



REGIONSCUPEN 2023 DISTRIKTSLAG FLICKOR REGION VÄST

2023/09/01 – 09/03



Innehållsförteckning

- 2 Information om Regionscupen
- 3 Hällefors IK
- 4 Information om boendet
- 5 Spelschema
- 6 Måltider och måltidsschema
- 7 Ekonomi, kostnader, omklädningsrum mm.
- 8 Hällefors



Information om Regionscupen

Regionscupen för flickor i Region Väst spelades för första gången 2022 i Falun.

Regionscupen ska vara en turnering med bra kvalitet på arrangemang och hockey i kombination med låga kostnader.

Det är en återkommande uppstart på säsongen där regionens U16 distriktslag gör upp om titeln.

2023 står Hällefors IK som arrangör och vi ser med glädje fram emot en spännande helg med en bra stämning och mycket matcher.

Varmt välkomna till Hällefors och Örebro län!



Hällefors IK

Historik

Hällefors Ishockey Klubb bildades 1961. Förutsättningarna för Ishockey förbättrades till säsongen 1974 - 1975 när en konstfrusen isbana byggdes. Ishallen byggdes och var klar till säsongen 1985 - 1986 efter mer än 8 500 frivilliga arbetstimmar. Ishallen ägs och drivs av föreningen. Idag är det ca 500 medlemmar i föreningen varav drygt 200 aktiva spelare.

Seniorer herr

Sportsligt sett hade Herrlaget sin bästa tid i slutet av 70-talet med två andraplatser i dåvarande div.2. (motsvarar nu div.1). Elitspelare som är hockeyfostrade i Hällefors bl.a. Rikard Ekström Västerås IK & AIK, Michael Andersson (numera Björkbacka) Bofors IK, Andreas Holfelt Nybro, Erik Persson Leksand J20 (Sm-guld) samt Elias Ekström Örebro Hockey.

Dam/Tjej

Hällefors IK startade upp tjej/-damhockeyn för 20 år sedan och HIK var länge ledande i Örebro län. Många spelare från HIK har representerat Örebro län i distrikts- och regionsturneringar. En handfull spelare har spelat i U18-landslaget och Felicia Karlsson och Wilma Ekström har spelat med Sveriges Damkronor i några matcher. Största framgången rent sportsligt för Hällefors IK:s damer uppnåddes i samarbete med Lindlövens IF då laget lyckades vinna Div 1 Västra säsongen 2010/11 och fick kvala till Riksserien (SDHL) mot Munksunds SK (nuvarande Luleå/MSSK) och Sundsvall. Storstryk blev det men en upplevelse för livet och en sporre för många spelare. Senast Hällefors IK spelade i Division 1 Västra (NDHL) var säsongen 2019/20.

Elitspelare som är hockeyfostrade i Hällefors IK är bland annat Wilma Ekström Leksands IF & Brynäs IF, Felicia Karlsson Leksands IF och Ebba Andersson Leksands IF och mv Lina Eriksson Leksands IF. Linnea Jansson, Annie och Ella Hidén har också provat på spel i SDHL med Leksands IF. Den senaste i raden av talanger från HIK är Thea Liudden som i år kommer att representera HV71 i SDHL.



Hällefors IK:s första Flicklag, HIK U-10 Tjejer.
Fotot taget vid matchen mot ÖIS-Västerns pojkar 22-11-2003.
Sittande fr. v: Malin Holmström, Sara Pettersson, Viktoria Rönqvist, Sofia Larsson, Josefina Karlsson och Elie.



Ungdom/-juniorverksamhet

Hällefors IK bedriver verksamhet för barn och ungdomar upp till 20 år. Föreningens mål är att skapa de bästa förutsättningarna för att alla ska få möjlighet att utvecklas som ishockeyspelare och lära sig kamratskap, laganda och fair play.

