 Verksamhetsberättelse för

F08

2018/19

**Antal spelare under året**

Vi har haft totalt 36 spelare i truppen och har idag 34 aktiva spelare registrerade i Laget.se varav 2 spelare har tagit paus och 1 spelare tillhör F09 (men som vi ses som vilken F08-spelare som helst och som regelbundet deltar i både seriespel och cuper med F08).

**Ledare**

Tränarstaben har varit oförändrad i år med 4 tränare (Marcel, Johan, Stefan och Maria) samt en Ung Ledare, Ida. Maria står för det administrativa, och vi delar på ansvaret i övrigt. Vi har en grupp föräldrar som hjälper till om det behövs och som främst arbetar med aktiviteter utanför planen i syfte att stärka gruppen med en aktivitet per termin. I övrigt är vår uppfattning av vi har väldigt stort och positivt engagemang av föräldrar.

**Träningar**

Vi har tränat 2 dagar i veckan (måndagar i LIH, torsdagar i Tolvåkershallen). Tjejerna är mycket träningsflitiga och vi har bara haft en handfull träningar med färre än 20 spelare, oftast är vi 22-26st/träning. Dock har vi ett par tjejer där träning med andra aktiviteter krockar så de kommer en gång/vecka.

Vi har fortsatt samarbetet med F07 och har ca 8 tjejer som har deltagit regelbundet vid träning med F07. Vi också ett samarbete med P08.

Vi har haft ett par gästtränare i form av dels både äldre fast fortfarande unga spelare, dels målvaktsträning av en SM-guldmedaljör och ett spännande besök av en spansk europamästare.

Vi har haft regelbundna inslag av fys-/cirkelträning och knä- och övrig kroppskontroll. Vi fokuserar fortfarande mycket på aggressivt och högt försvar med snabba spelvändningar.

**Matcher/Cuper**

Vi har haft ett lag med i seriespel i serien F11B, och två i F08B respektive F08D. Nivågrupperingen i seriespelet har gjort att vi kunnat ge alla spelare utmaning på rätt nivå, och vi har arbetat aktivt för att det inte ska bli olika ”lag i laget”. Det är viktigt att lagen inte blir statiska, vi har blandat så att spelare som är mogna för en nivå kan spela där.

Vi har spelat OV, Åhus Beachhandboll, Vikingaspelen (F07 & F08), Lundaspelen, Påskacupen (F07 & F08) och Albertslund Cup i Danmark. Vi har haft mellan 2-4 lag med i nämnda cuper, så alla spelare har fått ordentligt med speltid. Cupspelet har varit nyttig och vår avsikt har varit att ha jämna lag. Alla lag går oftast långt i cuper och de flesta spelare har fått känna på slutspel ända fram till final. Det har varit väldigt lärorikt för både spelare och ledare att gå hela vägen och våra tjejer har imponerat både oss, föräldrar och motståndare med sin fart och målinriktning.

**Föräldragruppen**

Vi har en facebooksida för F08 där både vi och föräldrar lägger ut händelser. Vi har även en grupp; ”supportermammorna”, som hjälper till om det behövs och som främst arbetar med aktiviteter utanför planen i syfte att stärka gruppen med en aktivitet per termin.

**Sammanfattning**

Truppen är stor vilket medför att vi har en ganska stor spridning rent handbollsmässigt. Fokus ligger på att utveckla varje individ i denna stora grupp.

Det är ett härligt gäng som är mycket träningsflitiga, vilket är positivt. Spelarna har kul tillsammans och det tycker vi är mycket viktigt.

Att ge alla spelare utmaning på rätt nivå har varit viktigt för oss och kommer vara det framöver också.

**Framtiden**

* Vi fortsätter fokusera på den individuella utvecklingen med fokus på motorik och kroppskontroll samt grundläggande teknik för handboll.
* Med många spelare måste vi anmäla många lag i seriespel och cuper så att alla får mycket

speltid. Även till kommande säsong kommer vi att anmäla 1 lag i F07 och 2 lag i F08-serierna. Detta för att kunna ge alla spelare utmaning på rätt nivå. Vi kommer dessutom att dela ett lag med F07 i en F07-serie.

* Vi kommer förhoppningsvis att fortsätta samarbetet med både F07 och P-08.
* Vi behåller vår spelidé att vara det "snabbaste laget" och man mot man taktik där uppgift är att slå ut sin motståndare.
* Öka de fysiska inslagen på träning som en förberedelse att träna för att kunna träna. Fortsatt fokus på kroppskontroll, rörlighet och löpteknik.
* Vi söker ständigt attrahera fler tjejer att lära sig föreningsliv och handboll.

**Maria Hallin, Marcel Wong, Johan Cedervall, Stefan Broman, Ida Fors**

**Juni 2018**