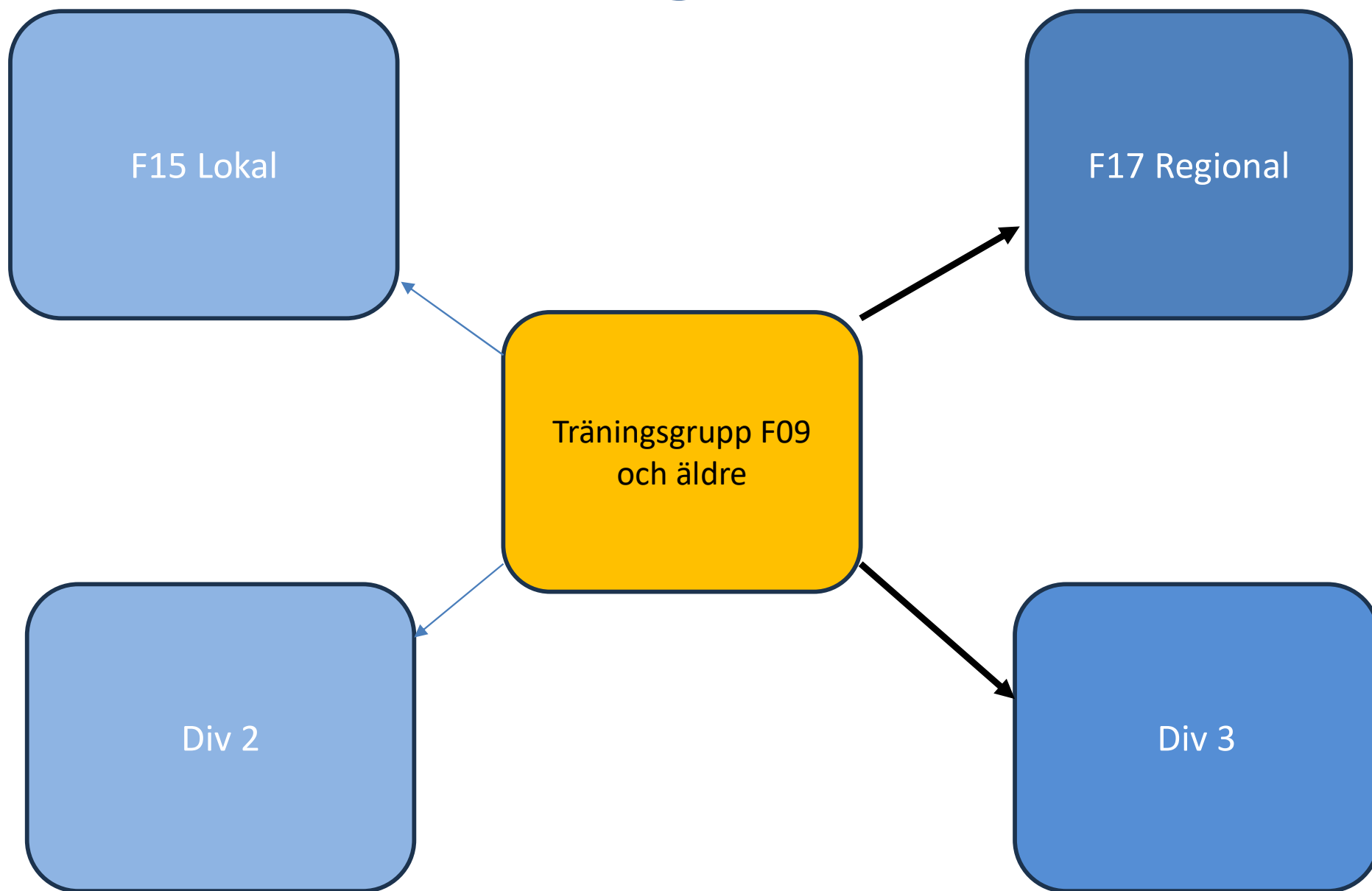




Säsongen 2025



Säsongen 2025





Ledarsituation

Klara ledare:

- Tilda Eriksson – fotbollsansvar
- Mattias Eriksson – fotbollsansvar
- Pelle Hollsten - fotbollsansvar
- Malin Terneblad– stöttar på träningar och håller i delar
- Madde Sivertsson – stöttar på träningar och håller i delar
- Carina Pålsson – sjukvård/rehab

