Inför säsong 2018/2019

# Föräldramöte 11 september -18

Träning:

Träning 3 dagar i veckan tisdag, torsdag och söndag kl.17.30-19.00.

En av dagarna blir fyspass, olika från vecka till vecka så inte tjejerna känner efter😊

De helger som vi har sammandrag hoppar vi över söndagsträningen.

Sammandrag:

7oktober, Kalix

17 november, vårt eget sammandrag

8 december, Boden

19 januari, Norrfjärden

9 februari, Kiruna

2 mars, Strömnäs

Cuper:

Rallarcupen Kiruna: 2-4 november (redan anmälda till)

Umeå handbollsfestival: 3-5 januari 2019

Sundsvallscupen: 15-17 mars 2019

Nytt gällande spelare:

* Spelarmöte (bl a dra de nya regler inför cuper, individuell målsättning m.m.)
* Individuell träning? (något vi funderar på inför denna säsong)
* Även tjejernas SMS och mejl ska läggas in i på laget.se så de får börja träna på att ta eget ansvar.
* Sånt som ska tas på ett spelarmöte: Förväntningar inför säsongen + hur har det gått.
* Fokus på träningarna (killar, mobil, bus och kompisar lämnas i omklädningsrummet)
* David O fortsätter någon dag per månad och hjälper då till med målvakterna.

Nya regler:

* Inget godis innan sista matchen. Blev för stort fokus under förra säsongen.
* Föräldrarna får vänta innan de kommer fram efter match så vi hinner avsluta. Annars tappar tjejerna fokus på det vi säger speciellt om det inte gått så bra.
* Alla följs åt då vi är på cuper, ingen går före eller lämnar gruppen. Vi håller ihop under hela helgen, äter, sover och spelar match ihop. Inga egna aktiviteter med föräldrar är aktuellt, både för att vi tappar lagkänslan men också för att vi har ansvar över era barn dessa helger och åker de i väg vet vi till slut inte vilka vi har ansvar för.
* Klara cupregler – sovtid, hålla ihop, måste äta. Speciellt att de måste äta är viktigt. Nu är de större och deras kroppar kräver energi på ett helt annat sätt. Äter de inte ordentligt varken orkar eller håller de för en hel helg med matcher.
* När uppvärmningen börjar ska alla vara redo, värmer man inte upp spelar man inte. Samma här som med maten, de börjar vara stora och smäller på varandra på ett helt annat sätt, är man inte ordentligt varm gör de illa sig eller går sönder i kroppen. Denna regel är för deras egen säkerhets skull.
* Efter matchen följs vi åt tillbaka till omklädningsrummet eller där vi bestämt att vi ska träffas och går igenom matchen, sedan får man gå till sina föräldrar.
* Klubbdressen vid match och cuper – vad innebär det. Ansvar, representerar klubben. Vi uppträder respektfullt och har ett vårdat språk. Vi är ett lag som tar hand om varandra.
* Träningstider – visa respekt och kom i tid, var klar när träningen startar. (kissade, skor knytta och vattenflaskor fyllda) Kommer man och ser pga sjukdom så ser man och ”lajar” inte med telefonen eller kompis.
* I år ska vi peppa varandra, ingen får ”klaga” på någon om det t ex går dåligt. Vi måste kunna ge och ta feedback till varandra utanför och på planen på bra ett sätt. Blir det något som vi tränare se kommer vi att ta det och ingen får gå hem innan vi har rett ut det som hänt.
* Vi fortsätter lägger ut all information på Laget.se där alla hittar och känner igen sig.

Nya tröjor:

Vi behöver nya tröjor i år. Linda och Jenny har varit och beställt nya matchställ på Intersport som förhoppningsvis kommer innan första sammandraget. Dessa är sponsrade. Målvaktströjorna kan vi ta f04/05:s gamla.

De nya tröjorna kommer att tryckas med sponsorer då vi har fått några. Om ni har någon sponsor går det att trycka i efterhand.

Föräldragrupp:

Lotta Karlberg, Jenny Öqvist, Anna-Karin Hansson. Finns någon fler som vill hänga på hör av er.

Mer ansvar, vilket gäller alla föräldrar och inte bara föräldragruppen:

Söka sponsring – börja tänka på det.

Försäljning:

-Toalettpapper, newbody, fisk och löjromslotteri, eventuellt en till försäljning för att inte gå back i budgeten.

- sammandrag

- kolla ansökningar för stipendier.

Budget:

Den lagda budgeten som är gjord visas för säsongen 2018/2019. *Se eget dokument.*

(Hör av er vid frågor till någon av tränarna)

Avsätta pengar för en framtida Barcelonaresa.

Medlems-, förenings- och träningsavgift:

Medlemsavgift 200 kr/person eller 400 kr/familj.

Föreningsavgift/aktivavgift: 300 kr

Träningsavgift: 300 kr

Swisha summan i en klumpsumma till Linda Määttä 070-516 91 84 och märk i swishen vad ni har betalat.

***Glöm inte betala detta så tjejerna är försäkrade.***

**De kommer att få nya drickesflakor sponsrade, så vi behöver inte köpa några.**