

2008 års veckobrev

V.51

En vinst och två oavgjorda för P96 i Snöbollencup Jr, kanon!

Dessvärre blev det cupens samlade resultat för vår del. Vi deltog ju med två lag tillskillnad från våra motståndare, så placeringen blev tillslut 3:a i båda fyrlagsgrupperna

Motståndarna dök ju inte upp med sina B-lag direkt, men som vi sa innan: Låt dom komma!

Åtta lag deltog och NAIS ena spelade 0-1 mot slutsegrarna Örnens och 1-1 mot andrapristagarna Stuvsta i gruppspelen. Orättvist att vi inte gick vidare? Nä, vi spelade ett dåligt försvarsarbete tidvis. Blev två oavgjorda och en förlust.

Vårt nästa lag förlorade mot DIF efter att man spelat S**T- bra första 12 min (1-1), men släppte in några billiga på slutet (1-4). Man vann en match och förlorade sedan mot Ekerö. Totalt en vinst och två förluster.

Dif blev utslagna mot Örnens FF i semi, men det var den moraliska finalen. Dif och Örnens var de klart bättre i cupen.

Kul att vi ändå lyckades spela så bra fotboll med våra jämna lag.

mvh

Rickard

V.41

Tänkte skriva några rader om bla matchen i går mot P97. Totalt såg det ganska bra ut för att vara vår andra riktiga 11-mannamatch. Vi har turen att några redan har spelat 11-manna i seriespel under året, men några som inte har spelat med P94 gjorde det överraskande bra också. Starkt jobbat Ramon och Markus!

Sen tänker jag vilken tur vi haft att kunna möta P94 på spontana träningsmatcher under hösten. Märks att det givit självförtroende hos samtliga i laget oavsett hur snabb eller konditionsstark man är. De flesta vågar gå in i närkamper nu och man vågar ta mot bollen och spela vidare. Tidigare tjongade man iväg bollen på vinst och förlust, men inte nu!

Som jag nämnde efter matchen så tränar vi 1ggr/vecka fram till v.50. Jag hoppas att det blir konstgräset i Störvreten och att vi kan samträna med andra lag i Nackdala, så övningarna blir roliga att genomföra. Kan sen avslöja att vi får en riktigt bra fotbollstränare som besöker oss några gånger under okt, nov och dec. Hur många tillfällen beror lite på vilka träningstider vi får. Personen har tränat pojklag i Elit och har även haft lag som vunnit pojk-SM. Vi ska ta vara på den möjlighet som det innebär.

Sen vill jag även påminna om att det inte finns några genvägar. Inför 11-manna nästa år måste vi ta ännu mer eget ansvar för vår träning. Det innebär att man under vintern MÅSTE ut och springa lite själv. Kondisen måste bli bättre på många håll, men även snabbheten, om nästa säsong ska bli lika rolig för alla.

Just nu pågår arbetet med att planera 2009 års spel i Sanktan (hur många lag vi ska köra i serien P13, ev samarbete med andra lag i föreningen mm). Har även fått samtal från föräldrar i andra föreningar som undrar ifall vi har plats för deras söner i vårt lag. Som tränare tycker jag det vore hemskt roligt med ett tillskott.

Känner jag laget rätt så tycker ni lika. Det märktes bla på hur snabbt de tidigare 7 st Tumbaspelarna kom in i laget och gemenskapen förra säsongen. Jag är riktigt imponerad och glad för det! Hoppas ni inte ångrar ert byte till Nackdala AIS :-)

Sist vill jag bara tacka för uppslutningen under lagavslutningen i tisdags på Heron City. Blev lite stressigt att hinna med maten innan biofilmen, men det gick ju bra. Tur att man kör reklam i 15 min. Sammanlagt var vi 16 spelare (endast tre saknades).

Hälsningar,

Rickard

V.40

Körde träning endast på tisdagen. Matchen mot SGIF som vi skulle ha mött under fredagen blev inställd. Motståndarna lämnade WO. Flera börjar nu gå över till sina vinteridrotter.

mvh

/Rickard

V.39

Match mot Fruängen i Lättserien under förra veckan (v.39). Blev vinst med 5-0 och killarna fick nya smeknamn. Motståndarna fick skäll av sina tränare för att de var för snälla i närmkamperna. Man svarade tränaren "Men de är ju som FLODHÄSTAR!!!". Vi skrattade gott åt kommentaren på väg hem efter matchen. Nån undrade om vi skulle svänga förbi Skansen.

Mötet med SGIF blir av kommande fredag. Skulle ha spelats i lördags, men SGIF hade ont om spelare.

/Rickard

V.37-38

Som framgick under förra veckan (v.38) var det min tur att insjukna i influensan. Blev därför ingen tisdagsträning, men vilken tur att killarna fick möjlighet att åka till Södertälje och titta på Superettanfotboll istället. Match mellan Assyriska-Örgryte som slutade 0-1.

Själv låg jag nedbäddad hemma. Torsdagen tränade vi som vanligt även om vi saknade många spelare. Vi blev 10st, det saknades ca 5 spelare som jag hoppats skulle dyka upp. Resten hade gilltig frånvaro som de meddelat via Gästboken.

Till matchen mot IFK Stockholm, som spelades under helgen, kallades i stor utsträckning spelare som skött träningen under hösten. Som jag har poängterat hela året är matchresultaten inte det viktigaste. Hur man genomför matcherna och träningarna däremot är det som utvecklar en som fotbollsspelare. Vi spelade därför efter vår förmåga och vi får tacka P97 för att de lånade ut spelare till matchen. Blev förlust med 3-0. Matchen mot Konyaspor blev tyvärr uppskjuten och spelades tisdag den 23 sept istället. Förlust med 1-5.

