



# Policy & Riktlinjer för Ungdoms & Juniorverksamheten



Faställd av Vännäs HC:s styrelse 2024-09-28  
Version 1.2  
Revideras årligen av styrelsen



**VÄNNÄS HOCKEY CLUB**  
Vännäs HC är ungdomar att växa.

## Innehåll

INLEDNING .....	3
Riktlinjer .....	4
Spelarutbildning .....	4
Isträning .....	4
Målvaktsträning .....	4
Matcher .....	4
Cuper .....	4
Matchning .....	4
Riktlinjer skridskoskola .....	5
Riktlinjer Tre Kronors Hockeyskola (TKH).....	5
Riktlinjer U9-U10 (8–9 år, baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske) .....	5
Riktlinjer U11-12 (10–11 år, baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske).....	6
Riktlinjer U13-U14 (12–13 år baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske) .....	7
Riktlinjer U15-U16 (14-15 år baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske).....	8
Riktlinjer för Vännäs HC´s J18-J20 Elitverksamhet.....	9
Nivåanpassning .....	10
Lagtilhörighet upp till U14.....	10
TILL FÖRÄLDRAR för J18/J20 .....	11
Som förälder skall du: .....	11
TILL FÖRÄLDRAR upp till U16.....	12
Som förälder skall du: .....	12
Dessutom vill vi att du: .....	12
LEDARE.....	13
Tränarutbildning .....	13
Extraträningar .....	13
Scouting av spelare .....	13
Skola .....	14
Samhällsfrågor.....	14
Alkohol och doping.....	14
MATERIAL- & KLÄDPOLICY .....	15
Klubbmaterial.....	15
Spelarmaterial.....	15
Ledar- och spelarkläder .....	15
EKONOMISKA RIKTLINJER .....	16
Resor .....	16
Aktivitetsstödet livsviktigt för varje lags budget .....	16
Bidrag/Gåvor för sitt lag .....	16
Sponsring.....	17
Cuper .....	17
Gällande spelaravgifter inom ungdoms- och juniorverksamheten.....	17



## INLEDNING

Från Tre Kronors Hockeyskola upp till U16 spelar vi ungdomsishockey. Där skall lek, glädje, fostran och bredd vara vägledande. Därefter tar Juniorhockeyn vid med en större inriktning på prestation och tävling och förberedelse inför A-lagsspel.

Vännäs HC skall ha välutbildade ledare med kompetens som vägleder och skapar förutsättningar till optimal utveckling. I föreningen har vi även en ungdomssektion som t.ex. arbetar med spelare och föräldrafrågor mot styrelsen.

Vi arbetar med individanpassad träning för att alla ska kunna utvecklas i rätt takt med spelare på samma utvecklingsnivå.

- Vännäs Hockey Club (VHC) är ingen elitklubb inom ungdomslagen och kommer aldrig godkänna några elitsatsningar i ungdomslagen. Vi följer Svenska Ishockeyförbundet styrdokument och RF riktlinjer om att uppmuntra till att barn ska hålla på med så många idrotter som möjligt. Vår Elitsatsning startar med J18.
- VHC ska bedriva en bred ungdomsverksamhet med syfte att ge våra ungdomar möjlighet att spela ishockey.
- Det finns plats för alla spelare oavsett ålder och utvecklingsnivå. **Ingen utslagning får ske bland barn och ungdomar som vill spela ishockey i Vännäs HC.**
- Ledare ska genom att vara goda föredömen i uppträdande på och utanför rinkens. Det ska vara roligt att vara spelare, ledare och förälder i VHC.
- Vi erbjuder anpassad träning utifrån individens uppnådda färdigheter.
- Oavsett ålder kan spelaren behöva börja sin karriär i Hockeyskolan för att sedan efter utveckling komma in i sin åldersgrupp.
- I samråd mellan tränare, förälder och spelare utvärderas löpande vilken träningsgrupp spelaren ska träna med. Om parterna inte kan komma överens är det föreningen som avgör.
- Uppflyttning av spelare: Om en spelare ska flyttas upp till ett högre lag ska det göras för spelarens bästa. Spelaren ska bedömas ha betydligt större utvecklingsmöjligheter i det nya laget, passa in socialt i det nya laget samt att helheten bedöms som en positiv lösning för spelaren, lagen och föreningen. Denna bedömning görs av tränarna i respektive lag i samråd med föreningens ungdomsansvarige, junioransvarige samt sportchef. Slutgiltigt beslut tas av Sportchef, Junior och Ungdomsansvarig.  
Ungdomar och barn som får chansen att träna med äldre lag ska ha mognaden att förstå att man alltid ska agera som ett föredöme på och vid sidan av föreningens aktiviteter.



## Riktlinjer

### Spelarutbildning

Träning är en grundläggande och viktig del av en ishockeyspelares vardag. Därför är det av stor vikt att träning ses som ett viktigt, grundläggande och roligt moment av spelaren.

