

SÄSONGEN 2024/25

Då var det snart dags att kliva på isen igen! Tisdag den 20 augusti har vi vårt första ispass för säsongen inbokat. Jag hoppas vi ses där, träningskallelse kommer upp i ett separat inlägg. Sedan är tanken att vi kör vidare säsongen i C-hallen på tisdagar kl.22 och söndagar kl.21 i A-hallen. I dagsläget har vi 65 stycken ispass bokade, till och med den 20 maj. Den kommande säsongen med Underdogs kommer att vara en fullspäckad resa av adrenalin och spelglädje!

Mål för säsongen:

- Ha kul tillsammans på isen! Alla välkomna oavsett nivå.
- Fullt lag med två ordinare målvakter.
- Klara ekonomin.
- Spela minst 5 vänskapsmatcher på träningstiden mot andra rekreativlag i regionen.
- Komma iväg på minst en cup.

Sekundära mål:

- Arrangera en kick-off när vi avslutat försäsongen.
- Utomhusevenemang när vädret tillåter.
- Delat ansvar för träningar/material.
- Slå Jackdaws i en vänskapsmatch.
- Arrangera en avslutning när vi säsongen är över.
- Se över möjlighet till förråd/låneutrustning.

Träningsupplägg:

- Tisdagar kommer vi fortsätta som tidigare säsonger med spelande coach som sätter upplägget efter gruppen och spelarna på plats. Vi kör övningar i cirka 40 min som innehåller lagspel, teknik och fys. Vi avrundar sedan träningen med match de sista 20 min.
- Söndagar kommer bestå av "tema-träningar". Detta betyder att vi kommer avsätta majoriteten av träningen till ett specifikt moment i spelet. Exempel är match, skridskogrunder, passningar, skott, uppspel, försvar osv. Vi kommer också schemalägga ett antal vänskapsmatcher mot andra rekreativlag på söndagstiderna.

Det kan hända att vi spelar mer matchspel på söndagar, men inte jämt då vi inte vill att vi får spelare som bara går på söndagsträningarna för match. Vi försöker möta alla spelares behov på isen.
- 6 st ispass är inbokade med tekniktränare Ronnie Abrahamsson och hans insiativ Hockeyhelg. Datum på dessa kommer komma upp under säsongen. Ronnie är en fantastisk kompetent tränare som kommer ge värdefulla tekniktips och lyfta vårt spel som lag och individer.

Träningsavgifter Uppsala Underdogs säsongen 2024/2025:

Över 25 år = 1150 kr.

150 kr i klubbavgift, 1000 kr går till hallhyran, material och teknikpass.

Under 25 år = 850 kr.

150 kr i klubbavgift, 700 kr går till hallhyran, material och teknikpass.

Målvakt med egen utrustning: Betalar enbart klubbavgiften på 150 kr, vi behöver dig mer på isen än vad vi behöver dina pengar.

Om du är ny har du rätt att prova på 2 pass utan att betala medlemsavgift, därefter förväntar vi oss att du betalar.

Info om betalning, om du ska använda friskvårdsbidrag osv ser du i separat faktura som delas i facebookgruppen.

