

VHF F12/13 föräldramöte

Tränare: Robin Löfstedt

Ass. tränare: Lise Norén, Karin Letterblad, Anton Lövgren

Träningar

Tisdag 19:00-20:30

Torsdag 19:30-21:00

Trupp

De flesta är kvar sedan förra året vad vi vet, och i så fall är vi 14 spelare.

Seriespel

I år spelar vi i en serie, det blir 18 matcher.

F13 Syd Nivå 2 Nordöstra	Deltagande lag:
26 september – 21 mars	Eslövs HK
2x25 minuter	Höörs HK H65 3
Vanlig ribba	IFK Kristianstad Blå
Seriespel med tabell	KFUM Kalmar HK
6+1 spelare på plan	Växjö HF 2
	Åhus HB 2

Träningsmatcher

Vi kollar med närliggande föreningar om träningsmatcher under säsongen för att möte lite olika motstånd. Eksjö ser ut att bli av, men även Nässjö kan vara aktuellt.

Kallelse till träning och match

Vi kallar till träningar och matcher på samma sätt som förra året, kallelser skickas ut på fredagar för nästa veckas båda träningar. Jättebra om man tar för vana att svara på kallelserna så att vi kan planera träningar och matcher på bästa sätt.

Cuper

Hallbybollen 4-6 januari: spelas i Jönköping, Huskvarna och Bankeryd, vi tänker samma upplägg som förra året med hårdförläggning, dvs boende på skola men exkl. transport för att hålla nere kostnaden. Vill man sova hemma så går det såklart bra också. *I deltagarkortet ingår även att se en landskamp i Huskvarna Garden 6 januari (obs! Sista dagen på Hallbybollen).*

IrstaBlixten 2-4 april: traditionsenligt åker flera lag från VHF till Västerås och spelar IrstaBlixten, i alla fall vad vi vet just nu. Återkommer om mer info längre fram.

Hjälp av er föräldrar

Matchvärdar

Precis som förra året behöver vi matchvärdar till hemmamatcherna. Som matchvärd hälsar man gästande lag och domare välkomna och visar dem till sina omklädningsrum. Man finns även tillgänglig och visar publiken rätt. Dessutom håller man "schysst match"-möte inför match 1 och 2 (det finns en färdig mall som man går igenom, inget jobbigt eller svårt). Vi tänker att det räcker med en matchvärd per tillfälle.

Funktionärer

Funktionär behövs vid F13-seriens hemmamatcher där vi behöver bemanna sekretariatet. För att registrera mål och andra matchhändelser i Profixio krävs en utbildning (FU1) som Christina och Jack kommer att gå. Lovisa gick förra året och kommer också att sitta i seket. Däremot kommer vi att bemanna med ytterligare en person per matchtillfälle för att sköta klockan och visa antalet mål på tavlan i hallen.

Chaufförer

Precis som tidigare behöver vi hjälp att köra till matcherna. Även detta kommer ut på schema, behöver man byta tillfälle så löser ni det inom föräldragruppen.

Försäljningsansvarig & Kassör

Mathilda lämnar över försäljningsansvaret till Helena som kommer att sköta både försäljning och fortsätta som kassör, det är vi väldigt glada för!

Övrigt

Minibussar till bortamatcher

Föreningen bekostar max två resor med minibuss under säsongen. Om vi känner att vi gärna vill ta minibuss istället för att köra flera bilar till längre bortamatcher, så finns möjlighet att lägga en extra peng för att boka två minibussar. Tankar kring det?

Bollar

Förslag är att vi köper in egna bollar till tjejerna som vi har till både träning och match. Eventuellt tar vi en del av lagkassan, alternativt sälja något för att hålla nere kostnaden – eller i bästa fall om vi har någon förälder som vet om ett företag som har lust att sponsra oss med en slant 😊

Teori

Vi planerar att lägga in ett kortare teoripass innan torsdagsträningarna en gång/månad och därefter jobba med övningar kopplat till teorin på träningen efteråt. Återkommer om plats.

Styrka och uppvärmning

Vi kommer i år att mer aktivt att lägga in knäkontrollövningar samt styrkeövningar för att minska skaderisken, detta gör vi som en del av uppvärmningen.