GULA TRÅDEN

2026/2027

GRIPEN TROLLHÄTTAN BK
Från Bandis till F/P 16

Innehållsförteckning

Innehållsförteckning 2
Verksamhetsinriktning 3
Medlems- och spelaravgift 3
Till dig som ledare i Gripen Trollhättan BK 4
Till dig som spelare i Gripen Trollhättan BK 5
Till dig som förälder i Gripen Trollhättan BK 6
Riktlinjer för träning och match (ungdomslagen) 7
Spelarutveckling 7
Ungdomsdomare 8
Ordning och uppförande 8
Spelformer 9
  Bandis/Skridskokul (upp till 7 år) 9
  Poolspel 5 mot 5 9
  Poolspel 7 mot 7 9
  Seriespel 9 mot 9 10
  Seriespel 11 mot 11 10
Kontaktuppgifter 10
Revisionshistorik 11
Bilagor 12
Bilaga 1, F8-F10 och P8-P10 (8-10 år) 13
Bilaga 2, F11-F12 och P11-P12 (11-12 år) 14
Bilaga 3, F13-F14 och P13-P14 (13-14 år) 15
Bilaga 4, F15-F16 och P15-P16 (15-16 år) 16

Verksamhetsinriktning

Gripen Trollhättan BK är en elitförening med målsättning att spela i högsta divisionen, Elitserien, för både dam- och herrlag.

Föreningen ska erbjuda alla barn och ungdomar möjlighet att utvecklas till skickliga bandyspelare och goda lagkamrater, utifrån sina individuella förutsättningar. Verksamheten ska bidra till en meningsfull fritid och en positiv idrottslig utveckling, likväl goda samhällsmedborgare.

Ungdomsverksamheten ska bedrivas med fokus på långsiktig utveckling och successivt förbereda spelare för högre nivåer genom åldersanpassad träning. Både bredd- och elitverksamhet ska rymmas inom föreningen, från nybörjare till A-lag. Föreningen ska präglas av god gemenskap, där spelare, ledare och föräldrar känner ansvar, delaktighet och stolthet. Verksamheten ska kännetecknas av glädje, kontinuitet, sportslighet och jämställdhet samt ledas av kompetenta och utbildade ledare.

Föreningen följer Riksidrottsförbundets riktlinjer och gällande regelverk samt Svenska bandyförbundets Trygg bandy.

Policy och riktlinjer fastställs av styrelsen och utgör vägledning för föreningens verksamhet.

Medlems- och spelaravgift

Medlemsavgiften fastställs av årsmötet varje år.

Spelaravgiften fastställs av styrelsen inför varje säsong och ska täcka licenskostnader, serieanmälningar, domarkostnader och övriga kostnader som tillkommer i respektive åldersgrupp. Information om denna meddelas i medlemsbrevet och via föreningens ledare.

För att hålla nere spelaravgiften kan spelarna behöva göra vissa insatser som exempelvis sälja lotter, försäljning etc. Vilka insatser som behöver göras och vilka förutsättningar som gäller meddelas i god tid från tillfälle till tillfälle.

Till dig som ledare i Gripen Trollhättan BK

Gripen Trollhättan BK ställer höga krav på ledare och träningsverksamhet på alla nivåer. Eftersom ledarnas engagemang helt bygger på ett ideellt deltagande (ungdomsledare) krävs det att ledarna har ett stort intresse för bandy och barnidrott i stort, samt agerar som en föredömlig representant för föreningen. Samtliga ledare ska följa föreningens utbildningsplan samt de riktlinjer som anges i överenskommelsen ”Samsyn” mellan Västergötland och Trollhättans Stad.

Till varje lag vill föreningen ha en tydlig rollfördelning på ledare vilket innebär huvudledare, assisterande ledare/hjälpledare, materialförvaltare samt administratör.