### Isträning

Föreningens verksamhet ska bedrivas i enlighet med föreningens riktlinjer och med stöd av pärmen "Ishockeyns ABC" som är Svenska Ishockeyförbundets riktlinjer för ungdomsishockey. Träningarnas innehåll ska vara anpassat till spelarnas ålder och utvecklingsnivå.

Skridskoteknik är ett prioriterat område för alla åldrar.

VHC följer Svenska Ishockeyförbundets riktlinjer gällande träningsmängd för respektive åldersgrupp. För att nå upp till rekommenderad träningsmängd kan det vara nödvändigt att samträningar med andra lag genomförs.

Säsongen sträcker sig mellan september-mars för ungdomslagen och augusti-april för juniorerna.

Spelarna skall finnas på plats i god tid före träning så att uppvärmning, ombyte och genomgång av träningen kan klaras av utan onödig stress.

Vid frånvaro från träning skall lagledare eller tränare meddelas.

Inga föräldrar ska befinna sig i spelarbåset under träning, utan hänvisas till läktaren.

Under träning ställer vi höga krav på att spelarna lyssnar på tränarna och att de uppför sig mot varandra och mot ledarna på ett för alla godtagbart sätt.

### Målvaktsträning

VHC rekommenderar samtliga spelare som vill pröva på målvaktsspel att upp till om U11 blanda MV med utespel för att för att utveckla så god spelteknik, spelförståelse och skridskoteknik som möjligt. Från U12 bör varje lag ha utsedda målvakter som satsar 100 % på MV-spel. Spelare från U12 som väljer att satsa på MV-spel skall ges möjlighet till separat MV-träning. VHC har som målsättning att ge våra målvakter specialträning en gång i månaden.

Specialträningen sker på särskilt avsatta istider med behörig målvaktstränare.

### Matcher

Matcher i ungdomsishockeyn är en del i utbildningen och ska vara någonting roligt att se fram emot och uppleva. Resultatet ska därför inte tillmätas någon större betydelse inom ungdomsishockeyn.

Lån av spelare vid t.ex. sjukdomar i laget bör i första hand göras av spelare som har rätt ålder inne, därefter från yngre lag i föreningen.

### Cuper

Att åka på cuper är spännande och mycket utvecklande för ungdomarna och ska därför prioriteras de år man inte ordnar egen cup. Det är tränarna som i god tid planerar vilka cuper som laget ska spela. Vid cuper gäller samma matchregler som vid seriespel.

### Matchning

Med matchning (toppning) menas att en spelare som under en match som står i tur att få spela står över till förmån för en som av ledarna bedöms vara bättre.



## Riktlinjer skridskoskola

För alla åldrar. Detta är en introduktion till ishockeyn där barnen lär ishockeyns grunder på ett lekfullt och roligt sätt. Skridskoskolan har 2 pass i veckan. Föreningen ska ge alla som vill chansen att börja spela ishockey.

Vi jobbar mycket med grunderna i skridskoåkning men också klubbteknik, passningar och skott. Hockeyskolan har 2 pass i veckan och kommer eventuellt spela ett fåtal matchsammandrag under säsongen. Vid matcher skall alla som vill få vara med.

## Riktlinjer Tre Kronors Hockeyskola (TKH)

TKH är en fortsättning på introduktionen till ishockeyn, där barnen lär ishockeyns grunder på ett lekfullt sätt och roligt sätt. TKH ska bedrivas ålders strukturerat för barn främst mellan 6–7 år. Ungdomsgruppen hjälper till att starta upp varje verksamhetsår och ledare rekryteras från föräldrar och ska ges möjlighet till utbildning. Som hjälp till ledarna finns både utbildning och utbildningsmaterialet från Svenska Ishockeyförbundet.

## Riktlinjer U9-U10 (8–9 år, baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske)

Skridskoteknik är prioriterat men här börjar vi även jobba med spelförståelse och lagspel på helplan. Alla spelare har möjlighet att pröva på att vara målvakt. Spelare som vill vara målvakt står då också i mål i samband med match. Spelaren och föräldrarna har huvudansvaret för att hantera och ta på målvaktsutrustningen. Första åren i seriespel. Vi ska behålla så många som möjligt i verksamheten samt ha roligt och skapa en god gemenskap i gruppen.

Målsättningen för U9 är att spela sammandragsspel vid minst 4 tillfällen och eventuell cup.

Innehåll:	"Ishockeyns ABC", röd flik. Skridskoteknik, smålagsspel och tävlingar. Skapa aktivitet genom att undvika köer Instruera genom att visa. Barn behöver lyckas, anpassa övningarna. Utbildning i kamratskap och uppträdande
Säsong:	Hockeysäsongen sträcker sig normalt mellan september-april. Spelare skall uppmuntras att delta i andra fritidsaktiviteter parallellt med ishockeyn.
Nivåanpassning:	Kan förekomma
Antal isträning/vecka:	2–3 (50–80 min rekommenderas)
Fysträning:	Enklare fysträning efter vissa ispass som t.ex. armhävningar, upphopp, situps eller bara rörelselek.
Sommarträning:	Nej
Uttagning till match:	Alla spelar lika många matcher, vid regelbunden träning.
Speltid i match:	Alla spelar lika mycket.
Matchning:	Nej.



