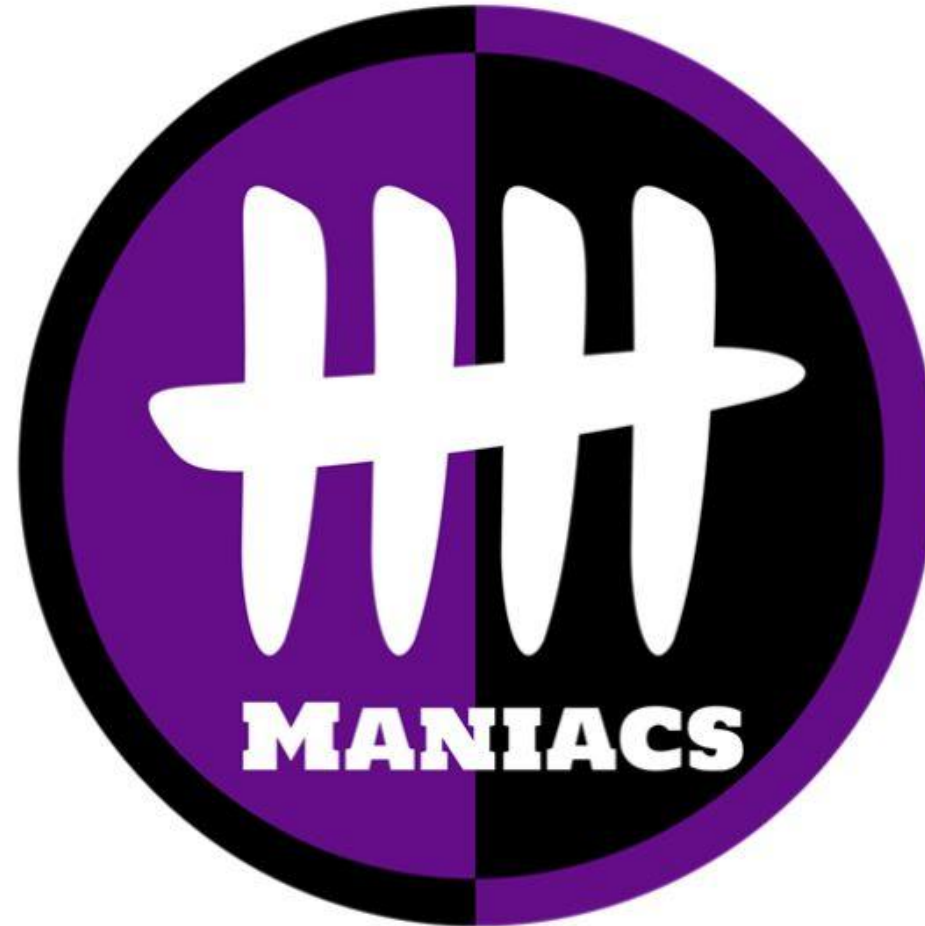


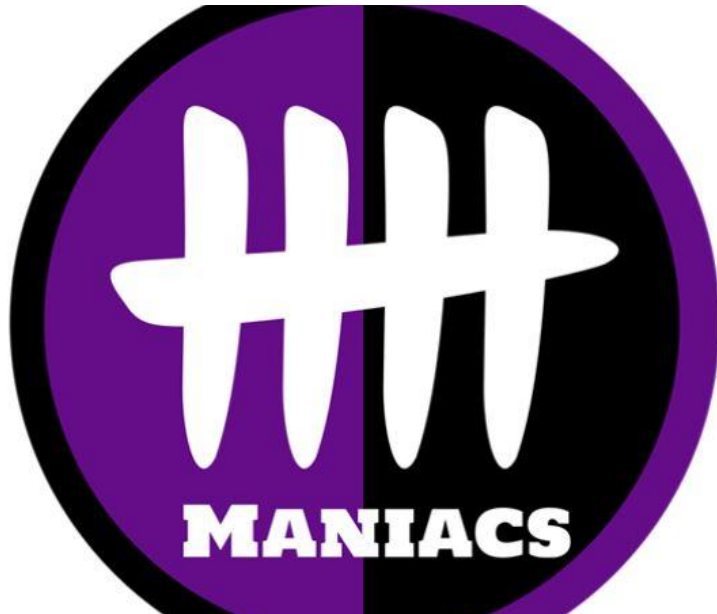
Föräldramöte
U11/U13
Beckomberga
Maniacs