Ledare i Gripen Trollhättan BK ska:

- uppträda som goda representanter för föreningen, både på och utanför arenan
- bära föreningens profilkläder vid träning, match och andra aktiviteter
- visa respekt för spelare, ledare och domare samt hälsa före och tacka efter match
- inte kritisera domslut under match, utan vid behov föra dialog efteråt i ett utvecklande syfte
- vara väl förberedda inför träningar och matcher
- säkerställa att föräldrar får relevant information
- agera ödmjukt och tala positivt om föreningen
- delta i möten och utbildningar som anordnas av föreningen och förbundet
- ta ansvar för att spelarna uppträder på ett respektfullt sätt
- arbeta i enlighet med föreningens riktlinjer, ”Gripens Gula Tråd”
- Lämna in utdrag ur belastningsregistret
- Föra närvarostatistik som underlag för föreningsstöd

Ledarutbildning

Gripen Trollhättan BK betonar vikten av utbildning och verkar för att skapa goda möjligheter till kontinuerlig utveckling för föreningens ledare. Målet är att Sportgruppen efter varje säsong ska hålla ett möte med ledare för respektive lag för att upprätta en utvecklingsplan för varje enskild ledare. Behov av utbildning ska kartläggas och meddelas utbildningsansvarig.

Forts.

Samtliga ledare ska följa Svenska Bandyförbundets utbildningsstege:

- Steg 1 – Skridskokul
- Steg 2 – Bandy för barn
- Steg 3 – Bandy för ungdom
- Steg 4 – Högre ledarutbildning

	BS	U9	F/P10	F/P11	F/P12	F/P14	F/P16	P19
Bandy för Barn	X	X	X	X	X			
Bandy för Ungdom	X	X	X	X	X	X	X	X
Högre ledarutbildning							X	X
Fysträning off ice				X	X	X	X	X
Målvaktstränarutbildning		X	X	X	X	X	X	X
Idrottsskador	X	X	X	X	X	X	X	X
Material & Säkerhet	X	X	X	X	X	X	X	X
Sliputbildning	X	X	X	X	X	X	X	X

Till dig som spelare i Gripen Trollhättan BK

Föreningen arbetar för att ge varje individ goda förutsättningar att utvecklas både som bandyspelare och som person. Verksamheten ska präglas av långsiktighet, trygghet och en positiv utvecklingsmiljö. Ungdomsspelare är i en viktig period i livet där skolan ska komma först. Samtidigt är det bra att planera sin tid så att man hinner med både skola och bandy på ett bra sätt.

Föreningen uppmuntrar till goda vanor kring träning, kost, vila och återhämtning, samt att varje spelare tar ansvar för sin egen utveckling både på och utanför planen.

Spelare ska även:

- visa god laganda och bidra till en positiv miljö i laget
- följa ledarnas instruktioner och respektera fattade beslut
- komma i tid och vara väl förberedda till träning och match
- meddela frånvaro i god tid till ansvarig ledare

Forts.

- vara rädda om föreningens och andras utrustning
- avstå från kränkande beteende, mobbning och osportsligt uppträdande
- uppträda som goda representanter för föreningen både på och utanför planen
- respektera lagkamrater, motståndare, ledare och domare
- Bidra till att omklädningsrummet ska vara en trygg miljö för alla

Till dig som förälder i Gripen Trollhättan BK

Föräldrars engagemang är viktigt för att föreningens verksamhet ska fungera bra. Föreningen vill ha ett gott samarbete mellan spelare, ledare och föräldrar.

För att detta ska fungera finns det några saker som föreningen vill att föräldrar tänker på:

- Uppmuntra barnen att delta regelbundet i träningar och matcher
- Se till att barnen är väl förberedda gällande kost, återhämtning och skolarbete
- Ansvara för att barnen kommer i tid till träningar och matcher
- Föräldrar är välkomna att närvara, men det är ledarna som ansvarar för instruktioner
- Frågor och synpunkter tas upp med ansvarig ledare på ett respektfullt sätt efter match
- Respektera motståndare och domare samt uppträda på ett föredömligt sätt
- Föräldrar förväntas hjälpa till i föreningens verksamhet vid behov, uppgifter kan till exempel vara att hjälpa till vid matcher, bemanna kiosk, sälja lotter eller delta i andra aktiviteter

Riktlinjer för träning och match (ungdomslagen)

Allmänt

För att delta i föreningens aktiviteter krävs att säsongens medlems- och spelaravgift är betald. Gripen Trollhättan BK sätter individens utveckling i centrum och strävar efter att skapa goda förutsättningar för varje spelare. En gemensam spelidé ska genomsyra hela verksamheten och förmedlas till samtliga lag.

