# Stöcke_IF-logga

# Dagordning spelar-/föräldramöte Damer div 2 och 3

## Tisdag 3/9 2019, Kl: 18.00 i möteslokal Nolia

1. **Träningsgrupper och Träningstider**

Två träningsgrupper: En grupp Representation och en grupp Utveckling

Utevcklingsgruppen: Tisdag 17.00-18.30 i Dragon, Torsdag18.00-19.30 i Dragon och Fredag 16-18 i Midgårdshallen

Representaionsgruppen: Tisdag 16.00-18.00 i Midgårdshallen, Onsdag 18.00-20.00 i Dragon och Fredag 16.00-18.00i MIdgårdsahallen.

Vissa veckor kan damernas träningstid på fredagar (båda grupperna) bytas mot träningstid söndagar 17.30-19.00 i Dragon.

Eventuellt kan det bli aktuellt med ett öppet träningstillfälle för alla divisionsspelare dam och herr, söndagar 16.00-17.30 i dragon?

Gemensam fysträning/styrka på vissa träningstillfällen. Utöver det vill vi att spelarna gör 1-2 pass egen styrketräning/konditionsträning per vecka. De som går NIU kommer att göra styrkepasset som NIU gör 2 ggr per vecka.

Vi kommer i första läget att ha 4 ev 5 spelare som i grupper om 2-3 spelare tränar varannan vecka med grupp utveckling och varannan vecka med representation. Jämna veckor Elina och Elin. Udda veckor Filippa, Lovisa och Klara.

Även om vi är två träningsgrupper och tre seriespelande lag så vill vi gärna se **alla damspelare som en grupp.** Träningskonstellationerna kan under säsong komma att ändras om förutsättningar ändras eller om det av någon anledning inte fungerar så bra. Dessutom kommer matchandet att ske i ett flertal olika sammansättningar och de flesta spelare kommer att matcha i två olika serielag. Därtill kommer turneringar och Sm-kval och slutspel som blir ytterligare matcher med ev. andra lagkonstellationer. Så vi ser det bara som en fördel om alla damspelare lär känna varandra och blir bekväma att både träna och spela ihop.

1. **Tränare**

Huvudansvar Utveckling: Fredrik Westerlund 072-2032395

Huvudansvar Representation: Johanna Westerlund 070-2425408,

Övriga tränare: Kalle Malm 070-559 38 68, Jörgen Bäckman 072-862 71 24, Inger Fjällström 070-373 26 36, Julia Enlund 072-733 44 40.

1. **Träningsmålsättning**
* Stark sammanhållning=Starkt lag**!**
* Träna för att tävla. Mer taktik. Fokus på att använda varje spelares främsta egenskaper för att göra laget så bra som möjligt. Tävla på flera olika nivåer så att alla får speltid!
* Försöka synka träningsupplägg och planering med NIUs upplägg
* Starka, uthålliga och smidiga=Håller länge!
* Ha kul tillsammans!
* Fortsätta med volleyboll länge!
1. **Regler träning**
* Kom i tid! **Kod in i hall 9876** (fungerar inte den så testa 7169)
* Klar för träning (Ombytt, skor på, fylld vattenflaska 10 min innan träning)
* Alla samlas i samma grupp/ring.
* Alla hjälps åt!
* Respekt
* **Meddela frånvaro i god tid! Via telefon eller sms. Vi förväntar oss att ni kommer på alla träningar om ni är friska och hela.**
* Alla dricker vatten i vattenpauser!
* Se till att äta bra och näringsriktigt alla måltider. Vid tidig träning ät ett bra mellanmål inför och ordentlig middag efteråt!
1. **Regler match**
* Äta, sova och träna bra inför match
* Alla bär matchoverall till match
* Matchställ: röd matchtröja, blå shorts/hotpants, vita sockar (Ev. blå uppvärmningströja)
* Representation= Trevligt uppträdande. Trevliga och hjälpsamma inom laget och mot motståndare, publik och alla andra.
1. **Seriespel- Matcher**

Vi kommer att ha 3 seriespelande damlag. Stöcke (div 2), Stöcke B(div 2) och Stöcke C.

**OBS! För att vi ska kunna hålla igång 3 seriespelande lag så kräver det att alla spelare som nu sagt att de ska spela med Stöcke fortsätter under hela säsongen 2019/2020! Det kräver också att alla spelare tackar ja till de matcher man blir kallad till (vi ska försöka kalla i god tid)! Frånvaro så som resor eller liknande behöver meddelas till ansvarig tränare i god tid- minst månad i förväg! Avhopp/spelarbrist kan leda till att vi behöver lämna wo och kan led till viten som kostar laget onödiga pengar.**

Stöcke (A) kommer att ha mera fokus på prestation och matcha för att vinna så många matcher och set som möjligt. Stöcke B har större fokus på spelarutveckling och att få spela mot svårt motstånd. Stöcke C har även det laget spelarutveckling i fokus. Många spelare kommer att spela matcher i två av de seriespelande lagen, vilket innebär mycket matcher för alla spelare.