## Riktlinjer U11-12 (10–11 år, baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske)

Vi jobbar vidare med grunderna i skridskoåkning, klubbteknik, passningar och skott. Ökat fokus på spelförståelse och lagspel. För denna åldersgrupp gäller tacklingar. Vi pratar hockeytermer i teoripass, vid träningar och matcher. Vi ska behålla så många som möjligt i verksamheten samt ha roligt och skapa en god gemenskap i gruppen. Vi ska utveckla varje individ utifrån dess egna förutsättningar.

Innehåll:	Ishockeyns ABC”, blå flik (guldåldern) Prioriterade inslag är skridskoteknik med och utan puck, smålagspel och tävlingsmoment. Svårighetsgraden ökar på den individuella teknikträningen. Utveckla den individuella spelförståelsen. Enkla spelövningar, 1-1, 2-0, 2-1, 3-1 Grunder i försvars- och anfallsspelet Variera helplans- och smålagsspel Utespelare tränar och spelar på alla platser Särskild målvaktsträning
Säsong:	Hockeysäsongen sträcker sig normalt mellan augusti- april. Under april- juli kan föreningen erbjuda off-ice träning. Spelare skall uppmuntras att delta i andra fritidsaktiviteter parallellt med ishockeyn.
Nivåanpassning:	Ja
Antal isträning/vecka:	3–4 (50–80 min rekommenderas)
Antal fysträning/vecka:	1–2
Sommarträning:	Föreningen erbjuder barmarksträning 1 ggr/vecka
Uttagning till match:	Målsättningen är att alla spelar lika många matcher varje säsong och att man får så jämna matcher som möjligt, allt för att utveckla varje individ. Träning och engagemang skall premieras.  Vid stora trupper, i samma ålder, skall man dela in lagen i två lag, dock ej fasta lag. <b>Vid två lag i samma åldersgrupp får lagen ej nivå indelas permanent!</b> Närvaro på träning räknas från början av september, då sommaridrotterna slutat. Deltagande i andra idrotter, en gång i veckan, skall ej räknas som frånvaro oavsett årstid.
Cuper:	Alla spelare skall ges möjlighet att spela lika många cuper varje säsong. Vid två lag i samma åldersgrupp får lagen ej nivå indelas.
Speltid i match:	Alla spelar lika mycket vid jämt antal femmor. Vid ojämnt antal femmor kan t.ex. backpar få mer speltid än forwards. Om så är fallet vid flera tillfällen skall tränare variera sammansättningen under säsongen.
Matchning:	Nej
Resultatfokus:	Nej



## Riktlinjer U13-U14 (12–13 år baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske)

Skridskotechnik är fortfarande ett prioriterat område. I den här åldern sker en stegring av träningsvolymen, även under försäsong. Viss styrning mot specifika positioner (roller). Vi utvecklar spelarnas tekniska färdigheter och spelförståelse samt utbildar spelarna i kost lära och betonar vikten av bra återhämtning och goda sömnvanor. Vi ska behålla så många som möjligt i verksamheten samt ha roligt och skapa en god gemenskap i gruppen. Vi ska utveckla varje individ utifrån dess egna förutsättningar.

<b>Innehåll:</b>	"Ishockeyns ABC", orange flik (inför puberteten) Ambition och attityd till träning och match viktigt. Träning av individuell teknik i högt tempo och maxfart. Utveckla spelförståelsen och den taktiska förmågan både individuellt och i större enheter. Specifik målvakt-, back- och forwardsträning. Spelövningar ex: 3-2, 3-1, 2-1 Variera helplans- och smålagsspel. Enklare Powerplay och Boxplay träning.
Säsong:	Hockeysäsongen sträcker sig normalt mellan augusti- april. Under april- juli kan föreningen erbjuda off-ice träning. Spelare skall uppmuntras att delta i andra fritidsaktiviteter parallellt med ishockeyn.
Nivåanpassning:	Ja
Antal isträning/vecka:	3–4
Antal fysträning/vecka:	2–3
Försäsong:	1–3 ggr/vecka.
Uttagning till match:	Målsättningen är att alla spelar lika många matcher varje säsong och att man får så jämna matcher som möjligt, allt för att utveckla varje individ. Träning och engagemang skall premieras. Vid stora trupper, i samma ålder, skall man dela in lagen i två lag, dock ej fasta lag. Närvaro på träning räknas året runt. Deltagande i andra idrotter sommartid skall ej räknas som frånvaro oavsett årstid.
Speltid i match:	Alla spelar lika mycket vid jämt antal femmor med undantag för BP och PP. Vid ojämnt antal femmor kan t.ex. backpar få mer speltid än forwards.
Matchning:	Nej. Det är däremot tillåtet att inför match bestämma vilka spelare som ska spela BP och PP. Tränare har till uppgift att utbilda alla i laget i dessa spelformer även under matcher. Tränare ska därför se till att variera sammansättningen i dessa spelformer under säsongen.
Resultatfokus:	Nej
DM:	Bästa laget spelar DM. Tränaren/tränarna tar ut de spelare som ska representera föreningen. Alla spelare som har rätt ålder för att spela DM skall vara aktuella för match, oavsett ålder och vilket lag i föreningen de tillhör. Vid DM gäller fri matchning.



