



Team 16 (U10)

Föräldramöte 7/9

säsongen 2025/2026

1. Inledning



Syftet med föräldramötet

- **Informera om kommande säsong 2025/2026**
- **Möjlighet att ställa frågor samt komma med synpunkter.**
- **Agenda:**

1. Inledning
2. Organisation säsongen 25/26 team -16
3. Mål och Vision
4. Spelidé HHC
5. Säsongspanering: Träning, Matcher/Cuper
6. Material & Kläder
7. Trivsel och ordningsregler i laget
8. Ekonomi
9. Förväntningar/Övrigt/Frågor?

2. Organisation Team -16



Is-tränare

- Martin Löfberg (huvudledare)
- Adam Klingberg
- Christoffer Varbäck (målvaktstränare)
- Fredrik Karlsson
- Mathias Frykholm
- Tobias Hindenäs
- Tommy Thomassen
- Daniel Wiik
- Ludvig Magnusson

Utbildningar: 4st GU, 1st BU1, 1st BU2

<https://www.swehockey.se/traenare/information/utbildningsstegen/>

Barmarks-tränare

- Martin Hult

Materialare

- Martin Hult
- Robin Andersson

Cafeteria-/Cupansvarig

- Sandra Grahn (huvudansvarig)
- Sara Frykholm

Sponsor-/Försäljningsansvarig

- Tobias Hindenäs

Ekonomi-ansvarig

- Tommy Thomassen



3. Vision & Mål

Vision

Så många som möjligt kvar i laget, så länge som möjligt, genom att fostra goda lagkamrater och en glädje till hockeyn.

Mål allmänt:

- Trygghet, positiv känsla inför, under och efter is-pass samt matcher
- Göra varandra bättre, peppa sig själv och andra
- Alla som representerar Team-16, för med sig våra värderingar på som utanför isen och därmed agerar som en förebild för andra.
- Goda vanor (i tid, lugnt i omklädningsrum, ta på sig utrustning själv)
- Ha genuint roligt tillsammans på samt utanför isen, styrkan i laget
- Gilla tävling

Målsättning/fokus gällande färdighetsområden 2025/2026:

- Skridskoteknik ("snabba fötter")
- Matchspel/spelförståelse – ("ta pucken – sätt fart")
- Passning/Mottagning ("timing"/"klubba i isen")
- Klubbteknik ("upp med blick")
- Skott ("distinkt med sikte")

4. Spelidé HHC

- (får ligga på "is" ett par år)



5. Säsongspanering



Träningar



- 1-2st träningspass per vecka på Hammarö (på is och ibland utanför), tyvärr förmodligen, inga fasta tider och ibland kort varsel men normalt min 2v.
- Vi kommer rulla på 3-4 tränare som leder träningarna i huvudsak
- Alla träningar innehåller mycket skridskoteknik som kombineras med viss puckteknik och skott. Övningarna är anpassade för alla, då man kör i sin egen takt.
- Övningarna är uppdelade i huvudsak på 4stationer, med skridsko innan. Skridskoåkning är centralt. Smålagsspel är viktigt och alltid med på slutet.
- Vi försöker att lägga fokus på effektiv åktid (minimera köer), tempo, teknik samt att skjuta och retur.
- Vi har valt att fokusera på kvalitet istället för kvantitet, så bestämt oss för att varva mellan ett fåtal övningar med ökad svårighetsgrad under hela säsongen.

Fördelar med detta:

- Ledarna och spelare känner till och kan lära ut övningarna på ett bättre sätt, snabbt igång.
- Ledarna kan lägga mer tid till att stötta barnen, vilket ger bättre effektivitet i övningarna.
- Ger en trygghet

Matcher/Cuper



Poolspel

Min. 4st i Värmlandshockey förbunds regi. kommer ligga i kalendern.
Vi kommer leta och komplettera med vänskapsmatcher i Värmland

Cuper

Vi planerar att delta i minst 3 cuper (en hemma: februari 2025)

Inbjudningar kommer i god tid



6. Material och kläder

- Match- och träningströjor står laget för
- Lagtröja i år (siktat på svart)

Rekommendation färger förening:

- Vit hjälm
- Röd byxa
- Röda handskar
- Vita eller röda damasker

7. Trivsel och ordningsregler i laget



Förhållningssätt

- Allt börjar med trygghet och tillsammans hjälpas åt att göra varandra bättre. Vi uppträder schysst mot våra lagkamrater och motståndare. Vi tänker på att vi spelar för Hammarö HC och att vi representerar föreningen på och utanför isen (språk och beteende).
- Vi jobbar mycket med hur vi beter oss i omklädningsrummet. Det är nu vi bygger grunden för framtiden och det är viktigt att vi jobbar med den sociala biten, alla ska känna sig välkomna i laget och man ska kännas sig bra när man kommer till, och lämnar ishallen.

