



Årsberättelse Säsongen 2024/2025

Styrelsens verksamhetsberättelse för säsongen 2024/2025

Styrelsearbete

Styrelsen har under året haft följande sammansättning:

Ordförande – Fredrik Stark
Vice ordförande/Kassör – Mats Petersén
Ledamot – Per Hammarström
Ledamot – Håkan Leijonqvist
Ledamot – Patrik Persson
Ledamot – Hans Engström
Suppleant – Malin Lidén
Suppleant – Tommy Löfgren

Ekonomiansvarig – Frida Olsen
Revisor – Håkan Näsberg

Under året har styrelsen haft 10 protokollförda styrelsemöten, lägg därtill ett antal extra möten där styrelsen träffats för att bereda enskilda frågeställningar.

Valberedning

Patrik Holmberg

Sportchef Ungdom

Jörgen Svahn

Sportgruppen

Per Hammarström - Senior
Robin Gäaw - Ungdom
Patrik Holmberg . Barn
Dennis Lönnqvist - Flick
Stefan Reinerdahl - Domarfrågor
Hans Engström - Utbildning

Domaransvarig i föreningen (DAIF)

Stefan Reinerdahl

Huvudmaterialare i föreningen

Patrik Holmberg

Tävling- tränings- och lägerverksamhet

Föreningens tävlings-, tränings – och lägerverksamhet redovisas under respektive teams egna berättelser.

Arrangemang och Cupverksamhet

Denna säsong har cupverksamheten och hockeyskoj varit i full gång och det arrangerades åtta cuper under försäsong samt två på vårsäsongen. Tyvärr hann inte alla lagorganisationer anordna cup under vårsäsongen då ishallen stängde för underhållsåtgärder. Enligt tidigare styrelsebeslut delades förtjänsten från cupverksamhet (lag- och spelaravgifter, kioskförtjänst) 50/50 mellan förening och lagorganisation. Övriga intäkter som till exempel puckkastning, hamburgerförsäljning tillfaller lagorganisationen.

Teknikträning och Camp-verksamhet

Denna säsong har vi haft ett fortsatt samarbete med JSDC för att bedriva teknikträning för alla våra barn och ungdomar varje vecka, samt Richard Mutze för föreningens målvakter.

Vecka 33 anordnade Bålsta HC Team 14 och Team 15 en veckas hockeycamp. För fjärde gången planerade och genomförde vi Campen i egen regi. Som Camptränare hade vi ett samarbete med JSDC som höll i utespelareträningarna och Richard Mutze tog hand om målvakterna samt MBK Performance hade hand om fyspassen. Campen hade i år 118 deltagande barn i åldrarna 9–15 år. Under veckan hade vi även hjälp av tränare i föreningen. Dagarna innefattade is-, fys- och teoripass, samt bad i nya badhuset. Schemat gav också utrymme för fri aktivitet där många av våra yngre deltagare valde att spendera tiden i aktivitetsparken. Alla barn som var anmälda till campen detta år hade Bålsta HC som sin moderförening. Denna camp ger våra spelare en mycket bra start på säsongen.

Det har även i år arrangerats lov-camp under höstlovet och sportlovet med ca 40 deltagare per tillfälle. Dessa camper genomfördes i samarbete med JSDC samt föreningens egna tränare.

Ledare

Föreningen fortsätter att prioritera utbildning för ledare. Vi i styrelsen anser att en förutsättning för att kunna erbjuda våra barn och ungdomar en bra hockeyutbildning är att föreningen också har välutbildade ledare. Det är viktigt för oss att våra tränare följer utbildningsstegen som är grunden för svensk ishockeyutbildning. Vi har dock under säsong haft ett antal ledare på utbildningar och fortsätter sträva efter att alla ledare ska ha rätt nivå på sin utbildning. Vi har under denna säsong haft samtliga ledare utbildade enligt gällande utbildningssteg.

Vi har under säsongen fortsatt med tränarträffar tillsammans med hockeykontoret Uppland/Sörmlands Hockeyutvecklare Patrik Fagerlund. Dessa träffar har fokus varit på att ledarna tillsammans ska sätta Bålsta Hockey Clubs sätt att bedriva verksamheten. Arbetet kommer fortsätta kommande säsong.

Organisation

Föreningen fortsätter att tillämpa "Gröna Tråden" för vår ungdomsverksamhet. Detta är ett omfattande föreningsdokument som innefattar allt från styrelsens sammansättning till hur vi bedriver vår hockeyutbildning. Den är under revidering, ett arbete som pågår och med ambition att kunna presenteras under säsongen 25/26.

Sportchef Ungdom tillsammans med Sportgruppen jobbar med allt kring det sportsliga och frågor kring matchspel samt frågor kring istidsplanering. Sportgruppen har även påbörjat att revidera delarna i Gröna Tråden kring träning/matchspel för att harmoniseras med dagens anpassade spelformer för de yngre åldrarna och rekommendationerna från Ishockeyförbundet.

Information och kommunikation

Bålsta HC kommunicerar till sina medlemmar och aktiva primärt via vår hemsida, Laget.se och via Sociala medier.

Inför nästa säsong har vi tagit beslutet att övergå till att använda Sportadmin som vårt administrativa stödssystem då det förenklar inom föreningsadministrationen samt erbjuder ett utökat stöd. Sportadmin erbjuder även en förenklad plattform för information till föreningens medlemmar.

Ishallen

Vår gemensamma utgångspunkt och samlingslokal är ishallen. Vi vill så långt det är möjligt även under försäsongen ha ishallen som vår gemensamma samlingspunkt. Även under denna säsong har våra ungdomar kunnat nyttja den mycket populära skottrampen.

Kylaggregaten har under denna säsong fungerat acceptabelt, förutom vid ett tillfälle under hösten då de havererade och resulterade i ca 1 vecka utan möjlighet att nyttja ishallen. Klimatet i ishallen har fortfarande varit kallt, med utmaningar kring frusna vattenledningar. Från kommunens sida har det utlovats ett helhetsgrepp kring klimatet vilket även bör leda till bättre driftsekonomi för hallen samt att kommunen sparar pengar. Kommunen har inför kommande säsong vissa åtgärder planerade för att få bukt med kylan (värmepaketet i ventilationen som varit ur funktion, ska återigen fås i drift).

Sedan var det ännu ett avbräck i verksamheten, då kommunen stängde 5 av 6 omklädningsrum pga fuktskador i våtutrymmena. Vi fick lösa det efter bästa förmåga med att nyttja omklädningsrum i gamla simhallen samt på Gröna Dalens IP.

