



VÄLKOMMEN TILL HOCKEYSKOLA fortsättning 2026/27

I IFK Österåker Hockey börjar du hockeyskolan tidigast på hösten det år du fyller 5. Det är för att alla barn ska hunnit utveckla de mest basala fysiska egenskaperna enligt en normal utvecklingskurva.

Hockeyskolan Fortsättning vänder sig i första hand till dig som är född 2019 eller tidigare och antingen har kört något år redan eller har dina kompisar här, detsamma gäller för dig som är född 2020. Man kan börja när som helst under säsongen, men rekommenderar då att börja i Nybörjargruppen och sen slussa över. För de som är födda 2018 eller tidigare har Lag-träningarna redan börjat.

Hockeyskolan Fortsättning har tid på is **11:00 - 11:50**, Säsongen håller på till slutet av mars med ibland uppehåll pga evenemang i hallen liksom under loven (följ kalendern i SportAdmin appen). Normalt brukar vi rekommendera att komma minst en halvtimme innan istiden för att byta om och knyta skridskor för att hinna stå på is i tid till när det börjar. Uppgifter om vilket omklädningsrum som är avsatt finns på istidsschemat för veckan på hemsidan [Istidsscheman](#). Varje pass håller på i ca 50 min.

När du börjar hockeyskolan – anmäl att du kommer genom att svara på kallelsen som mailas ut ca veckan innan (när du finns registrerad). Ladda ner SportAdmins medlemsapp så ser du alla passen. Sen kommer du och säger ditt namn vid mottagningen utanför ishall 1, på övre plan. Du anmäler dig senast 20 minuter innan ditt pass börjar så du inte blir stressad. Tänk på att det kan vara många barn.

Vad gäller utrustning behöver du bara hjälm, skridskor och halsskydd. Du kan också fortsätta låna utrustning om du vill det, maila då Janne Hockeyskolan@osterakerhockey.se om vad du behöver och sen är det bra om du kommer senast ca en halvtimme innan isen börjar. Halsskydd kan vara skönt ha ett eget. Vill du ha egen utrustning rekommenderar vi att söka på Köp & säljsidor på Facebook. IFK Österåker har dessutom en egen sida [IFK Österåker Hockey Köp & Sälj](#). Därutöver försöker vi ha **Bytardagar**, håll utkik på mailen, sociala medier och hemsidan! Våra föreningskläder finns även att prova hos vår samarbetspartner för utrustning och hockeykläder på XXL i Arninge-

Vill du att mamma eller pappa ska vara med på isen, så måste de också ha hjälm och halsskydd (och skridskor såklart!) Skriv en notering när du svarar på kallelsen. (Föräldrar som inte är på is sitter på läktaren eller utanför)

Om du provat ett par gånger och upptäcker att du vill känna dig tryggare, rekommenderar vi att börja säsongen i **Hockeyskolan Nybörjare** där yngsta åldern att börja är barn födda 2021, kl 9.00-9.50. Meddela ledarna på mail Hockeyskolan@osterakerhockey.se eller säg till när du kommer så löser vi det.

Det året barnen fyller 8 år så bildas det ett eget team.. Alla barn måste vara i "rätt" ålder för att få gå med i ett team enligt Ishockeyförbundens regler. Ni som är födda 2019 kommer få kallelse till Lagbildningsmöte till Team-19 efter höstlovet. Då får laget ytterligare en träning i veckan. (Seriespel börjar först hösten 2027.)

För dig som har småsyskon som är födda 2022 eller senare kan börja i **Skridskoskoj/Lekis**. Har du äldre syskon som vill prova på har vi även **Catch-Up-Hockeyskola**. Läs mer på hemsidan..

Vi rekommenderar också att utnyttja "Allmänhetens åkning" eller "Allmis" som sägs i vardagligt tal. Se kommunens tider på länken;[Almis](#)

Det viktigaste i vår verksamhet är att skapa en trygg idrottsmiljö där alla är välkomna och barnen/ungdomarna hittar sin egen motivation till att spela hockey. Vi utbildar spelarna, ledarna och föräldrarna i vår värdegrund och hemmaplansmodellen. Du hittar våra styrdokument på hemsidans [Styrdokument](#). Vi har en tydlig linje på hur vi är som ledare och föräldrar för att ge barnen bästa förutsättningarna för ett livslångt intresse för idrott. Vi uppmuntrar också alla till att hålla på med flera idrotter.

Du kan läsa mer i bifogade filer med matnyttig information om vad vi gör i hockeyskolorna och information om föreningen. Se framförallt länkarna med videoklipp, bl.a. "Hur kan du som vuxen stötta barn som idrottar": <https://www.youtube.com/watch?v=3EcOkbsujro>

Tveka inte att höra av er till oss om ni har några undringar:

- Lagledare Hockeyskolorna – Suzanne Norström Hockeyskolan@osterakerhockey.se
- Kansli@osterakerhockey.se

Fler kontakter finns även på hemsidan www.osterakerhockey.se

Vi hoppas att du får det riktigt roligt i Hockeyskolan!

Välkommen till den roligaste sporten! / Hockeyskoleledarna



IFK Österåker Hockey



ifk_osteraker_hockey

IFK Österåker Hockey arbetar efter upprättade styrdokument och policies utarbetade utifrån Riksidrottsförbundets principer och verksamheten följer Svenska Ishockeyförbundets fastslagna riktlinjer för utbildning av ishockeyspelare.

*Föreningens kontrakterade och anställda följer och arbetar aktivt utifrån föreningens riktlinjer och värdegrund
Gemenskap – Utveckling – Glädje – Ödmjukhet*

GE UT GLÖD