

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL

FOTBOLLSSEKTIONEN

ÅR 2025

Sektionens styrelse har under året bestått av: Ludvig Almqvist (ordförande), Magnus Lundström (vice ordförande), Mikael Undhjem (sekreterare), Mats Hörnell (kassör), Johan Rosenberg, Emma Oppgård och Caroline Sebö (materialansvarig).

Fotbollssektionen har fortsatt haft månadsvisa styrelsemöten med uppehåll för semester. Sektionen har representerats i IFK's huvudstyrelse av Ludvig Almqvist, och Magnus Lundström. Sektionen har representerats på SöFF's årsmöte samt på SöFF's Repskap av Magnus Lundström och Mikael Undhjem.

På årsmötet 2021 instiftade fotbollssektionen ett nytt pris för framstående kvinnlig ledare/aktiv. På sektionens årsmöte 2025 tilldelades sektionens pris för en framstående kvinnlig ledare/aktiv Lena Ljungquist.

I januari-mars genomfördes lagvisa möten med representanter från styrelsen för att säkra bästa möjliga förberedelse för kommande säsong, säkra utbildningsnivåer och allmänt besvara frågor. Under april genomfördes "Kickoff alla ledare" som är tänkt att ge en bättre och smidigare start på säsongen samt att introducera nya ledare på ett bättre sätt. Tidigare lagledarmöten och tränarmöten utgick under 2025 (pga svagt intresse från ledarna) och en gemensam ledarträff kombinerat med Kickoff genomfördes under oktober. Mötet var uppskattat och ett nytt möte är planerat i februari 2026. Målet med Ledarträffen är att skapa en större gemenskap inom fotbollssektionen och ökat samarbete mellan fotbollslagen, samt möjlighet till informationsutbyte och gemensam planering inför kommande säsong.

Vi har under säsongen haft ca 650 aktiva och ca 110 ledare fördelade på 23 lag i 20 träningsgrupper inklusive bollskolor för flickor respektive pojkar födda 2019/2020. Trupperna har varit Flickor 09/10, flickor 12, flickor 13/14, flickor 15, flickor 16, flickor 17, flickor 18, herrar veteraner, A-laget herrar, Talanglaget, pojkar 12, pojkar 13, pojkar 14, pojkar 15, pojkar 16, pojkar 17, pojkar 18, Bollek pojkar/flickor 21/22/23. Under året har vi tyvärr tappat lagen; F 09/10 och P12, p.g.a. spelarbrist. Tillkommande lag under året har varit flickor 18, pojkar 18 och bollek 21/22/23. I övrigt hänvisas till respektive lags verksamhetsberättelse.

Det har varit fortsatt fokus på spelarutveckling med bland annat Coerver Coaching på plats.

IFK Mariefred summerar sin första säsong i division 4, där laget satsat på utveckling, professionalism och glädje under ledning av nye huvudtränaren Erik Risberg. Målet är att nå division 3 senast 2027. Träningarna har varit intensiva med hög närvaro, och truppen – ung och ambitiös – har förstärkts med flera nyförvärv.

Laget presterar starkt under våren och hösten, slutar tvåa i serien med 48 poäng och säkrar en kvalplats. I kvalet räcker resultaten tyvärr inte till för uppflyttning. Offensivt levererar flera spelare bra, med Simon Dahlén som bästa målskytt. Laget visar även disciplin med få kort och inga utvisningar.

IFK Mariefreds nya seniorlag, Talanglaget, har genomfört sin första säsong i division 7 med ett starkt intresse från både hemvändare och nya spelare. Laget byggdes för att utveckla unga spelare och ge speltid till A-truppsspelare, och totalt har klubben välkomnat 32 nya spelare till seniorverksamheten. Trots utmaningar med tränarrekratering fick man till en fungerande lösning med Jan Röntynen som matchcoach. Laget följde samma spelidé som A-laget och tränade två gånger i veckan under året. Med en ung trupp och stark defensiv öppnade laget säsongen bra och ledde serien efter våren. Under hösten tappade Talanglaget poäng i viktiga matcher, bland annat mot topprivalen Näshulta, vilket ledde till en andraplats i sluttabellen och missad direktuppflyttning. Sammanlagt gör laget 55 mål, släpper in minst av alla (15) och presterar bäst i Fair Play-tabellen. Offensivt utmärker sig Oliver Kerr med 10 mål och hela 19 olika spelare gör mål under säsongen.

Lägrät Landslaget fotbollsskola 2025 samlade 194 barn och 37 unga ledare, och genomfördes utan incidenter. Förutom fotboll erbjöds varierande aktiviteter som volleyboll och samtal om vänskap tillsammans med Svenska kyrkan. De unga ledarna gjorde ett mycket fint jobb, särskilt med tanke på att många var nya och inte utbildade tränare. Projektgruppen upplevde att kommunikationen med föräldrar fungerade bra och att justeringar under lägrets gång landade väl. Föräldrarnas hjälp på plats var ovärderlig. Dessutom serverade Gripsholmsskolan god och allergianpassad mat under alla fyra dagar, vilket var en förutsättning för ett lyckat event.

Under 2025 ersattes ViLirare fotbollsskola med Stoke City Football Camp. Denna bestod av välutbildade och professionella tränare från ungdomsakademin i den engelska klubben Stoke City FC som kom till Hammarens IP. Campen samlade 43 barn i åldern 12–13 år och var väldigt uppskattad.

Under verksamhetsåret har styrelsen fortsatt sin utveckling av sektionen genom att sitt arbete med att licensiera klubben/sektionen som en Kvalitetsklubb. Detta godkännande beräknas komma under våren 2026. Se mer här:

<https://aktiva.svenskfotboll.se/forening/kvalitetsklubb/>

Avslutningsvis vill vi tacka alla aktiva inom föreningen för ert arbete och ert bidrag till IFK:s fortsatta position som en stark idrottsaktör i Södermanland. Vi riktar även ett tack till samtliga ledare och föräldrar som genom sitt engagemang möjliggör verksamhetens genomförande.

Vi vill också framföra vårt tack till våra sponsorer för ert betydelsefulla stöd.

Med detta ser vi fram emot ett kommande år med fortsatt utveckling av både spelare och verksamhet.

Mariefred 2 februari 2026
Ludvig Almqvist, Ordförande

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL

A-lag Herr, år 2025

Första året i division fyra. Nya lag att möta, nya utmaningar och ännu mer arbete runt laget. För att lyckas prestations- och resultatmässigt, så är vi övertygade om att – utifrån våra förutsättningar – göra spelarnas veckor på och runt planen så bra, enkla och roliga som möjligt. Vi var också överens om att, för att ta nästa steg, så ville vi ha in en ny huvudtränare. Med Erik Risberg fick vi en ung, välutbildad, passionerad och professionell kille. Som dessutom visade sig vara en riktigt fin människa!

Vi har ett långsiktigt mål som är att spela i division tre senast år 2027. Självklart hade vi som mål att vinna serien och realistiskt så såg vi en plats på övre tabellhalvan som mer än godkänt. Vi ville fortsätta jobba med vår spelidé som ett spelande, bollhållande, snabbt och framåtriktat lag – med en starkt defensiv.

Viktiga delar i detta var förstas en rätt spelartrupp som är med på idéerna, rätta ledare, rätt motstånd i träningsmatcherna, ordentlig fysträning, en taktisk utveckling, scouting av motståndare, matchprep inför varje match – men kanske framför allt att det fortfarande skall vara kul med fotboll!

Träningarna började på allvar redan den 6 januari och sedan dess har vi kört tre gånger i veckan, med ett kortare uppehåll dryga två veckor i juli. Träningsnärvaron har varit mycket hög där mer än halva truppen ligger på över 90% träningsnärvaro.

Till slut tränade vi 112 pass, där Nob Biniam tog hem träningspriset för året genom att bara ha missat tre tillfällen.....

Under försäsongen mötte vi noga utvalda och duktiga lag, allt för att sätta vår spelidé och utmanas i nivå. Vi noterade tre vinster, en oavgjord och tre förluster i träningsmatcherna/DM. I DM vann vi gruppen och i slutspelet fick sedan testa oss mot Nyköpings BIS (division 2), där vi till slut åkte ur efter förlängning på hemmaplan – efter en högkvalitativ match.