Agenda 20.2.2025, 18:00-20:00

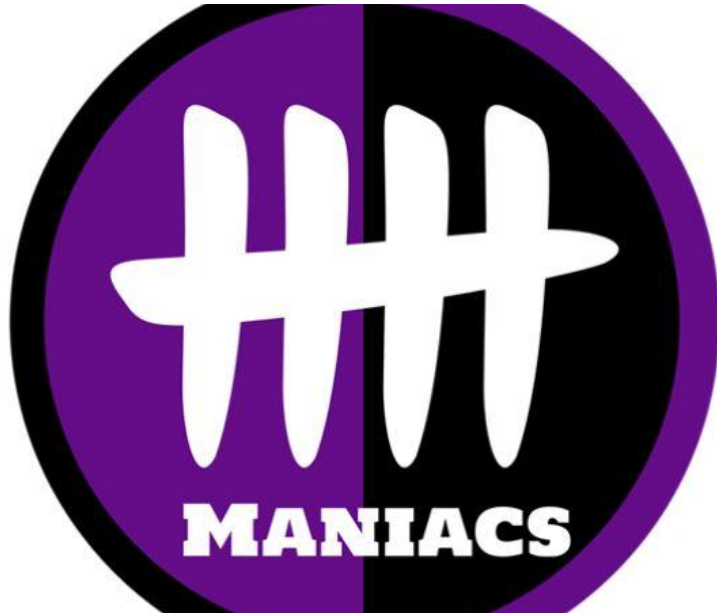
- Välkomna! Intro**
- Beckomberga Maniacs**
- Säsongen för U11/U13 2025**
- Avgifter/Hyra**
- Utrustning – länkar**
- Utbildningar för föräldrar**
- Q&A**



Välkomna!

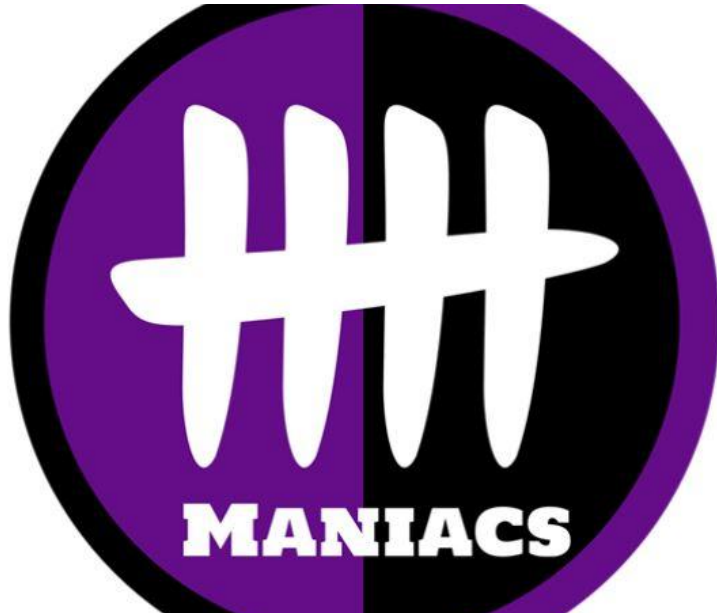
- Presentation av tränare

- Filip (Assisterande tränare)
- Pierre (Tränare, DC: Defensive Coordinator)
- Niclas (Tränare, OC: Offensive Coordinator)
- Ludde (Tränare, HC: Head Coach)



Beckomberga Maniacs

- Vilka åldersgrupper har vi?
(U11/U13/U15/U18)
- Vad lever Maniacs på?
 - Avgifter/hyra för utrustning
 - Stöd/Bidrag
 - Merch försäljning
 - Frivillighet och passion 😊

