



*Innebandysektionen för Sandåkerns Sportklubb
hälsar alla hjärtligt välkomna till kvällens...*

Föräldramöte P17 innebandysäsongen 2025/2026

Umeå den 22 oktober 2025

Agenda:

Om föreningen

Praktisk information

Träningar och cuper

Anvisningar och spelregler

Tävlingsmodell och serieindelning

Sammandrag och gruppindelning

Föräldragrupp – utse ny lagförälder



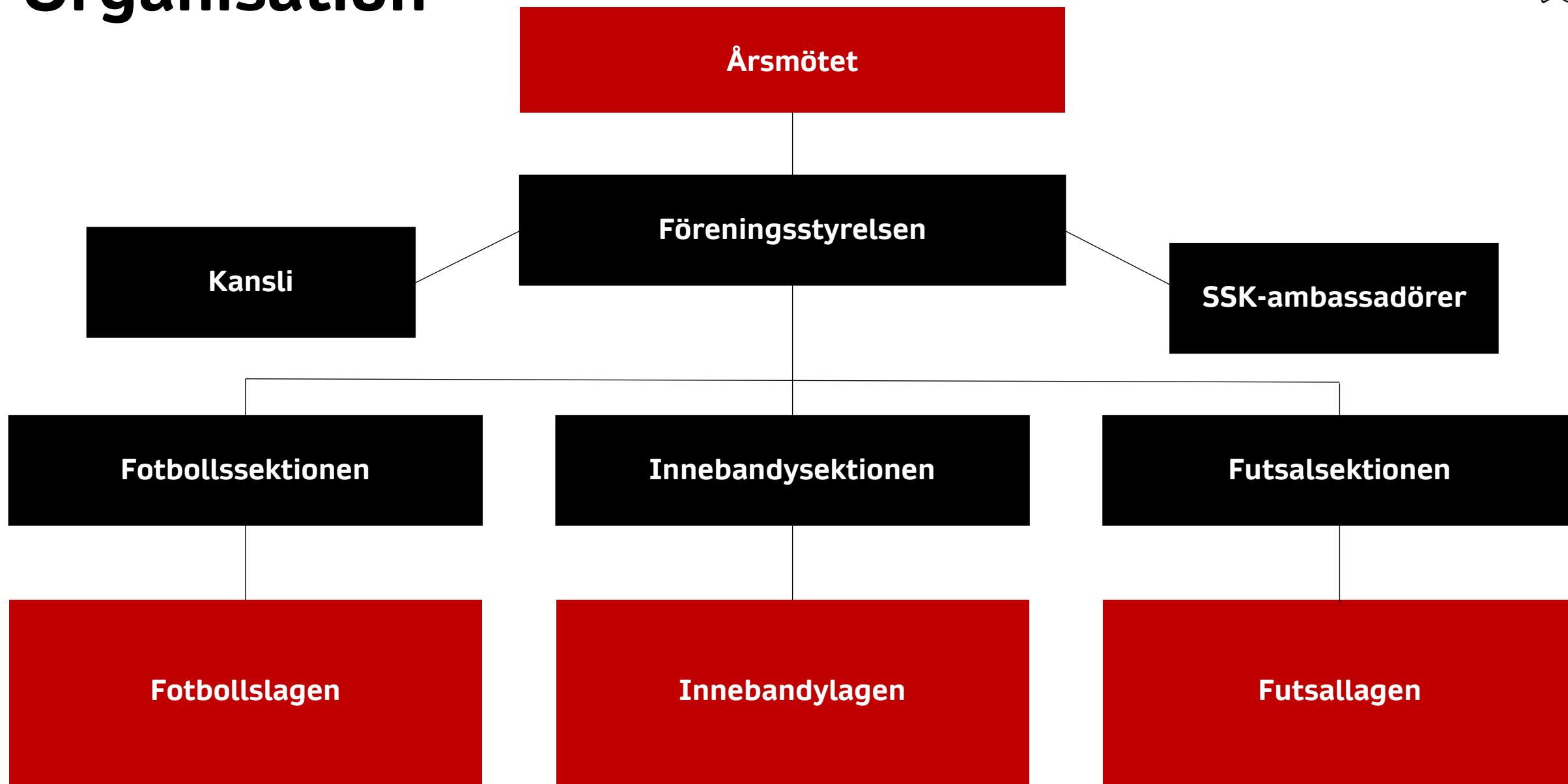
P17 Ledare, lagledare och SSK-ambassadörer