Då veckobrevet uteblev för v.37 (pga sjukdom) vill jag skriva lite om matcherna mot Sörskogen och Tumba också.

Matchen mot Sörskogen blev en rolig erfarenhet med mycket fint passningsspel. vinst med 5-2. En av de bättre matcherna vi fått uppleva i Lättserien, även om bortamatchen tidigare mot Stuvsta var väldigt bra den också.

Under söndagen spelades derby mot IFK Tumba och man gjorde en bra match även här. Tyvärr lyckades vi inte hålla i försvarsspelet så som jag hoppats. Vi ledde med både 2-1 och 4-3. Några misstag i försvarsarbetet gjorde att vi förlorade med 4-6 (försvarsarbetet omfattar som bekant samtliga spelare i laget). Men kom ihåg: vi var ytterst nära att klara oavgjort (5-5). Detta efter att vi lyft upp en back som forward (1-3-2 uppställning). Tyvärr gick satsningen inte hem men det märktes att Tumba blev stressade och oroliga över att behöva möta två forwards.

I år hade man tur i IFK Tumba. Det krävdes en spelare född -95 som spelat i polska pojklandslaget, samt en snabbinkallad spelare från den nyss slutförda matchen mot TTP i svår serie. Skönt att vi slipper tänka på att vinna matcher till varje pris i Nackdala P96! :-)

Hälsningar,

Rickard

V.36

Ytterliggare en vecka som passerat och man upptäcker att endast tre omgångar återstår av Sanktan. Tanken slår en:

- Varför går tiden så fort ibland?

Trots att tiden rusar iväg hinner vi ändå med ganska mycket. Eller vad sägs om: Vi samtränade med Grödinge i tisdags, egen träning med P96 i torsdags, match mot IFK Haninge i fredags kväll samt match hemma mot Stuvsta i lördags. Vi lyckades även klämma in en match med P94 som några 96:or deltog i under lördag förmiddag.

Men låt oss starta i rätt ordning: Grödinge gästade oss på tisdagsträningen. Kul att testa nytt, som i detta fall en samträning, och samtidigt få intryck från andra lag. Nästa gång är det vår tur att besöka GSK. Träningen lockade 17 st spelare från NAIS och 9 st från GSK. I slutet av träningen lånade man några Nackdalaspelare och vi testade på lite 11-manna. För GSK var det första gången då man är lite få i laget. Efter matchen grillade vi korv och umgicks så gott det nu gick eftersom myggorna gjorde sitt bästa för att irritera både ledare och spelare till vansinne.

Torsdagsträningen löpte som vanligt, med undantag för att några var sjuka, bortresta eller var upptagna med läxläsning. Lite färre än vanligt på träningen alltså.

Matchen i Haninge sen blev lärorik. Mötte ett utvecklingslag (P97) och vi fick en hel del att stå i under matchen. Man spelade på ett tillslag, vilket ställde till problem för oss när vi mötte dem högt och med press från vår forward. Vi blev stundtals väldigt enkelt överspelade på mittfältet. Tog ett tag innan killarna lärde sig hantera hur Haninge spelade med skarvpassar. Efter ett tidigt mål från NAIS, tog Haninge snabbt kommandot över spelet. De gick upp till en 3-1 ledning. Vi kom dock tillbaks genom hårt arbete och lite tur. Vi hade fördel av att vara snabbare, större och lite starkare. Stundtals lyckades vi spela vårt passningsspel. Några gånger föll vi tyvärr in i tidigare vanor att slå långa bollar till motståndarna när det blev stressigt. Annars var det en riktigt skön seger då vi haft oflyt i spelet i medelserien under hösten. Slutresultat: 5-6 till NAIS

Lördagens match hemma på Tuna blev en repris av förra veckan när vi fick möta ett lag från Stuvsta på nytt. Killarna spelar återigen mycket bra fotboll, men möter ett motstånd som var lite snabbare och lite bättre denna gång. Till skillnad från föregående helg där oturen spelade stor roll, har vi denna match inget att skylla förlusten på. Man kämpade och slet, man presterade sin bästa fotboll, men räckte inte riktigt ända fram. Flera visar prov på riktigt bra individuella prestationer, men vill ändå framhålla Andreas arbete som mitt-mitt i matchen. Vilket arbete och vilken pärla sen! Rätt upp i bortre krysset, från några meter utanför straffområdet. Många täckte målet men Andreas såg en öppning. Eftersom jag stod i linje med Andreas såg vi båda samma lucka när han vände upp. Är därför helt övertygad om att Du verkligen siktade just där! Målet var en av många fina insatser som laget gjorde denna omgång. 1-4 är en klart godkänd insatts. Fortsätt så! - NAIS ÄGER!!!

Avslutningsvis vill jag bara berömma den fina inställning P96 visat under säsongen. Man riktigt känner vilken härlig lagkänsla det finns i truppen. Alla ställer upp för varandra, samtidigt är man inte rädd för att tala om när kompisar gör fel eller kan göra bättre. Vilken utveckling! Man ger och man tar på samma villkor.

Hälsningar,
Rickard

V.35

Så har vi avverkat en fotbollshelg till. Några sena återbud ställde till det rejält i matchningen under helgen. Flera tvingades spela dubbla matcher och man slet hårt för att prestera bra fotboll. Samtidigt lånade vi ut 4 st spelare till spel i P94 där de gjorde bra ifrån sig. Mot Stuvsta i Lätt serie hade vi spelmässigt övertaget, men motståndarna fick tyvärr de enkla målen. När vi tvingades chanssa så ramlade det in ett par till (tyvärr). Spelarna kämpade enormt hårt och vi hade flera målchanser, men inte turen på vår sida. Man hade ofta ett fint passningsspel med 2-3 tillslag, men gav sig ibland ut på solokörning. Detta ledde till att vi blev trötta och tappade skärpan i avsluten. Har man bara en avbytare så krävs lite mer taktiskt spel, vilket vi hade pratat om redan innan matchen.

