Föräldramöte 11sep 2025

**Tränare, träningstider**

* + Linda, Emma, Andreas, Angelica till viss del
  + Alla i klubben kommer träna med äldre och yngre
  + **Tisdag och Torsdag med F11/12 i Lorensberga**, här finns Ola och Fredrik med
  + **Söndag med F14 i Högbergsskolan**, här finns Magnus med
  + Viktigt att meddela om man kommer eller ej och varför om ej. Självklart ska man kunna ha 2 sporter men 1-2 träningar vill vi ha för att kunna bygga ett bra lagspel

**Seriespel och MitTolvan**

* + **Seriespel i F14 Nivå 2 Norra**, där vi fyller upp laget med F11/12-spelare
  + **MitTolv**, här fyller vi upp med F14-spelare. Detta sammandrag spelas vid 3 tillfällen den 13 okt, 29 nov samt 17 jan
* **Upplägg**
  + **Focus i år är att ha roligt och bli trygga tillsammans.**  
    Eftersom vår trupp inte är så stor behöver vi samarbeta både uppåt och nedåt. Vi tror att detta upplägg kommer fungera bra och vi behöver er hjälp att peppa tjejerna till att komma på träningar. Vi har haft samtal med Ola och Fredrik kring våra gemensamma träningar och hoppas att upplägget ska fungera bättre i år. Men det är viktigt att komma på träningar för att bli en del i gänget och hänga med i övningar som ofta återkommer. På träningarna vill vi ha fokus och aktivt deltagande.  
    För att få till den sociala biten i laget hoppas vi kunna bryta av med andra aktiviteter ibland, både lokala här i Ludvika men även att åka iväg och titta på någon match. Kom gärna med förslag om ni ser något kul som kan passa.
* **Cuper**
  + Vi är anmälda till Kopparcupen 3-5/1-26
  + Vår tanke är att anmäla oss till någon mer cup under våren.
* **Funktionärer, matchvärd och kiosk**
  + Vi har 5 st anmälda föräldrar som kommer gå utbildning för att sitta i **sekretariatet**.
  + På varje match behöver vi någon som är **matchvärd** samt någon som tar **kiosken**. De som inte gått utbildning för sekretariatet behöver ställa upp på dessa poster. Ett schema kommer att göras iordning för våra hemmamatcher.
* **Försäljningar**
  + Klubbförsäljning från NewBody kommer snart att dra igång
  + Bingolotter kommer säljas till jul och ev även nyår
* **Trygghetsråd**
  + LFHs värdeord: **Respekt, Ansvar, Kamratskap och Laganda**
  + Klubben har 2 **trygghetscoacher** för att alla spelare ska känna sig trygga. De kan hjälpa till om det är dålig stämning eller otryggt i laget. Det är fritt fram att kontakta dem om man undrar över något eller tycker att det är något som inte känns bra.   
    Sofia Fahgén  
    sofia.fahgen@icloud.com  
    076-103 96 36  
      
    Emma Wittler  
    emma.wittler@gmail.com  
    070-341 95 59
  + Vi planerar att bjuda in dom på någon träning för att tjejerna ska få ett ansikte på dem. Då kan även ni föräldrar närvara om ni vill.
* **Träning under tonåren**
  + Kroppen växer och gör inte alltid som man vill men vi vill att alla ändå fortsätter att försöka.
  + Kom på träning även om man är lite trött!
  + Det kommer att finnas mensskydd i medicinväska.
  + Meddela gärna oss ledare om det är något särskilt vi behöver veta kring ert barn just nu