



Lagkväll P09/10/11

Ingelstad/Nöbbele P09/10/11

Nya spelare, Välkomna!

- Vi hälsar nya spelare från Vederslöv/Dänningelanda välkomna in i laget!
- Allas uppgift att våra nya spelare känner sig välkomna
- Tänk på att blanda spelare under träningar och andra aktiviteter, det bygger vårt lag starkare!



Praktiska grejer och ordningsregler för träning och matcher

Praktiska grejer



- Svara på kallelser själva, skriv anledning om ni svara "Deltar ej". Funkar laget.se för alla?
- Omklädning, vi ser gärna att man kommer innan så man får en stund i omklädningsrummet, viktigt för lagsammanhållningen
- Håll koll på kalender på laget.se
- Fråga ledare om något är oklart! Direkt eller i supertext
- Född 2010? Lämna in spelarregistrering!

Ordningsregler



- Boll med ut = Boll med in
- Alltid samling 1h innan match, 20 minuter omklädning, 10 minuter genomgång, Lagkapten styr uppvärmningen
- Supertext spelartråd, svara när ni inte kommer på träningar
- Meddela i god tid. Varför är det viktigt?
- Fokus i varje övning
- Var i tid till träning (Omklädd och redo när träningstiden börjar)

Träningar och seriespel

- 2 April Träningsmatch Hovmantorp. Förhoppningsvis fler framöver
- Träningar försäsong Grus/Solvalla nu söndag + onsdag
- Ordinarie träningar när vi kan gå på gräset på Ingelvi Måndag + Torsdag

Seriespel

- Matchtider sätts just nu
- Hög träningsnärvaro kommer ge mer match- och speltid

09:orna i år

- Alla (6) kommer inte kunna spela i samma match. Dispens för 4 spelare per match.
- Kommer kunna få vara med i U/A-lag Ingelstad alt. Nöbbele
- Målvaktsträningar med U/A-lag



TUFC
(P10)



Sävsjö FF



Åseda IF
P2010



Lenhovda IF
P10



Sandsbro Allmänna IK
2 (P10)



Växjö BK
2 (P10)



Ingelstads IK
Ingelstad/Nöbbele
(P09/10/11)



Älmhults IF
3



Vetlanda FF
2 (P10)

Övriga aktiviteter

- Lagkvällar
- Matchvärdskap, bollkallar
- Lagaktivitet sommar
 - Cup alt. Eget upplägg



Vad vill vi med säsongen 2025?

- Spelsystem
- Fungera som lag



Gruppövningar

Uppvärmning



- Vilka övningar vill vi ha med i uppvärmningen
- Upplägg innan match, tid

Vad vill vi uppnå under säsongen



- Diskutera vad som är viktigast för er den kommande säsongen
- Skriv ned 5 punkter som ni tycker är viktigast
- Förslag på sådant ni kan diskutera:
 - Vad är viktigt för att träningarna skall bli bra
 - Hur vill vi spela
 - Vad är viktigt för att stärka laget