I åldrarna 7–20 år fanns drygt 100 aktiva spelare säsongen 22/23

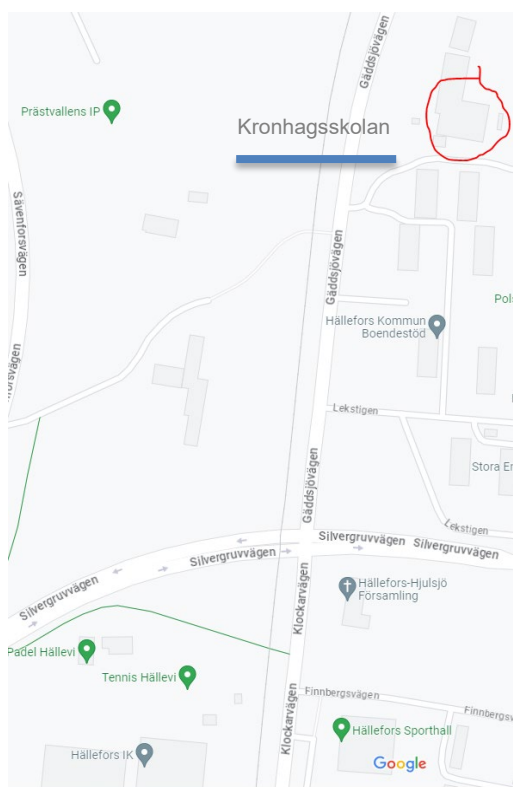
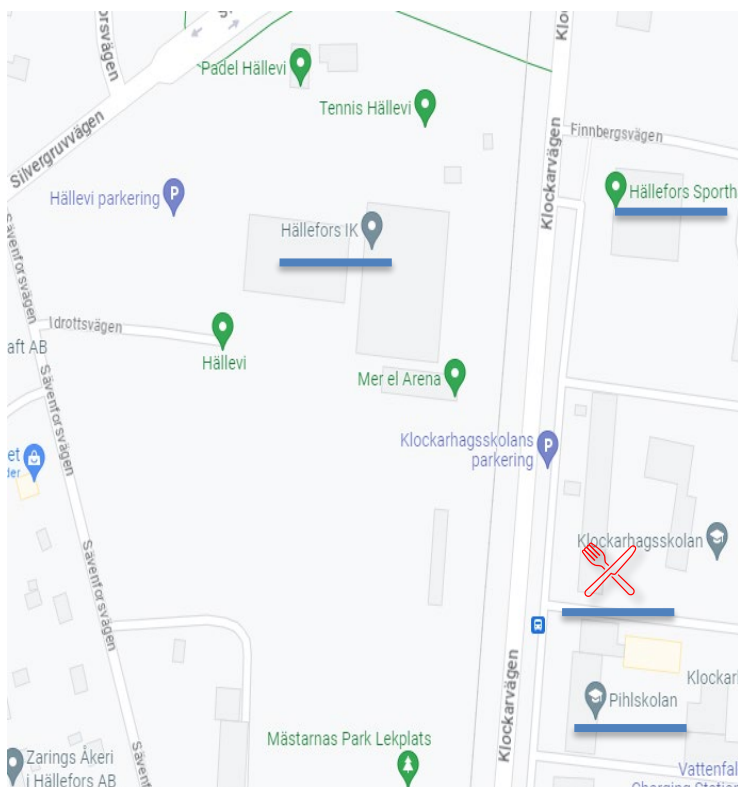
På flicksidan har det under flera år varit en stigande trend på och under föregående säsong var drygt 30 tjejer aktiva.



Information om boende

Boende finns inom gångavstånd till ishallen och delas upp på flera lokaler. Boende på hårt underlag.