## Riktlinjer U15-U16 (14-15 år baserat på utvecklingsnivå och antal barn kan ändringar ske)

En inriktning för att förbereda spelarna för junior verksamheten påbörjas och spelarna kommer få presenterat vad som behövs för att klara av att spela som junior i VHC J18 Elit. I den här åldern sker en stegring av träningsvolymen, även under försäsong. Styrning mot specifika positioner (roller). Vi utvecklar spelarnas tekniska färdigheter och spelförståelse samt utbildar spelarna i kost lära och betonar vikten av bra återhämtning och goda sömnvanor. Vi ska behålla så många som möjligt i verksamheten samt ha roligt och skapa en god gemenskap i gruppen. Vi ska utveckla varje individ utifrån dess egna förutsättningar.

Innehåll:	"Ishockeyns ABC", orange flik (inför puberteten) Ambition och attityd till träning och match viktigt. Träning av individuell teknik i högt tempo och maxfart. Utveckla spelförståelsen och den taktiska förmågan både individuellt och i större enheter. Specifik målvakt-, back- och forwardsträning. Spelövningar ex: 3-2, 3-1, 2-1 Variera helplans- och smålagsspel. Powerplay och Boxplay träning.
Säsong:	Hockeysäsongen sträcker sig normalt mellan augusti- april. Under april- juli erbjuder föreningen off-ice träning. Spelare skall uppmuntras att delta i andra fritidsaktiviteter parallellt med ishockeyn. Spelare kommer erbjudas individuella träningsprogram som förväntas att spelaren sköter.
Nivåanpassning:	Ja
Antal isträning/vecka:	3-5
Antal fysträning/vecka:	2-3
Försäsong:	3-4 ggr/vecka.
Uttagning till match:	Målsättningen är att alla spelare lika många matcher varje säsong och att man får så jämna matcher som möjligt, allt för att utveckla varje individ. Träning och engagemang skall premieras. Närvaro på träning räknas året runt. Deltagande i andra idrotter, två gånger i veckan, skall ej räknas som frånvaro då isträning ej bedrivs.
Speltid i match:	Alla spelare lika mycket vid jämt antal femmor med undantag för BP och PP. Vid ojämnt antal femmor kan t.ex. backpar få mer speltid än forwards.
Matchning:	U15: NEJ U16: JA. Det är däremot tillåtet att inför match bestämma vilka spelare som ska spela BP och PP. Tränare har till uppgift att utbilda alla i laget i dessa spelformer även under matcher. Tränare ska därför se till att variera sammansättningen i dessa spelformer under säsongen.
Resultatfokus:	Ja
DM:	Bästa laget spelar DM. Tränaren/tränarna tar ut de spelare som ska representera föreningen. Alla spelare som har rätt ålder för att spela DM skall vara aktuella för match, oavsett ålder och vilket lag i föreningen de tillhör. Vid DM gäller fri matchning.





## Riktlinjer för Vännäs HC´s J18-J20 Elitverksamhet

Elit-inriktad träning såväl sommar som vinter, med höga krav på närvaro vid träning och match för att hålla föreningens mål om att lagen ska spela i J18 Regional respektive J20 Regional samt att förbereda spelarna till A-lagsspel. Bedömningen för en plats i A-laget baserar sig på spelarens utvecklingsnivå, ambition och vilja att prestera i linje med av föreningen presenterad målbild. Föreningen har som målsättning att 1-4 fyra juniorer och 1-4 spelare efter junioråldern skall ta en plats i A-laget.

Innehåll:	Utbildningsplanen för juniorspelare följer A-lagets
Antal isträning/vecka:	3-6 beroende på antal matcher
Antal fysträningar/vecka	Fysträning utförs i samband med varje ispass.
Försäsong:	Försäsongen pågår från ordinarie seriespel är avslutad till skolavslutningen. 3-5 ggr/veckan, varav minst 3 ledarledda pass.
Uttagning till match:	Tränaren/tränarna tar ut det bästa laget för dagen till match för att följa föreningens uppsatta mål. Speltiden kommer fördelas jämnt utifrån hur ledarstaben ser att spelaren visar engagemang och viljan att utvecklas. Med en grundinställning att spela alla så mycket som möjligt under matchens gång.
Uppflyttning:	Spelaren uppfyller krav för spel i högre rankat lag och deltar i det lagets trupp efter dialog med berörd spelare. Ledare i föreningen har samsyn om spelares hemvist utefter spelarens förmåga och kravuppfyllelse. Vid behov prioriteras ett lag framför det andra för att efterleva föreningens målsättning.
Uppträdande:	Vi månar om våra juniorer även utanför isen och Spelare i Vännäs HC J18 och J20 skall efterfölja dessa punkter. <ul style="list-style-type: none"> <li>- Passa tider</li> <li>- Ha ett gott uppträdande mot andra människor</li> <li>- Sköta om sin och föreningens utrustning</li> <li>- Lyssna på genomgångar</li> <li>- Respektera sina ledare</li> <li>- Vara koncentrerade på träning och match</li> <li>- Våra lag är ambassadörer för föreningen samt skolan som alla ska kunna känna sig stolta över.</li> </ul>
Skolan:	Vi vill inte bara utveckla hockeyspelare utan även människan. Därför lägger vi stor vikt i att samtliga spelare sköter sin skolgång och även uppför sig enligt föreningens riktlinjer under skol-tid. Om en spelare har två ogiltiga frånvarotimmar per månad i skolan delas en varning ut. Vid nästa ogiltiga frånvarotimme stängs spelaren automatiskt av till de två nästkommande matcherna.
Arbetsinsatser:	Spelare i J18/J20 skall följa styrelsens uppsatta arbetsinsatser liksom övriga lag samt bemanna parkeringen och statistikrapportering till A-lagets samtliga matcher.



