



VERKSAMHETS- BERÄTTELSE

2020

FOTBOLL

TJEJER

Verksamhetsberättelse HBK dam 2020

Vi startade upp säsongen med ett uppstartsmöte 5/1 där och då var vi lyckligt ovetande hur detta år skulle utvecklas och påverka både oss och resten av världen

Damlaget tränade 4 träningar/ vecka i Januari, Februari och halva Mars, efter det så körde vi 3 träningar + 1 match i veckan.

Våren blev minst sagt väldigt speciell där vi i början av april fick sluta med allt matchande och då fattade vi beslutet att gå på "Påsklov" en vecka tidigare än planerat då de i samma veva flyttades på seriepremiären. Sen fick vi leva i ovisshet i väldigt många veckor innan vi till slut fick det slutgiltiga beskedet att serien startar 1/8.

Vi tränade på trots allt och spelarna visade prov på både tålamod och vilja då de krigade på för fullt på varje träning även under perioden när vi inte visste hur det skulle bli. En stor eloge till spelarna i Hertzögas damlag som inte en enda gång gnällde över att laget var som det var.

I mitten av Juni släppte regeringen på att vi inte fick spela matcher och det var ett välkommet beslut då hungern att få spela matcher igen var stort. Vi hade hunnit spela fyra matcher innan allt stängdes ner (Sjöfärd SK 0-2, IFK Hallsberg 0-2, Torsby IF 0-0 och Rynninge IK 4-3) och nu när det öppnades upp igen så hann vi med tre träningsmatcher (Eds FF 10-1, Torsby IF 4-4 och IK Arvika 5-1) och en Svenska cupen match (Örebro SK söder 1-6) innan det var dags för seriepremiär i div.2 västra Svealand borta mot QBIK.

2020 års seriespel spelades som en enkelserie så den blev alltså 9 matcher kort och vi gick in i den med en solklar målsättning: Bli topp två och ta steget tillbaka upp i div.1. Det såg länge ut som vi skulle klara den målsättningen då vi inför sista omgången ledde serien och hade 31-0 i målskillnad på de första 8 matcherna. En helt enastående bedrift att hålla nollan intakt i åtta hela matcher.

Men ödet ville annorlunda så när domaren blåste av sista matchen så visade resultattavlan siffrorna 1-2 till Rynninge IK och vi, tack vare ett resultat i en match där vi inte kunde påverka, kom trea och missade uppflyttning med minsta möjliga marginal!

Vi har under året haft 106st träningar där snittet har legat på ca 16 spelare/ träning. Vi har haft ett bra samarbete med föreningens U-lag där vi har haft två spelare uppe varje vecka för miljöträning. Inför säsongen så var det också fyra spelare från U-truppen som flyttades upp och ytterligare en flyttades upp i slutet av augusti.

Följande tävlingar har vi deltagit i under 2020:

Hallvärmländskan, slutade trea

Svenska cupen, åkte ur i omgång 1

DM, åkte ur i kvartsfinal mot Rävåsen

Div.2 västra Svealand, slutade på tredjeplats med en fantastisk målskillnad på 33-2

Ledare som varit med under 2020: Christian Berglund (tränare), Rebecca Johnson (ass tränare), Peter Holmstén (ass tränare), Lovisa Hjalmarsson (ass tränare), Martin Åström (spelarutbildare), Peter Olsson (lagledare) och Robert Nilsson (fystränare och skadeansvarig)

// Christian Berglund



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK

Dam-U, 2020

Av Fredrik Lott

Allmänt

Udda säsong med hänsyn till Corona. På våren hade vi spelare som ingick i truppen men som inte fick spela matcher. Lagom till sommaren kom det dock igång. Hela F03 truppen flyttades under vintern upp till U då flera i U-truppen flyttades upp i A.

Mål med säsongen

Att utbilda och utveckla spelarna i fotboll och förbereda dem för vidare spel i A-laget samt vara ett breddlag i Hertzöga där många ska fortsätta spela fotboll länge.

Utveckling under säsongen

En utvecklande första seniorsäsong för många av spelarna som fick god stöttning av de mer rutinerade spelarna i laget. Eftersom ett av målen är att förbereda spelare för A-lagsspel var det roligt att konstatera att en spelare tog just den vägen under hösten.

Miljöträning med A-laget har varit ett stående inslag under hela säsongen.

Vi har även varje vecka erbjudit möjlighet för två juniorspelare att miljöträna med U-laget.

Träningsnärvaro

Träningsnärvaron får sägas ha varit god. Majoriteten ligger över 75%.

Spel, matcher och cuper

De yngre F02-F03 deltog i Airdome cup där vi spelade jämna matcher mot Brommapojkarna, Stocksund och Djurgårdens motsvarande lag. Det var en mycket bra start på säsongen och lärorikt med tempot och organisationen.

Enkelserie i Division 3 där vi tog tredjeplatsen vilket var mycket imponerande med tanke på att såpass många gjorde sin första seniorsäsong. Offensiv anfallsinriktad fotboll som bygger på ett passingsorienterat spel på marken från målvakt genom lagdelarna till forward.

I junior DM blev det förlust i Semifinalen mot Torsby.

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Huvudansvarig		Björn Magnell
Tränare 1		Fredrik Lott
Tränare 2		Martin Åström

Ekonomi

Eftersom det var Corona år så var budget 0 kr

Summering

Annorlunda år men med riktigt bra resultat och utveckling.



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK

F-04 2020

Allmänt

När säsong 2019 var slut slog vi ihop oss med F05. De som var intresserade och inte hade andra vintersporter spelade Futsal tillsammans med F05. F04 hade ett lag anmält till Hallvärmländskan. Det var tjejer ur både F04 och F05 som deltog på de matcherna. Det var ca 8 tjejer som deltog under vintern. Det är många av tjejerna som har vintersporter som innebandy, handboll, dans, ridning, tennis och hockey som de prioriterar före fotboll.

Vi började träna ute på Ilanda IP i början av mars tillsammans med F05. Vi tränade 2-3 gånger i veckan. Vi hade Kick-off tillsammans med F05 för att få ihop tjejerna till en trupp. De delades in i lag som tävlade mot varandra i olika grenar. Det var väldigt uppskattat!