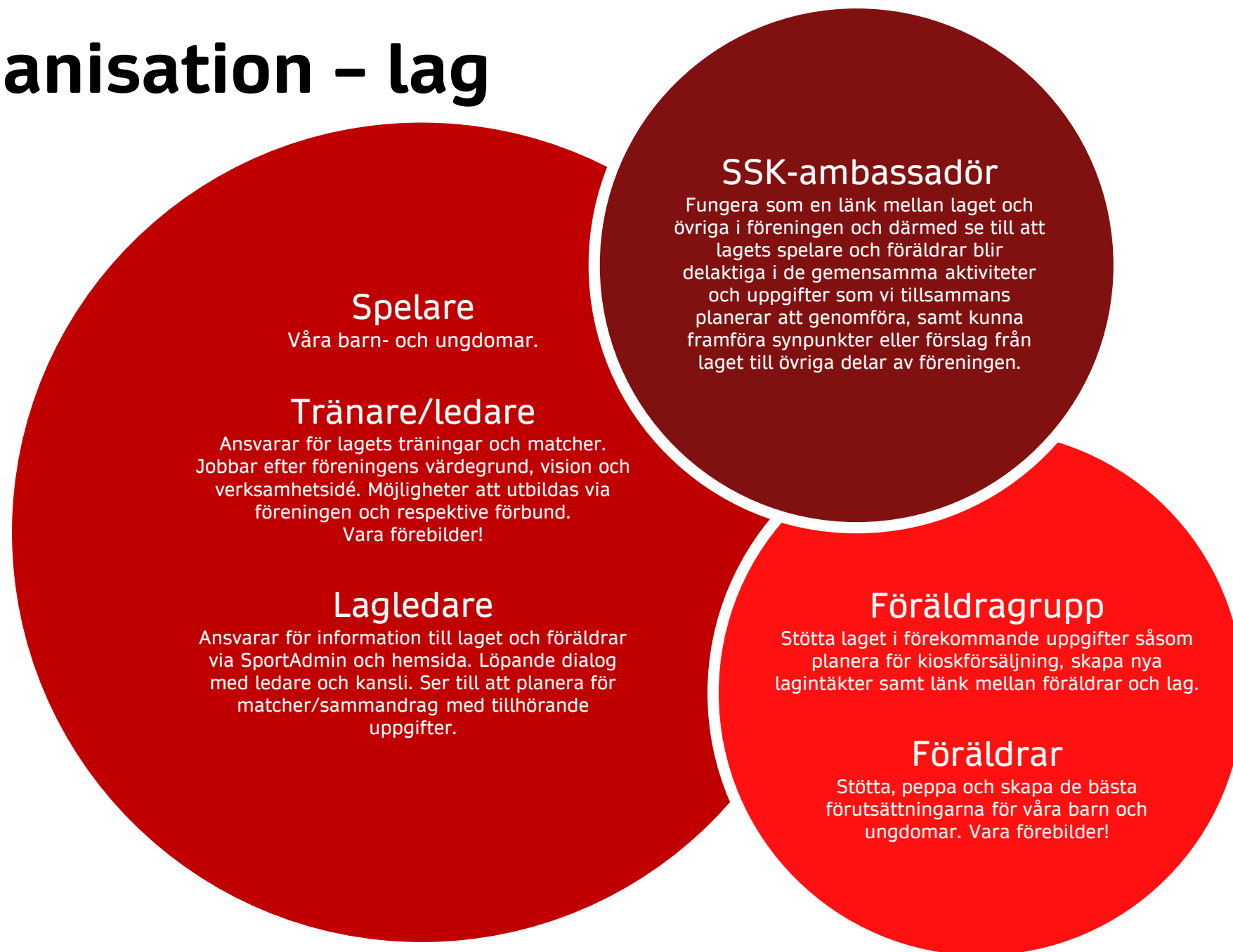
Vill du
göra oss
sällskap?

Från vänster: Johanna Öhgren, Elisabeth Lundell, David Jonsson, Niklas Strandgren, Jessica Edqvist, Tobias Lind, Johan Karlsson, Lina Forsman, Oskar Berglund. Saknas på bild gör Elin Jakobsson och Idamari Törnberg.

Organisation



Organisation – lag



Vision, verksamhetsidé och värdegrund



Vision

Sandåkerns SK- den levande idrottsföreningen!

Vi ger alla som vill möjlighet att engagera sig och utvecklas

Vi är en förening i ständig utveckling

Vår gemenskap, glädje och möjlighet till utveckling gör att både utövare och ledare väljer att stanna länge

Verksamhetsidé

Sandåkerns SK – idrottsföreningen för dig!

Sandåkerns SK ska erbjuda en verksamhet i din närhet som stimulerar till ett livslångt idrottande.

Vi ska kännetecknas som föreningen där alla mår bra och har roligt tillsammans. Föreningen ska bygga på ett medlemskap präglad av delaktighet, engagemang och personlig utveckling!

Värdegrund

Genom glädje och engagemang formar vi tillsammans vår förening

Vår värdegrund beskriver föreningens förhållningssätt och rättesnören. Vi beskriver vår värdegrund genom tre ledstjärnor och hur vi förhåller oss till dem i det vi gör i vår verksamhet.

