



VI VÅGAR SPELA - DEN RÖDVITA LINJEN!

FOTBOLL I MODO FF

TIPS OCH RIKTLINJER FÖR TRÄNARE/LEDARE

Dokumentet syftar till att ge tränare och ledare i Modo FF riktlinjer kring Modo FF:s träningsupplägg, matcher och spelidé, tips till övningar och struktur kring lagen etc.

INLEDNING

Den rödvida linjen beskriver hur vi vill arbeta med att utveckla våra lags fotbollskunskaper enligt devisen - VI VÅGAR SPELA!

Vår erfarenhet är att vi utvecklar våra fotbollsfärdigheter mer om vi vågar spela passningsspel redan från tidig ålder istället för att spela på andra sätt, t.ex ”sparka-spring-fotboll”. Tanken är att vi redan från sju års ålder börjar bygga in vissa förutbestämda övningar i träningsverksamheten för varje år upp till dess att spelaren blir senior.

I Modo FF följer vi Svenska Fotbollsförbundets spelarutbildningsplan.

Vi vill att våra fotbollsungdomar får en bra grundutbildning i fotboll, så att samarbete mellan lagen i föreningen underlättas och att ungdomarna vill spela fotboll så länge som möjligt.

MODO FF SKALL:

- Erbjudna fotboll som en positiv och meningsfull sysselsättning så att så många ungdomar som möjligt skall vilja och kunna ägna sig åt fotboll
- Skapa en positiv och sund miljö där alla får lära sig fotboll och utveckla ett livslångt intresse
- Ge ungdomar med ambition, möjlighet att göra en målmedveten fotbollssatsning under socialt trygga former där övergången från barn- till ungdomsfotboll sker successivt.
- Se matchen som ett inlärningsstillfälle och motverka utslagning
- Lära barn och ungdomar ett etiskt och moraliskt förhållningssätt samt fostra till rent spel
- Se till att ungdomar med en speciell fallenhet och intresse för fotboll ges möjlighet att utvecklas i en takt som passar varje individs förutsättningar.
- För MODO FF's del, för dem med speciell fallenhet:
 - -ge spelare möjlighet att träna och spela matcher i äldre lag.
 - -uttagningar/läger för kommande Ångermanlandslag.
 - -ge 7- och 11-manna målvakterna speciell målvaktsträning.
- Uppmuntra ungdomar att jämsides med sitt fotbollsspel delta i andra idrotter
- Inte acceptera att andra idrotter nekar ungdomar att spela fotboll

Augusti 2014

Fotbollskommittén:

Wim Eikelbom, 070-680 15 25, wimeik@hotmail.com

Anders Jacobsson, 070-385 84 40, anders.jacobsson@soderbergpartners.se

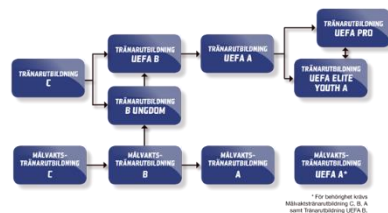
Per-Anders Bjuggstam, 070-286 30 40, per-anders@bjuggstam.nu

TRÄNARE OCH LEDARE

Ledarskap inom Modo FF

Folkrorelseidrotten bygger i allt väsentligt på det ideella ledarskapet. Modo FF är inget undantag utan vi står och faller med flertalet ideella insatser.

- Modo FF anser att det är viktigt att ha utbildade tränare/ledare i våra lag, i enlighet med Svenska Fotbollförbundets utbildningsprogram, se bilden till höger. Miniminivå för detta är Tränarutbildning C.
- Som tränare/ledare för barn/ungdomar
 - 6-12 år, skall ha genomgått Tränarutbildning C
 - 12-16 år, bör även ha genomgått Tränarutbildning B Ungdom
- Modo FF bekostar utbildningen för våra ledare utifrån överenskomna individuella utbildningsplaner
- Modo FF har en uttalad strävan att även intresserade ungdomar ska erbjudas möjlighet som ledare i något av föreningens lag som bedöms som lämpliga
- Modo FF arbetar medvetet för att samtliga ledare i föreningen ska vara utbildade för den nivå man är verksam inom och erbjuder regelbundet utbildning för att ledarna ska kunna ta till sig ny kunskap som möjliggör en kontinuerlig utveckling av verksamheten
- Modo FF har som målsättning att erbjuda minst ett utbildningstillfälle per år
- Modo FF har som målsättning att vara självförsörjande vad gäller ungdomsdomare och erbjuder internt, eller i samarbete med ÅFF, domarutbildningar för ungdomarna från det år de fyller 14 år
- Modo FF har som målsättning att ha utbildade målvaktstränare.



