



Grovplanering

Säsongen _____ - _____

Föreningsnivå

Aktivitet	Vecka/dat	Förklaring
○ Ledarinventering	_____	Finns det ledare? Planera in utbildningar
○ Ledarträff	_____	Säsongsuppstart med föreningens alla ledare, kickoff
○ Medlemsavgifter	_____	Vad gäller med medlem och träningsavgifter
○ MV-träning	_____	En dag med föreningens målvakter och ledare
○ Övrigt	_____	

Lagnivå praktik

○ Fysträning	_____	När startar vi? Hur många ggr i veckan? Stegrande antal?
○ Tester	_____	Vad ska vi testa? Kondition, styrka, snabbhet, spänst?
○ Träningsläger	_____	Boka ev träningsläger, vad är syftet?
○ Cuper	_____	Vilka cuper ska laget delta i?
○ Eget	_____	Eget förslag

Lagnivå teori

○ Ledarträff	_____	Ledarna träffas och planerar säsongen
○ Teambygge	_____	Gruppövningar som gör att spelarna lär känna varandra
○ Vinnande lag	_____	Vilka regler, normer ska vi jobba med?
○ Ind. Spelarsamtal	_____	Sätta ind mål och skapa en bra relation spelare/ledare
○ Kostinformation	_____	Informera spelarna/föräldrarna, vikten av att äta rätt
○ Regel- och domarinfo	_____	Informera om regler, etik och moral. Bjud gärna in domare
○ Föräldrainfo	_____	Informera om föreningens policy, vad som kommer hända
○ _____	_____	Tränarens egna ämnen
○ _____	_____	Tränarens egna ämnen