



RÅDA BK P2011

**Om föreningen, laget &
framtiden**

VÄLKOMMEN TILL RÅDA BK

- En av Västergötlands största fotbollsföreningar
- En mycket aktiv och välmående förening
- Drygt 1000 medlemmar och över 140 ledare
- 750 aktiva medlemmar (40% tjejer)
- Ca 40 ungdomslag i pool- & seriespel
- A-dam i div 2, A-herr i div 5
- Omsätter ca 3 miljoner SEK
- 4 antal tjänster anställda
- Grönvita tråden som styrdokument



VAD HÄNDER PÅ RÅDAVALLEN?

Råda BK äger anläggningen

4 st fullstora planer (3 st naturgräs, 1 konstgräs)

Klubbchef i Thomas Hjalmarsson

Nytt automatiskt bevattningssystem till alla gräsplaner

Nytt ungdomsförråd för mer ordning och reda

Ny belysning på Dinaplanen under våren 2024

Ny konstgräsmatta på Dinaplanen under hösten 2023

Utbyggnationer, Robotgräsklippare och Dränering 2025



**LIRAR MED HJÄRTA
SEDAN 1932**

ORGANISATION HERR/POJK



LIRAR MED HJÄRTA
SEDAN 1932

FÖRENINGENS MÅL OCH SYFTE

- Som U-ledare fostrar man alla Rådaspelare. Inte bara "sina egna"
- Steg 1 är att få med så många som möjligt till seniorsektionen med ett så stort fotbollsintresse som möjligt.
- Steg 2 är att fostra framtidens A-lagsspelare i Råda BK som har möjlighet att ta steget ännu längre uppåt



LIRAR MED HJÄRTA
SEDAN 1932



GRÖNVITA TRÅDEN

- Styrdokument som reglerar föreningens verksamhet
- Lätt att se vad som ska göras i de olika åldrarna



Förslag dec -22

Grönvita tråden

Värdegrund och riktlinjer för verksamheten i Råda BK

Råda BK är en ideell fotbollsförening med drygt 750 aktiva pojkar, flickor, damer, herrar och verksamheten leds av ca 150 ledare. Föreningen har de senaste åren vuxit kraftigt och är idag Lidköpings största ungdomsidrottsförening.

Alla ska känna sig välkomna att delta i klubbens aktiviteter och vi vill erbjuda en kul och meningsfull fritidssysselsättning och ge de aktiva möjlighet att utvecklas som fotbollsspelare. Råda BK vill bedriva en bred ungdomsverksamhet med ett stort socialt arbete och engagemang som gör det attraktivt att delta i föreningens verksamhet som spelare, ledare och funktionär och som skapar ett livslångt fotbollsintresse. I Grönvita tråden sammanfattas Råda BKs mål och hur vi vill bedriva vår verksamhet.



LIRAR MED HJÄRTA
SEDAN 1932



SÄSONGEN 2025



SPELARTRUPPEN

RÅDA BK P2011

Spelare:
55 st

Nya:
Hugo Mellström (STN), Holger Lans (comeback)

Slutar:
Oliwer Nilsson, Alfred Svensson, Hugo Paulamäki, Wilmer Ahlstrand, Wiggo Pettersson





LEDARSTABEN

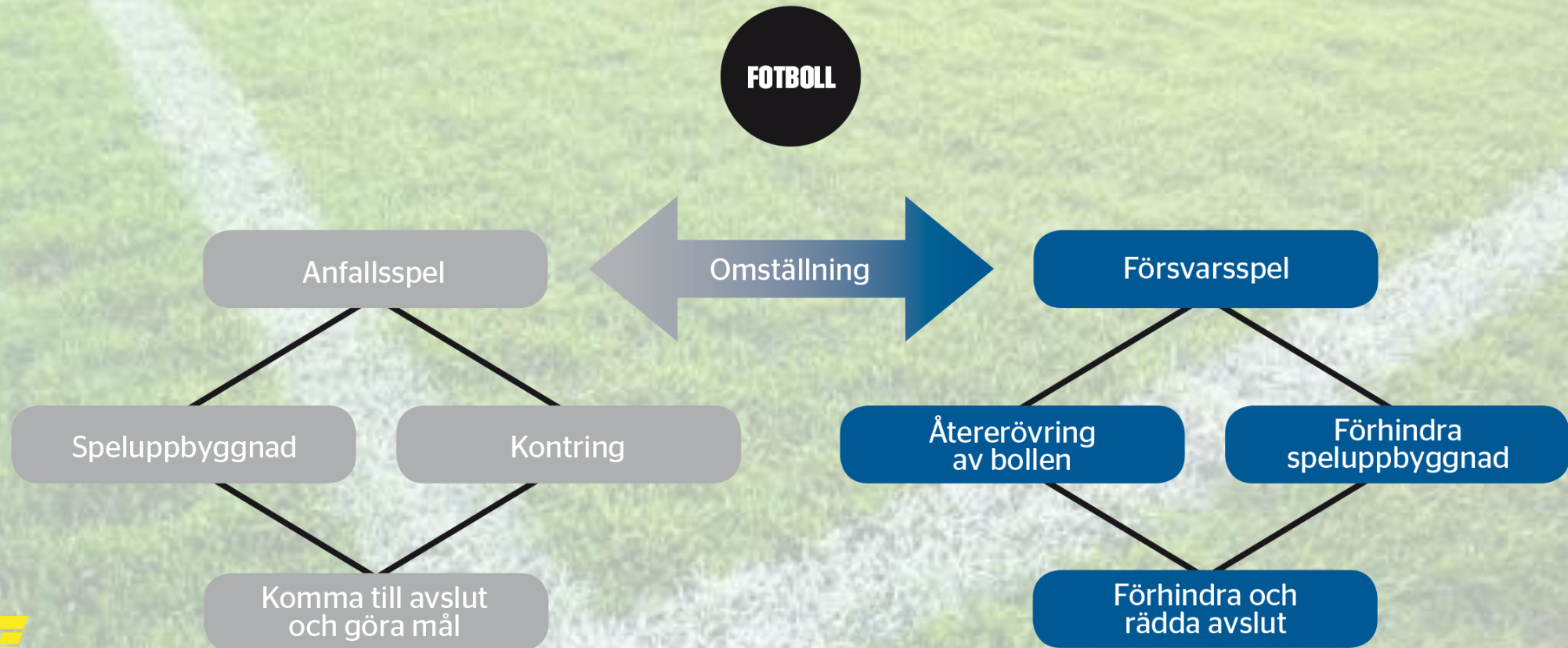
RÅDA BK P2011

Nya:

**Christian Falk, Mathias Olsson, Johan Larsson,
Oskar Hektor, Mattias Johansson, Magnus Berg,
Steven Rowe, Jesper Bankemyhr**



SÅ VILL VI TRÄNA



DAGENS TRÄNING

Träning 6/3

16:00-17:30

Antal tränare: 3 (Crille, Jesper, Mattias)

Antal spelare: 27+

Yta: Helplan Dina

Regnbåge	Rosa	Orange	Blå	Vinröd	Gul	Lila	Röd
Axel U	Charlie H	David L	Elvin B				
Gustav R	Holger L	Holger T	Ivar S				
Leo G	Justus B	Liam J	Love ÅF				
Lucas L	Ludvig O	Lionel F	Melker E				
Milo SA	Moral EH	Nils F	Olle B				
Lucas B	Oskar Ö	Tage H	Olle JL				
David A	Elliot L		Rayan S				

Fokus: Förhindra speluppbyggnad

Del av träning	Övning	Info	Fokus	Ansvarig instruktion	Tidsåtgång	Ungefärlig starttid	
Samling	Gå igenom dagens pass			Jesper	5 min	16:00	
Uppvärmning	Stegar	3 stegar	Koordination, snabbhet	Crille	10 min	16:05	
Uppvärmning	Rektangeln 5 mot 2	4 rektanglar	Jobba ihop, inte bli igenomspelade	Mattias	15 min	16:15	
Uppvärmning	Knäkontroll	Olika övningar	Långsamt och fokuserat	Crille	Vid vila		
Del 1	Stor rektangel	6 mot 6 (vägg kortsida)	Jobba ihop, inte bli igenomspelade	Jesper	20 min	16:30	
Del 2	Engelska kvadraten	Tre försvarar	Förhindra speluppbyggnad	Crille	20 min	16:50	
Del 3	Medelstort spel	2 planer x mot x	Jobba ihop, inte bli igenomspelade	Mattias	20 min	17:10	
Avslut	Ev någon lek	Nicktävling	Glädje	Jesper		17:25	
Avslut	Gemensamt avslut			Alla		17:30	



SÅ VILL VI TRÄNA

MOTIVATIONSMILJÖ

Spelaren trivs

Relationer



Påverkan



Långsiktighet



LÄRANDEMILJÖ

Spelaren utvecklas

Upptäcka



Engagemang



Hjälp





TRÄNINGSTIDER

RÅDA BK P2011

Vill du träna alla pass i veckan eller färre?

En möjlighet beroende på ambition & intresse

Alla träningar - Kallelse

Tisdagar 17:30 – 19:00

Torsdagar 17:30 – 19:00

Fredagar 16:00 – 17:30

Färre träningar - Kallelse

Tisdagar 17:30 – 19:00

Fredagar 16:00 – 17:30

Vill man byta ambitionsnivå meddelar man tränarna detta.





MÅLVAKTSTRÄNING

13 & 14-åringar tillsammans

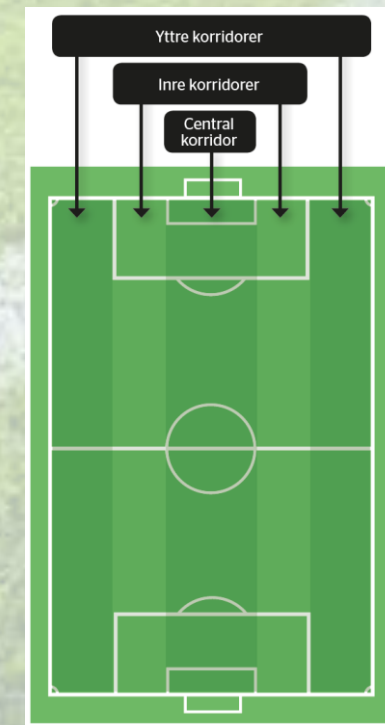
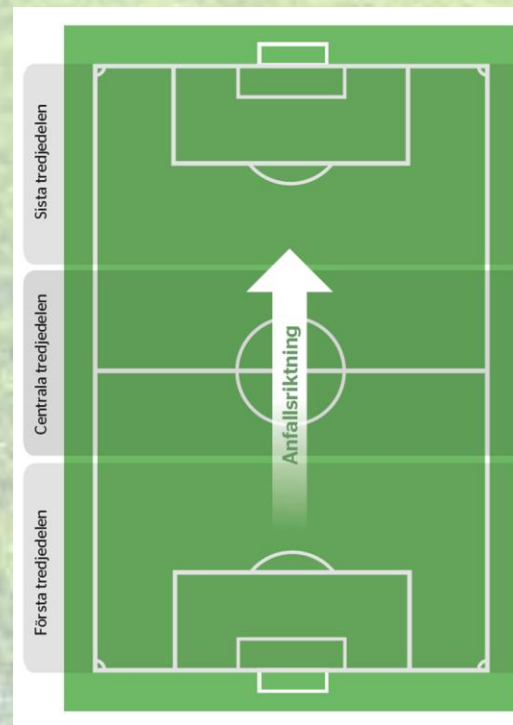
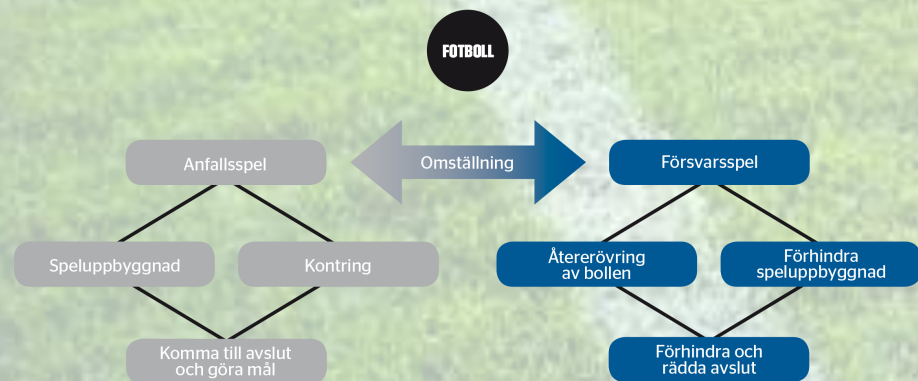
Leds av Dan Bertilsson

