



HANDBOLLSÅRET 2024 / 2025 (F12)

(FÖRÄLDRAMÖTE 2024-09-02; ANTECKNINGAR 2024-09-08)



Laget och Träningar

Laget

- Nu ca 18 aktiva (8st 2012, 10st 2013)
- 12-14 matchredo
- Fler blir det säkert under hösten

Träningar

- V35-v51 med uppehåll på höstlovet
 - Måndagar 18-19
 - Onsdagar 18:15-19:30
- Samling 10 minuter innan
- Kom i tid!
- Ombytt, inneskor och vattenflaska
 - Knäskydd är bra, men inget måste

Föräldrar

- Kommunikation
 - **Laget:** kallelser, nyheter
 - **WhatsApp:** korta notiser, snabba frågor och svar



• Kallelser



- Träningar 7 dagar innan
- Matcher 14 dagar innan
- Svara i god tid!
- Håll uppdaterad
 - Appen:
Aktiviteter -> Välj aktivitet -> Klicka på ditt namn



Året 2024 / 2025

Matcher

- Spelar som F12
 - 6 utespelare
 - 20x20 minuter
 - **Ingen påhängsribba**
 - **Resultat rapporteras**
- Matchsäsong:
6 oktober till 30 mars
- Söndagar (ett undantag)
- 11 tillfällen, 20 matcher
 - 7 borta
 - 4 hemma

Cupper

- **Tygrikesnatta i Mark**
 - Runt trettondagen
 - Stipendium, IK Nord hyr buss!
 - 2 dagar, en övernattning
 - 4-5 matcher med jippon!
- **Mölnadalsspelen**
 - Början på juni
 - Utomhus



Hjälpas åt!

- Träningar och matcher
 - Elisabeth, Maria och Niklas tar hand om detta!
 - **Hjälptränare**: Vara med på träningar regelbundet
- Övrigt kan vi dela på; rätt mycket för en, rätt lite för flera
 - **Bortamatcher**: Skjuts till/från
 - **Hemmamatcher**: Bemanna hallen
 - **Lotteriansvar**: Ta hand om Bingolotto
- 4-5 föräldrar per uppgift
 - En är kontakt mot Niklas (lagansvarig)
 - Ansvarar för att det sköts



Bortamatcher

7 tillfällen

- **Bortamatchansvar: Säkerställ att det finns resplan och skjuts till match**
- Kallelse går ut ca 14 dagar innan match, matchtrupp klar 7 dagar innan
 - 10-14 spelare per tillfälle (2 matcher)
 - Ca 4-5 bilar
 - På plats 1 timme innan för ombyte, pepp och uppvärmning

Anmälda

Vem?
Nora (kontaktperson)
Ines
Muzi
(Mira)
(Alma)

Bortamatcher

Datum	Tid	Hometeam	Awayteam	Venue	
2024-11-10	10:00	Borås HK 84	IK Nord	Lundby A Borås	
	11:15	IK Nord	Önnereds HK 4		
2024-11-24	11:10	IK Baltichov Blå	IK Nord	Hestrahallen, Borås	
	12:20	Byttorps IF Vit	IK Nord		
2024-12-22	11:50	Byttorps IF Grön	IK Nord	Varbergs Idrottshall	
	14:10	HK Varberg svart	IK Nord		
2025-01-19	10:50	IK Baltichov Blå	IK Nord	Kvibergs Sporthall A	
	12:40	Kvibergs HK 2	IK Nord		
2025-02-01	12:40	Kvibergs HK 2	IK Nord	Vårgårda Sporthall	Lördag
	11:30	Vårgårda IK HK	IK Nord		
2025-03-02	13:15	HK Varberg svart	IK Nord	Bollebygdsskolan	
	14:20	HK Bollebygd	IK Nord		
2025-03-30	10:00	Borås HK 84	IK Nord	Lundby A Borås	
	11:10	IK Nord	IK Sävehof 8		



Hemmamatcher

4 tillfällen

- **Hemmamatchansvar: Säkerställ att det finns bemanning i hallen**
 - **Fiket:** 2-3 personer. Allt finns inhandlat, koka kaffe, te, varma mackor och annat
 - **Sekretariatet:** 2 personer som sköter tid och poängräkning, matchprotokoll
 - **Hallvärd:** Välkomna motståndarna, allt-i-allo, se till att alla sköter sig (publik etc)
- Kallelse går ut ca 14 dagar innan match, matchtrupp klar 7 dagar innan
 - 10-14 spelare per tillfälle (2 matcher)

Anmälda

Vem?
Doris (kontaktperson)
Ella
(Livia)
(Lo)
Ellinor
Isabelle

NYTT!

För sekretariatet krävs utbildning som klubben tillhandahåller. Vi bokar en tid under tjejernas träning

Hemmamatcher

Datum	Tid	Hometeam	Awayteam	Venue
2024-10-06	12:40	IK Nord	Byttorps IF Grön	Masthuggshallen
2024-10-20	11:00	IK Nord	IK Sävehof 8	Masthuggshallen
2024-12-08	09:30	IK Nord	Önnereds HK 4	Masthuggshallen
	12:00	IK Nord	Vårgårda IK HK	Masthuggshallen
2025-03-16	09:30	IK Nord	HK Bollebygd	Masthuggshallen
	13:10	IK Nord	Byttorps IF Vit	Masthuggshallen



Lotteriansvarig

- Lottförsäljning ett par gånger per år; t.ex adventskalendrar, Bingolotter för julens uppsittarkväll.
- Ansvar
 - Hämta kuvert hos klubbens lotteriansvarig
 - Dela ut i laget
 - Redovisa tillbaka till lotteriansvarig (Swisha såld summa, samla in och lämna osålda lotter)
- IK Nord säljer i studion innan sändning varje söndag, varje lag har två per termin
 - På plats i studion ca 17:00 (Gamlestan)
 - Försäljning till 30 minuter innan sändning
 - Kan stanna och titta om vi vill!
 - Höstens tillfällen: 2024-10-13 och 2024-11-17
 - **Ansvar: se till att det finns barn och föräldrar på plats**

Anmälda

Vem?
Edith (kontaktperson)
Nora
Amalthea
Wilma



Assisterande tränare

- **Vår policy:** Alltid minst 2 vuxna i hallen
- Vill inte ställa in träningar
- Fler gör oss mindre sårbara och ger möjlighet att nivåanpassa träningarna
- Elisabeth, Maria och Niklas sköter planering och driver träningarna
- **Assisterande:** Vara med skapligt regelbundet måndagar och onsdagar, kan hoppa in på kort varsel

Anmälda

Vem?
Vera (Elin)
Isabelle (Björn)
Liv G (Unn)
Ellinor (Rola)