

Fotboll flickor födda 2014-2015

Astrid
Ella
Ellen. I
Elvira
Ragna

Ally
Milla
Madeleine
Ellen. S
Ingrid

Julia
Linnéa
Isabell
Melina
Sophie

Tränare:

Niklas	Tobias
Louise	Rickard
Viktor	



Sävarcupen 2023

Vad är roligast med fotboll?

40 responses

Hösten -23





Föräldramöte

- **Kommande säsong**

Träningar

5 mot 5

Datum

Cuper

- **Ansvarsfördelning** - *Många gör lite men tillsammans gör vi mycket!*



Träningar

Fotboll utomhus

Tisdagar 18.30-19.30

Torsdagar 17.30-18.30



Spelformen 5 mot 5

Spelarutbildningsplan

3 mot 3
6-7 år
Individuellt spel

5 mot 5
8-9 år
Spel med
närmaste spelare

7 mot 7
10-12 år
Kollektivt spel
med få spelare

9 mot 9
13-14 år
Kollektivt spel
med flera spelare

11 mot 11
15- år
Kollektivt spel
med hela laget



Innehåll träningar

5 mot 5

Så tränar och spelar vi



Anfallsspel		Omställningar	Försvarsspel	
Uppgiften är att passera motståndarna med bollen			Uppgiften är att ta bollen från motståndaren	
I Speluppbyggnaden ska vi...	I Kontringar ska vi snabbt...		I Återövringen ska vi snabbt...	I Förhindra speluppbyggnad ska vi...
för att Komma till avslut och göra mål ska vi...			för att Förhindra och rädda avslut ska vi...	

För att kunna spela så som vi vill ska nedanstående färdigheter prioriteras i träning.

Färdigheter för laget		Färdigheter för laget	
 Spelbarhet			
 Färdigheter för spelaren		 Färdigheter för spelaren	
Driva Skjuta Ta emot bollen	Vända Passa Utmana, finta och dribbla	Bryta Markera	Pressa
 Extra färdigheter för målvakten		 Extra färdigheter för målvakten	
Rulla bollen	Kasta bollen	Fånga bollen	Kasta sig

Fotbollsfys

Koordinationsövningar med och utan boll, stafetter och hinderbanor.



Viktigt att svara på kallelse så fort som möjligt!

Utrustning på match

- Tröja (matchtröja lånas av EIK)
- Byxor
- Strumpor
- Benskydd
- Skor
- Vattenflaska



Vi kommer behöva bekosta hälften av resekostnader!

Matcher (1 lag anmält)

- Alla blir kallad till match och får spela oavsett närvaro.
- F15-tjejer kommer att behöva hjälp F16 i seriespelet.
- F14-tjejer kommer behöva att hjälpa F13 i seriespelet.





Kom ihåg att det här preliminära datum och kan komma att ändras, kallelser med tider kommer när vi vet mer!

19/5 tegstunet

2/6 Sandviks IP

8 & 9/6 Röbbäckscupen

16/6 alt 15/6 Ersmarks IP

30/6 Vännäs idrottsplats

Ersmarksdagen: 7 sept



Cuper, beslut



Våren

Röbbäckscupen 8-9 juni

(4 matcher över två dagars cupspel.)

Priset 2500 kronor.

Hösten

Innertavle Cup 1 sep

4 matcher per lag

Kostnad: 500 kr

Övrigt



Beslut för att samla in pengar:

- Göra arrangemang ej sälja
- Ny idé för i år är Terränglopp

Genomfört:

- Disco: 3 118 kr
- Vasaloppet: 4 545 kr
- Sammandrag med hamburgare och fika
- Extra bingolotter

Beslut inköp t-shirt , länk:



<https://team.intersport.se/ersmarks-ik/adidas-tiro-24-jr-t-shirt-bar/n/black-white>

- Sponsorer: Johanssons rör, Peoen AB, någon fler?

