



Verksamhetsberättelser lagen säsongen 22/23

Verksamhetsberättelse 2022-2023 – VIBF Dam

Ledarstaben för Dam denna säsong har varit Ted Hellman (tränare), Peter Sundström (lagledare) och Cissi Hedqvist (ass tränare samt tf lagledare).

Detta år började med att vi hade ett väl sammansvetsat lag, efter en sammanslagning av Dam och DJ. Lagarbetet med detta började redan under våren 2022 och detta har bara blivit bättre och bättre under säsongen. Vi inledde säsongen med en spelartrupp på ca 18 spelare, men från december blev den tyvärr betydligt tunnare på grund av låntidssjukdom, skada, arbete på annan or och långresa.

Vi började träningarna redan i augusti och i slutet av augusti ordnade vi en "mini-cup" på hemmaplan med tre inbjudna lag (Vallentuna, Högdalen och Sköndal). Tyvärr lämnade Sköndal återbud, men vi fick två bra täningsmatcher även om det blev förlust i båda.

Matchsäsongen startade även detta år med Bäst i Stan och det blev tre bra matcher (vinst mot Hammarby (div 2), oavgjort mot Älvsjö (div 1) och förlust mot Bele Barkarby (div 1).

I serien (Damer div 2 Norra) har det vi gjort en stabil säsong, även om den startade lite knackigt. Efter nyår har vi som nämnts ovan fått kämpa med liten matchtrupp, men tjejerna gör det så bra hela tiden. När serien var färdigspelad så slutar vi på 3:e plats (efter Järfälla och Täby, båda med trupper på 30-40 spelare) och inte långt efter andraplatsen. Målsättningen när säsongen startade var topp 3, vilket vi nådde och det trots en liten trupp under andra halvan.

För att ha tillräckligt stor matchtrupp har Sofia Hedqvist (med dispens, då hon är för ung för spel i seniorserie) gjort debut i Damlaget och som hon gjorde det. I sin första match mot Åkersberga svarade hon för 2 mål och 2 assist. Detta fina spel har sedan hållit i sig övriga matcher hon spelat.

I mitten av januari hade vi en lagaktivitet, då vi direkt efter en bortamatch åkte upp till Grisslehamns Havsbad och hade en spahelg för hela laget. Så roligt och så uppskattat. En riktig boost för lagbygget.

Säsongen avslutades med att vi även i år var med i cupen "Tournament of Åland" i Mariehamn, där vi efter gruppspellet kunde konstatera att vi hade gjort det bra. Vinst i första matchen och sedan två förluster mot två riktigt bra lag (det ena har kvalat till Allsvenskan och det andra spelar i Finska andraligan). Huvudmålet med cupen var dock att ha en kul helg och få ett bra tillfälle att bygga lagkänslan, vilket var mycket uppskattat av alla som var med (hela matchtruppen och alla ledare).

Sammanfattning av säsongen är att man kan konstatera att vi fått ihop ett riktigt bra, härligt lag av tjejer, som hela tiden utvecklas och vill fortsätta att utveckla sin innebandy. Trots en liten spelartrupp har vi presterat riktigt bra och framför allt har det utvecklats till ett lag som har kul tillsammans.



Vi vet att många av spelarna är inne i en tid då det händer mycket i livet, så vi känner en viss osäkerhet över hur nästa säsong kommer att se ut, men efter ett avslutande spelar- och ledarmöte på Åland har vi i alla fall förhoppningen att vi ska kunna fortsätta på samma väg som vi nu påbörjat och då även jobba med att få in fler av de yngre tjejerna.

Årets 4 höjdare

1. Att lyckas med målsättningen "topp 3" trots en liten spelartrupp
2. Den höga moral och energi som de spelare som varit stommen i truppen har.
3. Alla roliga aktiviteter utanför innebandyplanen, särskilt "Spa-helgen"
4. En härlig helg på Åland



Verksamhetsberättelse F07/08 säsongen 2022/23

Vaxholms F07/08 består av 7 st tjejer födda 07 och 4 st tjejer födda 08. I seriespel har även 2 tjejer födda 06 och en tjej född 05 spelat. Laget leds av 4 ledare, Emma Hellström, Fredrik Lindkvist, Roger Wallén och Fredrik Hedqvist.

Träningen startades upp i Augusti direkt när skolorna började. Träning har bedrivits 2 gånger i veckan hela säsongen, totalt 59 träningar. Innan plantid har 45 min fysträning genomförts. Initialt har fysträningen genomförts utomhus och senare när vädret inte tillåtit, inomhus. Tjejen med högst träningsnärvaro har deltagit 90% av gångerna.