Inför seriestart, så hade vi en fin trupp på cirka 20 spelare, med hemvändande nyförvärv som Simon Dahlén (kom i slutet av förra säsongen), Viktor Djupmark och Erik Westberg. Tillsammans med Gustav Agardh (Sörmlands bästa målvakt!) som kommer in och ersätter Alfred Swärd som tog ett sabbatsår.

Från IK Viljan kom flera unga hungriga spelare –Kevin Sardari, Adam Mohamed, Aram Laine, Johan Törnlund, Remy Badjie och senare under säsongen Aman Salomon. Otroligt träningsvilliga och duktiga spelare, där alla konkurrerade om plats i startelvan. Inflyttad från Malmköping till Mariefred kom även Isak Lindkvist.

Vi tappar endast en spelare till ett annat lag, två ytterligare spelare får långtidsskador (Wilmer Malmqvist och Anton Eriksson) och Axel Hörnell flyttade efter sommaren till Linköping för studier och lämnar IFK Mariefred efter 16 år.

Truppen håller fortfarande en låg snittålder på 23,5 år, inkl tre rutinerade rävar, där den äldste (Michael Stepniak) är 47 år fyllda...! Om vi tar bort de tre äldsta så har vi en snittålder på 20,9 år. Det visar att det är ett antal år kvar innan våra spelare teoretiskt skall ha sin peak som fotbollsspelare.

Seriepremiären den 21 april borta mot Katrineholms SK vanns övertygande med 3-0 efter hattrick av Simon. Hemmapremiären veckan efter lockade storpublik – officiellt 540 personer med ett stort event runt matchen - men tyvärr förlust mot blivande seriesegrarna Södertälje FF med 1-4.

Vårsäsongen stänger vi i början på juli efter 13 matcher med raden 9-1-3 och en tredjeplats i tabellen. Fem av vinsterna var med uddamålet, en styrka vi har!

Med nio matcher kvar, så tog vi en kort kort ledighet, spelar en träningsmatch och startar upp hösten igen med en klar vinst hemma mot Ärla IF.

Kommunderbyt hemma mot Stallarholmen sågs av 450 personer (vinst 2-1) och borta vinner vi igen med uddamålet (0-1) inför 397 åskådare. Två sköna vinster!

Vi avslutar även i år säsongen riktigt bra med enbart en oavgjord match och resten vunna i september/oktober. Kvalplatsen säkras i näst sista matchen hemma mot BK Sport.

Kvalserien ser tuff, men inte omöjlig ut, med IFK Nyköping som kvalar från trean samt Stockholms-lagen IFK Aspudden-Tellus och Fisksätra IF. Vi kände att vi behöver prestera på högsta nivå i alla tre matcherna för att ha en chans att plocka förstaplatsen och uppflyttning. Vi börjar bra hemma mot IFK Nyköping, men får bara med oss en poäng. Tyvärr tappar vi nästa match borta mot Fisksätra och våra chanser var borta att nå förstaplatsen.

Det kan noteras att vi i serien förlorar bägge matcherna mot seriesegrarna Södertälje FF, ett lag som passar oss dåligt. I övrigt har vi en riktig plump i protokollet när vi förlorade borta mot BK Sport, ett lag som till slut åker ur fyran. Fina segrar borta mot Enhörna och speciellt den svåra bortamatchen mot Högsjö där vi snor med oss tre goa poäng hem.

Vi hamnar tvåa i serien på 48 poäng, sex poäng före trean Högsjö och åtta poäng efter Södertälje FF. Vi slutar på 33 insläppta mål, fler än vår plan, men näst minst i serien. 57 mål framåt, där Södertälje, Högsjö och Eskilstuna FC gör fler.

Vi levererar bra framåt, med Simon som femma i skytteligan med 13 mål. Våra fyra toppforwards är också de som gör flest mål (Valdemar Trobeck och Filip Rydström 9 mål var och Henrik Lärnestad 8 mål). 10 olika målskyttar i serien. Vi har elva spelare som har varit med i 19 eller fler matcher. Viktor och Erik var på plats alla 22 matcherna i serien! Något som bara sex andra spelare i hela serien klarade. 31 gula kort och inga utvisningar(!) ger oss en andra placering i Fair Play-tabellen. En mycket fin förbättring från förra året.

Redan nu så har planeringen inför nästa år börjat. Vi ser fram emot oss att fortsätta utveckla våra killar och marschen uppåt! Nästa års division fyra ser riktigt rolig ut, men tre lag som kommer ned från trean – IK Viljan, Värmbol och IFK Nyköping. Ut från årets fyra åker Hargs IF, Eskilstuna Babylon, BK Sport och Ärla IF. Upp från femman endast två lag – Eskilstuna City och Oxelösunds IK.

Ledarstaben har under året varit:

Huvudtränare – Erik Risberg

Assisterande tränare - Johan Rosenberg och Mats Hörnell

Målvaktstränare (fram till sommaren) – Lars Karlsson

Lagledare – Mathias Emet

Vi riktar ett stort tack till alla runt laget, alla fina åskådare och supporters, till eventfixarna med Anders Steiner i spetsen, till våra fina seniorer som stått i kiosken på hemmamatcherna – och ett stort tack till alla våra sponsorer!

Följ med oss framåt och uppåt!

//Erik, Johan, Mathias och Mats

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL

Talanglaget Herr, år 2025

En första, kul, framgångsrik och utmanande säsong med IFK Mariefreds nya seniorlag – som officiellt heter "Utvecklingslag", men vi valde att kalla det för Talanglaget!

Med ett stort antal hemvändare och även nya spelare som sökte sig till klubben, främst från Åkers och Strängnäs, så såg vi förutsättningar att ge våra yngre spelare möjlighet att få en bra fotbollsutbildning och även ge spelare från A-truppen bra med speltid. I år har vi välkomnat 32 nya spelare till våra bägge seniorlag – känns fint att ha det intresset - vilket visar att gör rätt saker i vår fina klubb!

Som nystartat lag, så börjar vi vandringen uppåt i divisionerna i division sju, där vi hittade tre kommunkollegor, Fogdö, IK Viljan U och Stallarholmen U, även de två sistnämnda nystartade. Viljan drog sig dock tyvärr ur serien efter sommaren. I övrigt i serien så såg vi Näshulta på värvningsstråk med några gamla välmeriterade lirare som en klar konkurrent om seriesegern.

Vi har ett långsiktigt mål är att ta oss upp i divisionerna och har division fem som mål med detta lag. Självklart hade vi som mål att vinna serien i år. Det var utmaningar i våras att hitta en huvudtränare och till slut tog Jan Röntynen ansvaret som matchcoach och tränare, medan Mathias Emet och Mats Hörnell stöttade in och ansvarade för ett antal träningar. En lösning som fungerade bra under året. Vår spelidé kopierar A-lagets, med ett spelande, bollhållande, snabbt och framåtriktat lag – med en starkt defensiv.

Träningarna började på allvar redan den 6 januari (i början tillsammans med A-truppen) och sedan dess har vi kört två gånger i veckan, med ett uppehåll i juli. Till slut tränade vi 66 pass och spelade 23 matcher.

Truppen i slutet på säsongen på cirka 23 spelare håller en låg snittålder på 21,5 år.

Seriepremiären den 27 april borta mot Triangelns IK vanns övertygande med 0-3 efter att hemmalaget använt en oregistrerad spelare. Hemmapremiären veckan efter lockade en del publik – de som var där fick se Michael Stepniak (från A-truppen) snyggt dra in en frispark i krysset för vinst 3-2 i slutminuten mot blivande seriesegrarna Näshulta Golf.

Vårsäsongen stänger vi redan i mitten på juni efter 7 matcher med raden 6-1-0 och en förstaplats i tabellen. En match försvann (IK Viljan) och en flyttades till augusti.

Vi spelade en försäsongshöstcup i Sköllersta i början av augusti mot bra motstånd på regntunga planer, utan större framgång. Men kul dag ändå!

Med bara sju matcher kvar, var varje match viktig för att hålla i förstaplatsen och säkra uppflyttning till division sex. Tyvärr förlorar vi den tidiga seriefinalen borta mot Näshulta med 2-

1 och följer upp med oavgjort hemma mot bottenlaget Verdandi (som kastade in en division 2 målvakt längst bak...). Ytterligare en förlust under hösten leder till en andraplats i tabellen och vi får vänta till nästa år, eller möjligen knipa en friplats uppåt. Detta är dock mindre troligt, då svaga resultat av våra läns lag i division tre leder till dubbla tvångsnedflyttningar i tabellerna.

