



Säsong
2025/26

Höglunds AIF F12/13

DAGENS PUNKTER

- ☐ Säsongens upplägg och hålltider
- ☐ Ekonomi
- ☐ Arbetsfördelning
- ☐ Innebandyspelet
- ☐ Övriga frågor



TRUPPEN



17 spelare

5 ledare

Kommentar: Greta lämnar, Tuwa Steen anländer.
Sandra lämnar som ledare, håller i adm delar

Träningar

TISDAGAR

PARKSKOLAN

19.30 Löpning
20.00-21.00 Innebandy

TORSDAGAR

PARKSKOLAN

18.00-19.00 Innebandy
19.00 19.30 Styrka

FREDAGAR

HÖGLANDSHALLEN

15.45 Fika för den som vil
16.00-17.00 Innebandy



Kommentar: Förhoppningar om att även få fredag på Park så alla ska hinna. Fika kommer erbjudas till ett självkostnadspris



SERIER PANTAMERA SERIEN

FLICKOR DIV 3A VÄSTERNORRLAND

▲ Lag
Gullänget-Kroksta IBS F11/F12
Höglunds AIF F-12/13
Jäbo IK F12
Moälvens IBK Ungdom F11
Sundsvalls IBF F11-12 Haga Blå
Sundsvalls IBF F11-12 Södermalm

FLICKOR DIV 3B VÄSTERNORRLAND

▲ Lag
Husums IBK F11/12
Höglunds AIF F-12/13
IBK Härnösand Ungdom F11-13
Moälvens IBK Ungdom F11
Sundsvalls IBF F11-12 Södermalm
Sundsvalls IBF F11-12 Södermalm

16 MATCHER

1:a SERIEMATCHEN

12 okt Högländ – IBK Härnösand



DM- distriktsmästerskap

- Gruppspel genomförs helgen V45 2025
- Finalspel helgen V6 2026
- Matcher i gruppspel 2x20 minuter effektiv speltid
- Matcher i finalspelet 3x15 minuter effektiv speltid

ANMÄLDA LAG: Jäbo, ÖIB, Härnösand Sundsvall Nord



Högland – Härnösand Ängel sportcenter H-sand LÖR 8 nov 9.00

TRÄNINGSDAGS CUP

HÖGLANDSHALLEN

LÖRDAG 27 sep 10-16

3 träningsmatcher 2*20

UPPLÄGG?

Kommentar: Vi va överens om att satsa lite var och en på denna dag då det enbart denna dag vi har chans att få in extrapengar. Se separat utskick





2-4 jan

CUPSPEL

- 5 lag i varje grupp – 1:an o 2:an till A-slutspel, 3-5 till B-slutspel
- 2*20 min matcher
- 4 och 4 i rummen

Arenahotellet



Boende o Mat



IFU Arena



NÄRMASTE TIDEN

VAD MER?

KICK OFF

RESA FRAM MOT UPPSALA

BEKVÄM I SIN POSITION

FÅ ALLA TRYGGA TILLSAMMANS

September 2025	
1	MÅN
2	TIS
3	ONS
4	TOR
5	FRE
6	LÖR
7	SÖN
8	MÅN
9	TIS
10	ONS
11	TOR
12	FRE
13	LÖR
14	SÖN
15	MÅN
16	TIS
17	ONS
18	TOR
19	FRE
20	LÖR
21	SÖN
22	MÅN
23	TIS
24	ONS
25	TOR
26	FRE
27	LÖR
28	SÖN
29	MÅN
30	TIS

