vi

## **LN70 HC's Skridskoskola 5-6 år & Hockeyskola 7 år, för flickor och pojkar**

- *Skridskoskolans* målsättning är att alla skall få en första positiv kontakt med ishockey. Barnen får lära sig att åka skridskor från grunden genom lekbetonade övningar och spel i smålagsform
  - I *Hockeyskolan* sedan, vid 7 års ålder, bygger vi vidare på de individuella grunderna i skridskoåkning, skott, passningar och leka match.
- Efter hockeyskolan hoppas vi att barnen vill fortsätta med ishockey och bilda ett nytt LN70 HC-lag, där nya positiva ledare rekryteras bland föräldrarna.

## **Ishockey för barn, flickor och pojkar, 7 - 12 år (U8 - U12)**

- Vi skapar en atmosfär av kamratskap, laganda, rent spel och hänsyn till kamrater, ledare och andra både på och utanför rinkens.
- Verksamheten är anpassad och bedrivs efter barnens mognad och villkor.
- Alla spelare ges möjlighet att spela på olika positioner i laget.
- Leken betonas så att barnen känner glädje och därigenom också uppmuntras till egen träning.
- LN70 HC lämnar utrymme för skolarbete och annat idrottsutövande.
- Matchning: Alla ska spela lika mycket dvs ingen "toppning/bänkning" får förekomma.
- Hög närvaro på träning kan i vissa fall ge förtur till matchspel.

## **Ishockey för ungdom, flickor och pojkar 12 - 16 år (U13 - U16)**

- Vi tar stor hänsyn till att ungdomar utvecklas och mognar i olika takt såväl fysiskt som mentalt och socialt.
- Verksamheten är fortsatt åldersanpassad.
- Vi uppmuntrar spelarna till goda resultat i skolan.
- Bra kost- och friskvårdskunskap är en viktig del av vår verksamhet.
- Spelare och övriga aktiva i LN70 HC arbetar för att motverka bruket av dopning och andra former av fusk samt för att utveckla idrottens etiska regler.
- Matchning: Coachning av laget är endast tillåten vid utvisning (box- el powerplay)
- Hög närvaro på träning kan i vissa fall ge förtur till matchspel.

## **Junior- och Seniorverksamhet**

- Spelarna i denna åldersgrupp ska utgöra goda förebilder för de yngre spelarna.
- Huvuddelen av spelarna i Junior och Seniorverksamhet ska ha fått sin hockeyfostran i LN70 HC's Hockey.
- Organisationen utformas efter nivån på spelare och lag.
- Matchning: Grundsynen är fortsatt att alla ska få spela lika mycket. Tränaren avgör dock själv hur han vill coacha lag och spelare och om det finns skäl att frångå den principen.

# Övriga ledare och resurser

## Lagets organisation

Laget består inte bara av Spelare och Tränare utan även av Lagledare, Materialare, Kassör, övriga Funktionärer (Sekretariat, Cafeteria, Styrelse) och Föräldrar. Alla är nödvändiga pusselbitar för att bilda en fungerande helhet. Dessa funktioner bemannas nästan uteslutande med föräldrar till spelarna i respektive lag. Alla roller måste vara tillsatta för att man ska få anmäla ett lag till seriespel.

## Tränare

Tränarna har huvudansvaret för spelarnas sportsliga utveckling. Därför ska de ges bästa möjliga förutsättningar, bl a genom utbildning. Denna sker både genom Ishockeyförbundets stegutbildningar och genom LN70 HC's eget utbildningsprogram. Tränarnas uppgift är att utbilda spelarna enligt klubbens sätt att tänka och göra. Träningsplanering sker kontinuerligt i samråd mellan tränarna och sportchefen.

Av tränarna i LN70 HC krävs ett stort engagemang, förmågan att vara en god förebild i alla lägen samt viljan att sprida glädjen av att lära sig.

## Föräldrar och övriga aktiva

Nyckeln till ett lags framgång är att föräldragruppen fungerar väl tillsammans.

Rätt inställning, delaktighet och stöd i såväl med- som motgång hör till deras viktigaste uppgifter. Samtliga föräldrar har ansvaret för att lagets ansvarsområden sköts utanför rinken medan utbildning och matchning av spelare sköts av tränarna. Föräldrar till spelare som deltar i verksamheten har tagit del av den "gröna tråden" samt detta måldokument och accepterar och respekterar dess innehåll.

## Samtliga

Nyckelord för oss alla är: uppmuntran, sportsligt uppträdande, goda förebilder.

Inget gnäll på domare eller motståndare, utan dem blir det inga matcher.

Genom positiv inställning och tänkande samt med stark vilja kommer vi nå dit vi vill!

**Det är detta som förenar oss i denna förening!**

