



HAMMARÖ HC



**Välkomna på
föräldramöte**

Säsongen 25/26

TEAM15 / U11



-EST 1972-



DAGORDNING:

- Allmän info
- Ledare
- Roller Team 15
- Ekonomi/Försäljning
- Förråd
- Träningar/Matcher
- Cuper
- Skapa Goda förutsättningar
- Laget.se
- Du som förälder
- Värdegrund
- Övriga punkter
- Frågor



Allmän info Team 15

Allmän info/Laget Team 15 –U10

- Team 15 består just nu av 29 spelare och 11 ledare i olika roller kring laget.
- Vi tränar i snitt 2 ispass i veckan
- Matcher/poolspel
- Laget.se
- Lagfoto?

Riktlinjer & Värdegrund → Respekt – allas lika värde

- BROSCHYR "Vi är HAMMARÖ HC"

Samsyn

Hammarö HC är anslutna till samsyn inom Hammarö kommun. I korthet innebär samsyn att man ger barnen möjligheter att vara aktiva i flera idrotter så länge som möjligt och att ingen ska behöva välja idrott.

Ledare/rollfördelning - Team 15

- **Peter Hagengren:** Lagledare/Huvudtränare
- **Christoffer Nyberg:** Lagledare/Huvudtränare
- **Christian Schiller:** Ass tränare
- **Jonas Williamson:** Ass tränare
- **Ola Adamsson:** Ass tränare
- **Lars Eriksson:** Ass. Tränare
- **Alexander Johansson:** Målvaktstränare
- **Oscar Melin:** Materialare
- **Mikael Mellberg:** Materialare
- **Klas Ottosson:** Kassör/Ekonomi
- **Magnus Alteblad:** Sponsoransvar/Försäljning
- **Minna Malmberg:** Cupansvarig
- **Magdalena Ottosson:** Cafeteriaansvarig



Ekonomi/Försäljning



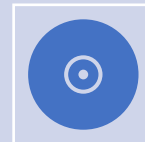
Vi kommer att sälja bingoletter för uppesittarkvällen (ca 40kr per lott går till lagkassan).



Sponsoransvarig: 1 personer – söka sponsorer och ha kontakt med dessa gällande typ av bidrag, pengar, tryck, logga etc. samt nära kontakt med Klas (kassör)



Förslag på försäljningsaktiviteter?



Mål 25/26: Jackor, Backar – Cuper – Buffert

Förråd:



Märk all utrustning

Noggrannhet öppning/stängning

KOD: (Inte dela ut till obehöriga)



Träningar/Matcher



- Träningen startar i omklädningsrummet
- Samling ca 45 min innan Var i god tid – ombytt och klar 10 min innan start
- Träningstider varierar – ha koll på laget.se - kalender
- Kallelser – samlingstid - svarstid
- Samträning?
- FYSTRÄNING/UPPVÄRMNING
- **Fokus:** (Rörelseglädje på is med klubba/puck)
Grunder Teknik skridsko, klubba/puck, Samarbete + kampmoment



Matcher/Poolspel



Ha koll på laget.se - uppdatera er!

Indelning lag

Ansvar vid hemmapoolspel - se
uppdaterad kallelse



Cuper 25/26



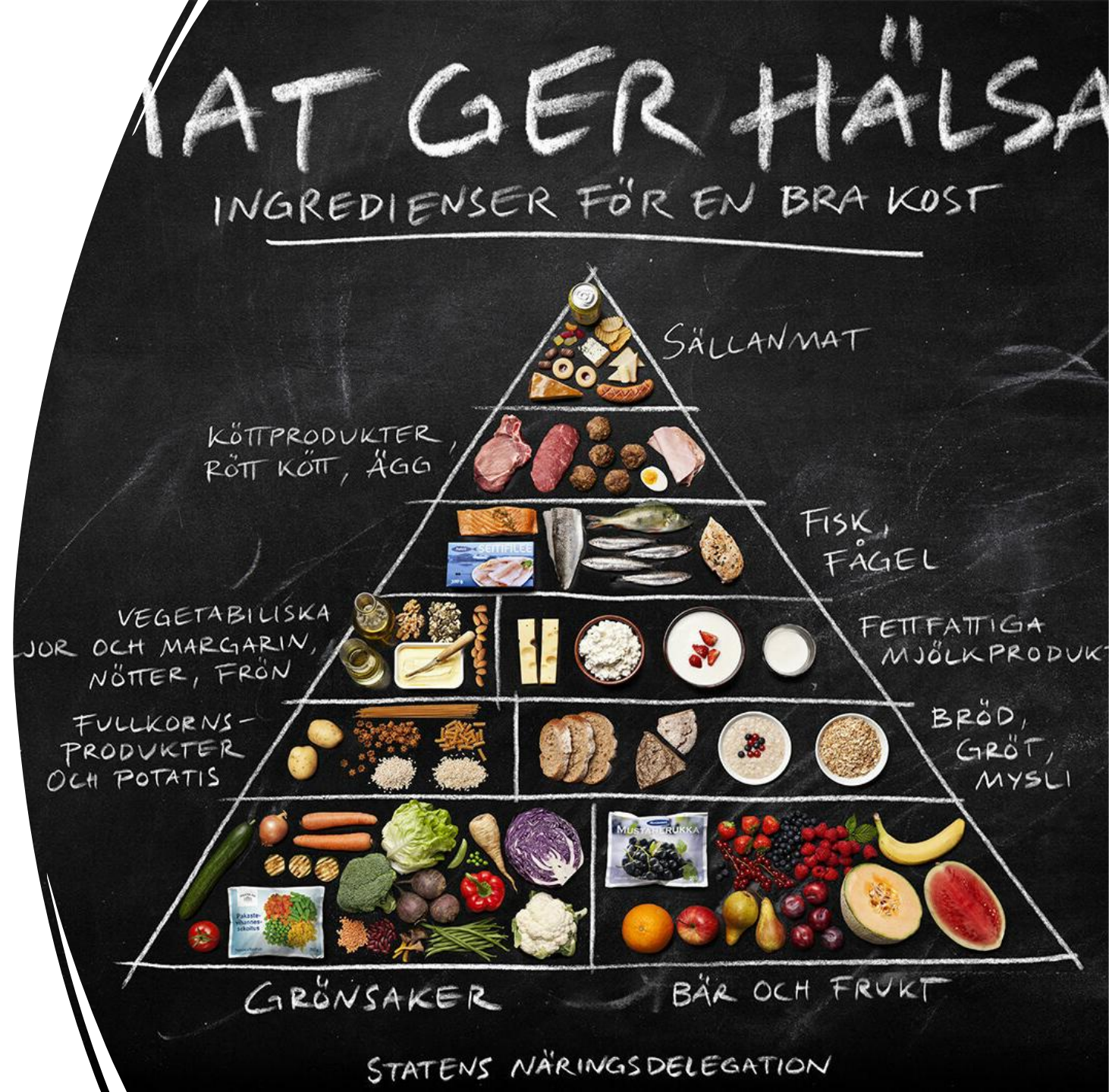
- Nordic youth 3-5 januari
- Hemmacup 1/3
- + 1-2 endagscuper