Tränare och ledare i Modo FF skall:

- Följa den av föreningen beslutade policyn "Den röd vita linjen"
- Följa de utbildningsplaner som finns för ledare och spelare
- Uppmuntra och motivera spelarna och coacha dem på ett positivt sätt
- Skapa bra föräldrakontakt
- Vårda föreningens material
- Bära föreningens ledarkläder i samband med träning och match
- Kontrollera att omklädningsrum och träningslokal/yta lämnas i ett skick som man själv vill finna den i
- Vid hemmamatch hälsa gästande lags ledare och domare välkomna och informera om rutiner de berörs av. Detta görs tillsammans med matchvärdar
- Efter match tacka domare och gästande lags ledare. Inte protestera mot domslut. Domaren skall stötts för att kunna fullgöra sitt uppdrag så bra som möjligt
- Ledare skall vara goda förebilder för varandra och tillsammans verka för en god samarbetsanda. Kommunikationen mellan varandra skall ske med respekt och i en god föreningssocial anda
- Vara lojala mot föreningen
- Tränarna bör planera och förbereda träningarna väl innan träningen

Nya ledare till de yngsta lagen söker vi i första hand hos barnens föräldrar.

MODO FF'S SPELIDÉ

Tanken med att presentera en spelidé för MODO FF är att få klubben att långsiktigt sträva åt samma håll när det gäller grunder i spelet. Det är inte vår önskan att i detalj styra spelet, men att ha enkla riktlinjer för vilken sorts fotboll vi vill spela.

Vi anser att med en gemensam spelidé i föreningen blir det **en röd vit linje** som följer spelarna upp till seniorspel som både underlättar samarbeten mellan lagen i föreningen och utbildar duktiga fotbollsspelare.

Vi vill att:

- Vi ska VÅGA SPELA FOTBOLL redan från unga år, inte ”sparka-spring-fotboll”
- Våra spelare strävar efter ett högt bolltempo dvs spelar ett snabbt passningsspel efter marken och vågar spela sig ur svåra situationer. Genom att våga utvecklas man, utvecklas individen gynnar det laget och föreningen
- Vi börjar med att i så stor utsträckning som möjligt rulla ut bollen från målvakten och spelar oss vidare därifrån

MÅLVAKTSTRÄNING, INTRODUKTION

Målvakten har alltid varit ganska förbisedd på träningar överlag. Övningar utformas för att utveckla utespelarna på olika sätt utan att ta hänsyn till målvakten. Även om det kan tyckas att övningarna är varierande så kan det vara så att målvakten ändå får snarlika avslut på sig. Givetvis kan man inte ta hänsyn till alla lagdelar i alla övningar, därför är det viktigt med speciell målvaktsträning.

Under 5-mannatiden är det lämpligt att rotera, att låta alla spelare spela på olika positioner, även som målvakt.

De första åren på 7-manna kan man börja lite lätt med specifik målvaktsträning. Man behöver inte ha bestämda målvakter, låt alla som vill vara med på målvaktsträningen. Träna på att fånga bollen i skopan, på lite högre bollar och bollar längs backen. Lär målvakterna att använda händerna så mycket som möjligt för att minska risken för farliga retur.

De senare åren på 7-manna, och de första åren på 9 respektive 11-manna bör man ha bestämda målvakter. Då är det läge att börja träna lite hårdare på de mest grundläggande tekniska momenten: fallteknik, greppteknik och positionsspel. När målvakten sen kommer upp lite i åldrarna byggs det på med lite mer komplexa övningar.

Fotbollskommittén hjälper till att påminna om målvaktsträningen.

LAGUTTAGNINGAR

Idrott för barn 6-12 år

Med idrott för barn avser vi idrott upp till och med tolv års ålder. Detta är i enlighet med Riksidrottsförbundets direktiv. I barnidrotten får barnen leka och prova på olika idrotter och därigenom utveckla fysiska grundfärdigheter. Barnets allsidiga utveckling är normgivande för verksamheten. Modo FF uppmuntrar spelare i dessa åldrar att prova på många olika idrotter och inte bara fotboll.