## Nivåanpassning

VHC tillämpar nivåanpassade träningar. Med detta menas att nivån på träningen anpassas efter spelarens utveckling. Denna bedömning av spelarna görs av lagets tränare. I praktiken betyder det att spelare som befinner sig på samma nivå t.ex. tränar med och tävlar mot varandra på träningar. Nivåanpassningen ska vara dynamisk och därför är det viktigt att tränarna provar olika alternativ både på träning och på match samt att spelarna, oavsett utvecklingsnivå, även tränar tillsammans regelbundet.

## Lagtilhörighet upp till U14

VHC utbildar både spelare och lag och föreningen vill inte undergräva lag genom att permanent flytta upp spelare till äldre lag eller flytta ner spelare till yngre lag. Men om två årgångar inte får ihop ett eget lag tas en dialog med föreningen, vid oklarheter är det alltid styrelsen som avgör.

I föreningens verksamhet ska alla spelare nå mesta möjliga utveckling utan att behöva byta lagtilhörighet. Utöver deltagande i sitt eget ålderslag ska spelare som kommit längst i sin utveckling ges möjlighet till hårdare träningar och motstånd och vice versa.

Byte av lagtilhörighet är därför i normalfallet inget som föreningen tillämpar.

I ytterst särskilda fall kan spelare flyttas upp till äldre lag eller ner till ett yngre lag. Spelaren ska i sådana fall bedömas ha betydligt större utvecklingsmöjligheter i det nya laget. Denna bedömning görs av tränarna i respektive lag i samråd med föreningen. Det ska inte vara fråga om någon subjektiv bedömning i dessa fall utan bedömningen ska noggrant dokumenteras utifrån olika spelarkriterier och föredras för styrelsen som tar beslut.

Byte av lagtilhörighet görs för en säsong och efter varje säsong (april) återgår spelaren till sitt årgångslag. När föreningen tar emot nya spelare, nybörjare och spelare från andra ishockeyföreningar, ska man i normalfallet börja i det lag man åldersmässigt tillhör. Inga spelare får tas emot direkt av lag innan en dialog har förts i föreningen. Om en ny spelare bedöms ha bättre möjlighet till utveckling och större chans att på ett bra sätt lära sig grunderna, kan denne efter samråd med övriga ledare, påbörja sin utbildning i ett yngre eller äldre lag.



## TILL FÖRÄLDRAR för J18/J20

### Som förälder skall du:

- I samband med träningar och matcher inom vår verksamhet, hemma så väl som borta, uppträda på ett för klubben positivt, hedervärt och sportmannamässigt sätt samt överläter utbildningen till Vännäs HC (ledare).
- Deltar i föräldramöten.
- Hjälpa till med försäljning (t.ex. Bingolotter, VHC lotten) och arrangemang (t.ex. Vännäsdagarna & Hundutställningen) som leder till intäkter för föreningen.
- Hjälper till som funktionär vid egna lagets matcher och cuper samt arrangemang med att stå i kiosken.
- Verkar för att föräldramötena blir ett forum där kreativa idéer och synpunkter diskuteras
- Respekterar ledarnas laguttagning och coaching av ert barn på träning och match.
- Lämnar dina eventuella åsikter om hur verksamheten bedrivs till klubbledningen.
- Undviker att kritisera lagledningen i direkt anslutning till match eller träning. Spara det till dagen efter och vänd dig till huvudtränaren/lagledaren.
- Hjälper ditt barn att sköta sin kosthållning på bästa sätt så det har energi för att klara träning & match.
- Visar respekt och gott uppförande mot motståndare och domare.
- Har insikt i och respekterar föreningens policy.