Hockeyförbundet hade en del besiktningsanmärkningar på sarg, sekretariat med mera i den senaste besiktningen som gjordes. En del av dessa anmärkningar justerades under säsongen, och några till är planerade att göras under vår/sommar innan säsongstart 25/26

Ambitionen till säsongen 2025/2026 kunna erbjuda eftersäsongsträning igen. Dialog med kommunen om förlängd öppettid av ishallen pågår.

Avslutningsord

Det har varit väldigt roligt detta verksamhetsår ur många perspektiv. Dels den positiva tonen som är i ishallen och korridoren bland ledare, spelare och föräldrar. Dels att cupverksamheten har bidragit till fina intäkter för våra flick- och ungdomslag, och att det arrangerades en julturnering internt med mixade lag i år igen. Våra flick- och ungdomslag har gläds åt segrar och stärks av motgångar och har på så sätt utvecklats som lag och hockeyspelare.

Det har även startats upp ett Damrekreationslag, som haft en brant utvecklingkurva och har för avsikt att kliva in i seriespel till säsongen 25/26.

Samt att A-laget igen lyckades ta ytterligare ett kliv upp i seriesystemet till HockeyTvåan!

Styrelsen har under året haft sammansättningen, 6 ordinarie ledamöter och två suppleanter, vilka har träffats i 10 ordinarie möten samt några arbetsmöten utöver detta.

Vi har även infört en ny kontoplan för att kunna få mer översikt och kontroll över intäkter och kostnader.

Det totala läget kopplat till ekonomin gör nu att vi inför nästa säsong inte behöver göra några större justeringar av medlems- eller spelaravgifter utan kan lämna kvar dessa i stort sett på samma nivå som förra året.

Säsongen avslutades med en avslutningsmiddag för alla ledare, funktionärer och A-lagspelare på Aronsborg, som nu blivit en tradition.

Tyvärr blev det ingen ”Die große Eishockey-Meisterschaft im der frühling” pga av att ishallen stängde första helgen i april, men vi siktar på nästa år!

Bålsta Hockey är en breddförening som ska erbjuda alla att få möjlighet att åka skridskor och spela hockey. Tack vare en bra breddverksamhet så tror vi också att vi kan skapa konkurrenskraftiga lag i äldre åldrar. Vi har under året diskuterat om nya framtida planer och visioner för vår förening och våra lag. Det finns fortfarande mycket att diskutera och jobba med, men vi är helt eniga om att framtiden ligger i att satsa på våra egna barn och ungdomar. Precis som tidigare så är så klart målsättningen att vara långsiktigt självförsörjande med egna produkter som när de blir äldre kommer in i vårt A-lag. Vilket ger ett större intresse för föreningen och locka mer publik på våra A-lagsmatcher.

I övrigt har styrelsearbetet fortlöpt som man kan förväntat sig och fokus på att fortsätta bygga och utveckla föreningen och dess funktion hela vägen från skridskoskola till Veteran- och Motionshockey.

Föreningen har också på uppdrag av kommunen, tagit fram förslag på en ny ishallsanläggning, för att ersätta den befintliga. Möten kring utformning, placering mm har förts och beslut om projektet ska tas i kommunstyrelsen och kommunfullmäktige under 2025.

Styrelsen vill tacka för förtroendet för verksamhetsåret 2024/2025 och sätter det långsiktiga målet på att vi ska växa som förening och kunna erbjuda våra medlemmar möjlighet att spela ishockey i Bålsta HC hela sitt aktiva hockeyliv!

Bålsta 2025-06-05

Styrelsen Bålsta HC, genom Ordförande Fredrik Stark

Verksamhetsberättelse lagorganisationerna Bålsta HC 2024 – 2025

Föreningen har under säsongen 2024.2025 haft verksamhet i nedanstående organisationer.

Barn & Ungdomsgrupper:

Bålsta HC skridskoskola: 5-6 år

Bålsta HC hockeyskola: 6-8 år

Tre kronors hockeyskola/Tre kronors tjejhockeyskola

U9 (D2): 8-9 år

Björnligan

U10 (D1): 9-10 år

Björnligan

Flickor 10: 9-10 år

U11 (C2): 10-11 år

Guldåldern

U12 (C1): 11-12 år

Guldåldern

Flickor 12: 11-12 år

U13/U14 (B2/B1): 12-14 år

Inför puberteten

Flickor 14: 13-14 år

U15 (A2): 14-15 år

Inför junioråldern

Junior & Seniorgrupper:

Senior (A-lag)

Veteran

Damrekreation

Motionshockey

Bålsta HC skridsko & hockeyskola

Bålsta HC skridskoskola: 5-6 år

Skridskoskolan startade lördagen den 12:e oktober med istid mellan 09:40 – 10:40. Sista passet för säsongens skridskoskola gick av stapeln lördagen den 15:e mars. Årgångarna som varit aktuella för denna säsong var barn födda 2017 till 2020. Det har varit en stor grupp mest hela tiden med upp emot +-30 barn anmälda på höstterminen, men som vanligt, en del anmälda dyker inte upp och en del oanmälda dyker upp. Sett över säsongen har det varit en stor grupp på isen på hösten medans antalet på vårterminen gick ned från +-30 anmälda till +-22. Medelantalet för hela säsongen ligger på 25,55 anmälda barn. För höstterminen är medel 28,9 och för våren är medel 22,2 barn per pass.

Skridskoskolan säsongen 2024-2025 har haft en stor grupp barn med jämbördiga skridskokunskaper eftersom många barn har deltagit flera år i skridskoskolan, vilket underlättat lärandet till majoriteten av barnen att åka skridskor. Vi har också fått in nybörjare som inte stått på skridskor tidigare eller har mycket begränsade kunskaper i att åka skridskor. Både i början samt i mitten av säsongen och även på slutet. Dessa barn har vi försökt samla i en separat grupp för att lära ut de tekniska grunderna, trots att det funnits föräldrar bakom en del av barnen, inte alla, så är det fortfarande en utmaning att hantera då den stora massan är så långt framme i sina färdigheter i att åka skridskor och hur man integrerar dessa 2 grupper i en gemensam enhet som fungerar tillsammans i de olika momenten ute på isen, uppvärmning, teknikövningar, lek och bus, avslutning utan att någon tycker att det är för lätt eller svårt. Fanns det fler aktiva ledare på isen så skulle detta kunna tas om hand lite bättre. Som ensam ledare på isen på grund av sjukdom och annat är det svårt att hantera detta på ett bra sätt för alla.

