



# Föräldramöte Mariebo IK P13

6 mars 2025


# Agenda

- Om Mariebo IK och oss
- Träningsupplägg
- Matcher (cuper och serier)
- Hjälp från föräldrar

# Mariebo IK

- Omcertifierad som Kvalitetsklubb 2024/2024, först i Småland
- Söker alltid drivna personer som vill engagera sig:
  - Ledare i lag, styrelser, sektioner
  - Sponsring
  - Anläggningsgrupp, Café-grupp etc.
- Vid intresse hör av dig till tränarna eller kansliet. Du behöver inte ha fotbollskunnande.

**Kontaktinformation**



**Namn** Mariebo IK

**Adress** Sprängkullevägen 10

**Postadress** 55446 Jönköping

**Telefon** 036-712247

**E-post** [kansli@marieboik.org](mailto:kansli@marieboik.org)

# Mariebo IKs vision och värdegrund

## Vision

Så många som möjligt, så länge som möjligt, så bra som möjligt!

## Värdegrund Mariebo IK

Glädje & gemenskap – demokrati & delaktighet  
– alla har rätt att vara med – rent spel

Mariebo IK arbetar utifrån barnkonventionens grundläggande och principer.

Mariebo IK arbetar utifrån Riksidrottsförbundets värdegrund och Svenska Fotbollsförbundets riktlinjer.

# Svenska fotbollsförbundets riktlinjer för barn- och ungdomsfotboll

- 1. Fotboll för alla**
  - Tillgängligt och attraktivt oavsett individuella förutsättningar
- 2. Barn och ungdomars villkor**
  - Utgår från FNs barnkonvention
- 3. Fokus på glädje, lärande och ansträngning**
  - Långsiktig utveckling i fokus
- 4. Hållbart idrottande**
  - Lusten att spela fotboll ska finnas länge
- 5. Fair play**
  - Empati och glädje – gäller spelare, ledare och åskådare

# Vårt lag

- **34 spelare just nu**
  - Ingen nytilkommen sedan våren 2024
  - Några tvekar om fortsättning
- **Fem tränare**
  - Tobias (huvudtränare), Erik, Fredrik, Johan, Roland
  - Alexander har tyvärr lämnat laget
- **Prel. tre lagföräldrar**
  - Anders, Maria, ev. Sofia
  - Hanterar aktiviteter utöver träningar, t.ex. försäljningar, inköp, administration av obligatoriska uppdrag från klubben

---

---

# TRÄNING

# Träning

- **Nuvarande träningstider gäller till 30 april**
  - Jan-mars: Torsdag 18.30-20.00 och söndag 10.30-12.00
  - April: Som jan-mars + måndagar 17.30-19.00
- **Träning maj–september: tre vardagkvällar** (match på helgen)
  - Tider ej klara (önskat måndag och torsdag + tisdag eller onsdag)
- **Svara på kallelser** (för vår planering)
- **Omklädningsrum** finns för den som önskar
- **Fotbollsskola** på Mariebovallen v. 27 (30 juni–4 juli) prel. 09.00-14.00
  - Se separata utskick för detaljer



# Inriktning på träning

## Förutsättningar

- Killarna är olika intresserade och olika utvecklade i sin fotboll och fysik
- Kompisar med varandra i konstellationer på tvärs med ovanstående
- Ett fåtal, allt färre, kan ibland stöka/tramsa på träningar
- Vi måste hålla stabil nivå på verksamheten

## Våra lösningar (efter rekommendationer från SvFF och MIKs fotbollsutvecklare)

- Nivåindelning på vissa typer av övningar (ej selektering, ej toppning, ej statiska grupper)
- Anpassning av matchtrupper utifrån motstånd och för att fler ska få mer ansvar på planen
- Värdegrund och social sammanhållning är väldigt viktigt
- Individer som stökar får gå åt sidan en stund, eller skickas hem
- Träningarna och matcherna organiseras utifrån lite fastare upplägg, för att underlätta om tränare är frånvarande eller har ont om tid emellanåt

**MATCH**

# Cuper

- **Flera cuper ett val vi gör**
  - Cuper är kul!
  - Vi har färre seriematcher per spelare i år
- **Giff-cupen 26-27 april**
- **Ö-bollen 13-15 juni**
- **Siktar på 1-2 cuper till, på pendlingsavstånd**
  - Sannolikt Borås Arena Cup eller Tord-cupen i början oktober
  - Vi håller koll efter fler