Betydelsen av tävlingsresultat **ska avdramatiseras** och alla barn ska **ges lika möjlighet** att delta i träning och matchspel. Samtidigt ska vi inom föreningen lära barn att handskas med såväl vinst som förlust. Tränarens roll är inte bara att vara en instruktör utan att tillsammans med barnen skapa ett härligt motivationsklimat med känsla av välkomnande, acceptans och samhörighet. Att förstärka lärandesituationen utifrån att ställa frågor, bekräfta lyckade lösningar och guida barnen i sin iver att lära.

Här spelar också vårdnadshavares agerande stor roll, det är viktigt att de stödjer sina barn och inte bidrar till hets och prestationskrav.

Alla spelare ska spela lika mycket. Lagen bör inte bestå av för många spelare under match för att alla ska få mycket speltid, t.ex kan man anmäla två lag till seriespel alternativt rulla runt med spelare till matcherna, vilket betyder att en spelare kan vila helt en match för att spela nästa match istället. Spelarna bör turas om att spela på alla positioner i laget inklusive målvakt. Vinst eller förlust spelar alltså ingen roll utan det viktiga är att spelaren/laget får veta vad som var bra.

Upp till tolv års ålder ska alla som är friska och tränat ordentligt bli uttagna till match. Vid sjukdom eller annan frånvaro avgör huvudtränaren om det är lämpligt att spelaren deltar i match.

Det är viktigt att tränare och ledare har insikt i och förståelse för i de fall en spelare av praktiska skäl kan utebli från träning (problem med skjuts el dyl) och spelaren ska inte ”straffas” för sådan frånvaro.

Vid matcher och cuper spelar alla spelare lika mycket. Ingen toppning eller segregering får förekomma.

Idrott för ungdom 13-20 år

Med ungdom avser vi åldrarna 13-20 år. Detta är i enlighet med Riksidrottsförbundets direktiv. De principer om lekfullhet och allsidig träning, som gäller inom barnidrotten, ska också gälla under de första åren inom ungdomsidrotten. Övergången mellan barn- och ungdomsidrotten ska ske successivt och hänsyn ska tas till flickors och pojkars olika behov, förutsättningar och utvecklingstakt.

Från det år spelaren fyller 13 år är uttagningar till matcher utifrån träningsnärvaro, förmåga och kapacitet tillåtna i föreningens lag. I dessa äldre åldersgrupper som spelar elvamannafotboll skall matchningen dock ske med fortsatt grund utifrån alla spelares behov men också utifrån de mest talangfulla spelarnas behov. Det är viktigt att uttagningarna sker med gott omdöme så att långsiktigheten i lagen också uppnås. Tränarna/ledarna ska diskutera förutsättningarna för laguttagningar med spelarna i laget samt informera föräldrarna.

Ledarstaben i aktuell årgång har beslutanderätten i laguttagningen.

Vid cuper ska alla spelare som blir uttagna spela minst 50% av den totala speltiden.

I DM är det tillåtet att det bästa laget för dagen spelar.

Tillhörighet av lag

Normalt skall spelaren tillhöra sin åldersgrupp. Från 13-års ålder kan den spelare som platsar i nästa åldersgrupps utvecklingsnivå flyttas upp permanent om spelaren vill och föreningen tror att det gynnar spelarens utveckling. Dock ska möjligheten finnas att träna med den egna åldersgruppen minst en gång/vecka. Uppflyttning ska ske i samråd med lagansvariga, fotbollskommittén el styrelsen, berörd spelare/dess vårdnadshavare.

Matcherna skall analyseras tillsammans med spelarna och därmed leda till utveckling. För detta ansvarar lagets tränare och vid behov även fotbollskommittén.

RIKTLINJER FÖR 6-9 ÅR, FOTBOLLSGLÄDJE

Vi börjar bjuda in barn vid 6-års ålder (fotbollsleken) till fotbollsaktiviteter. Det första året skall vara inriktad på lek och var och ens individuella teknik med bollen.

Syftet är att inspirera barnen att tycka fotboll är roligt och att utbilda barnen långsiktigt. Vid matchning ska inte bollhållaren instrueras. Spelarna ska få spela i olika positioner, inklusive målvakt. Ledarna observerar hur spelarna klarar teknik och anfallsspelets grunder.

Betydelsen av tävlingsresultat **ska avdramatiseras** och alla barn ska **ges lika möjlighet** att delta i träning och matchspel.

