



Verksamhetsberättelse  
FoC Farsta Ishockeyförening 2024-2025

---

*FOC Farsta Ishockeyförenings styrelse 2024-2025*

---

Ordförande Sandra Gill

Ledamot Dean Walldén

Ledamot Kerstin Hanell

Ledamot Lars Samuelsson

Ledamot Mats Samuelsson

Ledamot Sara Dutina

---

*Valberedning 2025-2025*

---

Christoffer Östnaes (sammankallande)

Björn Oldéen

Magnus Mårtensson

---

*Tjänstepersoner 2024-2025*

---

Niklas Harju (Hockeyaccelerator/Sportchef)

## Tack till alla er i Foc Farsta Hockey!

Jag blickar tillbaka på mitt andra år som ordförande och ser med tacksamhet hur alla ledare arbetar för att ge spelarna en så bra utbildning som möjligt. Både ledare som har, och inte har, spelare kvar i föreningen, lägger ner timmar på att skapa känslan av FoC Farsta Hockey.

I år har vi påbörjat arbetet med "En Förening" där vi hade en ledarkickoff i september. Mycket bra kom ut av det, som vi tar med oss i det fortsatta arbetet med att förstärka samarbetet i Föreningen och mellan lagen. Vi alla kom överens om att det börjar med ett enkelt "hej".

Vi började säsongen på det mest tuffa tänkbara sätt, Farsta Ishall var stängd.

Vi hade istider i upp till fyra olika hallar vissa veckor. Men vi höll i och höll ut! Vilket fantastiskt jobb alla har gjort som har skjutsat, burit utrustning och anpassat sig efter olika tider och sträckt ut en hand till en lagkompis för att möjliggöra att alla kunde komma till träningen.

15e november fick vi komma tillbaka och borta är ok, men hemma är fantastiskt!

I skrivande stund är isen smält och barmarksträningen körs för fullt, men planeringen inför kommande säsong är redan i gång. Vi fortsätter arbetet med En Förening, stärka junior och seniorsidan samt fortsätta med den fina utvecklingen vi har på ungdomssidan. Men först några veckors ledighet innan skridskorna snöras på och vi tar oss an träningar, matcher, cuper med en vilja om att göra det Smartare, Bättre, Roligare

Stort tack till ledare, spelare, vårdnadshavare och självklart styrelsen för att ni alla bidrar till möjliggörandet av att vara en del av ishockeysverige.

Sandra Gill  
Ordförande, Foc Farsta IF



Anton Frondell, numera Djurgården men tidigare FOC, på besök under en teknikmåndag.

## Alag

En energiläckande försäsong med spelar- och ledarflykt under de temporära förhållande i alternativa ishallar ledde till en katastrofal säsongsinledning i första serien innan jul. Enbart fyra inspelade poäng, nästjumbo och hela minus-43 i målskillnad på 14 matcher gav en besk eftersmak till slutet på 2024. I fortsättningsserien blev det dock en kraftsamling när ex-tränaren Martin Wernqvist snöra på sig skridskorna och gav fart till spelargruppen jämte flera andra tillskott. Återsynen till Farsta IP och egna omkl.rummet gjorde sitt också men efter en snöplig hemmaförlust mot Kallhälls IF i slutminuterna gjorde att det dock blev två poäng upp till helt säker mark och därmed enbart en femte plats av åtta lag i fortsättningsserien. Detta resulterade i en kvalserien mot Boo, Brinken och Skärplinge. Väl på plats i den serien blev tanken på nytt tom och degradering blev ett faktum efter en fjärdeplats i kvalserien. Nu startar revanschresan och truppen behöver förnygras såväl som fyllas på. Nya tag 2025-2026.