2 utskick till föräldrarna, ett vid skridskoskolans början i oktober samt ett efter jul & nyårsuppehållet i januari om att det behövs ledare till skridskoskolan nästkommande säsong/er har skett. Ingen förälder har sträckt upp handen och hakat på de ledare som funnits i skridskoskolan för att lära sig och därefter ta över, synd då det finns föräldrar med utmärkta skridskokunskaper som skulle kunna driva skridskoskolan baserat på deras skicklighet i att åka skridskor.

Som vanligt i skridskoskolan har tonvikten varit en blandning av lek och bus med tekniska övningar.

Allt i åtanke att lära barnen åka skridskor under lekfulla former. Vi kan prata teknik och vinklar, tyngdpunkter, glidytor och annat med det är under leken som det händer grejer i utvecklingen att lära sig åka skridskor. Säsongens upplägg har i stort sett varit densamma vid varje tillfälle för att därigenom ha en ”röd tråd” i utlärandet, men övningarna och lekarna har varierat från gång till. En lördag kan tidsmässigt se ut som nedan. Ibland har mer tid allokerats till lek & bus än vad som visas nedan. För denna säsong har vi haft ett körschema med olika övningar på plats för varje lördag för att därigenom säkerställa att det funnits en tanke bakom dagens teknikövningar, och så att inget glömts bort i utlärandet. Det har med andra ord funnits en röd tråd att förhålla sig till vilket också kan underlätta för andra ledare att använda sig av.

- 09:40 - 09:50 Samling, Gemensam uppvärmning
- 09:50 - 10:20 Teknikövningar, tillsammans eller olika grupper

- 10:20 - 10:35 Gemensam Lek & Bus i olika former
- 10:35 - 10:40 Gemensam avslutning

Såsom tidigare år har vissa pass haft ett tema med anpassad musik därtill. Bland annat Clown med cirkusmusik, Disco med discomusik, Racerbilsförare med en Renault V10 Formula1 motor dånande i högtalaranläggningen medans man åker så fort man bara kan genom banan. Flyg med musik från filmen Top Gun medans barnen spejade efter okända föremål ute på isen. Indian med fjäder i hjälmen medans man jagade cowboys allt under indianmusik i högtalarna. Andra teman har varit Bov som de i Björnligan med mycket tjuv och polistema, superhjälte och vad som kännetecknar en superhjälte. Då har barnen fått tala om vad deras bild på vad en superhjälte är, vilket har varit superstark medans jag har sagt att en superhjälte för mig är en person som är snäll mot sina kamrater med tanke på att bygga en grupp med bra värderingar i skridskoskolan. Ansiktsfärg har använts i vissa av teman för att bättre passa in i miljön, Disco – klart man skall ha glittriga kinder och färgat hår, Racerförare – klart man måste ha startnummer på kinden. Indian – så klart man skall ha en häftig målning såsom det anstår en indian. En favorit är fortfarande att bli jagad eller jaga i polis & tjuv, eller jaga svansar med skräckblandad förtjusning när de håller på att bli tagna/kullade eller stoltheten när de små lyckas fånga in de stora barnen (föräldrarna) på isen.

Till alla sammankomster har vi spelat musik som passade till temat för dagen, men även annan bakgrundsmusik till de andra passen som underhållning till de som sitter på läktaren och fryser. En förälder från den förra säsongen sa vid ett tillfälle att det är lika roligt att sitta på läktaren och titta på som det är att vara ute på isen, det har vi försökt förstärka med bakgrundsmusiken för denna säsong.

I samband med juluppehållet kom tomten på besök till ishallen och dessutom deltog 4 A-lagsspelare som undertecknad jagat på allmis sedan lång tid tillbaka. Det blev både ett oväntat och uppskattat inslag för både barn och föräldrar att få se A-lagsspelare på isen tillsammans med barnen. Vi spelade djungelhockey, puckar och bollar i massor, stora mot små. Kul och svettigt. Vi avslutade med hastighetstävling i att åka från ena kortsidan till den andra så fort vi kunde. I samband med Luciahelgen samt vid julavslutningen bjöds det på fika, lussebullar och festis. Fika gjorde vi i klubbrummet eller utanför för de som hellre ville kyla av sig en stund på läktaren. Det är svettigt på skridskoskolan och att se de små svettiga med rosor på kinderna ivrigt dricka sin festis för att släcka sin törst är en ynnest som fler borde få uppleva och prova på. Eftersom vi skulle spela djungelhockey mot A-laget så introducerade vi klubba i december jämfört mot januari förra säsongen som ett underlättande steg inför hockeyskolan och vana att hålla en klubba i händerna. Klubba i år såsom förra säsongen var frivilligt att ha i vissa teknikövningar eller hinderbanor där så var lämpligt, men viktigt också att göra övningar och lekar utan klubba så att ingen skulle kunna känna sig utanför beroende på val att ha en klubba med sig till skridskoskolan. Detta tycker vi ledare har fungerat bra och det finns nog ingen anledning att ändra på detta inför framtiden. Efter sista passet bjöds det på fika och ännu en säsong av skridskoskola kan läggas till handlingarna.

För Skridskoskolan:

Joel Kjellberg, Niclas Enarsson & Peter Pettersson

Bålsta HC hockeyskola: 6-8 år Tre kronors hockeyskola

Under det gångna verksamhetsåret, som sträckte sig från den 12 oktober till den 16 mars, har hockeyskolan genomfört en omfattande och engagerande verksamhet för barn i åldern 5-10 år. Totalt har 21 ispass genomförts, med en varierande närvaro mellan 15 och 25 barn per tillfälle, med ett genomsnitt på 22 barn. Totalt har 36 barn deltagit i hockeyskolan under säsongen.

En betydande del av vår verksamhet har varit att kontinuerligt anpassa och utveckla träningssessionerna för att möta barnens individuella behov och utvecklingsnivåer. I början av året organiserades barnen i 5 färggrupper och isen delades upp i 3-5 zoner. Under årets gång övergick vi till att gruppera barnen efter deras individuella utvecklingsstadier och har sedan anpassat grupperna löpande i takt med att deras färdigheter har fortskridit.

Inom våra zoner har vi fokuserat på en bred repertoar av färdigheter och tekniker, inklusive skridskoteknik, grundläggande närkamper, stafetter, puckhantering och olika teknikövningar. Liksom tidigare år har vi också firat lucia och jul tillsammans med en gemensam fika samt uppmärksammat TKH-dagen.

Som avslutning på säsongen organiserade vi ett internt poolspel där barnen fick möjlighet att visa upp sina färdigheter och engagemang. Vi avslutade säsongen med att dela ut medaljer till alla deltagare, vilket var mycket uppskattat av både barn och föräldrar.