I Medel mötte vi Fittja IF som var både stora, snabba och tekniska. Killarna blev lite överraskade över det stundtals "bökgiga" spelet med tröjdragningar, armar i närkamper mm. Man fokuserade onödigt mycket på att gnälla på en ojämn domare. Vid några tillfällen gjorde domaren misstaget att inte blåsa i situationer där motståndare gick in med dobbarna i knähöjd. Väldigt allvarligt! Över lag måste vi nog börja vänja oss vid ett mer fysiskt spel (med mycket bök och armar med i bilden). Tyvärr lät vi de bollskickliga motståndarna komma lite för mycket rättvända i en-mot-en spelet. Vi lät oss bli förbisprungna.

Positivt var att vi i helgen var med från start i båda matcherna, men tyvärr blev det för många "dubbleringar" och för få avbytare för att vi skulle orka hela vägen.

Vi tar nya tag nästa helg då vi möter Haninge på bortaplan (fredag kväll) samt ett nytt Stuvstalag hemma (lördag). Håll koll på hemsidan vilka matcher du kallas till. Troligtvis kommer några spela även i P94.

Till tisdagsträningen har vi bjudit in Grödinges P96 lag att köra träning och vänskapsmatch. Därefter grillar vi lite korv och umgås.

/Rickard

V.34

Det har varit en intensiv period sedan fotbollen startade om efter sommaruppehållet. Många aktiviteter har avlöst varandra. Veckobrevet har därför blivit lidande, men äntligen kommer här höstens första som sammanfattar de senaste veckorna.

Det blev en händelserik och spännande dag på fotbollsplan lördagen den 16 augusti. Efter två veckors träning var det äntligen dags för höstens första turnering. Ännu roligare blev det när vi sen gick och vann hela cupen! För tredje året i rad deltog vi i Kilas cup, en turnering arrangerad av Örnens FF. Vi fick oss en guldmedalj hängd runt halsen och en stor pokal att placera i prisskåpet i klubblokalen.

Det blev fyra fantastiska gruppsspelsmatcher. Sedan en spännande semi mot Grödinge och final mot Örnen. Ett bra försvarsarbete och ett stundtals fantastiskt passningsspel gjorde oss - Nackdala AIS P96 - oslagbara denna lördag. Detta trots en plan som mer påminde om en åker.

En oavgjord, fem segrar. Eller om man så föredrar: fyra insläppta och elva gjorda mål, ej inräknat straffsparkmålen i semin. Avslutningsvis är det skönt att veta att det var just Örnen FF vi slog i finalen. Ett lag med många cupsegrar både inom Sverige och utomlands.

Söndagen den 17 augusti åkte vi till Södertälje Bågskytteförening för en höstkick-off. Där fick vi lära oss hantera pil och båge under ledning av duktiga instruktörer. Många uppskattade aktiviteten och tyckte det var kul att testa nått nytt. Segrare i den interna tävlingen bland spelarna blev Andreas, silverplatsen tog Carl och brons till Pontus. Vi grillade hamburgare och hade allmänt kul.

Efterföljande träningar blev skiftande. Tisdagen bjöd på bra träningsförhållanden och många träningssugna killar. Torsdagen blev en blöt men ändå nyttig erfarenhet då vi spelade en improviserad träningsmatch i 11-manna fotboll. Det blev lite annat spel jämfört med 7-manna där man har mer bollkontakt. 11-manna innebär mindre boll och mer springa. Ett bra passningsspel gör dock att det blir roligare. Tack P94 för motståndet!

Helgen som nyligen passerade innebar två matcher i seriespelet. Starkt att hämta upp underläge 0-2 mot spelskickliga Örnens FF under lördagen (23/8). Slutresultatet 2-2 var spelmässigt kanske inget rättvist resultat men det är sällan matcher avgörs på tur. Vi förtjänade oavgjort eftersom vi aldrig gav upp utan kämpade till slutsekunden då vi kvitterade. Örnen hade många målchanser under matchen som de missade (men även vi missade lite). Liksom många gånger tidigare i år lyckas vi hämta in underläge. Matchen inleddes med ett konstigt baklängesmål direkt på vår egen avspark. Vi stod lite och sov när vi själva hade bollen. Tog därefter en halvlek innan vi lyckades vända inställningen och vårt eget spel.

Matchen på söndagen (24/8) innebar en del trötta ben mot GSK. En hade spelat en lång handbollsturnering dagen innan, två spelade fotbollsmatch med P94 på förmiddagen och övriga hade matchen mot Örnen med sig i bagaget. Med en avbytare tillgänglig och många återbud pga sjukdom, skador, resor blev det därför ett sargat lag som mötte GSK. Första halvlek gav både ledare och spelare gråa hår och mycket att fundera kring. Tog sig i andra och vi höll så när på att hämta in ett 4-1 underläge. Vi var mycket nära en kvittering och skulle kanske haft nått mål till. Vi borde fått en straff när domaren missade att vår spelare blev knuffad och dragen i tröjan i straffområdet. Blev istället frispark! Slutresultat 4-3 till GSK var välförtjänt då de kämpade hela matchen. Spel- och passningsmässigt var vi dock det bättre laget. Vi tar med oss till nästa helg att man måste vara på tårna redan från start. Samma hände ju mot Örnen där vi dock lyckades kvittera i slutsekunden. Mot GSK räckte vi tyvärr inte hela vägen i helgen.

Träningen kommande vecka blir lugn. Istället tar vi chansen att återhämta oss från lite skador och ömmande kroppar.

