

Övergripande:

Ledarteam:

- Peter Hedenquist, Coach
- Gustav Busch, Coach
- Alexander Malmgren, Coach
- Vania Lindbom, Lagledare

Spelare: Nuvarande antal är 18 st (8 st 07 & 10 st 06)

Antal lag: Ett lag i P14 N2 Svart (P06) samt ett lag i P12 Svart (P07), där spelarens kunskaper och utveckling avgör vilken serie de mest kommer att spela i. De 06:or som spelar i P12 kommer vi söka dispens för. Viss dubblering kommer att ske pga sjukdom, ledighet etc.

Träningsstillfällen: 3 st handbollspass i veckan (måndag, tisdag & torsdag). Träningen kommer att under 6 veckors perioder fokusera på ett eller två moment, för att repetitivt få in grundläggande rörelser, så att de utförs per automatik. Momenten kan vara Teknik, Försvar/Målvaktsträning samt Anfall/Kombinationsspel/Spelförståelse. Utöver det kommer pass med fys, rörlighet mm att tränas regelbundet. Första perioden är fokus på grundläggande försvarsteknik och fotarbete.

Träningsläger: Planerat 1 st träningsläger med fystest under hösten (genomfört). Nytt fystest planeras under säsongen. Träningsdag/ar i maj inför Järnvägen och Partille Cup.

Planerade cuper: Kempa DM 5 okt (P06) och 6 okt (P07), Rekarne Cup 1-3 nov Eskilstuna, Hallbybollen 3-5 jan, Katrineholm i april, Järnvägen i juni och Partille Cup v27.

Aktiviteter: Förslag: Julavslutning i december.
NHK-dag med minihandboll i november (P06 domare, P07 coacher) med avslutande tårtkalas.

Föräldramöte: 1 st inför säsongstart samt 1 st efter juluppehåll.

Övrigt: Individuell målvaktsträning. Försöka få Henrik Jonsson till någon/några träningar.

Lagets mål:

- Efter denna säsong ska alla spelare ha förmågan att kunna fånga boll och spela vidare i fart.
- Kunna göra en stegsättning, kullager samt ha ett fungerande rulle-spel och kombinationer (utan bolltapp).
- Individuellt ska vi jobba på försvarsteknik (inkl målvaktsteknik), fotarbete, rörlighet, skotteknik samt hoppeskott och alltid ha förberedd hög arm.
- Motivera och peppa spelarna att försöka göra egna genombrott, när tillfälle ges (aldrig tveka).
- Kunna 2 st anfallskombinationer (både från höger och vänster).
- Ökad individuell spelförståelse/rörelse/uppfattning hos hela laget så att de kan avbryta ett kombinationsspel om läge uppstår.
- Börja träna zon-försvar 6-0 samt kombinerat 5-1 och utveckla samarbetet mellan spelare i försvaret samt målvakt under säsongen.
- Få bättre fokus på träning av alla spelare samt lägga upp träningarna så att vi har hög intensitet.
- Ökad sammanhållning genom att få spelarna att peppa varandra, på träning som match.
- Få alla spelarna att prata med varandra under spelets gång i försvar och anfall.
- Att ALLA spelare ska fortsätta även nästa säsong och ha kul!!

Spelarens mål:

Individuellt samtal med alla spelare. Försöka sätta upp mätbara mål för varje spelare i matchsituation samt på träning.

Ledarnas utveckling:

1 st TS1 utbildning (komplettering) samt 1 st målvaktsutbildning.