- **Dalarna och Värmland:** Sporthall(fullstor) två lag – En vik-/mellanvägg ett lag på varje sida.
- **Gästrikland/Hälsingland och Västmanland:** Pihlskolan två lag
- **Örebro län/Östergötland:** Badhuset – Ett rörelserum-/träningslokal samt ett större kontor-/konferenslokal till ledarna
- **Västergötland:** Kronhagsskolan ett lag – gympsal + omklädningsrum





Spelschema Regionscupen U16 Flickor 2023 - Preliminärt

Omgång	Matchnr	Veckodag	Datum	Tid	Hemma	Borta	Ansvariga för sekretariatet
1	94903001	Fredag	2023-09-01	15:00	Örebro län	Värmland	Hällefors IK
	94903002	Fredag	2023-09-01	16:45	Dalarna	Västmanland	Värmland
	94903003	Fredag	2023-09-01	18:30	Gästrikland	Västergötland	Örebro/Östergötland
2	94903004	Lördag	2023-09-02	09:30	Örebro län	Dalarna	Hällefors IK
	94903005	Lördag	2023-09-02	11:15	Värmland	Västergötland	Dalarna
	94903006	Lördag	2023-09-02	13:00	Västmanland	Gästrikland	Västergötland
3	94903007	Lördag	2023-09-02	15:00	Västergötland	Örebro län	Gästrikland
	94903008	Lördag	2023-09-02	16:45	Västmanland	Värmland	Dalarna
	94903009	Lördag	2023-09-02	18:30	Dalarna	Gästrikland	Västmanland
4	94903010	Söndag	2023-09-03	09:00	Västmanland	Västergötland	Värmland
	94903011	Söndag	2023-09-03	10:45	Värmland	Dalarna	Gästrikland
	94903012	Söndag	2023-09-03	12:30	Gästrikland	Örebro län	Västergötland
5	94903013	Söndag	2023-09-03	14:45	Västergötland	Dalarna	Västmanland
	94903014	Söndag	2023-09-03	16:30	Värmland	Gästrikland	Örebro/Östergötland
	94903015	Söndag	2023-09-03	18:15	Örebro län	Västmanland	Hällefors IK

Matcherna spelas 2 x 20 min. Vid oavgjort så spelas 5 min Overtime.

Vid lika läge efter Over Time så läggs 3 straffar var.

Vid lika läge efter dessa tre straffar så tillämpas Sudden straffar.

Matchvärmning på is sker 10 min innan matchstart.

Sekretariatet bemannas enligt spelschema det är klocka, speaker, protokoll samt utvisningsbås.

Omlädningsrum

Distriktslagen kommer att disponera egna omlädningsrum under turneringen.

Att komma ihåg:

1. Skridskoskydd kan behövas beroende på omlädningsrum.
2. Endast personal, matchfunktionärer, ackrediterade ledare och spelare får vistas i omlädningsrummens områden.
Inga föräldrar, syskon eller supporters tillåts uppehålla sig i dessa områden.

Inga spelare eller ledare får vistas i ismaskinernas arbetsområden och där vaktmästarna utför sitt arbete. Efter spolning får spelare beträda isen först när vaktmästaren stänger sargen.



Måltider

Följande måltider ingår:

Fredag: Middag och kvällsmål.

Lördag: Frukost, Lunch och Middag samt kvällsmål.

Söndag: Frukost och Lunch samt Middag(valbar).

Måltiderna äter lagen i Klockarhagsskolan matsal (5 minuters promenad från ishallen markerat på kartan med kniv och gaffel på kartan sida 4)

Mellanmål ingår och finns att hämta i cafeterian

- Anmälan om specialkost ska ske så snart som möjligt!
- Respektive lag meddelar om ni ska ha middag på söndagen senast 1 vecka innan Regionscupen!

Måltidsschema:

Öppettider

Frukost: 07:30 - 08:30

Lunch: 11:00 - 13:30

Middag: 16:30 - 18:30

Kvällsmål: Tas med av berört lag vid middagen.



