Närvarande: Peter Jonsson, Daniel Wiborg, Linda Persson, Jenny Sahlén, Ardi Lleshi, Eva-Lisa Larsson, Andreas Jonsson

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Introduktion, allmänt**

- Presentation av Peter Jonsson (huvudtränare) och Frida Rapp (assisterande tränare, ej närvarande).

- Truppen består av på papperet (registrerade på laget.se) 25 spelare, varav 15 har närvarat på någon träning hittills (dock inte samtidigt). Det är med andra ord fortfarande oklart hur många truppen kommer bestå av. Det är förstås viktigt att man meddelar om man tänker sluta.

- Mycket kommunikation kommer att ske via SMS/Supertext samt via nyheter på laget.se – viktigt att allas kontaktuppgifter stämmer (tfn och mail)! Meddela ev. ändringar till ledarna eller gå in själva på laget.se och uppdatera.

- Medlems- och spelaravgifter är samma som 2016. Det innebär för denna ålder (P04) medlemsavgift 400 kr plus spelaravgift 400 kr, dvs totalt 800 kr. Finns det fler spelare eller ledare i familjen tjänar man totalt på att betala familjemedlemskap för 600 kr plus respektive spelaravgifter.

- **Medlemsavgift och spelaravgift ska vara betald innan första match** (senast 24/4) annars kan man inte vara med – det handlar både om respekt för föreningen (= alla medlemmar), om de faciliteter man får tillgång till och om spelarförsäkring vid eventuella skador. Om någon har problem med betalning kontakta ledarna så försöker vi hitta en lösning (t ex avbetalning).

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Engagemang kring laget – en förutsättning för lyckad verksamhet med våra ungdomar**

- Fler assisterande tränare behövs för att öka kvaliteten spelarna och göra tränarorganisationen mindre sårbar. Peter bad föräldrarna (**alla – även de som inte närvarade**) fundera kring detta önskemål och kontakta ledarna om någon kan och vill medverka på något sätt.

- Någon får t ex gärna ta hand om fysträning (t ex styrka, löpningssnabbhet, koordination) – det finns säkert flera som kan tänka sig göra inhopp och hålla i sådan träning, kontakta någon av ledarna så pratar vi igenom ett upplägg!

- Lagföräldrar behövs för ett antal olika aktiviteter och några beslut togs om ansvariga. De färgmarkerade rutorna nedan behöver fyllas med namn på ansvariga – **kontakta ledarna snarast vid intresse att medverka**.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aktivitet** | **Ansvarig** | **Not.** |
| Organisera/följa upp försäljning av häften |  |  |
| Ordna lagaktiviteter/teambuilding |  |  |
| Planera skjuts till bortamatcher + tvätt | Eva-Lisa Larsson | Görs så snart vi vet vilka truppen består av |
| Planera cafeteria vid hemmamatch | Eva-Lisa Larsson | Görs så snart vi vet vilka truppen består av |
| Planera jourlagsveckor |  |  |
| Planera lagjobb för att tjäna in pengar till lagkassan |  |  |
| Hjälpa att organisera medverkan i cuper |  |  |
|  |  |  |
| Kiosk 1:a hemmamatch 25/4 | Daniel Wiborg |  |
| Köra/tvätta 1:a bortamatch 2/5 | Andreas Jonsson och Eva-Lisa Larsson |  |

– rött = **måste finnas** en ansvarig eftersom aktiviteten är obligatorisk för alla lag i föreningen

– gult = önskvärt att ha en ansvarig för att kunna genomföra en aktivitet som ungdomarna uppskattar

- Frågan kom upp vad vi skulle göra med den lagkassa som finns idag på c:a 1000 kr. Inget beslut togs.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Lag- och individutveckling**

Viktigt med samsyn inom laget inklusive föräldrarna

- Vi är ett lag och visar respekt för varandra – detta gäller i alla relationer mellan spelare, ledare och föräldrar. Vi pratar ***med*** varandra inte ***om*** varandra.

- Alla ska ges möjlighet att utvecklas så mycket de kan som fotbollsspelare och i att fungera i en grupp enligt fotbollsförbundets vision – ”så många som möjligt, så länge som möjligt, så bra som möjligt”.

- Vi kommer försöka jobba med att sätta mål för laget tillsammans med spelarna och försöka skapa en röd tråd i vad vi gör och vad vi vill åstadkomma (behöver inte handla om att ”vinna serien” utan kan t ex handla om ett spelsätt eller ”göra mål i varje match” eller ”kunna hålla bollen i laget” etc).

- Ambitionen är också att sätta individuella mål i samtal med var och en av spelarna så tidigt som möjligt och sedan följa upp för att tillsammans stimulera till utveckling.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Angående matcher**

Seriespel P13 år, 9-fotboll

33 lag har anmält sig och Tävlingskommittén har satt ihop grupper enligt följande kriterier:

1. Önskemål om nivå
2. Resultat hösten 2016

Lagen delas in på 3 nivåer. Grupp 1, Grupp 2, Grupp 3 Södra och Grupp 3 Norra. Efter vårsäsongen byter en del lag nivå utifrån resultaten.

