



HANDBOLLSÅRET 2026 / 2027 (F14)

FÖRÄLDRAMÖTE 2026-09-14

INNEHÅLL

LAGET OCH KOMMUNIKATION

TRÄNINGAR

MATCHER OCH CUPER

ARBETSGRUPPER



Laget och Träningar

Laget

- 11 aktiva, varav 10 matchredo
- 5st 2012, 6st 2013

Träningar

- V33-v51 med uppehåll på höstlovet
 - Måndagar 18:30-20:30
 - Tisdagar 16:00-17:00 (delad tid)
 - Torsdagar 19:00-20:15
- **Samling 10 minuter innan. Kom i tid!**
- Ombytt, inneskor och vattenflaska
 - Knäskydd är bra, men inget måste
- Måndagar löpning / fys 18:30
 - Superviktigt, för kondition och mot skador!
 - Löpvänliga utesor på, inneskor i väska
 - Vid ruskväder: fysträning inne

Kommunikation

- **Laget:** kallelser, nyheter
- **WhatsApp:** korta notiser, snabba frågor och svar



- Kallelser
 - **Installera på tjejernas telefon!**
 - Träningar 7 dagar innan
 - Matcher 14 dagar innan
 - **Svara i god tid! Håll uppdaterad**
Aktiviteter -> Välj aktivitet -> Klicka på ditt namn



Året 2026 / 2027

Matcher

- Spelar som F14
 - I stort samma som F13
- Matchsäsong: **oktober till mars**
- Sammandragsserie
13 tillfällen, ca två matcher per tillfälle,
9 tillfällen borta, varav 5 långa resor
- OBS! Vi är bara 10, alla kallas

Straffavgift för urdragning och mycket jobbigt att boka om!

Tre matcher måste planeras om, halftid och domare bokas om

→ **Prioritera matcherna**

Vi måste hjälpas åt med matchuppställning

Cupper

- ~~Göteborgs cup (4-6/9)~~
- Vänerbollen april 2027
 - Tre speldagar och två nätter i Lidköping
- Mölndalsspelen 2027
 - Början på juni
 - Utomhus

Tvätt!

- Alla tar hand om sina grejer
 - Skölj ur vattenflaskan
 - Tvätta matchtröja,
40 grader UTAN sköljmedel
 - Tillbaka på träning samma vecka



Hjälpas åt!

- Träningar och matcher
 - Elisabeth och Niklas tar hand om detta!
 - Hjälptränare behövs! Varje gång eller bara ibland
 - Jose och Sofie
- Övrigt delar vi på; rätt mycket för en, rätt lite för flera
 - **Bortamatcher**: Fixa resplan i god tid
 - **Hemmamatcher**: Bemanna hallen, funktionärsutbildning
 - **Lotteriansvar**: Ta hand om Bingolotto
- Ca 4 föräldrar per uppgift
 - Varav en är kontakt mot lagansvarig (Niklas)
 - Alla kommer placeras i en grupp!



Hemmamatcher

OBS! För sekretariatet krävs utbildning.

Bara 2 i laget som har. Behöver 2 till!

Onsdag 16/9 18-21

Lördag 19/9 13-16

- **Hemmamatchansvar: Säkerställ att det finns bemanning i hallen**
 - **Fiket:** 2-3 personer. Koka kaffe, te, varma mackor och annat (klubben sköter inhandling)
 - **Sekretariatet:** 2 personer som sköter tid och poängräkning, matchprotokoll
 - **Hallvärd:** Välkomna motståndarna, allt-i-allo, se till att alla sköter sig (publik, ledare etc)
- Kallelse går ut ca 14 dagar innan match, matchtrupp klar 7 dagar innan

Anmälda

Vem?
Sammankallande: Moa
Vera (Elin) – Har FU2
Hilda (Moa) – Har FU2
Ella (Saara) – Har FU2
Stina (Anders) / Sofia (Nora) Går FU2 19/9

Hemmamatcher

Datum	Tid	Dag	Hemmalag	Bortalag	Spelplats
2026-10-04	11:00	Söndag	IK Nord	Backa HK	Masthuggshallen
	13:50	Söndag	IK Nord	BK Heid Lila	Masthuggshallen
2026-11-07	10:55	Lördag	IK Nord	IK Baltichov blå	Valhalla B Göteborg
2026-11-22	13:25	Söndag	IK Nord	IK Sävehof 6	Masthuggshallen
	16:05	Söndag	IK Nord	Borås HK84	Masthuggshallen
2027-03-14	12:55	Söndag	IK Nord	Alingsås HK 3	Masthuggshallen
	15:45	Söndag	IK Nord	Stenungsunds HK Svart	Masthuggshallen



Bortamatcher

- Bortamatchansvar: Säkerställ att det finns resplan och skjuts till match
- Kallelse går ut ca 14 dagar innan match, matchtrupp klar 7 dagar innan
 - Ca 3-4 bilar så får alla spelare och ledare plats (Niklas kan oftast köra)
 - På plats 1 timme innan för ombyte, pepp och uppvärmning

Anmällda

Vem?