Hälsningar,

Rickard

V.24

Veckan innehåll två fotbollsträningar samt en aktivitet med kajakpaddling i Tullingesjön. Tullinge Kanotklubb tillhandahöll utrustning och instruktörer till en billig peng.

Tolv spelare, två ledare och några föräldrar deltog under kvällen. Ingen vuxen vågade sig dock på att testa kajakpaddling. Killarna däremot var ivriga att få kasta sig i kajakerna, men innan dess fick man ca 25 min obligatorisk teoriutbildning på land. Under överinseende av en instruktör som paddlade egen kajak samt en följebåt för säkerheten, fick man möjlighet att därefter lära sig grunderna i paddling på riktigt. Man delades in i två grupper och avlöste varandra efter ca 30 min.

Efter paddlingen grillade vi lite korv, killarna latjade och några andra körde frivilligt klädsim från bryggan. De som blev riktigt bitna tog chansen till en sista kajaktur innan vi avslutade kvällen. Enda ofrivilliga klädsimmet stod Ramons storebror för som tvingades tvärgira för en spelare som tyckte om att paddla fort :-)

Plums! Vilken tur att det bara var 3 m till bryggan.

Vi hade tur med vädret även om det kom en kraftig regnskur när några cyklade till Tullinge strand. Surt att bli så blöt innan man ens satt sig i kajaken.

Efteråt berättade många att man gärna gjorde om aktiviteten igen. Vi får se vad framtiden har att erbjuda. Har kontaktat Tullinge kanotklubb och väntar nu på svar hur man gör om några är intresserade av att testa lite mer.

Fotbollsträningen under veckan innehöll bla mottagning/medtagning och förflyttning. Tobias började även prata lite om spelbredd samt passningssskugga (mer ingående hur man tar sig ur markering). De två sista punkterna kommer vi arbeta med mycket i höst när träningen drar igång igen. Våren har ägnats åt markering/press i försvarsarbetet samt mottagning/medtagning och förflyttning vid anfallsspelet.

Sista tiden har konditionsträningen även fått stort utrymme. Något som är nödvändigt när vi nu börjar närma oss 11-manna spel nästa år.

Nu väntar ett sommaruppehåll från fotbollen, vilket är behövt på många håll. Njut av sol och bad men glöm inte sköta konditionsträningen under tiden. Träningen startar 5 augusti igen trots att några kanske är bortresta då. Håller på att kolla möjligheten till en liten kickoff helgen den 9-10 augusti. Lördag den 16 augusti är vi anmälda till Kilas cup men där deltar vi med max 10-11 spelare (mer info följer inom kort).

Hälsningar,

Rickard

V.23

Vårens matcher i Sanktan är färdigspelade. I helgen blev det segrar både i lätt- och medelserien trots återbud pga skador, sjukdomar och annat. Samtidigt hade vi några riktigt varma dagar både lördag och söndag. Starkt av er att orka spela bra fotboll trots dessa förhållanden. Ni som är skadade och sjuka får krya på er. Det återstår några veckor innan vi tar uppehåll i fotbollsträningen. Försök kom ned till träningarna ändå, även om seriespelet har uppehåll, särskilt de som vet med sig att deras träningsnärvaro är låg. Vi behöver er!

Efter en lång period av träning i regn och snörusk är vi nu i juni månad och solen värmer skönt (lite för mycket ibland). Plötsligt närmar sig sommaruppehållet. Känns lite konstigt! Vet inte om ni andra känner lika men Tuna BP är ändå lite speciell den här tiden på året. Med planen omgiven av lummiga träd och buskar är det skönt att knalla ned till hemmamatcherna/samlingarna i Tuna. Vi har ca 7 matcher kvar att spela hemma. Passa på och njut av dessa hemmamatcher. Nästa år väntar Gymnasieplan, även om vi har tjuvstartat genom att köra träningarna där redan i år.

Spelmässigt har vi haft framgång i båda serierna under våren. Ibland funderar man kring varför framgångarna kommit nu och inte tidigare. Det finns inget enkelt svar på frågan, men kanske beror det på hur laget trivs och utvecklas tillsammans. Redan i höstas märkte man lite vad som var på gång. Man såg fokuseringen och spelglädjen under och efter matcherna. Lite är det kanske så att "man måste lära sig krypa innan man kan gå". Samma gäller inom idrotten. Några är tidiga i sin utveckling, andra behöver lite mer tid. Nu märks det på många håll att man börjar hämta in det avstånd som tidigare funnits. Man är inte "där" riktigt än men man är på god väg. Tror även att vi är mentalt starkare än många motståndarlag i samma ålder. Detta spelar nog en avgörande roll när vi spelar matcher. Men det har jag ju som bekant skrivit förut.

Veckans matcher...

I lördags gästade Tullinge TP Tunaplan. Efter en trevande start släppte nerverna och passningsspelet blev bättre. Det är ingen överdrift när man påstår att matchen passningsmässigt är bland de bättre vi gjort i år. Lite trist för Tullinge TP att resultatet blev 9-2 till oss. TTP har haft en jobbig vårsäsong. Efter alla vänskapsmatcher och utbyten vi haft genom åren önskade man dem en jämnare match. Men ibland vinner man och ibland så förlorar man. Vi får önska TTP en bra höst istället. För egen del önskar jag att vi i P96 orkar hålla samma glädje under träning och match som vi haft under våren. Lyckas vi med det kan höst avslutningen bli mycket intressant! Samtidigt ska man inte ta för givet att hösten flyter på lika smidigt som vårsäsongen. Det gäller ju som sagt att man arbetar målmedvetet och hela tiden fokuserar på sin uppgift (dvs fokusera på det man har möjlighet att påverka och förbättra).

