



Till Ledare och intressenter i Hisingen Hockey,

Denna information är skapad av Håkan Gustafsson/Birdsmoor.

Hisingens valberedning

Består av Lennart Lejd (sammankallande), Maj-Britt Sandström, Cecilia Holst, Nina Källström Och Bernt Börjesson

Motioner till Hisingen Hockeys Årsmöte

Skall vara föreningens Styrelse tillhanda senast måndag 10 maj kl 18.30 i Tuve Ishall. Styrelsen har möte.

Hisingens Hockeys Årsmöte

Är bestämt till torsdag 20 maj 2010 kl 18.30 i Cafét Tuve Ishall.

Årsberättelsen 2009-2010 (PÅMINNELSE News1)

Kansliet saknar verksamhetsberättelse för grupperna:

J20, U14, U11 och U9.

Ledare skriv tillsammans! Skicka in snarast! (måste finnas till Årsmötet i tryck)

U10 (2000)

har spelat två cuper, dels vår egen, dels Jan-Ovars cup i Rönnäng

Dag Datum	Cupnamn	Arrangör	Antal matcher	Anmärkning
U10 6/3	Pålab Cup	Hisingen 10 (4 per lag)		2:a plats för oss, kul arr
U10 13/3	Jan-Ovars Cup	Rönnäng 15(5 per lag)		2:a plats för oss



Vilka Cuper har övriga Hisingen Hockey-lag deltagit i/arrangerat?

Kansliet väntar på svar: hisingen.hockey@telia.com

Hisingens Sommarhockeyskola

Årets Sommarhockeyskola vecka 33 16-21 augusti har IDAG väldigt många elever anmält sig.

Välkomna att anmäla Er snarast! Läs mer www.hisingenhockey.se

Göteborgs Ishockeyförbund efterlyser matchprotokoll från

U16 allettan

17:302206108041Hisingens IK - Frölunda HC 15-mar

U12 div 1

2010-03-07 15:002206901081Hisingens IK - Frölunda HC03-mar

Ansvariga kontakta Hisingens kansli, 550808 eller med mail



Glöstorpskolan Hockeyklass (födda 1996)

Bilden visar delar av Glöstorpskolans klass 7 B. De har under Säsongen tränat 2 gånger i veckan i Tuve Ishall.

Nu pågår 'försäsongsträning' med gruppen. Idag har klassen Simmat distans i Lundbybadet. Alla sträcksimmade i 24 minuter.

De bästa 'fiskarna' hann simma över 1000 m. Andra aktiviteter Har varit besökt Frölundaborg och Frölundas J20 tränare Lars Bertsson, friidrott, innebandyträning och innan terminslut

Väntar besök av distriktstränare för 1996 gruppen Anders Klingberg.



Fredag 26 mars

Hisingen Hockey hade säsongsavslutning med senior, junior och ledare .

A-laget vann Division 3 och fick minnesmedalj av klubbens v ordförande Thomas Söderqvist.

'Taket på' på Tuve Ishalls utbyggnad



Fredag 27 april

Hisingen Hockeys målvakt Michel Andersson deltog i Eftersäsongsträningen för Födda 1996 under distriktsledare Anders Klingberg i Frölundaborg.



Hockeykonsulenter

Mikael Ström (till höger) har slutat Som Hockeykonsulent sista april.

Han ersätts av Stefan Bergqvist.

Stefan är även landslagsledare för Ett av Tre Kronors juniorlag.



Just nu finns dessa två herrar tillsammans med 50 andra Hockeykonsulenter och tränare från Hela Sverige i Mannheim i Tyskland på ett Tränarsymposium innan Hockey-VM.

Damlaget.....Bernt informerar

Nu är de dags att börja fysträningen!

Vi träffas första gången **TORSDAGEN 6/5 KL 18:30 PÅ RAMBERGSRINKEN**

vi kommer att träna i ca 1½ timme så vi kommer vara klara mellan 20-20:30

Kom ihåg

OÖMMA KLÄDER OCH GÄRNA EN VATTENFLASKA Glöm inte vatten i Flaskan!

Söndag 9 Maj samlas vi kl 16:00 vid inline hallen i Biskopsgårdens industriområde Ruskvädersgatan 20.

För er som har grejer kvar i baracken kör vi samling 15:30 på Rambergsrinken.

97/98

Har hyrt Rambergsvallen för löpning **TORSDAGEN 6/5 KL 17.30-19.30**

Barmarkssäsong Hisingen Hockey 2010/2011.

Seniorverksamheten A-pojk – A-lag.Claes informerar:

Ledigt V 27-31.

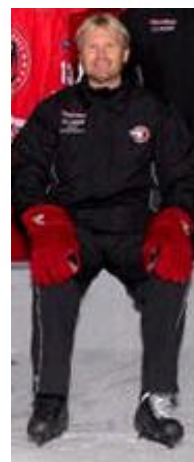
Vi startar upp igen V 32, måndag kl 18.00 gemensamt i Tuve.

Nu startar vi förberedelserna inför kommande säsong, vi kommer att träna enligt nedanstående schema.

Närvaron är direkt utslagsgivande gällandes beredning av plats i respektive spelartrupp, undantagslöst.

Föreningen satsar stora resurser för att ge våra aktiva förutsättningar att utvecklas som ishockeyspelare,

det är därför "Hisingens way – or the highway som gäller".