Ekonomi och kostnader

- Kostnaden för arrangemanget är **800 kr/spelare och 800 kr/ledare**. I detta pris ingår:
 - Fredag: Middag samt kvällsmål
 - Lördag: Frukost, lunch, middag samt kvällsmål.
 - Söndag: Frukost, lunch samt middag
 - Mellanmål lördag och söndag.

Hällefors Ishockeyklubb fakturerar respektive distrikt efter turneringens genomförande.

Sliprum

Alla Distriktslag erbjuds möjligheten att använda sliprummet och Hällefors IK's slipmaskin. Distriktslagen ombesörjer själva slipningen av sina skridskor. Kontakta vaktmästarna för tillgång till sliprummet.

Svenskhockey.tv

Matcherna sänds på Svenskhockey.tv.

Swe Hockey Appen och Live Stats

Turneringen kan följas via SWEHOCKEY mobilapp samt Live Stats på www.swehockey.se

Kontaktpersoner, Tävlingskansli och tävlingsledning

Ansvarig under turneringen från Hällefors IK:

Henrik Bark Tel. 070 - 512 62 91

e-post: henrik@taksifferspecialisten.se

Tävlingsansvarig:

P-A Johansson

Tävlingsutskott SIF

Regionförbundet Väst

Telnr: 073 – 687 32 70

p-a@region-vast.se

Det är P-A Johansson som ni kontaktar gällande sportsliga frågeställningar eller så blir ni kontaktade vid eventuella disciplinärenden.



Bo och göra i Hällefors med omnejd

Boende

<http://www.grythyttansgastgivaregard.se>

www.lokabrunn.se

www.helleforsherrgard.se/

www.halleforsvandrarhem.com/

www.soralgenscamping.se/

www.sikforsherrgard.se/

<https://savenforslodge.se/>

Sevärdheter & Besöksmål

Krokbornsparken – Sveriges äldsta folkpark

Knuthöjds mossen – Naturreservat med spångade stigar (5 min från ishallen)

Grythyttan – idyllisk ort med kullerstensgata, restauranger, caféer, Antikvarie samt lokalproducerad glass och choklad

Bredsjö Mjölkhår – Gårdstillverkning av bl.a. Bredsjö blå (mögelost) samt ett ostcafé där osten samt lokalt hantverk säljs

Hjulsjö 103 – Småskaligt mathantverk café, surdegsbröd, pizza, praliner, lokala råvaror och bistro

Att göra

HFS gym – Hfsgym.se Dagskort kan lösas i appen Zoezi

www.matesanorebrolan.se 2–3 september, 5 utställare i Hällefors Kommun

Hällefors Badhus – Färdigställt 2023 sitter ihop med Ishallen, öppen fredag till 18:30 ej lör-sön

Hällefors Bowlinghall – 5 min promenad från ishallen Öppet fre. 10–18 lör. 11–16

Padelbana – Hällefors Padel(dubbel utebana) ligger i anslutning till ishallen bokas via Matchi

Golfbana Saxå GK - <https://www.saxagk.se/>

Hurtigtorpet Hällefors – Motionsspår, utegym samt discgolfbana

Mountainbike – Startplats Hjulsjö MTB leder på totalt 190 km

Sångens badplats – Bryggör och hopptorn (5 minuter med bil från Ishallen)

Restauranger/Pizzerior

Bredsjö Ostcafé - www.bredsjobla.se

Cornelis - www.cornelisgrythyttan.se (Grythyttan)

Grythyttans Gästgivaregård - www.grythyttansgastgivaregard.se

Hammarns Vägkrog - www.hammarnsvagkrog.net

Loka Brunn - www.lokabrunn.se

Georges Garage - www.georgesgarage.se

L'akkasha - <https://lakkasharestaurang.se/>

Pizzeria Espana

Pizzeria Viking

Pizzans Hus (Grythyttan)

Sammanfattning

Region Väst, Örebro läns ishockeyförbund och Hällefors IK hälsar alla varmt välkomna till Regionscupen U16 för flickor i Hällefors.