Ledstjärna	Innebär för oss att...	Vi visar detta genom att...
Glädje	Vi ska verka för att alla i föreningen ska ha roligt i det vi gör.	...erbjuda en tillåtande, lustfylld och utmanande miljö.
	Vi ska verka för att alla får utvecklas såväl personligt som idrottsligt.	...genomföra relevanta utbildningar.
Engagemang	Vi tar ansvar för föreningens uppgifter.	...vara väl förberedd och passionerat
	Vi är med vår närvaro en kraft i det lokala samhällets utveckling.	...vara öppen för samarbete
Tillsammans	Vi välkomnar alla och verkar för en känsla av delaktighet och tillhörighet.	...vi bär klubbens färger med stolthet
	Vi ska visa hänsyn och respekt till varandras olikheter.	...i alla lägen var en schysst kamrat.

Uppförandekod



Vid träningar, matcher och andra arrangemang inom de verksamheter Sandåkerns SK bedriver representerar man föreningen och ska även följa föreningens riktlinjer för hur vi uppträder mot varandra, motståndarlag samt matchfunktionärer. Föreningens viktigaste uppgift är att erbjuda barn och ungdomar ett sunt idrottsalternativ som är öppen och till för alla som vill vara med.

Vi som är spelare, ledare och föräldrar i Sandåkerns SK följer nedanstående förhållningsregler:

Spelare

- Vi mobbar eller utesluter ALDRIG någon inom gruppen.
- Vi stöttar ALLA medspelare i med och motgång.
- Vi hånar ALDRIG motspelare eller domare.
- Vi respekterar domaren och hans/hennes beslut.
- Vi tackar ALLTID motståndare och domare efter match.
- Vi använder vårdat språk.
- Vi respekterar och lyssnar på ledarnas beslut.
- Vi tar ansvar för vårt beteende och ber om ursäkt vid regelöverträdelser.

Ledare

- Vi respekterar domaren och hans/hennes beslut. Vi skäller ALDRIG på domaren.
- Vi hånar ALDRIG motståndare eller domare.
- Vi ger positiv feedback till ALLA våra spelare.
- Vi använder vårdat språk.
- Vi hälsar på domare och motståndare innan match samt tackar för god match efteråt.
- Vi tar ansvar för vårt och spelarnas beteende och ber om ursäkt vid regelöverträdelser.
- Vi lägger fokus på prestation och glädje för idrotten och inte matchresultat eller tabelläge.
- Vi låter våra spelare vara delaktiga i hur verksamheten ska bedrivas.
- Vi säger ifrån om någon inom laget beter sig illa mot medspelare/motspelare/domare/publik.
- Vi tar avstånd från alkohol och droger i samband med vår idrott.

Förälder/åskådare

- Vi hejar på alla i laget.
- Vi stöttar våra barn i med och motgång.
- Vi ger positiv feedback.
- Vi respekterar domaren och hans/hennes beslut.
- Vi hånar ALDRIG barn i motståndarlaget eller domare.
- Vi använder ett vårdat språk.
- Vi ger inte instruktioner vid träningar och matcher, det överlåtes till ledarna.
- Vi lägger fokus på prestation och glädje för idrotten och inte matchresultat eller tabelläge.
- Vi tar ansvar för vårt beteende och ber om ursäkt vid olämpligt uppförande.
- Vi säger ifrån om någon annan på läktaren beter sig illa mot medspelare/motspelare/domare/publik.
- Vi tar avstånd från alkohol och droger i samband med vår idrott.

Krishanteringsplan

- Krisberedskap vid allvarliga händelser i föreningen
- Krisgrupp: Ordförande, vice ordförande, verksamhetsansvariga och kansli
- Alla ledare har möjlighet att gå utbildningen “Akut skadeomhändertagande”
- Sandakernssk.se → Trygga idrottsmiljöer → Krishanteringsplan

CHECKLISTA KRISHANTERINGSPLAN

Fördela uppgifter mellan er om ni är flera vuxna

- ☒ Omhändertagande av skadad (LABC)
- ☒ Larma 112 och möt upp räddningstjänstpersonal
- ☒ Ta hand om och informera övriga deltagare (hänvisning)
- ☒ Kontakta anhöriga till den drabbade (uppgifter finns i [Sportadmin](#))
- ☒ Var beredd att följa med skadad till sjukhus
- ☒ Informera föreningens krisgrupp om händelsen

☐ Informera föreningens krisgrupp om händelsen

☐ Var beredd att följa med skadad till sjukhus

Se till att era uppgifter är uppdaterade!



The screenshot shows the Sandåkerns S.K. website. The header includes the club name and navigation links for different sports. The main banner features the club logo and name. Below the banner is a navigation menu with links to various sections. The 'Krishanteringsplan' link is highlighted in the menu. The main content area displays the title 'Krishanteringsplan' and provides information on how to handle emergencies, including contact details for the crisis group.