Ordnas av arbetsgruppen Arbeten



Beslut att skapa en ex. Whatsapp-chatt för laget för att peppa tjejerna till spontanfotboll

Lagstärkande aktiviteter, önskade av tjejerna

Cup

Sova tillsammans

Fredagsmys

Tacos-middag

Springtävling i skogen och i byn

Match mot föräldrarna

Hajk

Lekar, hinderbana

Film

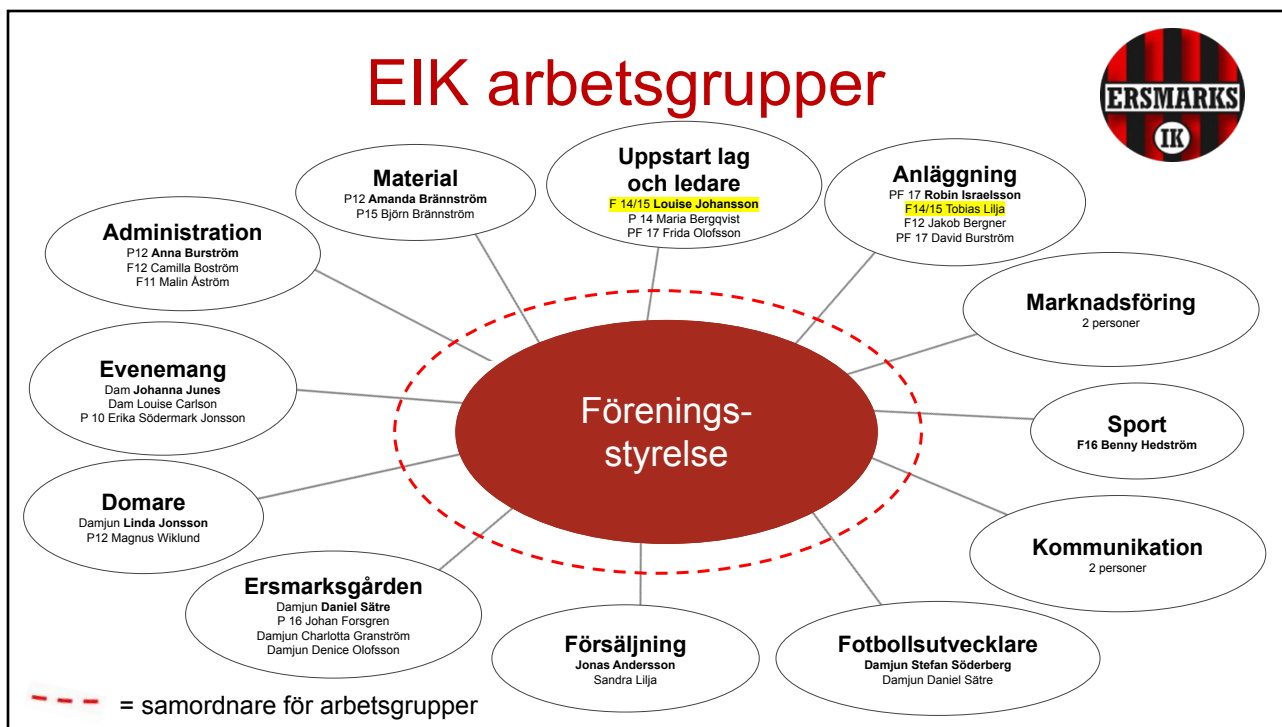
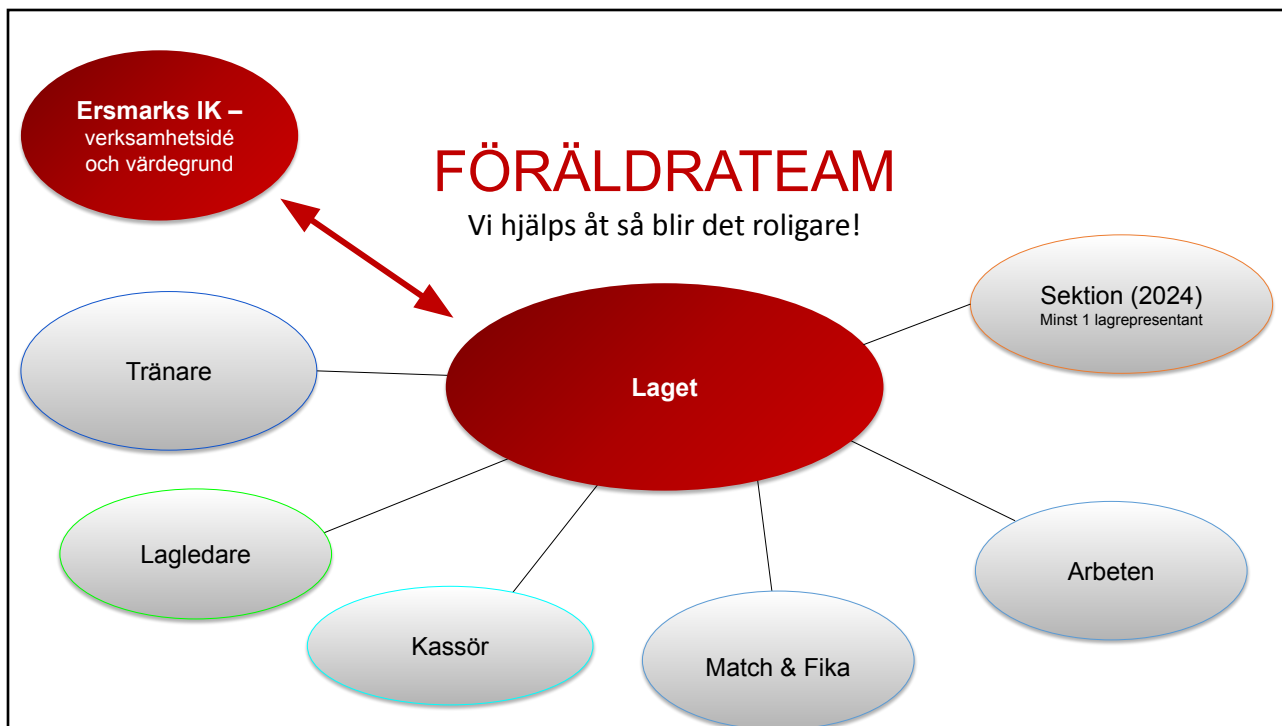
Broarna challenge