Måndagar på Rådavallen 17:00

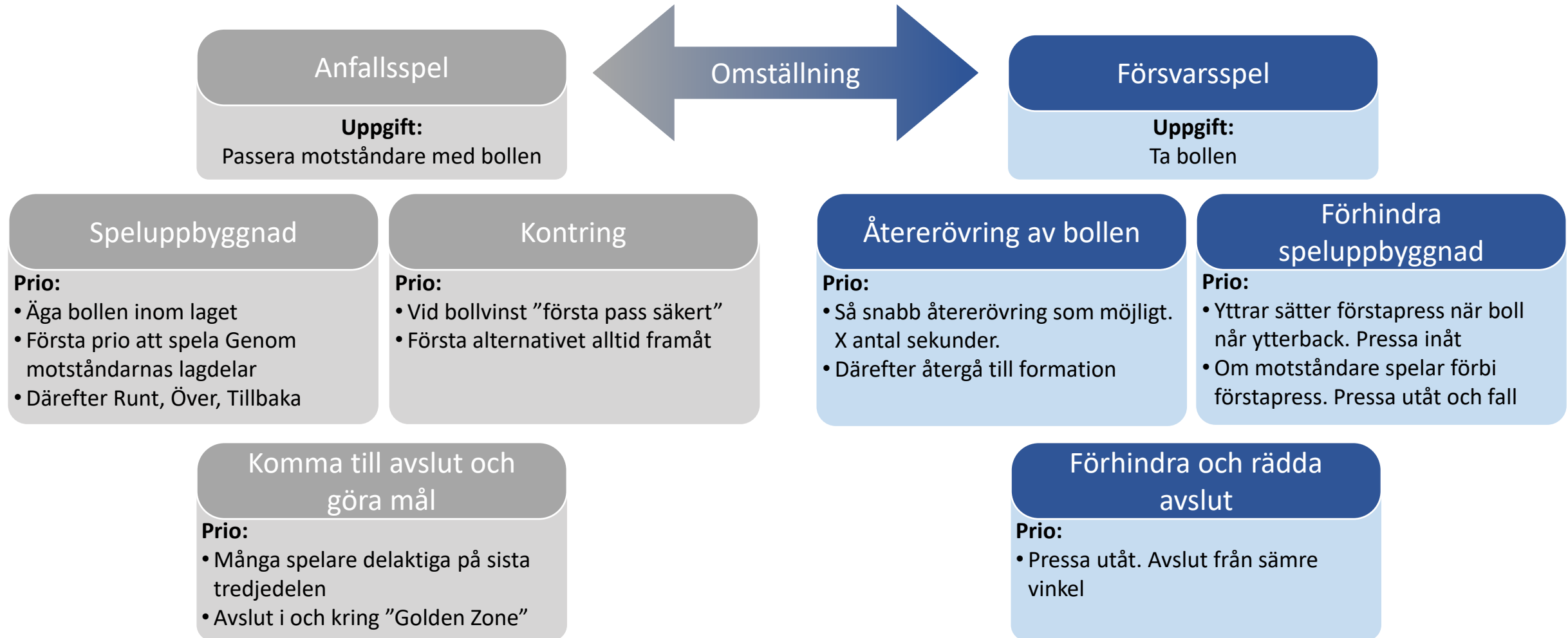
Start vecka 18

**Bidrag till målvaktshandskar vid
köp på Intersport Lidköping**

SÅ VILL VI SPELA



Arbetsätt



Formation försvar

När motståndarnas målvakt har bollen vid inspark:

1) Avvakta pressen och låt målvakten spela ut bollen

- Central anfallare: Uppgift att hindra mittback från att avancera. Vi vill att bollen ska passas ut till en ytterback.

2) Pressen sätts in av ytterforward när bollen kommit ut till motståndarnas ytterback. Då är det full fart och bollen ska pressas INÅT i planen.

3) Övriga spelare pressar på bakifrån enligt följande:

Innermittfältare: Ligger tätt i rygg på sina motståndare

Ytterback på pressidan: Trycker upp och ligger mellan back/mf

Ytterback på icke pressida: Flyttar in och ger understöd åt mittback

Mittback: Upp i rygg på motståndarnas anfallare

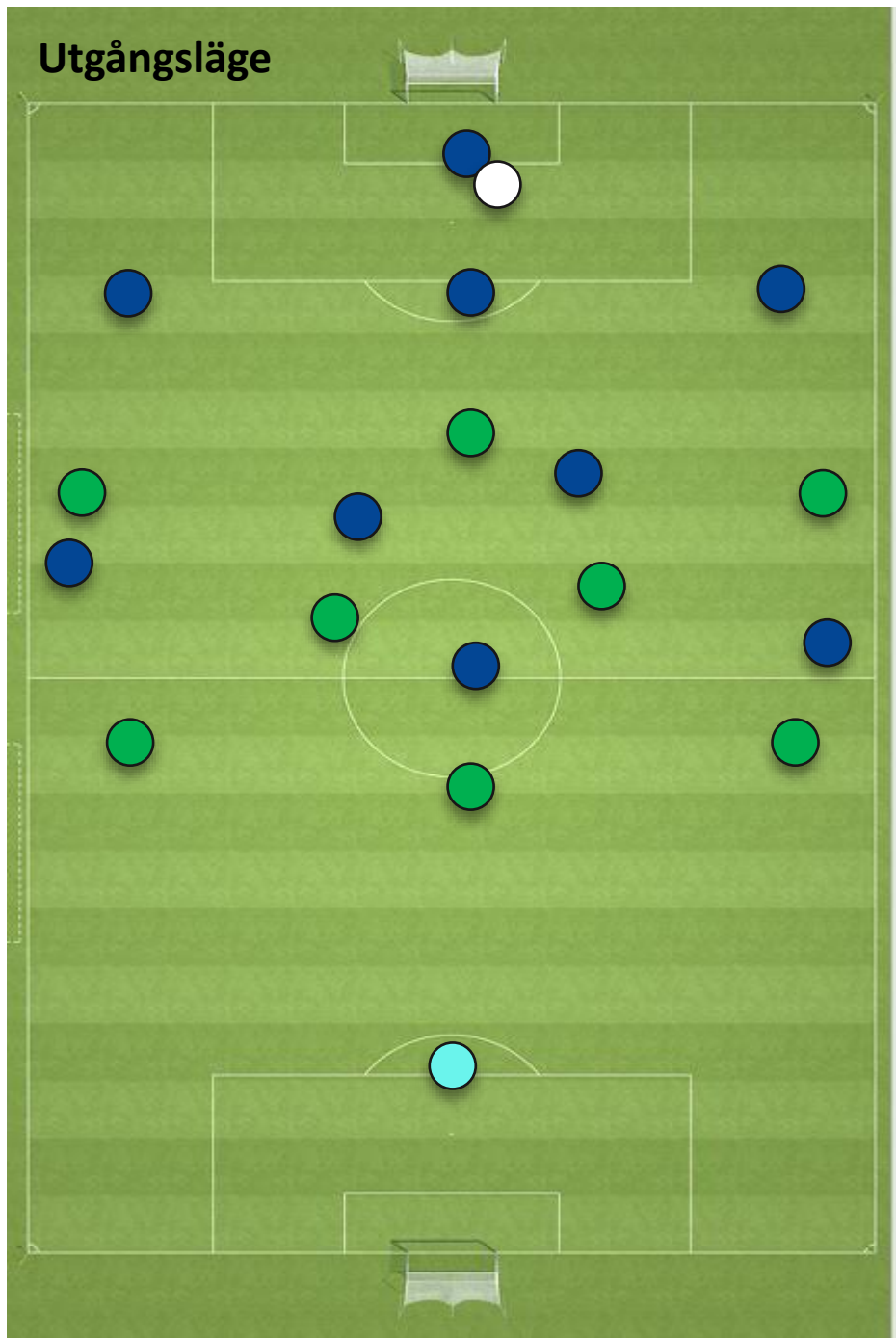
Ytterforward på icke pressida: Flyttar in i banan och är beredd på att pressa den andra ytterbacken om de lyckas spela ur pressen.

Målvakt: Hög utgångsposition för att vara med om bollen spelas över våra försvarare

- Om pressen är lyckad har man gjort något av följande:

1 – Vunnit bollen direkt 2 – Tvingat ytterbacken att spela hem till målvakten

3 – Tvingat ytterbacken att spela bollen upp i mitten 4 – (Tvingat ytterbacken slå en långboll uppåt utan adress)



Formation försvar

När motståndarnas målvakt har bollen vid inspark:

1) Avvakta pressen och låt målvakten spela ut bollen

- Central anfallare: Uppgift att hindra mittback från att avancera. Vi vill att bollen ska passas ut till en ytterback.

2) Pressen sätts in av ytterforward när bollen kommit ut till motståndarnas ytterback. Då är det full fart och bollen ska pressas INÅT i planen.

3) Övriga spelare pressar på bakifrån enligt följande:

Innermittfältare: Ligger tätt i rygg på sina motståndare

Ytterback på pressidan: Trycker upp och ligger mellan back/mf

Ytterback på icke pressida: Flyttar in och ger understöd åt mittback

Mittback: Upp i rygg på motståndarnas anfallare

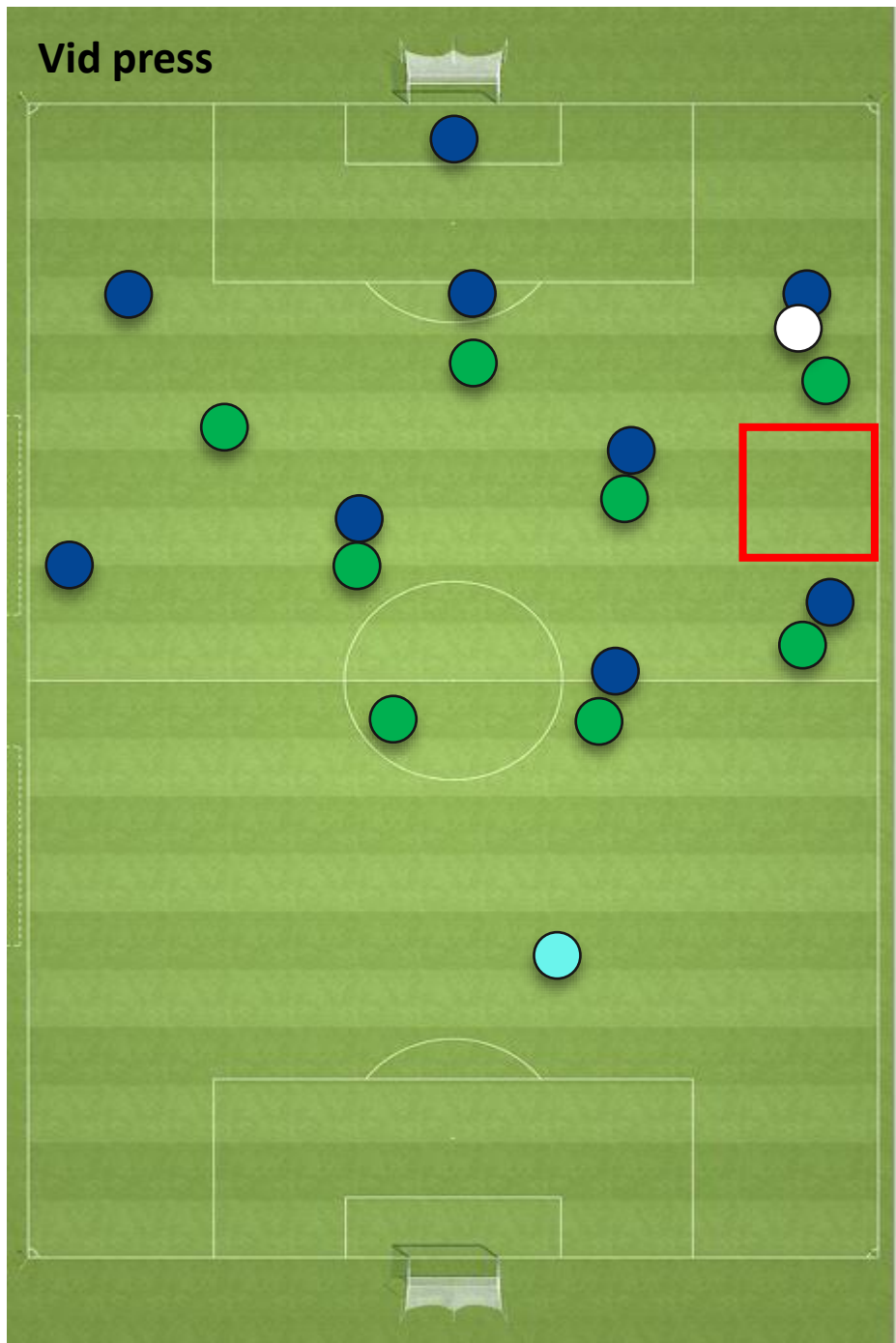
Ytterforward på icke pressida: Flyttar in i banan och är beredd på att pressa den andra ytterbacken om de lyckas spela ur pressen.

Målvakt: Hög utgångsposition för att vara med om bollen spelas över våra försvarare

- Om pressen är lyckad har man gjort något av följande:

1 – Vunnit bollen direkt 2 – Tvingat ytterbacken att spela hem till målvakten

3 – Tvingat ytterbacken att spela bollen upp i mitten 4 – (Tvingat ytterbacken slå en långboll uppåt utan adress)



Formation försvar

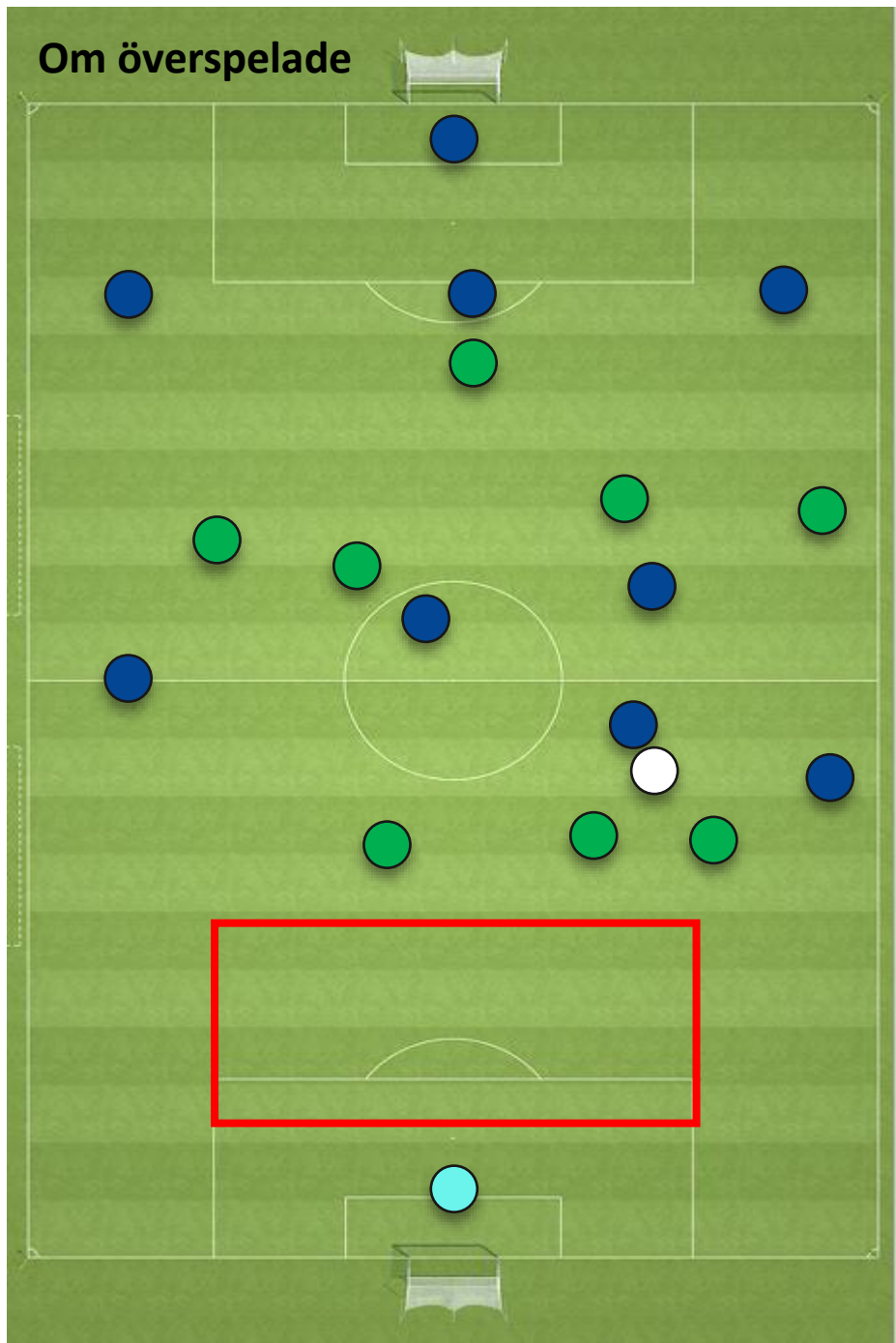
Under en match kommer våra motståndare några gånger lyckas att spela förbi vår press och hota oss på vår planhalva när vi är oorganiserade.