Vi hamnar tvåa i serien på 32 poäng, nio poäng före trean Hällbybrunn och fem poäng efter Näshulta. Vi slutar på enbart 15 insläppta mål, minst i serien. 55 mål framåt, där bara Näshulta gör fler.

Vi levererar bra framåt, med Oliver Kerr som delad tvåa i skytteligan med 10 mål. Hela 19 olika målskyttar i serien. Bara 14 gula kort och inga utvisningar(!) ger oss en klar förstaplacering i Fair Play-tabellen. Det lönar sig att spela och uppträda schysst!

Ledarstaben har under året varit:

Huvudtränare och matchcoach – Jan Röntynen
Assisterande tränare – Mathias Emet och Mats Hörnell
Lagledare – Mathias Emet

Vi riktar ett stort tack till alla runt laget, alla fina åskådare och supporters – och ett stort tack till alla våra sponsorer!

Följ med oss framåt och uppåt!

//Janne, Mathias och Mats för IFK Mariefred Herr Talanglaget

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F12

2025

Det har varit en intensiv och utvecklande säsong med bra träningsnärvaro, många matcher och tydliga kliv framåt, särskilt under höstsäsongen.

Träningar & utbildning

Totalt genomfördes 67 träningar under året.

Flera spelare deltog också i distriktets spelarutbildningsläger, där 14 spelare var med på våren och 7 spelare på hösten.

Vi hade även en specialträning tillsammans med Coerver Coaching, med fokus på teknik och individuell utveckling, mycket uppskattat av spelarna.

Som en del av utvecklingen utanför planen gick 16 spelare domarutbildning, vilket gav bättre regelkunskap och ökat ansvar.

Utöver detta deltog 4 spelare som unga ledare i yngre lag, där de hjälpte till på träningarna. Det har varit ett uppskattat inslag som bidragit till både föreningskänsla och personlig utveckling.

Seriespel

Laget spelade grön serie både vår och höst.

Vårserie: Våren var tuff, men lärorik. På 8 matcher blev det 2 vinster, totalt 6 poäng, med 18 gjorda mål och 46 insläppta.

Höstserie: Under hösten tog laget ett rejält kliv framåt. På 7 matcher slutade vi på en 3:e plats med 14 poäng, bara 1 poäng från serieettan och tvåan. Resultatraden blev 4 vinster, 2 oavgjorda och 1 förlust, med 30 gjorda mål och 17 insläppta.

Efter att höstserien var färdigspelad slogs ålderskillarna 2012 och 2013 ihop till ett gemensamt lag. Syftet var att skapa bättre träningsmiljö, större spelargrupp och goda förutsättningar för fortsatt utveckling framåt.

Cuper

Vi deltog i två cuper under säsongen:

Eskilstunacupen

Dalecarlia Cup (med övernattnings)

Cuperna gav både bra matcher, nya erfarenheter och stärkte lagkänslan.

Under säsongen har laget haft följande ledarteam:

Daniel Jarestrand – tränare

Martin Öhman – tränare

Micke Undhjem – tränare, lagledare och kassör

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P13

2025

25 spelare deltog under säsongen.

Under vinterns spelade vi Futsal och deltog i en serie, under våren tränade vi 4 gånger i veckan och deltog i två serier. Vi deltog med två lag i Katrineholm Cupen i augusti.

Laget har utvecklats på ett bra sätt vilket visade sig framförallt under vårsäsongen då vi spelade jämnt och bra mot alla motståndare och vann de flesta matcherna.

Under hösten tränade vi två gånger i veckan i deltog i en serie med varierande resultat Höjdpunkten för säsongen var under våren när vi spelade fantastisk fotboll, där alla spelare visade en bra utveckling.

Även glädjande att sammanhållningen och träningsnärvaron var hög.
Som avslutning åkte vi upp till Stockholm och tittade på Hammarby -Elfsborg
Vi förlängde säsongen genom att träna ute under oktober -november

Tränare: Henrik Ryden, Christopher Romo, Tomas Moberg och Karol Luberda

Lagledare: Anna Lennmark och Frida Basilius

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F13/F14

2025

Om truppen

20-25 deltagare. En ordinarie träning har vi varit 12-18 spelare.

Vår säsong

Vi har tränat med start redan i mars till slutet på oktober. Många spelare har varit med på Landslagets fotbollsskola och/eller Stoke Citys träningsläger under sommaren i IFK Mariefreds regi.

Träningar tog plats 2 ggr/vecka under säsongen där vi haft 90 minuter träning på tisdagar och 60 minuter på torsdagar. På tisdagarnas träningar har vi lagt de extra 30 minuterna på att köra fys. Laget har spelat i grön serie vår och höst och motståndet har varit lagom med många jämna matcher.

Under hösten beslutades att F14 och F15 blir ett lag under 2026. I och med det började vi med gemensamma träningar för att se till att spelarna lärde känna varandra. I samma veva började F13 träna med F12.

Vårt spel

Vi har försökt köra träningstema (typ 2-3 veckor i rad) med olika teman som träningarna utformade kring. T.ex. närkamp, målvaktspel, passningsspel och avslut. En lärdom är att vi vill vara mer strukturerade med detta till nästa säsong.

Vi har på träningarna försökt ha övningar med mycket bollkontakt för barnen och träningarna har varit utformade kring 50% övningar enligt tema, och 50% av övningarna har varit 2-måls spel.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Vi har haft ett bra deltagande under säsongen med en närvaro på cirka 60% på träningarna. Det har tillkommit och lämnat några få barn under säsongen men i stort har det varit stabilt. Vi har noterat att tjejer som multisportar, särskilt inom ridning och gymnastik, har svårt med att närvara kontinuerligt när vi har 2 träningar i veckan. För att få kontinuitet i lagbygget ser vi att det vore önskvärt med fler träningstillfällen under 2026 (om tränare finns)

Barnens visade god utveckling i bollbehandling och spelförståelse vilket gjorde att vi kunde öka komplexiteten i övningarna. Deras förmåga att kunna passa och mer och hitta varandra märktes och de visade god förmåga sett till ålder gällande att läsa spelet.

Vi såg en god utveckling under säsongen och flera av spelarna (särskilt F13) började visa en större förståelse kring positionering och helheten. Några spelare utvecklades så att de blev trygga i att spela i nya positioner, men här har vi ett kontinuerligt arbete för nästa säsong.

Våra utmaningar:

En utmaning har varit konkurrerande sporter utanför IFKs regi. Vissa sporter har höga närvarokrav för fortsatt deltagande vilket har gjort att vissa spelare haft mer sporadiskt deltagande.

En annan utmaning är målvaktspellet. Vi har i vissa matcher tvingats övertala spelare att stå i mål en period. Som svar på det körde vi några temaveckor med målvaktspel under hösten. Då det var framgångsrikt är det något vi kommer att fortsätta med under 2026. I mindre utsträckning har vi haft liknande utmaningar med spelare som bara vill spela back/anfallare. Vi har börjat inkorporera mer blandad positionering under träningar och kommer att fortsätta att konsekvent rotera spelare på olika positioner under 2026.

Höjdpunkter under säsongen:

Utveckling av gruppen mot en lagkänsla har varit en höjdpunkt. Det var tydligt under året hur de mer och mer blev en enhet som jobbade mot samma mål.

Övrigt:

I övrigt skulle vi tränare gärna uppskatta mer tillfällen att utveckla band mellan lagen och till andra ledare. Detta för att på så vis bygga en större IFK anda där lagen lär känna varandra lite mera, och för oss tränare också få möjligheter att få lära känna andra ledare vilket kan medföra att vi börjar hjälpa och stötta varandra lite mer naturligt.

Till säsongen 2025 finns det planer och dialog på just ett sådant samarbete mellan P18, P17, P16 & P15. Men för att detta ska kunna bli bra behövs stöd från IFK också.

Tränare: Nils Adie, Sandra Nejström, Jakob Högfeldt, Filip Johansson

Lagledare: N/A

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P14

2025

Om truppen

85 träningstillfällen under året med totalt 39 barn och sex ledare närvarande. Under den ordinarie säsongen hade vi uppåt 30 barn på respektive träning. Närvaron sjönk tydligt under höstsäsongen när ishockeyn startade upp. Några spelare har valt att sluta med fotboll, främst för att ägna sig åt ishockeyn. Flera barn har under säsongen velat börja i laget, men av kapacitetsbrist har vi valt att avvakta till efter säsongen. Ett par spelare anslöt i slutet av året.