## Cobras



Den 9 augusti startade säsongens isträning. Truppen har bestått av 25 utespelare och tre målvakter. Inför säsongen valde tre spelare att sluta i laget och under säsongen har tre nya spelare tillkommit. Under säsongen har det genomförts 68 träningar, tre träningsmatcher, 12 seriematcher, två cuper, två lagmöten, tre spelarrådsmöten samt en avslutningscamp. Inför säsongen valde laget att avsluta fortsatt engagemang med huvudtränare och istället startades en tränargrupp med fyra spelare ur laget som planerade och genomförde träningar. Som komplement har funnits en

tränarpool med fem tränare både inom och utanför föreningen som hållit vissa träningar och coachat en del matcher. Fokus när tränare från tränarpoolen deltagit har varit mer inriktat på skridskoskills och spelövningar. Inför kommande säsong ska tränar- och coachupplägget utvärderas genom en enkät bland spelarna.

Seriespelet har genomförts i Damer Rekreation Röd Grupp Syd där laget placerade sig på tredje plats, vilket ledde till vidare avancemang till Röd Grupp Topp 5 tack vare bättre poäng än trean i Röd Grupp Nord. Cobras placerade sig på en fjärdeplats i fortsättningsserien, endast 1 poäng och med samma målskillnad från en pallplats.

Cuperna som laget deltog i var Trånkans Winter Classic där laget vann silverpokalen, samt för tredje året Saltis Snipers Ladies Cup.

Tyvärr har det varit en skadedrabbad säsong med flera långtidsskadade spelare. Glädjande är att de flesta är återställda och förväntas vara i form för spel i augusti. För tredje året avslutades säsongen med en camp i Järvsö.

Årets lagledare har varit Maria von Gerber och Lina Eriksson. Materialare Åsa Harada och Märta Laurin.

---

## Team 10

---

I början av säsongen fylldes truppen på med sex utespelare och en målvakt, samtidigt som en av våra målvakter från föregående säsong lämnade. Laget bestod vid säsongsavslutningen av 24 utespelare och 2 målvakter. Under eftersäsongen har två spelare lämnat laget, samtidigt som två nya har anslutit. Under säsongen har vi haft 5 tränare, 2 lagledare, 3 materialare och 1 kassör.

Säsongen inleddes med det traditionsenliga uppstartsläget. På grund av renoveringen av Farsta ishall var försäsongen i Mälarhöjdens och Kärrtorps ishallar. Det var utmanande med resor och lite besvärligt utan något förråd, så det var skönt att få komma hem till Farsta igen i mitten av november.

Under säsongen hade vi två lag i seriespel, det ena laget vann grupp B2, och det andra slutade tvåa i grupp C. Vi spelade också DM, där vi slutade tvåa i grupp D. Under säsongen har vi fått förstärka laget med spelare från både Team 09 och Team 11 för att få ihop kompletta lag.

Under hösten var laget iväg på tre cuper - Nicklas Bäckström cup, Calle Flodmark Trophy, och Länscupen. Extra kul att vi lyckades vinna cupen i Eskilstuna (Calle Flodmark Trophy) efter att ha slutat på tredje plats i gruppspellet. Den 19-24 mars var laget iväg på en påskcup i Tjeckien. Utöver att spela cup hann laget också med att uppleva Prag där vi både gick på guidad rundtur, åkte på lunchkryssning på Vltava samt njöt av lokala kulinariska specialiteter.

Säsongen avslutades med Farsta Hockey Games den 25-27 april. Cupen hade 10 lag, varav ett från Norge, två från Tjeckien, och tre från Finland.

Vi ser fram emot nästa säsong där vi kommer ha ett lag i seriespel, samtidigt som vi börjar spela matcher som är 3\*20 min med förlängning och straffar vid oavgjort resultat.



## Team 11

Laget bestod vid säsongsavslutningen av 23 spelare. Under säsongen har 4 spelare slutat samtidigt som vi fick in 5 nya medlemmar till laget.



Uppstarten under hösten blev intensiv med deltagande i 4 cuper innan seriespelet drog igång. Under seriesäsongen delades laget in i 2 lag för spel i A- respektive C-serien. På grund av långvariga och återkommande bortfall som förkylningar och skador blev det goda samarbetet med Team 12 där vi kunde låna in spelare mycket uppskattat.

