



# Föräldramöte Rönnsby IBK P13

18 september 2024

# Agenda

- Spelartruppen
- Träningar
- Spelarboken
- Seriespel
- Cuper
- Förväntningar
- Arrangemang Hemmamatcher, Sargvakter, m.m.
- Avgifter och Ekonomi
- Kläder
- Övriga aktiviteter
- Övriga frågor





# Truppen

- 30 spelare och 5 ledare
- Max antalet är 30 spelare
  - 2 st har slutat
  - 2 st nya
  - Ingen i kö
- Ansvarsområden
  - Tobias – Kontaktperson, Kassör, Insta
  - Fredrik – Laget.se, matcher, hallar
  - Karro, Sara, Hanna, Casper – Upplägg och driv av träningar
  - Hanna – Fokus på målvakterna
  - Casper – ny ledare
  - Per Widar - stöttar ett antal tisdagar



# Träningar

Ordinarie träningar från och med 4 oktober:

Onsdagar: 18:15-19:45 i Önstahallen

Fredagar: 17.00-18.15 i Önstahallen

Extra

Tisdagar 17:00 – 18:15 i Önstahallen

Fredagsträningar från och med 13 september!

**Föränmäl närvaro och frånvaro som svar på kallelsen**

Kom ihåg att **komma i tid** och ta med skor, klubba, glasögon och vattenflaska.

Viktigt att man har en kontinuitet på träningarna. **Bra förra året, fortsatt så.**



# TRÄNINGSUPPLÄGGET

## Tisdagar

Fokus på spel 5-5

## Onsdagar

Uppvärmning och övningar för knäkontroll  
Trianglar/kvadrater + Målvaktsträning  
Halvplansövning/Helplansövning  
3 zoner

## Fredagar

Lekuppvärmningen  
2 zoner  
5-5 spel på full stor plan, ev kör en grupp fys i kooridoren  
Stafett





# SPELBOKEN

Att förstå vad, hur och varför vi gör saker på innebandyplan är en viktig grund för alla spelare.

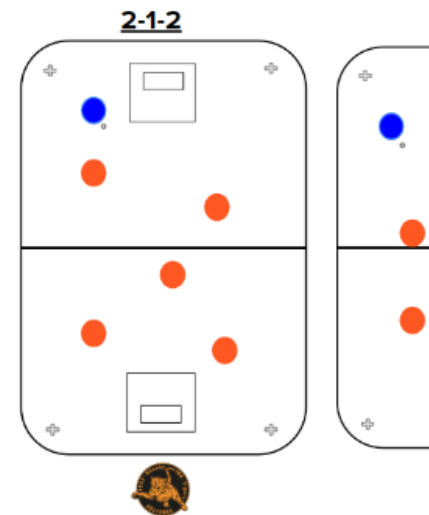
“Det spelar ingen roll hur snabbt du springer om du inte vet vilket håll du ska springa åt”

En spelbok är ett sätt att öka varje individs spelförståelse om vad, hur och varför vi utför moment på planen, att få individerna och laget att springa åt samma håll.

Vårt mål med spelboken är att

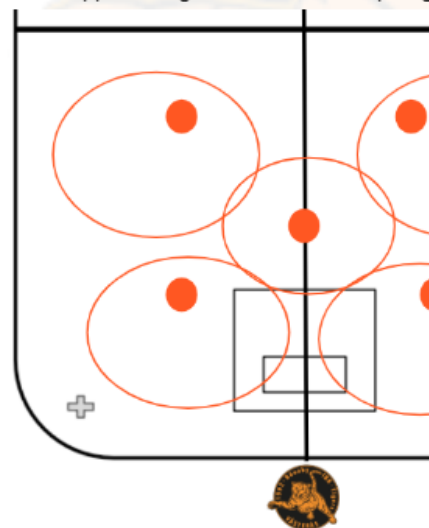
- ★ utveckla och utbilda spelarna i innebandyns olika spelmoment
- ★ visa och förklara försvarsspel, anfalls spel, positioner och ansvar för att få fler att förstå riktningen
- ★ öka spelarnas innebandy kunnande och spelglädje

Bilder på hur uppställningarna på ett ungefär



Vi kommer börja med en 2-1-2 uppställning presspel i högt försvar på motståndarens pl också lära oss växelstöt.

