



Föräldramöte

Eskilstuna Guif F08

13/9 2022



Programmet idag

1. Presentation av ledare säsongen 22/23
2. Träningar
3. Seriespel, USM och cuper
4. Lagutveckling och individuell utveckling
5. Föräldrappdrag
6. Lagkassan och försäljningar

Träningar

- Måndag: Crossfit Fristaden med Linnéa
- Tisdag: Stiga Sports Arena A2 med Jessica & Tindra (klisterhall).
Samling och kolla damträning 18.30.
- Torsdag: Ekängshallen med Mois (löpning ute med Cici)
- Fredag: Stiga Sports Arena C-hall med Emma & Emelie
(Daniel assisterande tränare)



Det här gäller på träning

- Anmälan senast kl 12 samma dag
- Alla förbereder sig med mat & vila
- Rätt grejer och redo att börja träningen i tid
- Alla hälsar på varandra innan träningen börjar
- Fokus, gör sitt bästa, peppa varandra
- Vi avslutar med 3-2-1-GUIF

Seriespel

Seriepremiär den 9 oktober!

▪ F14 Nivå 1 Västra Mitt

Lag

- 1 Borlänge HK
- 2 Örebro SK Ungdomsklubb F14
- 3 Gökstens BK 08 Gul
- 4 Ludvika HF 2
- 5 Eskilstuna Guif IF F09
- 6 Vintrosa IS F08/09
- 7 Eskilstuna Guif IF F08
- 8 VästeråsIrsta HF F08

▪ F14 NIVÅ 1 SÖDRA MITT

Lag

- 1 Enköpings HF 08
- 2 Åkers IF
- 3 Gökstens BK 09
- 4 IFK Strängnäs
- 5 Gökstens BK 08 Svart
- 6 NKIK 08
- 7 Eskilstuna Guif IF F08
- 8 RP IF Linköping



Gjensidige USM F14

- Steg 1 i oktober i Stockholm
- Steg 2 i december i Sundsvall
- Steg 3 i februari -23
- Steg 4 i mars -23
- Final maj -23

"Alla spelar, men inte alla matcher"



Cuper

- Örebrocupen september 2022
- Cuper 2023? Två lag till Partille anmäls.
- Tjejerna vill åka utomlands 😊

Andra aktiviteter med laget

- Träningsmatcher
- Kolla på Guifs herrar och damer (och andra ungdomslag)
- Ungdomssnack med ungdomsjouren Fria (2 ggr i höst, 2 ggr i vår)
- Kul aktiviteter vi hittar på tillsammans utifrån spelarnas önskemål

Spelarnas egna ord om laget (summering från teambuilding sept -21 och sept - 22)

- **Det bästa med att vara med i vårt lag och som gör att det är roligt?**

2021: Bra kompisar, vi har kul, roligt med matcher och cuper, vi hittar på saker, bra gemenskap,

2022: Bra tränare, vi tar själva ansvar för pepp inför match, vi peppar varann att våga mer.

- **Vad är tråkigt och skapar dålig stämning?**

2021: Opeppande ord, gnäll på domaren, "när vi pratar och ni blir sura", dåliga förlorare.

2022: Inte så mycket grupperingar, mer pepp (inte längre "opeppande ord"), alla pratar med varann (men man måste själv också ta initiativ), behöver kämpa mer när det går dåligt, "vi förstår att ni blir sura när vi pratar".

- **Vad kan vi kräva/önska av varandra på träning och match?**

2021: Att man gör sitt bästa, att sprida energi, att inte klaga när någon missar, att ha med rätt saker, att kämpa vidare även när det går dåligt.

2022: Ännu mer pepp kring matcher, högre tempo och bättre kvalitet på träning, kämpa hela matcherna, skaffa en vinnarlåt, använd Instagramkontot.

Individuell utveckling

Vid teambuildingen 4/9 fick tjejerna individuellt svara på:

1. Vad tycker du att du är bra på?
2. Vad kan du bli bättre på?
3. Vad kan du göra för att utveckla detta?
4. Hur ofta tränar du/kommer du träna varje vecka?
5. Hur reagerar du på träningar som är jobbiga?

Vi kommer sammanställa svaren, diskutera vidare individuellt och på olika sätt jobba med utvecklingen för varje spelare.

Föräldrauppdrag

- Kiosk, bannerbow, städning vid 3 dam/herrmatcher i STIGA Arena under säsongen.
- Fikaförsäljning vid hemmamatcher i STIGA Arena och Ekängshallen.
- Matchvärd vid hemmamatch.

(För uppdragen ovan gör vi schema. Byt själv om du inte kan.)

- Sekretariat (2 pers per match, behöver gå funktionärsutbildning): *Niklas, Ronny, Peter E, Anton, Mia, Espen, Chrille, Fredrik. Någon mer?*
- Föräldragrupp: Lotta, Maria Å (kassör), Anna G. Fler som vill vara med?
- Vi behöver ny bingolotto-ansvarig.

Lagkassan

- Lagkassan: 25 440 kronor
- Kommande aktiviteter för att fylla på kassan:
 - Pantrace sept/okt (spelarna tar huvudansvar)
 - Bingolotter uppesittarkväll december
 - Städningen ICA Maxi-parkeringen (600 kr/gång)
 - Fika vid hemmamatcher
 - Andra idéer? Försäljning?
- Att finansiera: lagaktiviteter, cuper, ev. inköp av mindre högtalare (tjejernas önskemål)