Krishanteringsplan

Här finner du information hur du ska gå till väga om en kris uppstår inom vår föreningsverksamhet.
[Klicka här för att öppna Sandåkerns krishanteringsplan.](#)

Om en allvarlig händelse sker inom vår verksamhet ska du kontakta någon ur vår krisgrupp.

Kontaktuppgifter krisgrupp Sandåkerns SK:

- David Persson, ordförande: 070-205 05 80
- Theres Svensson, vice ordförande: 073-813 45 62
- Petter Widmark, kanslichef: 090-77 41 48
- Mikael Garpebring, sektionsansvarig fotboll: 070-286 68 28
- Sara Johansson, sektionsansvarig innebandy: 073-089 87 39

Information – hemsida



- Föreningens hemsida finns på www.sandakernssk.se.

- Sektionerna har egna flikar, utöver föreningens sidor.

LAG – FOTBOLL

LAG – INNEBANDY

LAG – FUTSAL

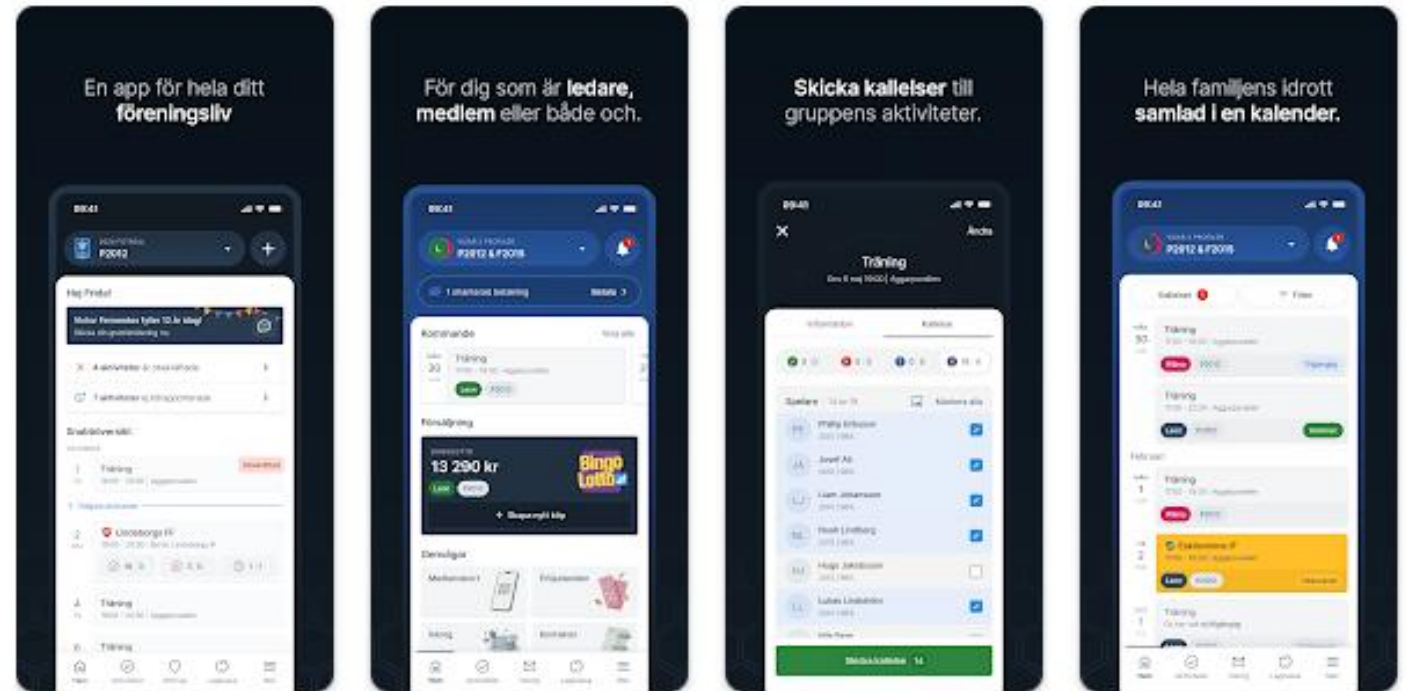
Under varje flik hittar ni kontaktuppgifter, information samt finns varje lags egna hemsida.

- Varje lag administrerar sin egna lagsida vilken är kopplad till SportAdmin.

