

Kära Fotbollsförälder!

Först vill vi tacka för ert stöd och all tid ni lagt ner under utomhussäsongen - det är tillsammans vi skapar glädje för våra barn!

Totalt har HSK pojkar födda 2010 (Lejonen och Tigrarna) under utomhussäsongen genomfört ca 38 träningspass, 50 matcher i S:t Eriks-cupen, två cuper samt ett antal träningsmatcher.

Barnen har under säsongen utvecklats på ett fantastiskt sätt. De visar kamratanda, kämparglöd och teknisk utveckling. Vi tränare är övertygade om att dessa faktorer tillsammans är det absolut viktigaste!

Att se barnen genomföra det som vi övar på under träningarna och genomföra dem under match är extra grädde på moset. Vi har sett fina exempel på spelförståelse, drivning med boll, skott, dribblingar, "sulfinter", vändningar och mycket mer.

Inomhusträning

Torsdagen den 29:e november sätter vi igång med inomhusträningen i Aspuddens skola.

Vi kommer att börja träna två gånger i veckan inomhus, torsdagar och söndagar.

Håller era barn på med annan inomhusidrott och det krockar med fotbollen så ser vi inga som helst problem med att ni under inomhussäsongen prioriterar annan idrott.

I största möjliga mån vill vi dock att ni försöker välja söndagen som träningstillfälle då grupperna kommer att bestå av färre spelare på söndagarna.

Sista träningen innan juledigheten kommer att vara torsdagen den 20:e dec, och vi börjar sedan träna söndagen den 13:e jan igen.

Torsdagar

Med tanke på förutsättningarna och hallarnas storlek har vi valt ett upplägg som vi tror kommer vara det bästa för barnen. På torsdagarna kommer Lejonen och Tigrarna att ha varsin egen tid och träna i varsin helgrupp i Aspuddens skola. På denna träning kommer vi hålla på med lite teknikövningar, men också fokusera mycket på rörelse, koordination och motorik.

Söndagar

På söndagarna kommer vi träna i Mälarhöjdens skola. Vi kommer här att fokusera på teknik och spel och då dela in barnen i mindre grupper och även blanda upp Lejon och Tigrar så att de tränar tillsammans. Vi vill verkligen att barnen ska känna att de spelar i HSK pojkar födda 2010. Vi vill skapa en så stor gemenskap som möjligt mellan barnen och tränarna. Målsättningen är att när det sedan blir dags för utomhusträning 2019 så ska vi kunna träna samtidigt på varsin planhalva och då på ett bättre sätt kunna utnyttja hela planen. Nästa år kommer vi förmodligen behöva anmäla fler lag till St: Erics-cupen så att fler får chansen att spela kontinuerligt och då tycker vi att det är viktigt att så många av tränarna som möjligt får chansen att umgås med barnen på träningarna redan nu under hösten. Vi tränare blir inte heller lika sårbara utan kan rulla runt på ett bra sätt vid eventuell frånvaro.

Vänligen hör av er till någon av oss tränare vid eventuella frågor.

Allt gott

Anders/Daniel/Niklas/Johan/Eric/Mikael

Träningsstider

Torsdagar i Aspuddens skola (start 29:e nov.)

Tigrarna 17.30–18.30

Lejonen 18.30–19.30

Söndagar i Mälarhöjdens skola (start 1 dec.)

Gruppindelning (gäller enbart söndagar)

Daniel/Niklas/Johan KL 10.00-11.00	Daniel/Niklas/Johan KL 11.00-12.00	Mikael/Eric/Anders KL 12.00-13.00	Mikael/Eric/Anders KL 13.00-14.00
Alp	Anton	Albin	Kurt
Alwin	Jack	Elias	Wilgot
Ralf	Eyosias	Alfred	Mio
John	Love	Hjalmar	Pontus
Lex	Yaman	Jojo	Hakvin
Edvin	Ida	Eyvind	Theo S
Charlie	Ludwig	Viktor	Pantelis
Tristan	Melvin	Jonathan	Alexander
Eddie	Arda	Marley	Alvar
Mio H-G	Vidar	Erik V-S	Olle N
Leo	Julian	Rui	Alessandro
Cesar	Sixten	Olle S	
Eric H		Iwalley	

Träningsuppehåll

Sista träningen innan juledigheten kommer att vara torsdagen den 20:e dec, och vi börjar sedan träna söndagen den 13:e jan igen.

Viktigt att tänka på inför träning

- Se till att ert barn har med sig rätt utrustning (inomhusskor, benskydd och vattenflaska).
- Se till att ert barn har ätit i lagom tid innan träning.
- Se till att ert barn kommer i tid och är ombytt 5 min innan träningen börjar.
- Medföljande till barn sitter och väntar i omklädningsrummet. Om du som medföljande planerar att lämna träningshallen behöver du komma överens med annan om vem som är ansvarig för ditt barn, och barnet behöver få veta vilken vuxen som den ska vända sig till.

Nya barn i laget

Vi vill såklart att så många barn som möjligt ska kunna vara med oss och spela fotboll, men vi behöver också säkerställa att vi under träning kan ta hand om alla barnen på ett bra sätt. Därför är det viktigt att om ni föräldrar vet att era barn har kompisar som också vill börja träna med oss, så var snälla be barnets föräldrar att börja med att kontakta någon av lagledarna i respektive Lejonen eller Tigrarna först. Vi tränare vill att barnet ska få bästa möjliga start!

Lejonen

Lagledare Elin Borrie och Olof Widmark

Båda nås på Lejonens lagmejl. Lag10lejonen@hagerstensk.se

Tigrarna

Lagledare Daniel Seldén och Helene Jovanovic

Daniel nås på;

erik.daniel.selden@gmail.com

Helene nås på;

helenejelica@gmail.com