Tränarna i F05 ville gärna ansvara för träningarna och hålla i den "röda tråden" under säsongen. Vi ledare ur F04 stöttade upp träningarna samt tog ansvar för målvaktsträningen. Det var en målvakt ur F04 och två ur F05 som deltog på målvaktsträning.

När vi drog igång träningen på gräs var vi 13 tjejer födda 04.

Vi spelade Damjuniorserien 16-18 år. Varje match lånade vi 5 tjejer av F05. I slutet av säsongen lånade vi även spelare ur U-truppen.

Mål med säsongen

Inför säsongen så uttalade vi att vi skulle fortsätta öva på att få till ett snabbare och säkrare passningsspel. Vi har tidigare år riktat in oss mycket på hur man jobbar i försvar då vi under matcher försvarar oss mycket. Vårt mål med den säsongen var att öva mycket anfall och hur man kommer till lätta avslut. Ett mål var även att inte byta runt på positioner för mycket, utan att tjejerna ska hitta sin position som passar dem bäst. Det övergripande målet har även varit att behålla alla tjejer hela säsongen samt att ha kul tillsammans. Den här säsongen blev det extra viktigt då vi slog ihop oss med ett annat lag och att tjejerna även fick "nya" ledare.

Utveckling under säsongen

Tjejerna utvecklade individuellt sina färdigheter och de utmanades i lite nya övningar då de fick nya ledare. Eftersom vi ledare ur 04 inte styrde över träningsupplägget så fick våra tjejer hänga på det som erbjöds och det har passat dem. Det har varit mycket teknikträning och alla har utvecklat passningsspelet och tekniken att titta upp, ta emot en passning och passa i tid. Vi har lyckats göra lite mer mål i de matcher då motståndet har varit lagom. Det var dock en väldigt ojämn serie. 4 lag som var mycket bättre än de andra 4 och de matcherna hade vi svårt att få ihop lag. Alla våra tjejer fullföljde säsongen förutom de som var skadade eller sjuka. Det var dock svårt att få ihop vår trupp



med 05. Det gäller både tjejer och ledare. Eftersom vi drev en varsin serie så blev det aldrig "en" trupp utan det var två trupper i en träningsgrupp.

Träningsnärvaro

Träningsnärvaron har varit ganska låg, ganska mycket längre än tidigare år. Det var framför allt efter sommaruppehållet som träningsnärvaron sjönk. Delvis berodde det på att tjejerna började gymnasiet och ett par stycken gick i skolan till 17.00 våra träningsdagar. Vi har haft 5 spelare som har tränat mer än 65% de andra ligger under. Två av tjejerna har nästan inte tränat alls. En tjej drabbades av en hjärnskakning och kom inte tillbaka och en tjej av körtelfeber och kom inte heller tillbaka efter sommaren. Vi har tränat 3 ggr i veckan under grässäsongen. Från 1 maj till 30 september har vi haft 48 träningar. Många slutade att träna efter att vi spelat vår sista seriematch och det gjorde vi redan i september.

Spel, matcher och cuper

Vi deltog i Damjunior serien 16-18 år. Det var en ojämn serie och det var för få lag för att bli div 1 och 2. Vi har spelat 13 matcher under säsongen. Två av våra matcher gav vi bort till U-laget då de inte hade matchspel samt att motståndet passade dem bättre. I slutet av säsongen var det få spelare ur 04 som deltog på matcherna och vi fick låna in både från U och 05. Det är svårt att få ihop ett bra spel när det är olika tjejer som paras ihop från olika trupper varje match och att de även spelar med olika uppställning av positioner.

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Huvudansvarig, Lagledare	Marianne Ahlstrand	
Tränare Serie 16-18 Målvaktstränare	Marcus Glass	Huvudansvarig för seriespelet och att kalla tjejer till match.
Ekonomi	Marianne Ahlstrand	
Informationsansvarig	Marianne Ahlstrand	
Tvättschema	-	Marianne har tvättat.
Kioskschema	Föräldrar	Inga tider i år.
Städschema	Föräldrar	Marianne tilldelade tider.
Arrangemangsansvarig	-	-

/Marianne Ahlstrand



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK

F-05, 2020

Av Magnus Rosengren

Allmänt

Tjejerna i F-05 är en grupp på 35 st spelare (25 05:or + 10 04:or) och vi är en ledarstab på 5 st ledare (+2 04 ledare). Denna säsong var den första med spel på 11-manna plan i serien. Vi inledde även ett samarbete med -04, samma träningsgrupp med spelade i två olika serier.

Mål med säsongen

Träna 3 ggr/vecka och fortsätta utveckla tjejerna i deras teknik och spelglädje.

Vi har fortsatt med vinterträning, futsal (frivillig), 2 ggr i veckan.

Vi jobbar utifrån målet att alla skall tycka det är roligt att spela och röra på sig. Rent sportsligt jobbar vi hårt med att få till ett bra passningsspel, men även kommit in på taktiska detaljer som ingår i försvar och anfallsspel.

Vi har även jobbat med att få ihop 04/05 gruppen.

Utveckling under säsongen

Utvecklingskurvan för hela laget pekar uppåt. Vi har jobbat med teknik, passningsspel och skotteknik. Försvar individuellt och understöd, anfall och rörelse har vi gått djupare in på.

Vi har som fokus att försöka se alla tjejer, då det fortfarande är en stor grupp, och coacha var och en så mycket som möjligt. Alla skall vara delaktiga i spelet, ändå från målvakt upp till forward.

Träningsnärvaro

Träningsnärvaron har varit hög med ett genomsnitt på ca 80 % närvaro på alla träningstillfällen.

Spel, matcher och cuper

Vi har deltagit med 1 lag, i F-15 och ett 04 lag i F16-18 år serien.

Inga cuper har genomförts pga pandemin.

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Huvudansvarig	Jesper Ekelund	
Tränare 1	Jesper Ekelund	
Tränare 2	Magnus Rosengren	
Tränare 3	Mattias Lööf	
Tränare 4	Sophia Petterson	
Tränare 5	Henrik Hermansson	
Ekonomi/webansvarig	Veronica Ekberg	Vi har pengar på lagkontot via Kanslit + egen kassa
Informationsansvarig	Jesper Ekelund	- ” -
Tvättschema	Roterande schema	- ” -



Kioskschema	Lagföräldrar	Johanna A, Pamela M
Städschema	Lagföräldrar	Johanna A, Pamela M
Arrangemangsansvarig		-

Ekonomi

Vi har fått in pengar löpande från försäljningar.

