

Angered Futsal Cup 26/12-2025 (Angered)

<https://www.procup.se/cup/38703.htm>

Klass: F13, Grupp 2

Ledare:

Yasmine Holmdahl (0736-398474)

Anders Norrman (0703-030017)

Spelare (Max 12 i truppen):

Följande spelare är registrerade i spelarförteckningen. Om någon spelare vill byta nummer så MÅSTE spelarförteckningen uppdateras och detta MÅSTE göras innan lagets första match. Det samma gäller om någon av spelarna av någon anledning uteblir och reserv(er) kallas in. Inga nya spelare får alltså läggas till i truppen efter att lagets första match har startats. Skulle det uppstå någon skada eller sjukdom så föreslår jag att ledarna kontaktar cupledningen och kollar om det är ok att kalla in en reserv.

Tröjnummer	Namn	Födelsedata
2	Elise Norrman	20140128
4	Jovana Kevereska	20140911
5	Olga Zhirkova	20130706
7	Enna Cirikovic	20140815
8	Sanja Jovic	20130430
14	Melissa Bäckman Holmström	20130212
15	Stephanie Godino	20130115
16	Elina Loncari	20130128
21	Era Loncari	20141112
22	Lani Said	20140918
23	Ellen Culldal	20130522
24	Hannah Gilchrist	20130502
Reserver (ej inlagda i spelarförteckningen)		
	Eelan Saeed	20140909
	Roula Saeed	20130303

För att kalla in reserverna, kontakta Hiba Abdulrahman (0709781745)

Samling

Fredag 26/12 kl 08.30 i Lärjehallen.

Matcher

5-mot-5, 1x12 min

Kl		Plan
09.30	Älvängen Blå - Surte IS	Lärjehallen
10.45	Jitex – Surte IS	Lärjehallen
11.45	Surte IS – Häcken	Lärjehallen

1:an och 2:an från gruppen går till A-slutspel. 3:an och 4:an går till B-slutspel. För detaljer om resultat och slutspelen se; <https://www.procup.se/cup/38703.htm> \\Lottning/Spelprogr.

Mat/mellanmål:

Se till så att tjejerna ätit en ordentlig frukost på morgonen, Ta med mellanmål (t ex frukt, Risifrukt, drickyoghurt) för både förmiddag och eftermiddag. Lunch löses av var och en, antingen genom att ta med hemifrån eller genom att köpa på plats.

Under cupen tillåter ledarna inte att spelarna äter/dricker godis, läsk, chips eller liknande. Efter att sista matchen är avslutad är det upp till föräldrarna att bestämma vad tjejerna får äta och dricka.

Packlista:

Fotbollsskor/Gympaskor för inomhusbruk
Benskydd
Shorts (svarta)
Fotbollsstrumpor (svarta)
Överdragströja/jacka (förslagsvis "Surte IS on tour"-hoodie)
Vattenflaska

? Mobiltelefon + powerbank/laddare

? Högtalare för uppvärmningsmusik

Transport:

Var och en ansvarar för att ta sig till och från cupen. Använd gärna Supertext-chatten för att arrangera samåkning.

Mobiltelefon:

Mobilen tillåts mellan matcherna, såvida inte ledarna säger något annat. Under matcher och genomgångar är det mobilförbud!

Förälder:

Föräldrarna ansvarar för att deras dotter kommer till och från cupen på ett säkert sätt. Hjälp också spelarna att vara i rätt tid, på rätt plats och med rätt utrustning.

Under cupen är föräldrarnas roll att stötta laget och heja fram tjejerna till stordåd. Bistå även ledarna med hjälp för att få allt att flyta så smidigt som möjligt, t ex genom att kontrollera så att godisförbudet efterlevs, knyta skor, sköta om småsår och andra skador. Tänk dock på att det bara är ledarna som får vara i den s k tekniska zonen under matcherna.

Ledare:

Ledarna ansvarar för att spelarförteckningen är korrekt ifyllt innan första matchen startar.

Yasmine har fått inloggningsuppgifter (<https://www.procup.se/cup/myteam/login.php>).

Alternativt så kan mina användas; 38703-303 SISF1314

Vid ankomst till Lärjehallen anmäler ledarna laget så att cuparrangörerna vet om att vi är på plats.

Före varje match utses en målvakt och en lagkapten. Ledarna ser också till att alla tjejer vet vilken position de ska spela på och vilken ordning bytena på positionen sker (rullande byten för att få upp tempot). Det här görs med fördel en stund innan laget går till planen för att tjejerna ska ha fokus på vad som sägs.

Tänk på att inga smycken är tillåtna, inte ens om man tejpar dem. Endast medicinskt påkallade örhängen (nytagna hål) får bäras.

Under matcherna så stöttar ledarna laget genom glada tillrop (särskilt om hur viktigt det är att hela tiden springa) och genom att hjälpa till med bytena (speciellt i början så är risken att spelarna stannar kvar för länge på planen eftersom de är pigga).

Det är också ledarnas ansvar att se till så att föräldrarna sköter sig på läktaren. Lämpligen utses en ansvarig förälder till detta.

Mellan matcherna går man gärna igenom den senaste matchen med tjejerna och pratar om vad som var bra och vad som kan bli bättre. De kan t ex behöva påminnas om att det blev en farlig målchans eller t o m mål när någon inte sprang utan gick ("spring eller byt"). Mest fokus på positiva saker!

Försök hålla ihop gruppen mellan matcherna så att inga tjejer försvinner. Det finns några som tycks leva på godis och läsk, så försök hålla ett öga på att godisförbudet efterlevs.