Vecka	Dag	Lag	Aktivitet	Tid	Plats
19	Måndag	Alag/Ajun	Brottning	18-19	GAK, Frölundaborg
19	Måndag	Bjun/A-P	Kondition	18-19.30	Tuve
19	Tisdag	Alag/A-J	Styrka	18-19.30	Wallenstamhallen
19	Tisdag	Bjun/A-P	Styrka	19.30-21	Wallenstamhallen
19	Onsdag	Alag/Ajun	Kondition	18-19.30	Tuve
19	Onsdag	Bjun/A-P	Brottning	19.30-20.30	GAK, Frölundaborg
19	Torsdag	Alag/Ajun	Styrka	19.45-21	Wallenstamhallen
19	Torsdag	Bjun/A-P	Styrka	18.30-19.45	Wallenstamhallen

Rullande schema fram till V 26 som är den sista veckan innan "semestern"

Med följande undantag.

V 20/21 och tisdagens styrka V 22 utgår. Torsdag V 22 som vanligt! Styrka..

Vecka	Dag	Lag	Aktivitet	Tid	Plats
20	tisdag/torsdag	Alag/Ajun	Kondition	18-19.15	Tuve
20	tisdag/torsdag	Bjun/A-P	Kondition	19.15-20.30	Tuve

(V 20 kör ni brottning enligt ovan)

V 21 utgår brottning/styrka och ersätts av kondition i Tuve.

B-jun & A-pojk tränar måndag/onsdag/torsdag kl 18.00 – 19.15

A-lag & A-jun tränar måndag/onsdag/torsdag kl 19.15 – 20.30

V 22 enligt ordinarie schema, men tisdagens styrka utgår!

Vecka 23 – 26 rullar det på som vanlig igen!

Ändringarna p.g.a semester och uthyrning av Wallenstamshallen.

Styrka sker i Wallenstamshallen som är Frölundas hockey's gym.

Ansvarig tränare: Thomas Söderquist/Fredrik Saarela/Pär Edlund

Ombyte/dusch finns i arenan.

Brottning i GAK hallen som ligger vid Frölundaborg, bakom Slottskogshallen.

Ansvarig tränare: Larry Grip. Ombyte/dusch finns i GAK.

Kondition i Tuve, ombyte/dusch i motionscentralen.

Ansvarig tränare; Jimmy Johansson/Andreas Mattsson/Claes Holmberg/Markus Ekström.



Rune Bäckman är 53 år och är Hockeykonsulent i Västergötland

Rune är uppväxt i Slätta Damm och spelade ungdoms och A-lagshockey i Hisingens VIK. Han började sin ledarbana redan som junior i HVIK

Texten nedan borde alla tränare läsa och begrunda

En Hockeykonsulents betraktelse

Rekryteringsarbetet till föreningens hockeyskola får aldrig stanna av. Föreningarna måste styra sin ungdomsverksamhet bättre / tydligare. ABC-pärmen är vår läroplan och den skall följas! Erbjud mer istid i veckan till ungdomarna!

Planera verksamheten. Upprätta träningsplaner med hjälp av ABC-pärmen. En ide kan vara att arbeta med olika "TEMA-perioder".

Ger bra focus om hela ungdomsverksamheten kör samma TEMA! Koppla till ABC-pärmen! Utnyttja istiden bättre! Se till att vara 30-50 ungdomar på isen vid träningstillfälle genom att STATIONSTRÄNA!

Dela varje zon i två halvor. Det ger 6 övningsområden.

Är vi 6-8 spelare i varje område innebär det att vi kan ha 36-48 spelare på isen vid varje träningstillfälle! Det innebär hos de allra flesta klubbar att varje barn kan få ytterliggare minst 1 tillfälle mer i veckan 2010-2011! Vi har inte ont om istid.

Använd enkla övningar! Vad är syftet med övningen? Se till att varje spelare får göra många upprepningar av de tekniska grunderna. Alltså är aktivitet och rörelse viktigt. Instruera och ge feedback! Glöm "solen" och liknade övningar i åldern 6-14 år. Det skapar bara köer och ger få upprepningar.

Träna på rätt saker vid rätt ålder! ABC-pärmen ger bra vägledning om du är osäker. Hjälp varandra i klubben. Tänk mer "individuell spelarutveckling" och mindre "mitt lag". Utnyttja föreningens resurser bättre. Ta hjälp av Juniorer / A-lagsspelare på stationsträningar.

Ha tålmod! Det tar tid att forma ishockeyspelare.. Sluta upp med att spela 5-5 på hel bana med barnen!

Med barn menar jag här upp till ca 12 -13 års ålder. Spela på mindre ytor. Vi måste gemensamt hitta bättre modeller där vi går från spel på tvären i en zon, via halvplansspel – spel på två tredjedelar och sedan upp till hel plan.

Det är alldeles för många tränare som vill se "vuxenhockey" spelas av barnen! Barnen måste få utvecklas i sin egen takt och detta tror jag vi kan lyckas bäst med genom att arbeta tålmodigt steg för steg.

Nu tar vi en kort paus och hämtar andan innan det är dags att ta itu med säsongen 2010-2011.

Vi behöver ladda batterierna inför kommande utmaningar. Se över våra resurser. Så smått börja planera inför kommande uppgifter. Vi har Idrottslyftets ansökningar som skall in senast 1 juni till att börja med. Hockeykonsulenten skall komma på höstens föreningsbesök med nytt tema som heter " Att tävla på träning" . Ta nu och njut av lite ledighet så ses vi med nya friska tag till säsongstart. Trevlig sommar önskar Hockeykonsulenten.
Rune Bäckman