Vår säsong

Ordinarie säsong har sträckt sig från mars till andra halvan av oktober. Träningar har förlagts till två, tre pass i veckan (60-90 minuter). Ett utökat samarbete med P13 och P15 har möjliggjort att spelare fått tillgång till fler träningstillfällen. Under övriga delen av året har frivilliga träningar erbjudits en gång i veckan både inomhus och utomhus, när vädret tillåtit. Under våren deltog laget på en lärorik träning med Coerver.

Vårt spel

Tre lag har deltagit i 7-mannaseriospel utifrån olika svårighetsgrad (Grön, Blå, Röd), vilket inneburit två, tre matcher per helg under säsongen. Spelarna har inga fasta lag utan kallades utifrån sin utvecklingsnivå, där ett par spelare per match fick testa en svårare eller lättare nivå. Spelarna kallades enligt en 25-50-25-princip för att få en lämplig utmaning.

Vi deltog i Aroscupen i Västerås med 29 spelare och fem ledare, i tre lag. Många roliga matcher, fint umgänge på boendet, bad och disco gjorde det till säsongens höjdpunkt! Säsongen avslutades med en endagscup i Fisksätra i oktober.

Vårt resultat

Säsongen inleddes med mycket fokus på grundfärdigheter, såsom passning och mottagning. Rent spelmässigt fokuserade vi på beteenden vid uppspel av bollen. Vilka alternativ finns för backen, och hur ska mittfältarna röra sig utan boll? Utvecklingen var påtaglig i matchspelet. Vi införde begrepp som "vårda bollen". Om det är svårt att komma fram på kanten är ofta det rätta att vända hem och rulla ut på andra kanten. Det har gett ett ökat lugn och tålamod till spelet som gett vägvinnande utfall.

Individuellt har vissa spelare tagit stora kliv i utveckling och mognad, vilket gjort att utvecklingsspannet i gruppen ökat, och behöver hanteras.

I matchspel har vi oftast mött lagom tufft motstånd, men allt beroende på vilka spelare som kallas till respektive match. Spelarna har heller inte kallats utifrån deras föredragna position, med undantag för målvakter.

Många spelare har allt mer föredragna positioner, vilket ibland gjort att man som ledare har haft ett "oviktat lag" i vissa matcher. Det kan behöva hanteras kommande säsong.

Våra utmaningar

Truppen är något mindre än i fjol, och vi väntar oss att ett par till med lägre närvaro och motivation slutar inför eller under kommande säsong. Vi väntar oss också att ta in nya spelare, med varierande färdighetsnivå, och det behöver hanteras med ledare som nivåanpassar träningarna.

Vi ser att vi kan ha tre lag i seriespel, men det kommer medföra att de mest motiverade får spela många matcher, något som kräver planering.

En utmaning som inte är ny, men blir större för varje år, är att ishockeyn slukar spelare från augusti och krockar med fotbollsträningarna. Det ger konsekvenser för säsongsrytmen och lärandet för spelarna.

Ambitionen fanns att hinna med spelarsamtal med alla, men alla har tyvärr inte hunnits med, något vi behöver få till bättre under 2026.

Höjdpunkter under säsongen

Aroscupen

Övrigt

Vid föräldramötet i början av säsongen engagerades föräldrarna i att samla in pengar till lagkassan. Inte enbart för att möjliggöra resan till Aroscupen, utan även till Gothia Cup på sikt. Ett stort engagemang med försäljning, nattvandring och parkeringsjobb har stärkt kassan väl för framtiden.

Tränare: Erik Forsblom, David Norman, Ajdin Hadzic, Kalle Palin, Joel Pettersson, Mattias Åberg

Lagledare: Sara Grimlund, Ida Högberg (ekonomi)

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL

F15, 2025

Om truppen

Vi avslutar säsongen med 11 spelare i truppen. På en vanlig träning har vi i regel haft mellan 8–10 spelare på plats.

Vår säsong

Vi har tränat från mitten av april till slutet av september och spelat vår första säsong med seriespel 7 mot 7, vilket har varit mycket utvecklande för laget.

Periodvis har vi haft svårt att få ihop ett fullt lag enbart med våra egna spelare och har därför lånat in tjejer från både F16 och F14 till våra matcher och träningar.

Vi är väldigt tacksamma för det stöd vi fått från dessa lag

Många av våra spelare deltog också i Landslagets fotbollsskola under sommaren, som IFK Mariefred arrangerar.

Under säsongen har vi tränat två gånger i veckan, 60 minuter per pass. Vi har dessutom haft möjlighet att delta på F14/F13:s träningar en gång i veckan.

Vårt spel

Träningarna har framför allt bestått av stationsövningar och smålagsspel. Stationsövningarna har haft olika teman med fokus på grundläggande bollkontroll och teknik, till exempel att driva boll, passning och mottagning, rörelse med och utan boll samt avslut.

Vi har också arbetat mycket med lagkänsla och sammanhållning, bland annat genom samtal om vad det innebär att vara en bra kompis och lagkamrat.

Under hösten har vi haft flera gemensamma träningar med F14 för att förbereda oss inför 2026, då vi kommer att bilda ett gemensamt F14/F15-lag.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat)

Detta var vårt första år på sju Mannaplan, och tjejerna har utvecklats otroligt mycket under säsongen. Vi har gått från en "alla på bollen"-mentalitet till att spelarna förstår och håller sina positioner ett fint passningsspel och, inte minst, uppmuntrar och hjälper varandra. Det är väldigt roligt att följa både utvecklingen och den positiva inställningen i laget.

Vi har sett en tydlig teknisk utveckling hos spelarna, vilket också har avspeglats i matcherna. Självklart har resultaten varierat beroende på motstånd, men överlag har vi fått med oss många positiva upplevelser och bra resultat. Vi ser fram emot att under 2026 fortsätta utveckla vårt spel tillsammans med tjejerna födda 2014.

Våra utmaningar

Inför nästa säsong ser vi en utmaning i att behålla truppstorleken och säkra en högre närvaro på träning. Vi har haft bra deltagande på matcherna, men något sämre på träningarna. Fokus framåt blir att bygga ett starkt lag tillsammans med tjejerna och ledarna i 2014-laget.

Övrigt

Vi går in i 2026 med massor av energi och spelglädje!

Tränare: Melinda Nordgaard, Emil Kinnunen, Sara Claesson

Lagledare: Sara Grimlund

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P15

2025

Om truppen (antal deltagare, nyheter, ändringar):

22 spelare, på träning är vi cirka 18–20 spelare per träning.

Vår säsong (träningar, sommar/vinter, läger, spel, utveckling):

Vi har haft vår första säsong på 7mot7 och det märks verkligen på spelarna att det uppskattar att vi numera spelar lite mer "riktig" fotboll. Det har såklart varit utmanande med att behöva spela fotboll på en större yta och att kollektivet behövs mer än tidigare spel. Vi har tränat två (2) dagar i veckan. 1 timmer på tisdagar och 1,5 timmar på onsdagar. Visa spelare har utvecklats väldigt mycket under året. Det märks tydligare för varje år att de med ett intresse för fotboll fortsätter att utvecklas med de som kanske främst är där för kompisar eller andra anledningar inte utvecklas på samma sätt.

Vårt spel (träningssmatcher, matcher, cuper mm.):

Vi haft ungefär 2 matcher per helg. Vi har deltagit i en lätt serie (Grön) och en medelserie (blå). Vi har därtill spelat någon enstaka träningsmatch mot Nykvarn. Vi har valt två serier för att kunna till godo se så många spelare som möjligt så att de får spela och utmanas på rätt nivå.

Vi var på två cuper, en i Nykvarn och en i Fisksätra. Det är hög närvaro när vi är på cup, men känslan är att de gillar "riktiga" matcher bättre med rätt tidslängd än korta cupmatcher.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

I vår blå serie (medel) där har de som ligger längre fram främst spelat med komplement från de som inte kommit lika långt. Därtill har vi kompletterat upp med spelare från P14 och P16 för att få ihop ett helt lag. För ofta har vi haft ytterligare en match samma helg med grön serie (lätt). I blå serie har vi vunnit en del matcher och delvis spelat fin fotboll. Vi har några fina vinster på P14-lag från andra föreningar. Men vi har också några förluster där vi helt fallit igenom.

