

# Välkommen som ledare i IK Baltichov

## Deltagaradministration

Kontakta Susanne på kansliet för genomgång. [susanne@ikbaltichov.se](mailto:susanne@ikbaltichov.se)

## Organisation kring laget

Som ledare i ert lag har ni en viktig roll, men det är viktigt att inte ta på er allt utan fördela arbetet på föräldrar i laget. För att laget ska fungera som bäst behövs ansvariga till följande bitar. Hur ni väljer att fördela arbetet är upp till er.

## Lagorganisation

- Tränare (Har som huvudsyssla att träna och coacha laget.)
- Lagombud (MyClub, bokar cuper efter ök. med ledarna. Uppdaterar hemsidan med lagfoto till exempel)
- Kassör (Ansvarar för att öppna upp lagkonto och hantera lagkassan)
- Arrangemang (Ansvarar för bemanning av kiosk och sekretariat när laget är arrangemangsansvariga)
- KM och uppstartsansvarig (Är med och råddar kring KM och uppstartsläget.)
- Försäljning (Tar fram produkter för laget om laget vill sälja något. Ansvara för att alla i laget får info om klubbens försäljning, te x bingokalendrar mm.)
- Klädansvarig ( admin för större eller gemensamma klädinköp, matchtröjor)

## Värdegrund

- Genomför minst en aktivitet/samling per termin där laget arbetar med klubbens värdegrund

## Lagombudsmöten

Kansliet kallar varje säsong alla lagombud till möten för att dela erfarenheter med varandra.

## Lagkassa

För att kunna företa sig extra saker under året t.ex. cuper, resor eller andra aktiviteter som knyter samman laget och ger alla möjlighet att kunna delta, behövs det extra pengar – i Baltichov kallar vi det för lagkassa. Någon i laget (ofta ett lagombud) ansvarar för kassan.

Genom olika aktiviteter hjälps hela laget åt med att samla in pengar. Många föräldramöten beslutar också om att ta en extra avgift per säsong som en grundplåt till lagkassan.

Lagkassan kan vara gemensam eller personlig, dvs varje spelares arbetsinsats går till en personlig pott. En sådan uppdelning kräver lite mer arbete för den som är ansvarig. Varje lag avgör naturligtvis själva hur man vill ha det.

Vid upplösning av lag ska kvarvarande belopp tillföras klubben. Vid avslutat medlemskap och personlig pott existerar, tillfaller denna laget. Vid eventuella tvister hos lagen, löser styrelsen.

## Öppna konto på Sparbanken Alingsås

Laget har möjlighet att öppna ett gemensamt lagkonto hos Sparbanken Alingsås (kontor i Lerum) utan kostnad. Det går även att koppla swish till detta konto. Det är oftast lagombuden som står som ansvariga för detta och ni skickar ett mail med namn och personnummer på personen som ska ansvara för kontot till kassör så hjälper hen till med detta.

[Erika@ikbaltichov.se](mailto:Erika@ikbaltichov.se) alt se på hemsidan om vem som är kassör förtillfället

## **Försäljning för klubben**

Vid två tillfällen under säsongen ska varje spelare i laget sälja lotter eller liknande där en del av intäkterna går till lagets lagkassa och en till klubben. Kanslipersonalen kommer att meddela inför dessa tillfällen så att någon av lagombuden kan hämta ut materialet på kansliet i Förbohallen och därefter lämnas ut till spelarna på träning/match. Det är möjligt att köpa sig fri från försäljning så kallad "Friköp", information kring detta skickas ut från kansliet varje höst.

## **Aktiviteter under säsong:**

### **Försäsongsläger**

I slutet av sommaren anordnar IK Baltichov ett uppstartsläger för klubben, från U9 upp till seniorlag. Mer praktisk information om lägret, datum, kostnad och anmälan kommer i maj/juni.

### **KM**

I slutet av varje säsong (april/maj) anordnas KM (Klubbmästerskapen). Detta är ett populärt arrangemang där hela klubben deltar. Alla spelare från U10 till de äldsta träffas och leker/spelar handboll ihop. Som ledare anmäler ni era spelare till KM men väl på plats är det seniorspelarna som är lagledare. Mer information om KM och Mini-KM (för de yngsta i klubben) samt anmälan kommer ut under våren varje år.

Under Mini-KM ska A-ungdom vara ledare för lagen.

