



# FÖRÄLDRARINFORMATION 2023-09-26

Ludvika Hockey Team - 2012  
Säsongen 2023/2024





## Team -2012 Spelare

- Truppen består i dagsläget av 20 spelare och 6 ledare
- Ludvika Hockey har ett samarbete med Smedjebacken som möjliggör att de SHC-spelare som vill får vara med och träna och spela match med oss.



## Team -2012 ledare

- Widars pappa Pontus Enarsson nygammal tränare!
- Lagledare: Jens Nyberg 0705-26 88 99
- Huvudtränare: Peter Lahr 0702-22 75 80
- Tränare: Pontus Enarsson, Per Fisk, Pär Folkesson
- Materialare: Stefan Andersson, söker fler som vill..

(Som ledare inom föreningen måste man ha ett registerutdrag från Polisen utan anmärkningar. Alla tränare är utbildade efter hockeyförbundets riktlinjer)



## Övriga funktioner: Kassör och kiosk

Kassör och kioskansvarig: Linda-Marie Wallberg

Kioskverksamheten är uppdelad på samtliga lag i föreningen. Vårt lag har v.39-40 2023. kan man inte närvara under sitt tilldelade pass får man på egen försök byta passen med någon annan förälder eller kontakta någon av de ungdomar som vill jobba extra.



## Lagkassa

Laget förfogar över en lagkassa (ca 19 000kr) som kan användas för inköp av material till samt för att ha möjlighet att åka på cuper och läger.

Hur får vi lagkassan att växa 23/24?

- Puckkastning vid hemmaplansspel
- Sälja delikatesser, kakor, strumpor
- Ordna egen cup i vår 16 eller 17 mars
- Arrangerar Icebreaker Cup
- **Fått förfrågan om att laga och dela ut maten till U11:s hemmacup andra helgen på höstlovet. Uppskattad inkomst till lagkassan: 30 000kr. Beslut?**



## Övriga funktioner: Lotteriansvarig

Ansvarig: Amanda Andersson

-Sverigelotter(25st x 25kr) per spelare

-Bingolotto till uppesittarkvällen (23:e december), ta upp beställningar



## Övriga funktioner: Hemmamatchansvarig

Ansvarig: VAKANT!

Ansvarar för att sekretariat är bemannat samt att puckkastning genomförs i samband med poolspel på hemmaplan.

För U12 gäller tidtagningen under match samt matchspeaker.

Nästa säsong tillkommer OVR(registrering av spelare och statistik)



## Tränings- och medlemsavgifter

Åldersgrupp	Medlemsavgift	Träningsavgift	Total kostnad
Seniorer	100 kr	2 400 kr	2 500 kr
Juniorer	100 kr	2 950 kr	3 050 kr
U16	100 kr	2 850 kr	2 950 kr
U15	100 kr	2 850 kr	2 950 kr
U14	100 kr	2 650 kr	2 750 kr
U13	100 kr	2 650 kr	2 750 kr
<b>U12</b>	<b>100 kr</b>	<b>2 450 kr</b>	<b>2 550 kr</b>
U11	100 kr	2 450 kr	2 550 kr
U10	100 kr	1 850 kr	1 950 kr
U9	100 kr	1 500 kr	1 600 kr
Tre Kronor	100 kr	450 kr	550 kr
Ledare, stödmedlem	100 kr		100 kr





## Mål för Team 2012

Glädje!

- **Det viktigaste är att ALLA har kul. Ishallen och laget ska vara nått man längtar till**

Respekt

- Vi ska visa respekt mot våra lagkamrater, ledare, domare och motståndare.

Laganda

- Vi ska alltid kämpa för varandra. Laget före jaget. Alla ska ingå, ingen ska vara utanför

Utveckling

- Varje individ ska ges möjlighet att utvecklas efter egen förmåga



## Lagregler

Vi har som målsättning att träningarna ska vara strukturerade, effektiva och roliga. För att åstadkomma det behöver vi tydliggöra vissa regler som gäller när vi befinner oss i ishallen för träning.