Då ska vi göra följande:

- 1) Ta löpningar defensivt på samtliga positioner, men med fokus på försvarare och mittfältare.
- 2) Fördröja spelet så att så många av våra spelare hamnar på försvarssidan och har närmare till vårt mål än var någonstans bollen befinner sig
- 3) Pressa motståndarna utåt i planen så att eventuella inlägg och avslut kommer från vida positioner som underlättar vårt jobb med att förhindra och rädda avslut



Ytan vi inte vill att motståndarna ska nå och kunna komma till avslut i



Formation anfall

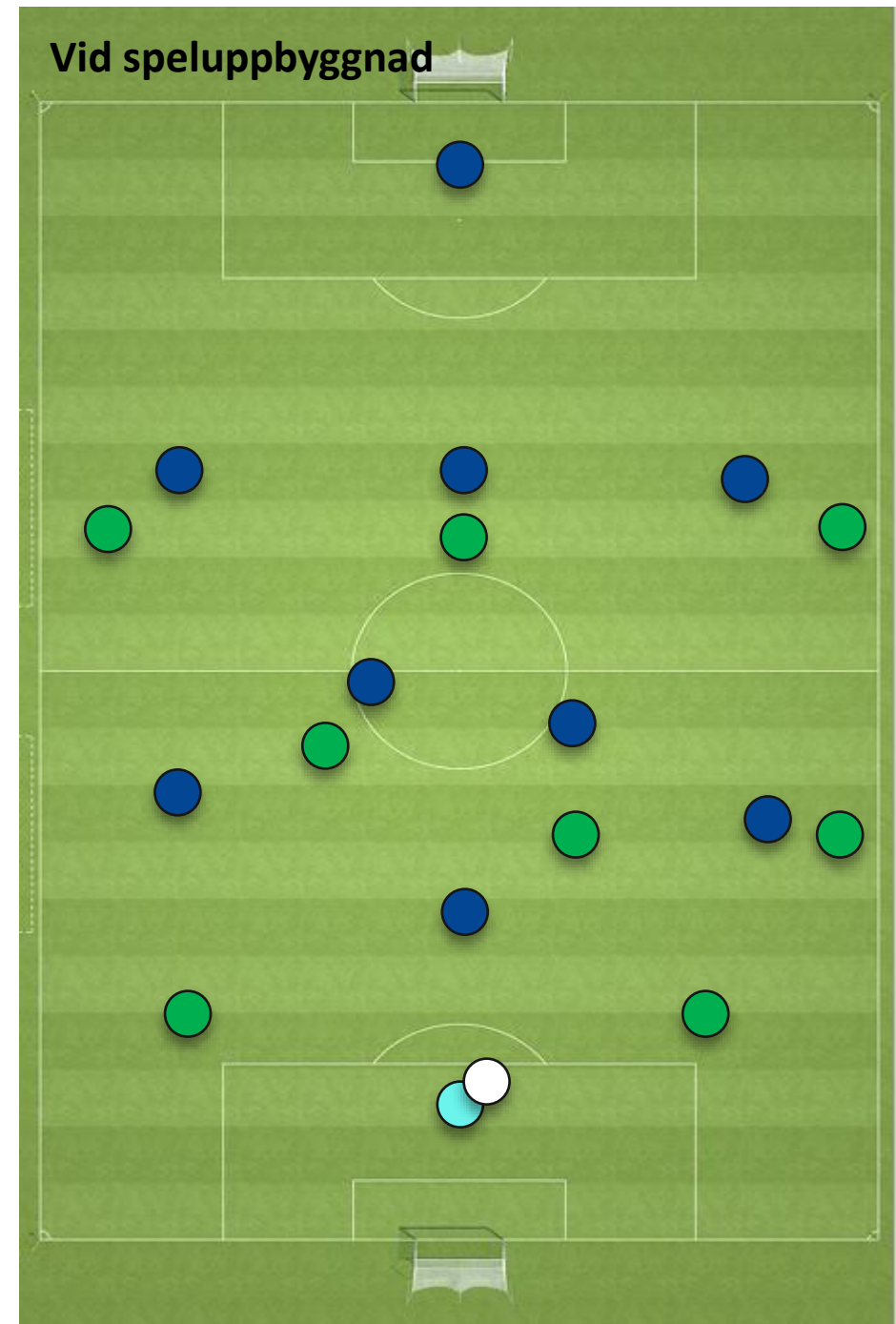
När vår målvakt har bollen:

Mittback flyttar ut brett för att skapa en triangel mellan målvakt, vänsterback och sig själv.

Högerback skapar spelbredd genom att flytta långt ut mot kanten.

Innermittfältarna ligger kvar relativt högt upp för att inte stänga ytor längre ner.

Anfallarna ligger högt upp i banan för att skapa speldjup. Central anfallare håller sig centralt och ytterforwards ligger brett.



Formation anfall

När boll spelats upp till back:

Målsättning:

Att hitta igenom motståndarnas lagdelar in i Spelyta 2 via central anfallare och få med så många rättvända spelare som möjligt i denna yta.

Detta behöver inte ske snabbt, utan fokus ska vara på stort bollinnehav innan rätt läge infinner sig.