## TILL FÖRÄLDRAR upp till U16

### Som förälder skall du:

- I samband med träningar och matcher inom vår verksamhet, hemma så väl som borta, uppträda på ett för klubben positivt, hedervärt och sportmannamässigt sätt samt överläter utbildningen till Vännäs HC (ledare).
- Deltar i föräldramöten. Vår målsättning är att ha 2 föräldramöten per säsong samt ett infomöte från klubben med obligatorisk närvaro.
- Hjälpa till med försäljning (t.ex. Bingolotter, VHC lotten) och arrangemang (t.ex. Vännäsdagarna & Hundutställningen) som leder till intäkter för föreningen.
- Stöttar, uppmuntrar och berömmar ditt barn för det han/hon är och för det han/hon gör.
- Respekterar ledarnas laguttagning och coaching av ert barn på träning och match.
- Lämnar dina eventuella åsikter om hur verksamheten bedrivs till klubbledningen.
- Undviker att kritisera lagledningen i direkt anslutning till match eller träning. Spara det till dagen efter och vänd dig till huvudtränaren/lagledaren.
- Undviker att sätta negativ press på ditt barn uppmuntra och beröm istället ditt barn för det han/hon är och det hon/han gör.
- Visar respekt och gott uppförande mot motståndare och domare.
- Har insikt i och respekterar föreningens policy.

### Dessutom vill vi att du:

- Skapar en trygg och harmonisk stämning genom att samarbeta med andra föräldrar, lagets ledare samt andra grupper inom Vännäs HC.
- Verkar för att föräldramötena blir ett forum där kreativa idéer och synpunkter diskuteras.
- Ser till att ditt barn har godkänd och funktionsduglig utrustning. Tala med någon av våra ledare/materialare som gärna ger dig råd.
- Hjälper ditt barn att komma i tid till träningar och matcher. Ombytt och klar 5 minuter innan träning och 20 minuter innan matchstart
- Föreningen tycker det är viktigt att våra spelare lär sig att ta eget ansvar och från och med U9 rekommenderas att föräldrar inte är i omklädningsrum vid träning och match.
- Hjälper ditt barn att sköta sin kosthållning på bästa sätt så det har energi för att klara träning & match.
- Hjälper till som funktionär vid egna lagets matcher och cuper samt arrangemang av cup, samt att stå i kiosken vid A-lagets matcher. Totalt ca 3-5 gånger på säsongen per familj. 1 gång per ledarfamilj.
- Hjälper till med vissa resor i bil till bortamatcher.
- Tänker på att du som förälder är en förebild och bidrar med god energi, samt läser föräldrafoldern som Svenska Ishockeyförbundet tagit fram.



## LEDARE

Varje lag skall fr.o.m. U9 utse minst en huvudtränare och lagledare. Man bör även utse minst en assisterande tränare och en ansvarig materialförvaltare. Fr.o.m. U11 rekommenderas att målvaktstränare finns i laget. Fr.o.m. U11 bör en ansvarig fystränare finnas i varje lag då detta är prioriterat från hockeyförbundet.

En ledare i Vännäs HC:s ungdomslag främsta uppgift är att få ungdomar att växa och utvecklas som spelare att väcka ett livslångt intresse av att idrotta och till sporten ishockey, genom att få till en gemenskap och glädje i gruppen. Fokus ligger inte på alla matcher skall vinnas.

Samtliga ledare skall vara medlem i Vännäs HC.

## Tränarutbildning

Svenska Ishockeyförbundets utbildningsstege ska följas för lagens huvudtränare.

Huvudtränare ansvarar för att ha rätt utbildning för det lag man tränar. För assisterande huvudtränare rekommenderas samma utbildning. VHC uppmuntrar och ansvarar för att tränare ges möjlighet att följa utbildningsstegens krav. Klubben bekostar max. två utbildningar per lag och säsong utöver grundkursen.

Hur tränarna/ledarna disponerar rätten till utbildning avgörs i laget tillsammans med klubbens utbildningsansvarig.

Från och med säsongen 2021/2022 kommer VHC starta en kulturresa i samarbete med RF SISU.

Målsättningen är att VHC skall vara en öppen och till 100% jämlik och jämställd förening. Utbildningen inom området är obligatorisk för samtliga ledare inom ALLA grupper och lag i föreningen.

## Extraträningar

De spelare som kommit längst i sin utveckling ska ges utmaningar i form av hårdare träningar med äldre lag. Denna möjlighet ges från U9 och uppåt.

Spelare med hög ambitionsnivå men som inte kommit lika långt i sin utveckling ska ges möjlighet att träna med yngre lag.

På alla nivåer under både säsong och försäsong bör därför extraträningar ske med närmaste åldersgrupp.

Det är alltid tränarna i respektive lag som kommer överens om hur extraträningarna organiseras. Det är därför inte acceptabelt att spelare tränar med andra lag utan tränarens kännedom.

Det kommer även ges möjlighet att träna extra i föreningens träningsgrupp, där barn från U9 och uppåt är välkomna och kommer ledas av bl.a. spelare från A-laget.

Tränarna i föreningens lag har ingen möjlighet att välja ut vilka som skall vara med, däremot kan de nominera spelare.

Följande gäller för att vara med:

- \* 90% träningsnärvaro i sitt ordinarie lag.
- \* Kunna visa ett gott uppförande till andra spelare och till ledare, vara en bra kompis.
- \* Kunna byta om själv, inte spelaren inte kan det får hen ta hjälp andra spelare.
- \* Spelaren tränar och spelar matcher med sitt ordinarie lag, detta är bara extraträning.
- \* Inga extra avgifter tas ut.