Grunduppställning i ett 2-1-2 försvar på egen



Positioner

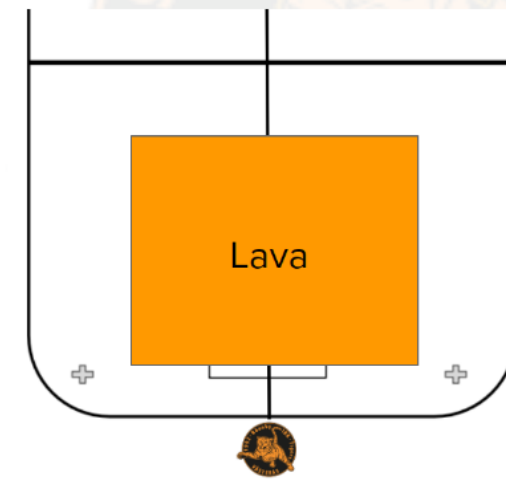
**Centern** har alltid en viktig roll i försvaret då den ansvarar för att bli stänga diagonalpass och för den farliga ytan framför mål som brukar kallas "slottet". I slottet görs de flesta målen i innebandy och det är viktigt att vi alltid förvarar den ytan.

**Backarnas** ansvar är att befinna sig mellan vår målvakt och motståndarna och få motståndarna och deras passningar bort från den farliga ytan framför mål. Vi försöker få motståndaren ut mot sarg och i hörn för att där vinna bollen och gå till anfall. Vi försöker hindra motståndaren att med boll vara bakom vårt egna mål, stäng den vägen och styr motståndaren ut mot hörn.

**Forwards** ansvar är att befinna sig mellan motståndarnas backar och vår målvakt för att hjälpa laget att hålla motståndarna utanför oss. En annan viktig uppgift för Forwards i försvaret är att täcka skott. Det är viktigt att forwards alltid jobbar hem för att hjälpa sitt lag.

**Målvakt** ansvarar för målområdet, att ta skotten mot mål och att vara först och beredd på de returerna som blir. En annan viktig uppgift för målvakten är att prata och hjälpa sitt försvar.

Farliga områden, vi kommer prata om **lava** och att hålla **motståndarna utanför oss**, se bilden nedan.



**Lava** - hett område där vi inte vill att motståndarna ska vara

**Hålla motståndarna utanför oss** - vi ska alltid försöka vara placerade mellan motståndare och vårt eget mål för att kunna trycka motståndarna ut mot sargerna där det är enklare att försvara och ta bollen och mycket svårare för motståndarna att göra mål.

# Seriespel

- Två lag i två olika serier:
- PK6 – Juniormål, inga resultat, 4-4
- PK5lätt – stora mål, resultat, 5-5
  
- Uppdelning baserad på nivå och träningsnärvaro
  
- Matcher Lördag eller Söndag, första matchen 30/9
- Hemmamatcher i Önstahallen (PK6) och Kristiansborgshallen (PK5).
- Kallelser skickas ut i så god tid som möjligt – Besvara i tid
- Samåkning uppmuntras



# Cuper

---

- **Scorpions Cup** – 1-3 november (Höstlovet) 2024
  - 2 lag anmälda (Pojkar Blå A (2012-2013))
  - 2000 kr/lag + XXX kr per spelare
- **Storvreta Cup** – 4-6 januari 2025
  - 2 lag anmälda (Pojkar 2013-2015 Svår)
  - 2690 kr/lag + XXX kr/spelare
- Köping?
- Örebro?
- **Mälarenergi Cup** – 11-13 april (Påsklovet) 2025?



