

Tränare: Jenny Jönsson, Maria Forsgren och Alexandra Jönsson F02  
Ledare: Helen Johansson och Linda Olsson

Antal spelare: 22-24

### **Målsättning**

Under året har vi tränat såväl kondition, samspel, motorik som teknik. Mycket skratt och glädje är viktigt dock även att utvecklas i takt med att barnen växer. Våga utmanas i diverse aktiviteter och att börja känna sig som en lagspelare.

### **Individuella mål**

Även detta år har vi fortsatt att ha god variation på träningarna med både hinderbanor, stationer, teknikövningar, matchspel och allt tillsammans med bollen. Måndagsträningen har börjat med uteaktiviteter i form av löpning och lekar. Viktigt att alla känner sig sedda och får individuell hjälp och feedback. Vi har snurrat runt på positionerna på träningar och matcher för att få förståelse för storplansspel och vad som förväntas på de olika positionerna. Fortsätter jobba in handbollstermerna. Vi hade en förhoppning om mer målvaktsträning, men tyvärr har det inte gått att få ihop.

- Försvar/anfall
- Kantspel
- Handbollskombinationer som rulle, växel, inspring
- Passningar/mottagningar
- Rörelser med och utan boll
- Tempo och kvalitet i passning/löpning

### **Träning i Sättoftahallen samt Sporthallen**

Måndagar kl. 19.00–20.30

Onsdagar kl. 16.00-17.00

Vi har väldigt god uppslutning på våra träningar.

### **Övrigt**

Hösten började med 5 nya spelare varav 4 valt att fortsätta. Ytterligare 2 kom och provtränade men valde att fortsätta med andra aktiviteter. Som mest var vi 28 spelare men avslutar säsongen med 22-24 st. (två har flaggat för att de slutar men det återstår att se när säsongen drar igång igen).

Vi har haft föräldramöte med obligatorisk närvaro och har god kontakt med föräldrar där i stort sett alla ställer upp i vått och torrt. När det gäller kommunikation med föräldrarna använder vi uteslutande Facebook vilket fungerar bra. Vi når allas

föräldrar denna väg men upplever emellanåt att det är svårt att skilja på att vår grupp bara ska innehålla information och kommunikation om handbollen och laget och inte mer privata saker som bör tas med ledarna separat.

Vi duschar gemensamt vilket vi upplever är mycket positivt då tjejerna är i den åldern då kroppen utvecklas och alla är i olika faser. Fruktstund och tid för snack ser vi också till att hinna med efter träningarna.

Vi började vår höst med Göteborg Cup som vi tyckte var mycket lyckad. Vi åkte buss tillsammans med F14 (2005) och vi hade en toppenhelg med 21 spelare (av 24).

Det har varit två lag i A-serien och motståndet har varit varierande, roligast att möte har varit Eslövs IK. Vi har haft fasta lag som ändrades efter jul. Detta upplägg har varit mycket lyckat för spelare, ledare och föräldrar. Enkelt att styra upp och hitta lösningar för det specifika laget. Lagen har hunnit spela ihop sig och föräldrarna har hunnit planera hösten/våren då vi följt Skånes Handbollsförbunds schema.

I höstas drog vi igång utbyte med F12 (2007) med 12 av våra spelare. Vi hade ett rullande schema för att få ihop träningarna och matcherna i deras C-serie med vårt eget schema. Mycket nyttigt, lärorikt och lustfyllt.

Vi har haft hög träningsnärvaro men som i slutet sänktes på grund av skador. Förutom en bruten arm och en fotoperation så har det handlat mycket om knä vilket vi utgår från handlar om att många av spelarna har tagit ett rejält skutt på längden.

Ambitionen har varit hög och laget var anmält till Lågan Cup och Påskacupen som båda ställdes in till spelarnas besvikelse.

Utanför plan har vi under året bl. a haft en badaktivitet på Höörs Bad- och Sportcentrum. För att genomföra denna aktivitet fick vi hjälp av morföräldrar som ställde upp som badvakter. Efter badet såg vi H65 möta Lugi. Vi fick erbjudande av Jörgen Johannesson att sälja julgranar och det tackade vi glatt ja till. Det blev en helg med glädje, samarbete och lagbyggnad. Vi lyckade dessutom pricka in en riktig skånsk vinterhelg, blött och kallt men mycket värme och hjärta.

Avslutningskvällen på pizzerian fick tyvärr ställas in med tanke på Coronaviruset, men den kommer vi att ta igen med råge så fort tillfälle ges.

Vi har medverkat på Bris-utbildningen och haft föräldrar som gått "klock-utbildningen". Vi har flera föräldrar som gått funktionärsutbildning men utökar gärna antalet framöver.

Ett stort tack till Alexandra som är en stor inspiration till våra tjejer och kommer med värdefulla tips.

Tyvärr blir det inget Åhus Beach men vi kommer att träna på Hanssons planer.

Höör 2020-05-14 Jenny, Maria, Alexandra, Helen och Linda