The screenshot shows the homepage of Sandåkerns Sportklubb. The header is red with the club's name and navigation links for different sports: LAG - FOTBOLL, LAG - INNEBANDY, LAG - FUTSAL, LAG - VOLLEYBOLL, INTERSPORT, and ICA KVANTUM - NORDIC TOP 12. There is a 'LOGGA IN' link on the right. Below the header is a large banner with the club's logo and the text 'Sandåkerns Sportklubb Umeå - 1932'. A secondary red navigation bar contains links: HEM, NYHETER, TRYGGA IDROTSMILJÖER, OM SANDÅKERNS SK, ORGANISATION, UTBILDNING, MEDLEM, SCHEMA ALLA LAG, and KONTAKT. The main content area features three white boxes with red buttons: 'Kontakt' (Kontakta oss), 'Vision & Värdegrund' (Vision & Värdegrund), and 'SSK Tillsammans' (SSK Tillsammans). To the right, there is a 'KOMMANDE MATCHER' section showing a match between GUIF and Sandåkerns Sportklubb FB Dam div 3 on Sunday, October 13, 9:15 at Umeå Energi Arena. Below this is a 'GENVÄGAR' section with links to 'SSK-DAGEN', 'BOKA VÅRA LOKALER', and 'LÄS: ÖVERGÅNGSPOLICY'. A 'NYHETER FRÅN VÅRA LAG' section lists recent news items with dates. On the far right, a vertical sidebar titled 'I SAMARBETE MED' lists partner organizations: ICA KVANTUM Kronoparken, INTERSPORT, UMEÅ BUSS, and UMEÅ ENERGI.

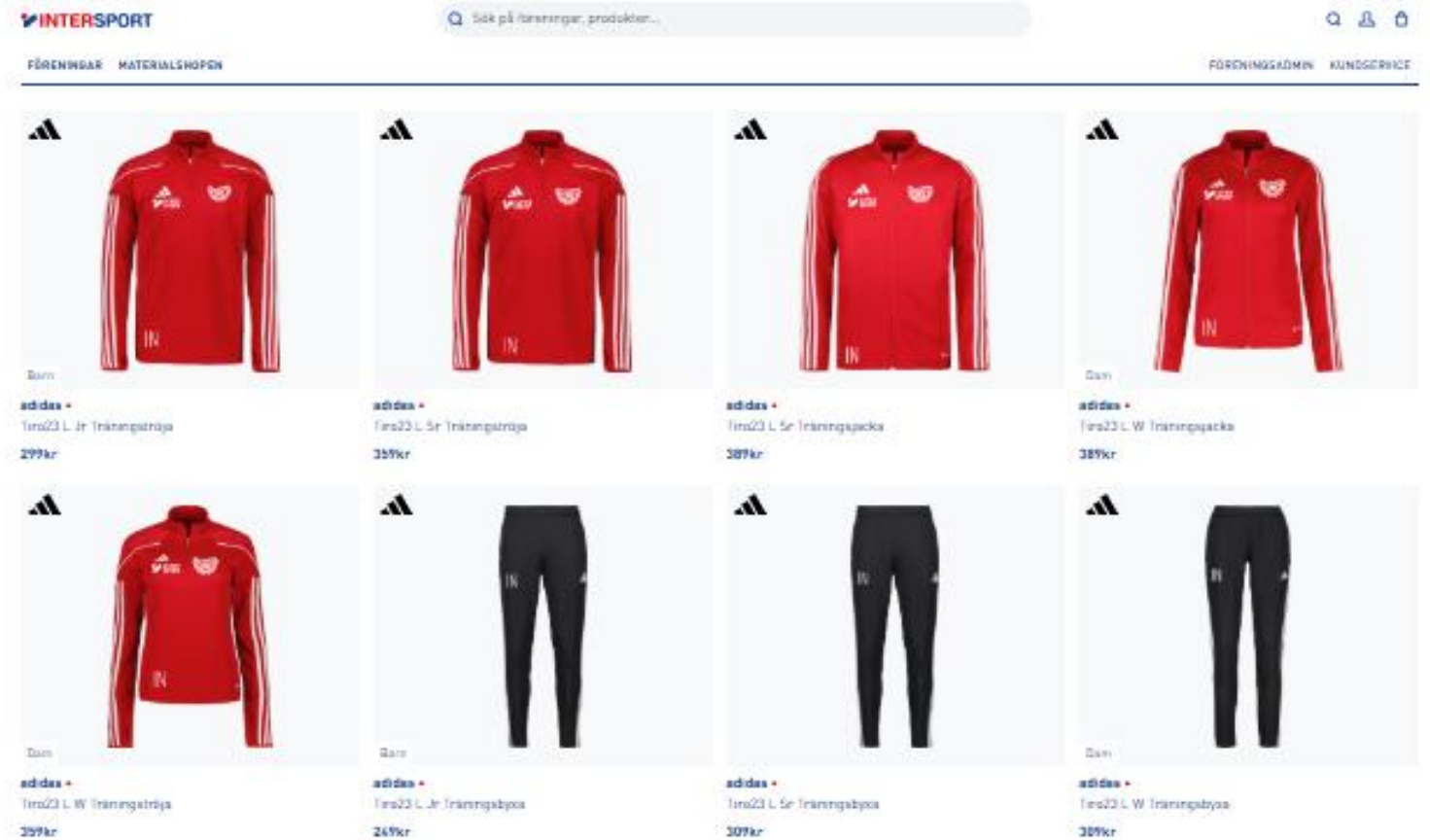
Information – app

- Föreningens medlems- och aktivitetsregister finns via SportAdmin.
- Alla kallelser till träningar, möten och matcher skickas via SportAdmin.
- Utskick med info sker också i SportAdmin, då får man informationen både som ett mail och som en notis i appen.
- Samma info publiceras även på hemsidan.
- Via SportAdmin sker även Bingolotto-försäljningen.