## Scouting av spelare

Det händer att spelare från ca 10 års ålder scoutas och erbjuds delta vid hockeycamper för speciellt utvalda spelare. Denna kontakt sker exempelvis av att representanter från så kallade "Prospect camps" tar kontakt via telefon, e-post eller brev. När det gäller detta har Vännäs HC beslutat att uppgifter, uppfattningar och ranking av våra egna spelare i föreningens ungdomslag samt spelare i andra föreningar stannar inom föreningen.



## Skola

Ledarna ska uppmuntra spelarna att alltid, precis som på träning och match, göra sitt bästa när det gäller skolarbetet. Spelarna ska vara medvetna om att de representerar VHC även på skoltid och att det därför är viktigt att de är goda representanter för vår förening. VHC äger rätten att stänga av spelare från träning och match om skolarbetet inte sköts.

## Samhällsfrågor

VHC tar avstånd från mobbning, trakasserier och rasism. Beteenden hos ledare och spelare som är i direkt konflikt med vad som uppfattas som "fair-play" på- och utanför isen ska omedelbart stävjas.

## Alkohol och doping

I föreningens verksamhet är bruk av alkohol och droger förbjudet. Detta gäller alla spelare, ledare och föräldrar i samband med matcher och träningar eller i andra sammanhang där man kan uppfattas som representant för föreningen. VHC tar avstånd från all användning av dopning och andra illegala droger. Om spelare eller ledare fälls för användning av droger eller dopning så har föreningen rätt att utesluta personen från föreningen och eventuellt skadestånd föreningen får faktureras personen.



## MATERIAL- & KLÄDPOLICY

### Klubbmaterial

VHC lånar ut följande material till respektive lag:

- Matchtröjor
- Träningströjor
- Målvaktsbenskydd (upp till U12)
- Plockhandske och stöt (upp till U12)
- Målvaktskombinat (upp till U12)
- Målvaktsklubbor (upp till U10)
- Målvaktsmask (upp till U10)
- Ett par matchdamasker

### Spelarmaterial

Varje spelare i lagen måste själv skaffa material och utrustning som anses nödvändigt för att spela ishockey. Via Bauer finns möjligheten att hyra en YTH-trunk (skridskor och klubba ingår ej). TKH kräver inte tacklingskydd d.v.s. hockeybyxa och skulder skydd. Utrustning som anses nödvändig är:

- Hjälmskydd med galler (svart rekommenderas)
- Hockeybyxa (svart rekommenderas)
- Klubbor (anpassad till spelarens ålder, styrka och storlek)
- Axel-, armbågs-, och benskydd -
- Halskydd
- Träningsdamasker
- Damaskhållare
- Suspensoar
- Hockeyhandskar
- Underställ

Eventuella inköp rekommenderas att göras via Intersport på Mariedal i Umeå, som föreningen för tillfället har avtal med. Om ni dessutom kopplar ert bonuskort får föreningen 3% i kickback utan att er egen bonus påverkas.

### Ledar- och spelarkläder

Ledare och spelare i VHC bör under matcher och cuper med laget vara klädda i VHC:s klädprofil. Alla inköp av värmedressar och träningsoveraller till ledare och spelare anskaffas lagvis via respektive lags materialansvarige, efter godkännande av klubbchef eller ordförande. Inköpen skall göras på Intersport på Mariedal i Umeå. Vid tryck av VHC:s logotyp på annat ställe än på Intersport eller Screen Center i Umeå så skall ett korrektur alltid skickas till [kansli@vhc.nu](mailto:kansli@vhc.nu)

## EKONOMISKA RIKTLINJER

Vännäs HC är en av Sveriges billigaste hockeyföreningar att spela ishockey i, förutom hyrtrunkar, målvaktsutrustning högt upp i åldrarna och en av Sveriges billigaste träningsavgifter erbjuder vi dessutom en kostnadsfri sommarhockeyskola. Detta gör att föreningen måste ställa krav på ledare och föräldrar i föreningen på att delta i inkomstbringande aktiviteter samt hjälpa till att dra in pengar till föreningen genom att sälja lotter till skoterlotteriet och arbeta på Vännäsdagarna samt eventuellt även hundutställningen.

Föreningens målsättning att varje lag ska vara självfinansierad har sin utgångspunkt i att om varje lag tar ekonomiskt ansvar för sin verksamhet så motiverar detta till konstruktiva och drivande idéer och aktiviteter för finansiering av sitt lags hockeyverksamhet.

**I träningsavgiften ingår träningar, ordinarie seriesammandrag eller seriespel, den utrustning förening- en tillhandahåller samt en säsongsavslutning inom Vännäs Kommun. All annan aktivitet eller inköp får laget finansiera själva via föreningens konto.**

Alla pengar in och ut för respektive lag skall gå genom Vännäs HC:s bokföring. Alla pengar in, d v s eventuella sponsorpengar, gåvor/bidrag och andra intäkter, och alla pengar ut, d v s resekostnader, logikostnader, cupkostnader, materialkostnader och andra kostnader, skall alltid gå genom föreningens kassabok. D v s inga pengar skall finnas gömda i "kaffeburken".