I den gröna serien har vi haft större problem. Där tror jag att vi har förlorat alla matcher under året. Vårt problem har varit att vi inte haft tillräckligt många spelare som ligger längre fram för att kunna fylla upp ett "blått lag" (medel) och samtidigt få plats med ett par spelare som ligger långt fram i "grönt lag" (lätt). För ganska många så är medel (blå) för svår och för att alla ska få spela i stället för att visa spelare som ligger längre fram spelar dubbelt så har dessvärre vårt "gröna lag" (lätt) blivit lidande.

Till nästa säsong så ser vi över detta och kommer ha ett ännu bättre samarbete med P14 och P16 så att vi kan låna in spelare och då även kunna fördela spelare så att vi alltid har med oss 2–3 spelare i grön serie (lätt) som ligger långt fram. Det kommer bli mycket bättre 2026.

Våra utmaningar:

En utmaning är såklart matchspelet att vi lyckas matcha så att det blir meningsfulla matcher. Den största utmaningen är att vi har så pass ojämn nivå på våra spelare. Vi har en handfull spelare som ligger långt fram. Därtill ett tiotal som ligger i mitten och sedan en handfull som inte kommit så långt. Att få dessa grupper att utvecklas och motiveras samtidigt är en utmaning.

En annan utmaning är att få ihop "ett lag". Dels när spelare befinner sig på olika nivåer, dels genom att vi spelar matcher i olika nivåer. Det krävs noggrannhet och försiktighet så att alla känner sig delaktiga och viktiga i laget. Där det under 2026 är viktigt att alla får vara med om framgångar i matcher som ett exempel.

Höjdpunkter under säsongen:

När vi tränar på en övning eller sekvens under träning och när övningen sedan sitter – det är superhärligt att se. När spelare utvecklas och själva känner att det klarar av nya saker. Sen de stunder som inbringat mest glädje är när vi spelat bra i matcher och då är det två matcher som sticker ut där vi vunnit mot riktigt bra P14-lag från Södertälje och Katrineholm. Den glädjen som killarna visar upp när slutsignalen är magisk. Då stannar världen!

Övrigt:

Jag vet att dialogen är pågående men jag skulle vilja ha en bättre synk mellan sommar och vinteridrott så att vi inte sätter käppar i hjulen för varandra genom att placera träningar och matcher på andra idrotters tider när man tränar eller spelar matcher utanför "sin" säsong. Det finns många utmaningar med att träna barn och ungdomar och det behövs verkligen inte att vi skapar nya utmaningar mellan idrotter ovanpå det. Vi bedriver ju träning för barn och ungdomars skull och inte för ledarnas skull. Vilket de i vissa fall känns som. Gör det möjligt för barn att utöva flera idrotter under året om de vill. Tack!

Tränare:

Filip Jarl (huvudtränare), Jesper Johansson, Jörg Malchus, Guy Gäddnäs, Oscar Holmgren, Pernilla Strömstedt

Lagledare:

Erika Werner

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F16

2025

Om truppen

F16 har haft en stabil trupp med 26 spelare och hög träningsnärvaro. Vi har även fått välkomna nya spelare till truppen under året samt inlett samarbete med F15 och F17.

Vår säsong

Säsongen inleddes i slutet av mars och vi deltog på Eskilstunacupen med två lag som längtat efter att få snöra på sig skorna. Fotbollsintresset är stort i laget och många spelare deltog på Landslagets fotbollsskola under sommaren som IFK Mariefred arrangerar. Säsongen ute avslutades i oktober med Höstcupen i Järna som spelades på 7-manna, varefter vi flyttade in träningarna på Hammarens IP för de som vill träna under vintern. Under slutet av hösten började vi träna futsal en dag i veckan för de som var intresserade.

Vårt spel

Säsongen 2025 var F16 sista säsong på 5-manna och vi började därför att arbeta med längre passningar, snabbare passningar, hitta bredd i spelet och löpning i övningarna för att orka mer och kunna nyttja de ytor som uppstår. Knäkontroll har introducerats för att säkerställa en hållbar och långsiktighet för tjejerna. Fokus har varit på att korta ner instruktioner och snabbt komma igång för att sedan kunna korrigera och coacha under övningarna och därmed maximera tiden med boll.

Vi fortsatte med övningar 1 mot 1 och 2 mot 2 med fokus på riktningsbyten och att kunna ta sig förbi en motståndare själv samt ihop med en lagkamrat. Vi fokuserar på att bygga lagkänsla och självkänsla för tjejerna med fokus på de positiva aktioner som sker och hur man agerar på en fotbollsplan.

Det finns ett fortsatt stort intresse för att stå i mål och vi har därför börjat lägga in målvaktsträning för de som är intresserade som del av träningar, något vi kommer att fortsätta med för att stärka självförtroendet och kompetensen för de som står i mål.

Träningar sker 2 ggr/vecka under säsongen (60 minuter per pass) och laget har haft 6 sammandrag samt träningsmatcher mot bland annat NewMill FC och IK Viljan. Vi genomförde 35 träningar under året och ett föräldramöte.

Vårt resultat

Vi har haft ett väldigt bra deltagande under säsongen med en total närvaro på cirka 60 procent på träningarna, där 20 av 26 spelare hade över 50 procent närvaro.

Under 2025 har vi sett ett mer sammansvetsat lag växa fram där antal mål minskat något i betydelse och där vi firat andra framgångar som passningsspel, dribblingar. Många tjejer har tagit ett stort kliv i sin fotbollsutveckling och vi ser att olika talanger växer fram, något vi firade med prisutdelning i slutet med kategorier som dribblaren, passaren, skottkanonen, glädjespridaren, störst utveckling etc.

Våra utmaningar:

Vi har under 2025 haft en utmaning med närvaro på helgträningar samt att det krockat med sammandrag och gymnastikträningar, vilket en stor del av truppen deltar på. Till 2026 korrigeras detta med två träningar på vardagar samt mer matchspel på helger.

Höjdpunkter under säsongen:

Den främsta höjdpunkten har varit utvecklingen i fotbollsspelet och den fina stämningen i laget. Samtliga i laget har inhandlat IFK ställ och känslan när 26 tjejer springer på en gemensam uppvärmning, skrattar och tar i ger gåshud. En annan höjdpunkt var att se det motstånd vi bjöd på under Höstcupen i Järna som spelades 7 mot 7, med fina mål, bra passningsspel och en glädje och påhejande stämning hos alla. Den självkänsla det byggde för många i laget kommer vi att ha nytta av inför 2026.

Vi har även börjat med gemensamt ombyte inför och efter matcher / sammandrag och vi ser en positiv omklädningskultur växa fram där vi bygger lagkänsla och gemenskap utanför planen. Det spelas musik, det tas med snacks till alla i laget och vi hjälps åt att knyta skor och sätta upp hår.

Tränare: Johanna Vikström, Johan Oskarsson, Magdalena Weckström, Angelica Jäderlund, Mathias Roxell, Jakob Wiberg

Lagledare: Jakob Hellman

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P16

2025

Om truppen

Cirka 35 deltagare. En normal ordinarie träning är vi 25-31 spelare.

Vår säsong

Vi har tränat med start efter påsklovet till slutet av september. Många spelare har varit med på Landslagets fotbollsskola under sommaren som IFK Mariefred arrangerar.

Träningar sker 2 ggr/vecka under säsongen (60 minuter per pass) och laget har haft 6 sammandrag samt 1 gång spelat träningsmatch mot Stallarholmen, och en gång mot Enhörna. Vi har via ett från ledare inom P16 initierat samarbete mellan P17-P16-P15, även erbjudit möjligheter till extra träningar med yngre och äldre barn, samt hållit några gemensamma träningar med P17 och P15.

Vårt spel

Vi har fortsatt i år fokuserat på att göra temaveckor (typ 2-3 veckor i rad) med olika teman som träningarna då varit utformade kring (teman dribbla/föra och skott/pass).

Vi har på träningarna försökt ha övningar med mycket bollkontakt för barnen och träningarna har varit utformade kring 50% övningar enligt tema, och 50% av övningarna har varit 2-måls spel. Alla övningar och 2-målen har varit färdigställda vid start av träning. Detta för att öka möjligheterna för ett bra flyt under träningarna.