Vi har i dags dato 31/12 2020 ca 75 000 :- i kassan

Summering

Vi har en väl fungerande organisation runt laget. Vi har ett bra ekonomisk läge inför framtiden.

Vi upplever att tjejerna i laget tycker fotboll är kul och vill fortsätta!



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK

F-06, 2020

Av Fredrik Lott

Allmänt

Annorlunda säsong med Corona men fick ändå till det bra med både matcher och träningar. Gänget känns väldigt sammansvetsat men samtidigt välkomnande. Vi har både fyllt upp med spelare från F07 och F08 vid tillfälle till match. Innan och under säsongen har tre tjejer lämnat som inte varit speciellt frekventa på träningar. Truppen bestod av 17st tjejer i slutet på säsongen.

Mål med säsongen

Målet har varit att höja träningsnärvaron ytterligare ett snäpp. Hela tiden stegra utbildningen i temat fotboll och utmanat tjejerna att själva vilja utvecklas.

Utveckling under säsongen

Vi rullar boll från målvakt till anfall och vårdar bollen. Jobbar hela tiden med de fyra grundelementen Spelbarhet, Spelavstånd, Speldjup och Spelbredd. Alla spelare har utvecklats både praktiskt och teoretiskt i spelet och vi har haft kontinuerlig målvaktsträning med våra målvakter vilket resulterat i intresse för målvaktsspel så att vi har fler alternativ att ställa i mål.

Träningsnärvaro

Mycket hög träningsnärvaro under året. En förbättring sedan tidigare vilket till stor del kan förklaras av att de som inte tränat speciellt mycket hittat andra intressen vid sidan av fotbollen men även av att intresset att vilja träna för att utvecklas vuxit. De allra flesta ligger mellan 80-95% närvaro.

Har erbjudit F07 till träning. Vi har roterat spelare till F05s träningar under hösten när säsongen blev någorlunda normal.

Spel, matcher och cuper

Träningsmatcher under våren och även en enkelserie utan tabell i Coronas spår. Anmällda till två serier på hösten för att få mer matchspel vilket var ett bra beslut då man lär sig mycket av matchsituationer.

Alla cuper blev inställda Giff-cupen, Mästarcupen och Sandarcupen var vi anmälda till

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Huvudansvarig		Fredrik Lott
Tränare 1		Lars Holm
Tränare 2		Anders Luukkonen
Ekonomi		Eugene Clarenbach
Informationsansvarig		- ” -
Tvättschema		- ” -



Kioskschema		- ” -
Städschema		- ” -
Arrangemangsansvarig		Per Björkengren

Ekonomi

Eftersom det var Corona år och inga intäkter från Mästarcupen så fanns varken utgifter eller inkomster

Summering

Ett mycket givande år trots att cuper osv. blev inställda. Gruppen är mycket homogen och har roligt tillsammans.



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK F-07, 2020

Allmänt

Under säsongen har vi varit 22-23 tjejer i vårt lag. Vi startade med 22 tjejer i truppen och efter sommaren anslöt en nyinflyttad tjej.

Fotbollsåret 2020 kommer ingen av oss att glömma. Publikfria matcher och inställda cuper... Det mesta blev inte alls som planerat men vi är glada att vi ändå kunde träna och spela fotboll så mycket som vi ändå gjorde.

När vi ser tillbaka på säsongen konstaterar vi att vi ändå hann med en hel del; lagaktivitet med besök på Jumpyard, sju träningsmatcher, 28 matcher i serierna, DM-match, Kolmården cup samt en massa träningar. Vi hade en rolig sista vecka på vårsäsongen när vi en dag cyklade till sandbankarna i Klarälven och spelade beachfotboll och en annan dag tävlade i Guldkampen. Och vi avslutade höstsäsongen med segerbankett och bowling på O'Learys.

Men vi saknade landskampen, som i år skulle ha ägt rum i Norge, och vi saknade alla cuper som vi planerat för och längtade efter...

Långsiktiga mål samt mål med säsongen

Vårt långsiktiga mål är att vara så många som möjligt så länge som möjligt och bli så bra som möjligt. Vi vill att tjejerna har kul, att de kommer på träningarna, att de utvecklar färdigheter och spelförståelse och också ger lagkamraterna möjlighet att utvecklas. Vi vill att laget ska ha en fin sammanhållning där alla känner sig trygga och viktiga.

Fotbollsmässigt är vår målsättning att vara ett bollförande lag som genom kortpassningsspel kommer fram till målchanser. Vi vill framförallt att spelarna ska vårda bollen när de har bollen och röra sig för att vara spelbara när en medspelare har bollen.

Vår spelidé:

Kortpassningsspel en lagdel i taget

Bollförande

Vårda bollen

Rörlighet

Våga (våga passa, våga dribbla, våga skjuta)



Utveckling under säsongen

Under säsongen har tjejerna spelat fin fotboll och utvecklats både som lag och individuella spelare. Vårt mål är att spela en fotboll med mycket bollinnehav i alla lagdelar, att vara trygga med bollen och att spela fotboll efter marken. Tjejerna har lyckats riktigt bra med vår målsättning och det är kul att fina prestationer även gett fina resultat! Men även om resultaten varit imponerande är det framförallt sättet vi vunnit många av matcherna på som varit imponerande. Vi ledare har ofta varit imponerade och stolta över vilken fin fotboll som tjejerna spelat!

Träningar och träningsnärvaro

Under vintersäsongen hade vi en träning i veckan inomhus i Ilandaskolans gymnastiksal. 16 av 22 tjejer deltog regelbundet på inomhusträningen. Under perioden november – februari deltog vi i VFFs seriespel i futsal F13-14 år.

Under mars hade vi en träningstid på konstgräset på fredagar 15.30-17 och från mitten av mars körde vi också fysträning en dag i veckan med Ulrika Sjöwall, licensierad Endurance Trainer.

I april tränade vi fotboll två gånger i veckan på konstgräset på Ilanda samt fystränade en gång i veckan.