### **Seniorlagsmatcher**

Klubben önskar alla spelare och ledare hjärtligt välkomna att komma och heja på våra seniorlag. Uppmuntra gärna spelare och föräldrar att gå eller gör det som en gemensam aktivitet med laget. Alla medlemmar går in gratis mot uppvisat medlemskort.

Extra glädjande är man om man kommer i en matchtröja till seniormatchen.

## **Föräldramöten**

Klubben rekommenderar att kalla föräldrarna minst en gång/termin för föräldramöte. Konferensrummet i Förbohallen går att boka gratis genom att maila till kansliet. Här finns även tillgång till kök med möjligheter att koka kaffe. Det finns också möjligt att hyra konferensrummet i Lerums Arena, detta kostar 125 kr/timme som laget själva får betala. För att hyra konferensrummet skickar ni mejl till [info@ikbaltichov.se](mailto:info@ikbaltichov.se) med datum och tid. (Boka inte själva hos kommunen eftersom ni då får ett högre pris).

## **Kioskverksamheten**

En viktig inkomst för klubben är vår kiosk i Förbohallen/Arenan. För att denna ska vara fungerande behöver alla föräldrar hjälpa till med att bemanna av kiosken enl. upprättat schema som skickas ut av kansliet inför höst och vår. Det brukar vara lagombuden i varje lag som ansvarar för att lägga schemat till kiosken samt bemanning matchvärd.

I Förbohallen och Arenan får man ej medtaga egen försäljning.

I övriga hallar är det fritt att bemanna kiosk efter eget behag. Alla dessa pengar tillfaller då laget själva. Man står själv för inköp och förberedelse för detta.

## **EMP och sekretariat**

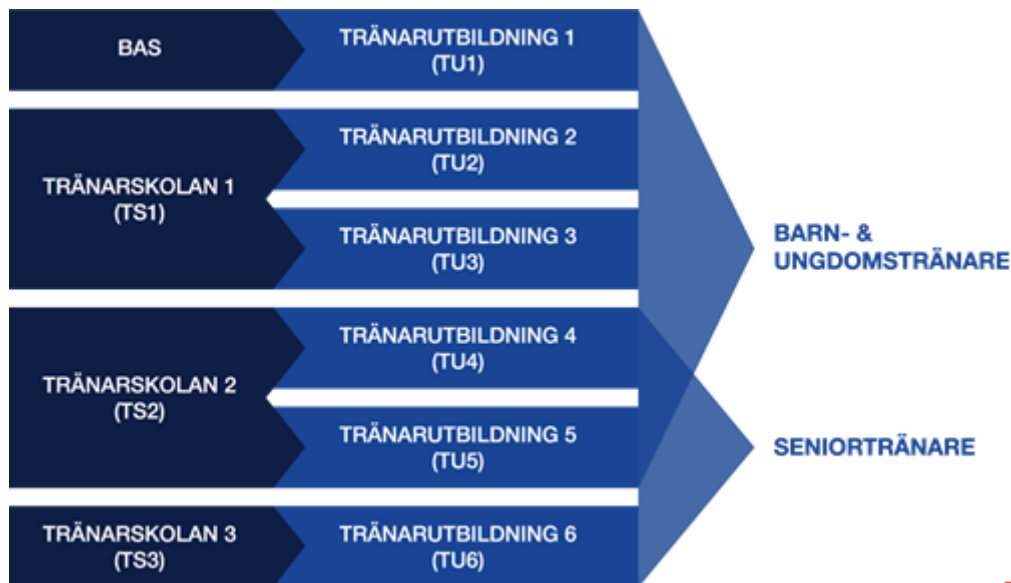
Under match så behöver någon föräldrar eller annan person sitta i sekretariatet samt ta hand om matchklocka samt EMP(Elektroniskt Match Protokoll). För matchklockan behövs ingen utbildning, men det behövs för EMP. För utbildning av EMP, mejla [kansli@ikbaltichov.se](mailto:kansli@ikbaltichov.se) så att alla föräldrar som ska bemanna EMP får utbildning.

## **Ledarutbildning**

Baltichov strävar efter att ha en hög utbildningsnivå bland ledarna. Nedan visas vilka utbildningar som rekommenderas för att träna olika åldersgrupper. Ungdomsansvarig kommer göra utskick kring aktuella utbildningar. Önskar ni delta i någon utbildning hör av er till [info@ikbaltichov.se](mailto:info@ikbaltichov.se)

Har ni gammal utbildning? Se hur de gamla kopplas till de nya.

Det är viktigt att du som tränare eller lagledare skriver in i Myclub vilken utbildning ni har.