Genom bra kontroll och uppföljning skall inga pengar som tillhör respektive lag försvinna iväg till något svart hål.

### Resor

VHC reser i stor omfattning till och från matcher och träningar. Därför är det naturligt att alla i föreningen tar ett aktivt ansvar och verkar för en ökad trafiksäkerhet. Resekostnader är den största kostnadsposten för de flesta lag. Det är därför av yttersta vikt att lagen planerar sina resor/matcher. Då buss är det mest lämpliga alternativet ska respektive lagledare planera det i linje med föreningens gällande avtal.

När personbilar ska användas ställer VHC följande krav på föraren:

- Att man har körkort och är en van bilförare.
- Att man följer trafikregler och planerar resandet så att hastighetsgränserna inte behöver överskridas.
- Att man är nykter och drogfri samt att man inte har haft något alkoholintag kvällen före man ska köra.

### Aktivitetsstödet livsviktigt för varje lags budget

Som en väsentlig del i självfinansieringen för varje lags budget måste maximalt aktivitetsstöd sökas. Vännäs HC har i sina kalkyler räknat med att genomsnittligt 90 % av lagets samtliga spelare deltar i planerade aktiviteter (=träningar, matcher och utbildnings-/motsv. möten). Aktivitetsstöd utgår dock enbart för en aktivitet per dag i VHC:s regi, d.v.s. två träningar en dag ger enbart ett aktivitetsstöd den dagen.

Däremot om man deltar i fler aktiviteter under en dag men i olika föreningar så godkänns även en aktivitet i VHC:s regi. För att VHC:s och därmed laget skall få in sitt aktivitetsstöd måste tränare/ledare se till att anmäla deltagande spelare senast 4 veckor efter utförd aktivitet. Information och behörighet för rapportering fås via kansliet.

### Bidrag/Gåvor för sitt lag

Det finns inga hinder att ge bidrag/gåva till laget. Många bidragsgivare vill inte heller att bidraget syns i någon form av reklam.

Likaså förekommer att man kan tänka sig att betala någon form av rese/logikostnad för ett lag. Allt detta är möjligt bara betalningen går genom VHC och där bokförs på detta lags budget. D v s inga pengar skall i detta fall hamna hos någon annat lag.



## Sponsring

Inga egna sponsringslogotyper på tröjor eller hjälmar eller annan matchutrustning får förekomma i ungdomslagen utan godkännande av styrelsen. **Övrig sponsring för lagdressar, träningsoveraller, jackor hemsidor etc. är fritt för varje lag men innan kontakt tas med något företag ska styrelsen lämnat sitt medgivande och det ska faktureras av föreningen.**

Föreningen har samarbetspartners som riktar intressen till olika delar av föreningen som ungdomsverksamhet, huvud-partner osv. Dessa avtal säger att de skall ha deras logga på olika ställen som t.ex. sarg, hjälm dressar osv.

Kontakta ungdomsansvarig för direktiv innan beställning.

## Cuper

VHC's lag U-10 till U-13 ska arrangera varsin hemma cup under säsong Det sker i samråd mellan ledare i respektive lag och ungdomssektionen. U9 bör arrangera en egen cup.

Att arrangera en cup ger möjlighet till en stor intäktsmöjlighet till Ungdomssektionen.

Föreningen arrangerar en cup till TKH och försöker få ihop till en J18-cup.

## Gällande spelaravgifter inom ungdoms- och juniorverksamheten

Inför varje säsong fastställs en spelaravgift inom ungdoms- och juniorverksamheten. För säsongen 2024-2025 är spelaravgifterna följande:

- Sommarhockeyskolan: 0kr
- Skridskoskolan: 200kr + medlemsavgift (gratis att pröva på 4 gånger)
- TKH: 400kr + medlemsavgift (gratis att pröva på 4 gånger)
- U9: 1400kr + medlemsavgift
- U10: 1800kr + medlemsavgift
- U11: 2200kr + medlemsavgift
- U12: 2800kr + medlemsavgift
- U13: 4300kr + medlemsavgift
- U14: 4300kr + medlemsavgift
- U15: 6700kr + medlemsavgift
- U16: 7500kr + medlemsavgift
- J18: 18 000kr + medlemsavgift
- J20: 18 000kr + medlemsavgift

Medlemsavgiftens fastställdes av årsmötet för säsongen 2024/2025 till följande

- Enskild: 300kr      Familj: 400kr

Familjemedlemskap gäller 2 vuxna och 3 barn upp till 18 år, samt att alla ska vara mantalsskrivna på samma adress.



Vännäs HC  
Fritidsvägen 11  
911 30 Vännäs  
[kansli@vhc.nu](mailto:kansli@vhc.nu)



**VÄNNÄS HOCKEY CLUB**  
Vännäs HC för ungdomar att växa.