Under maj-september (med sommaruppehåll i juli) tränade vi tre gånger i veckan på Ilanda. I anslutning till en av träningarna hade vi fys-träning.

Totalt har vi genomfört 67 träningar under säsongen april-september. Total deltagarnärvaro ligger på 84%. Jättebra! Särskilt med tanke på att vi hade några som var skadade stora delar av hösten.

Vi är ofta många tränare på plats på träningarna vilket ger möjlighet till bra träningar med större fokus.

Vi upplever att vi, över lag, har ett intresserat och fokuserat gäng med en bra attityd.

Spel, matcher och cuper

Vi har denna säsong spelat 9-mannafotboll. Vi har spelat ett spelsystem med syfte att spela en offensiv och anfallsinriktad fotboll där grundförutsättningar i anfallsspelet (spelbar, spelavstånd, spelbredd och speldjup) och passningsspel är de viktigaste ingredienserna.

Vi deltog i VFFs seriespel med två 9-mannalag (ett lag i F13 röd och ett lag i F13 svart).

Vi deltog i NWT Cup (DM).



Under fotbollssäsongen hade vi planer på att delta i flera cuper men det var slutligen bara Kolmården Cup som genomfördes.

Till seriematch har vi kallat 12-13 spelare. Alla som tränar har blivit kallade till åtminstone en match per helg (förutsatt att vi har två matcher på helgen). Vid behov har vissa fått spela flera matcher under samma vecka. Målvaktsspel, träningsnärvaro, inställning på träning samt eventuella skadekänningar/-problem har varit vägledande vid uttagningar till dubbleringar.

Alla har fått testa olika positioner. Under detta år har spelarna mer frekvent spelat på en position som passar spelaren (om spelaren vill det). Under en och samma match har spelarna, så långt det varit möjligt, spelat på samma position.

För lagets del kommer vi att minnas 2020 som ett framgångsrikt år på många sätt. Resultatmässigt har tjejerna gjort en fantastisk säsong med seriesegrar i båda Värmlands-serierna och cupvinst i Kolmården cup.

I serierna har vi under säsongen totalt spelat 28 matcher, 12 på våren och 16 på hösten. Matcherna har totalt resulterat i 23 vinster, en oavgjord och fyra förluster. Målskillnad totalt på finfina +120 (171 - 51). Under våren sågs matcherna i serierna, p g a pandemin, som träningsmatcher och inga resultat räknades och inga tabeller redovisades. Under hösten räknades återigen resultaten och tabeller redovisades. Höstens resultat blev 14 vinster och två förluster. Målskillnad +90 (109 - 19).

Organisation

Ansvarsområde	Namn
Tränare/ledare	Therése Henningsson
	Karin Arvsell
	Madeleine Brunzell
	Christian Danielsson
	Niclas Johansson
Ekonomiansvarig	Therése Henningsson
Informationsansvarig	Therése Henningsson
Kiosk- och städansvarig	Anna Gustafsson

Ekonomi

Laget har under året genomfört två försäljningar; Newbody (under våren) och Sockgrossisten (under hösten). Förtjänsten från båda försäljningarna har ökat på lagkassan.

Lagkassan har stått för kostnader i samband med lagaktiviteter med bl a besök Jumpyard för hela laget och avslutningen med pizza och priser i tävlingar. Vi har även köpt in visst material.



Under året har vi köpt nya matchställ. Tack vare sponsorer blev kostnaden för matchstället bara 200 kr för spelarna.

Övrigt

I mitten av februari hade vi ett föräldramöte där föräldrarna informerades om säsongen vi stod inför. Vi tränare redogjorde för säsongens mål, prioriterade färdigheter och spel filosofi och om hur vi tänker kring träningar och matcher. Vi informerade också om säsongens seriematcher, DM och planerade cuper.

I april hade vi flera korta teoritillfällen i anslutning till träningar. 9-manna.

En kväll i september bjöd vi in F08 på teambuilding över åldersgrupperna. Laguppgift, fotbollscup blandade lag och bjöd sedan på grillade hamburgare.

Från och med november tränar vi nu inomhus en gång i veckan och i Fotbollshallen på Våxnäs en gång i veckan. 18 av 23 tjejer deltar på träningen under vintersäsongen.

Vi har anmält ett lag till Hallvärmländskan och två lag till VFFs seriespel i futsal F13-14 år. Hallvärmländskan blev tyvärr inställd med anledning av pandemin och futsal-serierna är stoppade för tillfället.





Slutligen tack för den här säsongen till alla tjejer! Vi är otroligt stolta över att vara ledare till så duktiga och goa tjejer.

Nu laddar vi för säsongen 2021 och hoppas att allt då är som vanligt igen!

/Therése, Karin, Madeleine, Christian och Niclas



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK F-08 Fotboll, 2020

Av Ulrika Sewik, Per Holm, Jonatan Wirdegård och Line Bäckström

Allmänt

Truppen består när säsongen är slut av 24 spelare (en minskning med sex tjejer varav en spelare flyttat, två nya från förra säsongen och tre ytterligare valde att sluta). Inför den här säsongen har Jerker Lindskog meddelat att han slutar som ledare.

Under vinterhalvåret har laget erbjudits att träna futsal en gång i veckan fram till mitten av mars när vi drog igång den ordinarie träningen. Försäsongen tränade vi två gånger i veckan som varvades med träningsmatcher/intern matcher på helgerna. När väl gräsplanerna var tillgängliga för träning så har vi tränat tisdagar och torsdagar under säsongen (maj-september) samt på fredagar i maj och augusti.

Mål med säsongen

Inför säsongen hade vi planerat att delta med två lag i 7-mannaseriospel och delta i två större cuper (Ulvacupen, Oddebollen) och i två försäsongscuper (Örebro och Eds Sommarcup) och att prova på att spela 9-mannaspel i någon form samt utbyte med F07 och F09.

Vi kommer att fortsätta med arbetet kring ”boll-kontroll”, förståelsen kring positioner i spelet, språket (fotbollstermer), spelförståelse och att använda målvakten som en spelare på planen genom att ha träningar som är strukturerade, effektiva och varierande med inslag av lek där spelarna har mycket ”boll-kontakt”.

Vi kommer att fortsätta att ”höja statusen” kring målvakt, då vi har svårt att få målvakter till matcherna.

