

Extraträningar

Som vi meddelat tidigare så har vi ett utökat samarbete med både äldre och yngre flicklag i klubben samt med Baltichovs pojkar födda 2013. Detta avser både träningar och att stötta flickor födda 2012 i samband med matcher. Samtidigt kommer det komma 2 - 3 yngre spelare på våra tisdagsträningar och det kan även förekomma att några av dem stöttar oss i samband med matcher. Vi har även erbjudit Flickor 2012 att träna med oss.

Samtliga tjejer som har visat intresse har fördelats på olika träningar. Vi förstår att det kan kännas lite nervöst att träna med andra lag, men vi vet att det fungerar alldeles utmärkt samt att det är ett bra sätt att lära känna andra spelare i klubben. Inom några år kommer vi att spela tillsammans med tjejer som är både äldre och yngre.

Vi ledare har gjort en bedömning vad vi tror är bäst utifrån ett handbollsperspektiv för var och en av våra spelare i nuläget. Det innebär att vissa spelare tränar med dem som är yngre och andra med dem som är äldre eller med pojkarna.

Att träna med dem som är året yngre är inte negativt, tvärtom. Vi ser det som en bra nivå för oss att utvecklas, att visa hur bra vi är och inte minst ge oss själva chansen att bidra till yngre och kanske nyare spelare. De har duktiga tränare och spelarna ser fram emot att vi kommer till dem, men de är också väldigt nervösa att träna med oss.

Vad gör jag om jag inte vill träna extra?

Samtidigt som vi ser det som en möjlighet till att utöka träningstillfällena är det frivilligt för alla spelare. Vill man inte träna med andra lag eller blir sjuk meddelar man: staffanbengtsson73@gmail.com

Meddela i så god tid som möjligt! Vid frånvaro finns det andra spelare som vill träna extra. De som missat ett pass p.g.a. sjukdom kommer vi att fördela vid annat tillfälle. Har man tackat nej sedan tidigare men ångrat sig löser vi det under hösten.

Medtag INTE era egna bollar!!! Lagen ni tränar med har bollar som ni får låna. Både Flickor 2012 och 2014 har löpning innan eller efter träning så medtag skor och utekläder!

I schemat nedan finns tider fördelat för tre olika träningsgruppen under hösten:

1. Träning med Flickor 2014, sida 2
2. Träning med Flickor 2012, sida 2
3. Träning med Pojkar 2013, sida 3

Pojkarnas träningar är uppdelade i två tillfällen under september. Från oktober är träning enbart på måndagar.

Till varje träningstillfälle har vi satt ihop två, tre eller fyra spelare. Ibland har vi satt ihop spelare som bor nära varandra för att underlätta samåkning. Vid andra tillfällen har vi delat in spelare som man kanske inte känner så väl. Det är ett bra tillfälle att lära känna varandra bättre! Kontrollera tider som tilldelats er och notera dem i kalendern. Det kommer inga kallelser till extraträningar!

Vid frågor, kontakta staffanbengtsson73@gmail.com

OBS! Ingen kontakt sker mellan föräldrar och ledare i andra lag! Allt kontakt sker genom lagets ledare.

Träning med flickor 2014 och 2012

Träning med Flickor födda 2014		Plats: Alléhallen, Floda		Onsdagar kl: 17:00 – 18:30
Vecka	Spelare	Spelare	Spelare	Spelare
36	Emilia Larsson	Annie Sandén	Nicolina Tezaris	
37	Julia Kassem	Klara Sjöström	Olivia Björklund	
38	Isabell Aspenstrand	Alva Nyberg	Noomi Karlsson, Joline Berneskog	
39	Nathalie Date	Ellen Karlsson	Emilia Flood + Emilia Danneke	
40	Selma Klövmark	Maja Ahlström	Olivia Åkerberg	
41	Emilia Larsson	Annie Sandén	Jasmine Eräng	
42	Julia Kassem	Klara Sjöström	Olivia Björklund	
43	Isabell Aspenstrand	Alva Nyberg	Matilda Edstrand	
44	Novemberlov			
45	Nathalie Date	Ellen Karlsson	Emilia Flood, Ofelia Fullmer	
46	Selma Klövmark	Maja Ahlström	Noomi Karlsson	
47	Emilia Larsson	Annie Sandén	Elsa Rydén	
48	Julia Kassem	Klara Sjöström	Olivia Björklund	
49	Isabell Aspenstrand	Alva Nyberg	Bella Porseman	
50	Nathalie Date	Ellen Karlsson	Noomi Sandgren, Noomi Karlsson	
51	Selma Klövmark	Maja Ahlström	Maya Höglund/Ester Odsvik	

Träning med Flickor födda 2012		Plats: Alléhallen, Floda		Onsdagar kl: 18:00 – 20:00
Vecka	Spelare	Spelare	Spelare	Spelare
36	Clara Bruhner	Emilia Wikström	Joline Berneskog	
37	Alice Herlitz	Maya Höglund	Ofelia Fullmer	
38	Ester Odsvik	Jasmine Eräng	Julia Bengtsson	
39	Karin Weidolf	Anja Dahlman	Lisen Ekström	
40	Tilda Gunnarsson	Matilda Edstrand	Millie Axelsson	
41	Tuva Svensson	Clara Bruhner	Elli Vallin	
42	Stella Degerfeldt	Bella Porseman	Matilda Edstrand	
43	My Dalman	Olivia Åkerberg	Nicolina Tezaris	
44	Novemberlov			
45	Noomi Sandgren	Elsa Rydén	Emilia Danneke Eriksson	
46	Ny fördelning efter v.45			
47				
48				
49				
50				
51				

Träning pojkar enligt nedan.

Träning med pojkar onsdagar och måndagar

Träning med Pojkar födda 2013		Plats: Förbohallen		Onsdagar kl: 18:00 – 19:30	
Vecka	Spelare	Spelare	Spelare	Spelare	Spelare
36	Lisen Ekström	Millie Axelsson	Tilda Gunnarsson	Karin Weidolf	
37	Clara Bruhner	Noomi Axelsson	Matilda Edman	Anja Dahlman	
38	Alice Herlitz	My Dalman	Maja Pålsson	Elli Vallin	
39	Stella Degerfeldt	Tuva Svensson	Bella Porseman	Ofelia Fullmer	

Träning med Pojkar födda 2013		Plats: Novahallen, Floda Måndagar 18:00 – 19:30	
Vecka	Spelare	Spelare	
36			
37	Elsa Rydén	Julia Bengtsson, Tuva Svensson	
38	Noomi Sandgren	Maya Höglund	
39	Nicolina Tezaris	Tilda Gunnarsson Lundström	
40	Clara Bruhner	My Dalman	
41	Lisen Ekström	Maya Höglund	
42	Stella Degerfeldt	Bella Porseman	
43	Ester Odsvik	Noomi Sandgren	
44	Novemberlov		
45	Clara Bruhner	Emilia Wikström, Elli Vallin	
46	Lisen Ekström	Karin Weidolf, Anja Dalman	
47	Emilia Wikström	Joline Berneskog	
48	Jasmine Eräng	Millie Axelsson	
49	Clara Bruhner	Alice Herlitz	
50	Lisen Ekström	Matilda Edman	
51			