Match

När barnen blir 7 år börjar vi spela en del träningsmatcher, ibland sk sammandrag. Matcherna spelas i 5-mannalag. Från 7 års ålder kan matcher spelas i Moälvserien.

Till match och träning kommer man i ”fotbollsmässig klädsel”, exempelvis inte keps, jeans, foppatofflor eller liknande. Benskydd skall användas på träning och match.

Vi spelar efter Modo FF:s spelidé se sidan 3

Träning

1-2 ggr/vecka. Förslag på övningar finns på S2S samt i spelarutbildningsplanen från SvFF.

Fokusera på:

Det är viktigt att alla barn:

- får spela lika mycket på matcherna
- får turas om att starta matcherna
- får spela på olika platser i laget, även målvakt

Målbild:

Se nivå 1 på spelfilosofi, färdigheter laget samt färdigheter spelare i SvFF spelarutbildningsplan.

Tips:

Till föräldrar

Fråga inte ditt barn vilket resultat det blev på matchen, fråga istället om ditt barn hade roligt och t.ex om passningsspelet fungerade bra.

RIKTLINJER FÖR 9-12 ÅR, LÄRA FÖR ATT TRÄNA

Match:

Matcher spelas antingen i Moälvsserien alternativt i seriespel anordnade av Ångermanlands Fotbollförbund.

Matcherna spelas i 7-mannalag, och förslag till uppställning är antingen mv-3-3 eller mv-2-3-1. Alla spelare ska spela lika mycket. Lagen bör inte bestå av för många spelare under match för att alla ska få mycket speltid, t.ex kan man anmäla två lag till seriespel alternativt rulla runt med spelare till matcherna, vilket betyder att en spelare kan vila helt en match för att spela nästa match istället.

Vi spelar efter Modo FF:s spelidé se sidan 3.

Vid matchning ska inte bollhållaren instrueras. Benskydd skall användas på träning och match.

Ledarna observerar hur spelarna klarar teknik och anfallsspelets grunder för att ge positiv feedback.

Träning:

2-3 ggr/vecka. 9-11 årsåldern är den bästa åldern för inläring av teknik, därför skall detta prioriteras.

Spelarna informeras och utbildas om regler och normer, begrepp och termer i samband med träning och match. Lagen börjar ha teori utifrån förenings spelidé.

Smålagsspel med mycket passningar uppmuntras. Bra träningsövningar finns i verktyget S2S.

Gör gärna en säsongspanering med olika teman i 3-4 veckors intervaller. Det är bra att upprepa övningar under en längre tid så att spelarna lär sig fotbollsmomenten ordentligt.

Fokusera på:

Det är viktigt att alla barn får turas om att starta matcherna, samt att de turas om att vara lagkapten. Vi rekommenderar att alla spelar på olika platser i laget.

Målbild:

Se nivå 2 på spelfilosofi, färdigheter laget samt färdigheter spelare i SvFF spelarutbildningsplan.

Tips:

Till föräldrar

Fråga inte ditt barn vilket resultat det blev på matchen, fråga istället om ditt barn hade roligt och t.ex om passningsspelet fungerade bra.

Knäkontroll

Ladda hem appen ”knäkontroll” och börja träningarna med den. Det är extra viktigt för tjejlag då de har en större knäskaderisk jämfört med killar.

Anmälan om frånvaro

Lägg över ansvaret på spelarna att meddela frånvaro till bestämd ledare. Få spelarna att meddela i god tid samt orsak till frånvaro. Det blir dels lättare för dig som tränare att planera träningen, dels blir barnen/ungdomarna mer ansvarsfulla.

Jobba med "guided discovery"

I *matchlik träning* är syftet att lära sig spelet genom matchlika situationer som skapar möjligheter för spelaren att fatta egna beslut och hitta kreativa lösningar, antingen på egen hand eller genom så kallad *guided discovery*. Det bästa lärandet sker när spelaren *inte* blir informerad eller anvisad hur utförandet ska gå till, men däremot får stöd och hjälp genom att tränaren sätter ramar och ger guidning i önskad riktning. Det kan exempelvis ske genom frågetekniker och positiv feedback, bra konstruerade övningar som leder till egen upptäckt, uppgifter med egen reflektion, problemlösningstekniker och andra material eller metoder som leder till egna initiativ från spelaren.