Utveckling under säsongen

Vi har fortsatt sett en utveckling när det gäller spelförståelse, positionerna vad de innebär och bollkontroll hos tjejerna och fler vill spela back än tidigare. Vi har kämpat väl och använt det vi lärt oss på träning i matchsituationer. Vi har satt upp lag-utmaningar under säsongen som infriats med glass (mål på nick, antal pass innan mål, mål på hörna osv)

Vinterns futsalträningar har gett flera av spelarna värdefull teknikträning.

Inför lagets träningar har vi fortsatt att sätta ihop övningar med olika teman – mycket stationsövningar- som gjort att träningarna blivit varierade, effektiva med högt tempo och mycket bollkontakt och som tjejerna tyckt varit roliga. Utgångspunkten har varit att vi använder samma träningsupplägg (tema) vid båda träningstillfällena under samma vecka med utvärdering efter första träningen. Vid andra tillfället har vissa övningar byggts ut eller anpassats. Knäkontroll är ett naturligt led i att förebygga skaderisken hos spelarna. Input till träningssteman kommer bl a från våra seriematcher. Samtliga moment är färdigheter i linje med Nivå 2 & 3 i HBK:s



spelarutbildningsplan. Den tredje träningen har vi haft mycket matchspel men vävt in övningar också.

Uppföljning av förbättringspunkter från utvärdering förra säsongen; Vi har fortsatt på samma spår och utveckla tjejernas boll-kontroll och spelförståelse och fortsätta förädla passningsspelet som gjort att vi spelat bra matcher. Fortsätta att arbeta med gruppens träningsnärvaro ”för att få med alla” och utarbeta en plan kring målvakteri. Dock har utbytet med -09 inte varit så mycket som vi hade önskat när det gäller träningstillfällen pga Corona och de valt att avstå utbytet. Vi har inte blivit inbjudna till träningstillfällen/matchspel med -07.

Träningsnärvaro

Vi har tidigare satt upp ett mål och informerat på föräldramöte att vi vill höja träningsnärvaron generellt i gruppen. I år blev snittet 69% (föregående år 68%) men som helhet har fler deltagit mer än tidigare år men vi har också haft två långtidsskadade som inte tränat under höstsäsongen samt flera som valt att sluta.

Spel, matcher och cuper

Vi har spelat 7-mannafotboll med två lag i två olika serier. Pga Corona har det varit ”enkel-möten” på vår och höst då serierna lottades om och tillät att vi mötte lag utanför Karlstad. Vi har under säsongen erbjudit våra supporters att se live-sändningar via Min Fotboll då vi haft publikfritt under våra matcher.

Samtliga föräldrar har informerat om när deras spelare är tillgänglig. Därefter har vi satt ihop lag och skickat kallelser via SportAdmin. I och med att truppen växt mycket under föregående år och att Corona inneburit att många semesterresor uteblivit har fler spelare fått stå över seriematcher under våren. Träningsnärvaro har varit grunden för kallelserna men att om en spelare står över kallas hon till kommande helg. Vi har åkt med max 11 spelare per seriematch. Under hösten noterade vi att många spelare fick dubblera pga av spelarbortfall och flera långtidsskadade, vilket inneburit mycket matchspel och speltid.

Inför säsongen hade vi planerat att delta i två större cuper (Ulvacupen, Oddebollen) och i två försäsongscuper (Örebro och Eds Sommarcup). I och med de nationella restriktionerna kring Corona uteblev samtliga arrangemang.

Vårsäsongsavslutningen blev en ”önskerepris” med pool-party i toppenväder hemma hos Emma & Line. En härlig kväll med pizza och glass och testa på att gå på lina över poolen var ett roligt inslag. Vi avrundade ”teknikmärket” vi utförde på träningen under den gångna veckan med diplomutdelning. Äntligen fick också spelarna sina overalljackor.

Under sommaruppehållet genomförde vi en uppskattad digital ”Summerchallenge” där spelarna fick två basuppgifter per vecka och ytterligare utmaning och uppmanades att posta bilder när de utförde uppgifterna. Allt efter eget initiativ. När höstsäsongen drog igång grillade vi korv och lottade ut priser som skänkts av föräldrarna. Spelarna hade antal lotter i förhållande till antal genomförda aktiviteter. Ett digitalt lotterihjul lottade ut priserna. Alla spelare garanterades en



”donut-badring” & ett pris de fick välja sedan var det lotten som avgjorde. Goda resultat från detta noterades när serien drog igång igen.

Vi hade ett utbyte med Örebrolaget Lillån i augusti där vi spelade vår första 9-mannamatch. Vi avslutade säsongen också med två matcher mot Skoghall och Norrstrand. Samtliga matcher har gått jättebra och vi spelade fin fotboll och spelarna tyckte det var jätteroligt och utmanande.

Under säsongen har F09 haft en stående inbjudan till våra träningar (max tre per tillfälle). Pga av Corona så har detta uteblivit i år. Däremot har vi slagit ihop träning ett par gånger på fredagar när

vi haft gemensam målvaktsträning med Maria Busk. Vi har lånat in -09-or till match vid ett par tillfällen, men det har också varit tillfällen när de inte haft tillräckligt med spelare att låna ut.

En handfull spelare fick chansen att prova på ett tuffare motstånd och spela 9-manna spel med -06 i slutet av säsongen.

Under en solig fredageftermiddag/kväll i september blev vi inbjudna till F07 där lagen blandades och utförde uppdrag, spelade cupspel med hamburgergrillning och prisutdelning. Ett mycket uppskattat inslag hos spelare och ledare.

Höstsäsongen avslutades med ”önsketräning” och pizza på Damverandan efter sista träningspasset i september.

Flera av spelarna avslutade säsongen med att delta på Värmlands Fotbollsförbunds F12-dag på Sannerudsvallen, där spelare från alla Värmländska klubbar deltog.

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Tränare	Line Bäckström	
Tränare	Per Holm	
Tränare	Jonatan Wirdegård	
Tränare/ekonomi/information	Ulrika Sewik	

Ekonomi

Under våren gjordes en försäljningsinsats med plastpåsar och senare erbjöds även Sockgrossisten och Kryddor via Klasspengar. Förtjänsterna var tänkt att finansiera overalljackor och cupkostnader och en träningströja. Vi har blivit sponsrade av Karlstad Kiropraktorklinik och PEAB. Vi har även blivit sponsrade av iBiz för inköp av material. Kläderna har beställts via Stadium Teamsales. Laget har ett transaktionskonto på Nordea för hantering av klädinköp mm samt ett underkonto hos Hertzöga BK.