Bortamatchen mot GSK spelades på Grödingevallen under söndagen. Om det var varmt under lördagen var det inget mot hettan under söndagen! Motståndarna hade tre avbytare (mot Nackdals enda avbytare). Hinkar med vatten stod utplacerade runt planen och vattenflaskorna tömdes snabbt när man fick möjlighet till vila. Grödinge hade mycket av spelet inledningsvis men Nackdala försvarade sig väl (bra markeringar, press på motståndare och understöd av varandra i laget). Passningsspelet blev dessvärre lidande när vi inte orkade springa lika mycket som vi brukar pga värmen. Än har vi inte tränat på att spela runt bollen och dra ned på tempot (Rönninge/Salem var duktiga på det).

Trots värmen framgick det under matchen att vi var det snabbare och mer konditionsstarka laget, även om de hade den klart snabbaste spelaren som tvingade våra kanter till ett bra

försvarsspel (fantastiskt jobb på "backen" Pontus och Wille. Ramon och Markus, ni var lysande på yttermittfältet). Carl hade den jobbiga uppgiften att jaga boll som forward, men löste det trots värmen bra. Thinesan gör mål under både lördagen (1 st) och söndagen (2 st). KUL!

Johan (Hmm! vad ska man säga?) Först ett riktigt vackert nickmål mot TTP på hörnspark från Pontus. Sen ett konst(-igt) mål mot GSK som det kommer pratas om länge: Skott i ribban (bollen flyger upp i luften) varefter den landar bakom ryggen på målvakten och studsar in i mål. Ett viktigt mål som resulterar i kvittering (1-1). Matchen vinner vi med 4-3. Hampus stod i mål och visade prov på bra målvaksarbete. Synd att vi inte hann rensa bort bollen på din räddning eller de efterföljande returerna. Hade du varit värd efter dessa räddningar!

Tror det var allt för nu.

Hälsningar,

Rickard

V.22

En vecka full av aktiviteter där matcherna blev lite utspridda. Återstår en sista omgång innan vi gör uppehåll i serien för sommaren. Däremot fortsätter träningarna en tid till.

Direkt efter tisdagsmatchen i Vårberg bar det av hem till Gymnasieplan för fotografering. Samtliga spelare deltog som hade möjlighet. Två spelare var bortresta och missade tyvärr tillfället. Victor och Ramon var som bekant på en trevlig Spaniensemester och missade lite oturligt fotograferingen pga förseningar med flyget. Hjälptränare Tobias hade studentmiddag och missade även han fotograferingen.

I flera veckobrev har vi berömt spelarna för deras fokusering och härliga inställning. Så även denna omgång. Man ger ju aldrig upp, trots att domslut går oss emot vissa matcher eller motståndarna får tidiga ledningsmål. Förmågan är stor att plocka fram "det lilla extra" när det behövs.

Mot Panellinos kom första förlustmatchen i medel, trots ett spelmässigt övertag från vår sida, trots att vi hämtar upp ett 1-0 underläge och sedan tar ledningen. När Panellinos kvitterar till 2-2 upplever man spänningen och tjusningen med fotboll! Amadou lyckas trycka in ett härligt nickmål innan en framstormande Panellinosmålvakt springer över honom. Man noterar 3-2 i anteckningsblocket. Tyvärr dömer domaren bort målet pga hårt spel från vår sida (!!!). En äldre Panellinosåskådare kommer fram efter matchen och ber om ursäkt och erkänner att domaren gjort fel. Samtidigt får alla killar beröm för sitt spel. Hampus gör ett mål och Amadou två (varav ett döms bort).

Trots resultatet räknar jag matchen som en "seger" för oss. Spelmässigt var vi bra eftersom man vågade spela boll från egna backar upp genom mittfältet. Äntligen syntes lite av det vi hade velat se mot Rönninge/Salem tidigare. Skönt, nu satt det!

Tyvärr visar några Panellinosupportrar dåligt omdöme och väldigt dålig respekt för våra killar efter matchen. Trots dessa supporters unga ålder (12-13 år) betar man sig som riktiga HULIGANER. Dessvärre förvånas man ej över beteendet, men kan inte annat än

tycka synd om dem. Givetvis kan man inte låta bli att förbannas över att det saknas vuxna förebilder som lär ut hur man beter sig. Jag kommer skicka in en rapport om det inträffade till förbundet. Avsikten är inte att Panellinos skall bestraffas genom poängavdrag, utan sker med förhoppning att liknande incidenter skall kunna undvikas framöver. Har ryktesvägen hört att några killar i laget tror att Nackdala ska tilldömmas segern och att Panellinos skall uteslutas ur serien, vilket det i dagsläget inte finns någon grund för. Vi får avvakta förbundets svar.

Matchen mot Norsborg var dessto trevligare och faktiskt väldigt spännande. Tyvärr förlorar man med 2-1, men en kvittering var inte långt bort i slutet av matchen. Några misstag i försvarsarbetet gör att vi släpper in 2-1 målet, men vi lär oss förhoppningsvis lite av det också. Bla annat behöver man på några håll förbättra tillslaget vid passrar. Sen är givetvis snabbhet och kondition en stående punkt vi behöver arbeta vidare med för att 11-mannafotbollen skall bli rolig nästa år.

Precis som mot Panellinos tidigare i veckan lyckas vi med uppspel från egna backar, även om det inte blir lika ofta mot NIF. Kul när man ser en del av killarna så tydligt ta initiativ till tex V-löpningar på mittfältet och som forward. Uppspelen blir givetvis möjliga då våra backar gör sitt arbete vid mottagning och förflyttning och mittfältet hittar lediga ytor och möter boll. Tillsammans bidrog man till ett bra passningsspel.

Från matchen mot Norsborg vill jag nämna Amadous fina målvaktsarbete, några av Eddies närkamper på mittfältet mot deras kvicka nr 8 (du läser spelet bra Eddie) och Jockes stabila backarbete. Måste också berömma Wille Hå för hans suveräna arbetet som Duracell-kannin även om alla i laget kämpar och sliter under matchen.