Vi ser tillbaka på året med stolthet och glädje över det engagemang och utveckling vi har sett hos våra unga hockeyspelare. Vi vill tacka alla barn, föräldrar, tränare och övrig personal för deras bidrag till ännu en framgångsrik säsong för Bålsta HC Hockeyskola - Tre Kronors Hockeyskola.

Bålsta HC tjejhockeyskola: 5-12år

I början av säsongen så var det 10 ledare och under säsongen fylldes det på med 3 ledare till.

Lagledare:

Fredrik Wakman (2017)

Izabella Schöneich(2018)

Christopher Kennedy(2018)

Pernilla Lindroos(2020)

Tränare:

Patrik Alm (2017)

Robin Landberg (2017)

Rickard Sonefors (2018)

Stefan Reinerdahl (2018)

Mikael Hallin (2018+2020)

Katarina Timglas(2019)

Helena Stark (2019)

Materialförvaltare:
Olliver Englund (2017)
Jimmy Attevall (2016)

Vi har även haft stöttning av Dennis Lönnqvist och Stefan Forsberg.

I gruppen har vi 25 tjejer i åldrarna från 2016 till 2021. Gruppen har blivit lite större under säsongen.

Tjejerna har tränat 1 gång i veckan på lördagar. På träningarna har det varit en del skridskoteknik och mycket hinderbana och lekar som tjejerna tycker är roligt.

Vi har firat Lucia och TKH-dagen med saft och bulle, mycket uppskattat av tjejerna. På TKH-dagen var det en tävling där man skulle skicka in fotografier från just våran TKH-dag, då vann gruppen biljetter till Beijer Hockey Games som spelades i Avicii arena. Spelare och ledare åkte dit och tittade när Sverige mötte Schweiz, tyvärr blev det förlust för Sverige, men kul hade vi!

Tjejerna som är födda 2017-2019 har varit iväg på en del hockeyskoj och tränat matchspel. Under dessa hockeyskoj har de vuxit jättemycket.

Vi har haft lite otur med sjukdomar när hockeyskojen har varit så under två hockeyskoj har vi fått låna in spelare från andra lag, men det har löst sig det med och även det har varit roligt för tjejerna att få lära känna spelare i andra lag.

Vi avslutade säsongen med en fika i klubbbrummet och tackade alla tjejerna för den gångna säsongen.

Inför nästa säsong ska vi försöka få tjejhockeyskolan att växa, många av tjejerna som varit med denna säsong är födda 2017 och bildar nu lag.

Tjejhockeyskolan genom Izabella Schöneich

Uppstart "U8" (Björnligan)

Den 25 februari 2025 hade Team 17 och klubbens yngsta lag sin allra första träning. Det var ett gäng taggade och förväntansfulla barn som samlades. Laget har haft träning en gång i veckan och hann totalt ha sju träningar under säsongen. Närvaron har varierat från 11 till 16 per tillfälle med ett genomsnitt på 14 spelare.

Laget består av totalt 22 barn, 16 killar och 6 tjejer samt fem ledare. På träningarna har samtliga pojkar och fyra tjejer hittills deltagit vid ett eller flera tillfällen.

Lagets ledarstab består av:
Emma Sahlgren - lagledare
Julia Elg Fernaeus - lagledare

Jonas Eklund - huvudtränare

Joel Kjellberg - tränare

Johan Granberg - tränare

Tobias Timonen - tränare

Daniel Fernaeus Elg - tränare

Johannes Tjulin - materialare

Linus Hildeby - materialare

Sandra Tjulin - kassör

Vi har under denna säsong övat på skridskoteknik i olika former, börjat öva passningsspel och puckhantering samt lekt oss fram på skridskor. Spelarna har även fått testa på att vara målvakter och vi har jobbat på att lära känna varandra. Majoriteten av tränarstaben har också gått grundkurs genom Svenska ishockeyförbundet, men inför säsongstart hösten 2025 beräknas samtliga i tränarstaben ha genomfört denna. Under säsongen har vi även haft ett par ledarmöten.

Säsongen inleddes med hockeyskoj i Upplands-Väsby där team 17 ställde upp med två lag. Det var ett gäng spända spelare som klev på isen och ett glatt gäng när vi senare åkte hemåt. Kort därefter åkte vi på ytterligare ett hockeyskoj, denna gång i Knivsta. Vi anordnade även själva ett hockeyskoj hemma i Bålsta med tre inbjudna lag. Detta var mycket lyckat och uppskattat både av spelare och föräldrar hemifrån och bortifrån.

Som avslutning på säsongen under det sista träningstillfället 2025-04-01, så anordnade vi en föräldra-barnmatch där barnen fick möjlighet att visa upp sina färdigheter och utmana sina föräldrar. Vi avslutade det hela med en gemensam fika där alla barn fick en medalj för sina fina prestationer under säsongen.

Vi ser tillbaka på säsongen med glädje och ser fram emot nästa med spänning. Vi är taggade och hungriga efter att få lära oss mer om hockey och om varandra genom att utveckla vår laganda. Vi längtar efter att få ta en ny säsong med storm.

/Emma Sahlgren – Lagledare Team 17

Björnligan U9 (D2) och U10 (D1)**U9 (D2): 8-9 år Björnligan**

Säsongen 2024/2025 har varit både rolig och fartfylld för Team 16 i Bålsta HC. Vi är 31 spelare i laget: 7 tjejer och 24 killar och ett riktigt bra gäng ledare (14 st) och föräldrar som ställer upp i vått och torrt.

Vi har tränat 2-3 gånger i veckan och haft tre lag anmälda till seriespel. Dessutom har vi deltagit i flera cuper och arrangerat vår egen Bålsta Cup under hösten 2024, där alla hjälptes åt för att göra den till en riktig succé. Tyvärr blev det ingen cup på våren 2025 eftersom U9-lag från Stockholm inte fick resa utanför sin region och det var svårt att få ihop andra gästande lag.

En av säsongens höjdpunkter var när vi åkte hela laget med buss till Hovet och såg Djurgården-Mora. Våra spelare fick spela en match i periodpausen inför fullsatta läktare. En upplevelse vi sent kommer glömma och hoppas få göra om nästa säsong! Vi har också haft glass- och pizzastunder i omklädningsrummet och flera andra små guldkorn som byggt på lagkänslan. Extra speciellt var när OHL-spelaren Filip Ekberg, som ju har Bålsta HC som moderklubb, överraskade laget genom att vara med på vårt sista ispass innan sommaruppehållet. Efter träningen med oss åkte Filip till U18-VM och gjorde 18 poäng på 7 matcher, han är nu den poängbäste svensken genom tiderna i U18-VM! Också aktuell för NHL-draften 2025!