Föreningskläder

- Träningskläder via [Intersport](#)
- SSK-merch mössa/halsduk finns att köpa på kansliet



Förklaring avgifter och lagkassa



Medlemsavgift 2026

Medlemsavgiften skickas ut i maj månad och gäller för hela året.

Medlemsavgift för hela familjen = 400 kronor/år.

Medlemsavgift enskild medlem = 250 kronor/år.

Träningsavgift 2025/2026

Till respektive idrott betalas en träningsavgift för varje aktiv spelare inom Sandåkerns SK. Träningsavgiften ska bland annat täcka kostnader för plan/lokalhyra, domare, matchtröjor och övrigt träningsmaterial. Storleken på denna avgift varierar beroende på ålder. Se tabell till höger.

[SSK Tillsammans](#) – fond där alla kan söka upp till 2/3-delar av ex. träningsavgift

Lagkassa

Varje lag i Sandåkerns Sportklubb har rätt till en egen lagkassa för att finansiera verksamhet som inte föreningen finansierar, till exempel egna klädinköp, cuper, träningsläger, etc...

Träningsavgift 2025/2026:

6 år, född 2019	= 450 kr (bollek)
7 år, född 2018	= 450 kr
8 år, född 2017	= 600 kr
9 år, född 2016	= 900 kr
10 år, född 2015	= 1000 kr
11 år, född 2014	= 1100 kr
12 år, född 2013	= 1200 kr
13 år, född 2012	= 1300 kr
14 år, född 2011	= 1400 kr
15 år, född 2010	= 1500 kr

Gemensamma arbeten i föreningen

Bingolotter under julen

Samtliga medlemmar säljer 7 Bingolotter till Uppesittarkvällen den 23/12. Familjer (2 aktiva barn eller fler) säljer 14 Bingolotter. Det är också möjligt att sälja ytterligare bingolotter, dubbellotter, trippellotter och julkalendrar, där hela förtjänsten går till önskad lagkassa.

Arbete under Svenska Rallyt (varje år)

Antalet förväntade arbetstimmar/pass utgår från lagens/barnens ålder.

Parkering under Stora Nolia (vartannat år)

Antalet förväntade arbetstimmar/pass utgår från lagens/barnens ålder.

En översyn av föreningens arbeten sker löpande.

Försäkring via Folksam



Idrottsförsäkringar

Svenska Innebandyförbundet

Du som är aktiv i en förening som ingår i Svenska Innebandyförbundet omfattas av en idrottsförsäkring. Den ger dig ett bra grundskydd, till exempel om du råkar ut för en skada under träning eller match.

I din försäkring genom Svenska Innebandyförbundet ingår också tjänsten Råd och Vård för idrottsskador. Hit ringer du för att prata med en fysioterapeut om hur du förebygger, behandlar och anmäler idrottsskador.

Fysioterapeuten gör en första bedömning på telefon och vid behov kan du i vissa fall ha rätt till vidare bedömning och bokad tid till en fysioterapeut eller läkare. I försäkringen ingår två besök till fysioterapeut och ett besök till läkare.

Ring [020-44 11 11](tel:020-441111) och boka tid för en första bedömning via telefon.

[!\[\]\(2becda4813f27b5edb43f5299d7596ac_img.jpg\) Försäkringsinformation](#)

Den här försäkringen är utformad i samarbete med
[Svenska Innebandyförbundet](#)



Råd och Vård för idrottsskador

Vi hjälper dig att bedöma och anmäla idrottsskador.

020-44 11 11

Ring vardagar 8-17

[Mer om Råd och Vård för idrottsskador >](#)



Träningar 2025/2026

Måndagar 17-18 på Nolia Väst (friidrottshallen)

Söndagar 18-19 på Nolia Arena (nya innebandyarenan)

Samling 10 min innan, ombytta och klara.

Ev samarbete med P16 en bit in på säsongen.

Våra regler på träning:

- När en ledare håller en arm upp är vi tysta 🚫
- Vi sitter alltid vid samling och när vi vill ställa en fråga räcker vi upp handen 🖐️
- Vi är bäst tillsammans - peppa och heja på varandra 🌟

Vi kommer även ta lite bilder emellanåt, och är det någon som önskar att ens barn inte medverkar på bild så säg till. Bilder kommer laddas upp på hemsidan under fliken [bildgalleri](#), samt ibland även på [Sandåkerns Instagram](#).

Cuper



2025/2026

Önskemål om att delta i en cup i Umeåområdet i slutet av säsongen, denna finansieras av lagkassan (som idag är 0kr).