Bränteverest

Extra fredagsträning

Beslut prio våren:

Fredagsmys med övernattnig 31 maj





Föräldrateam F14/15

Träning	Lagledare	Match och fika	Arbeten	Kassör
Rickard (Ally) Viktor (Melina) Tobias (Madelene) Niklas (Elvira) Louise (Ella)	Ingrid	Ellen B Milla Ellen S Julia	Astrid Isabell Linnéa Sophie	Ragna

Tränare

- Planera, genomföra träningar
- Registrera närvaro
- Genomföra matcher/sammandrag
- Gör matchgrupper
- Gör kallelser till match (våra spelare)
- Går ledarutbildningar
- Skriva verksamhetsplan



Rickard (Ally)
Viktor (Melina)
Tobias (Madelene)
Niklas (Elvira)
Louise (Ella)

Lagförällder



- Ta emot/läsa mail/utskick från föreningen förmedla till berörda
- Ansvara för Fogis (admin. System för match)
 - Bevaka spelscheman
 - Boka planer
 - Tidsätt matcher
 - Bjuda in motståndare – skicka
- Boka/ordna med resor
- Delta på årliga möten med klubben
- Delta vid behov på möten med tränar m.f.
- Upprätta en verksamhetsberättelse

Sammandrag hemma:

Vt: 15/6 eller 16/6

Ht:

Namn: Elin Chorell (Ingrids mamma)

Match och fika



- Boka domare – ordna med kvitto
- Utse och agera Matchvärd (enligt instruktioner)
- Ordna fika och sälja (samverka med kassör)

Sammandrag hemma:

Vt: 15/6 eller 16/6

Ht:

Namn: Milla, Ellen S, Julia,
Huvudansvar: Teresia (Ellen B mamma)

Arbeten



- Samordna och genomföra
 - Ersmarksdagen (både bemanna samt samla in priser)
 - Städdag
- Organisera eventuella arrangemang
- Ordna med inköp av t-shirts
(se tidigare i bildspelet), samordnas med kassör

Ersmarksdagen: 7 sept
Städdag (3 representanter/lag)
29 maj & Ht

Namn: Isabell, Linnéa, Sophie
Huvudansvar: Isabell/André (Astrids föräldrar)

Kassör



- Samordna försäljning av bingolotter, restaurangchansen m.m
- Föra kassabok för lagkassan
- Håll koll på swishnummer: 123 503 65 95 (vilket ger en QR-kod)
- Samordning inklusive kontakt med sponsorer och leverantörer gällande inköp.
- Kontakt/avstämning med klubbens kassör, löpande godkänna faktorer

21 356 kr finns i kassan

Namn:
Gunilla Rask (Ragnas mamma)



Tips app:

Sportadmin medlemsapp



Min Fotboll

