



Säsongen 2018/19
Första året som riktigt lag



Målsättning med VSK P 10

- Fortsätta att utvecklas som bandyspelare:
 - Blir duktiga på att åka skridskor, framåt/bakåt/cirklar/översteg
 - Lär sig hantera klubba och boll
 - Få vara del i ett lag med bra bandykompisar
 - Utvecklas som en bra bandykompis.
 - Bestämna lagregler tillsammans med grabbarna.

I VSK bandy bygger vi på bredden bland våra spelare
Vid laguttagningar ska alla var delaktiga och rotera på positionerna
Toppning av lag får inte förekomma i något av ungdomslagen.

Styrelsens vision:

”Så **många** som möjligt, Så **länge** som möjligt och På **sikt** så bra som möjligt”



- Lagansvarig
 - Stefan Björkström 070-1749677, burcone@hotmail.com
- Tränare
 - Anders Brangefält
 - Martin Corell
 - Mia Björkström
 - Jonas Edlund
 - Mikael Brunnegård
 - Kim Norrbakka
 - Dodona Lenkeit
 - Markus Wilroth
- Om ni har några funderingar eller någon information som vi tränare behöver veta om er grabb kan ni gärna kontakta någon av oss.
 - Stefan Björkström 070-1749677, burcone@hotmail.com
 - Martin Corell 070-7872085, martin@bpab.se



- Försäsongsträning
 - ABB arena syd
 - Onsdag 5 sept 17.20-18:20
 - Onsdag 3 okt 18.20-19:20
 - Onsdag 17 okt 17.20-18:20
 - Grabbarna ska vara klara för att gå ut på isen enligt tid ovan.
- Träningar
 - Ons/tors = Hakon (ute), Lör = ABB arena syd (inne)
 - Jämna veckor, Torsdag 16:30-17:30
 - Udda veckor, Onsdag 17:30-18:30
 - Lördagar 8:00-9:00
 - Vi samlas 15 min innan träningen så vi kan nyttja tiden fullt ut på isen (torsdagar om möjligt).
 - När det är vår tid går vi ut på isen och har roligt.
 - Alla måste respektera respektive lags träningstid så vi väntar vid sidan av isen och åker snabbt av isen när vi är klara.
- Träningsupplägg
 - Uppvärmning / Tre övningar som roteras / Småmål eller lek som avslutning

VSK Bandy P-10 Träningsider 2018/2019



Vecka/Tid och plats	Hakon Onsdag 17:30-18:30	Hakon Torsdag 16:30-17:30	ABB arena Lördag 8:00-9:00	Hakon Lördag 8:00-9:00	
40	18:20-19:20 ABB				3/10 Onsdag ABB arena 18:20-19:20
42	17:20-18:20 ABB				17/10 Onsdag ABB arena 17:20-18:20
44		x	EJ		CCM Cup
45	x		EJ		Aros Bygg Bandy
46		x		x	Björn Skifs
47	x			x	Classic Car
48		x	x		
49	x		x		
50		x	x		
51	x		x		
52		x	x		
1	x		x		
2		x	x		
3	x		x		
4		x	x		
5	x		EJ		Brolle
6		x	x		
7	x		x		
8		x	x		
9	x		x		
10		x	x		
11	x		x		



Lagföräldrar

- Kioskschema:
 - Vi ska bemanna kiosken vid några A-lagsmatcher
 - Göra schema för vilka som ska bemanna och hur många vid respektive tillfälle
 - Lista för våra tillfällen finns klar.
- Aktiviteter utanför isen
 - Bygga laganda hos grabbarna
 - Gå på A-lagsmatch ihop, Träff på Björnön/leopard, eller det ni tycker är bra för laget
- Kiosk vid Poolspel hos oss i Västerås
 - Schema för bemanning, vad som ska säljas, inköp.
 - Vi ledare behöver lägga focus på grabbarna och våra matcher
 - Bra tillskott till lagkassan.
- Information om ovanstående till övriga föräldrar via Laget.se
- Lagföräldrar: Anne-Sofie Bohman, Joakim Sjögren och Daniel Johansson,



Poolspel

- Poolspel:
 - Vi kommer i år att åka på några poolspel under säsongen.
 - Vi har anmält 2 lag till Region mellan
 - Vid varje tillfälle kommer det spelas 3-4 matcher
 - Vi återkommer med mer info kring detta.
- Transport till Poolspel
 - Stor buss
 - Vid några tillfällen kommer vi åka stor buss för att bygga lagkänsla
 - Stor buss kostar pengar som vi har tänkt att finansiera genom att föräldrar betalar för att åka med.
 - Minibuss
 - Vid lån av minibuss betalar vi endast drivmedel som delas på dem som åker i bussen
 - Egen bil
 - Vi något tillfälle behöver föräldrar ställa upp oh skjutsa.



- Bandykompis
 - Bandykompis kommer vara en röd tråd i vårt agerande som ledare
 - Vi respekterar varandra och står i led och väntar på vår tur
 - Vi är tysta när andra pratar
 - Uppmuntrar och ger positiv feedback
 - Våra övningar kommer bygga på mycket rörelse så ingen ska behöva känna sig uttittad
 - Vid samlingar räcker ledare upp klubban i luften då vet killarna att det är samling och vi lyssnar på vår ledare.
 - Vi kommer i början av säsongen tillsammans med grabbarna göra enkla regler som gäller för vårt lag = Bandykompis.
- Lobba för flera grabbar till vårt lag med bandykompisar, kolla med klasskompisar osv.
- Föranmälan till träningar via laget.se, ni kommer få ett mail där ni ombeds att anmäla inför varje träning om er son kommer eller inte.



- Ledare på is, gärna föräldrar som hjälper till. Hör gärna av er till oss ledare om i vill vara med och hjälpa till.
 - Krav på oss som är ordinarie ledare är skydd i form av visir och halsskydd, föräldrar på is gör som ni själva vill. Alla som ska beträda planen måste ha hjälm och skridskor.
- Lagkläder
 - Vi har tänkt att gemensamt ta fram en dunväst och en mössa till grabbarna.
 - Någon som vill vara med som sponsor?
- Fotografering
 - Vi har tänkt att fotografera grabbarna under träningarna för att lägga ut på vår lag-/Facebook sida.
 - Är det någon som inte vill att sin grabba ska finnas med på foton på vår lag-/Facebook sida meddela oss tränare detta.
- Lagkassa
 - Kassör är Stefan Björkström tillsammans med Daniel Johansson
 - Lagkassan tillhör laget.
 - Vi har idag i lagkassan ca 25.000:-



Nu laddar vi för säsongen 2018/19