Eventuella/mindre delaktiga:

- Martin Larsson
- Michaela Hollsten Gräås
- Stina Andersson
- Marre Jonsson - målvakt
- Anne Grete Hågnäs



Säsongspanering

- Träningsgrupp nuläge:
 - Ca 30-35 spelare
- Serier:
 - F15 Lokal (stötta F10-laget)
 - F17 Regional
 - Div 3
- DM F16 och F19
- Cuper:
 - Gothia Cup för födda -08/-09 (obs! relativt hög egenavgift)
 - Storsjöcupen F16 och F17
 - Sund Cup – Nordichallen (7 mot 7) i februari
 - Träningsmatcher mot Hudiksvall, Frösön, Sidsjö-Böle (?) m fl



Förväntan från oss ledare

- Sjuk = ingen närvaro på träningen
- Skadad = rehab på träningstid
- När kallelse kommer:
 - Svara ja eller nej. Om nej ange orsak.
- Engagemang på träning och match
- Om man har funderingar, önskemål mm. Prata med någon ledare. Kommunikation viktigt
- Var och en tar eget ansvar för sin utveckling – vi ledare stöttar och hjälper



Uttagning till match

- Uttagning sker till matcher
- F17 och Div3 – för båda serierna krävs att man är skadefri, har bra träningsnärvaro och visar engagemang. Helhet styr.
- F17-serien begränsad utifrån ålder - uttagning utifrån nuläge i prestation
- F15-serien – spelare från vår träningsgrupp kommer stötta.



Uttagning till match

- Bristande engagemang = Ej match
- Bristande träningsnärvaro = Ej match
- Skadade spelare = Ej match



Säsongspanering

- Träningsupplägg:
 - 8 januari – 8 februari
 - Måndagar Furuparken 19.30-20.30 (styrka)
 - Onsdagar ÖP-hallen 17.30-18.45 (fotboll)
 - Torsdagar Tavelbäckskolan 19.00-20.00– Yoga (rörlighet)
 - Söndagar Odensalaskolan 18.50-20.00 (fotbollsteknik, styrka)
 - Teoripass med Robban Wassdahl – byter ut något annat pass
 - 25/1 – futsal i Häggenås
 - Spelare som går NIU, LIU, Storsjögymnasiet har även minst två pass på skolan. Anpassa så att det inte blir för mycket och överbelastning = helt ok att missa lagträningar



Säsongspanering

- Träningsupplägg:
 - 10:e februari och framåt:
 - Tisdagar Jämtkraft Arena (B)
 - Onsdagar ÖP-hallen
 - Torsdagar Jämtkraft Arena (A)
 - Söndagar Odensalaskolan
 - Träningsveckor med fokus på ex försvarsspel, anfallsspel, totalspel etc
 - Sociala aktiviteter som bryter av och byter ut träningspass
 - Gästtränare
 - Spelare från oss som tränar med A samt spelare från F10 som tränar med oss



Uttagning till match

Vi ledare kommer ställa högre krav på oss själva avseende planering och engagemang. Vi kommer även ställa högre krav på träningsnärvaro och engagemang från spelare

Vi behöver hitta en vilja/glädje till att spela matcher i både F17 och Div 3. Vinnarkultur



Långsiktiga mål enligt föreningen



Ope IF – En plats för alla, utifrån
sina förutsättningar på
föreningens villkor



Ledarrekrytering , kompetens
& arvodering. Jobba aktivt med
ledarvård . Ope IF en förening
man är i hela livet. Trygg idrott



Minst ett lag i alla åldrar från 6 år



Konkurrenskraftiga lag;
Seniorlag på nationell nivå
F17/P17 på regional nivå

Vi förespråkar mer samarbete mellan lagen (både upp och ner), inte stängda åldersgrupper.
Regelbundna träningar med andra lag (ca 5 åtgången)
Externa tränare som inspirerar ledare och spelare



Mål med verksamheten

- Så många som möjligt så länge som möjligt
- Öka kraven för varje år – mer fokus på prestation
- Sätta delmål – skapa vinnarkultur
- Viktigt för att lyckas som lag:
 - Lyfta varandra, peppa varandra, positivt bemötande
 - Våga och ha roligt på träning och match
- Möjlighet att utvecklas så långt man vill!