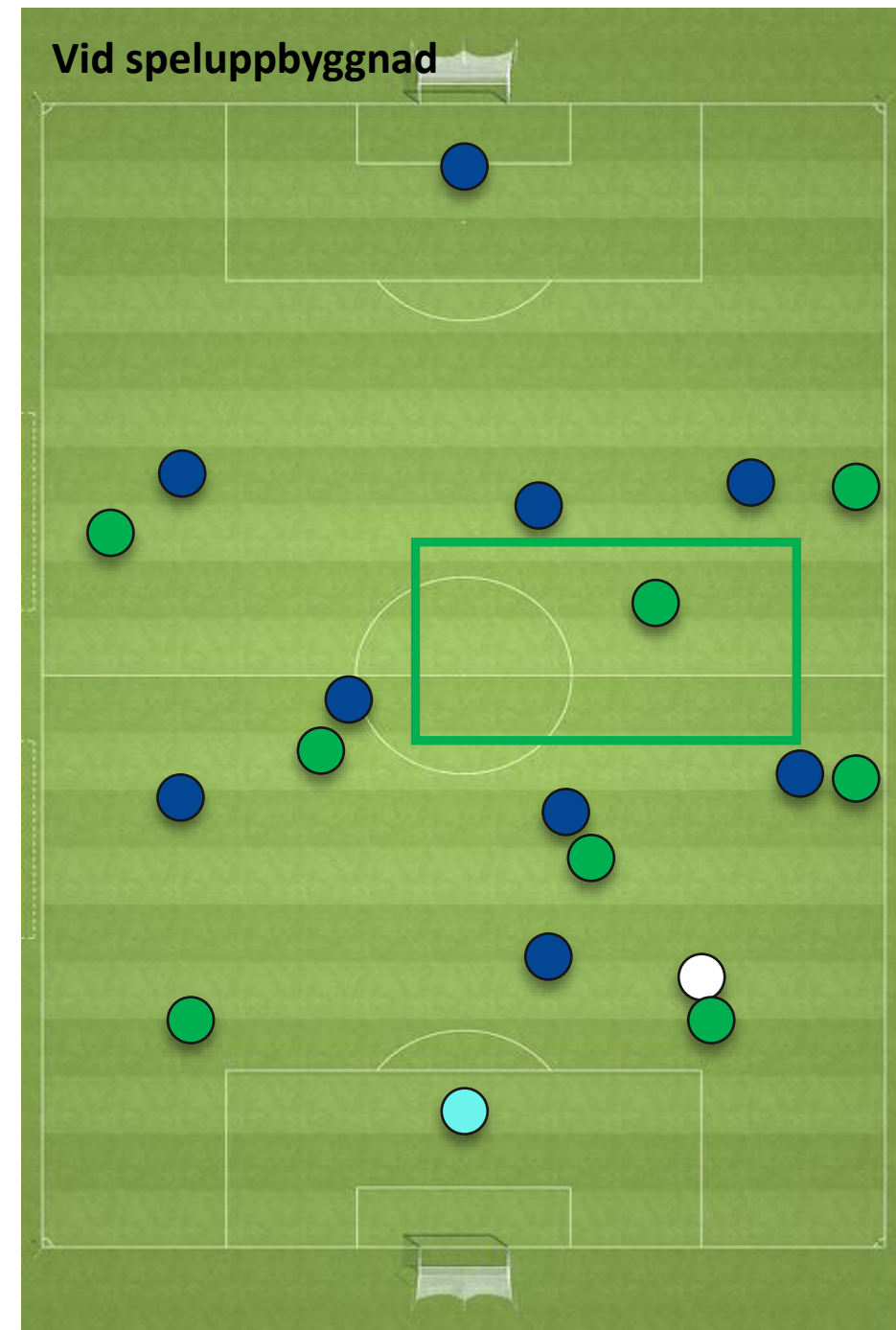
Stänger motståndarna centralt är alternativ två att söka ytterforward på kanten. Antingen via back eller central mittfältare.

Vi prioriterar vår Speluppbyggnad enligt följande:

- 1) Spela igenom motståndarnas lagdelar
- 2) Spela runt motståndarnas lagdelar
- 3) Spela över motståndarnas lagdelar
- 4) Spela tillbaka till medspelare och hitta ny yta



Ytan vi vill hitta i vår speluppbyggnad och få spelare rättvända i innan vi når Spelyta 3 och kan komma till avslut



VEO KAMERA

MÖJLIGHET ATT FILMA MATCHER
OCH LÅTA SPELARNA SE SIG
SJÄLVA I LYCKADE AKTIONER



SERIEINDELNING

Kallelser till match kommer i starten av veckan

Fyra serier och 65 matcher mot olika tuffa motstånd

Som tidigare säsonger inga fasta grupper

Vi vill ha jämna och roliga matcher som är utvecklande för laget och spelaren



Pojkar Div 6 Mariestad

#	LAG		M	V	O	F	+/-	P
1	BK Trix	♥	0	0	0	0	0	0
2	Gullspångs IF	♥	0	0	0	0	0	0
3	Götene IF Blå	♥	0	0	0	0	0	0
4	IFK Hjo	♥	0	0	0	0	0	0
5	IFK Mariestad	♥	0	0	0	0	0	0
6	IFK Skövde FK	♥	0	0	0	0	0	0
7	Jula BK	♥	0	0	0	0	0	0
8	Mariestads BK Blå	♥	0	0	0	0	0	0
9	Råda BK Grön	♥	0	0	0	0	0	0
10	Töreboda IK	♥	0	0	0	0	0	0
11	Ulvåkers IF	♥	0	0	0	0	0	0