## Praktisk information

### Nyckelbrickor/tags

Ledare kan ansöka om tags och man ansöker om det via Lerums kommuns hemsida:

<https://lerum.se/omsorg-och-stod/trygg-och-saker/passersystem>

Här fyller man i sina uppgifter samt vilka hallar man önskar att taggen ska gälla i.

Som kontaktperson ska Susanne Filliol stå.

När den väl är godkänd får man ett meddelande om detta och kan då hämta ut den på Komln i Lerums kommunhus.

I de fallen som lagen tränar i hallar som kräver någon form av nyckel får man den via kansliet. Gäller det match i dessa hallar kommer nyckeln ligga i matchfoldern.

## MyClub

### Närvaro

Klubben får statliga och kommunala bidrag för alla aktiva spelare från 7 års ålder upp till 25 år. Därför ska varje lag registrera närvaro vid träning och match i MyClub. Detta är viktigt för klubbens ekonomi.

### Lagförteckning

Ledare/admin-ansvarig ska fortlöpande se till att lagförteckningen i MyClub är uppdaterad med:

- Namn
- Adress
- Personnummer (12 siffror)
- Telefonnummer
- E-mail
- Ev. sjukdomar/allergier

Det är viktigt att hålla lagsidan uppdaterad genom att ta bort medlemmar som slutar och lägga till spelare som börjar. Detta då fakturor, nyhetsbrev och annan information från klubben går via MyClub. I maj varje år skall ledare för varje lag genomföra en laginventering och därefter upprätta en komplett lagförteckning inför den nya säsongen. För att få behörighet till MyClub hör av er till [jessica@ikbaltichov.se](mailto:jessica@ikbaltichov.se) har ni frågor i övrigt som rör MyClub så hör av er till Anders Sjögren: [anders@ikbaltichov.se](mailto:anders@ikbaltichov.se) han hjälper till med utbildningar mm.

## Material

Det går ut ett formulär angående önskemål för alla lag under mars/april-månad.

För er som blir nya lag(Handbollskolan) kommer ni få lämna önskemål i november.

Här fyller man i vad man önskar under säsongen såsom matchtröjor, sjukvårdsartiklar, träningsredskap, västar, bollar mm.

Klubben ser till så att lagen har tillgång till matchtröjor, antingen nya eller ärvda men matchshorts får man köpa själv genom vår hemsida.

Bortaställ får lagen själva tillhandahålla.

## Profil

Vi är noga med att se till så att alla i klubben håller samma profil när det kommer till både matchkläder och träningskläder.

Detta för att spelarna ska känna klubbtilhörighet och vara stolta över att tillhöra IK Baltichov.

När det kommer till profilen hittar ni det mesta på vår hemsida under Intersport loggan.

Det är möjligt att prova ut träningsoveraller, träningströjor mm inne på stora kansliet.

Har ni frågor och funderingar kring sådana här lagbeställningar så kontaktar ni Anders Sjögren: [anders@ikbaltichov.se](mailto:anders@ikbaltichov.se).

Är det endast matchtröjor, kontaktar ni Susanne Filiol: [susanne@ikbaltichov.se](mailto:susanne@ikbaltichov.se)

## Ledarkläder

Alla ledare får en ledartröja av klubben. Beställ via [info@ikbaltichov.se](mailto:info@ikbaltichov.se) och ange vilken storlek du vill ha. Finns i storlekar XS till XXXL.

## Anmälan till seriespel

Frågor angående hur många lag mm man vill ha med i seriespel kommer ut i april samt november(U9 får endast denna fråga).

De som spelar minisammandrag(U9) under våren kommer i november få ta beslutet om dom vill spela på stor plan med start i januari. Man kan även fortsätta att spela minisammandrag ifall man vill.

Det måste då bestämmas hur många lag man vill anmäla samt lägga in önskemål om matchtröjor.

Ihop med detta bildar man också ett eget lag och det är då ännu viktigare att man har skaffat lagombud så att ni tränare kan få lite avlastning.

## **Matchflytt**

Det är laget/klubben som vill flytta matchen som ska göra matchändringen då kostnaden ska ligga hos dessa.

Matchflytt senast 10 dagar före utsatt matchdag 300:-.

Matchflytt senare än 10 dagar före utsatt matchdag 600:-.

Då det kostar en del pengar att flytta dessa matcher så ser vi helst att man i första hand försöker spela matcher enligt det spelschema som fastställts.