**Samman kalland:
Felicia (Rickard)**

Jose (Ines)

Jimmi/Emma (Muzi)

(Ingigerdur (Isabella))

2026-10-10	10:30	Lördag	Anderstorps SK	IK Nord	Anderstorps Sporthall
	11:45	Lördag	IK Nord	Kvibergs HK 2	Anderstorps Sporthall
2026-10-25	10:30	Söndag	Marks HK Vit	IK Nord	Hyssnahallen
	11:45	Söndag	IK Nord	Mölndals HF 2	Hyssnahallen
2026-11-29	16:00	Söndag	Mölndals HF 2	IK Nord	Aktiviteten A Mölndal
2026-12-06	15:15	Söndag	Anderstorps SK	IK Nord	Prioritet Serneke
	16:35	Söndag	Kvibergs HK 2	IK Nord	Prioritet Serneke
2026-12-20	11:10	Söndag	BK Heid Lila	IK Nord	Frölunda Kulturhus
	13:00	Söndag	IK Nord	Backa HK	Frölunda Kulturhus
2027-01-17	10:00	Söndag	Alingsås HK 3	IK Nord	Alströmerhallen, Alingsås
	12:00	Söndag	IK Nord	Stenungsunds HK Svart	Alströmerhallen, Alingsås
2027-01-23	13:30	Lördag	Marks HK Vit	IK Nord	Arenahallen B Mark
2027-01-30	11:15	Lördag	IK Baltichov blå	IK Nord	Förbohallen Stenkullen
2027-02-28	14:00	Söndag	IK Sävahof 6	IK Nord	Daltorphallen
	15:30	Söndag	Borås HK84	IK Nord	Daltorphallen



Lotteriansvarig

Nora (Olof)

- Lotteriansvarig
 - Lottförsäljning ett par gånger per år; t.ex. adventskalendrar, Bingolotter för julens uppsittarkväll.
 - Ansvar
 - Hämta kuvert hos klubbens lotteriansvarig
 - Dela ut i laget
 - Redovisa tillbaka till lotteriansvarig (Swisha såld summa, samla in och lämna osålda lotter)
- Bingolottostudion (alla deltar!)
 - IK Nord säljer i studion innan sändning varje söndag, varje lag har två per termin
 - På plats i studion ca 17:00 (Gamlestan). Försäljning till 30 minuter innan sändning
 - Lotter fås på plats, osålda lotter lämnas.
 - **Meddela Maria L. / Olof antalet osålda lotter**
 - **Obligatoriskt! Kan man inte, byter man med någon annan**

Bingolottostudion (kallelse kommer i Laget-appen)

18/10
Felicia
Stina
Nora

15/11 (flyttas, matchdag)
Minoo
Ines
Isabella

Våren 1 (TBD)
Liv
Vera
Hilda

Våren 2 (TBD)
Muzi
Ella
Felicia
Stina



Tränare och Assisterande

- **Vår policy:** Alltid minst 2 vuxna i hallen
- Vill inte ställa in träningar
- Fler gör oss mindre sårbara och ger möjlighet att nivåanpassa träningarna
- Elisabeth och Niklas sköter planering och driver träningarna
- **Assisterande:** Vara med skapligt regelbundet måndagar och torsdagar, kan hoppa in på kort varsel

Assisterande tränare

Vem?
Jose (Ines)
Sofie (Vera)
Rickard (Felicia)



Allmänt från Klubben

- **Domarutbildning**

- För tjejerna, lördag 19/9 9:00-13:00
- Anmäl: <https://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/2270518>

- **Avgifter**

- Skickas ut i oktober
- Medlemsavgift (800:- per familj) och träningsavgift (1200:-) faktureras separat
- Fritidskort gäller

- **Sponsorer sökes**

- Många bäckar små, allt är välkommet! Kontakta Niklas
- TIPS: Käka på Pizzabagaren på Prinsgatan och hälsa från IK Nord. Dom skickar oss ett par tusenlappar lite då och då <3

- **Intersport**

- Ange Nord som “favoritklubb”. En andel går till oss!

- **Trygga möten**

- Alla ledare är skyldiga att dela utdrag ur belastningsregistret 2 ggr per år
- Också ett krav från förbundet för att få vistas på planen vid matcher

Summerring

Viktiga grejer / Att göra

- **Installera** Laget-app på tjejernas telefoner
- **Svara** på kallelser och håll uppdaterad
 - Både träningar och matcher
- **Kom i tid!**
 - Samling 10 minuter innan start
- Kondition / fys är viktigt – pusha att vara med!
- Få i laget, mycket svårt att flytta matcher.
Prioritera matchhelgerna
- Var och en ansvarar för tvätt av matchkläder!
40 grader utan sköljmedel



Våra WhatsApp-grupper

Alla i laget



Föräldrar & ledare