Vi har fortsatt med vårt fokus att öka barnens bollkontakt och förmåga att hantera bollen (och genom detta deras kroppsliga förmåga och koordination överlag) samt lära sig förstå spelet mera, och genom framförallt förståelsen för spelet mer få upp ögonen för varandra och börja passa med i alla fall den närmaste spelkamraten.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Vi har haft ett bra deltagande under säsongen med en närvaro på cirka 80-85% på träningarna. Det har tillkommit och lämnat några få barn under säsongen men i stort har det varit stabilt. Barnens goda utveckling i deras bollbehandling från föregående säsong märktes tydligt och medförde att övningarna återigen kunde avanceras lite mera. Deras förmåga att kunna passa och mer och hitta varandra märktes och de visade god förmåga sett till ålder gällande att läsa spelet. Vi har på hösten testat att öva lite mer på 7vs7 och där har flera av barnen haft svårigheter i positioneringen vilket inte är konstigt, men ställer krav på att fokusera lite extra på detta tidigt under kommande säsong.

Våra utmaningar:

Utmaningarna är fortfarande desamma som vid föregående säsong. Truppen är fortfarande stor vilket är positivt sett till intresse hos flera, men det medför utmaningar i träningarna. Till exempel och framförallt i att se och ge alla barnen feedback i nära anslutning till utförd aktion. Och att ge feedback i nära anslutning är A och O vid ung ålder och unga är barnen i P16 fortfarande.

Det är också stor variation på spelarna gällande förmåga. Det finns många i gruppen som är väldigt intresserade och spelar fotboll hela tiden utanför träningarna, och några mest går på träningarna för en gemenskap, liksom flera är i mitten av dessa två grupper. Denna kombination utmanar mycket i form av att erbjuda utmaningar för utveckling för alla på alla träningarna och i samband med sammandragen. Inte en ovanlig utmaning men likväl en av de större och mer återkommande. För att möta denna utmaning görs väldigt medveten gruppindelning vid varje träningar och match för att se till så att både kompetens och samhörigt stimuleras. Att stationerna är färdigställd inför träningarna startar är också en utmaning då det kräver att någon/några är där i god tid innan. Något som inte alltid är så lätt sett till den egna tiden och logistiken utanför engagemanget i IFK. Men vi bedömer det som viktigt för att få till bra träningar.

Gruppens storlek i relation till tränare utmanar också då det kräver flera tränare för att få till ett bra flyt på träningarna så att så många barn som möjligt kan uppmärksammas och få stöd och hjälp att utvecklas vidare. Flera och inte alla av tränare är också tränare/hjälper inom andra lag/sporter vilket gör det svårt att få till livspusslet för dem själva.

I år har ledarfrågan varit större då flera har haft det svårt att vara med kontinuerligt vilket har belastat det få som oftast kunnat. Det fanns inom ledargruppen en diskussion inför säsongen om att öka antalet träningar till 3 i veckan för att lite bättre följa med omvärldens tempo. Men det genomfördes inte med hänsyn till det tilltänkta samarbetet, samt det faktum att de inom ledargruppen är få som kontinuerligt kan vara med på träningarna. Det blir alldeles för mycket att 1-2 personer gör allt.

Inför säsongen så drog huvudtränare för P16 ihop ett samarbete över åldersgrupperna mellan P17-P16-P15. Detta lyftes som en ambition från föregående års verksamhetsberättelse. Barn fick då träna med såväl yngre som äldre (utan hänsyn till kompetens), och det hölls även gemensamma träningar med 2 åldersgrupper i taget. Då lagen inom fotbollen är så stora så krävdes det en hel del administration och kommunikation till att se till så alla barn fick möjligheten att under ett par gånger testa med yngre respektive äldre (och då utan att det hela tiden skulle vara samma barn). Denna tid var orimligt stor och dessutom var det oftast samma tränare som hade möjligheten att följa med på extra träningarna med barnen vilket gjorde att tränaren belastades ytterligare. Barnen visade också mindre intresse för att träna med yngre, men större med att träna med äldre.

I år startade hockeysäsongen i augusti-september med 2 respektive 3 träningar i veckan för P16. Detta medförde ibland att barn valde hockey framför fotboll (även om IFK hållning ska vara att detta ska undvikas) samt att de ibland var för trötta att spela båda sporterna (3 gånger hockey och 2 gånger fotboll + match). Detta medförde att säsongen upplevdes ryckigare och svårare att få något flyt på. Något som är svårt ändå då säsongen innehåller skolavslutning, midsommarvecka, längre semesterperiod och skolstart.

Höjdpunkter under säsongen:

Har varit den gemenskap som funnit i gruppen som helhet över hela säsongen. Barnen tycker om varandra och gillar att umgås ihop på träningarna. Det finns mycket vänskap mellan barnen. Träningsmatchen mot Stallarholmen blev en större hit då flera barnen uppskattade att börja spela 7vs7. Även de gemensamma träningarna med P15 där mycket fokus låg på mycket spel 7vs7 var också en höjdpunkt. Liksom den återkommande avslutningen på hösten i form av match mot föräldrar.

Övrigt:

Upplägget inom IFK med direktiv kring säsongsinledningen april-september för sommaridrotten och oktober-mars för vinteridrotter bör snarast ses över och modifieras. Detta då den inte efterlevs av andra sporter, samt ger fotbollen väldigt dåliga förutsättningar för att bedriva en god verksamhet för sig själv.

Till säsongen 2025 efterfrågades det stöd för samarbeten mellan lagen från IFK, med det gavs inte vilket är beklagligt. Det har även löpande i olika forum efterfrågats stöd i rekrytering av nya ledare, liksom en mer aktivt och synligt visad tacksamhet till ledare från IFK, vilket inte heller har syns till i någon större utsträckning. Att ge utbildningar är bra och nödvändigt, men är i sig inte ett jättestort tecken på tacksamhet. Här efterfrågats det en större lyhördhet och förståelse från ledare och deras perspektiv.

Gällande samarbetena mellan lagen så kommer dessa fortsätta och utvecklas vidare till kommande säsong. Det är inte möjligt rent administrativt att se till så att alla barn får lika mycket möjligheter att delta på andras träningar. Och det är inte heller alla som vill, så detta kommer ses över. Gemensamma träningar mellan åldersgrupper kommer nog fortsätta vid några tillfällen för att främja större gemenskap mellan lagen och barnen, samt mellan ledare. Via ett av återigen ledare inom P16 initierat samarbete och sammankomster för ledare inom fotbollen, så kommer det att via detta fokuseras på bland annat och framförallt, hur vi kan hjälpa varandra och hur vi tillsammans kan försöka öka möjligheterna till ökad spontanidrottande med hänsyn till fotbollen.

Tränare: Gustav Du Rietz, Andreas Norberg, Juho Friberg, Kristofer Klingensjö, Ove Karlsson, Marcus Rickardsson, Magnus Jangerud, Sebastian Siffren

Lagledare: Sara Grimlund

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL F17

2025

Om truppen (antal deltagare, nyheter, ändringar): **23 aktiva deltagare, några har försvunnit under året och några nya har tillkommit**

Vår säsong (träningar, sommar/vinter, läger, spel, utveckling):

Träningar har genomförts 1 gång per vecka, med extra träningar vissa lördagar.

Vårt spel (träningsmatcher, matcher, cuper mm.):

F17 har deltagit på 5 stycken sammandrag under säsongen

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Det har varit runt 15-20 aktiva på vardagsträningarna, något färre på helger, då runt 10 deltagare.

Tjejerna har övat på grunderna, det har varit en positiv utveckling på spelförståelse.

Våra utmaningar:

Att få fler tjejer att tycka om att tävla, det är ett mycket större deltagande på träning än på matcher.

Höjdpunkter under säsongen:

Övrigt:

Tränare:

Sara Wingren

Johan Wingren

Celina Persson

Daniel Svärd

Douglas Smedberg

Jano Schamoon

Sebastian Du Reitz

Fredrik Gyllensvärd

Peter Segerlund

Lagledare:

Mattias Mouritsen

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P17

2025

Om truppen (antal deltagare, nyheter, ändringar):

2025 var andra året som P17 hade ett eget lag. En stor trupp med drygt 50 anmälda spelare i laget.se. Under året har några hoppat av och några tillkommit så det har varit en ganska stabil trupp.