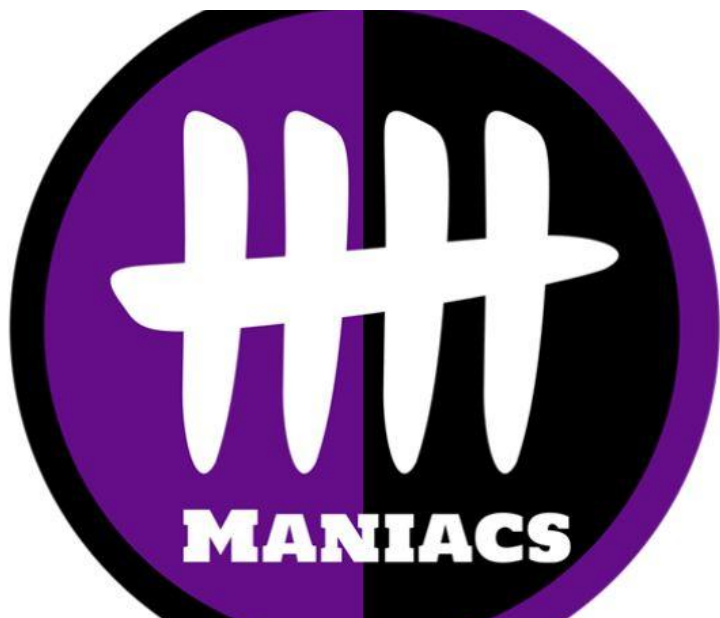


Säsongen 2025 för U11/U13:

- Träningar 2025:

- Inomhus (konstgräs) Spånga IP fotbollshall, fram till slutet av april.
- Utomhus (Blackebergs BP) med start i slutet av april, sommaruppehåll i juli, höststart i mitten på augusti.
- Säsongsavslutning i oktober.
- Inomhussäsongen börjar efter höstlovet, i slutet på november.

Säsongen 2025 för U11/U13:



- Träningsiderna (inomhus/våren '25)

- Onsdagar, Spånga IP fotbollshall

- 18:00 – 19:30

- Fokus: Teknik, Positioner, Spel, Kondition och lite fys

- Söndagar, Spånga IP fotbollshall

- 13:30 – 15:00

- Fokus: Teknik, Positioner, Spel, Kondition och lite fys

- Övrig träning/Fysträning

Detta får man ombesörja själv. Dock finns Mia (Gustav Frodells mamma) som är delägare i ett Crossfit gym som man kan prata med om man är intresserad av att träna mera fys och kondition.

Andra eventuella fystränare får gärna höra av sig :)

- Träningsiderna (utomhus/våren '25)

Vi kommer förmodligen köra träningar på måndagar, onsdagar och söndagar.

Tiderna blir, förmodligen mån/ons 18:00-19:30 och sön 13:30-15:00.

Vi tränar på Blackebergs bollplan, vid Räckstarondellen (vår hemmaplan).

- Gemensam träning med andra lag

Med Tyresö Royal Crowns, lördagen 8:e mars, 13:30 - 16:30.

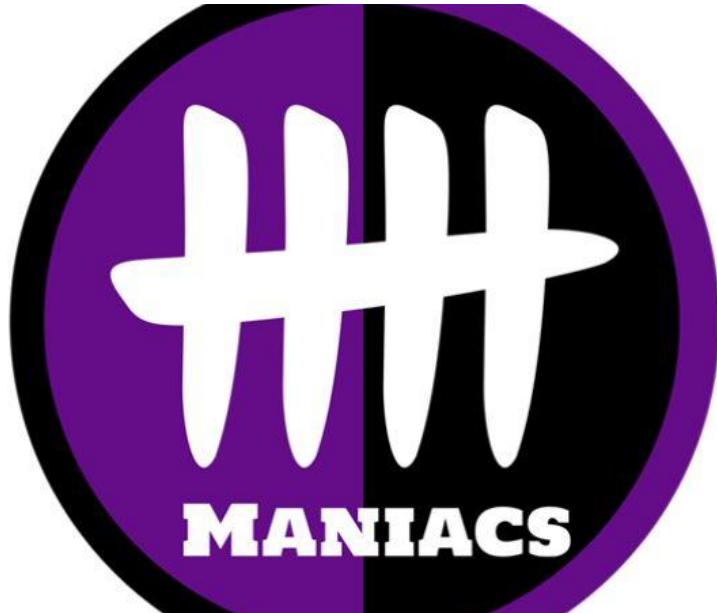
Vi bjuder in TRC till oss någon gång i april.

