



SPELARMÖTE

FFK P2011

Lag info P2011

- Säsongen 2025
 - Vi är för närvarande 26 spelare.
- Cuper
 - Vi spelar Lassabollen i Ulricehamn nu i helgen.
 - Vi kommer att spela Skadevi Cup vecka 26
 - Ev. spela Kick-on cup i början på Oktober.
- Matchställ
 - kommer varje spelare få kvittera ut och ansvara för. Man lånar matchtröja, shorts och strumpor.
- Attityd och bemötande på och utanför planen
 - Vi är ett lag därför ska vi uppträda som ett sådant, både mot varandra och motståndare.
 - Vi följer FFK´s värdegrund
- Medlems och tränings-/spelaravgifter
 - Dessa ska vara betalda innan man får vara med och spela match.

FFK'S VÄRDEGRUND

**- GENOM AKTIVITET I FALKÖPINGS FK SKAPAR VI DET GODA MÖTET
MELLAN SPELARE, TRÄNARE, LEDARE, FÖRÄLDRAR & PUBLIK!**

- 1) VI BEHANDLAR ANDRA SÅ SOM VI SJÄLVA VILL BLI BEHANDLADE!**
- 2) VI TAR STÄLLNING FÖR RENT SPEL OCH FUSKAR INTE TILL OSS FÖRDELAR!**
- 3) VI TAR STÄLLNING MOT RASISM & MOBBNING!**
- 4) VI ANVÄNDER INTE SVORDOMAR, KÖNSORD ELLER RASISTISKA UTTRYCK – OAVSETT SPRÅK!**
- 5) VI LYSSNAR TILL VAD VÅRA LEDARE, SPELARE OCH TRÄNARE SÄGER OCH VISAR VARANDRA RESPEKT!**
- 6) VI PROTESTERAR INTE MOT DOMSLUT!**
- 7) VI ÄR RÄDDA OM MATERIAL SOM TILLHÖR FÖRENINGEN, VÅR EGEN OCH ANDRAS!**
- 8) VI TACKAR ALLTID MOTSTÅNDAREN, VARANDRA OCH DOMARE EFTER SPELAD MATCH!**
- 9) VI HÅLLER NATURLIGTVIS MATCHER OCH TRÄNINGAR ALKOHOL OCH DROGFRIA!**
- 10) VI STÖTTAR VÅRA EGNA LAG OCH HÅNAR INTE VÅRA MOTSTÅNDARE!**

Träning

- **Vi tränar måndagar 18:30 -20:00 och onsdagar 17:30-19:00.** Vi kommer att gå på Falevi så snart det går men konstgräs är bokad om det dröjer. Något andra träningstider för konstgräs, håll koll på laget.se vilken tid och plats.
- Vi kommer ha helplan båda träningarna.
- **100 % FOKUS** på träning när ledare pratar, visar övning. **110 % FOKUS** i övningarna när de genomförs.
- Fokus på ordentlig uppvärmning och knäkontroll blandat med dynamisk stretch.
- Måndagarna kommer fokus ligga på grunder, färdighetsövningar och torsdagar mer inriktat mot match.
- Vi förutsätter att man är ombytt och klar för träning 5 minuter innan träningsstart. Benskydd och fotbollsskor är obligatoriskt.
- Kallelse går ut inför varje träning, viktigt att man svarar på den.
- Återbud till träning sker **ALLTID** via gästboken på hemsidan om man anmält sig till träning.
- Totalt mobilförbud 5 min innan träning. Man ska vara redo! Mobilförbud i omklrum 10 min innan och efter träning.

Match

- Två lag anmält till seriespel
- Till match kommer vi kalla 13-15 spelare (14 + målvakt). Det är tillåtet att ha med 15 spelare i en matchtrupp. Träningsnärvaro (både fysisk och mental) kommer avgöra i första hand.
- Kallelse går ut till de som ska vara med, viktigt att man svarar så snart som möjligt så vi har möjlighet att kalla andra ifall man inte kan.
- Återbud till match sker ALLTID via gästboken på hemsidan.
- Vi kan behöva stötta -10:na och -12:orna under säsongen. Helt frivilligt.
- Totalt mobilförbud i omklädningsrum innan och efter match.

Matcher och Föräldrauppdrag under 2025

Hemmamatcher

- Vid våra hemmamatcher på Falevi så behövs 1-2 föräldrar till kiosken och se över så att lokalerna är städade. Önskvärt är att man bakar en kaka (t ex kärleksmums, rulltårta osv.) eller bullar till matchen (hembakat säljer alltid bra!)

Bortamatcher

- När vi åker till bortamatcher kommer det finnas spelare som behöver skjuts, viktigt att man meddelar om man behöver skjuts!

Seniormatcher på Odenplan

- Vårt lag ska bemanna kiosk och entré på Odenplan när vårt A-lag spelar hemmamatch. Man har även ansvar för bollkallarna om ingen ledare är på plats. Det behövs 3-4 föräldrar till detta. Tider kring detta kommer.

Idrottsrabatten

2 häften att sälja per spelare, dessa är utdelade, all info kring betalning följde med häftena.

Bohaget och Spökvandringen

Här kommer det komma tider som vårt lag behöver hjälpa till med. 1 eller 2 ggr.



TACK!