Vår säsong (träningar, sommar/vinter, läger, spel, utveckling):

Huvudfokus har legat på träningar det första året. Vi har använt oss mestadels av stationer som vi roterat på (likt bollskolan) och försökt att hålla under 10 spelare per grupp och ca 10 minuter per station. Detta för att få ett bra flyt med igenkänning från bollskolan både för oss tränare och spelarna. Under året har vi testat och utvärderat nya övningar. Fokus i stationerna har varit att ha roligt, mycket bollkontakt och så lite kö som möjligt. Senare i säsongen har vi introducerat lite mer "avancerade" övningar med anfall/ försvarsspel vilket fungerat bra.

Vårt spel (träningssmatcher, matcher, cuper mm.):

Vi har genomfört två sammandrag på hemmaplan samt spelat 3-4 sammandrag på andra orter och 2 träningsmatcher under året, samt stöttat P16 vid enstaka tillfällen i sammandrag. Alla spelare har fått chans till lika mycket speltid. Vi har försökt hålla 9-10 spelare/ lag och bytt hela laget vilket fungerat bra. 2-3 matcher per dag var lagom denna säsong. När vi har haft 3 matcher på en dag så har spelarna kroknat sista matchen. Bra energi och viss antydning till positionsspel i våra sista matcher på säsongen.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Ett gott resultat genom hela säsongen med bra deltagande, bra utveckling både i sammanhållning som lag, inkludering av nya lagmedlemmar och spelutveckling.

Våra utmaningar:

Stor trupp att hålla reda på, svårt med förberedelse då anmälan till laget endast är en fingervisning om vilka som kommer och ungefär hur många.

Höjdpunkter under säsongen:

Att många har varit modiga och spelat match, varit målvakt. Tagit hand om varandra när någon gjort sig illa. Vissa som växte extremt mycket i energi när matchstället kom på.

Övrigt:

Uppstartsmöte snart inför 2026, vi tränare är enade om att kunna ställa högre krav på spelarna inför säsongen att lyssna och vara mentalt närvarande.

Tränare: Jonas Fläckerud, Jesper Johansson, Sebastian Siffren, Kalle Pallin, Patrick Fröberg, Petter Damberg, Jakob Holmen

Lagledare: Tommy Ljungqvist, Sven Leander.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL

F18, 2025

Om truppen

Under säsongen har vi haft 20 spelare registrerade i laget. På våra vanliga träningar brukar närvaron ligga på cirka 12–18 spelare.

Vår säsong

Vi har bedrivit verksamhet från början av maj till slutet av september, med fokus på träning snarare än tävling. Den här säsongen har vi inte deltagit i några sammandrag eller matcher, utan prioriterat att bygga upp spelarnas trygghet, grundfärdigheter och glädje i fotbollen. Några av spelarna deltog också i Landslagets fotbollsskola under sommaren, arrangerad av IFK Mariefred, vilket gav extra möjligheter till träning och gemenskap. Vi har tränat en gång i veckan under säsongen, med pass om 60 minuter.

Vårt spel

Upplägget på träningarna har varit variationsrikt med stationer och smålagsspel som bas. På stationerna har vi arbetat med grundläggande bollvana och teknik, till exempel att föra bollen, passa och ta emot, röra sig i olika riktningar samt att våga testa nya saker med bollen. Lekmoment har haft en central roll för att hålla träningen lustfylld och anpassad till spelarnas ålder. Parallellt med det fotbollsmässiga har vi lagt tid på att skapa trygghet och gemenskap i gruppen. Vi har pratat mycket om hur man är en schysst kompis, stöttar varandra och fungerar som ett lag.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat)

Laget präglas fortfarande av en spontan och lekfull stil men vi märker tydligt att förståelsen för spelet börjar växa. Spelarna börjar se möjligheter att passa istället för att bara driva bollen själva och visar en fin vilja att uppmuntra och hjälpa sina lagkamrater. Även om vi inte spelat matcher ännu, ser vi en positiv utveckling i både bollkontroll och samarbete. Inför nästa säsong har vi tagit klivet att anmäla två lag till 5 mot 5-sammandrag, där vi hoppas kunna omsätta allt vi tränat på i matchsituation.

Våra utmaningar En viktig fråga inför kommande säsong är ledarsidan. För att klara både träningar och matchspel med god kvalitet behöver vi bli fler vuxna runt laget. Målsättningen är att förstärka med 1–2 nya tränare som kan bidra i verksamheten.

Övrigt Vi tar med oss en positiv känsla in i 2026 – spelarna visar stor lust att träna, leka och lära sig mer fotboll, och vi ser fram emot att följa deras fortsatta utveckling

Tränare: Sara Claesson, Jennie Rickardsson, Jenny Malmkvist, Emilie Ehn Wallmarö

Lagledare: Sara Claesson

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL P18

2025

Om truppen

38-43 deltagare. En normal ordinarie träning är vi 28-35 spelare.

Vår säsong

Vi har tränat med start efter påsklovet till slutet av september. Många spelare har varit med på Landslagets fotbollsskola under sommaren som IFK Mariefred arrangerar.

Träningar sker 2 ggr/vecka under säsongen (60 minuter per pass) och laget har haft 6 sammandrag samt 1 gång spelat träningsmatch mot Gnesta.

Vårt spel

Vi har fokuserat på att göra temaveckor (typ 2-3 veckor i rad) med olika teman som träningarna då varit utformade kring (teman dribbla/föra och skott/pass).

Vi har på träningarna försökt ha övningar med mycket bollkontakt för barnen och träningarna har varit utformade kring 50% övningar enligt tema, och 50% av övningarna har varit 2-måls spel. Alla övningar och 2-målen har varit färdigställda vid start av träning. Detta för att öka möjligheterna för ett bra flyt under träningarna.

Vårt resultat (utveckling, deltagande, spelresultat):

Vi har haft ett väldigt bra deltagande under säsongen med en närvaro på cirka 85% på träningarna.

Barnens goda utveckling i deras bollbehandling från fotbollsskolan föregående säsong märktes tydligt över säsongen och det medförde att övningarna kunde avanceras lite mera. Deras förmåga att kunna passa och hitta varandra märktes lite här och där vilket gör att flera kommer vara redo när vi nästa säsong spelare 5vs5.

Våra utmaningar:

Utmaningarna är desamma som flera andra yngre lag inom fotbollen har. Truppen är stor vilket är positivt sett till att många barn är intresserade, men det medför utmaningar i träningarna.

Till exempel och framförallt i att se och ge alla barnen feedback i när anslutning till utförd aktion. Och att ge feedback i nära anslutning är A och O vid så ung ålder.

Det är också stor variation på spelarna gällande förmåga. Det finns många i gruppen som är väldigt intresserade och spelar fotboll hela tiden utanför träningarna, och några mest går på träningarna för en gemenskap, liksom flera är i mitten av dessa två grupper. Denna kombination utmanar mycket i form av att erbjuda utmaningar för utveckling för alla på alla träningarna och i samband med sammandragen. Inte en ovanlig utmaning men likväl en av de större och mer återkommande. För att möta denna utmaning görs väldigt medveten gruppindelning vid varje träningar och match för att se till så att både kompetens och samhörigt stimuleras.

Gruppens storlek i relation till tränare utmanar också då det kräver flera tränare för att få till ett bra flyt på träningarna så att så många barn som möjligt kan uppmärksammas och få stöd och hjälp att utvecklas vidare. Här har vi under säsongen varit många ledare på varje träning vilket har hjälpt mycket. Däremot är det i P18 liksom flera andra lag ett faktum att flera av tränarna också tränare/hjälp inom andra lag/sporter vilket gör det svårt att få till livspusslet för dem själva.

Att stationerna är färdigställd inför träningarna startar är också en utmaning då det kräver att någon/några är där i god tid innan. Något som inte alltid är så lätt sett till den egna tiden och logistiken utanför engagemanget i IFK. Men vi bedömer det som viktigt för att få till bra träningar.

I år avslutande Tre kronors hockeyskola (TKH) sin säsong en bit in i april vilket medförde att säsongstarten för P18 fotboll sköts fram. Det i sig medförde inte någon jättestor påverkan, men den följer ett välkänt mönster inom IFK där vinteridrotter kliver in i sommaridrotters period vilket har syns tydligt nu för de yngre lagen inom IFK. Det medför försämrade förutsättningar för fotbollens säsong som i sig är tillräckligt ryckig ändå då säsongen innehåller skolavslutning, midsommarvecka, längre semesterperiod och skolstart.