Efter nyår fick vi besök av ett kanadensiskt lag, Elmvale Coyotes som vi mötte i en vänskapsmatch följt av en gemensam måltid.

Detta är andra gången laget kommer på besök

och nöjda reseledare annonserade att de kommer att höra av sig till kommande säsong för ett återbesök, då med en annan årskull.

Under vårcupen som arrangerades sista helgen i mars deltog 8 lag. Tack vare ett fantastiskt engagemang från alla involverade och jämna matcher på isen åkte deltagande lag hem nöjda och glada.

Säsongen avrundades med en veckas deltagande i Krolak cup i Northbrook, Chicago. En fantastisk upplevelse inte bara för våra spelare utan även för föräldrar och syskon.

Ett starkt sammansvetsat lag på alla nivåer, spelare, ledare och föräldrar ser fram emot kommande säsong med tillförsikt.

## Team 12

Laget klev på is i samband med uppstartsläget i augusti i Mälarhöjdens ishall. Vi var då 25 spelare, 4 tränare, 2 lagledare, 2 materialare och en kassör. Lagledningen är beundrad över hur bra det fungerade under hösten då vi tränade i Mälarhöjden och Kärrtorp eftersom Farsta ishall renoverades ända till November. Vi har haft mellan 3 & 4 träningar på is varje vecka under säsongen och har kompletterat med en del fysträning. Inför denna säsong gick laget över till helplan och genomförde seriespel med två lag. Innan serien drog igång så var vi på ett flertal cuper där Nordic Youth Trophy i Säffle i mitten av september var höjdpunkten. Laget ställde även upp i DM och tog sig till B-slutspel. En mycket fin insats som alla kan vara stolta och nöjda över!



I serien har vi haft lag i B2 och C2. Det har varit lite uppförsbacke under säsongen men vi avslutade starkt i båda serierna och överlag ser vi en stor utveckling hos spelarna. Truppen har krymp efter fem

avhopp under året och när säsongen nu avslutas är vi 19 spelare kvar. Ledarstab har genomgått en del förändringar så nu har vi 3 tränare, 2 lagledare och 1 kassör runt teamet samt två föräldrar som hjälper till med slipning och klubbpreparationer.

Laget har inte kunnat genomföra något Farsta Hockey Games under säsongen då vi stod utan Farsta ishall i höstas och nu under våren fick vi ej ihop lag pga. att Huddinge hade sin stora Lions cup och Norrköping även hade en populär cup samma helg.

Nu under barmarksäsongen kommer laget att träna fys, judo och landhockey och sedan blickar vi framåt mot uppstarten i augusti och nästa säsong!

---

## Team 13

---



### Inledning

Säsongen 2024/2025 har varit både intensiv och utvecklande för FOC Farsta Team 13. Med ett starkt engagemang från spelare, ledare och föräldrar har laget tagit stora steg både sportsligt och socialt.

### Matcher och seriespel

Under säsongen har laget deltagit i 128 zonspelematcher och 10 helplansmatcher, samtliga enligt Stockholms Ishockeyförbunds

regelverk för U12. Matcherna har gett spelarna viktig matchvana, spelförståelse och samarbetsförmåga – avgörande faktorer i övergången mot helplanshockey.

### Träning och övriga aktiviteter

FOC Farsta Team 13 har genomfört 198 is- och fysträningar och 17 övriga aktiviteter, som exempelvis off-ice-pass, skridskodisco och lagutveckling. Träningarna har haft hög närvaro och präglats av god energi, utveckling och laganda. För att stärka dialog och sammanhållning har även ett föräldramöte och två spelarmöten genomförts under säsongen.