Kläderna från Stadium är levererade och många har börjat hämta ut sina beställningar. På tisdag ges möjlighet för de övriga som ej spelade i lördags att hämta sina overaller mm.

Syns och hörs!

Hälsningar,

Rickard

V.21

En ny spelhelg är förbi och resultaten gick vägen denna omgång också. Två matcher och två segrar. Snacka om vilket härligt stim vi är i just nu. Lite turligt kanske någon tycker, men ofta är det så att tur förtjänar man genom hårt arbete och mycket vilja.

Matchen mot Alby var spelmässigt bäst av de två (passning/mottagning). Mötet med Rönninge/Salem däremot blev en lite annorlunda match pga ett tidigt 2-0 underläge. Kämparandan kom in tidigt och förstörde möjligheten till ett bättre spel.

Matcherna då undrar ni kanske?

Alby IF besegras efter ett stålande passningsspel och högt tempo från vår sida. Slutresultatet 6-3 till NAIS var välförtjänt. Många åskådare dök upp och hejade. De flesta dock Albysupporters. En trevlig och välspelad match där Albys tränare visar sig vara en gammal Nackdalaspelare. Börjar märkas att träningen (passning, bollmottagning och förflyttning) ger resultat. Detta syntes tydligt mot Alby IF. Hade hoppats på bra passningsspel mot RSF, men ibland får man skynda långsamt. RSF ska man komma ihåg

är ett väldigt bra lag som ligger på delad andraplats i tabellen (samma poäng som Nackdala P96). Men ändå, fredagsmatchen bekräftar att vi har duktiga fotbollspelare.

Måste samtidigt passa på att berömma RSF för deras passningsspel även om de fick mycket gratis i början av lördagsmatchen (Nackdala får en feldömd straff emot sig efter några minuters spel. pang! 1-0 till RSF). Då straffen kommer som en kalldusch för grabbarna börjar man fokusera på andra saker än den egna prestationen. Därför kommer 2-0 som ett brev på posten. Efter ett tag får man tillbaks fokuseringen och spelet blir bättre.

Innan halvtidsvilan ändrade vi lite i uppställningen och till andra halvlek gick vi över till killarnas ordinarie positioner. I första experimenterade vi med positionerna vilket säkert förklarar lite av osäkerheten. Men vi gav det en chans och vi vågade pröva! Man börjar en upphämtning från tvåmålsunderläge och målen droppar in i takt med att vi får mer tryck mot motståndarmålet. Wille startar målskyttet och Amadou avslutar med två mål.
Slutresultat 3-2 till NAIS

Känns konstigt att man kommer på sig själv med att tänka "det här fixar grabbarna", trots underläge 2-0. Spelmässigt var fredagsmatchen helgens höjdare, men matchen mot RSF kommer man minnas för upphämtningen från underläge 2-0

Hälsningar,

Rickard

V.20

Tyvärr var det dåligt föräldrastöd när vi åkte till bortamatch i Segeltorp. Fredagens match var ytterst nära att ställas in pga problem med skjuts. Tack familjen Rasmusson för att ni med kort varsel ställde upp med två bilar. Till lördagens hemmamatch var det bättre uppslutning med fler närvarande föräldrar. Äntligen har vi nu fått till en kaffelista på hemsidan där man tilldelats datum då man har fikaförsäljningen och förberedelser (inköp eller baka). Förhinder ska meddelas i god tid. Fredriks mamma ansvarar för fikakorgen. Kontakta henne vid eventuella frågor. När fikaförsäljningen nu kommer igång finns (goda) skäl till att man kommer ned och ser sina söner kämpa och sliter i sina fina Nackdala-tröjor.

Helgen innebar annars vinst i lätta och oavgjort i medelserien vilket måste ses som fullt godkänt. Glad och stolt blir man som ledare för P96 när man ser hur LAGET har utvecklat en inställning och attityd som är sällsynt i deras ålder. Inga hinder är för höga, inga utmaningar för svåra. Alla är beredda att slita till sista matchminuten och det oavsett om man leder eller ligger under. Det hör liksom till spelreglerna att vissa matcher vinner man, andra förloras. Samtidigt kan ju en förlust i sig utveckla en som spelare om man bara är beredd att lära av sina misstag eller kompensera sina brister.

De cuper vi deltagit i under våren har resultatmässigt kanske inte givit oss så mycket ära och berömmelse, men med facit i handen märks hur mycket spelarna har vuxit av erfarenheten. Ni minns kanske att man i GSK-cupen mötte Örnens FF i ena gruppen. Spelmässigt gjorde man ju väldigt bra ifrån sig denna match. Örnens FF spelar faktiskt i högsta serien där man ligger trea idag. Läser man sedan de serietabeller vi finns med i

upptäcker man snart att flera motståndarlag från cuperna ligger efter oss resultatmässigt. Hur kommer det sig? De vann ju mot oss i cuperna under våren!

Över nu till hur helgens matcher såg ut: Spelmässigt var lördagens match mot Solberga väldigt bra. Passningsspelet fungerade utmärkt trots en trevande inledning. När det släppte så skedde det med besked!!! Vi spelade ut Solberga och fysiskt märktes det att vi hade stort övertag. I andra halvlek tappade motståndarna både orken och humöret. Trots utvecklingen i matchen inledde Solberga målgörandet. TUNGT! Lyckligtvis pratade vi mycket i början av säsongen om det egna ansvaret och att man alltid förväntas göra sitt bästa. Under några träningsmatcher och cuper i april såg det lite blekt ut. Samtalen vi hade då har haft stor betydelse för resultaten i helgens matcher där man ALDRIG gav upp. Så skapas vinnare!!!