- God stämning i laget -Vi stöttar varandra och är positiva
- Disciplin på isen och i omklädningsrum -Vi lyssnar på ledarna och gör som de säger
- Vi är på isen för att träna och bli bättre.

Sköter man sig inte får man tillsägelse och i värsta fall får man lämna isen.



## Säsongsplanering

- Tre isträningar i veckan (tis,ons,fre). Vissa träningar på tisdagar och fredagar kommer vara i Smedjebacken.
- Poolspel. Vi har anmält tre lag. Poolspel spelas i år på lördagar.
- Hemmacup i mars samt bortacup planeras efter poolspelen är klara. Dessa kommer spelas på helplan. Kan eventuellt bli aktuellt med ytterligare cup under säsong.



## Träningar

- Tre träningar i veckan där fokus blir på teknik, skridsko och match/kamp. Vi delar is med U11 på tisdag, onsdag och varannan fredag och kommer ibland ha gemensamma träningar.
- Vi kommer dela upp laget till viss del utifrån nivå under träningarna. Syftet är att varje individ ska få träna på det man behöver träna på i rätt omgivning.
- Viktigt att man kommer i tid till träningarna. Försök att vara på plats 45 minuter innan träningen börjar.
- Vi förespråkar att alla byter om och duschar efter träning för att skapa laganda samt för att få in rutiner.
- Fysträning innan träning varje onsdag. Ytterligare fyspass planeras på tisdagar. Obligatoriskt att delta på fyspassen där vi försöker blanda, styrka, kondition och rörlighet.
- En gång i månaden på onsdagar hålls skridskoteknikträning med extern tränare Erik Jaxgård. Dessa pass ersätter då våra ordinarie.

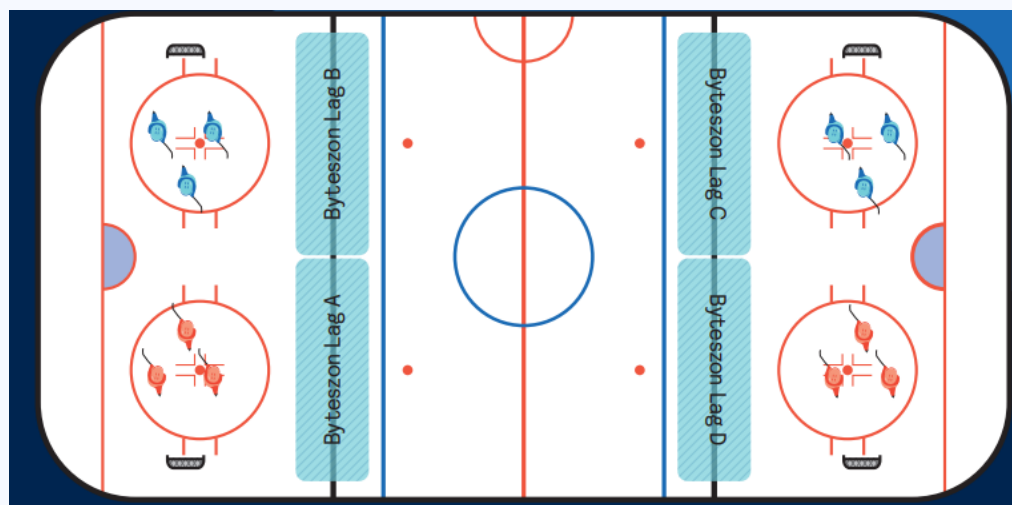


## Målvakter

- Träningar varannan torsdag i Ludvika 16.30-17.30 med Christer Hjalmarsson
- Christer kommer komma ned på vissa av våra träningar och hjälpa till under säsongen
- Mats Haag ledare U11 vill lära sig mer om målvaktsträning och kommer hjälpa till med det under säsongen.
- Uppvärmningsrutin i början på varje träning 5-10 min.



