

## Uppstart med nyhetsbrev

Av Tomas Heimdahl

Det är mycket som händer och alltid något på gång med fotbollslaget. Så tänkte att från och med maj 2024 kommer vi försöka få ut ett nyhetsbrev månatligen med de senaste nyheterna och ett kalendarium med kommande händelser. I första numret har jag skrivit allt men framöver kan andra också vilja förmedla något. Någon kanske vill skriva lite om något sammandrag eller berätta om något klubbmöte som varit eller i princip vad som helst.

## Träningsupplägg

Av Tomas Heimdahl

Vi har gjort lite förändringar i träningsupplägget. Vi kommer köra längre temaperioder där vi kommer köra med liknande övningar med progression. Med progression menas övningar som utvecklas över tiden och hela tiden ska utmana spelarna. Första temaperioden är på sex veckor och kommer under de två första veckorna fokusera på teknik samt skott och målvaktsspel. Nästkommande två veckor kommer fokuset vara på uppställning och omställning. Med uppställning menar vi hur vi kommer formera laget under matcher. Det är första året med 5 mot 5 spel och vi kommer spela med två försvarare och två anfallare. Vi kommer prata om hur dessa är placerade på planen och hur vi rör oss tillsammans. Med omställning menar vi hur vi går från försvarsspel till anfallsspel och vice versa. Sista två veckorna kommer fokus vara på passningsspel. Där kommer vi prata dels om hur vi passar men även hur vi tar emot en passning som är minst lika viktigt.

Nu låter detta väldigt seriöst. Grundfokus kommer fortsatt vara på glädje i fotboll, men med lite mer inriktning på vissa fotbollsmässiga delarna.

### I detta nummer

Uppstart med nyhetsbrev	1
Träningsupplägg	1
Fotografering	1
Arrangera sammandrag	1
Träningstider våren 2024	1
Kalendarium	2

## Fotografering

Av Tomas Heimdahl

Måndag eller tisdag den 20/21 maj kommer det vara lagfotografering för alla Skogstorpslag. Vi kommer fotas i matchställ så vi kommer behöva vara uppklädda från topp till tå. Tröjor och shorts kommer delas ut på plats innan fotograferingen. Exakta tider kommer senare.

## Arrangera sammandrag

Av Tomas Heimdahl

Sörmlands fotbollsforbund har efterfrågat arrangörer till sammandrag för 2024. Känns som vi är en för liten grupp att klara det på egen hand, men kanske samarbeta med något annat lag som P2016 eller F2015? Det här är något vi behöver ta ställning till. Får de inte frivilliga som gör detta kan vi bli tilldelade en helg. Om vi själva anmäler oss kan vi välja helg. För att göra detta måste vi säkerställa med Maria på kansliet om planer finns tillgängliga.

## Träningstider våren 2024

Av Tomas Heimdahl

Nu när utesäsongen kommit igång flyttar vi söndagsträningen efter önskemål till kl. 10 istället. Hoppas den extra timmens sömn uppskattas. Vardagstiden är fortfarande obestämd, men vi kommer köra onsdagar kl. 16 några veckor till. Sedan kommer vi troligtvis byta till tisdag eller torsdag, samma tid.

## Kalendarium

Av Tomas Heimdal

### Träningar

Onsdagar kl. 16.00–17.00 Orrliden (tills vidare)

Söndagar kl. 10.00–11.00 Orrliden



### Övrigt

20 eller 21 maj	Fotografering. Mer info om tid och dag kommer senare
25 eller 26 maj	Sammandrag, dag, tid och spelplats ännu ej bestämt
8 eller 9 juni	Sammandrag, dag, tid och spelplats ännu ej bestämt
?juni/juli	Sommaravslutning
29 eller 30 juni	Sammandrag, dag, tid och spelplats ännu ej bestämt
17 eller 18 augusti	Sammandrag, dag, tid och spelplats ännu ej bestämt
31 augusti eller 1 september	Sammandrag, dag, tid och spelplats ännu ej bestämt
14 eller 15 september	Sammandrag, dag, tid och spelplats ännu ej bestämt