



F10 HT 2019 (D-ungdom)

"MHF utvecklar ungdomar som individer och handbollsspelare i en kreativ och positiv miljö"

Ledare

- Therése Gyllenhammar Gyllenhammars@hotmail.com 0736-38 46 07
- Patrik Olsson Patrikolsson55@hotmail.com 0736-97 66 41

Laget

- Vi är totalt 14 spelare nu efter sommaruppehållet.

Träningstider

- Måndagar 16.30-18.00 i B-hallen
- Torsdagar 18.00-19.30 i B-hallen

För att nyttja träningstiden maximal vill vi att följande är klart vid start av träningen

- Ombytt och klar
- Håret uppsatt
- Vattenflaska påfylld
- Örhängen och andra smycket lämnas hemma/alt tejpad öron

Målsättning säsongen 2019-2020

- Att ha kul tillsammans på träningar, matcher, cuper och andra aktiviteter
- Vår målsättning är att alla skall ha ungefär lika mycket speltid/spela lika många matcher, men det är lätt att tappa bort tiden. Prata med oss om något inte känns bra
- Vi kommer jobba vidare med att alla skall våga skjuta, passningar, hur man fångar boll, målvaktspel och alla positioner
- Anpassa träningar för individ och grupp

Seriespelet

- Vi har valt ett rakt seriespel, dvs att det är ca en match varannan vecka
- Vi har anmält ett lag i serien
- Vi kommer skicka ut en översikt över samtliga matcher men kalla med lite kortare varsel. 4 veckor innan match kommer kallelsen. Bra om man svarar så snabbt som möjligt. Svar senast 1 vecka innan matchdag annars räknar vi med att man inte kan delta
- Vet ni reda när översikten skickas ut att någon match krockar med annan aktivitet så säg gärna till
- Spelschemat ligger på laget.se men man spelar nödvändigtvis inte alla matcher utan vi kallar till dom
- Matcherna är 4x10 minuter långa. Det är 20 minuter per halvlek men med 2 instruktionspauser. Efter pausen fortsätter spelet där det blåstes av
- Vi träffas som vanligt direkt i hallarna. Är det någon som behöver skjuts så ta kontakt med annan spelare alt ledare och se om man kan lösa det tillsammans
- Vi samlas alltid 50 minuter innan matchstart

Cuper

- Göteborgs cup 13-15 september

Utrustning

- Skor för inomhusbruk
- Valfria shorts på träning men svarta Hummel på matcherna
- Vita höga hummelstrumpor på matcher
- Vi väntar på matchtröjor från föreningen
- Vattenflaska

Kommunikationsvägar

- Alla spelare och föräldrar läggs upp på laget.se. Här ser man även träningar, matcher och andra aktiviteter. Tips! Ladda ner appen laget.se i telefonen, lätt att följa med i kallelser som kommer
- Skickar vi ut ett grupp-SMS så svara alltid till en av oss ledares privata mobilnummer då det annars plingar hos alla för varje SMS

Önskad hjälp

- Cafétjänst vid hemmamatcher (13/10. 10/11. 19/11. 1/12)
- Använd er av Sponsorhuset när ni näthandlar för att skänka pengar till lagkassan
- Vi är i behov av en till tränare eller föräldrar som kan ställa upp

Övrigt

- Vi skall försöka få till ett föräldramöte i september/oktober
- Vi ser gärna att föräldrar hämtar sina barn inne i hallen, det kommer bli mörkare ute nu så vi vill inte att barnen står ute själva. Det är svårt för oss att hålla koll om barnen blivit hämtade.

Nu ser vi fram emot en rolig säsong tillsammans!

Hälsningar Therése och Patrik