Laguttagning och speltid

Föreningen eftersträvar att alla spelare får möjlighet att delta i matcher och cuper.

- Till och med F12/P12 ska speltiden fördelas så jämnt som möjligt över säsongen.
- För U9–F14/P14 baseras laguttagning på träningsnärvaro, engagemang och uppförande. Spelare uppmuntras att prova olika positioner.
- Från F15/P15 görs en bedömning utifrån spelarens utveckling och matchens nivå.

Ledarens beslut är vägledande och fattas utifrån vad som är bäst för både individ och lag.

Spelarutveckling

Upp till 15 år:
Spelare ska i första hand spela i sin egen åldersgrupp. Undantag kan göras för spel i äldre åldersgrupp och ska ske i dialog med spelare, tränare och föräldrar.

Från 15 år:
Spelare kan flyttas till äldre lag om de bedöms redo och det bidrar till fortsatt utveckling.
Vid alla beslut tas hänsyn till spelarens mognad och fysiska förutsättningar.

Ungdomsdomare

Föreningen vill öka kunskapen om spelet och skapa intresse för att vara domare. Målet är att ha egna utbildade domare till ungdomsmatcher.

Målsättning

- öka förståelsen för regler och spel
- ha domare till föreningens matcher
- väcka intresse för att döma

Krav

- Fr o m F13/P13 genomförs domarutbildning varje säsong
- domare ska vara minst **2 år äldre** än spelarna de dömer

Kallelse och match

- Föreningens domaransvarig kallar domare till matcher
- lagledare ansvarar för att ta emot domare och ge information inför match

Ordning och uppförande

Gripen Trollhättan BK accepterar inte mobbning, trakasserier, diskriminering, hot, våld, rasism eller annat kränkande beteende. Detta gäller alla medlemmar, ledare, funktionärer och vårdnadshavare i samtliga sammanhang kopplade till föreningens verksamhet.

Alla ska uppträda respektfullt i enlighet med idrottens värdegrund. Kränkande handlingar eller uttalanden är förbjudna.

Vid överträdelse kan olika åtgärder vidtas beroende på om personens är spelare, ledare eller förälder. Generellt gäller att någon/några i föreningen samtalar med berörd person och om personen är minderårig skall även vårdnadshavare närvara. Utifrån detta samtal tas beslut om eventuella disciplinära åtgärder. Forts.

Vid allvarliga eller fler upprepade handlingar kan föreningen genom styrelsen besluta om avstängning och eventuell anmälan till myndighet.

Spelformer

Bandis/Skridskokul (upp till 7 år)

Verksamheten riktar sig till föreningens yngsta spelare och bedrivs under perioden oktober till mars, med ett träningstillfälle per vecka. Träningarna planeras och genomförs utifrån barnens ålder och mognad, med målsättningen att skapa en trygg, inkluderande och stimulerande miljö. Fokus ligger på att utveckla grundläggande färdigheter såsom skridskoåkning, balans och koordination genom lekfulla övningar.

Poolspel 5 mot 5

Vid poolspel strävar vi efter att delta med flera lag när förutsättningarna finns, för att skapa så mycket speltid som möjligt för varje individ. Utgångspunkten är att alla spelare som deltar ska erbjudas en likvärdig mängd speltid. För att främja utveckling och förståelse för spelet ges spelarna möjlighet att prova olika positioner. Vi arbetar även aktivt med rotation, där olika spelare får börja matcherna som avbytare, för att skapa en rättvis och inkluderande fördelning.

Poolspel 7 mot 7

Vid poolspel strävar vi efter att delta med flera lag när förutsättningarna finns, för att skapa så mycket speltid som möjligt för varje individ. Utgångspunkten är att alla spelare som deltar ska erbjudas en likvärdig mängd speltid. För att främja utveckling och förståelse för spelet ges spelarna möjlighet att prova olika positioner. Vi arbetar även aktivt med rotation, där olika spelare får börja matcherna som avbytare, för att skapa en rättvis och inkluderande fördelning.

