



INFORMATIONSMÖTE

IDROTTSFÖRÄLDRAR HU13



FOSTRAN

GLÄDJE

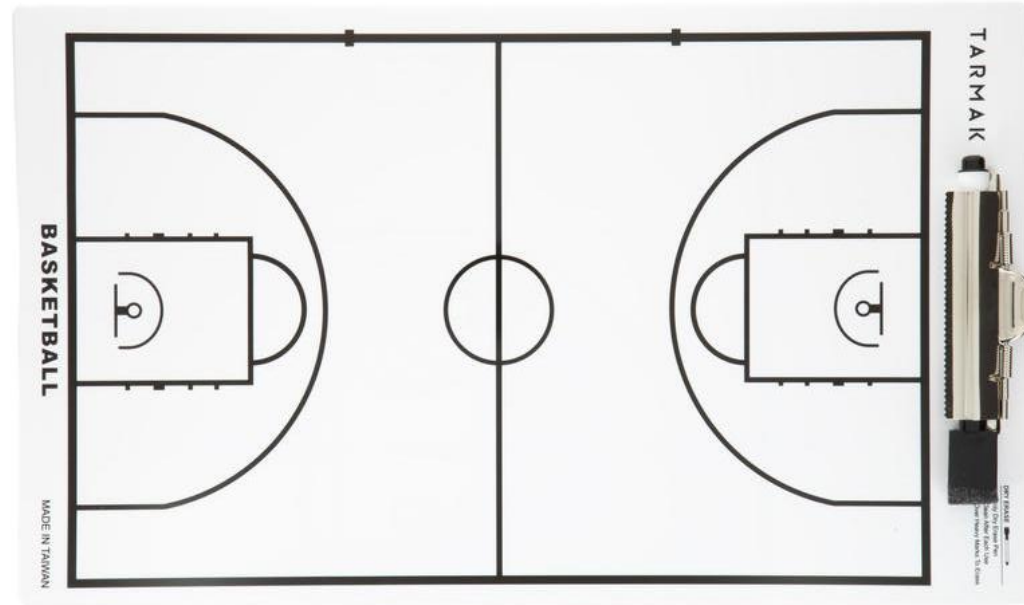
TRIVSEL

RESPEKT



COACHERNA – VILKA ÄR VI?

- **Coach: Pontus Weldeborn**
- **Coach: Hazar Jallad**
- **Coach: Vendela Weldeborn**
- **Coach: Robin Fransila**



ORGANISATION KRING LAGET



Coacherna: Ansvarar för träningarna, kallar till matcher.



Lagföräldrar: Organiserar uppgifter omkring laget: Kioskansvar, Matchvärdar, Körschema, ev. Sekretariatet, tvätta matchställ, bemanningen på vår cup. Har kontakt med styrelsen via föräldraansvarig, Ida Gustavsson?



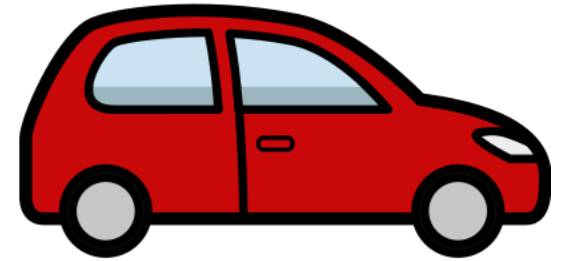
Idrottsföräldrar: Engagerar sig i sina barns idrottande.



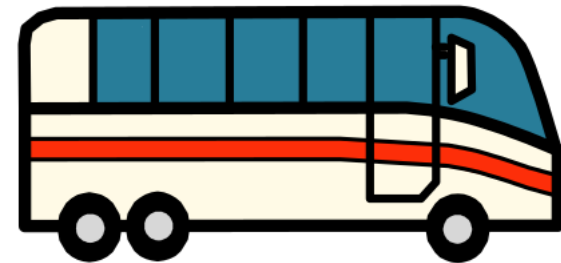
Spelare: Spelar basket med varandra och sitter i sekretariatet på andra lags hemmamatcher. Bemannar sekretariat/kiosk på Skövde Basket Cup 1 - 3 maj 2026.