Seriespelet har man spelat på nivån Röd MedelSvår. Efter 13 vunna matcher, 4 oavgjorda och endast 1 förlust, slutade man som tvåa, 2 poäng efter seriesegraren Tullinge.

I September deltog laget i Töjnan Tiger Cup i Sollentuna, där man kom till en hedrande semifinal.

Som avslutning på säsongen åkte laget till Örebro-cupen. Efter en seger, en oavgjord och en förlust i grupppelet gick laget till A-slutspel. Där tog resan slut efter en tuff match mot Kärra IBK och förlust med 2-0. Alltid kul att spela mot andra lag än de i serien.

Efter serien har delar av laget fortsatt att träna med damlaget.



F09/10 säsongen 2022-23

Vilken utvecklande, utmanande och givande säsong vi har haft! Vi har under året haft 28 aktiva spelare i truppen. Vi fortsätter att vara en av IBF Vaxholms största spelartrupper! Laget består av 15 spelare födda 2010 och 13 spelare födda 2009. Laget får fortfarande in nya spelare under säsongen, vilket vi är glada för.

Vi har under året haft en tränarstab med 8 tränare varav 1 tränare från DAM Junior och en jämn fördelning av engagerade mammor och pappor som tränare.

Vi har haft två träningstillfällen i veckan, en måndags- och en torsdagsträning. Bra uppslutning på alla träningar. Vi har i anslutning med träningstiden på måndagar även fokuserat på fys för att utvecklas och stärka för att undvika skador. Kul att se att spelarna tar sig an detta på ett seriöst sätt.

Till denna säsong gick vi upp från Blå till Röd- serie. Vi har mött tuffare motstånd och det har varit både utmanande och utvecklande för oss som lag. Vi har sett en tydlig utveckling under säsongen där vi har spelat både jämna och roliga matcher.

Laget har varit anmälda i två serier under säsongen -Röd lätt samt Röd Medellätt. Utöver seriespel så var vi i början av säsongen med i Onyxcupen i Nyköping. Vi avslutade säsongen med att ytterligare en gång åka på Katrineholmocupen i slutet av april.

Vi har även hunnit spela ett flertal träningsmatcher mot flera lag och även spela match mot P10. Kul utmaning och där såg man tydligt hur mycket vårt lag har utvecklats under året.

Vi har även genomfört ett digitalt föräldramöte för att delge föräldrar vad vi gör i verksamheten samt vad som är viktigt att även stötta med på hemmaplan.

Vi har även tack vare några i föräldragruppen samlat in ca 15 000 SEK till lagkassan.

Då vi har, som sagt, två åldersgrupper jobbar vi kontinuerligt för att bygga vidare på lagkänslan och stärka både oss som spelarindivider och som grupp.

Till nästa säsong stannar vi kvar i samma serier som denna säsong och har två lag anmälda precis som i år.

Två av tränarna kommer även att ta en paus under kommande säsong, Malin som rycker in i lumpen och Annika.

Träningarna fortsätter maj ut och kallelserna skickas ut till dessa.

Vi vill tacka alla föräldrar som är med och engagerar sig i vårt lag, det betyder väldigt mycket! Sommarhälsningar Tränarna F09/10"



Verksamhetsberättelse 22/23 - F11

Vi ser tillbaka på en rolig och utvecklande säsong tillsammans där vi har tränat och spelat matcher från september till och med april. Laget har bestått av 9-10 spelare och 4 ledare. En liten men väldigt stark trupp som visat härlig laganda, stort engagemang och vilja att utvecklas.

Under säsongen har vi samarbetat med F10 och F12 för att få ihop tillräckligt med spelare till matcherna, och det har varit väldigt roligt att se spelarna samarbeta och kämpa över laggränserna. Vi har även haft roligt tillsammans med F13 på våra träningar där vi ofta haft en gemensam uppvärmning.

Som säsong avslutning spelade vi Katrineholm Cup och det blev en fantastisk innebandyhelg både på och vid sidan om planen. Vi hade gott om tid att hänga med laget och även heja på andra Vaxholmslag när de spelade match. Vi spelade fyra matcher och tjejerna visade både fint spel och stark kämpaglöd, några matcher var väldigt jämna och spännande men till slut gick vi helt obesegrade genom cupen!

Nu tackar vi i F11-teamet för oss och lämnar över våra stjärnor till den nya truppen F11/12. Vi ser fram emot att fortsätta följa deras innebandyäventyr, även om det blir som föräldrar.

Tack för denna säsong och tack för oss!