## Spelmodell



- 3 mot 3
- Matchtid: 2x8 min, flygande byten
- Optimalt med 1 målvakt och 6 utespelare i varje lag
- Tacklingar och fysiskt spel är tillåtet enligt "Spelregler för ishockey", förseelser renderar jaktstraff. Upprepade förseelser kan leda till avvisning



## Poolspel

Vi kommer ha tre anmälda lag.

Speldatum hösten 23:

7/10 (lag 3 i Säter),

14/10 (lag 1+2 i Ludvika),

21/10 (lag 3 i Hedemora),

28/10 (lag 1+2 i Säter),

11/11 (lag 1+2 i Björbo, lag 3 i Ludvika)

25/11 (lag 1+2 i Borlänge, lag 3 i Ludvika)

2/12 (lag 1+2 i Leksand, lag 3 i Björbo)

16/12 (lag 1 i Leksand, lag 2 i Ludvika, lag 3 i Säter)

**Se till att svara på kallelse i tid**, annars går frågan till annan spelare.

Meddela omgående om anmält barn är sjukt. Annars blir det omöjligt för oss att planera.



## Utrustning och förråd

Möjlighet att förvara utrustningen i vårt förråd.

En back är bra att förvara utrustning i, då utrustningen ges möjlighet att torka.

Säg till om ni behöver slipa skridskor, viktigt med vassa skenor

Spela inte med gammal hjälm. Den behöver bytas ut efter ett tag då plasten torkar!

Köp inte för stora skridsko(ska vara max 1 cm större än fot)

I denna ålder är en flex på klubban mellan 30(lättare spelare)-50(tyngre spelare) att rekommendera.

### **Klubbfärger:**

Hjälm - Vita

Byxor - Röda

Handskar - Röda

Damasker - Blå





## Föräldrar

- Du som förälder har en mycket betydelsefull roll i att stödja och uppmuntra barnen och ungdomarna på rätt sätt, så att lusten till idrottandet växer fram ur dem själva. Hockey är en lagsport där laget är större än enskilda spelare och där varje spelare har ett eget ansvar att utveckla sin egen förmåga. Egen, spontan träning är en nödvändighet i den här krävande sporten och att spelaren även deltar på de träningar som laget erbjuder.
- Föräldrar vistas varken i omklädningsrum eller förrådet, är det något ni vill förmedla tar ni det via oss ledare. Omklädningsrummet är vårt återhämtningsställe och den plats där laget tillsammans laddar för träning & match
- Vi förespråkar att barnen tar mycket eget ansvar då det är viktigt för både den personliga och lagets utveckling. Barnen ska kunna knyta skridskor, man bär sin egen utrustning själva och fyller sin egen vattenflaska.
- Se till att barnen aldrig tränar på tom mage och har med något att äta på till poolspel samt mellan träningspass.
- Ingen godis eller läsk i omklädningsrummet.



## Shopen

I shopen kan du bland annat både köpa och lämna in utrustningar som är begagnade. Vill du sälja utrustning går 10% av priset till föreningen och 90% behåller du själv. Det finns även en del ny utrustning och klubbkläder att inhandla eller beställa. Vår samarbetspartner för detta är Sportewa.

Shopen hittar du högst upp i hörnet i ishallen, öppettider hittas på hemsidan.



## Försäkringar

Alla spelare som betalt medlemsavgift och licensavgift omfattas av gruppiddrottsförsäkring i Svedea vid träning och match samt transport till och från träning och match.

Vid idrottsskada:

Idrottsskada ska anmälas via Svedeas hemsida.



## Informationskanaler

Anmälningar till träningar och poolspel skickas ut via laget.se

- Finns App att ladda ned till telefon, där man kan få notiser om nya utskick, alternativt kan man anmäla sig via länken man får till sin epost-adress.
- **Obligatorisk anmälan till både träning och match för att vi ska ha möjlighet att planera.**

Övrig information sänds i första hand ut via Facebookgruppen "**Ludvika Hockey- Barn födda 2012**"

Under "Dokument" på vår laget.se sida ligger denna presentation.