

# Information inför USM 24/25

Nu är det äntligen dags igen för denna säsong's USM-tävlande att starta igång.

Första kvalrundan spelas lördag den 9 november i Jönköping.

Nu börjar vi smyga igång uppladdningen inför detta och vill med denna info delge er lite upplägg fram till dess, tider för lördagen samt övriga tankar.

USM säsongen 24/25 är för tjejer födda 2008. I vårt fall innebär det att grundtruppen, som är alla spelare tillgängliga för uttagning, är de spelare födda 2008 från juniorgruppen samt alla spelare från F09/10-laget.

Ledarstaben för USM denna säsong är:

Jesper Myrlund (huvudansvarig), Roger Karlsson, Alva Svensson, Kajsa Blom & Linda Gustavsson.

Upplägg för kommande två veckor ser ut:

## **Vecka 44**

Måndag: Ordinarie träningar.

Tisdag: USM-träning på F09/10s träningstid.

Onsdag: Ordinarie träningar.

Torsdag: JAS-match. Övriga gemensam träning på F09/10s träningstid.

Fredag: D1-match.

Lördag: Ledigt.

Söndag: VG-samling för vissa. Övriga ledigt.

## **Vecka 45**

Måndag: Gemensam träning, samtliga (F09/10 + DJ), på F09/10s träningstid.

Tisdag: D1-match. F09/10 ordinarie träning.

Onsdag: Gemensam träning, samtliga (F09/10 + DJ), på DJs träningstid.

Torsdag: Gemensam träning, samtliga (F09/10 + DJ), på F09/10s träningstid.

Fredag: Ledigt.

**Lördag: USM**, första rundan. Hisingstorp Sporthall, Jönköping. [Svensk Innebandy](#)

13.15 Alingsås – Lockerud

15.45 Lockerud – Växjö

Söndag: Ledigt.

*Under vecka 45 när det står gemensam träning för samtliga, kommer det vara fullt fokus på USM (framförallt onsdag och torsdag).*

Lördagen när det är heldag i Jönköping kommer vi behöva hjälp med skjuts från föräldrar. Övrig info kring mat etc. återkommer vi med närmare. Som ni ser är det två matcher i rad med inte jättelång tid mellan, så där behöver vi tillsammans hitta en bra lösning för att på bästa och smidigaste sätt få i oss mat/energi utan att det kräver för mycket tidsmässigt.

Har man frågor eller fundering i detta skede är det bara att höra av sig till Jesper eller Roger. Vi ser fram emot detta gemensamma äventyr denna säsong!

Ses till veckan.

Mvh

Ledarstaben