Verksamhetsberättelse för Vaxholm F-12 2022/2023

Ledarstab:

Tränare: Linda Martinik, Björn Bergström, Lotta Diedrich, Niclas Marmborg.

Assisterande tränare: Ella Godberg Martinik

Administratör: Linda Martinik

Spelarunderlag:

Vid säsongens start hade VIBF F-12 21 spelare. Alla spelare utom en är födda 2012. En spelare är född 2014. Ytterligare en spelare har tillkommit under VT23 så att truppen består av totalt 22 spelare. I samband med tränarmöte 24 april beslutades det att F-11:s spelare går ihop med F-12. Det innebär att lag F-11/F-12 kommer att bestå av cirka 30 spelare säsongen 2023/2024. F-12:s tränare tar över och ansvarar för F-11/F-12 enligt gemensamt beslut mellan klubbens styrelse och tränarna i F-11 och F-12.

Träningar:



F-12 har tränat varje tisdag och fredag kl. 16:45 – 18. Närvaron har varit hög på träningarna. Träningarna har bestått av uppvärmning, fysträning/kondition, teknikträning, matchliknande situationer samt matchspel.

Seriespel:

Laget har spelat i två serier; Blå Lätt Svår och Blå Medel lätt. Det har inte funnits några fasta lag utan lagsammansättningarna har varierat från match till match. Spelaren född 2014 har spelat i Blå Lätt Svår. Sammantaget har spelet utvecklats under säsongen och laget har funnit de flesta matcherna, Inför säsong 2023/2024 har båda lagen flyttats upp till Blå Medel Svår av förbundet.

Cuper:

Laget har deltagit på Töjnan Tiger Cup, Katrineholmsscupen samt Ackers F12 Vårcup.

Övriga aktiviteter:

- Föräldramöte HT22
- Säsongsavslutning december 2022
- Deltagande på föreningsdagen 14 januari
- Tränarutbildning steg 1 Blå för Linda Martinik och Björn Bergström
- Tränarmöte på klubbnivå samt lagsammanslagning F-12 och F-12 april 2023
- Administrativt arbete för att informera spelare och föräldrar i F-11 och F-12 om sammanslagningen samt planering inför säsongen 2023/2024.
- Säsongsavslutning maj 2023.

Verksamhetsberättelse F13 2022/23

Vi som har tränat laget i år, är främst, Calle Nilsson, Mattias Åkerlund, Zeb Öhman, Malin Forsbrand, Fredrik Edwardsson och Johan Bäckström. I år har vi även haft två fantastiska tjejer från klubben som ställt upp och hjälpt till vid både träning och match. Ett jättetack till Vilma Sandberg och Klara Rydholm Krook. Vi har också haft fint stöd av föräldrar och syskon under säsongen. Både som hjälp och vikarier. Vi har avslutat säsongen som ett lag med 18 glada tjejer som dyker upp på träningarna mer eller mindre regelbundet. Tittar man på statistik från säsongen så är det i snitt drygt 12 spelare som dyker upp på träning. Jag tror att det är högre om vi inte skulle räkna med de träningar som vi haft, trots att vi vet att många är bortresta. Som på sportlovet till exempel. Vi har under året fått ett par nya bekantskaper, det är så himla kul! Laget har tränat regelbundet i Campushallen på onsdagar, tiden 18-19, samt söndagar 12-13. Vi fick möjligheten att utöka våra söndagstider till 11:30-13 i februari då vi känt att en timme kan vara lite kort om tid för att kunna träna med den kvalitet som vi vill ha. Det känns som ett bra drag. Vi har under säsongen haft 48 träningar från oktober till maj. Med lite uppehåll för lov och annat. Fokus på träningarna i år har varit att bygga samarbete och lagkänsla. Det har även tränats teknik i form av hinderbanor och passningsövningar. Vi har klarat av vår första säsong i seriespel och tjejerna har gjort detta med bravur! För många blev matcherna mot andra lag den nya höjdpunkten med spelet. Jättekul tycker vi att varva



träningarna med matcher. Totalt har vi spelat 14 matcher, varvat borta och hemma. En var vi tvungna att ställa in då vi var för få spelare som kunde. Det har varit ett lag anmält under säsongen även om truppen är i största laget för det. Under hösten provade att kalla drygt halva laget i taget till match. Det har funkat bra men inte alls lika bra som att kalla alla spelare till varje match som vi gjort under våren. Det blev ett mycket tydligare lag och starkare sammanhållning mellan tjejerna när vi kunde släppa fokus på vem som var kallad till när. Vi hann även klämma in en cup, Blå Cupen, det sista vi gjorde på planen för säsongen. Det var tre matcher som spelades i Haninge under en solig söndag. Till sist så har vi haft en avslutning på Eriksö med korvgrillning och femkamp. Ett jättetrevligt sätt att få tacka för i år, då nästan hela laget dök upp, och säga hej då i väntan på nästa säsong. Tack för den här säsongen och ha en trevlig sommar. Vid penna för F13, Johan Bäckström