ORGANISATION KRING LAGET, TRANSPORT

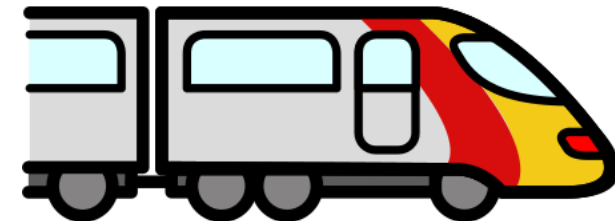
När föreningen åker i personbilar gäller: säkerhetsbälte och att följa hastighetsbegränsningarna.



När föreningen åker bokad buss gäller: mobilnummer till reseansvarig delas ut till alla deltagare och anhöriga, vi använder säkerhetsbälte.

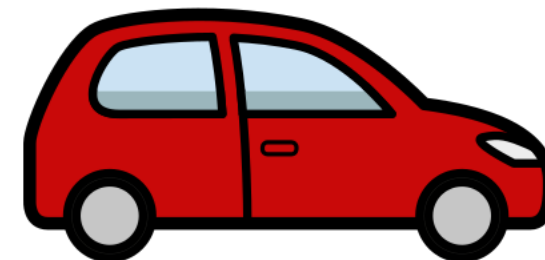


När föreningen kollektivt gäller: Det som gäller för respektive trafikslag.



ORGANISATION KRING LAGET, IDROTTSFÖRÄLDRAR

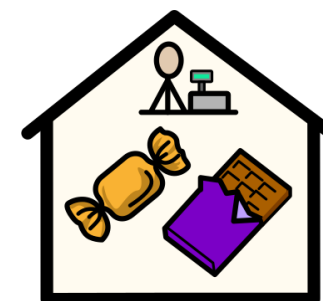
Idrottsföräldrar ansvarar för transport till bortamatch.



Idrottsföräldrar ansvarar för att spelare kommer förberedda till olika föreningsresor. Tar reda på vart vi samlas, vad spelare eventuellt ska ha med sig. Hämta unga spelare vid hemkomst.



Idrottsföräldrar ansvarar för att hålla kiosken öppen på hemmamatch, minimikrav är nybryggt kaffe till coacher och domare.



FÖRENINGENS VÄRDEORD I LAGET



FOSTRAN
GLÄDJE
TRIVSEL
RESPEKT



... och så här jobbar vi för att säkerställa föreningens värdeord i laget:

ÅRETS SÄSONG

Höstterminen 2025 spelar vi i HU13, (herrar under, spelare som är upp till 13 år gammal under året. Dispans (undantag) finns och tränarna ansvarar för att ordna med dispanser.

Alla spelare behöver registrera sig på basketutbildning.se och gå en kurs i sekretariat och lära sig skriva matchprotokollet profixio. Ni idrottsföräldrar ska också lära er profixio.

UTBILDNINGSPLATTFORMEN
www.basketutbildning.se





UTBILDNINGAR, PROFIXIO

Profixio är en app som vi använder för att skriva matchprotokollet på matcher. Du kan även följa matcher i realtid.

1. Ladda ner appen. (Gäller spelare och idrottsföräldrar)
2. Skaffa ett inlogg med din Mail.
3. Följ ett lag (förslagsvis din spelares lag) genom att hitta laget, välj land:Sverige sport: basket, säsong: 25/26 och Westers Sverige BDF, sök med datum om du behöver hitta en match, markera det lag du följer genom att trycka på stjärnan så den byter färg.
4. Om en stund (20 minuter) kan du under menyfliken hitta digitalt match protokoll. Där hittar du instruktionsfilmer och manual på hur Profixio fungerar. När du sett filmerna kan du skapa en träningsmatch, tryck på skapa en ny träningsmatch och prova de olika funktionerna i appen.

TRÄNINGAR

Onsdag, Helenahallen 18.00-19.30

Fredag, Helenahallen 17.30-18.30



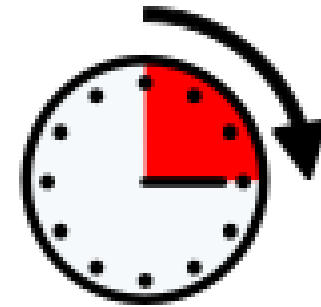
Respektera andra lags träningstider, stör inte deras träningar.

Respektera era träningstider. Håll er uppdaterade kring eventuella förändringar.