Föräldrainsatser har uteblivit när det gäller kioskverksamheten på Ilanda IP, däremot deltog två föräldrar på arbetsdagen på Ilanda IP och vi har också städat Damstugan under två veckor. Vi har även tagit hjälp av föräldrar när det gäller Pizzaavslutningen och filmning av matcher.

Summering

Corona till trots har vi, spelare och ledare, fått ihop säsongen på ett bra sätt – mycket fotboll och bra närvaro. Vi har tappat spelare i år och vi tror det främst beror på att intresset kanske egentligen inte varit så stort från början men att ”hänga med gänget” och få åka på cuper och andra arrangemang som vi fixat varit ett övervägande skäl att fortsätta och nu med en ”Coronaeffekt” där många träningstillfällen genomsyrat säsongen gjort att några valt att sluta. Två-tre träningar i veckan har gett fina resultat när det gäller spelutveckling som var väldigt tydlig under höstens seriespel där flera spelare gjort stora individuella framsteg och vi spelade jättefin fotboll. Maria Busk’s målvaktsträning har varit uppskattad och ingivit självförtroende hos våra målvakter. Det är ett härligt gäng tjejer där det lyser glädje och god sammanhållning och som gillar allt från träning till matcher. Även i tränargruppen har det fungerat bra genom god planering, gott samarbete och samförstånd och med hög ledarnärvaro på träningar och matcher.

Att-ta-med-oss-till-nästa-säsong:

- Att anpassa oss för 9 mot 9 spel med avseende på spelbredd, speldjup och att fortsätta ha ett bra spel inom laget
- Få ihop två lag i seriespel
- Fortsätta att ha kul och att se till att tjejerna vill fortsätta spela fotboll
- Öka inlevelse och tempo på övningar på träningar – för att få det så matchlikt som möjligt
- Utveckla målvaktspositionen både som ”bollräddare” men också delaktig i anfallsspelet



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK

F-09, 2020

Av Maria Busk Madland och Linda Thorildsson

Allmänt

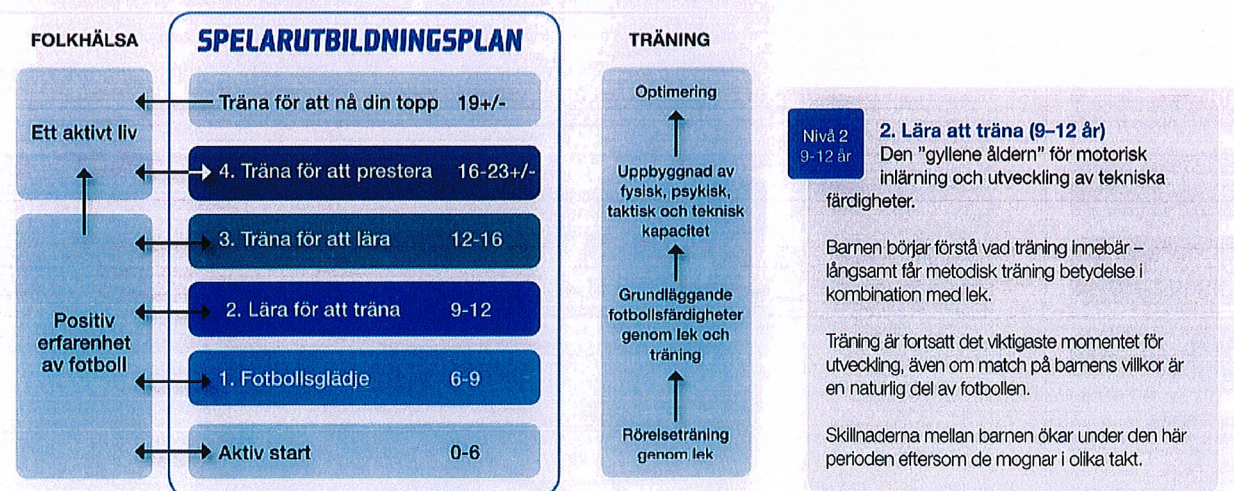
Säsongen inleddes som tidigare säsong med ett ledarmöte, följt av ett föräldramöte. I och med påbörjad pandemi, fanns viss osäkerhet kring hur säsongen skulle se ut och om matcher ens fick spelas. Funderingar kring huruvida träningar skulle bedrivas och under vilka former kändes ovisst och osäkert. Cuper vi hade tänkt delta i var osäkert om de ens skulle vara genomförbara. Spelartruppen från föregående år var intakt, men ytterligare två tjejer tillkom. En av dessa var en tjej som spelat med oss tidigare. Vi hade planerat för en "Kick off" med övernattnin, men den fick ställas in på grund av pandemin. Under säsongen som gått så har vi också gjort andra aktiviteter för att bygga en god lagkänsla med fokus på allas "lika värde". Det har varit väldigt uppskattat av såväl tjejerna som oss ledare.

Denna säsong var vi fyra tränare, då en valt att lämna inför i år. Istället för att ta in en extra tränare, valde vi att anlita en förälder som hjälpte till med diverse uppgifter runt laget.

Mål med säsongen

Vi gör vår andra säsong med 7-manna spel och vi har försökt byggt vidare på vår spelidé samt spelarnas olika roller utifrån position. Vi vill att alla ska känna sig trygga på olika positioner och försökt att minimera antal positioner under en och samma match.

För övrigt så hänvisar vi till:





Vi har fokuserat mer på specifik träning för målvakter, dock anpassat till spelet och funktionell sådan. Här har vi också samarbetat med F-08. Fortfarande har vi en handfull tjejer som vill spela målvakt, vilket vi ser som positivt.

Utveckling under säsongen

Vi tycker att vi har ett fint lag med en härlig lagkänsla och det känns att spelarna tar ansvar på planen och försöker hjälpa varandra att hitta rätt. Alla tjejer har tagit ett steg i sin fotbollsutveckling även om dessa ser olika ut.