Verksamhetsberättelse F14/15 2022/23

Ledarstab: Madeleine Marmborg, Tobias Timm och Linda Ribenmo

Spelarunderlag: Mixat lag F14/15, 16 aktiva tjejer

Träningar: Söndagar 10:30 - 11:30

Seriespel: Inget, deltagit i Schyssta cupen för F15 och F14

Cuper: Se seriespel

Övriga aktiviteter: Avslutning vår och höst

Ett grymt gäng tjejer som har utvecklats mycket under våren, spelar jämt med F14. Önskar ett lag i seriespel till hösten och två träningstider från september och framåt.

Hälsn Tränarna F14/15



Verksamhetsberättelse Herr 2022/23

Ledarstab

Ansvarig huvudtränare: Patrik Ing
Assisterande tränare: Daniel Eriksson
Materialansvarig: Stefan Andersson
Materialansvarig: Sven Granh

Spelarunderlag

Truppen har bestått av tjugo utespelare och tre målvakter. Åldern spänner från tre stycken nittonåringar till en 38 åring. I träningstruppen har även en handfull juniorer födda 04 till 06 varit delaktiga av och till.

Träningar

Två träningar per vecka, tisdagar 20:00-21:00 och torsdagar 20:30-22:00.

Seriespel

Herrar Division 2 Sthlm



Cuper

Inga cuper

Övriga aktiviteter

Försäsongsträning med fys.

Distriktsmästerskap – ”Bäst i Stan”

Diverse lagsammankomster.

===== Verksamhetsberättelse HJ 2022/2023 =====

Ledarstaben för HJ har under säsongen totalt bestått av 7 st ledare, 3 st aktiva huvudtränare (Fredrik Joråd, Martin Wallenius, Gustaf Wigren), 3 st stödjande tränare på deltid (David Muren, Mikael Gentzel, Sven Skarlöv) samt en stöttande fystränare (Kristofer Alm).

HJ hade säsongen 2022/2023 en trupp på ca 18 st spelare (15 utespelare och 3 målvakter), primärt bestående av spelare födda 2004 och 2006. Periodvis lånades även in ett fåtal spelare från P07 samt DJ, både till match och träning.

Vi har genomfört ca 65 st träningstillfällen under säsongen. Merparten av spelarna har en träningsnärvaro på 50-85%. Många spelare har tagit stora kliv i sin utvecklingskurva under säsongen och laget har blivit riktigt samspelt.

HJ har deltagit med ett lag i seriespel; HJ div3 Norra. Resultatmässigt hade vi en bra säsong med en jämn fördelning mellan vinster och förluster. Spelet har kontinuerligt förbättrats under säsongen och vi avslutade säsongen starkt med att spela oavgjort mot serievinnarna, vår klart bästa match för säsongen. En av våra spelare vann poängligan i serien och vi var totalt sett bland de lag som gjorde flest mål men också det lag som släppte in flest mål i serien.



En handfull spelare i truppen har under säsongen tränat med A-laget vid flertalet tillfällen och 2 spelare har även deltagit i matchspel med A-laget.

Vi har inte deltagit i några cuper och vi har heller inte genomfört några andra lagaktiviteter.

// Martin Wallenius - lagledare HJ

Verksamhetsberättelse P07 2022/23

Ledarstab

Maria Wallander Halén

Gustaf Wigren delaktig

Spelarunderlag

Ca 15-17 killar födda från 08-06

Träningar

På träningarna har det varit mellan 9-12 st vilket ställt lite krav på övningarna men med bra tips på svenska innebandyförbundets utbildningar och interaktivitet med andra tränare har vi fått till bra träningar med mycket kvalité.

Seriespel



Den här säsongen har vi både vunnit och förlorat men framför allt har laget utvecklats och blivit ännu mer en tight grupp som kämpar för varandra och lyfter varandra.

Cuper

Vi fick tyvärr inte plats på katrineholmscupen i år då vi bestämde oss för sent.

Övriga aktiviteter

Vi avslutade säsongen med en heldag i hallen med lunch och fika. P07 bjöd in HJ för ett 2-timmars pass med mycket match och efter det kom P09 för dito. Syftet var att de skulle få lära känna varandra inför nästa säsong.