2026/2027

Inleda med Ume Floorball Festival (första helgen i oktober) + ytterligare en cup Umeåområdet.

Om några år:

Paradiscupen i Övik (runt nyår)

Storvretacupen i Uppsala (runt nyår)

Anvisningar och spelregler

6-7 år FS-Klass - åk 2		8-9 år Åk 2-3
Allsidighet	Allsidig verksamhet: Moment och rörelser från andra idrotter blandat med huvudsaklig verksamhet.	
	Tillåta andra fritidsaktiviteter, en del kanske bara kan varannan vecka.	
Positioner	Inga fasta positioner.	
Seriespel	Inget seriespel, tillåtet med egna sammandrag/tävlingar.	Seriespel, vid stora gruppen kan verksamheten ha flera lag i seriespel men ingen cementerad nivåindelning.
Speltid	Alla barn i laget erbjuds att spela lika mycket. Selektion/toppning är aldrig okej.	Vid behov, om många deltagare, rulla på vilka som står över. Lika speltid för alla.
	Barn vars deltagande begränsas av andra aktiviteter ges samma förutsättningar som övriga barn.	
Cuper	Vid deltagande i cuper ges alla deltagande lika möjlighet till speltid.	
	Deltar ej i cuper som exkluderar spelare ur lag, t.ex. om endast 16 spelare får anmälas ur en trupp på 24 spelare, förutsatt det inte går att anmäla mer än ett lag.	
Samarbete mellan lag	Samarbete mellan lag, helst i samma ålder och blandat mellan könen.	Samarbete mellan jämnåriga lag (+/- 1 år), gemensamma träningar och lån av spelare (dialog mellan ledare).

Tävlingsmodell och serieindelning



Grön nivå är den första nivån för barnen på ungdomssidan. I Västerbotten spelar de flesta lag ett år på Grön nivå med 3 mot 3-spel med målvakt.

Säsongen efteråt tar de flesta lag steget upp till Blå nivå och 4 mot 4-spel.

Matcherna på Grön nivå spelas i sammandragsform. Det innebär fler matcher vid varje tillfälle och att antalet matchdagar blir färre.

På Grön nivå är det glädje och rörelse i fokus! Här är utveckling av grundläggande motoriska färdigheter och att bidra till god självkänsla viktigare än strävan att vinna.



Sammandrag



P17 deltar i två serier: Pojkar 17 Umeå A (SSK P17 Röd) och Umeå B (SSK P17 Vit). Vi delar in laget i sex mindre grupper och roterar på grupp sammansättningar, vilket innebär att man spelar med olika kompisar varje gång, och möter lag från båda serierna.

Vid sammandragen spelas två matcher parallellt mellan de två lagen, för att ge så mycket speltid som möjligt.

- På Spelplan 1 möts Förening A lag 1 – Förening B lag 1
- På Spelplan 2 möts Förening A lag 2 – Förening B lag 2
- Sekretariatet stoppar klockan var 90:e sekund för byten genom signal från matchklockan

Inga mål redovisas på resultattavlan. Fokus är på rörelseglädje.

Sammandrag – gruppindelning

Vid sammandrag kallas tre grupper. På plats delas dessa in i två lag som spelar samtidigt mot motståndarlaget.

Svara på kallelsen i tid (senast torsdagen). Vid förhinder efter att kallelsen låsts – meddela ansvarig ledare i din grupp (kursiva namn i gruppindelningen nedan). Kontaktuppgifter finns i SportAdmin.

Grupp 1

Henning	Forsman
Sven	Karlsson
Agaton	Reinhold
Elmer	Ödling Davidsson
Melwin	Hansen Lindblom
Noah	Konradsson
<i>Lina</i>	<i>Forsman</i>
<i>Johan</i>	<i>Karlsson</i>

Grupp 2

Sam	Forsgren
Olle	Isaksson
Hugo	Allstrin
Alexander	Andersson
Ted	Kihlgård
Theo	Edvardsson
<i>Elin</i>	<i>Jakobsson</i>
<i>(Robin)</i>	<i>Isaksson</i>

Grupp 3

Harry	Carbin
Adam	Nyström
Arian	Qassimi
Isak	Mattebo
Olle	Näslund Lööke
Theo	Ölvebrink
<i>Niklas</i>	<i>Strandgren</i>
<i>Elisabeth</i>	<i>Lundell</i>

Grupp 4

Ebbe	Öhgren
Egon	Dahlgren
Carl	Grysell
Jesper	Gelfgren
Sixten	Ögren
<i>Johanna</i>	<i>Öhgren</i>
<i>David</i>	<i>Jonsson</i>

Grupp 5

Frank	Lind
Frans	Bagger
David	Kristiansson
Ludvig	Stenmark
Stellan	Gustafsson
<i>Tobias</i>	<i>Lind</i>
<i>Jessica</i>	<i>Edqvist</i>

Grupp 6

Gustav	Berglund
Ebbe	Magnusson-Törnberg
Charlie	Tönnberg
Uno	Kajava
Solfred	Lindh
<i>Oskar</i>	<i>Berglund</i>
<i>Idamari</i>	<i>Törnberg</i>

Sammandrag – spelschema



Fullständigt spelschema (där man ser motståndarmötena) finns på:
<https://www.innebandy.se/vasterbotten/tavling/ungdomsserier/gron-niva>

Våra egna matcher finns inlagda i SportAdmin, med matchtider och motståndare i en bifogad fil. Nedanstående spelschema finns uppladdat på hemsidan under fliken [dokument](#).

