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 uteskor på, inneskor i väska
    - Vid ruskväder: fysträning inne

Kommunikation

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

laget.se

- 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, halltid 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 sekretriatet 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)
  - **Sekretäriatet**: 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

Anmälda

Vem?
Sammankalland: 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 Sävehof 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**
    - **<u>Obligatoriskt! Kan man inte, byter man med någon annan</u>**

Bingolottostudion (kallelse kommer i Laget-appen

18/10	15/11 (flyttas, matchdag)	Våren 1 (TBD)	Våren 2 (TBD)
Felicia	Minoo	Liv	Hilda
Stina	Ines	Vera	Ella
Nora	Isabella	Muzi	Alice

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

Summering

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

IK NORD 1947

Våra WhatsApp-grupper

Alla i laget

Föräldrar & ledare