Kärnan i metoden är att spelaren på egen hand, med hjälp av klok guidning, ska hitta den lösning som individuellt passar bäst. Om träningen ger möjlighet att förstå helheten i spelet, ökar också spelarens självbestämmande motivation.

Jobba med regler/kontrakt

Låt laget tillsammans sätta upp regler/kontrakt för vad som gäller för laget. Tänk på att börja försiktigt och öka antalet regler ju äldre spelarna blir. Genom att göra detta så kommer laget/spelarna att hjälpas åt att hålla reglerna och ledarna får lättare att hantera olika situationer i laget. Gå igenom reglerna varje år och ändra vid behov. Låt varje spelare skriva under kontraktet som säger vad som gäller och vad laget förväntar sig av varandra.

Övernattningsläger

Fundera på om det kan vara lämpligt med en övernattning som träningsläger för att komma närmare varandra. Lagg fokus på att ha kul. På detta läger kan man göra gruppövningar där spelarna själva får fundera på olika moment i sin fotbollsutbildning och presentera för övriga grupper. Viktigt att tränare/ledare och vuxna är med på övernattningslägret.

ÅFF:s spelarutbildare

Använd ÅFF:s spelarutbildare och efterfråga dem till tematräningar med ert lag. Ta gärna hjälp av fotbollskommittén för kontakter med ÅFF

RIKTLINJER OCH TIPS FÖR 12-16 ÅR, TRÄNA FÖR ATT LÄRA

Match

Matcherna spelas i 7, 9 respektive 11-mannalag i seriespel, beroende på vad ÅFF rekommenderar.

Förslag till uppställning i 7-manna är antingen mv-3-3 eller mv-2-3-1

Förslag till uppställning i 9-manna är antingen mv-3-3-2 eller mv-3-4-1

Förslag till uppställning i 11-manna är antingen mv-4-4-2 eller mv-4-5-1

Vi spelar efter Modo FF:s spelidé se sidan 3

Ge individuell positiv feedback utifrån hur spelaren klarar teknik, anfalls- och försvarsspelets grunder. Låt spelarna spela på olika positioner. Fortfarande skall matcherna vara ett stimulerande inslag i utbildningen och resultaten komma i andra hand. Att spela bra fotboll som går under Modo FF:s spelidé är viktigare än resultat. Lagkapten ska börja begränsas för att få ”rätt förebilder”. Detta bör ske från 13 års ålder, fram till dess så är det bra att alternera vem som är kapten.

Träning

Starta träningarna med ”knäkontroll”. Förslagsvis görs det innan man går in på plantiden så man kan nyttja planen till träning med boll. Ladda ner appen knäkontroll. Obs detta är oerhört viktigt för tjejer som får knäskador 2-3 ggr vanligare än killar och att göra ”knäkontroll” regelbundet minskar skaderisken drastiskt (se Folksams studie i knäkontroll).

Undvik alla onödiga köer utan låt spelarna hela tiden få vara i gång. Är det många spelare på delad plan, gör flera stationer med få spelare på varje station så det blir bättre rörelse, mer bollkontakt och därigenom bättre fart.

Lägg fokus på smålagsspel under spelmomenten då helplansspel lätt gör att flera spelare inte blir aktiva under spelmomenten.

Gör en säsongsplanering med olika teman i 3-4 veckors intervaller. Det är bra att upprepa övningar under en längre tid så att spelarna lär sig fotbollsmomenten ordentligt.

Spelarna måste få frihet att utvecklas i sin förmåga och talang i egen takt. Se varje spelare vid varje träning. Förslag på övningar finns på S2S samt spelarutbildningsplanen från SvFF.

Fokusera på:

Nya spelare skall skolas in på träningarna, för att sedan beredas möjlighet att få spela matcher.

Teorilektioner med fotbollstaktik, laganda, fair play m. m skall förekomma enligt spelarutbildningsplanen.

Målbild:

Se nivå 3 på spelfilosofi, färdigheter laget samt färdigheter spelare i SvFF spelarutbildningsplan.

TIPS:

Knäkontroll

Ladda hem appen ”knäkontroll” och börja träningarna med den. Det är extra viktigt för tjejlag då de har en större knäskaderisk jämfört med killar.

Anmälan om frånvaro

Lägg över ansvaret på spelarna att meddela frånvaro till bestämd ledare. Få spelarna att meddela i god tid samt orsak till frånvaro. Det blir dels lättare för dig som tränare att planera träningen, dels blir barnen/ungdomarna mer ansvarsfulla.