### Spelartrupp och ledarstab

Laget består av 18 spelare, varav tre är målvakter. Truppen har utvecklats starkt under säsongen, både individuellt och som lag, och visat stor vilja att lära och växa tillsammans. Säsongens verksamhet har drivits av följande ledargrupp:

- Lagledare: Dean Walldén, Maria von Gerber, Nina Ludwig
- Tränare: Nicklas Junvald, Patrik Göransson, Peter Österdahl
- Fystränare: Nathalie Junvald
- Kassör: Susanne Fuentes
- Materialare: Johan Ullström, Per Vestergaard

### Trivselgrupp

Ett stort tack riktas också till vår trivselgrupp, under ledning av Therese Agstål och Nathalie

Junvald, som gjort ett fantastiskt jobb med att skapa en positiv, inkluderande och glädjefylld lagmiljö. Ert arbete har varit ovärderligt för lagets sammanhållning!

## Arrangemang – Farsta Hockey Games våren 2025

En av årets höjdpunkter var att vi arrangerade Farsta Hockey Games U12 våren 2025, en tredagars helplans cup 11–13 april med 10 deltagande lag. Turneringen blev en stor framgång med mycket positiv respons från gästande föreningar.

## Sammanfattning

Säsongen har varit ett stort steg framåt för laget – både på och utanför isen. Det starka samarbetet mellan spelare, ledare och föräldrar har lagt grunden för en fortsatt stark utveckling inför kommande säsonger.

Tack!

Vi vill rikta ett varmt tack till alla som bidragit till Team 13:s säsong: spelare, ledare, föräldrar och våra supportrar. Tillsammans skapar vi inte bara hockeyspelare – utan minnen för livet. Ett särskilt tack riktas till Bäckströms som starkt bidragit till att uppfylla små spelares stora drömmar.

## Mål för säsongen 2025/2026

Inför säsongen 2025/2026 har FOC Farsta Team 13 satt upp följande mål:

- Fortsätta utvecklingen mot helplansspel genom ökad taktisk träning och spelförståelse
- Stärka lagets fysiska kapacitet med strukturerade fyspass och skadeförebyggande arbete
- Uppmuntra till hög träningsnärvaro och laganda genom tydlig kommunikation och delaktighet
- Fortsätta arbeta med trygghet och respekt på och utanför isen
- Skapa minnesvärda upplevelser genom deltagande i cuper och sociala aktiviteter

Målet är att varje spelare ska känna sig sedd, utvecklas i sin egen takt och bidra till lagets gemenskap och framgång.

---

## Team 14

---

Ledningen består av tränarna Magnus Almeby, Ted Hedstrand, Nicklas Granath, Peter Österdahl samt målvaktstränare Andreas Zeccagno. Lagledare David Skyman och Jonathan Sandberg.

Materialare har roterats under året.

Vi startar året med 20st spelare och avslutar med 19 spelare.

Laget har tränat mellan 3-4 gånger per vecka på is.



Fokus under träningarna har varit skridsko, klubbteknik och passningspel där spelarna fortsätter ta steg framåt. Under hela säsongen har vi sett hur spelaren även har utvecklat sitt spel vilket har

märkts under matcher där deras vilja att hela tiden ge järnet och aldrig ge upp har stärkt dom som både grupp och individ.

Vi har under säsongen påbörjat förberedelser på träningarna inför U12s regelverk.

Laget har haft tre poolspelslag och det har varit bra insatser från spelarna i varje match.

Vi har även deltagit i olika cuper där vi även mött motstånd från andra delar av landet, vilket har varit en bra värdeomätare på lagets insatser.

Vi har arrangerat ett Farsta Hockey games med gott resultat samt även skridskodisco.

Under säsongen har vi haft möten med spelarna om värdegrunder, om hur man är en bra kompis samt feedbackövningar i små grupper.

Vi ser fram emot nästa säsong.

---

## Team F12

---



Laget har under året bestått av tolv spelare. Under året har vi deltagit i poolspel, arrangerat skridskodisco och serverat hamburgare vid Farsta Christmas Open.

Våra tjejer har visat på stort engagemang, imponerande uthållighet och enorm lagkänsla då de under många matcher bara haft en eller två på bänken. Men de är glada över all speltid de får!