TRÄNING 11.00

Högland

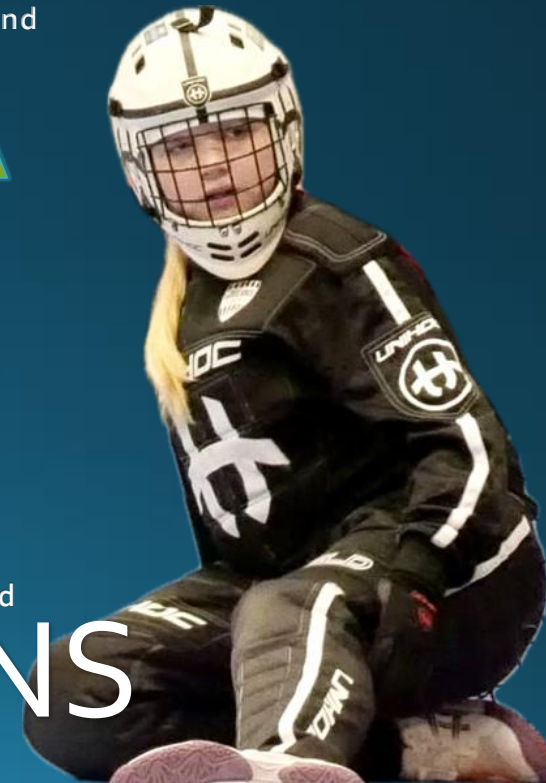
TRÄNING

TRÄNING

TRÄNING

TRÄNINGSCUP

Högland



DEM SKA HÖGLANDS F12/13 VARA?

HUR

DEM



- Bra lag
- Tekniska
- Tufft Motstånd
- Bra justa spelare
- Snabba
- Fair play
- Söta o snygga
- Bra målis
- Trevliga spelare
- Coola
- Bra spel, mycket passningsspel
- Vinnare
- Starka



- Vara på träningar, hög närvaro
- Säga snälla saker till varann
- Ge allt!
- Träna mycket och hårt
- Hålla fokus
- Gå in i närkamper
- Lyssna och ta till sig av tips
- Träna styrka
- Prata mycket
- Träna kondition
- Inte ge upp!
- Förbereda sig inför match
- Vara snäll
- Ta snabba beslut
- Passa mycket
- Peppa inför match
- Vara med från start
- Titta på innebandy

Kommentar: Tjejernas egna beskrivning och palnering för säsonen

Ekonomi 2025/26



Medlemsavgift: 250:-

Träningsavgift Röd: 700:-

Lagkassa idag: 18 000:- Lagkassa 2025/26: 18 000:-

UTGIFTER

KOSTNADER	LAGKOSTNAD Blå siffror	SPELARA VGIFT
Seriespel lag RÖD	17 500:-	
Aktiviteter (kick off jul, restaurang mm)	200:- * 17 = 3 400:-	
Storvreta	18 000:-	1750;-
DM Spel	2 500:-	
Vårcup	?	
TOTALT	41 400:-	

FINANSERING

GEMENSAMMA AKTIVITETER ALLA	TÄNKT SUMMA		
Fikaförsäljning	3000:-		Preliminär siffra
Bingo-Lotter Willys	5700:-		150 Lotter Osäker siffra. Kan bli större kan bli mindre
50/50 Lotteri	6 800:-		20:- Lotter, alla säljer 40 var
TOTALT	15 500:-		

SLUTSUMMA OFINANSERAT	
41 400-15 500 =	25 900

SLUTSUMMA OFINANSERAT	
25 900 / 17 spelare	1500:-

RÄKNEEXEMPEL 1500:-

41 bingoletter
20 sesamhäften

10 sesamhäften 20 Bingolotter

BINGOLOTTER UPPESITTARKVÄLL

CESAMHÄFTEN

EV NATTVANDRING

FRIKÖP

ANNAT?



Så vad är det nu jag ska betala och bidra med?