REGLER SOM GÄLLER PÅ TRÄNING

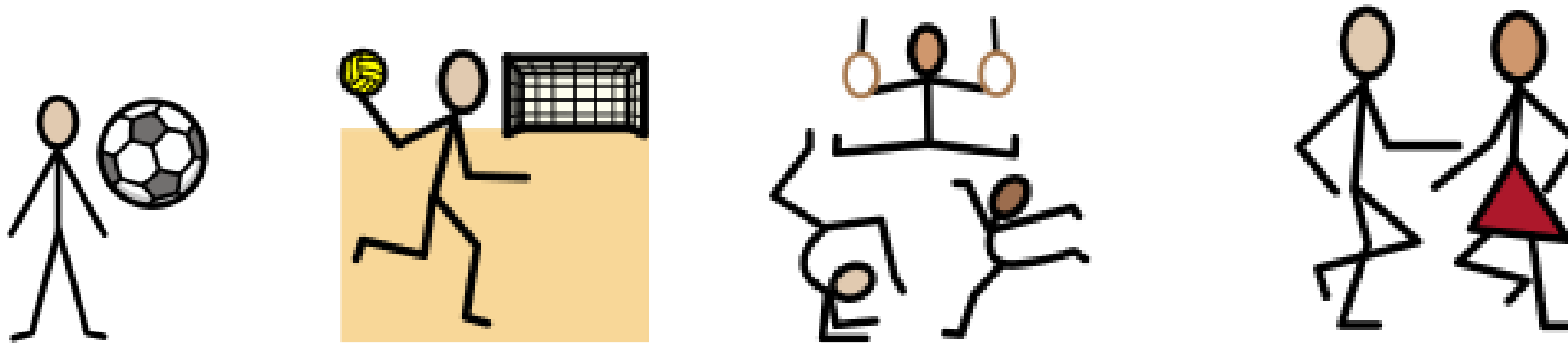


- Fylld vattenflaska, drick aldrig ur varandras vattenflaskor
- Samling 15 minuter före träning, värm upp
- **Idrottsföräldrar ansvarar för att meddela om en spelare inte kan komma, om ni inte meddelat frånvaro räknar coacherna med att spelarna kommer till träningen.**
- Se till att ha ätit före träningen
- Hjälp varandra att ha roligt!



ANDRA IDROTTER

Vi ser det som något positivt att spelarna håller på med flera idrotter parallellt. Men prioritera gärna matcherna/tävlingarna i de idrotter barnet är aktiv i, d v s välj gärna basketmatchen framför fotbollsträningen, eller gymnastikuppvisningen fram basketträningen.



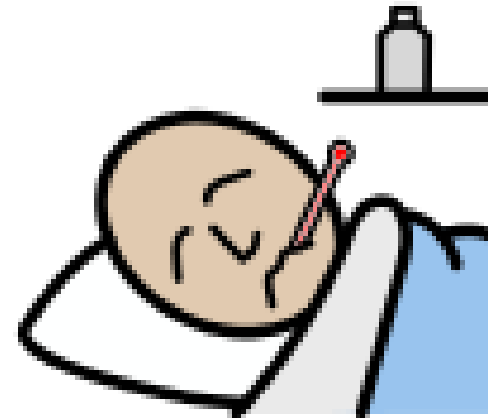
Vi uppmuntrar till spontanaktiviteter och att ägna sig åt andra aktiviteter på sommaren. För ungdomslagen erbjuds sommarträningar.

REGLER VID SJUKDOM

- Stanna hemma 48 timmar efter magsjuka
- OK att träna och spela med lite snuva.
- För lagandan kan du komma på träningen även om du är skadad, du kan delta vid sidan av planen.
- Träningsförbud= **stanna hemma**:

Halsont vid träningstid

Feber



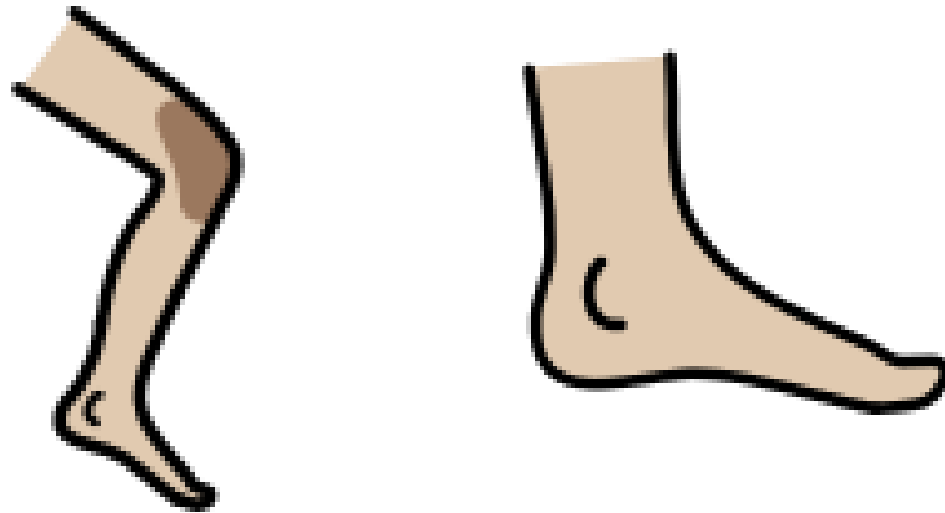
SKADA

Det är skillnad mellan att ha ont och att vara skadad:

Vanligt "ont" som går att träna med:

- Schlatter (finns skydd och tejpning som kan avlasta)
- Severs skada (hälkopp hjälper ofta)
- Växtvärk
- Mensvärk
- Träningsvärk

Vid skada kontakta själva
Sjukgymnast/fysioterapeut.



MATCHER I SERIESPEL

- Speltid: 4x8(10) minuter
- Lag: Max 12 spelare, 4(5) spelare på plan och coach.
- Domare: 2 domare med behörighet att döma seriespel.
- Sekretariatet: 2(3) personer, en som sköter digitalt poängprotokoll, en tidtagare (och en som sköter skottklockan (24an)).



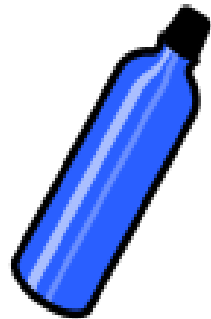
- S:t Helena Basket spelar i WBBF, (Westra Sveriges BDF, basketbolldistriktförbund) det betyder att matcherna spelas i mestadels Västra Götalands län samt Kungsbacka, Varberg och Falkenberg.



Westra Sveriges
Basketbollförbund

MATCHKLÄDER

- Matchställ: Lagförälder tvättar matchstället, tvätta matchställ i max 30 grader utan sköljmedel.
- Matchställ i seriespel med ungdomslag är vändbara.
- Hemmamatch: vitt matchställ
- Bortamatch: grönt matchställ
- Spelare behöver ha med sig: skor och vattenflaska med vatten.



HEMMAMATCHER

- Matchvärd: 2 personer som ansvarar för matcherna, hälsar välkommen och ansvarar för det är ett trivsamt klimat i hallen.
- Spelare behöver ha med sig: skor och vattenflaska med vatten.
- Samling i hallen en timme innan matchen börjar, laget behöver värma upp och coachen behöver berätta om matchen.
- Alla matcher livesänds via Solid sport, filmer gör vi med en weocam som står bakom sekretariatet.
- Kiosken är öppen och domare bjuds på kaffe.



BORTAMATCHER

- Kom till samlingen i god tid innan avfärd. Ta med matsäck. Idrottsföräldrar ansvarar för att hjälpa till med transport.
- Laget behöver vara på plats i bortalagets hall en timme innan matchstart.
- Tänka på våra värdeord, bortalaget ska få trevliga gäster.



FOSTRAN
GLÄDJE
TRIVSEL
RESPEKT

CUPER/TURNERINGAR/LÄGER

S:t Helena Basket anordnar varje år Skövde Basketcup, sista helgen i april/första helgen i maj. Alla våra spelare får delta. Idrottsföräldrar hjälper till med arrangemanget.

Det finns andra cuper i Sverige, föreningen föreslår Göteborgsfestivalen.



Skövde basketcup 1- 3 maj 2026

S:t Helena Basket anordnar varje år Skövde basketcup sista helgen i april/första helgen i maj. Alla våra spelare i deltagarålder får delta och alla idrottsföräldrar hjälper till med arrangemanget, alla spelares anhöriga ansvarar för minst tre pass i sekretariat/ kiosk på cupen.

Eget ansvar att lära sig hur en match fungerar och kunna föra protokoll i cupmanager (en förenklad version av Profixio).

Mer info finns på basketcup.se och i appen Skovdebasketcup.



BASKETSÄSONGEN, JULAVSLUTNING OCH SOMMARAVSLUTNING

- Basketsäsong börjar i samband med skolstart.
 - Klubbgemensam julavslutning (Datum och tid kommer)
 - Basketsäsongen avslutas strax innan sommarlovet med klubbgemensam sommaravslutning (datum och tid kommer)
- Alla som vill deltar i lekar och priser till lag och spelare för säsongen delas ut.



