BESTÄMMELSER STRÖMSBRO J18 REGIONAL FAMILJEN

SÄSONGEN 20/21



**BESTÄMMELSER FÖR SHC J18 REGIONAL FAMILJEN**

* Vi kommer att spela med specifika PP/BP, vi accepterar att alla inte har möjlighet att spela alla spelformer.
* Både spelare & ledare skall alltid göra allt för lagets bästa, vi kan välja att spela folk mer eller mindre under match.
* Vår resultatmässiga målsättning för säsongen 20/21 är att sluta topp 4 i seriespelet.
* Lagkaptener säsongen 20/21 är ( C ) Axel Bergqvist, ( A ) Malte Hug & ( A ) Filip Söderlund.
* Spelarrådet består av Eddie Östlund & Rasmus Sågström som leder spelarmöte första träningen i månaden. Frågor som uppstår lyfts sedan med tränare/lagledare.
* Vi är en familj som ALLTID ställer upp för varandra både på & utanför isen.
* Vi har ett totalt alkoholförbud dagen innan/samma dag som match & träning.
* Vi dricker vatten på isen, inte i båset.
* Vi håller ordning & reda i förråd, omklädningsrum & med vår egen utrustning. Vi skall upplevas professionella både på & utanför isen.
* Vi lämnar alltid omklädningsrum & buss som det såg ut när vi kom när vi spelar bortamatch.
* Vi säger ALLTID ”HEJ” & ”HEJDÅ” när vi anländer/lämnar lagaktivitet.
* När vi kliver på isen är det fullt fokus på träning/match. Vi lyssnar, övar & lär med största fokus.
* Vi har tillsammans kommit överens om att vi Strömsbro J18 Reg Familjen vill uppfattas som bland annat, engagerade, ödmjuka, professionella, vinnare, positiva, passionerade, enhetliga, uppmuntrande & framförallt familjära. Att uppfattas som detta utifrån kräver enormt mycket disciplin & vilja att nå dit. Vi ska tillsammans nå alla våra gemensamma & individuella målsättningar, inklusive detta.
* Vi har valt att dela upp backar/forwards så att Jesper ansvarar för backar & Philip för forwards. Detta gäller spelarsamtal/individuell utveckling, isträningar samt ansvar på match. Detta för att vi ska kunna fokusera på en mindre specifik grupp & mer kontinuerligt kunna ge feedback till ”våra” spelare. Spelare & föräldrar skall känna sig trygga med att alla blir sedda, att alla har en speciell person att vända sig till angående sin egen utveckling & vid eventuella frågor veta vem dessa skall ställas till primärt.
* Utbildningen vi bedriver kommer att bestå av feedback med hjälp av video efter varje bortamatch då vi ej kan filma våra matcher på Brynäsvallen. Detta sker uppdelat backar/forwards för att kunna fokusera på det mest relevanta för varje individ. Vi kommer ha 3 ispass/vecka där vi kommer lägga fokus på individ/positionsträning tekniskt och/eller taktiskt 1 ispass/vecka. Vi kommer från och med vecka 43 vara igång fullt med off-ice innan ispass. Där kommer vi dela upp dom i 3 grupper där man ex pass 1 kan ha styrketräning, pass 2 snabbhet/rörlighet & pass 3 kommer innehålla en gruppuppgift (alltså ingen fysisk aktivitet). Allt detta kommer ske på ishallen i samband med ispass.
* Vid frågor kontakta
* Jesper på 070 582 77 41
* Philip 072 229 90 88
* Therese (Lagledare) 070 547 77 34