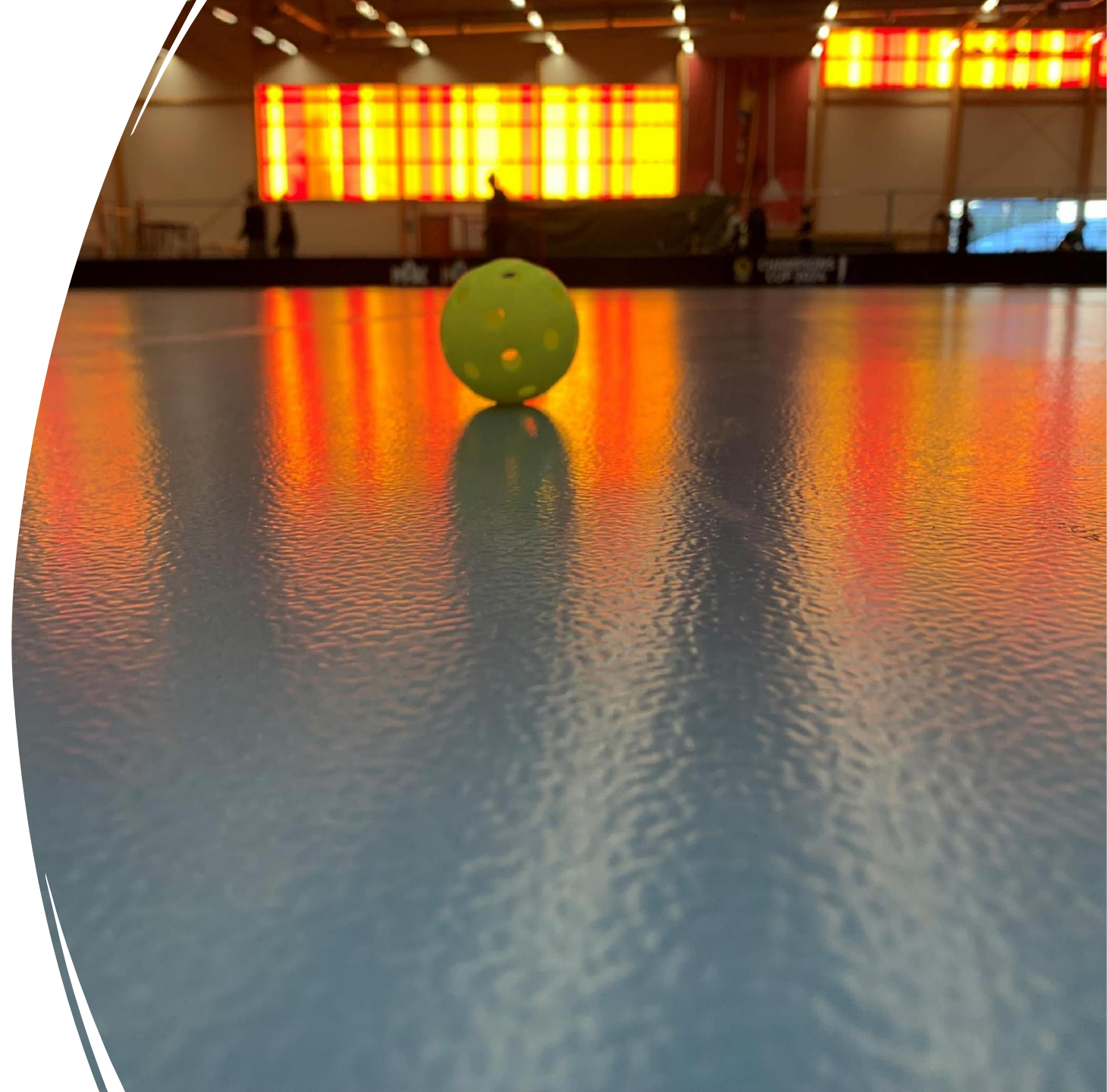


# Cuper – avgifter

---

Vid 20 spelare per cup så blir kostnaden ca 500 kr/spelare

- Scorpions Cup
  - ~10 000 kr
- Storvreta Cup
  - ~10 000 kr
- Mälarenergi Cup
  - ~9 000 kr





# Förväntningar

## Föräldrar

- Inventering, sargvakt, sekretariat & försäljning under året
- Var bra förebilder och heja och stötta laget på träningar och matcher.
- Hjälpa till att bygga och riva sarg om man är närvarande.
- Om ni har några frågor om något som hänt eller andra funderingar, då är det bara att kontakta någon tränare så synkar vi med varandra.

## Tränare

- Att bidra till glädje och lust till träning och match
- Att vara inkluderad och bygga ett lag
- Att vara engagerad och få killarna att vilja lära sig

## Barn

- Man hälsar på varandra
- Man är tysta och lyssnar på genomgångarna
- Man frågar om man inte förstår något
- Man peppar varandra
- Man är snälla mot varandra i ord och handling

# Arrangemang Hemmamatcher



- 2 vuxna i sekretariatet
- Alla matcher ska protokollföras
- Kaffe/fikabröd?
  
