

Tränings- och matchtider, Träningsmatcher

Rekommenderade antal träningstillfällen

Med stöd från Svenska Fotbollsförbundets direktiv, rekommenderas lagen lägga upp sin träning enligt följande:

| | | |
|-----------|----------------------------------|---------------------|
| 3 mot 3 | En träning i veckan | 60 min/tillfälle |
| 5 mot 5 | Två till tre träningar i veckan | 60 min/tillfälle |
| 7 mot 7 | Två till tre träningar i veckan | 60-90 min/tillfälle |
| 9 mot 9 | Två till fyra träningar i veckan | 60-90 min/tillfälle |
| 11 mot 11 | Två till fyra träningar i veckan | 60-90 min/tillfälle |

Matchtillfälle ersätter inte träningstillfälle

Försäsongsträning, Högslättens konstgräsplan

Från vecka 10 öppnar Högslättens konstgräsplan. Mofte deltar på kommunens fördelningsmöte av tider avseende den period då konstgräsplanen hålls öppen med hjälp av uppvärmning. Föreningens totala antal tilldelade timmar, baseras på antalet ungdomslag. Med utgångspunkt från de tider som har tilldelats Mofte, fördelas dessa ut till lagen. Det äldsta laget har första val, därefter i en fallande turordning.

I takt med att övriga planer öppnar, blir det fler träningstider tillgängliga. Möjlighet finns att boka fler träningstider, innan Kristinaplanerna och Gånsviksvallen har öppnat. Detta stäms av med Styrelsen.

Träningstider, ordinarie säsong

Kristinaplanerna och Gånsviksvallen, kan normalt öppnas i början av juni, beroende av väderförhållanden.

Träningstider för Kristinaplanerna fördelas med utgångspunkt från lagens önskemål i fallande åldersgrupp (6 år till 12 år). Bokningsschema finns på Laget.se

Träningstider för Gånsviksvallen fördelas i samförstånd mellan ledare för de lag som spelar 9-9 och 11-11 (13 år till 16 år). Bokningsschema finns på Laget.se

Kristinaplanerna och Gånsviksvallen stängs normalt ner i slutet av september, i samband med föreningens städdag.

Inomhusträning under vintersäsongen

Generellt uppmuntrar föreningen barnen att utöva andra idrotter under vintersäsongen. För de barn som inte utövar annan idrott under vintersäsongen har lagen från 12 års ålder och uppåt möjlighet att arrangera inomhusträning. Beslut om att genomföra inomhusträning fattas av lagledarna som också ansvarar för planering och genomförande. Föreningen bekostar hallhyra för inomhusträning under vintersäsongen motsvarande kostnaden för en gymnastikhall. De som deltar vid dessa träningar betalar självkostnad för hallhyra.

Bokning av plan för match

Huvudregeln är att match går före träning – en regel som ska hanteras med känslighet.

De fasta matchtiderna för seriespel bestäms av ÅFF och bokas därför in för hela säsongen vilket gör att en plan (oftast Gånsviksvallen) blockeras en viss dag. Detta är ett beslut som inte lagen kan påverka utan är en förbundsfråga – således är det bara att acceptera.

De flesta ungdomslagen har ”sista speldag” vilket innebär att matchen ska vara färdigspelad senast på söndagen i veckan. Alla planerna är i första hand reserverade för matchspel på lördagar och söndagar och även fredag kan användas för matcher då ett fåtal lag valt att träna på fredagar. Eventuella träningstider som är lagda på dessa dagar riskerar därför att få flyttas.

Ska ett lag ha en annan speldag än fredag-lördag-söndag ska man styra spelet till sin egen träningstid. Måste man ändå spela av sin match på en tid som kolliderar med ett annat lags träningstid ska man givetvis meddela detta till den berörda ledaren samt även erbjuda det drabbade laget sin egen träningstid i utbyte mot den tid som man lägger beslag på.

Det är inte tillåtet att regelmässigt förlägga sina matchtider till tider som gör att man vid flera tillfällen inkräktar på andra lags träningstider. I sådana fall kommer lagets träningstid att flyttas till matchtiden så att den gamla träningstiden kan utnyttjas av andra lag.

Träningsmatcher

Som regel får lagen själva stå för planhyra och domarkostnader vid träningsmatcher. Om man använder sin ordinarie träningstid för träningsmatch ligger kostnaden för planhyra kvar på föreningen. Används någon av våra egna planer tar föreningen inte ut någon avgift för planhyra. Domarkostnaden betalas av laget.