Säsongen 2025 för U11/U13:

Forts.

U11:

- Vi har haft väldigt svårt att få in flera U11 spelare, just nu bara en spelare.



U13:

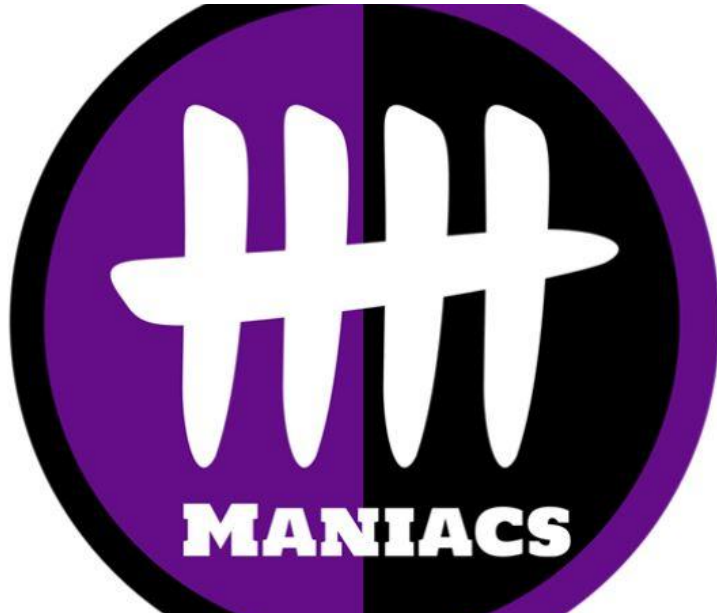
- **Matchtillfällen á la 2024**

- 9-manna
- Eventuellt cup i Wäsby i maj.
- Strand Cup (Tyresö) U13, 14 juni i Tyresö Strand.
- 4-5 match tillfällen, där vi spelar 2-3 matcher. Match tillfällen arrangerades förra året i Tyresö, Stockholm (Zinkensdamm), Örebro, Karlstad samt på vår hemmaplan.

- **Eventuella andra evenemang**

- Fair Play Cup (Eventuellt även för U13, vår egen cup)
- Dukes – Skövde (1-3 augusti).

Dukes Tournay, Skövde



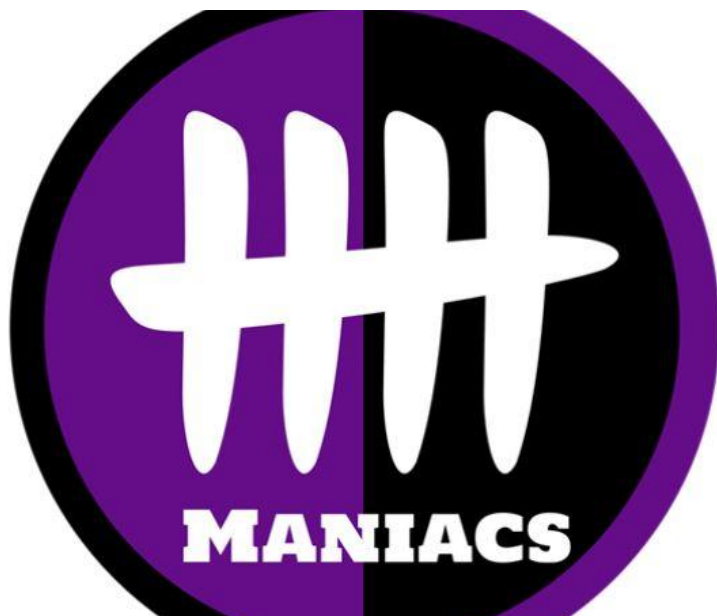
- Årlig ungdomsturnering i amerikansk fotboll
- Brukar delta 30-40 lag
- 2025 går turneringen 1-3 augusti (fredag-söndag)
- Förra året var fyra Maniacs spelare från U13 med och spelade tillsammans med Örebro

Kostnad

- 2024 var anmälningsavgiften 8500:-/lag (i U13)
- Spelaravgift 650:-/spelare =>
 - två övernattnings i klassrum
 - middag på fredag och lördag kväll, frukost på lördag och söndag, lunch på lördag, samt ett lunchpaket på söndagen
- Kostnaden kan förväntas bli runt 1500:-/person
- Resekostnader tillkommer beroende på upplägg

Behöver få med föräldrar

Förra året var det 5 matcher på 3 dagar. Vi måste minst vara runt 15 spelare, helst fler.