# Giff-cupen i Tidaholm 26-27 april

- **Två lag anmälda**
  - Förtur för dem som tränar mycket i mars och april
- **Avgift:** 150kr/spelare (vill inte ta från lagkassan när vi inte kan kalla alla)
- **Båda lagen spelar både lördag och söndag**
  - Gruppspel lördag, tre matcher
  - Slutspel söndag, minst två matcher/lag. Alla går till slutspel (A, B, C och D-slutspel).
  - Speltid 2x12min
- **Ingen övernattnig. Inga måltider etc. ingår**
- **Samåkning uppmuntras**

# Ö-bollen på Öckerö 13-15 juni

- **Tre lag anmälda**
  - Hoppas alla kan vara med!
- **Betalas av lagkassan**
- **Avresa fredag, spel lördag och söndag**
  - Gruppspel, minst fem matcher/lag
  - Inget slutspel
  - Speltid 2x15min
- **Övernattning. Samåkning**
- **Sannolikt behov av hjälp av ca 2 föräldrar vid matcher. Ev. även vid övernattning etc.**

# Seriespel

- **Maj-juni & augusti-september**
- **Matcher lördag och söndag**
- **Mariebo P13 har två lag**
  - 32 matcher totalt
  - Lagen spelar i olika serier
  - Vi tar normalt ut 10-11 spelare per match. Spelarna roterar mellan lagen.
- **Samling i omklädningsrummet 60 min före matchstart**
  - Gemensam dusch efteråt! För att lära "helheten" kring fotboll.
- **Samåkning uppmuntras** – men vi gör inget schema, kontakta varandra eller oss tränare vid behov

# Motståndare

- **Mariebo IK Svart**
- Hovslätts IK
- Habo IF
- IK Tord
- Ekhagens IF
- Forserums IF
- IF Hallby
- Husqvarna FF
- Jönköpings Södra IF
- **Mariebo IK Gul**
- Hovslätts IK
- Habo IF
- IK Tord
- Vista/Ölmstad
- Bankeryds SK
- Månsarps IF
- Norrahammars GIS
- Tabergs SK

# Detta gäller kring match!

- **Hög träningsnärvaro = Kallas oftare till seriematch**
  - Träningsnärvaron räknas fr.o.m. 1 april
  - Närvaro i närtid spelar också roll
  - Två lag = Lättare för oss att styra upp det
- **Kallelser SKA BESVARAS på utsatt tid (ett par dagar)**
  - Inget svar = Nej tack
  - Ja tack = Man kommer till matchen
  - Nej tack/ej svar = Man får inte spela även om man kommer till matchen
  - Vid sjukdom etc.: Kontakta ansvarig tränare snarast möjligt!
- **Viktigt att äta och sova ordentligt före match**



# Laget.se

- [www.laget.se/MIKP13](http://www.laget.se/MIKP13)
  - Nyheter från P13
  - Kallelser till träningar, matcher etc.
  - Info från klubben
- Fungerar som närvarolista och medlemsregister
- Vid förändringar, kontakta [tobias.fridholm@gmail.com](mailto:tobias.fridholm@gmail.com)
- Försäkring: Folksam, direktnummer rådgivning vid skada 020-44 11 11



The screenshot shows the website for Mariebo IK P-13. The main header includes the club logo and name, and a navigation menu with options like Start, Laget, Kalender, Bilder, Video, Gästbok, Sponsorer, Kontakt, Länkar, and Mer. The main content area features a large banner for an upcoming training match against Bankeryd SK on March 12th. Below this is a 'Nyheter' (News) section with three items: 'Klädinsamling/Klädutlämning', 'Inställd träningsmatch Bankeryd SK 12 mars.', and 'Inställd träning Tisdag 7e mars pga snö(o)väder'. On the right side, there is a 'Kalender' (Calendar) section showing a list of events for the month of March, including training sessions and a parent meeting. At the bottom right, there is a promotional banner for 'laget.se Premium' and a Facebook link for Mariebo IK DAM.

# LAGFÖRÄLDRAR

# Uppgifter

## Schemaläggning av uppgifter från MIK:

- Jobbar i café och barnen är bollkalle på Mariebovallen hemmamatch, 2 tillfällen
- Bilbingo Barnarps gamla idrottsplats, 2 tillfällen
- Städning av klubblokalen, 2 tillfällen
- Mariebodagen 6 juni
- Försäljning NewBody, hösten
- Kiosk på P13s hemmamatcher

## Organisera aktiviteter i P13 för att få pengar till lagkassa (mars 2025: ca 41 000kr)

- Jönköpings Maraton i augusti (20 personer, 4000 kr)
- Vägstädning via kommunen
- Fler förslag?

*Fler som vill vara  
lagföräldrar?*