Kommentar från en av våra tränare:

“Kul att han på endast en träning med oss snappade upp så mycket hockey-IQ från oss ledare.”

Det är verkligen roligt att se hur tjejerna och killarna hänger ihop och peppar varandra hela tiden. Under året har vi sett hur alla har utvecklats massor, både på isen och utanför, och man märker tydligt hur mycket laget faktiskt betyder för barnen.

Vi har haft grymt stöd från föräldrarna och sponsorer som hjälpt till att göra träningsoveraller, cuper och andra aktiviteter möjliga. Nu ser vi fram emot mer istid, fler cuper och ännu mer glädje i hallen nästa säsong!

// Team 16 genom Madeleine Strömberg

U10 (D1): 9-10 år Björnligan

Hos Bålsta Hockey Team 15 finner man ren laganda där man strävar efter att nå våra mål tillsammans. Under säsongen har vi arbetat mycket med att bygga relation kring laget så att spelare känner sig trygga och sedda. Spelare i vår organisation har under året fått möjlighet att utvecklas på sin egen nivå samt fått inblick av vikten för god lagsammanhållning. Det är viktigt för oss att laget mår bra med positiv och engagerad miljö inom organisationen för att kunna behålla våra spelare upp till junioråldern. Därför utför vi bra träning, matchmöjlighet och en stark social sammanhållning.

Lagledning.

Karolina Parkkila, lagledare
Daniel Flordal, Ass lagledare
Niclas Skoglund, huvudtränare
Fredrik Stark, tränare
Tim Smith, tränare
Niklas Barkfjärd, tränare
Magnus Gabrielsson, tränare
Robin Gäaw, tränare
Firat Güler, materialare
Joakim Jonsson, materialare
Mattias Wigström, materialare
Alexandra Chatelet, kassör
Ny kassör inför nästa säsong.

Ekonomi.

Vi har byggt upp vår lagkassa genom sponsorer, lagförsäljning samt arrangemang av Bålsta Cupen. Vår vision är att kunna åka på internationell cup vid helplan samt ha möjlighet att boka lägerhelg och åka på närliggande cuper.

Medlemmar.

Laget består av totalt 19 medlemmar, 2 målvakter samt 17 utespelare. Samtliga medlemmar är pojkar. Under säsongen har det slutat två spelare samt tillkommit tre nya medlemmar.

Träningar.

Team 15 följer en välorganiserad grovplanering, detaljplanering samt verksamhetsplan där det är strukturerat med hur vi ska bete oss på och utanför isen.

Denna säsong har vi haft två egna träningar och ett teknikpass, oförändrat från föregående säsong. Vi har även börjat med barmark/klubbteknik i samband med ispassen och det har fungerat bra. Träningsnärvaron har legat på 70–75%. För att få en god gemenskap mellan kullarna och erbjuda fler nivåanpassade ispass så har vi fyllt upp med 4–5 spelare från Team 16 en gång i veckan.

Poolspel.

Totalt har vi genomfört 24 poolspel som har fördelats på tre lag. Föregående säsong var det 22 matcher på två anmälda lag så årets poolspel har varit färre per lag. Vi har haft ett bra samarbete med team 16 under poolspelen, de har haft möjlighet att skicka upp spelare till oss samt vi ner till dem. Under ett poolspel så spelar de 3–5 matcher var, i snitt 96 spelade matcher.

Utöver poolspel så har vi haft 1st hockeyskoj hemma samt varit i väg på flertal hockeyskoj/träningsmatcher samt cuper. Dessa cuper ger oss starkare motstånd och möjlighet att utvecklas i matchsituationer genom att möta en annan nivå än vad vi gör under våra poolspel i upplandsserien. Detta för att vi ska kunna möta upp alla spelares behov. Det har gett oss bra resultat och nöjda spelare och god lagsammanhållning.

Aktiviteter.

- ☐ Bålsta Hockey summercamp.
2024–08, 16 aktiva barn.
- ☐ Hockeyskoj Bålsta Ishall.
2024–08, 16 aktiva barn
- ☐ Kronwall Cup.
2024–08, 11 aktiva barn.
- ☐ Bålsta Cupen.
2024–09, 16 aktiva barn.
- ☐ Saltsjöbaden cup.
2024–09, 16 aktiva barn.
- ☐ Täby Trophy cup.
2025–01, 16 aktiva barn.
- ☐ Trettondags cup.
2025–01, 10 aktiva barn.
- ☐ Västerås träningsmatch.
2025–03, 15 aktiva barn.
- ☐ Farsta hockeygames.
2025–03, 15 aktiva barn.
- ☐ Bålsta Cupen U10.
2025–03, 16 aktiva barn.
- ☐ Hovet AIK- Björklöven, knattematch.
2025–03, 7 aktiva barn
- ☐ Träningsmatch Mariefred.
2025–03, 8 aktiva barn.
- ☐ Träningsmatch Norrtälje.
2025–04, 8 aktiva barn.
- ☐ Best In West Cup.
2025–04, 16 aktiva barn.
- ☐ JVAB Kronwall Cup.

2025-04, 16 aktiva barn.

☐ Föräldramatch.

2025-03, 18 aktiva barn.

Övrigt.

Utöver aktiviteter och pizzaafton efter träning så har vi bedrivit föräldramöte i början på säsongen för att ta pulsen på föräldrar och spelare samt informerat våra föräldrar om vad som är aktuellt inför säsongen och lagorganisationens mål. Vid slutet på säsongen informerar vi föräldrar med ett mailutskick där vi går igenom säsongen som varit samt information inför kommande säsong. Vi har bra kommunikation med föräldrar och spelare under årets gång.

Vi fortsätter våren med fysträning utomhus fram till början av sommaren i form av inlines, önskemål från barnen. Planering för hösten är genomförd och vi ska presentera detta med ett föräldramöte augusti 2025.

/Karolina Parkkila– Lagledare Team 15

Flickor 10 (D1): 9-10 år

Säsongen för Bålsta Hockey Team F10 inleddes med stor entusiasm och förväntan redan den 20 augusti, då laget samlades för sin första träning. Under säsongen har vi genomfört ungefär 93 träningar, där många av våra spelare även tagit sig an utmaningen att träna med Pojkar Team 16. Denna extra insats har varit en viktig del av deras utveckling och bidragit till deras framgångar på isen.

Matcher och Resultat

Under säsongen har laget deltagit i 9 poolspel, inklusive 2 matcher i Stockholmsserien. Vi är stolta över att rapportera att våra spelare står helt obesegrade i Upplandsserien och mäter sig jämnt eller bättre med många av lagen i Stockholm. Detta är ett bevis på deras hårda arbete och det engagemang som varje spelare visar på isen.

