

## UNIK BK P07



Föräldramöte 151107



## Organisation 2015/2016

Nytt projekt från och med i fjol:

BandyKul och Lagspel samverkar.

*Kommentar:* Tidigare år har lag för lagspel formats efter BandyKul avslutats. Därför provas sedan 2014 en ny modell där lag för lagspel startar upp samtidigt med sista året av BandyKul.

Håkan Södergren, svara för frågor om BandyKul.

Mikael Johansson, svara för frågor om UNIK BKs styrelse.

Föräldraledare, svarar för frågor om laget UNIK BK P07.

Föräldrar, svarar för frågor om sitt barn i UNIK BK P07.



## Organisation 2015/2016

Lagledare: Robert Ekblom

Huvudtränare: Erik Sparrman

Hjälptränare: Olle Terenius

Karl Sandström

Tomas Svensson

?

?

Föräldrasupport: Alla föräldrar med barn i P07.



## Information och kontakt

- Via mail- och smsutskick samt nyheter via <http://www.laget.se/UNIKBKP07>.
- Kontakt i första hand, helst via: [p07@unikbandy.se](mailto:p07@unikbandy.se)
- Kontakt i andra hand, via telefon till ledarna. Telefonnummer finns på [laget.se](http://www.laget.se) under "Truppen".



## UNIK BK P07s värdegrund

- Att ha trivas och ha roligt tillsammans på isen.
- Alla som vill ska få vara med.
- Att ALLTID ta hänsyn till och uppträda mot lagkamrater och ledare som man själv vill bli behandlad.
- Att ALLTID uppträda sportsligt mot motståndare, domare och andra i anknytning till lagets aktiviteter.
- Att ha balans mellan bandyn, skola, kamrater, familj och andra idrotter.



## UNIKs policy för Ledare

- Ska ge plats till alla som vill vara med.
- Anpassa träningar utifrån barnens behov, mognad och villkor.
- Lära ut skridskoteknik, grunderna i bandyteknik och varsamt visa på spelets idé.
- Lära ut att ta hänsyn till kamrater och ledare.
- Lära barnen vikten av rent spel, fostran, etik, moral, god laganda och att leva sunt.



## UNIKs policy för barn

- Vara ombytt och spelklar vid utsatt tid vid träning/match.
- Ha god framförhållning beträffande skolarbete, resor, andra idrotter etc.
- ALLTID uppträda sportsligt mot motståndare, domare och andra i anknytning till lagets aktiviteter.
- ALLTID uppträda mot lagkamrater som man själv vill bli behandlad.
- Att ha kul på isen.



## UNIKs policy för Föräldrar

- Se till att ditt barn kommer i tid till träning och matcher samt med rätt utrustning.
- Visa ditt barn respekt och uppmuntra ALLTID framstegen även om de inte är så stora.
- Kritisera ALDRIG ditt barn vid ett misslyckande.
- Segrar och framgång får INTE bli viktigare för dig än för barnet.
- Låta föreningens utbildade ledare ansvara för barnet under match/ träning. Men hör ni och ser ni något så tar vi det efter match/träning.
- Uppträd ALLTID sportsligt mot lagets motståndare, domare och andra i anknytning till lagets aktiviteter.
- Hjälpt till med uppgifterna runt laget.



## BandyKul och/eller Lagspel

- BandyKul: Som tidigare med övningar/lek på isen, leds av bandykulledare.
- Lagspel: Föräldraledda träningar, barnen kommer att få delta i Bandy cup/er samt poolspel vid 4-5 gånger under säsongen mot olika Uppsala- och Stockholmslag.
- Barnen får välja fritt vad de deltar i. Ändringar kan göras när som helst under säsongen.
- INGA krav på att barnen måste delta på ett visst antal träningar.



## Ordinarie träningstider

BandyKul:  
Onsdagar 16.00-17.00 på plan 1, Studan.  
(hämtning med buss till träning).

Lördagar 09.30-10.30 på plan 1, Studan.

Lagspel:  
Måndagar 16.15-17.15 på plan 2, Studan.  
Lördagar 10.45-11.45 på plan 1, Studan.

*Kommentar:* Våra barn vill alltid delta på alla träningar och matcher, om vi frågar vad de vill. Men det måste finnas en sund balans mellan bandyn, kompisar, familj, skolan och andra idrotter. Det är viktigt att du som förälder läser av vad som fungerar för just ditt barn. Vi ledare är tveksamma till om våra egna barn orkar med fyra träningspass i veckan samt matcher. Sund balans är ledordet. Allt går i perioder, bromsa och gasa när det behövs. Det är viktigt att barnen inte övertränar och tröttnar på bandyn.



## Bandymatcher

BandyKul:  
3-4 Poolspel i Uppsala.

Lagspel:  
1-2 Cupspel.  
4-5 Poolspel i Stockholmsregionen.

*Kommentar:* Igen sund balans är viktig. När vi vet vinterns spelschema för både poolspel i Stockholms regionen och BandyKul i Uppsala tar ledargruppen en avgörelse om hur p07-laget kan delta.



## Lagindelning

- Ingen toppning!
- Inga fasta spelpositioner.

Försök:  
Spelarna delas in i mindre grupper om 3 spelare.  
Lagen sätts ihop av olika konstellationer av 3-grupperna från gång till gång.

Mål:  
Alla får prova spela med alla och på alla positioner.

Kommentar: Förfrågan om deltagelse i BandyKul eller Lagspel eller BandyKul och Lagspel, kommer att skickas ut.