- Uppgifterna tilldelas i rullande schema så fort vi vet fördelning

# SSL HEMMAPREMIÄREN

- 28 september kl 16:30 mot KAIS Mora
- Rönaby medlemsdag
- Inbjudan/kallelse kommer



# Övriga arbetsuppgifter för föräldrar

## **Inventering Citygross 3 ggr per säsong**

- Första tillfället är 2 juni kl 16-21
- Andra är 1 september kl 16-21
- Tredje tillfället är runt 31 januari

Varje lag behöver skicka minst 5 föräldrar vid varje tillfälle

## **Sargvakter SSL-matcher (schema ej klart)**

Arbetsuppgifter (kan ändras under säsongen)

- Sälja lotter och andra tävlingar
- Bemanna speedshooting, prata lite med dem i pysselhörnan
- Sargvakter under match (om under 12 år, krävs 1 vuxen i varje hörn)
- Bemanna kiosken med 4 vuxna (tillsammans med kioskteam)
- Viktigt att de samlas i kiosken 1 tim och 15 min före matchstart
- Grovstäda läktaren
- Riva matchsargen och bygga träningsargen
- Kan bli fler uppgifter i samband med att matcheventet utökas

# Avgifter (ej klart)

---

- Medlemsavgift 400 kr (samma för alla)
- Verksamhetsavgift XXX kr (baserat på träningsmängd och seriedeltagande)
- Serviceavgift 19 kr (laget.se)
- **Totalt XXXX kr**
- **Fakturering sker mitten på oktober via Laget.se**
- Syskonrabatt



# Ekonomi

---

- Lagkassan just nu: 10 190 kr
- Restaurangchansen
- Bingolottoförsäljning
- Smaktesterna
- Andra försäljningar?
- Fika matcher?



# Licensiering och försäkring

---

- Alla spelare blir registrerade och licensierade via systemet IBIS
- Ingår försäkring via Folksam som kan ge ersättning för skador i samband med träning och tävling.







# Match- och träningskläder

- Nytt avtal med Mälarsport och Oxdog
- Orange tröja och svarta byxor lånas ut av föreningen , återlämnas i vår
  - Ny tröja eller shorts?
- Svarta Matchstrumpor – kan köpas via Assist
- Svart träningströja för träning och bortamatcher vid behov
- Målvaktsutrustning (från P11/12 och F11/12)
  - Upp till 12 år
    - Föreningen står för hjälm, tröja, byxa ev skydd, ej personligt
  - Från 12 år
    - Föreningen står för matchtröja och byxa,
    - Hjälm och personliga skydd står målvakten själv för (likställs med utespelare som får matchställ)

## Övriga beställningar:

Elmar - [elmar@malarsport.se](mailto:elmar@malarsport.se), 073-316 31 62

- Vill laget prova kläder så kontaktar vi Elmar så kommer han ut till vår träning
- Mälarsport webbshop - klubbkod => 32RIBK0824#
- Separat utskick med klubbprofilen till alla medlemmar kommer göras

# Fotografering

- 18 eller 19 november
- Troligen foajen på Mälarenergi Arena



# Rönaby Ledarutvecklingsprogram



Föreningen satsar på att hela tiden utveckla våra ungdomsledare. Detta gör vi genom att erbjuda ett utvecklingsprogram för er ledare som löper under hela säsongen.

## **Träff 1: Söndag 29/9 kl 17-19 i Mälarenergi Arena**

Introduktion till Barnkonventionen och dess tillämpning i innebandy

## **Träff 2: Söndag 17/11 kl 17-19 i Mälarenergi Arena**

Ledarskap och kommunikation

## **Träff 3: Söndag 26/1 kl 17-19 i Mälarenergi Arena**

Träningsplanering och barns utveckling

## **Träff 4: Söndag 9/3 kl 17-19 i Mälarenergi Arena**

Fair play och psykisk hälsa

## **Träff 5: I samband med slutspelsmatch**

Utvärdering och framtid



# Mentorskap SSL

- Syftet med mentorskapet
- Skapa band mellan Ungdomslagen och SSL
- Alla lag nöjda med årets upplägg
- Går det att få ut SSL spelarna till lagen vid något tillfälle?
- Ev få vara med på planen i 15 min
- Under VM-uppehållet i december kommer mentorerna besöka sina lag
- Under våren bjuds lagen in till SSL-träning för fika och frågestund



## Kommunikationskanaler

- [Laget.se Rönby Lag P13](https://www.laget.se)
  - Kalender
  - Kallelser
  - Nyheter
  - Gästbok
- Facebook [@Rönby p-13 föräldrar](https://www.facebook.com/Ronnby-p-13-foraldrar)
- Instagram [@ronnby\\_innebandy\\_p13](https://www.instagram.com/ronnby_innebandy_p13)

Övriga frågor?



# TACK