Lagets Styrkor

Bålsta Hockey Team F10 har kvaliteter såsom skridskoteknik, speluppfattning och en enastående kämpaglöd. Dessa egenskaper har inte bara varit avgörande för lagets framgångar, utan också en källa till stolthet för oss ledare. Vi är extremt tacksamma för den energi och passion som laget visar varje gång de går ut på isen.

Ledning och Support

Vårt ledarteam består av Oliva (kassör), Stefan, Andreas och Dennis som tränare. Victor och John har ansvarat för material, medan Karin har varit kioskansvarig och Johan lagledare. Tillsammans har vi arbetat för att skapa en miljö där våra spelare kan utvecklas både individuellt och som ett lag.

Lagutveckling och Gemenskap

Laget har bestått av 9 tjejer, och under säsongen har vi välkomnat 7 nya spelare från tjejhockeyskolan. Några av dessa har redan deltagit i poolspel, och vi har noggrant beaktat deras individuella utveckling. En av de mest utmärkande egenskaperna i detta lag är deras tävlingsfokus, kombinerat med en härlig laganda och humor. Våra fantastiska föräldrar har varit en stor del av denna gemenskap, och deras deltagande i matcher, middagar och hotellövernattningar har ytterligare stärkt lagandan.

Säsongsavslutning

Säsongen avslutades i april med en gemensam bowling och middag på Bowlroom i Bålsta, vilket blev en perfekt avslutning på ett framgångsrikt år. Från ledarsidan är vi extremt tacksamma över att få arbeta med denna grupp, och vi ser med tillförsikt på deras fortsatta utveckling och framtida prestationer.

Vi ser fram emot en ny säsong med samma glädje och engagemang och hoppas på att fortsätta bygga vidare på det starka fundament som Bålsta Hockey Team F10 har skapat

/Johan Häggmark – Lagledare Flickor 10

Guldåldern U11 (C2) och U12 (C1)

U11 (C2) 10-11 år

Hösten drog igång med den otroligt uppskattade campen där alla hade väldigt roligt, och mycket bra för lagsammanhållningen!

Under säsongen har vi byggt vidare på samarbetet mellan 13/14, vilket har fungerat väldigt bra. Vi arbetar som ett lag trots att vi är två åldersgrupper. Många U11 spelare har fått spela matcher med U12, vi sökte även dispens för alla U12 spelare för att de skulle kunna få spela med U11 också. Vi har under säsongen fokuserat mycket på att tävla i alla situationer, mot slutet på säsongen har vi även börjat lägga in mer helplansövningar då U12 går upp på helplan nästa säsong. Vi har såklart också fokuserat mycket på glädje och sammanhållning inom hockeyn!

Laget består av:

23 spelare födda 2014 (1 tjej)

9 spelare födda 2013 (2 tjejer)

Patrik Holmberg- Huvudtränare U11

Michael Arneflod- Ass tränare U11

Robert Stenberg- Ass tränare U11

Christofer Sehlstedt- Ass tränare U11

Daniel Fogelberg- Huvudtränare U12

John Nylén- Ass tränare U12

Johnny Sundström- Materialare U11

Jonas Andersson- Materialare U11

Staffan Johansson- Materialare U12

Renée Holmberg- Lagledare U11 och U12

Vi har under säsongen haft 112 lagträningar och ett väldigt uppskattat teknikpass varje vecka med Jörgen. Vi har hög närvaro på träningar vilket är väldigt roligt! Alla spelare har utvecklats väldigt mycket under säsongen! Vi har haft två u11 och två u12 lag i poolspel, så det har blivit i snitt två poolspel per helg. Väldigt många av U11 spelarna har fått prova på U12, det har gått väldigt bra. Nu kör vi två träningspass per vecka med barmarksträning, även där bra närvaro med tanke på att många av barnen har andra aktiviteter. Vi har även i U11 hoppat in på en vakant plats i ett poolspel i Stockholm, kul att möta andra lag! så det ska vi försöka få till under nästa säsong också.

Vi åkte på cup i Mora med U11, väldigt rolig cup och uppskattat av spelare att åka på en "riktig cup" med övernattnig.

För U12 så avslutade vi säsongen med att arrangera Bålsta Cupen på helplan. Det var fyra gästande lag och alla var nöjda och glada. Vi åkte även med U12 på cup i Mora, även detta väldigt uppskattat av spelare och ledare!

Nästa säsong ser vi fram emot att U12 ska spela helplan! Och såklart alla roliga matcher, träningar och cuper under säsongen! Det är en härlig grupp vi har och vi har kommit väldigt långt i arbetet med att bli ett lag.

/Renée Holmberg Lagledare Team 13/14

U12 (C1): 11-12 år Guldåldern

Redovisas under U11

Flickor 12 : 11-12 år

Säsongen 2024/2025 började i slutet av augusti och laget har bestått av 13 starka tjejer. De har under säsongen genomfört 93 träningar och deltagit i 8 poolspel i Upplandsserien. Under poolspelen har de visat på fantastiska prestationer och laget har utvecklats tillsammans såväl som individuellt.

Ledarteamet har bestått av våra tränare, Dennis, Stefan och Andreas, materialaren Nicklas, kassör Matilda och lagledaren Karin. Tillsammans med engagerade föräldrar har vi drivit tjejerna framåt i sin utveckling och eftersträvat att tjejerna ska få utvecklas på samma villkor, oavsett om man tränar med U-lag eller inte.

Tjejerna har under säsongen deltagit i 1 cup. Utöver det har man tillsammans med F10 spelat uppvisningsmatch på Hovet i periodvilan när Djurgården tog emot Frölunda i SDHL. Det var en fantastisk upplevelse för tjejerna, inte minst att få träffa spelarna från båda lagen efteråt. Ett led i deras utveckling är att de får möjligheten att skapa sig kvinnliga förebilder inom hockey.

Innan jul genomförde vi en föräldramatch tillsammans med F10 och några tappra F14spelare - en rolig upplevelse för tjejerna att se sina föräldrar kämpa på isen.

Som säsongsavslutning hade F10, F12 och F14 gemensam middag och bowling på Bowl Room tillsammans med ledarna.

Det blev en lyckad avslutning på en fantastisk säsong och nu ser vi fram emot säsongen 2025/2026.