Seriespel 9 mot 9

Laget deltar i distriktets förbundsserie. Uttagning till matcher utgår från en helhetsbedömning där träningsnärvaro, engagemang, attityd och individuell utveckling vägs in. Föreningen strävar efter att ge spelarna en bred utbildning och uppmuntrar dem att prova olika positioner. Vid matchtillfällen får alla uttagna spelare möjlighet till speltid, med fokus på utveckling, delaktighet och spelglädje.

Seriespel 11 mot 11

Laget deltar i distriktets förbundsserie alt nationell serie. Uttagning till matcher utgår från en helhetsbedömning där träningsnärvaro, engagemang, attityd och individuell utveckling vägs in. Föreningen strävar efter att ge spelarna en bred utbildning och uppmuntrar dem att prova olika positioner. Vid matchtillfällen får alla uttagna spelare möjlighet till speltid, med fokus på utveckling, delaktighet och spelglädje.

Kontaktuppgifter

Ordförande Kjell-Åke Johansson: kjell-ake@gripenbk.nu
Klubbchef, Anders Johansson: anders@gripenbk.nu
Kansli, Lars Westberg: lars@gripenbk.nu
Materialansvarig, Fredrik ”Burken” Gillgren: fredrik.gillgren@gripenbk.nu

Revisionshistorik

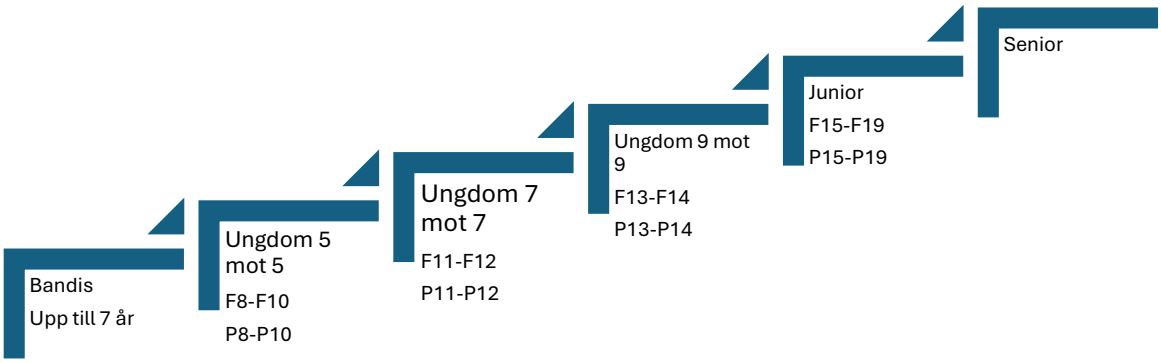
2017-11-14, första utgåvan

2022-10-09, andra utgåvan

2023-11-19, tredje utgåvan

2026-09-08, fjärde utgåvan

Bilagor


Bandis
Upp till 7 år
Ungdom 5 mot 5
F8-F10
P8-P10
Ungdom 7 mot 7
F11-F12
P11-P12
Ungdom 9 mot 9
F13-F14
P13-P14
Junior
F15-F19
P15-P19
Senior

Bilaga 1, F8-F10 och P8-P10 (8-10 år)

Träning

- Ambitionen är två ispass per vecka, cirka 60 minuter per tillfälle.
- Träningen ska planeras i förväg och gärna genomföras som stationsövningar med minimala väntetider.
- Fokus ligger på grundläggande koordination, balans och rörelseförmåga genom skridsko- och klubbteknik.
- Mycket tid ska ges till spel i mindre grupper för att främja delaktighet och lärande.

Match

- Deltagande sker i poolspel, vanligtvis i spelformen 5 mot 5.
- Alla som tränar ska få möjlighet att spela matcher. Alla som är kallade till match ska få spela ungefär lika mycket.
- Uppmuntra till olika positioner i laget, även målvakt.