Rutiner träning och match

- Samling 45 min innan träning klara 10min innan, samling 1h innan match. Helgträningar kan innehålla 15min fys innan.
- Inget godis, kolsyrad läsk, energidrycker mm i omklädningsrummet, vi undviker detta generellt matchdagar. Frukt, yoghurt och annat får självklart vara med.
- Vi vill att barnen i så stor utsträckning som möjligt tar på sig utrusningen själva. Vi ledare hjälper gärna till med det som behövs om inte kompis bredvid kan hjälpa (knyta skridskor, fixa hjälm mm). Föräldrar hänvisas till stora hallen utanför korridoren pga av trängsel och grus i korridor.
- Vi vill ha det lugnt i omklädningsrummet för att starta träningar/ matcher på ett bra sätt. Inga mobiler och låg ton.
- Skridskoskydd! Det är viktigt att alla alltid har på sig skridskoskydd i omklädningsrummet. Dels för säkerheten då bl.a. målvakter ligger på golvet och även för att skridskorna inte behöver slipas lika mycket.
- Under träning ser vi helst inte föräldrar i båset, men gärna på läktaren

8. Ekonomi



Syfte med försäljning/sponsorer: Minimera kostnader för deltagaravgifter, cupkostnader, lagkläder, teambuilding aktivitet etc.

Säljaktiviteter

- * Bingolotter hösten: mål att nå 400 lotter sålda. Initialt 10 lotter per spelare.
- * 1 aktivitet till med start efter nyår
- * Försäljning mat/dryck vid cup
- * Andra förslag från föräldrar?

Sponsorer - mål

1: Liten logotyp på tröja: utskick kommer inom kort

Ekonomisk ställning idag

- Mål: 20.000kr-30.000kr
- Kassa: 29.275kr

Inbetalningar under säsongen (deltagaravgifter etc) sker via följande:

Kontonummer: 8156-2, 694 351 302-5

Swish: 123 261 54 17 (står Team-16)

Se till att betala avgifter i tid och ange avsändare tydligt, namn - tack!

9. Förväntningar/Övrigt/Frågor?



- Informationskanalen är laget.se Team -16 (U10), istiden (app)
- Föräldrarnas förväntningar på ledarna och verksamheten?:
 - *Tips jobba mycket med namn på spelare och ledare som skapar trygghet*
 - *Förväntningar i linje med hur vi bedriver det nu*
 - *Tips som ledare ge energi på träningarna i spelet/matcherna, ligg nära heja, förstärk att försöka (inte främst resultat)*
- Ledarnas förväntningar på föräldrarna
 - Hammarö HCs riktlinjer (att vara förälder i klubben) [Riktlinjer Hammarö HC pdf.pdf - Google Drive](#)
 - Svara på kallelser i tid och så tidigt som möjligt, senast dagen innan
 - Deltagande vid Cuper, Cafeteria bemanning och arrangemang
 - Bra förebilder före, under och efter träning/match
 - Bra uppträdande på läktaren vid träning och match
 - Visa respekt för motståndare och domare
 - Pengar in i tid
 - Passa tider
 - Feedback till oss ledare – prata gärna med oss, inte om oss
- Fler frågor?
 - *Förråd, lämna grejor när? Svar: Om ett år.*



Spelarnas egna tankar 2024



Omklädningsrum



- Ha det lugnt
- Inga mobiler
- Prata helst med kompisen bredvid och inte över hela rummet

På isen träning



- När vi blåser, inte röra puckar och åka till station



Match is & avbytarbå

- Inga tacklingar, ligga nära motspelare, blad mot puck
- Nära avbytarbåset, sitta på bänken
- Domaren dömer
- Peppa/stötta varandra
- Le under hjälmen
- När det blåser för byte, släpp pucken direkt