Avgifter:

2025 har SWE3 (förbundet) höjt alla avgifter, till följd av inflation och annat, vilket gör det mera kostsamt för alla.

Därför har vi också blivit tvungna att höja både medlemsavgifterna och hyran för utrustningen.

- Medlemsavgiften 2024: U11: 1000kr/år ; U13: 2000kr/år
 - Vad ingår: Licens inkl. försäkring, träningstider, tillgång till planer.
- Hyra för utrustning
 - (Hjälm+Axelskydd): 800kr första året, 1500kr andra året.

Tanken är att om man håller på längre än ett år, bör man fundera på att köpa eget. Skulle man sluta efter att man investerat i skydd, har vi ett återköpsprogram.

Observera att avgifterna på hemsidan är inte uppdaterade!

Hur länge får man träna gratis utan att betala medlemsavgift?

Tumregel; 2 veckor, dvs. mellan 4-6 gånger nu på våren.

Medlemsavgifter, hyra och köpa av merchandise kan Swishas.

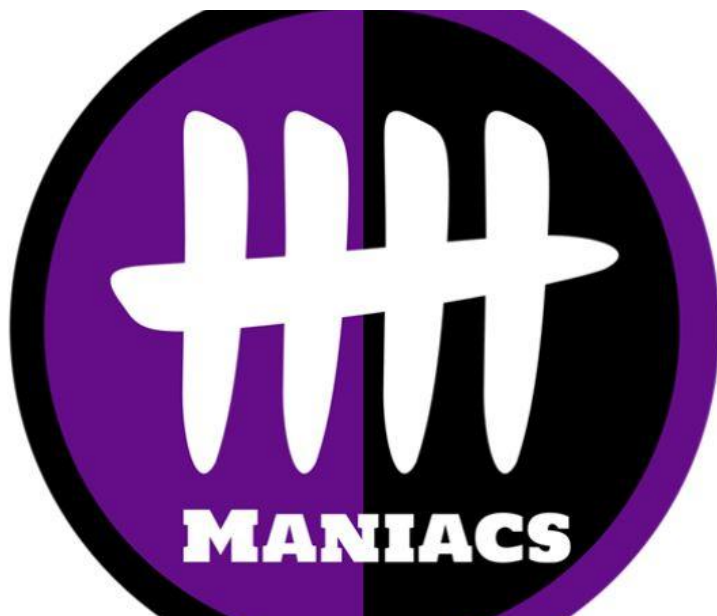
Swish nr: 123 6173025

Personlig utrustning (som man köper själv):

- Tandskydd (Maniacs har de enklaste 25kr/st).
- Byxor med skydd (Girdles)
- Träningströja (på axelskydden)

Maniacs tar fram ett paket på www.contactsports.se och kommer att ha en Team Shop där inom kort.

Övrig Utrustning



Alternativ

Reyrr: www.reyrr.se

Utrustning tips: www.contactsports.se , Nu även med Klarna!

Byxpaket:

Home > Body Protection - Pant Package > Quickslant Youth Pro 7 Pad Pant Package



QUICKSLANT YOUTH PRO 7 PAD PANT PACKAGE

899 SEK

Quickslant Youth Pro 7 Pad Pant Package. This package includes: Quickslant Practice Pant Quickslant 7 Pad Girdle Quickslant Football Belt (We will send a belt in the same color as... [Read more](#))

Size Guide

QUICKSLANT YOUTH PRACTICE PANT (SIZE): CHOOSE AN OPTION

QUICKSLANT YOUTH PRACTICE PANT (COLOR): BLACK

QUICKSLANT YOUTH INTEGRATED 7 PAD GIRDL (SIZE): CHOOSE AN OPTION

Tandskydd:



UNDER ARMOUR AIR MOUTHGUARD

299 SEK

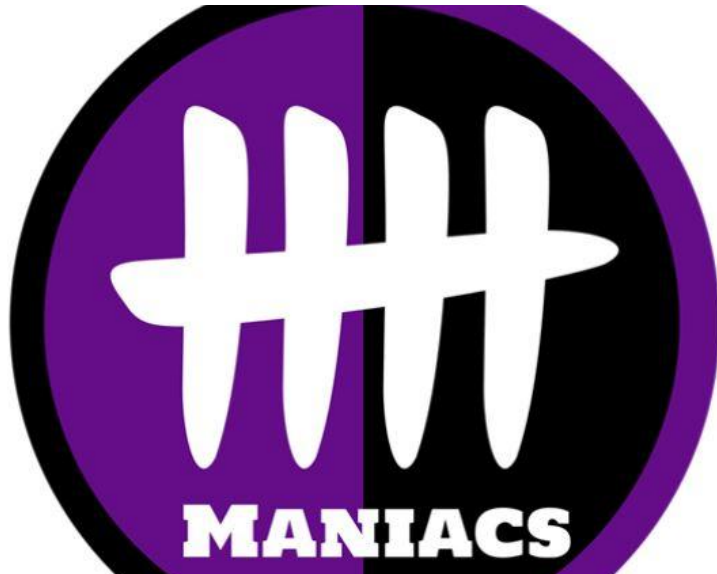
A cool look and at the same time great protection!

[Read more](#)

Size Guide

COLOR: CHOOSE AN OPTION

Utbildningar och Föräldrautbildningar under våren 2024.



Introutbildning för amerikanskfotbollstränare

SWE3: Utbildning för nya tränare, vari ingår en mentor.

Utbildningen ger behörighet 1år för att träna U11/U13.

2:a året behöver man gå Grundutbildning i amerikansk fotboll.

Mentorn hos Maniacs är Ludde.

Vad ingår och vad skall man lära sig:

- Vad är amerikansk football.
- Bemötande samt trygghet och säkerhet.
- Leda en övning/assistera. Bygg en egen övning.

Maniacs tränar trappa:

Stegen till Huvudtränare

- USA Football:

<https://footballdevelopment.com/shoulder-tackling/fundamentals/breakdown/>

- Football development licensed youth coach

- RF SiSU Tränare Grunder

- Football development övrigt - Advanced tackling, Contact system, Youth system. Scholastic Certification.

ÖVRIGA UTBILDNINGAR

Hantering av hjärnskakning, Grund.

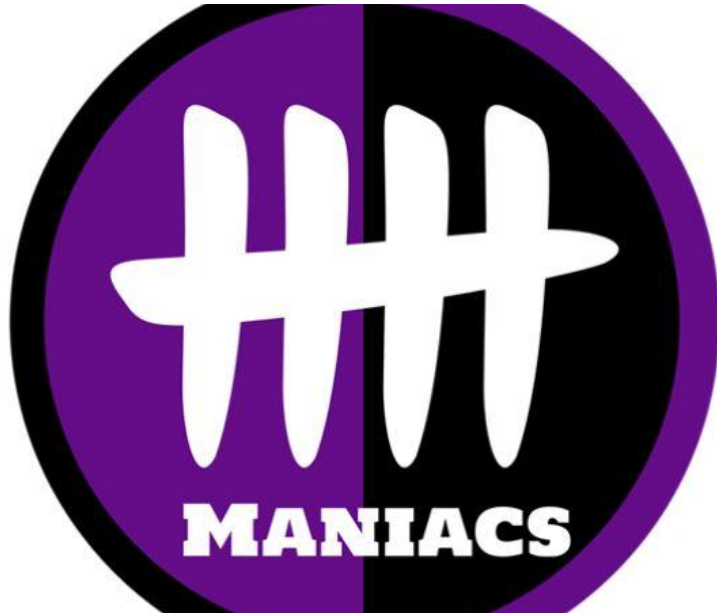
Andra kurser: Kost, Sjukvård + massa från RF-sisu som NPF och idrott (ADHD, ADD, Autismspektra).

Domarutbildning (för de som kan football) börjar i mars!

Information och regler:

Svenska Amerikanska fotbollsförbundet (SWE3) www.swe3.se

<https://www.youtube.com/watch?v=3t6hM5tRlFA>



Vad behöver Beckomberga Maniacs? (önskelista, allmänt)

- Assisterande tränare.
- Lagledare och sjukvårdare (obligatoriskt för att spela match)
- Webshopsansvarig (Mercs ansvarig), tillsatt. Ansvarig: Henrik Gran.
- Website Ansvarig
- Domare (utbildning krävs, ofta äldre ungdomar, men fritt för andra också).