Cuper

- Föreningen bekostar anmälningsavgiften till en cup inom närområdet (1 dag), dialog förs med Sportgruppen före anmälan.

Övrigt

- Föreningen står för en bussresa per säsong. Dialog förs med Sportgrupp och kansli bokar resan.

Bilaga 2, F11-F12 och P11-P12 (11-12 år)

Träning:

- Ambitionen är tre ispass per vecka, cirka 60 minuter per tillfälle.
- Träningen ska planeras i förväg och gärna genomföras som stationsövningar.
- Fokus ligger på grundläggande koordination, balans och rörelseförmåga genom skridsko- och klubbteknik.
- Teknikträning skall dominera samtliga träningspass.
- Mycket tid ska ges till spel i mindre grupper för att främja delaktighet och lärande.
- Barmarksträning kan erbjudas för de som inte har sommaridrotter, för att stärka spelarnas fysik och förbereda dem för träning på is.

Match:

- Deltar i poolspel i spelformen 7 mot 7.
- Alla som tränar ska få möjlighet att spela matcher. Alla som är kallade till match ska få spela ungefär lika mycket.
- Uppmuntra till olika positioner i laget, även målvakt.

Cuper:

- Föreningen bekostar anmälningsavgiften till en cup inom skäligt område (1 övernattning), dialog förs med Sportgruppen i god tid före.

Övrigt:

- Föreningen står för en bussresa per säsong. Dialog förs med Sportgrupp och kansli bokar resan.

Bilaga 3, F13-F14 och P13-P14 (13-14 år)

Träning

- Barmarksträning rekommenderas inför säsongen (maj fram till isstart) för att stärka spelarnas fysik och förbereda dem för träning på is.
- Ambitionen är tre ispass per vecka, 60–75 minuter per tillfälle.
- Ett till två pass bör inledas med fysträning.
- Träningen ska främst fokusera på teknik, men även utveckla spelarnas spelförståelse.
- Skridskoåkning och rörlighet på is är fortsatt centrala delar i träningen.
- Här fokuserar vi även på anfalls- och försvarsspel i olika former.

Match

- Deltagande sker i seriespel, vanligtvis i spelformen 9 mot 9.
- Alla uttagna spelare ska ges möjlighet till ungefär lika speltid.
- Spelare uppmuntras att prova olika positioner i laget.

Cuper

- Föreningen bekostar anmälningsavgiften till en cup (1 övernattning), dialog förs med Sportgruppen i god tid före.

Övrigt

- Föreningen kan erbjuda föreläsningar, exempelvis inom kost, ekonomi och domarutbildning.
- Möjlighet finns att på egen hand delta i distriktsverksamhet.
- Föreningen står för en bussresa per säsong. Dialog förs med Sportgrupp och kansli bokar resan.

Bilaga 4, F15-F16 och P15-P16 (15-16 år)

Träning

- Barmarksträning inför säsongen (maj fram till isstart) ska bidra till att stärka spelarnas fysik och förbereda dem för träning på is.
- Ambitionen är tre ispass per vecka, 60–75 minuter per tillfälle.
- Varje pass bör inledas med fysträning.
- Träningen ska främst fokusera på teknik, men även utveckla spelarnas spelförståelse.
- Skridskoåkning och rörlighet på is är fortsatt centrala delar i träningen.
- Fortsätter utveckla anfalls och försvarsspel i olika former

Match

- Deltagande sker i seriespel.
- Alla uttagna spelare ska ges speltid, med en strävan efter en jämn fördelning.
- Speltiden kan i viss mån anpassas efter spelarens utvecklingsnivå.
- Spelare uppmuntras att prova olika positioner i laget.

Cuper

- Föreningen bekostar anmälningsavgiften till en cup (1 övernattning), dialog förs med Sportgruppen i god tid före.

Övrigt

- Föreningen kan erbjuda föreläsningar, exempelvis inom kost, ekonomi och domarutbildning.
- Möjlighet finns att bli uttagen till distriktsverksamhet.
- Spelare och ledare ska ta del av information om droger och dess negativa effekter.
- Föreningen står för en bussresa per säsong. Dialog förs med Sportgrupp och kansli bokar resan.