## Bilpooler och resor

Poolspel i Stockholm:

- Vi tittar på möjligheterna att hyra buss. Kostnad återkommer vi med.

*Kommentar:* Fördelen med buss är att det blir en speciell gemenskap i truppen och mellan de föräldrar som följer med samt att med vinterväglaget känns det säkrare.

- Annars: Bilpool som organiseras i samband med anmälan. Kostnad per resa i bil: 50:-/barn ToR.



## Vätska och rätt energi

Alltid:

Fyllda vattenflaskor!

*Kommentar:* Barnen åker så svetten lackar. Har man utgifter, krävs det inkomster!

Träning onsdagar/måndagar:

Extra macka eller frukt för energi innan träning.

*Kommentar:* Fast barnen äter mellis i skolan, så märks det så väl när de inte ätit ordentligt till lunch pga av att det är något de inte tycker om.

Vid cupspel och poolspel:

Inget godis är tillåtet!

*Kommentar:* Dels för att de får för snabbt högt blodsocker/energi som snabbt ebbar ut. Dels för att slippa att några barn har godis, andra inte och diverse bråk om godiset. Ordentligt med mellanmål att äta mellan matcherna.

Ex: Banan, fil/yoghurt, mackor (undvik nötter pga allergirisk).



## Utrustning och skydd

Utrustningen är viktig för att:

- Skydda barnen vid krockar, fall och slag från klubbor.
- Göra det roligt att åka skridskor.
- Att barnen inte ska frysa om vintern.

**Obligatoriskt för lagspel:**

- **Hjälm med galler och halskydd.**

Vi rekommenderar:

- Skridskor.
- Bandyklubba av trä. *Kommentar:* Barnen klarar inte att hantera klubbor av kompositmaterial. De är för hårda och bollen studsar från barnen, i stället för att stoppa vid klubban och ge bollkontroll för barnet som en träklubba gör.
- Benskydd och bandystrumpor.
- Ett par rymliga byxor alt. Bandybyxor.
- Tjocka vinterhandskar alt. Bandyhandskar.
- Armbågsskydd.

Utrustningen kan med förde! kan inhandlas begagnat och allteftersom!



## UNIKs matchställ

- Blå hjälm.
- Röd tröja (står UNIK för).
- Blå byxor.
- Röda strumpor.



- *Kommentar:* Byt inte hjälmar, etc. om det inte behövs. Tänk lagfärg först när det är dags för att byta upp en storlek!



## Avgifter

Deltagelse i BandyKul: 850:-

Hela summan via kortbetalning vid uppstart.

Deltagelse i Lagspel: 1400:- + klubbavgift: 300:-/person = 1700:-

Summan delas i två inbetalningar (30/11 + 31/1) via hemsända avier.

Deltagelse i BandyKul och Lagspel:

850:- + 550:- + klubbavgift 300:-/person = 1700:-

Summan delas i två:

Bandykulsumman (850:-) betalas via kortbetalning vid uppstart.

Lagavgift + klubbavgift betalas via hemsänd av (31/1).

Har man fler barn i samma familj som deltar i lagspel så blir klubbavgiften 450:- för hela familjen.



## Föräldrasupport

- **LOK-ansvarig:** Vakant
- **Materialansvarig:** Vakant
- **Slipare:** Än så länge finns Kalle, pappa till Einar och någon till ledare som har sliparutbildning. OBS! Viktigt att barnens skridskor vässas ofta så att de inte tröttnar.
- **Kioskansvarig:** Vakant
- **Kassör:** Avväntas till nästa år.
- **Sociala aktiviteter:** Vakant



## Kioskverksamhet

Studenternas "Rundakiosken" (4 st varav en kioskansvarig):

- Fredag 27/11, kl. 19.00

Relitahallen (4 st varav en kioskansvarig):

- Tisdag 15/12, kl. 19:30
- Lördag 23/1, kl. 15.00



## UNIK ungdomslag deltar i öppnandet av säsongspremiären för UNIK A-lag

IDAG 14.00 – 16.50

- 14.00-10 Vi träffas inne i Relitahallen bakom UNIK klackens läktare, Kom gärna ombytt då vi tyvärr inte kommer att ha tillgång till något omklädningsrum utan får ta på matchtröjor och skridskor inne i Relitahallen.
- 14.30 Barnen delas in i två grupper, som sedan ska utgå från varsin hörnflagga.
- 14.45 Barnen leds av ledare ut på isen från hörnflaggor medan speakern pratar lite om UNIK och ungdomslagen.
- 14.50 Barnen står uppradade på led på varsin sida av bytarbåset medan UNIK går på isen. Barnen klappar med klubborna mot isen medan A-laget går på.
- 14.53 Presentation av motståndarlaget, barnen börjar åka mot "sin" hörnflagga för att ta sig av isen innan matchstart.
- 15.00 Matchstart, alla barn måste gått av isen och vara bakom sargen.

När barnen kommit av isen, tagit av sig skridskor och fått på sig varmt ombyte bjuder UNIK på varm korv och saft från kiosken. Därefter tittar vi på matchen tillsammans.

16.50 ca Matchen slut. En A-lagsmatch brukar vara i 2 x 45 minuter, med ca 20 minuters paus.

## UNT Cupen

- I morgon i RELITAHALLEN
- UNIK P07 spelar fyra matcher på förmiddagen
- Start 09.30 (Samling 09.00) och slut 12.35.
- Ta med ordentligt med lättätet mellanmål (frukt, drickyoghurt etc.
- Skridskoslipning idag



## Övriga frågor?

