



Föräldramöte P-14 Bankeryds Basket

2025-09-21

AGENDA

1. Närvaro
2. Ledare och organisation runt laget
3. Värdegrund
4. Träningar
5. Sjukdom och skador
6. Matcher & Easy Basket
7. Cuper, turneringar och läger
8. Kommunikation
9. Utrustning
10. Försäljning, ekonomi och engagemang
11. På gång
12. Kontakt

1. NÄRVARO

Michaela Jangmo, Simon & Emelie Storm, Anna Sickeldal, Pernilla Carlsson, Niklas Mattsson, Mattias Rosen, Lisette Almqvist, Lilly Ahlberg, Amir-Sam Adamsson.

2. LEDARE & ORGANISATION KRING LAGET

Vi har i år valt att dela laget P-14/15 till två lag. I P-14/U12 är vi 13 spelare och 2 tränare. Vi vill ha tydliga roller för vem som förväntas göra vad och ser gärna att man är minst två på träningar så ibland kan hjälp behövas av föräldrar.

HEAD COACH: Michaela Jangmo

- Spelat basket själv många år, gick på Sanda, har tränarutbildningar på USM nivå, utbildad personlig tränare, brinner för rörelse och träning och en hållbar idrott. Har tränat P-09 i många år (sonen).

ASS COACH: Simon Storm

- Spelat basket själv i många år, tränar även P-11/U15, stöttar på träningar, fokuserar ibland på mindre grupper/individer och jobbar ihop laget.

LAGLEDARE: **SÖKES** (bollplank till coacherna, med på träningar, täcker upp vid frånvaro).

Körgruppen kan vara med och stötta upp om det behövs.

ADMIN: Emelie Storm, hjälper till med det administrativa kring laget, körscheman, cupinfo mm.

3. VÄRDEGRUND

"Så många som möjligt, så länge som möjligt"

Klubbens ledord: Glädje, Gemenskap, Lärande.

Simon har implementerat **AGU** – Aldrig ge upp.

Viktigt att grabbarna vågar misslyckas och gläds åt andras framgångar, detta repeterar och reflekterar vi över vid träningar, lagträffar, samt tränarutskick. Viktigt med ett tryggt klimat – laget ska vara en plats där man kan göra fel och utvecklas. Kommer att införa spelarutmaningar varje månad typ "månadens peppare", "kompis", "ledare" osv.

4. TRÄNINGAR

- Tisdagar: 17.00–18.30
- Onsdagar: 20.00–21.00 (PB)
- Söndagar: 11.30–13.00



Vi vill nyttja all halltid till basket så vi ses 30 min innan träningstiderna för skadeförebyggande träning, rörlighet och uppvärmning. Då behöver grabbarna ha med sig uteskor och kläder efter väder – vi tränar ute när det går. Vid dåligt väder kör vi fys inomhus/korridor.

REGLER FÖR TRÄNINGAR

- Kom i tid, fylld vattenflaska
- Meddela frånvaro
- Ät innan träning och se till att energi finns
- Drick inte ur andras vattenflaskor
- Man är med på alla övningar
- Svordomar/negativa kommentarer/gester hör inte hemma i laget
- Vi applåderar och ger high fives

5. SJUKDOM & SKADOR

Sjuka barn stannar hemma. Har man gått i skolan → kan komma och titta på träningen.

Det är skillnad på "ont" och "skadad":

- Växtvärk, träningsvärk, Schlatter, Severs etc. → går ofta att träna med.
- Riktig skada → vila.

Vi lägger mycket fokus på skadeförebyggande fys och långsiktig hållbarhet, Amir-Sam vill hjälpa till.

6. MATCHER & EASY BASKET

Grabbarna spelar i U12, vilket är så gamla de kommer att bli under säsongen. Nästa år är det seriespel men i år spelar vi ff EB. Nya regler för denna säsong är att de spelar på helplan 4 mot 4. Klubben kommer att arrangera EB på hemmaplan till våren och vi kommer troligtvis få inbjudan från andra klubbar som arrangerar EB under säsongen. Tex Nässjö, Brahe, Norrköping.

Vi skickar ut kallelser på laget.se när vi får inbjudningar och här är det viktigt att ni är snabba på att svara för att vi ska kunna se hur stort intresset är och anmäla rätt antal lag.

Under EB så spelar alla lika mycket, vi pratar mycket med grabbarna om vilka roller alla har på en match: Domaren dömer - Spelarna spelar - Coacherna coachar - Föräldrar hejar.

Har varit med om tidigare att barn får mutor/belöningar för x antal gjorda poäng osv. Detta vill vi undvika då det stör coachens plan för spelet. Prata med oss om ni överväger någon typ av belöning – lyft hellre returtagning, assists och laginsatser.

7. CUPER, TURNERINGAR & LÄGER

Planerade cuper denna säsong: Skövde 1-3 maj 2026.

Regler kring mobiler kan gälla under cuper där vi begränsar skärmtid.

Helst vill vi ha lagföräldrar som är med och sover med barnen på cuper så coacherna kan fokusera på spelet. Fundera över om du kan tänka dig följa med till Skövde.

Lovträningar planeras, samt tips på basketcamps (t.ex. Norrköping).

8. KOMMUNIKATION

Laget.se: här skickar vi kallelser till träningar, matcher, EBs mm. Här hittar ni under Dokument allmän info olika scheman osv. Kolla under övrigt i kallelserna så kan där finnas viktig info.

WhatsApp-grupp: Använder vi föräldrar och coacher för snabb info.

Lag-Instagram: Emelie ansvarar för att skapa ett konto.

Öppen kommunikation med tränarna uppmuntras, finns det något vi behöver känna till om ditt barn, kom till oss.



9. UTRUSTNING

Alla spelare har fått egna bollar (begagnade strl 6). Viktigt att ta med sig till träning.

Vi uppmuntrar alla till att köpa ett vändbart träningslinne till träning så slipper vi västar (finns på vår klubbsida på Stadium). Möjlighet att prova kläder 4/10 kallelse finns på laget.se.

10. FÖRSÄLJNING, EKONOMI & ENGAGEMANG

Alla behövs – det är en ideell förening. Föräldrar kan bidra med tid, kontakter eller sponsring.

Säsongens ansvarsområde är bemanning av kiosk på Herrlagsmatcher Div.2. Se separat info i WhatsAppgruppen och på laget.se.

Det finns en lagkassa, men all försäljning och insamling till den sköts och roddas av föräldrar.

Det kan vara att dra igång en lagförsäljning eller om man hittar en sponsor eller gemensam aktivitet tex inventering, städa mm. Bra också om vi föräldrar kan bestämma vad vi ska använda lagkassan till isf, så vi har ett gemensamt mål.

Varje år säljer alla i klubben bingolotter och adventskalendrar, i år är det 10 st lotter/spelare samt 2 st adventskalendrar som gäller och inga returer accepteras. Vi får hjälpas åt i laget att sälja vår pott. Hela intjäningen går till klubben.

11. PÅ GÅNG

Träningsmatch: söndag 19/10, kl. 17–19 → Här uppskattas hjälp i sekretariatet.

12. KONTAKT

Michaela Jangmo

070-387 97 11

mickan82@icloud.com

Simon Storm

076-309 01 82

gawanth@hotmail.com

Mötet avslutas, tack för ert engagemang!

Vid protokollet: *Emelie Storm*