Stöcke (A) division 2 kommer att ha totalt 4 sammandrag på annan ort (Härnösand, Malå, Vännäs, Norsjö) och 6 sammandrag i Umeå, varav 4 är egna sammandrag.

Stöcke B division 2 kommer att ha totalt 4 sammandrag på annan ort (Vännäs, Luleå, Härnösand, Norsjö) och 6 sammadrag i Umeå, varav 4 är egna sammandrag. (Ett av de tillfällen är en singelmatch mot Stöcke Vets som kommer att spelas på en ordinarie träningstid.)

Stöcke C division 3 kommer att ha 3 sammandrag på annan ort (Glommers, Skellefteå, Malå) och 3 sammandrag i Umeå, varav 2 är egna sammandrag (det ena sker samtidigt som div 2 A har hemmasammandrag).

**Vi vill gärna att alla som inte spelar själva under hemmamatcherna kommer och hejar fram sina kompisar!**

1. **Ekonomi**

Genomgång av budget! Stort behov av att dra in pengar till laget! För att vi under säsongen ska gå runt +-0 inom damverksamheten, så **behöver vi dra in i runda slängar *100 000 kr!!!* Det betyder att vi ALLA måste hjälpas åt att hitta bra lagjobb, sälja produkter och skaffa sponsorer!**

Ska vi åka på Trekungaslaget? Mötet beslutade att vi åker på 3-kungaslaget i Göteborg i slutet på Oktober, 25-27/10.

Föräldrar kan sponsra med körningar om vi skapar ett ungefär jämnfördelat körschema!

Spelaravgift 2000 kr/spelare betalas in till lagkonto 5329-0203778 i SE-banken, Veronika Gälman senast den 30/9! Märk betalningen tydligt med namn! (Veronika e-post: veronika.galman@icloud.com, telefon: 070-316 82 40)

1. **Resor**

Tåg till cupresor i södra Sverige.

Bil till bortamatcher i Norrland för både div 2 och div 3 damer. Chaufförer kommer att behövas. Tilldelas chaufförsuppdrag i ett körschema-Byt själva om ni inte kan det tilldelade datumet.

**Körschema-Se under dokument på lagsidan!**

1. **Egna arrangemang och arbetsinsatser**

Alla hemmamatcher i serien arrangerar vi själva. Behov av hjälp med kringarrangemang från spelarnas familjer. Två ansvariga team behövs. Hoppas kunna hitta matchsponsorer!

1. **Uppdrag:**

**- Lagföräldrar (2-4 pers): Linda och Anna T!**

**- Lagkassör (1-2 pers): Veronika Gälman**

**- Säljansvarig(1-2):**

**- Sponsorgrupp(1-4):** (kan gärna kombineras med att ordna lagjobb)

**- Ordna lagjobb( 1-4):** (kan gärna kombineras med att ordna sponsorer)

**-Skriva ansökningar om pengar: Maria Lindström om det blir en eller två till.**

**-Boka/resor:**

**- Matchansvarig hemmamatcher (Behövs två team):**

**- Publicera nyheter om damlagen i sociala media?**

Vi skickar ut en googleenkät som vi vill att alla besvarar! Uppdrag som ingen frivillig tar på sig kommer vi att behöva fördela/lotta ut i första hand till de som inte redan har uppdrag i lagen.

1. **Klädbeställning**

Kommer genomföras inom kort.

1. **Kick-off**

För divisionslagen gemensamt: Söndag den 15/9, Träningsspel på IKSU under em, därefter lagaktivitet. Avsätt tid från 12.00 -21.00! Återkommer med program!

1. **U-18 och U-20**

Kval på IKSU 25 och 26/1 2019. Vi tar ut ett bästa herr- och ett damlag som kvalar för Stöcke IF.

Till U18/USM i Maj kommer vi att åka med flera lag och även spela öppen klass. Till U20/JSM åker vi sannolikt endast med ett lag.

1. **Lagfoto**

I samband med någon träning under hösten kommer vi att ta nya lagfoton och individuella foton. Fotona kommer att synas på lagsidor, seriesidor och i matchannonser. Meddela tränare om ni inte vill synas på bild!

1. **Kurser**

Distriktsdomarkurs 14-15 september. Det vore bra om så många som möjligt går kursen!

Vi verkar få till en kostföreläsning med SISU den 1/10 som både spelare och föräldrar kommer att bjudas in till.

1. **Lagsidan**

Gemensam lagsida för alla damer. Kalendern kommer därmed att innehålla båda gruppernas träningstider. Vi har märkt träningarna Utveckling eller Representation. Fredagar när alla tränar står det damer alla. Det är upp till varje spelare att hålla reda på vilken träningstid som gäller!

Kallelse till match och information om det kommer bara att gå ut till de det berör. Så får man ingen kallelse så ska man inte spela den matchen.

Alla spelare ska lämna mail och telefon till lagsidan så att de får informationen direkt till sig själva också. **Alla svarar alltid på kallelse!! Svara så fort som möjligt, det underlättar otroligt mycket för oss tränare!**