

Värmdö IF F13





Agenda

1. Bästa minnet från säsong 2020
2. Säsong 2020
3. Säsong 2021
4. Mål för 2021
5. Träningsupplägg
6. St. Eriks cupen – serien
7. Föräldramöte



Säsongen 2020

- Spelare - 39
- Tränare - 11
- Träningar ute - 29
- Träningar in - 12
- Matcher – 18 matcher (8/sp som mest, 2/sp som minst)
- Cuper – 1st



Säsongen 2021

- Spelare – 40 (41)
- Tränare – 10
- Träningar – 2 träningar/vecka + match, inomhusträning.
- St. Eriks cupen – 3 lag (Vit, blå & röd)
- Träningsmatcher – Hammarby, Jarlaberg, Gustavsberg, Ingarö, Flickallians
- Cuper – Solnacupen 19/6?, Ingarö Skärgårdscup 14/8 (3 lag),
Nackamästerskapen Okt,



9 -Vit

Kontaktpersoner				
Lag	Namn	Tel. bostad	Mobil	Färger
Boo FF 1	Lina Lindfors		0706154510	Vinröd/Svart/Svarta
Boo FF 5	Maria Kristina Andersson		0707340439	Vinröd/Svart/Svarta
Boo FF 9	David Jacobsson	0855614840	0735319233	Vinröd/Svart/Svarta
Gustavsbergs IF FK Vit	Thérèse Johnsson Sundberg			Röd/Röd/Röd
Hammarby IF FF 4 grön	Marcus Rehnberg		0736428159	Vit/Grön/Vit
Ingarö IF Vit	Melker Gyllner		0761060079	Svart/Svart/Svart
Jarlaborgs IF Gul	Jesse Piisinen		0762009466	Svart/Svart/Svart
Järla IF FK Röd	Andreas Elving		0738021020	Vit svart/11-manna Vit - övriga svart Svart/Vit
Saltsjöbadens IF Blå	Fredrik Eng		0766121040	Blå/Vit/Blå/Blå
Sickla IF Blå	Anders Zetterberg		0705521607	Röd/Blå/Blå
Tyresö FF Gul	Oscar Kumlin			Gul/Röd/Röda
Värmdö IF Vit	Graeme Knox			Blå/Blå/Blå
Årsta FF 1	Årsta FF (Föreningen)			Vit/Svart/Svart
Älta IF svart	Yankho Kamwendo			Gul/svart/gul

Sanktan 2021
Börjar 16:a april

10 - Blå

Kontaktpersoner				
Lag	Namn	Tel. bostad	Mobil	Färger
Bagarmossen Kärrtorp BK 1	Jesper Christoffer Werner			Grön/svart/Svart/Svart
Boo FF 3	Johanna Gerdin Bueno		0724511798	Vinröd/Svart/Svarta
Boo FF 4	Mattias Samuelsson		0730780529	Vinröd/Svart/Svarta
Boo FF 8	Maria Kristina Andersson		0707340439	Vinröd/Svart/Svarta
Enskede IK Ljusgrön	Anders Wahlbom			Svarta/svarta/röda
Gustavsbergs IF FK Röd	Thérèse Johnsson Sundberg			Röd/Röd/Röd
Hammarby IF FF 5 grön	Anna Maria Bjurefeldt	0729990034	0729990034	Vit/Grön/Vit
Jarlaborgs IF Svart	Jesse Piisinen		0762009466	Svart/Svart/Svart
Järla IF FK Svart	Andreas Elving		0738021020	Vit svart/11-manna Vit - övriga svart Svart/Vit
Saltsjöbadens IF Vit	Fredrik Eng		0766121040	Blå/Vit/Blå/Blå
Sickla IF Röd	Mikael Järetoft		0706059829	Röd/Blå/Blå
Tyresö FF Blå	Oscar Kumlin			Gul/Röd/Röda
Värmdö IF Blå	Graeme Knox			Blå/Blå/Blå
Älta IF gul	Kristina Rydlund			Gul/svart/gul

11 - Röd

Kontaktpersoner				
Lag	Namn	Tel. bostad	Mobil	Färger
Bagarmossen Kärrtorp BK 2	Jesper Christoffer Werner			Grön/svart/Svart/Svart
Boo FF 2	Lina Lindfors		0706154510	Vinröd/Svart/Svarta
Boo FF 6	David Jacobsson	0855614840	0735319233	Vinröd/Svart/Svarta
Boo FF 7	Johanna Gerdin Bueno		0724511798	Vinröd/Svart/Svarta
Hammarby IF FF 2 grön	Fredrik Sellén	0724024433	0724024433	Vit/Grön/Vit
Hanvikens SK Röd	Björn Olof Bolander			Röd/Röd/Vita
Jarlaborgs IF Vit	Jesse Piisinen		0762009466	Svart/Svart/Svart
Järla IF FK Vit	Andreas Elving		0738021020	Vit svart/11-manna Vit - övriga svart Svart/Vit
Sköndals IK FK 1	Joakim Christensson			Marinblå/Marinblå/Marinblå
Stureby SK 1	Veslemøy Sandvik		0703317763	Blå/Vit/Blå
Tyresö FF Svart	Oscar Kumlin			Gul/Röd/Röda
Vendelsö IK 1	Martin Linderöth			Blå/Blå/Blå
Värmdö IF Röd	Graeme Knox			Blå/Blå/Blå
Älta IF vit	Per Hultman			Gul/svart/gul



Mål för 2021:

- Bygga upp lagkänslan
- Introducera koncept (tema) träningar
- Flera spelövningar
- Inducera spelregler
- Avsluta säsongen med MINST lika många tjejer.

Träningsupplägg:

- Tomas ansvarar för att ta fram träningskoncept. Delade ansvar med att lägga upp träningar. Helst en dag innan träning på Whatsapp
- Tränare mer synkade/ mer förbered
- Syfte är viktigt att få fram vid träningsövningar
- Mindre grupper båda med övningar och matchspel
- Målvaktsträning kommer ingår



Match-/ cupupplägg:

- 3 Fasta grupper för typ 4 matcher åt gång, rotation därefter.
- Karin ansvarar för att ta fram en matchrutin för hur samling, uppvärmning mm ska ske.

Övrigt:

- Kallelse till matcher. Deadline torsdag innan helgsmatch. Tränarensuppgifter på kallelse.
- Smyckes förbud vid träningar och matcher. (Undantag om man har precis tagit hål i öron)
- Aktiviteter utanför fotboll. Damlagsmatch, Yoump, pizza...
- Sjukväska. Vi köpa 3st. Shivdas har skickat kontaktnummer till en hos Select.