Höjdpunkter under säsongen:

Har varit den gemenskap som funnit i gruppen som helhet över hela säsongen. Barnen tycket om varandra och gillar att umgås ihop på träningarna. Det finns mycket vänskap mellan barnen. Vidare höjdpunkter under säsongen har annars varit de olika sammandragen som har blivit större händelser för barnen. Träningsmatcherna mot Gnesta blev också en stor hit då den kunde genomföras på relativ liten tid i relation till de vanliga sammandragen som brukar ta en halv eller hel dag i anspråk. Något som verkade uppskattat av föräldrar. Avslutningen på hösten i form av match mot föräldrar var också det en höjdpunkt.

Övrigt:

Upplägget inom IFK med direktiv kring säsongsinledningen april-september för sommaridrotten och oktober-mars för vinteridrotter bör snarast ses över och modifieras. Detta då den inte efterlevs av andra sporter, samt ger fotbollen väldigt dåliga förutsättningar för att bedriva en god verksamhet för sig själv.

I övrigt skulle vi tränare gärna uppskatta mer tillfällen att utveckla band mellan lagen och till andra ledare. Detta för att på så vis bygga en större IFK anda där lagen lär känna varandra lite mera, och för oss tränare också få möjligheter att få lära känna andra ledare vilket kan medföra att vi börjar hjälpa och stötta varandra lite mer naturligt.

Till säsongen 2025 startades det ett samarbete mellan lagen P17-P16-P15 och där P14 tillkom till det under säsongen. Nu inför säsongen 2026 är tanken att P18 ska ingå också. Men här skulle vi gärna se en fotbollssektion som strävar mot att försöka stödja detta. Det har även löpande i olika forum efterfrågats stöd i rekrytering av nya ledare, liksom en mer aktivt och synligt visad tacksamhet till ledare från IFK, vilket inte heller har syns till i någon större utsträckning. Att ge utbildningar är bra och nödvändigt, men är i sig inte ett jättestort tecken på tacksamhet. Här efterfrågats det en större lyhördhet och förståelse från ledare och deras perspektiv.

Tränare: Jacob Högfeldt, Amer Kadic, Marcus Eriksson, Alexander Byström, Sophia Alhammar, Alexander Rosén, Filip Jarl, Oscar Lycke Hedwall, Juho Friberg, Kristofer Klingensjö, Magnus Jangerud

Lagledare: Pernilla Strömberg & Erika Werner

VERKSAMHETSBERÄTTELSE IFK MARIEFRED FOTBOLL BOLLSKOLAN FLICKOR 2025

Under 2025 bedrevs bollskola för flickor i IFK Mariefreds regi. Barnen var födda 2019-2020. Bollskolan var på lördagar kl 10 på konstgräsplan och säsongen sträckte sig mellan maj-september med uppehåll i juli.

Träningarna var ofta välbesökta med ett varierande antal barn och med ett ungefärligt maximalt antal på cirka 40 barn. 12 ledare turades om med uppgiften, och upplägget på träningarna följde ett mönster med uppvärmning, olika stationer och avslutande aktivitet. Ungdomsledare var förtjänstfullt med hela säsongen och stöttade upp med olika lekar på träningarna.

Bollskolan flickor hade en bra säsong där fokus låg på att börja lära känna sporten, varandra, att kämpa – och framförallt: att ha kul tillsammans på fotbollsplan. Vi ser fram emot kommande säsong med bollskolan flickor.

Vid pennan / Madelene Nylander

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED FOTBOLL

BOLLSKOLAN POJKAR

2025

Intresset för att spela fotboll var fortsatt mycket stort bland pojkarna. Årets bollskola för pojkarna födda 2019 och 2020 hade som mest cirka 100 deltagare inskrivna på laget.se. Träningarna genomfördes en gång per vecka och leddes av 8-10 ledare.

Ledargruppen bestod av 14 tränare kopplade till båda åldersgrupperna, och deras närvaro på träningarna var generellt god. Detta bidrog till att verksamheten fungerade väl och att träningarna flöt på smidigt, trots att deltagarantalet vid vissa tillfällen uppgick till omkring 70 barn.

Träningsupplägget följde samma struktur som tidigare säsonger och bestod av sex olika stationer. Vid tre av dessa fick barnen öva på grundläggande fotbollsmoment, medan de resterande tre stationerna ägnades åt smålagsspel. Smålagsspelet var placerade mellan övningsstationerna, vilket innebar att varannan station fokuserade på teknikträning och varannan på spel. Detta skapade en naturlig variation och ett balanserat träningspass. Smålagsspelet utformades för att ge så mycket aktiv speltid som möjligt och var mycket uppskattat av deltagarna. De bidrog även till att introducera barnen till hur själva spelet fungerar. Vid de tekniska stationerna fick spelarna möjlighet att varva ner något samtidigt som de tränade grundläggande färdigheter. Där var målsättningen att varje pojke skulle ha en egen boll för att maximera bollkontakten och utvecklingen.

Årets höjdpunkt var säsong avslutningen på hösten, då barnen spelade matcher mot sina föräldrar på flera mindre planer. Evenemanget hade god uppslutning och var mycket uppskattat.

Inför nästa säsong kommer pojkarna födda 2019 att bilda ett eget lag, vilket innebär att några av bollskolans ledare följer med dem vidare. Därmed uppstår behov av att rekrytera nya ledare till bollskolan.

Huvudansvarig tränare under året var Niclas Edling, och ansvarig för administrationen på laget.se var Sandra Larssén.

VERKSAMHETSBERÄTTELSE

IFK MARIEFRED BOLLEK

2025

Bollek startade i september 2025 och riktar sig till föreningens yngsta flickor och pojkar. Initiativet är en lekfull aktivitet där barnen får prova på glädjen i att rulla, kasta och sparka olika sorters bollar. Fokus ligger på rörelseglädje, gemenskap och att på ett lustfyllt sätt upptäcka hur roligt det kan vara att leka med bollar tillsammans. Genom Bollek vill IFK Mariefred skapa positiva och trygga upplevelser av rörelse som barnen kan ta med sig vidare, oavsett vilken idrott eller aktivitet de väljer i framtiden.

Under 2025 vände sig Bollek till barn födda 2021, 2022 och 2023. Intresset för deltagande var stort och efter annonsering av initiativet inkom över 50 intresseanmälningar. För att möta efterfrågan startades två grupper, Bollek Blå och Bollek Röd, och totalt fick drygt 40 barn plats. Grupperna leddes av föräldrar till deltagande barn, som under hösten fokuserade på att utveckla konceptet och hitta rutiner för samarbete, administration och logistik. Ett särskilt fokusområde var att hitta ett upplägg som är tryggt, roligt och utvecklande både för de yngsta och de äldsta.

I samband med avslutningen i december skickades en enkät ut där anonym feedback efterfrågades från de deltagande barnens föräldrar. Det gav värdefull återkoppling såsom önskemål om ytterligare variation i lekarna och att väva in ännu mer boll i momenten. Den främsta återkopplingen bestod i uppskattning för initiativet och särskilt dess fokus på lek, glädje och trygg gemenskap. Två exempel på respons från föräldrar:

“Väldigt bra upplägg med stationer, både när vi delat upp i grupper och kört per station och när alla går igenom station för station löpande. Toppen att ni varierar vilka stationer som är från gång till gång. Hinderbana med boll är kul! Lekarna är superuppskattade av mina barn. Både Draken, rädda djuren och under hökens vingar. Gillar även avslutningen med ramsa som skapar laganda och gemenskap.”

“Det är så bra stämning och våra barn pratar alltid glatt om bolleken och er ledare. Vi märker att de känner sig trygga och sedda av er. Uppmuntrar till rörelseglädje och kreativitet. Bjuder på er själva. Stort tack och hoppas på fortsättning!”

Mot slutet av året fick Bollek det glädjande beskedet att initiativet tilldelats en julgåva på 5 000 kronor inom projektet ”Varmt om hjärtat” från Sparbanksstiftelsen Rekarne. Detta stöd gör det möjligt att investera i material och utrustning för att ytterligare utveckla initiativet och göra upplevelsen ännu roligare för de deltagande barnen.

Inför våren 2026 står fortsatt många barn i kö och föreningen ser över möjligheterna att starta upp en tredje Bollek-grupp, vilket bland annat är avhängigt att ytterligare ledare engagerar sig.

