

## Höstens planering

Av Tomas Heimdahl

Nu har vi kommit en bra bit in på höstens fotbollsspel. Vi har hunnit med många träningar och samtliga tre sammandrag som spelas under hösten. Vi har många nya spelare men tycker alla snabbt kommit bra in i gruppen. Hela sex spelare har spelat sina första matcher och vi tycker alla har kommit in i det bra. Stor eloge till alla spelarna. Vi planerar att träna utomhus oktober ut om vädret håller och spela ytterligare några matcher. Skogstorp kommer ha sina stora fotbollsavslutning i början på oktober.

Vi kommer önska träningstider inför vintersäsongen inom kort, och hoppas till skillnad från föregående år få till två träningar i veckan. Vi får se hur det går att lösa.

## Sammandrag

Av Tomas Heimdahl

Nu är höstens tre sammandrag färdigspelade. Roligt att se de stora kliv som spelarna gjort.

Nästa sammandrag kommer bli i futsal (inomhusfotboll). Vi kommer anmäla två lag nu när vi är så många spelare och det är planerat att bli ett sammandrag i varje månad under november, december, januari och februari.

## Träningsmatcher

Av Tomas Heimdahl

I väntan på att inomhussäsongen ska dra igång har vi bokat upp oss på två träningsmatcher mot United. En på Årby och en på Orrliden.

Även IFK Eskilstuna har frågat om vi vill spela en träningsmatch. Vi ska försöka få in det i spelschemat. Om det blir utomhus eller inomhus får vi se.

### I detta nummer

Höstens planering	1
Sammandrag	1
Träningsmatcher	1
Träningsupplägg	1
Nya spelare	1
Kalendarium	2

## Träningsupplägg

Av Tomas Heimdahl

Vi jobbar just nu med passningsspel under våra temaveckor. Fokus på träningen är förutom själva passningarna också mycket på rörelse och tvåfotandet.

Med tvåfotande menar vi att vi försöker jobba lika mycket med båda fötterna i samtliga övningar för att få upp nivån på bägge fötterna. Detta kommer hjälpa oss i framtiden när alla övningar kommer bli enklare av att vi inte hela tiden behöver anpassa alla aktioner på planen för att få använda favoritfoten.

Med rörelse så pratar vi i laget mycket om att vi hela tiden behöver förflytta oss när vi slagit en passning. Vi har några övningar som hela tiden bygger på rörelse. Med dessa övningar hoppas vi det kommer bli en naturlig del av spelet att hitta nya ytor i varje situation.

## Nya spelare

Av Tomas Heimdahl

Under augusti månad fick vi ytterligare två spelare. En tidigare bekant när Maja Sultan kom tillbaka i fotbollslaget efter några års frånvaro. Även Luna Hokkanen från Hällberga har börjat spela. Båda har hunnit med flera veckors träning och matchdebuterat. Vi hälsar båda hjärtligt välkomna.

## Kalendarium

### Träningar

Torsdagar kl. 16.00–17.15 Orrliden

Söndagar kl. 10.00–11.15 Orrliden

### Övrigt

27 september

Träningsmatch Eskilstuna United, Årby

8 oktober

Preliminärt datum för fotbollsavslutningen, Orrliden

13 oktober

Träningsmatch Eskilstuna United, Orrliden

November

Preliminär start av inomhussäsongen

November

Sammandrag futsal, datum ej bestämt

December

Sammandrag futsal, datum ej bestämt

Januari

Sammandrag futsal, datum ej bestämt

Februari

Sammandrag futsal, datum ej bestämt