Matchdatum	Plats	Grupper
2025-11-01	Stöcke	4+5+6
2025-11-08	Midgård	1+2+3
2025-11-16	Jubileumshallen (Teg)	1+3+5
2025-11-30	Midgård	2+4+6
2025-12-13	Grubbehallen	1+2+6
2025-12-14	Bräntbergshallen	3+4+5
2026-01-17	Musköten 2	2+3+4
2026-01-25	Olasjöhallen (Obbola)	1+5+6
2026-02-14	Bråvallahallen (Hörnefors)	1+2+4
2026-02-21	Grubbehallen	3+5+6
2026-03-29	Stöcke	1+4+5
2026-03-29	Sävaråhallen	2+3+6

2025-11-08	Midgård
Sekretariat	Elmer, Hugo
Fika	Melwin, Noah, Alexander, Ted, Theo E

2026-01-17	Musköten 2
Sekretariat	Isak, Jesper
Fika	Arian, Olle N-L, Theo Ö, Carl, Sixten

2026-02-21	Grubbehallen
Sekretariat	Ludvig, Uno
Fika	David, Stellan, Charlie, Solfred

Sammandrag – sekretariat och fika

Sekretariat:

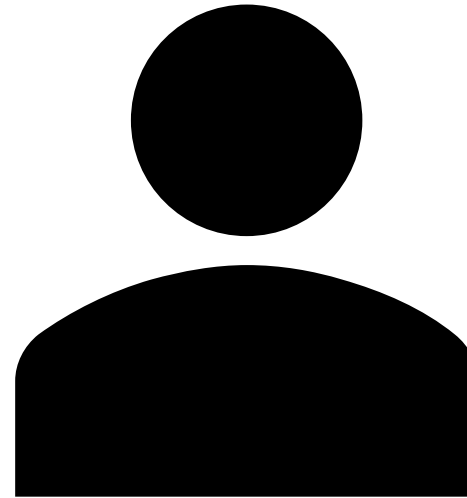
- Minst två personer, en tidtagare och en protokollförare.
- Ska finnas på plats minst 20 min innan matchstart. Bemannar sekretariatet under hela sammandraget.
- Sekretariatet stoppar klockan var 90:e sekund för byten genom signal från matchklockan.
- Spelet återupptas av försvarande lag, alltså det lag som befann sig i försvarszon när tiden stoppades. När alla deltagare är klara för spel igen återupptas spelet på signal från sekretariatet och matchklockan startas (domarna kommer att ge klartecken).
- Använd er gärna av en speaker under matcherna som förklarar och underlättar för alla vad som händer.

Fika:

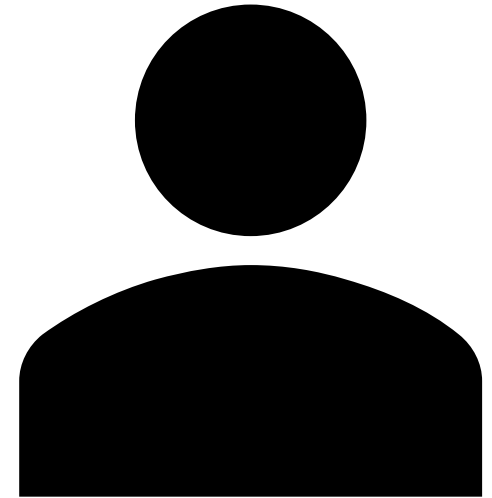
- All försäljning tillfaller lagkassan.
- Olika hallar har olika kiosker/möjlighet till försäljning.
- Mer information från lagföräldrarna.

P17 Föräldragrupp?

- Stötta laget i förekommande uppgifter såsom planera för kioskförsäljning, skapa nya lagintäkter samt länk mellan föräldrar och lag.
- Försäljning under hösten/vintern för att finansiera cup i slutet av säsongen.
- Ansvar för fördelning av uppgifter Svenska Rallyt i februari.
- (Parkering Stora Nolia, föräldragrupp för fotbollen)



Mats Reinhold



??



Frågor?

Sandåkerns SK kansli
090 - 77 41 48
kansli@sandakernssk.se

Vi stöttar barn- och ungdomsidrotten i Sandåkerns SK...

