**Informationsmöte för föräldrar Bälinge IF F08 2019-04-11**

Seriespel

Vi har anmält två stycken lag (BIF gul resp. svart) till seriespel. Lagindelningen för våren finns i annat dokument. Båda serierna är för lag som har erfarenhet av matcher (alternativet numera ser ut att vara serie för nybörjare).

Cup-spel

Vi har anmält oss till Pilsbo-cupen (15–16 juni). Det diskuterades att det blir *tight* med fotboll denna period eftersom Fotbollsskolan ligger dagarna före och efter denna helg.

Dessutom togs cup-spel i allmänhet och möjligheter till att tjäna in pengar för sådana upp (Fredrik A har bra ideer).

Obligatorisk dusch efter match

Vi har bestämt att det från och med denna säsong ska vara obligatoriskt med gemensam dusch efter match. Handduk och annat för sådan ska alltså medföras. Anledningen är att det dels bör inpräntas som naturligt ur hygienisk synpunkt, dels att det stärker sammanhållningen i gruppen.

Närvarande föräldrar höll med om att detta är riktigt.

Träningar

Vi gick genom när, var och något om hur träningen kommer att läggas upp. Vid tidpunkten för mötet var endast tiderna och plats för april spikade, men finns nu (liksom alla matcher) inlagda i kalendern i laget.se.

En del av en av träningarna varje vecka kommer att vara tillsammans med F07 och F09 för att dels lära känna spelarna i dessa (i en framtid kommer de kanske att vara i samma lag) och dels för att vi (både tränare och spelare) kan lära oss saker av varandra.

Knäkontroll

En viktig sak som vi uppmärksammar nu är knäkontroll, dvs. fokuserad träning av muskler i ben, *core* och kring knälederna. Det har visat sig att speciellt kvinnliga spelare ofta får problem med knäna vid hård träning och matchande, men att detta kan motarbetas genom viss träning. Därför kommer vi nu att ha sådan träning vid varje tillfälle. Ni kan se vilka övningar som avses på Youtube.

Lagkassan

I lagkassan fanns vid tiden för mötet ca 15 000 sek.

Overaller

De nya overallerna kommer att kosta 600 sek. Fullt pris är 900 sek men sponsringen ger 300 per styck.

Lagförälder

Kirona Svedberg erbjuder sig at vara lagförälder den här säsongen. Tack för det! Det innebär att hon fördelar de arbetsuppgifter (matchvärd, kiosk, grill, bollmajor etc) vi måste göra i samband med hemmamatcher och andra sammanhang för övriga föräldrar. I den mån ni av någon anledning inte kan göra tilldelad uppgift bör ni i första hand försöka byta med någon, antingen genom direkt kontakt eller genom att skriva i Gästboken på laget.se. Det är viktigt att det klargörs i god tid vem som gör vad!

Ledarna