Träningsnärvaro

Vi känner att träningsnärvaron varit lite så där, bättre under vårsäsongen. Däremot har en del träningar krockat med andra idrotter, vilket kan vara en av flera orsaker till den låga träningsnärvaron vissa dagar i veckan. Vi lade också till en extra träning i år (frivillig sådan). Vi har tränat tre dagar i veckan (varav en har varit frivillig). Vi får fundera över huruvida den frivilla träningen uppfyller sitt syfte och om den skall kvarstå nästkommande år.

Spel, matcher och cuper

Vi har spelat seriespel med två lag och känner att tjejerna har haft roligt och utvecklat sitt spel under säsongen. Samtliga cuper har ställts in.

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Huvudansvarig	Linda Thorildsson	Information
Tränare 1	Johan Asplund	
Tränare 2	Maria Busk Madland	
Tränare 3	Andreas Danielsson	Ekonomi
Lagförälder	Angela Samuelsson	Har kiosk- och städschema, boll-lisa.



Ekonomi:

Året som gått har präglats av många inställda aktiviteter, vilket också har medfört att intäkter och utgifter också har varit begränsade. En del av vårt överskott var tänkt att gå till Cupverksamhet, men de blev som bekant inställda.

Hertzöga BK F09		Ekonomisk sammanställning
IB lagkonto		73 807,40
Intäkter	IF Göta	2 000,00
	BG	650,00
	ÖDIK Cup återbet	1 300,00
	Min fotboll	80,00
Utgifter	10-åringarnas (mål/kiosk)	- 2 550,00
	ÖDIK Cup	- 2 600,00
	Musikspelare	- 2 330,00
	Fotbollsmaterial	- 2 980,00
UB Lagkonto		67 377,40

Summering:

Vi har haft en bra men speciell säsong med en fin utveckling på laget. Vi ser med förväntningar fram emot en ny säsong, där de flesta av tjejerna verkar hänga i.



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK F-10, 2020

Tommie Rahm

Allmänt

Truppen har under säsongen bestått av 26-30 spelare för att vid säsongens slut landa på 30 spelare.

Mål med säsongen

Främst fokus på bollkontroll och spelförståelse. Introducera i 7-manna.

Utveckling under säsongen

Väldigt individuellt hur spelarna har utvecklats mycket beroende på olika intresse och på träningsnärvaron.

Första säsongen med 7-manna och där är moment som varit bra men också en del som vi måste jobba vidare med.

Träningsnärvaro

Total närvaro på 52%. Närvaro med som lägst 19% (6%) och som högst 84%.

2/3 av truppen har en helt ok närvaro men det som drar ner totala närvaron är resterande 3:e del av truppen.

Spel, matcher och cuper Organisation

Har deltagit i seriespel med 2st lag. Inga cuper p g a Covid-19.

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Informationsansvarig / Tränare	Tommie Rahm	
Tränare	Ola Andersson	
Tränare	Per Eriksson	
Tränare	Charlotte Kareliusson / Agergård	
Tränare	Sten Lindblom	
Tränare	Ludwig Falkman	

Ekonomi

Mindre summa från lagkassan har använts för att finansiera fika vid vår och höst avslutning. Intäkt denna säsong från försäljning av tvättmedel.



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK Flickor födda 2011, verksamhetsår 2020

Ledare F11, via Tobias Engström

Allmänt

En säsong där allt inte varit som det brukar på grund av rådande pandemi. Men förutom att ingen publik har tillåtits på matcherna har ändå det mesta varit sig likt. Laget har kunnat träna som vanligt. Vi har haft 2 träningar i veckan, måndag och onsdag, från början av april till slutet av september med uppehåll under juli månad. Vi har varit 5 ledare under säsongen som delat på ansvaret.

Sista året på 5-manna. Nästa säsong blir det 7-manna.

Mål med säsongen

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Tränare 1	Annika Holmkvist	
Tränare 2	Fredrik Henriksson	
Tränare 3	Karin Arvsell	
Tränare 4	Peter Lanäs	
Tränare 5	Tobias Engström	

Ekonomi	Rickard Granevald	
---------	-------------------	--

Målet med säsongen har varit att lära tjejerna att börja hitta sina positioner, vilket vi tycker vi uppfyllt. Vi har gemensamt med tjejerna gått igenom lagets olika positioner, vilken uppgift man har och vart man ska spela på de olika positionerna. Vi började med detta tidigt under säsongen på 5-manna, vilket gjorde det enkelt att ta det vidare när vi började öva positioner på 7-manna.

Utveckling under säsongen

På träningarna har fokus, utöver positioner nämnt ovan, legat på smålagsspel, passningar, avslut och teknik. Indelning har skett i små grupper för att undvika lång väntan samt att tjejerna ska få ha mycket tid med bollen under träningen. Vi tycker att detta har gett resultat. Tjejerna har utvecklat tvåmålsspelet i form av positioner och passningsspel.

Vi har också under säsongen ökat målvaktsintresset i laget genom att en gång i veckan ha målvaktsövningar som egen station.

Träningsnärvaro

Närvaron på träningar har varit god. Bedömer ca 20-25 st på varje träning.

Spel, matcher och cuper

Vi har under året spelat 5-manna-matcher med 3 lag igång. På grund av restriktionen på max 50 st deltagare har poolspelen med flera antal lag som samlas uteblivit. Istället har vi spelat matcher under säsongen från juni till september. Säsongen avslutades med 7-manna match mot Skoghall som övning inför nästa säsong. Tyvärr blev det inget genrep för oss under rådande situation.

Organisation



Utöver ansvarsområden ovan har vi också en föräldragrupp som ansvarar för det administrativa runt laget så som klädbeställningar, försäljningar, bemanningsschema mm.

Ekonomi

Under säsongen har vi sålt kakor samt fått in ett antal sponsorer i samband med beställning av träningsoveraller. Lagkassan är nu totalt 21 480 kr.

Summering

Vi tycker att vi haft en lyckad säsong och en bra utveckling hos tjejerna. Vi tror också att tjejerna har haft roligt.



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK

F-12, 2020

Av: Erik Djuvfeldt

Allmänt

- Första året på 5-mannaplan med 31st spelare i truppen vid säsongens slut.
- Utökning av laget med 7st nya spelare under säsongen.
- Tränat 2-dagar veckan (tisdag & torsdag) från april till september med uppehåll i juli.