Indelning lag

Ansvar

Träningar/Matcher

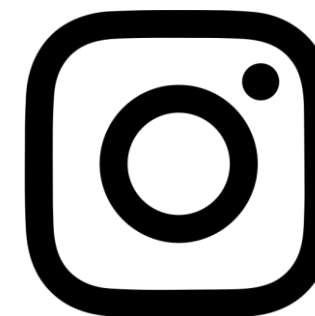
- Kost (snabba/långsamma kolhydrater, protein)
- Mellanmål (frukt, yoghurt. Energi som varar)
- **Energibalans**
- Sömn
- Vara i tid → Stress
- **Goda förutsättningar för att lyckas !**





Laget.se

- Riktlinjer och värdegrund - ungdom
- Kalender
- Info (Nyhet, mail, kalender/aktivitet)
- Kallelser (anmälningstid)
- Kontaktuppgifter
- Foto/video/Sociala medier
- Instagram: **hammarohc_team15**





Förväntningar på dig som förälder?

Svara på kallelser i tid och så tidigt som möjligt

Delta & hjälpa till vid Cuper, Matcher Cafeteria etc.

Vara en bra förebild före, under och efter träning/match

Ha ett bra uppträdande på läktaren vid träning och match

Visa respekt för motståndare och domare

Passa tider

Feedback till oss ledare

Låt spelarna växa genom Ansvar!



Som vårdnadshavare ska du:

- Stötta, uppmuntra och berömma alla spelare
- Uppmuntra ditt barn att fokusera på glädje, utveckling och lärande snarare än resultat
- Uppträda positivt och sportsligt vid träning, match och cuper
- Se till att ditt barn har den utrustning som krävs för träning och match
- Medverka vid minst ett föräldramöte per år där lagets verksamhet diskuteras
- Hjälpa till som funktionär vid matcher, på cuper anordnade av ert lag eller när laget är hjälp-lag under någon cup
- Ta hand om några cafeteriapass och jobbpas i föreningen varje år
- Ansvara för att anmälan till match eller träning blir besvarad
- Ta frågor som rör spelare, lag, träningar, matcher eller liknande med huvudtränare i egna laget Vi ser gärna att alla vårdnadshavare är medlemmar i föreningen.



HAMMARÖ HC



Värmland

Spelarna:

Våra spelregler

Vårdnadshavare:

Förälder till idrottande barn

-EST 1972-



VÅRA SPELREGLER:



Så här vill vi ha det i
omklädningsrummet – våra regler

Värdegrundsarbete – ALLTID
→ specifika tillfällen

Schysst kompis, trygghet, god miljö,
öppet klimat – våga prata!



Förhållningsregler



Vi jobbar mycket med hur vi beter oss i omklädningsrummet mot varandra. Grunden är Trygghet

Alla ska känna sig välkomna i laget & man ska ha en bra känsla innan/under/efter träning & match.

Vi uppträder på ett bra sätt mot våra lagkamrater och motståndare.

Mobiltelefoner

Föräldrar i omklädningsrummet



HAMMARÖ HC



*Frågor &
funderingar
?*

Team 15

Övre raden: Oscar Melin, Andreas Nilsson, Christian Schiller, Peter Hagengren, Christoffer Nyberg, Ola Adamsson, Jonas Williamsson, Mikael Mellberg
Tredje raden: Isac Ohlsson, Loui Melin, Vincent Falcon, Max Ögren, Hugo Altheblad, Herman Williamsson, Oscar Soare, Hjalmar Svensson, Anton Hjalmarsson
Andra raden: Victor Ottosson, Ludvig Haraldsson, Ludwig Wittemyr, Emilio Schiller, Casper Wibäck Würtz, Vincent Eriksson, Olie Mellberg, Oliver Palmeby Adamsson, Arvid Hagengren
Nedre raden: William Johansson, Rafael Marques Lerin, Colin Liljenberg, Sixten Skogsberg, Vilmer Levin Alfredsson, Milo Ridde, Herman Nyberg, Vincent Stenberg, Ellie Rudby, Deor Tysk

2023/2024

TeamSIlots.se

-EST 1972-

*TACK FÖR VISAT
INTRESSE!*