Pojkar Div 6 Skövde

#	LAG		M	V	O	F	+/-	P
1	Falköpings FK Röd	♥	0	0	0	0	0	0
2	Götene IF Vit	♥	0	0	0	0	0	0
3	IFK Falköping FF Vit	♥	0	0	0	0	0	0
4	Råda BK Svart	♥	0	0	0	0	0	0
5	Saleby IF	♥	0	0	0	0	0	0
6	Skara FC Blå	♥	0	0	0	0	0	0
7	Skultorps IF	♥	0	0	0	0	0	0
8	Trollhättans FK Vit	♥	0	0	0	0	0	0
9	Våmbs IF Vit	♥	0	0	0	0	0	0
10	Örslösa-Söne IK	♥	0	0	0	0	0	0

Pojkar Div 6 Östra

#	LAG		M	V	O	F	+/-	P
1	IFK Falköping FF Blå	♥	0	0	0	0	0	0
2	IFK Tidaholm	♥	0	0	0	0	0	0
3	Mariestads BK Röd	♥	0	0	0	0	0	0
4	Råda BK Vit	♥	0	0	0	0	0	0
5	Skara FC Vit	♥	0	0	0	0	0	0
6	Skövde AIK	♥	0	0	0	0	0	0
7	Våmbs IF Grön	♥	0	0	0	0	0	0

Pojkar Div 8 Västra

#	LAG		M	V	O	F	+/-	P
1	Essungaalliansen	♥	0	0	0	0	0	0
2	Jung/Kvänum 10 IF	♥	0	0	0	0	0	0
3	Källby IF	♥	0	0	0	0	0	0
4	Lidköpings FK Röd	♥	0	0	0	0	0	0
5	Råda BK Gul	♥	0	0	0	0	0	0
6	Råda BK Vit	♥	0	0	0	0	0	0
7	Saleby/Trässberg/N.Här	♥	0	0	0	0	0	0
8	Sjuntorps IF	♥	0	0	0	0	0	0
9	Skepplanda BTK Gul	♥	0	0	0	0	0	0
10	Vara SK Gul	♥	0	0	0	0	0	0
11	Vänersborgs IF Vit	♥	0	0	0	0	0	0

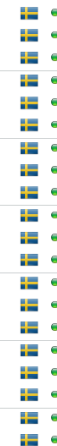
KALLES KAVIAR CUP



P14

(20 lag)

Emtunga/Tråvad/Larv
Eskilsminne IF:Blå
Eskilsminne IF:Gul
Fässbergs IF:Lila
Fässbergs IF:Vit
HGH FC
IFK Fjärås:Röd
IFK Fjärås:Vit
Kode IF
Råda BK:Grön
Råda BK:Gul
Råda BK:Svart
Råda BK:Vit
Skara FC
Sotenäs ungdom
Ytterby IS:Blå
Ytterby IS:Röd
Älvsborg FF:Blå
Älvsborg FF:Svart
Ärjängs IF



- 4 st lag anmälda
- Spelplatser Kungshamn & Smögen
- Ca 1500 sek / spelare (betalas senast sista april)
- Sista anmälning 25 april
- 50% träningsnärvaro (1 apr-14 juni) för att åka med på cupen (baseras på sitt Alternativ)



UTVECKLINGSSAMTAL

RÅDA BK P2011



En möjlighet till ett samtal kring din / ditt barns individuella utveckling

Frivilligt med föräldradeltagande, men önskvärt

15 minuter per spelare (en ledare deltar / samtal)

Frågor inför samtalet förbereds hemma och tas med

Uppföljning under september / oktober

Lediga tider att boka kommer upp på vår hemsida och de flesta tider kommer att vara under träningstid





TRIVSELGRUPP RÅDA BK P2011

Målet att bli en ännu tightare grupp som har roligt tillsammans även utanför planen,

Leds av Sara Orrbén & Johan Broberg

Målet att arrangera ca 4 aktiviteter utanför fotbollen

Kan ersätta vanliga träningar under säsongen

Vi söker nu fler föräldrar som vill engagera sig i denna grupp

Alla tips och idéer är välkomna!



FÖRENINGSSÅTAGANDEN



Alder	Medlemsavgift	Träningsavgift	Licensavgift	Totalt	Bingolotter istället träningsavgift.
Upp till 6 år	400	0	0	400	
7 år	400	200	0	600	15
8 – 9 år	400	400	0	800	30
10-12 år	400	850	0	1 250	60
13-14 år	400	1 250	0	1 650	90
15-18 år	400	1 350	200	1 950	95
19 år och uppåt	400	1 350	300	2 050	95
Ledare	350	0	0	350	
Stödjande	350	0	0	350	
Familj	1 100	Tillkommer	Tillkommer		

Medlems- & Träningsavgift = match

Lidköpingsrabatten & 50/50

Kioskveckor för laget v20 & v32



SOCIALA MEDIER



RÅDA - ÖSIK

 **15 | 5** 

VINST

MÅLSKYTTAR:
OLLE J LJUNGBERG 6, LIONEL FALK 5, TAGE RYDSTEDT 2,
TAGE HEKTOR, JUSTUS BANKEMYHR

TRUPPEN
MOT SJUNTORP



OSKAR ÖST
AXEL ULLBERG
IVAR STRANDROTH
LEO GUSTAVSSON
RAYAN SHWAN
HOLGER TEGNEKLINT
GUSTAV REXHAG
MILO S. ANDERSSON
WILMER BERG
LOVE Å. FORSBERG
MORAL E. HELAWE
OLIVER ROWE
ELLIOT LINDBLOM

RÅDAVALLEN 9 MARS
16:00



Vecka 15 Råda BK P14
April 7 - 13

7 Måndag	Lediga
8 Tisdag	Träning Dinaplanen Råda 16:00 - 17:30
9 Onsdag	Match Kållandsö Nagavallen 17:30
10 Torsdag	Träning Dinaplanen Råda 16:00 - 17:30
11 Fredag	Lediga
12 Lördag	Matcher Oddevold Thoréngården Oddevalla 10:00 & 12:00
13 Söndag	Match IFK Mariestad Dinaplanen Råda 09:00





**WORK
HARD
PLAY
HARD**

**FREDAGSFYS
FÖRE
FREDAGSMYS**