Karin Skärlund – Lagledare Flickor 12

Inför puberteten U13 (B2) och U14 (B1)

U13 (B2): 12-13 år Inför puberteten

För team 12 har ledarstaben säsongen 2024/2025 sett ut så här:

Huvudtränare: Johan Åkerman

Tränare: Karl Eklund

Ass. tränare: Daniel Söderstedt

Lagledare: Frida Öhlin

Materialare: Stefan Kihlblom

Materialare: Stefan Kindberg

Kioskansvarig: Lena Nygårds

Kassör: Thomas Lindroos, Frida Öhlin (1 byte under säsongen samt 1 byte efter säsong till Tommy Östberg)

Sponsoransvarig: Patrik Persson

Målvakter: 2 st

Utespelare (födda 2012): 14 st (varav 3 st tjejer), under säsongen har flertalet spelare födda 2011 spelat med U13 på både cuper och seriematcher.

Träningarna under året har hållits gemensamt med team 11, vilket har fungerat bra då det har funnits möjlighet för alla spelare att utmanas på sin nivå.

Säsongen 2024/2025 var lagets första säsong på helplan. Laget har spelat i Upplandsserien för U13 samt att en del spelare spelat i U14 Uppland och U14 Stockholmsserien. Lagets tjejer har spelat matcher med F14 Bålsta/Knivsta i Stockholmsserien.

Cup säsongen inleddes med att laget arrangerade Bålstacupen, ett lyckat arrangemang där laget lyckades komma 3:a av 5 deltagande lag. Ett bra klirr i lagkassan gav det så klart också.

Under julledigheten deltog laget i Stora Coop cupen i Enköping, där laget lyckades vinna hela cupen. Under påskledigheten bar det av till Örebro för cup i dagarna tre inklusive övernattnings. Detta så klart en helg med mycket hockey blandat med vinster och förluster och en kul helg för spelarna.

Laget har två tjejer som tagits ut i Upplands bruttotruppen till TV-pucken.

Inför säsongen 2025/2026 har laget tappat 2 spelare, 1 lagledare och 1 huvudtränare. Lagets tränare har aviserat att han i första hand kommer att vara med som coach under matcher.

Planen är att även kommande säsong träna tillsammans med team 11, så träningarna kommer att lösa sig. Det finns även en pågående dialog med en A-lags spelare (Tobias Petterson) som kanske är intresserad av att ta över laget nästa säsong. Detta skulle vara ett välkommet tillskott till ledarstaben! Lagledarrollen har tagits över av två nya lagledare (Tommy Östberg och Åsa Flordal).

Inför nästa säsong är målet att samtliga spelare ska få spela fler matcher. Lagets önskemål är därför att få till ett bra utbyte med båda, äldre, yngre och flicklag i föreningen så att alla spelare utvecklas på sin nivå. Laget är anmält i U14 både i Upplands och Stockholms Serien inför säsongen 2025/2026. Antalet spelare vid säsongsupptakten samt dialogen och antalet serier för äldre och yngre årskullar får bli input i frågan. Ett beslut behöver inte fattas förrän i augusti.

Åsa Flordal/ Lagledare Team 12

U14 (B1): 13-14 år Inför puberteten

Säsongen startade med Bålstacamp, uppstartsläger, arrangerade Bålstacupen, deltog i DM, några träningsmatcher samt cup före säsongstarten den 30/9-2024.

Laget fick även fyra nya spelare under hösten som var ett välkommet tillskott.

Laget består av;

2 målvakter

18 utespelare

1 lagledare – Malin Jansson

3 tränare – Robin Gäaw, Andreas Windlert, Jesper Karlsson

1 målvaktstränare – Jan Isberg

2 materialförvaltare – Rickard Backlund, Tommy Lövgren

Laget var anmält till både upplands- och stockholmsserien med blandat resultat. Till matcher i stockholmsserien har spelare från team 12 deltagit. Stockholmsserien var uttalad som tävlingsserie. Antal spelade matcher under säsongen i båda serierna 67st. Antal träningstillfällen is och fyspass, 137st. Träningsnärvaron har legat på 60-78%. Träningarna har varit med team 12 och medelnärvaro är 56%. Även teknikpassen och målvaktsträningarna har varit välbesökta från laget och ett välkommet tillskott i träningen. Det ger alla som vill mycket istid.

Laget har tagit fram ett sponsorkompendium för att få in sponsorer. Fem sponsorer sponsrar laget under två års tid, Altura Fönster, OVK Specialisten, Tempo Skokloster, Limek Enköping och BigCare vilket vi är mycket glada för.

Cuper laget har varit på år Niclas Bäckströms Cup i Valbo, Nyårscupen i Vallentuna, Stora Coop Cupen i Enköping samt Lions Cup i Finland.

Lions Cup krävde en hel del aktiviteter från laget i form av försäljningar för att få in pengar till lagkassan samt spelarnas avgifter. Både jobbet inför cupen med försäljningar samt cupen och övriga cuper skapar en bra lagstämning och samanhållning i laget. Det är viktigt att få in de nya spelarna i lagsammanhållningen.

För att undvika skador har alla spelare erbjudits spelarhälsa (scanning av fötter) då många spelare kommit och kommer in i puberteten för att minska risk för snedbelastning. Ett samarbete med 3D Fotteknik gjordes för de spelare som var intresserade och närvaron var hög. Viktigt från våra tränare är att våra spelare ska hålla och kunna vara skadefria, därav läggs extra fokus på en sådan här sak som främjar spelarhälsa över tid.

Nu fortsätter fysträning utomhus för de som vill och planeringen inför hösten har redan kommit igång. Vi börjar hösten med Bålstacupen, ser över cuper laget kan tänkas åka på samt hur tränings- och matchupplägget ska se ut för kommande säsong. Tanken är att även kommande säsong i Sthlm serien ska bli en tävlingsserie.

/Malin Jansson - Lagledare

Flickor 14: 13-14 år

Vi har under året tränat på is 76 gånger och haft 13 aktiva tjejer.

Lagledning:

Verksamhetsansvarig - Dennis Lönnqvist

Huvudtränare - Chris Westfahl

Hjälptränare - Andreas Widén

Materialare - Patrik Persson

Lagledare - Ilyas Karatas

Motsvarande ledarstab för Knivsta Spartans i snedstreckslaget

Flickor 14 har deltagit i två olika serier, zonspel i Upplandsserien och helplan i Stockholmsserien enligt nedan

- Ett lag som spelat zon spel i Upplands serien med Knivsta, Almtuna och ett valfritt lag i vid totalt 6 omgångar under säsongen.
- Ett snedstrecks lag med Knivsta och spelat helplan i Stockholmsserien.

Vi har under säsongen anordnat en egen helplans cup och deltagit på extern helplans cup.

Flickor 14, tillsammans med Knivsta Spartans, startade upp samarbetet och säsongen med ett miniläger under augusti.

Vi avslutade året med vår traditionella avslutningsmiddag med bowling för F14 och F10/12 tjejerna i föreningen.