Vi har gott samarbete både bland spelare och föräldrar och därför lyckats med de utmaningar som uppstår i och med en liten trupp. Skjuts löser sig alltid!

---

## Team 15

---

### Ledare

I slutet av säsongen gjordes en förändring i ledargruppen. En ledare slutade, medan 2 nya blev in. Välkomna Amadi (pappa till Émile) och Linus (pappa till Alfons). Dessa två kliver gemensamt in som materialare, men även hjälptränare när det behövs.

### Fokus

Fokuset har fortsatt legat på skridskoteknik, klubbvana samt laganda. Gruppen är sammansvetsad och det råder riktig laganda



både i och utanför ishallen. Vidare har fokus legat på ett samarbete mellan årskullarna. T14 har bjudit in 5 spelare från oss vid deras träning. Dessa 5 platser har inte varit låsta, utan det har varit "först till kvarn". Där det har funnits luckor, har några även spelat matcher och cuper med T14. Vi hoppas på fortsatt gott samarbete även säsongen 25/26. Men vi ska även skapa en liknande dialog med T16.

## Spel under året

Team 15 har spelat sin andra säsong poolspel där vi återigen anmält 3 lag. Denna gång på lite större planer, vilket har varit till allas glädje. Headcoach Erik och Lagledare Daniel har även detta år legat i gällande cuper och extraspel. Bland annat startade vi säsongen med en "gemensam träning" med mixade lag tillsammans med Waxholm i ett iskallt tält på Kärrtorp IP. Några veckor senare fick grabbarna spela en match mot varandra på ett fullsatt Hovet i dafs periodpaus. Sedan har det i princip spelats hockey varenda helg. Förutom seriespelet så har vi bland annat hunnit med cup hos Älta, Tyresö Hanviken, dif, AIK, Trångsund, Göta-Traneberg, Mälarö och kanske den mest speciella: i Eskilstuna, dit vi gemensamt åkte i hyrd buss till. Barn, ledare och föräldrar. Detta blev en succe. En heldag våra grabbar sent kommer att glömma.

---

## Team 16

---



**Tränare:** Jonas Gustavsson, Patrik Ståhl, Marcus Bruzelius, Andreas Zeccagno,

**Materialare:** Anders Karlsson och Philipp Kreft

**Lagledare:** Charlotte Svärd

**Ekonomi:** Anna-Maria Almeby

Vi började säsongen 24/25 med uppstartsvecka innan skolorna satte igång i Mälarhöjdens ishall. Vi fortsatte sedan vår höst i Mälarhöjden och på Kärrtorp. Under tiden väntade vi på att vår hemmahall skulle bli färdig renoverad. Men tiden går snabbt och snart var vi på plats i Farsta igen.

Skönt!

Laget som består av 25 spelare, har tränat två gånger i veckan på is.

Träningarna har haft fortsatt fokus på skridsko- och klubbteknik, men också mycket övningar runt samarbete inför poolspelen, som vi sen varit iväg på under hösten och våren. I mars höll vi vårt Farsta Hockey Games som andra föreningar redan i höstas efterfrågade om de fick vara med. Efter lite grillmeck och sedan en hel del hamburgergrillning gick vi i mål även denna gång och Farsta Hockey Games bjöd på mycket skratt och glada ungar.

Vi avslutade denna säsong med en match mellan vårdnadshavare och barn som blev väldigt lyckat.

## Team 17



Lagledare: Johanna Modeé, Sofie Larsson  
Kassör: Anna Hällström  
Tränare: Musse Idevall, Jesper Svärling, Mattias Pauser  
Ass tränare: Jonas Jonsson, Jimmy Karlsson  
Materialare: Joel Lindberg, Märta Laurin  
Fotograf/Content creator: Nicholas Yip

Vi i ledargruppen startade i höstas som en ganska ny grupp och har under säsongen hittat våra roller, samtidigt som vi hjälps åt och samarbetar för att skapa ett starkt och effektivt ledarteam. I

början av 2025 anslöt Jonas och Jimmy som ass tränare.