## **Cuper**

I nuläget har klubben ingen cup-stege utan det är upp till ledarna för varje lag att anmäla sig till de cuper de vill spela. Hallbybollen är en uppskattad cup som flera av klubbens lag åker till. Den anordnas i Jönköping under trettonhelgen. Andra cuper i närområdet är Aranäs Open (Kungsbacka), Potatiscupen (Alingsås) och Partille cup. Ta gärna hjälp av ledare i andra åldersgrupper för att få tips på bra cuper. Kostnader för att åka på cup hanteras av laget själva, såsom cupavgift, resa och logi.

## **Träningstider**

Lagen får träningstider utifrån rekommenderat antal träningsstimmar(Se blå stegen) för respektive åldersgrupp. Träningstiderna offentliggörs inför varje säsongstart.

IK Baltichov har ett begränsat antal timmar till sitt förfogande runt om i kommunens idrottshallar. Dessa fördelas av klubben till lagen.

Vid A-ungdom och äldre kommer lagen kontaktas från kansliet angående erbjudande om gymkort hos Endorfin till reducerat pris. Rekommenderat är att ni ser över vilka träningar som kan ske i mindre hall eller utomhus.



## **Belastningsregister**

Enligt Riksidrottsförbundet ska alla ledare till barn och ungdomar visa upp ett begränsat registerutdrag från Polisen för sin förening. Detta är något som IK Baltichov självklart ställer sig bakom för att öka tryggheten för våra spelare, ledare och föräldrar. Alla nya ledare måste därför lämna in sådant utdrag till kansliet i samband med påbörjat ledarskap. Klubben begär dessutom att alla verksamma ledare ska visa upp sitt registerutdrag varannan säsong. Tillfällen till detta kommuniceras ut ett par månader i förväg. Klubben kommer ej att spara dessa uppgifter.

## **Ledargruppen på Facebook**

Gå gärna med i sidan "Baltichov Träningstider" på Facebook. Här meddelar ledare om de ställer in träningar för att klubbens andra lag lätt ska kunna byta till sig lediga halltider. Gruppen används även för att skicka ut snabb information från klubben till ledare samt för frågor och information ledare emellan.

## **Tips för säsongspanering, träning och match**

### **Förutsättningar för en lyckad säsong**

- Gör en tydlig rollfördelning över lagets organisation.
- Gör en spelarinventering inför varje ny säsong.
- Planera säsongen (mål, cuper, läger m.m.).
- Gör spelare och föräldrar delaktiga i målen och verksamheten genom möten inför och under säsongen.
- Utveckla er genom att ta del av utbildning, diskussioner och andra aktiviteter som erbjuds.

## Förutsättningar för en lyckad träning

- Kontrollera om du behöver nyckelbricka eller tag till hallen.
- Kom i god tid till träningen.
- Var ombytt till idrottskläder.
- Planera träningen i förväg, skriv ner din planering. Följ gärna blå tråden.
- Se till att du har en välutrustad sjukvårdsväska.
- Alla spelares smycken plockas av alternativt tejpas.
- Ordentlig uppvärmning före träningen och stretchning efter.
- Tänk på huvudprinciperna: **Bollkontaktsgrad** och **Rolighetsgrad** och **Aktivitetsgrad**.
- Stimulera och entusiasmera dina spelare.
- Ge mycket och tydlig feedback.
- Undvik ironi då barn kan ha svårt att förstå det.
- Engagera alla, prata med var och en av dina spelare någon gång under passet.
- Spela mycket på träningen. De minsta spelar på tvären för att så många som möjligt skall känna sig delaktiga, vara aktiva samt får känna på bollen så mycket som möjligt.
- Se till att ditt lag duschar efter träning.

## Förutsättningar för en lyckad match

- Kalla laget i god tid till matchen.
  - Se till att tillräckligt med bollar för uppvärmning finns tillgängliga.
  - Kontrollera i förväg om du behöver nyckelbricka eller tag till hallen.
  - Ta väl hand om motståndarlaget vid hemmamatcher.
  - Uppträd alltid Baltichovklädd under matcherna.
  - Inget godis och ingen kolsyrad läsk förtärs innan eller under match.
  - Ordentlig uppvärmning innan matchstart.
  - Ordentlig nerjogging och stretchning efter matchen är slut.
  - Se till att ditt lag duschar efter matchen.
  - Samla ditt lag och ge feedback efter matchens slut.
- 
- Uppmuntra föreningsdomare, både från matchvärd och tränare

Har ni frågor så kontakta gärna kansliet på: [info@ikbaltichov.se](mailto:info@ikbaltichov.se)