Vi planerar för ett eget F14 lag på helplan under nästa säsong.

/Ilyas Karatas Lagledare Flickor 14

Inför junioråldern U15 (A2) & U16 (A1)**U15 (A2): 14-15 år & U16 (A1) Inför junioråldern**

Team 09/10 har säsongen 2024/2025 haft ett samarbete med Väsby IK team 10. Laget har tillsammans med Väsby IK spelat i både Uppland U 15 och Stockholm U 15.

I Upplands-serien genomfördes först ett kvalspel och därefter uppdelning i två divisioner.

Bålsta/Väsby IK vann den lätta Upplands-divisionen.

I Stockholm inleddes säsongen med kvalspel och efter kvalspel uppdelning i tre divisioner (A, B respektive C). Bålsta/Väsby IK vann sin kvalgrupp och spelade efter juledighet därför i B-divisionen.

Laget placerade sig slutligen som åttonde lag (av tio) i B-divisionen. En placering som medförde att laget fick spela C-slutspel. Väl i slutspelet tog sig laget ända till final. I finalen var Spånga IS tyvärr för starka.

Tre av lagets spelare har tagits ut till Upplands bruttotrupp i TV-pucken. Stort lycka till i de fortsatta uttagningarna!

/Daniel Fogelberg – Lagledare Team 09/10

Junior & Senior:**Junior**

Under denna säsong hade föreningen inga juniorlag i seriespel. Dock anordnades en träningsgrupp för juniorer under vårsäsongen. Föreningens målsättning är att så snart det är möjligt få igång en juniorverksamhet, i egen regi eller i samarbete med annan förening. Huvudmålet är att skapa en plats där juniorspelare kan få en plats att spela hockey

Senior (A-lag) Div. 3

Återigen kunde vi mönstra ett slagkraftigt seniorlag och avancera ytterligare ett steg mot målet för året som var att ta oss tillbaka till Div 2.

Första målet var att kunna ta oss till Alltrea för att skapa så bra förutsättningar för avancemang till Div 2. Många tuffa matcher där det såg ut som Mariehamn var det starkaste laget för säsongen, vilket visade sig senare att så inte var fallet.

I Alltrea rullade på och vi ett mittenlag till slut. Från den serien gick alla lag vidare till playoff. Vi fick Älta i en play-in serie och gick relativt enkelt igenom den serien.

Nu väntade kvalserien vilken var uppdelad i två grupper. Här var det fullt fokus från samtliga och vi lyckades vinna serien och slutade på topp. Här hade vi också Mariehamn som sett väldigt starka ut hela säsongen även om vi gjort jämna matcher med dem, men förlorat. Nu knep vi båda matcherna. Som etta i serien tog vi således en av platserna i kommande säongs Div 2 serie.

Inför kommande säsong ser det vid denna tidpunkt bra ut med spelarmaterialet. Laget får behålla en del av den stomme som bidrog till årets avancemang, samt krydda med nya spelare som har erfarenhet från spel i de högre divisionerna.

Tränarduon är också intakt från förra året, med ett tillskott då Benjamin Edberg-Mäkinen axlar en roll som assisterande tränare. Laget tar även in Samuel Muzito Bagenda som fystränare

Att klubben behöver ett representationslag blev konkret under säsongen. Med mycket publik på matcherna och knattar från föreningens yngsta lag vid matcher så är känslan att föreningen har något på gång och intresset att spela för Bålsta HC har ökat.

Det A-laget ska bli bättre på under nästa säsong är att bjuda tillbaka till föreningens yngre lag genom närvaro vid träningar.

/ Per Hammarström, lagledare A-lag.

Veteraner

Säsongen 2024-2025 Startade med många kända ansikten och en del nya. Säsongen började lite stelt men rättade tills sig under säsong, många matcher var väldigt jämna och de som ställde upp på matcherna gjorde mycket bra ifrån sig och vi slutade på en stark tredjeplats. Vi hade en trevlig säsong både på träning och i serien. Nästa säsong ser väldigt lovade ut med många som kliver upp över 35 strecket.

Johan Åkerman
Lagledare BHC Vets

Damrekreation

I september hade vi vår första träning. Rätt svajigt! Vi gnuggade på och blev snabbt fler och fler. 30+ stycken till och med. Vi startade med en istid i veckan där Dennis Lönnqvist, Stefan Forsberg och Fredrik Stark coachade oss. Många ville ha mer. Kidsen på allmänhetens åkning kan intyga detta! Några damer ville köra med motionshockeyn men fick aldrig något tydligt svar. Kampanjen för mer istid på annat sätt startade! En del extra istider blev det (Tack Jörgen!) och till slut landade vi i ett extra ispass i veckan. Vi hyrde också Mansängens idrottshall för fys och styrka.

Vi spelade vår första match tidigt på säsongen och fick storstryk mot Eskilstuna. Det fick vi även match två när vi mötte Smedjebacken. Sedan small det till med en vinst hemma mot Väsby! Vi spelade även en match mot F14 Bålsta/Knivsta. Vi avslutade med två förluster mot Spånga.

Vi knöt ihop säsongssäcken med att en tredjedel av laget drog iväg på damcup på Åland en hel helg. Dennis följde med (någon måste ju hålla koll på mammorna på vift) och en liten tapper skara supportrar!

Säsongen har varit otroligt lärorik och fin. Många nya vänskaper och ett sammanhang att utvecklas i har vuxit fram. Närvaron har dalat då vissa har haft svårt att delta de tider vi haft istid. Några kämpar med skador, andra med livspusslet. Vi nattvandrar nu under vår och sommar för att bygga upp vår lagkassa och uppehållsträningar tillsammans en till två gånger i veckan. I augusti springer några av oss Midnattsloppet.

Inför kommande säsong önskar vi fortsatt två ispass i veckan varav ett utan coach för tvåmål där även herrar är välkomna, ökad närvaro på både is- och fyspass samt gott om publik på hemmamatcherna när vi kliver på seriespel. Några av damerna önskar kallelse till motionshockeyn då nivån skiljer sig kraftigt inom laget och vissa vill komplettera med träning i ett högre tempo. Gällande det behöver Bålsta HC ta ställning för eller mot deltagande (det håller inte att bara vara välkommen när det saknas folk).

/Olivia Forsberg för damrekreationslaget

Motionshockey

Motionsgänget fortsätter att hålla igång. Säsongen 2024/2025 har vi tränat en gång i veckan. På våra träningar brukar vi vara mellan 5-15 spelare. Inget matchspel denna säsong. Vilket innebär att vi fortsätter vara obesegrade.

//Bålsta HC Motionshockey genom Daniel Fogelberg