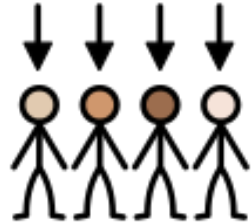
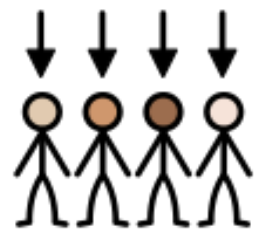
KOMMUNIKATION INOM LAGET



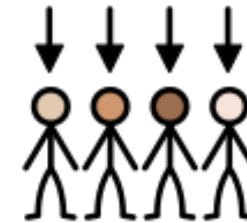
Föreningen kommunicerar via hemsidan och appen svenska lag (SportAdmin). Här blir spelare kallade till matcher/träningar. I appen som är kopplad till föreningens hemsida publiceras också generell information som gäller hela föreningen så som kallelse till årsmöte, gemensam julavslutning och gemensam sommaravslutning. (Vi kallar till dessa gemensamma avslutningar och vill att ni anmäler hur många som kommer, detta för att vi ska kunna planera inköp av fika/korv osv.) Idrottsföräldrar ansvarar för att kontaktuppgifterna i appen uppdateras årligen.



Coacher och idrottsföräldrar kommunicerar via WhatsApp Messenger.



ALLA BEHÖVS

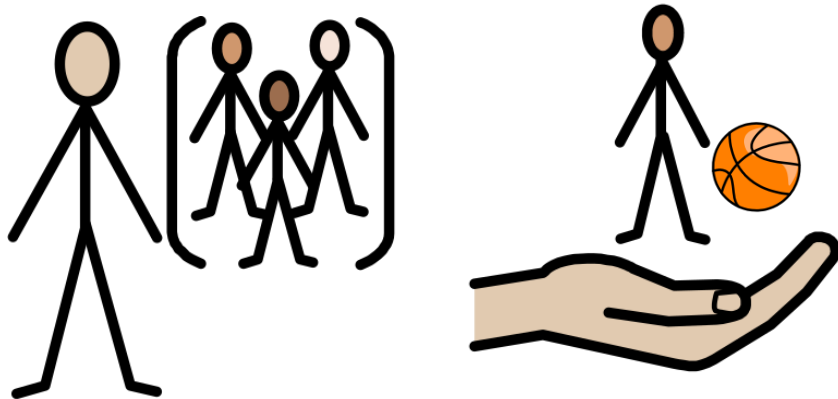


Vi är en ideell förening, det betyder att det är vi medlemmar som sköter den.

- Fundera över hur du kan bidra till föreningens skötsel.
- Vara matchvärd på hemmamatcher.
- Arrangera fika vid julavslutning eller sommaravslutning.
- Du kanske vill sitta med i styrelsen?
- Eller har kontakter eller en yrkesroll som är av värde för föreningen?
- Eller arbetar på ett företag som är intresserade av att bli sponsorer?

MEDLEMSAVGIFT OCH TRÄNINGSAVGIFT

- Medlemsavgift 300 kronor per år
- Medlem 300 kronor per år, för alla som vill stötta vår förening
- Träningsavgift + licens för seriespel 1.550 kronor per år (för att få spela matcher i seriespel, gäller ej easy basket)
- Träningsavgift (ej seriespel) 850 kronor per år (för att få träna med ett lag)



KLUBBKÄDER

S:t Helena Basket har ett samarbete med Stadium som säljer klubbkläder, länk finns på vår hemsida.

Föreningens färger är grön och vit.

Matchställ får spelare låna av föreningen.



KONTAKTUPPGIFTER TILL COACHERNA



Pontus 072-5464642



Hazar 072-2723051



Robin 0704-326747

Vendela

ORGANISATION KRING LAGET: lagföräldrar och idrottsföräldrar



Kioskansvar

Matchvärdar

Körschema,

ev. Sekretariatet

tvätta matchställ

Bollrummet, första hjälpen väskan

bemanningen på vår cup

Ha kontakt med styrelsen via föräldra-ansvarig, Ida Gustavsson?

Övriga
frågor/funderingar?

Nya hemsidan är på väg. Går redan nu att se på:
<https://sthelenabk.web.sportadmin.se/>