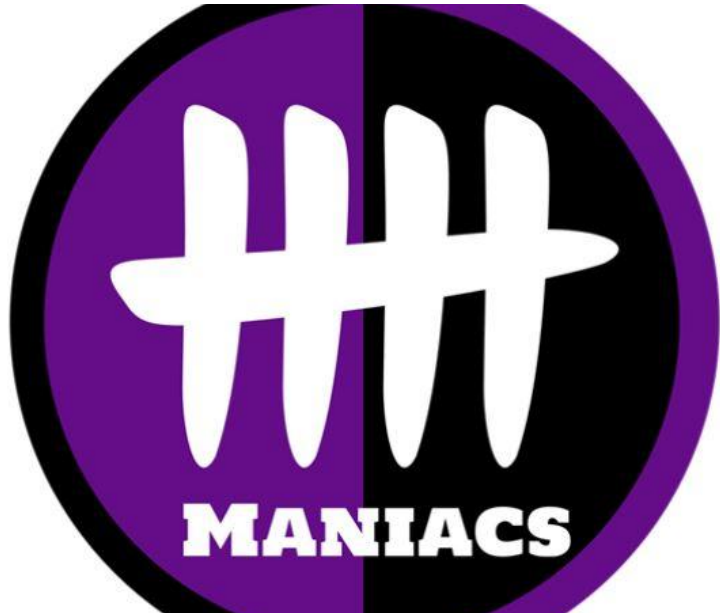
Alla idéer om föreningens utveckling tas emot med öppna armar.

Vad behövs i övrigt vid match tillfällen?

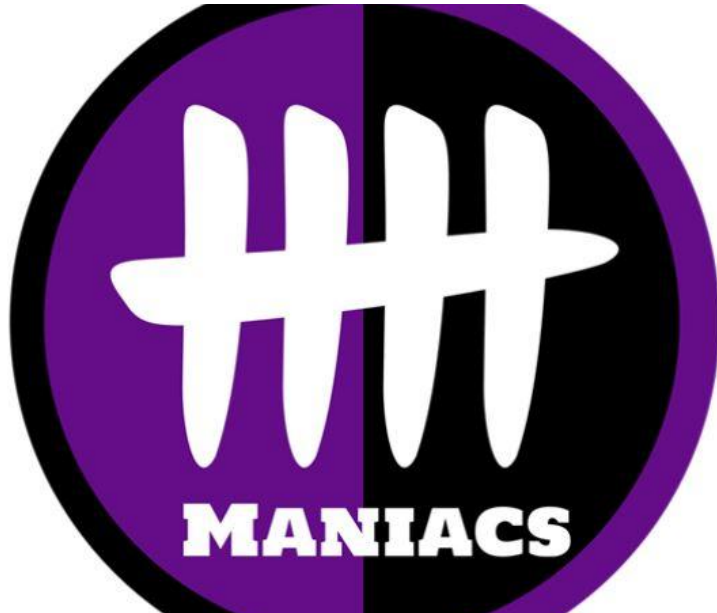
- Lagledare
- Sjukvårdare
- 1-2 personer som hjälper sjukvårdaren med att upptäcka eventuella skador/hjärnskakningar.
- 3 personer till kedja (ett bra sätt att lära sig amerikansk fotboll)
- Bollflickor/pojkar
- Kamerakvinna/man

Vid hemmamatcher (förutom vad ovan nämnts).

- Kafé personal.
- Matchvärdar
- 4-6 Personer som hjälper till med att ställa i ordning planer.



Q&A



Maniacs Merchandise Priser (så länge lagret räcker)

UTBUD

Klädeskit: 750 kr (hoodie, byxor, shorts och T-shirt)

T-shirt: 150 kr

Hoodie: 300 kr

Byxor: 250 kr

Shorts: 150 kr

Maniacs Handskar: 100 kr

Keps eller luva: 100 kr

Keps+Luva: 150 kr

5x Keps & Luva: 499 kr

Swish nr: 123 6173025