Verksamhetsberättelse för 2022/23 – Vaxholms IBF P-11

Ledarstab

Anne-Lie Vernersson Timm (Lagledare), Emma Hellström, Anna Sundesten, Ola Johansson, Göran Sjöblom samt ett fint stöd till tränarna av Fredrik Lindqvist.

Spelarunderlag

Aktiva spelare 28 st. under 2022/2023. Under spelåret har vi fått flertalet nya spelare vilket både har varit en utmaning för tränarna men det har också varit roligt med påfyllning av spelare. Det har varit en väldigt bra stämning i laget och en väldigt positiv utveckling hos spelarna.

Träningar

Laget har tränat två gånger per vecka, tisdagar och fredagar, under en timmes träning per tillfälle. Före varje träning har laget kört tränarledd uppvärmning och fysträning under 15



minuter. Övningarna har bland annat inriktats på försvarsspel, passningar och skott samt uppspel på röd nivå.

Under spelåret har vi varit tre till fyra tränare men efter att ha gått ut med en förfrågan till föräldrarna så har vi fått förstärkning av flera föräldrar inför kommande säsong. Även Fredrik Lindqvist planerar att fortsätta stötta oss i träningen.

Seriespel

Laget har spelat i serie ljusröd svårlett 5 mot 5 vilket har varit utmanande med många tuffa matcher och många förluster. Laget har dock kämpat vidare och utvecklats mycket positivt i speluppfattning och teknik. Laget har blivit sammansvetsat och det är väldigt fin stämning mellan spelare och mellan spelare och tränare.

Cuper

I april deltog laget i Katrineholms innebandy cup. Det var en väldigt rolig och givande cup som resulterade i flera vunna matcher, supertaggade spelare och en överenskommelse om att satsa på finalspelet nästa år.

Övriga aktiviteter

Återigen en avslutning på säsongen med match mot gästande föräldralaget. Vinsten, den säkrade laget så klart.

Inför kommande höst/vintersäsong önskar laget mer stöd från klubben i form av målvaktsträningar. I år har vi haft en till två fasta målvakter som brinner för uppgiften så det vore utvecklande för dem att få träna med "riktig målvaktstränare".



Verksamhetsberättelse för 2022/23 – Vaxholms IBF P-12

Ledarstab

Vi har under säsongen 22/23 haft tre ledare som fungerat som aktiva tränare på träningarna och ledare på matcherna. Ytterligare en ledare har ansvarat för administrativa uppgifter såsom att kalla till träningar, matcher samt skicka ut information.

Spelarunderlag

Under slutet av säsongen har vi fått påfyllning av tre nya och nygamla spelare till laget. Vid avslutningen av säsongen i maj hade vi 14 aktiva spelare i truppen.

Träningar

Vi har totalt genomfört 54 träningar under säsongen 22/23. Medelnärvaron ligger på 43%, där medelvärdet dras ner på grund av sent tillkomna nya medlemmar till laget.

Seriespel

Vi har deltagit med ett lag i serien Pantamera pojkar Blå medellätt. Totalt 16 matcher.

Cuper

Vi har inte deltagit i några cuper.

Övriga aktiviteter

Vi har inte genomfört några övriga aktiviteter förutom avslutningsmatch mot föräldrarna i maj. I år blev resultatet 2-2.



Verksamhetsberättelse säsongen 2022/2023 - Vaxholm IBF P-13

Ledarstab: Klara Westling, Göran Fransson, Jonas Backström

Spelarunderlag: I slutet av säsongen var vi 18 spelare i laget. Under säsongen har cirka 10 spelare slutat, de flesta av dessa meddelade sitt avslut redan i samband med säsongstart. Under året har det börjat 3 nya spelare.

Träningar: Laget har haft träning två gånger i veckan; onsdagar 16:45-17:55 och lördagar 11:00-12:00.

Seriespel: Vi har haft ett lag anmält i serie Blå LättLätt. I början av säsongen, när allt var nytt, förlorade vi några matcher men efter vår har vi vunnit i stort sett alla matcher.

Cuper: Vi har inte spelat några cuper under året.

Övriga aktiviteter: Laget har under året utvecklats väldigt snabbt. Det har varit väldigt roligt att följa dem i deras utveckling. De spelar ofta en väldigt fin innebandy.

Vi har varit lite för få ledare under året. På onsdagar har det ofta bara varit en ledare som haft möjlighet att hålla träningen. Vi har därför meddelat önskemål till övriga föräldrar om att vi gärna blir fler i ledarstaben till nästa år.