Thinesan kvitterade till 1-1 på nåt konstigt vis mot Solberga. Även han själv hade svårt att förklara hur målet kom till (en klack kanske?). Fredrik gjorde 2-1 genom en frispelning från eget mittfält (efter en genomskärare genom Solbergas backlinje). 3-1 sker på frispark när Pontus avlossar "bössan" från ca 15 m (nåja, målvakten var faktiskt lite skymd av en stor och stark Nackdalaspelare. Tack Andreas!). En välförtjänt seger och vi ligger faktiskt ganska bra till i tabellen efter denna omgång. Men det innebär inte att vi kan slå oss till ro. Mycket hårt arbete återstår. Det finns inga genvägar!

I medelserien sattes vi på prov när vi mötte Segeltorp. Vi hade bra passningsspel och många målchanser. Tyvärr var försvarsspelet inte på topp denna fredag. Vi tillät Segeltorp att alldeles för ofta komma rättvänd efter de tagit emot bollen. Detta ledde flera gånger till att Solberga kom 3 mot 2 i kontringar. Vid tre tillfällen resulterade dessa misstag i baklängesmål för NAIS. Försvarsspelet är nått vi tränat mycket på senaste tiden. Snart sitter det i ryggmärgen hur vi hanterar anfallande motståndare (dvs rätt avstånd vid markering och att snabbt gå in i press på bollhållaren).

Matchen mot Segeltorp var som sagt en svängig tillställning även om vi spelmässigt var det bättre laget. Nackdala inledde med att Ramon gjorde första målet. Segeltorp kvitterar. Amadou gör 2-1 och motståndarna lyckas sen kvittera på nytt. Här vänder matchen resultatmässigt till Segeltorps fördel. Segeltorp gör 3-2 lite snopet pga passivt försvarsspel från vår sida. Spelmässigt fortsätter vi dock föra spelet och man skapar en massa målchanser. Amadou lyckas kvittera till 3-3. Tyvärr gör Segeltorp 4-3 men med rätt inställning lyckas vi kvittera på nytt. Hampus gör det viktiga 4-4 målet.

Tack för en trevlig helg

Hälsningar,

Rickard

V.19

Veckan som gick innehöll endast en match i seriespelet. Vi mötte Rönninge/Salem Fotboll och vad jag fått berättat för mig gjorde man en bra match. Tyvärr hade man otur med några tivelaktiga domslut. Bla en straff som kanske inte borde ha dömts. Vi som blev kvar hemma i helgen hade fått spelledigt från fotbollen. Behövlig vila för många eftersom vi haft mycket fotboll senaste helgerna.

Annars är veckans träningar något man gått och längtat efter länge nu. Minns hur vi i mars stod på Alby BP i snömodd, blåst och kyla (brrr). Gymnasieplan, träning på gräs, soligt och varmt. Vilken skillnad, HÄRLIGT!!!

Från och med kommande vecka börjar vi med löpträning efter torsdagsträningarna.

Hälsningar,

Rickard

V.18

Har funderat lite på GSK-cupen som spelades i helgen. Resultatmässigt fanns det kanske mer att önska av turneringen. Men ett mindre bra matchresultat i enskild turnering betyder inte att turneringen har varit mindre givande för det.

Positiva saker som jag tar med mig från GSK cupen:

* Vår hjälptränare Louis har fått lära känna laget (och vi honom). Bra i framtiden när Louis hjälp behövs vid seriematcher i Sanktan och jag eller Victor inte kan delta. Tack för din medverkan, Louis!

* Några spelare visar att man tar stort ansvar för sitt fotbollsspelande samtidigt som man gör stora uppoffringar för LAGET. Oavsett vilken nivå man ligger på fotbollsmässigt gör några av spelarna starka intryck. Man tar sin uppgift på allvar till 100% och med detta skall man vara nöjd oavsett hur matcherna slutar. Fokus på den egna uppgiften och styrkan att kämpa vidare trots motgång är något som kännetecknar stora idrottsmän. Ibland händer det ju att man vänder ett underläge i en match (beror det på tur eller att man kämpar?).

* Under turneringen framgick vad vi behöver utveckla hos många spelare (en nyttig lärdom). Kondition, snabbhet och grunderna i passningsspelet samt bollkontrollen är viktigt att förbättra. Prioriteringen bör ligga i den ordning de nämns eftersom vi har 11-manna att förbereda oss för nästa år, där kondition och snabbhet är A och O (dvs väldigt viktigt).

* Många sa att man haft roligt under GSK-cupen. Kul att lag 2 vann matchen om 9:e - 10:e placeringen mot Tungelsta 2 (de spelade tuffast av alla lag vi mötte). Tyvärr förlorade lag 1 sin B-semifinal mot GSK. Hoppas jag nu inte blandat ihop matcherna :-). Det blev ju ganska många matcher att hålla reda på under dagen.

*Glädjande var att vi spelade så pass jämnt mot Örnens FF i lag 2. De deltog med sitt bästa lag som spelar i svåra serien samt även spelar 11-mannafotboll. Deras tränare meddelade efter matchen att han var imponerad över killarnas framsteg. Han sa att det var bästa matchen hittills vi gjort mot dem. KUL! Grattis ni som spelade i det laget.

Hälsningar,

Rickard och Victor

V.17

Så var då andra omgången av Sanktan genomförd. Vilket härligt GO och vilken inställning ni visade upp både i lätt- och medelserien!

STOR SKILLNAD MOT FÖRRA HELGEN, ELLER HUR?

För att prata lite match:

I första fajten mötte vi Syrianska/Botkyrka IF, en motståndare vi sprang på i vår första träningsmatch inför säsongen. Ett intressant lag med lite annorlunda attityd mellan ledare och spelare.