Jobba med "guided discovery"

I *matchlik träning* är syftet att lära sig spelet genom matchlika situationer som skapar möjligheter för spelaren att fatta egna beslut och hitta kreativa lösningar, antingen på egen hand eller genom så kallad *guided discovery*. Det bästa lärandet sker när spelaren *inte* blir informerad eller anvisad hur utförandet ska gå till, men däremot får stöd och hjälp genom att tränaren sätter ramar och ger guidning i önskad riktning. Det kan exempelvis ske genom frågetekniker och positiv feedback, bra konstruerade övningar som leder till egen upptäckt, uppgifter med egen reflektion, problemlösningstekniker och andra material eller metoder som leder till egna initiativ från spelaren.

Kärnan i metoden är att spelaren på egen hand, med hjälp av klok guidning, ska hitta den lösning som individuellt passar bäst. Om träningen ger möjlighet att förstå helheten i spelet, ökar också spelarens självbestämmande motivation.

Jobba med regler/kontrakt

Låt laget tillsammans sätta upp regler/kontrakt för vad som gäller för laget. Genom att göra detta så kommer laget/spelarna att hjälpas åt att hålla reglerna och då får ledarna lättare att hantera incidenter i laget. Gå igenom reglerna varje år och ändra vid behov. Låt varje spelare skriva under kontraktet som säger vad som gäller och vad laget förväntar sig av varandra.

Övernattningsläger

Starta säsongen med en övernattningsläger som träningsläger för att komma närmare varandra. Lägg fokus på att ha kul. På detta läger kan man göra gruppövningar där spelarna själva får fundera på olika moment i sin fotbollsutbildning och presentera för övriga grupper.

ÅFF:s spelarutbildare

Använd ÅFF:s spelarutbildare och efterfråga dem till tematräningar med ert lag. Ta gärna hjälp av fotbollskommittén för kontakter med ÅFF

Alliansträning

Anmäl ert intresse till alliansträningarna som anordnas under vinterhalvåret gemensamt mellan föreningarna, så de som vill spela fotboll året runt får den möjligheten.

RIKTLINJER FÖR 16-23 ÅR, TRÄNA FÖR ATT PRESTERA

Oftast innebär denna åldersperiod en övergång till föreningens verksamhet för representationslagen, A-lagen.

Under tiden 16-23 år börjar de flesta ta ställning till om de vill satsa fullt ut på sitt idrottande eller vill fortsätta idrotta mest för gemenskapens och det egna välbefinnandets skull.

På den här nivån är det i första hand lagens tränare som avgör vilka spelare som är aktuella att ingå i laget. Fotbollskommittén bistår vid behov, för t.ex. samarbeten med yngre lag.

Det blir en successiv övergång till elitverksamhet. För spelare som inte trivs i ett elittänk ska föreningen vara ett stöd och vara behjälpliga i att hitta annan lämpligt lag/förening. Vi välkomnar alltid spelare som följt vår värdegrund åter till vår förening om sådan situation blir aktuell och vi är väl medvetna om att alla individer utvecklas olika snabbt – även under denna åldersperiod.

Match

Speltid ges utifrån tränarnas bedömning av spelarnas kapacitet och förmåga i lagets spelidé. Någon garanterad speltid finns inte. Däremot är det viktigt att det finns ett långsiktigt ”tänk” så att bredden i trupperna upprätthålls.

Träning

4-6 ggr/vecka beroende av period på året med hänsyn till ev. fotbollsgymnastspelare.

Målbild:

Se nivå 4 på spelfilosofi, färdigheter laget samt färdigheter spelare i SvFF spelarutbildningsplan.

LÄNKAR

- SvFF spelarutbildningsplan (följ länken till pdf-filen):
<http://fogis.se/spelarutbildning/for-barnens-basta/>
- Verktöget för spelarövningar S2S <https://se-fotboll.s2s.net/home/>
 - Ett login får ni genom att skicka ett mejl med namn, epostadress och vilket lag ni tillhör till fredrik.vestin@gmail.com så lägger han upp er. När allt är klart kommer ni få ett introduktionsbrev med instruktioner.
 - Mer information om verktöget S2S finns här:
 - <http://fogis.se/arkiv/start sida/2014/01/planeringsverktyg-for-alla-foreningar-och-tranare/>
- Guided Discovery <http://fogis.se/spelarutbildning/lanande/enhanced-guided-discovery/>