



Spelarmöte

IFK Umeå
170117

Dagordning

- * Ledare Dam 1
- * Nya ledare Dam 2
- * Totalt 50 spelare i IFK Umeå
- * Serier
- * Kravbild till Dam 1
- * Kravbild till Dam 2
- * Indelning i trupper 2017
- * Nya lagsidorna
- * Träningsstider vinter
- * Träningsstider i vår, sommar och höst Dam 1
- * Träningsstider i vår, sommar och höst Dam 2

Ledare Dam 1

- Fuad Musa
- Birgit Wiese
- Per-Anders Jonson
- Catarina (Nina) Rudålv
- Lennart Odsander
- Helena Lundgren
- Robert Hedman
- Ulf Hamren

Ledare Dam 2

- * Hugo Hellman
- * Kevin Stilwell
- * Tomi Koivisto
- * Anel Motovic
- * Lennart Odsander
- * Robert Hedman
- * Helena Lundgren

Totalt 50 spelare

- * Vi är totalt ca 50 spelare (32+18) som tillhör IFK Dam, som ska delas upp till två grupper och det är ett krav från styrelsen. Men vi tycker också att det är dags för mindre trupper
- * Dam 1 utgörs av ca 23 spelare
- * Dam 2 utgörs av ca 27 spelare

Serie

- * Dam 1 är anmäld till Div 3
- * Dam 2 är anmäld till U19 svår

Vi kommer bara att spela i två serier i år, och har alltså ingen gemensam serie

Kravbild till Dam 1

- * Hög träningsnärvaro
- * I Dam 1 förtjänar man sin plats, oavsett ålder
- * Vara målmedveten
- * Resultatinriktad
- * Ombytt och klara 10 minuter innan träning i rätt utrustning
- * Meddela i god tid vid frånvaro
- * 4 träningar i veckan
- * Prioritera fotbollen
- * Håll koll på säsongen och vara tillgänglig
- * Engagemang, fokus på träning och match
- * Ta ansvar för sin träning (kost, sömn och rehabträning)

Kravbild till Dam 2

- 3 träningar i veckan
- Träningsnärvaro ger matchtid
- Håll koll på säsongen och vara tillgänglig
- Ombytt och klara 10 minuter innan träning i rätt utrustning
- Meddela i god tid vid frånvaro
- Engagemang, fokus på träning och match
- Ta ansvar för sin träning (kost, sömn och rehabträning)

Indelning i trupper 2017

- * Trupper tas ut 31 januari 2017
- * Spelarmöte i respektive trupp
- * Träningsvilja, målmedvetenhet och kvalitet avgör om man ska tillhöra Dam 1, oavsett ålder.
- * Kontinuerlig utvärdering av varje spelares utveckling ska göras i båda trupperna

Nya lagsidorna

- * Dam 1 och Dam 2
- * <http://www.sportadmin.se>

Träningstider i vinter

- * Fysträning varje tisdag från och med idag den 17/1, för samtliga spelare i båda trupperna (obligatorisk)

Dam 1

Futsalträning onsdagar kl 20:00 – 21:00 (fram till SM)

Fotbollsträning söndagar kl 9:00 – 10:00 Nolia fotbollshall (obligatorisk)

Dam 2

Fotbollsträning söndagar kl 18:30 – 20:00

Futsalträning onsdagar kl 20:00 – 21:00 (fram till SM, gäller framför allt kallade spelare)

Träningstider i vår, sommar & höst

- * Dam 1. Önskade träningstider

Måndagar: Lätt löpning / Teori

Tisdagar: Fotbollsträning 19.00-20.30 med samling för knäkontroll 18.30

Torsdagar: Fotbollsträning 19.00-20.30 med samling för knäkontroll 18.30

Fredagar: Gruppindelad spelmoment som man blir kallad till

Träningstider vår, sommar & höst

* Dam 2. Önskade träningstider

Måndag ? Bestäms i samråd med nya ledare för Dam 2

Tisdag 19.00-20.30 med samling kl 18.30 för knäkontroll

Torsdag 19.00-20.30 med samling kl 18.30 för knäkontroll