I träningsmatchen mot SBIF prövade vi lite olika uppställningar och testade killarna på olika positioner. Resultatet då, 3-3 var välförtjänt mot bakgrund av dessa förutsättningar.

När vi i serien nu mötte Syrianska/Botkyrka anpassade vi oss lite mer, ändå gavs många killar chans att spela på olika positioner. En jämn inledning som övergick mer i NAIS press. Passningsspelet såg väldigt bra ut och vi gick inte bort oss i försvaret. Tappade vi bollen vid anfall tog vi hemjobbet och kom oftast rätt i försvarssidan. Lite förbättringssaker dock:

1) vi måste läsa spelet bättre så vi inte blir överraskade när bollen plötsligt dyker upp framför oss. Många gånger beror det på att vi inte möter bollen i tid.

2) Mindre panik när vi tar mot bollen i backlinjen eller på mittfältet. Vi har gott om tid att istället göra uppspel. Tjongboll och rensning när vi är oattackerade vinner bara motståndarna på.

VI ÄR BRA PÅ ATT TA MOT BOLLEN (BÅDE HÖGA BOLLAR OCH BOLLAR LÄNGS BACKEN). LÅT OSS UTNYTTJA DET UNDER MATCH!!!

Mot slutet av matchen får Syrianska/Botkyrka mer press på oss av naturliga skäl, men vi står stabila och låter oss inte överraskas. Sargon gör en strålande insatts i mål. Amadou gör 1-0 och 3-0, Ramón ordnar 2-0. Ytterliggare några har chans att måla men det vill sig inte riktigt (det kommer!). Johan plockar allt på "mittenmitt" och Hampus har alltid en tå framme när motståndarna anfaller. Jocke, Markus, Wille och Pontus ser till att vi har en stabil plattform att utgå från. Bra match!

I dagens andra fajt möter vi IFK Stockholm och sanningen är väl den att vi var två klasser bättre. Michel möter ett inlägg från Thinesan på bortre stolpen. Smack, rätt upp i nättaket! (1-0)

Thinesan får sen möjlighet att själv panga in 2-0 på pass från Hampus. Johan gör sedan 3-0 och 8-3. Pontus 4-2 och 7-3. Hampus gör 5-2. Ramón 6-3 och Markus slutställer resultatet till 9-4. Thinesan överraskar positivt och imponerar i matchen. Michel är trots sin storlek tuff och tvekar inte i närkamperna mot större motståndare. Bastian och William Hu sliter hårt under matchen. En härlig inställning och stor skillnad mot förra helgen.

Tack för en trevlig helg killar, ibland är fotboll kul, ibland är den RIKTIGT kul! I dag var det FANTASTISKT kul!

Hälsningar,
Victor och Rickard

V.16

Fågel, fisk eller mitt emellan?

Nja, helgens matcher var kanske inte de bästa vi spelat. Några lärdomar tar vi därför med oss.

Från morgonmatchen mot Huddinge noterar man att vi måste ta vara på målchanserna lite bättre, samt skjuta lite oftare och hårdare när vi kommer i läge. Nu har vi turen att få det första målet efter många egna missade målchanser inledningsvis. Passnings- och positionsspelet ser bra ut.

För båda matcherna gäller dock följande:

Ofta ligger vi lite högt upp i plan med många spelare när motståndarna bryter (många som gillar anfallsfotboll?). När motståndarna kontrar får vi därför svårt att ta oss tillbaka på försvarssidan om en motståndare var.

Det finns även lite att arbeta på vad gäller att snacka med varandra på plan och att titta upp var man har varandra.

Matchen sen hemma på Tuna inleds bra och det känns som att vi är bra med de första 10min. Sen händer nått. Vi kanske tröttnar eller slutar kämpa när Mälarhöjden får några mål i snabb följd. Är det pga konditionen och att motståndarna var snabba som vinthundar som vi slutar springa? (motståndet var ju faktiskt riktigt bra) Eller var det för att vi gav upp matchen? Hoppas inte det berodde på att vi gav upp! Kondition och snabbhet går nämligen att träna upp

Trots vetskapen om att vi hela tiden tränar på att förbättra konditionen kändes det ändå lite jobbigt när man gick hem efter matchen på Tuna. Till helgen är det ny match och då är det REVANSCH för helgens snöpliga resultat. ALLA lag kan ju inte spela som Mälarhöjden gjorde i helgen.

- Visst?

Hälsningar,

Rickard

V.15

Inget veckobrev denna vecka

V.14

Träningsmatcherna är avklarade och båda lagen gjorde bra ifrån sig.

Laget som mötte Örnens FF spelade inledningsvis väldigt bra men tappade lite orken mot slutet. Killarna mötte en motståndare som kommer ligga i topp i sin serie i år. Samtidigt fick vi lite skador och avbytarna blev färre och färre. Strong insatts ändå av alla. Men vi måste bli bättre på att snabbt komma rätt i försvarsspelet och hemjobbet när vi tappar boll. Löpning, löpning och löpning (finns inga genvägar :-)

Laget som spelade mot Syrianska Botkyrka IF åkte lite snopet på ett snabbt mål i baken, sen ett till... (och ett till...)

Vi reducerade till 2-3 och man började hoppas lite...

Någon minut kvar på matchen får vi till en kvittering (3-3 blir också slutresultatet). Spelmässigt bör vi tänka på att möta bollen lite bättre. Även i matchen mot Syrianska Botkyrka IF inträffade många spelvändningar med chans för motståndaren att kontra. Vi måste bli säkrare i vårt anfallsspel och inte tappa bollen när vi flyttar upp våra positioner.

Inställningen var bra i båda lagen och man slet hårt. Skönt med tanke på att nästa helg är det cuper.

Syns på tisdag,

/Rickard