- Ett lag är anmält för P04 till lättare grupp (grupp 3: Norra).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **P13:1** | **P13:2** | **P13:3:Norra** | **P13:3:Södra** |
| BK Forward | Adolfsbergs IK Övre Gul | Adolfsbergs IK Nedre | Adolfsbergs IK Övre Svart |
| Degerfors IF Ungdom | Glanshammar/Lillkyrka 1 | Fellingsbro GOIF | BK Ett Fyra |
| Karlslunds IF HFK 2 (05) | Hovsta IF | Frövi IK | HOIF/SMÅ |
| KB Karlskoga FF | IFK Hallsberg FK | Glanshammar/Lillkyrka 2 | IFK Kumla Blå |
| Lillån FK Grön | IFK Kumla Vit | IFK Lindesberg | Karlskoga SK |
| Vivalla SK 1 | IK Sturehov 2 | Lillån FK Vit | Pålsboda GOIF |
| Örebro SK FK Svart | Karlslunds IF HFK 1 | Vivalla SK 2 | Rynninge IK (05) |
| Örebro SK FK Vit 1 | Nora BK | Örebro SK FK Vit 2 | Sköllersta IF |
| ÖrebroSyrianska IF Ungdom |  |  |  |
| **9 Lag** | **8 Lag** | **8 Lag** | **8 Lag** |
| Rek. Speldag: Onsdag | Rek. Speldag: Måndag | Rek. Speldag: Tisdag | Rek. Speldag: Torsdag |
| Vår: Enkel, 8 matcher | Vår: Enkel, 7 matcher | Vår: Enkel, 7 matcher | Vår: Enkel, 7 matcher |
| **Till höst:** | **Till höst:** | **Till höst:** | **Till höst:** |
| Lag 8-9 till grupp 2 | Lag 1-2 till grupp 1 | Lag 1 till Grupp 2 | Lag 1 till Grupp 2 |
|  | Lag 8 till grupp 3 |  |  |

- Seriespelet pågår v 17-24 (för vår del), v 33-40 (14/8 – 8/10), matchdag tisdagar (alla utom vecka 24 då matchdag är onsd) kl 18.30.

- Serien ligger uppladdad (vårsäsong) i kalendern på laget.se – denna kalender går att synka med smartphone.

- Första match hemma mot Lillån tisd 25/4. **Då behöver någon/några vikariera som ledare** eftersom Peter är bortrest.

- Utgångsläget är att alla ska få spela ungefär lika mycket under året, men alla kan inte vara med samtidigt på matcherna (max 9 avbytare).

- Utgångspunkten är också att man måste träna för att få spela match, träningsflit kommer premieras före prestation.

- Vid behov att fylla ut truppen vid match kommer hjälp tas av P05 som ser ut att bli en stor grupp.

- **Alla duschar och byter om på plats** innan vi åker hem oavsett spel hemma eller borta.

- **Alla svarar inom angiven tid** på om de kan spela, ja/nej – tydlig kommunikation är viktig för planeringen och av respekt för resten av laget och ledarna.

- Bussen är bokad alla bortamatcher utom den sista, så det kommer behövas minst 2 skjutsande föräldrar varje bortamatch, (ryms 8 spelare i buss).  
OBS trots tidig bokning kommer bussen kanske inte alltid vara tillgänglig – mer behövande lag har förtur. Vi hoppas få sådana eventuella besked i god tid innan matchdag.

- Cupspel: Vi är inte anmälda till någon cup ännu. För att detta ska ske behövs att föräldrar engagerar sig och hjälper till – **kontakta ledarna snarast vid intresse att medverka**.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Angående träning**

- Träningstider är inte spikade för utesäsongen än, vi behöver planera för att undvika krockar i Fritidsbyn med andra 9-mannalags träning och matcher, t ex P05 och F??

- Vi vill att spelarna ska vara på plats senast 15 min innan så vi kan starta utsatt tid (skorna knutna, toabesök uträttade, vattenflaska fylld, pratat lite med kompisarna etc).

- OBS: Missar man uppvärmningen står man över träningen – det är inte värt att skada sig pga dåliga förberedelser. Spelarna har nu nått en ålder där uppvärmningen börjar få större betydelse för prestation och skadeförebyggande.

- För att få bästa möjliga kvalitet på träningarna är det nödvändigt att **alla meddelar i så god tid som möjligt om man inte kan komma på träning** (det är stor skillnad på att planera/förbereda träning för t ex 8 pers jämfört med 25).

- Inget krav på gemensam dusch och ombyte efter träning än.

- Viktigt att man är rustad med kläder efter väder, är det kallt så tar man vantar och mössa – ingen keps under träning (undantag: målvakt med solen i ögonen) och inga händer i fickorna.

- Vi kommer träna fysik för att bygga vidare på koordination, styrka och snabbhet för att öka möjligheterna till god prestationsförmåga och förebygga skador.

- Det finns fördelar med att samträna med andra idrotter för att få varierad fysisk träning (handbollsspelare har ofta ett utbyte med judo). Det är intressant att utforska vidare vilka andra idrotter vi skulle kunna ha ett utbyte med.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Övrigt**

- Det vore bra som en start på säsongen och för sammanhållningen att ha en kick-off med någon rolig aktivitet för både spelare och föräldrar när alla i truppen är aktiva igen. För planering och organisering av detta behövs en liten grupp engagerade föräldrar och gärna spelare – **kontakta ledarna snarast vid intresse att medverka**.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Vi ser nu fram emot en trevlig, givande och rolig säsong tillsammans!

Vid pennan

*Peter Jonsson*