Lagets avgifter / spelare MAT O BOENDE UPPSALA TOTALT

1500:-

1750:-

3200:-

FRITT ATT PLANERA
SIN FÖRSÄLJNING

Kommentar: Se även separat utskicka kring ekonomi

TIDSPLANER	NÄR	VEM
Intresseanmälan för Uppsala	Nu	Malin
Formsenkät där ni kan meddela er finanseringsplan	Under nästa vecka	Malin
Sälja Sesamhäften	Meddela senast sista sep	Sandra
Bingolotter	Meddela senast mitten Nov	Hanna
Betalning STORVRETA Hotell 1200:-	15 okt	Malin
Betalning MAT storvreta 550:-	15 nov	Malin
Friköp	Sista Nov	Hanna
50/50 Lotter	Januari	Sandra
Träning o medlemsavgifter till föreningen (250+700)	OKT	Faktura förening



ARRANGEMANG

SEK	SPEAKER	FIKA	MUSIK	FILM	MATCHVÄRD
Penny Lisa Tuwa Tuva H	Aili Lisa	Elina Ebba Sofia Lily	Stella Lisa	Tuva Sö Freja Alma Emmi	Milla Minnea Millie

Ekonomiansvarig: Ebba
Försäljning: Freja
Ledare: Emmi, Tuva Sö, Tuva H, Millie Lisa
Fikalåda: Elina
Stor Högtalare: Lisa
Sek Väska: Lisa

Ev sponsorgrupp
Stella
Tuwa St



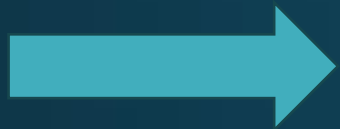
8 Bjudfikabröd
8 Bjuddryck Kaffe o dryck
Träningsdagen extra
på icke fasta positioner

Hemmaarrangemang

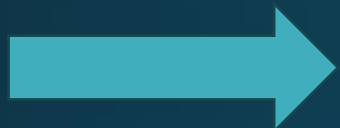
MÅNAD	MATCHER
OKT	2
NOV	1
DEC	1
JAN	2
FEB	1
MARS	1

PERSONLIGA MATCHTRÖJOR

Ca 450:- / Tröja



Satsa på vår Träningsmatchsdag, använd pengarna till tröjor



Söka en sponsor



Föräldrar köper tröjorna



Skippar personliga tröjor



Kommentar: Önskemål från många av tjejerna att likt många andra lag ha personliga tröjor. Enhetliga, välja nummer och ha sitt namn på tröjan. Detta behöver dock finanseras. Som mycket annat vi behöver finansera. För att vi skulle gå vidare ville vi att alla i så fall skulle säga ja till något av förslagen, vilket mötet inte gjorde. Det som återstår då av förslagen är om vi kan få hjälp utifrån av företag med sponsring vilket fortsatt är möjligt

VILL DU VARA VÅR SPONSOR OCH BIDRA TILL VÅR UNGDOMSIDROTT?



GULDSPONSOR 6000;-

Tryckkostnader: 2000:- Tryck på rygg eller mage

SILVERSPONSOR 4000:-

Tryckkostnader: 1500:- Tryck på 1 arm
2000:- Tryck på 2 armar



- TRYCK PÅ VÅRA MATCHTRÖJOR, SPELAR FRÄMST I ÖRNSKÖLDSDVIK, HÄRNÖSAND OCH SUNDSVALL
- VARA MATCHENS SPONSOR, SYNAS MED REKLAM PÅ VÅRA LIVESÄNDNINGAR VID HEMMAMATCHER
- SYNAS PÅ VÅRT INSTAGRAM OCH HEMSIDA

BYTA PLATTFORM SMS-SLINGA



- ✓ Kunna justera text alt ta bort text som hamnar fel
- ✓ Inte va begränsad av antal tecken
- ✓ Kunna skicka med bilder i inlägg
- ✓ Lättare kunna hitta tillbaka till ett dokument som blir bifogat

Kommentar: Vi byter till Whats app, ni blir inbjudna till rätt grupper

SPORTSLIGA SÄSONGEN



Kommentar: Långsiktig plan på träning med storvreta som mål. Mer uppdelning av träning där Mange kommer fokusera mer på backan/ försvar, David anfall och Maria Målvakter och fys