### Säsongen

Säsongen inleddes med träningar i Kärrtorp. Efter att ha kommit tillbaka till Farsta har vi haft två ordinarie träningar i veckan samt deltagit i Hockeyskoj. På träningarna har vi haft stort fokus på skridskoteknik, puckhantering och att utmana killarna för att främja deras utveckling – men framför allt har det handlat om att ha roligt.

Under säsongen har vi haft förmånen att både arrangera och bli inbjudna till flera "hockeyskoj". Dessa tillfällen har inte bara varit roliga, utan också mycket utvecklande för våra spelare. Genom att möta lag från andra föreningar har vi fått möjlighet att testa våra färdigheter i olika matchsituationer, mot varierande motstånd. Det har varit särskilt värdefullt för laget att träna på att samarbeta, hålla ihop som grupp och stötta varandra.

Utöver isträningarna har fokus även legat på att stärka sammanhållningen i laget genom olika off-ice-aktiviteter. Eftersom laget var nybildat och de flesta spelarna inte kände varandra så bra från början, har dessa aktiviteter varit viktiga för att bygga teamkänsla. Det har också varit betydelsefullt då flera spelare anslutit under säsongens gång. Genom gemensamma aktiviteter har spelarna fått möjlighet att lära känna varandra bättre, skapa trygghet och bygga ett lag där alla känner sig inkluderade.

Sammanfattningsvis har det varit en rolig och givande säsong fylld av utveckling både på och utanför isen. Spelarna har inte bara förbättrat sina individuella färdigheter och lärt sig spela som ett lag, utan också vuxit som grupp genom ökad sammanhållning och gemenskap. Säsongen har lagt en bra grund för fortsatt utveckling och vi ser redan fram emot vad nästa säsong har att erbjuda.

## *Xmas Open Junior/Dam/Senior*

Årets Xmas Open blev något alldeles extra – ett värmande avslut på 2024 och ett kraftfullt avstamp inför framtiden! Med hela 180 deltagare samlade under samma tak blev det en dag fylld av glädje, gemenskap och fantastisk ishockey.

För första gången i föreningens historia öppnade vi upp en egen flick- och damklass i Xmas Open med 37 spelare och 5 målvakter i fyra lag som alla bar namn från den nordamerikanska proffsligan PWHL. Det var inspirerande att se engagemanget, kämpaglöden och den sportsliga nivån i alla tre turneringarna: **Junior (JR), Dam och Senior (SR)**.



## *Eftersäsong, Uppstartsläger och Farsta Hockey Camp*

Klubben inledde under maj 2024 ett nytt initiativ i att boka istider i Visättra Ishall, Huddinge, och erbjuda tre söndagsträningar i maj till självkostnadspris. Totalt 37 deltagare i den yngre gruppen och 38 deltagare i den äldre gruppen fick chans att mixa upp försäsongsträningen med skridskoåkning som man tycker är som absolut roligast.

Uppstartsveckan genomfördes i Mälarhöjden ishall A under v.33 pga. den pågående brandskyddsmålningen och ombyggnationen i Farsta Ishall. Totalt var det 146 spelare och 30-tal ledare i rörelse under fem dagar. Trots helt ny miljö och förutsättningar så lyckades våra lag skapa härlig hockeyglädje för sina trupper, tack till er!

Under 2024 /2025 har Farsta Hockey Camp-modellen fortsatt implementeras. Tre dagars läger under ordinarie skollov, huvudansvarig Niklas Harju sportchef och med en ledarstab som grundas i klubbens egna unga ledare. Gensvaret har även varit stort hos spelarna. Under jullovcampen så var det 47 spelare, sportlovet 45 spelare och slutligen påsklovcampen 54 spelare. Detta trots att flertal åker iväg under lovet. Än finns det saker att slipa på men det är ett tecken att vi rör oss i rätt riktning.