Mål med säsongen

- **Fokus**
Inga uttalade mål med säsongen, men vi har fokuserat mycket på bollkontroll samt passning och positionsspelet.
- **Laget**
Vi har jobbat mycket med att få ihop gruppen och att alla ska trivas i laget.
Målet med säsongen var att alla ska tycka det roligt att både träna och spela matcher.
- **Träningar**
Inför säsongen planerade vi ett träningsupplägg med ett antal olika övningar och moment i form av:
 - Uppvärmningsövningar
 - Stationsövningar – Matchspel
 - Stationsövningar – Passningar
 - Stationsövningar – Bollkontroll
 - Stationsövningar – Skott
 - Övriga stationsövningar – Med boll
 - Avslutning – Lekar-stafetter

Utveckling under säsongen

- **Fokus**
Vårt fokus på bollkontroll samt passning och positionsspel visade sig ge resultat i slutet av säsongen då vi hade ett betydligt bättre spel på både träningar och matcher jämfört med början av säsongen.
- **Laget**
Eftersom vi har jobbat mycket med att få ihop gruppen och att alla ska trivas i laget, har vi också stött på vissa utmaningar under säsongen som vi har fått hantera på bästa sätt.
- **Träningar**
Träningarna har genomförts med uppdelning av laget i mindre grupper och ett antal stationer, där vi har fokuserat på de olika övningarna och momenten som vi planerade inför säsongen.

Att arbeta med spelarna i mindre grupper har bara varit positivt, då vi har fått möjlighet att kunna följa och jobba med varje spelares utveckling på nära håll.



Det har också varit positivt att vi använt oss av samma och för spelarna välkända övningar/moment under hela säsongen, då vi har fått ett bra tempo på genomförandet av träningarna.

Träningsnärvaro

- 32st träningar under säsongen med ett snitt på över 20st tjejer på varje träning.
- Hög ledarnärvaro, där samtliga ledare har deltagit aktivt på träningarna.

Spel, matcher och cuper

- **Spel**
2st lag anmälda till spel (gul & grön)
Nu i efterhand skulle vi kunnat ha anmält ytterligare ett lag till spel.
- **Matcher**
 - Antal: Varje lag spelade 8st matcher vid 8 olika tillfällen.
 - Fördelningen: 4st hemma och 4st bortamatcher för varje lag.
 - Genomförande: Båda lagen spelade mot 2 lag från samma motståndarlag samtidigt.
 - Lagindelning: Blandat spelare mellan de båda lagen för att alla ska få spela med alla.
 - Poolspel: Inget poolspel i år med anledningen av Covid-19
- **Cuper**
Inga cuper i år

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Huvudansvarig	Erik Djuvfeldt	
Tränare	Anders Kindgren	
Tränare	Andreas Helgerud	
Tränare	Fredrik Hildebrand	
Tränare	Markus Connedal	
Tränare	Tomas Persson	
Ekonomi	Fredrik Hildebrand	
Informationsansvarig	Erik Djuvfeldt	
Tvättschema	Samtliga tränare	
Kioskschema	Erica Broström (Föräldraansvarig)	Ingen Kiosk i år p.g.a Covid-19
Städschema	Erica Broström (Föräldraansvarig)	Städning utfördes av föräldrar
Försäljning till lagkassan	Erica Broström (Föräldraansvarig)	Utfördes av tränare & föräldrar
Arrangemangsansvarig		För de träningsgrupper som arrangerar cuper.



Ekonomi

Uppstart av lagkassa i år med följande inkomster och utgifter:

Inkomster

- Försäljning av toalettpapper: 38 533: - SEK
- Sponsring från 3st företag: 13 000: - SEK
- Ersättning från Min Fotboll: 53: - SEK

Utgifter

- Inköp av träningskläder från Stadium Teamsales: 33 344,70: - SEK
- Säsongsavslutning med korv & bröd, festis och godis: 730: - SEK

Saldo

- Kvar i lagkassan 31/12, 2020: 17 511, 30: - SEK

Summering

En lyckad och rolig säsong med bra utveckling på tjejerna och en bra fungerade tränarorganisation. Extra positivt att vi har fått 7st nya tjejer i laget.

Vi ser nu fram emot en ny säsong och hoppas på att alla tjejer fortsätter i laget även nästa säsong.



Verksamhetsberättelse Hertzöga BK

F13, 2020

Av: Jenny Hjalmarsson

Allmänt

En rolig säsong då vi lärt känna varandra bättre, både spelare och mellan tränare. Fotbollsglädje.

Mål med säsongen

Att alla ska känna sig trygga och tycka att det är kul med fotboll. Få en lagkänsla. Pratad om hur man beter sig på en träning, lyssnar, visar respekt mot tränare och kompisar, gör sitt bästa. Då blir allt roligare. I så många lekar och övningar vi har ska vi försöka ha med en boll.

Utveckling under säsongen

Bättre bollkontroll hos samtliga. Ökad förståelse för hur man spelar match. Utvecklat en lagkänsla så alla ska känna sig sedda vilket har utvecklats bra genom lek och att man lärt sig varandras namn.

Träningsnärvaro

C:a 20-25 spelare per träning.

Spel, matcher och cuper

En träningsmatch mot Norrstrand på sensommaren. Vi delade då upp laget och spelade två matcher efter varandra. Detta var mycket uppskattat av barnen. Vi ser fram emot fler matcher nästa säsong.

Organisation

Ansvarsområde	Namn	Kommentarer
Huvudansvarig	Jenny Hjalmarsson	
Tränare 1	Jenny Rådström	
Tränare 2	Erika Storm	
Tränare...	Jessica Johansson Stefan Eriksson Mathias Malm Lotta Fallqvist	
Ekonomi		Kan skötas av lagmammar eller lagpappor.
Informationsansvarig		- " -
Tvättschema		- " -
Kioskschema		- " -
Städschema		- " -
Arrangemangsansvarig		För de träningsgrupper som arrangerar cuper.

Ekonomi

Betalat medlemsavgifter. De som vill har köpt träningskläder. Ingen lagkassa ännu.



Summering

En rolig säsong med en fantastiskt härlig grupp. Vi hoppas på att så många som möjligt vill fortsätta.