



Riktlinjer för fördelning av träningstider för fotboll

Fördelning av träningstider

När träningstiderna fördelas finns det ett antal faktorer vi behöver ta hänsyn till. Den största är vilka tider vi tilldelas från kommunen och därefter följer bl a barnens ålder i förhållande till tid, lagens spelarantal och önskemål. Vår ambition är att i största möjliga mån tillgodose önskemålen. Nedan följer riktlinjer att förhålla sig till.

Fotbollsskolan: Träningstid kommer i första hand att fördelas på förmiddagar under lördagar. Detta då lag som spelar i S:t Erikscupen kan ha svårt att träna dessa tider. Träningstid 1 timme/vecka.

Flickor/pojkar 6 år: Träningstid kommer i första hand att fördelas på förmiddagar under lördagar. Detta då lag som spelar i S:t Erikscupen kan ha svårt att träna dessa tider. Träningstid 1 timme/vecka.

Flickor/pojkar 7år: Träningstid kommer i första hand att fördelas på helger och en ev andra tid vardag. Detta då lag som spelar i S:t Erikscupen kan ha svårt att träna på helgtider. Träningstid 1-2 timmar/vecka.

Flickor/pojkar 8-10 år: Träningsstart 17-18 med fokus på vardagar om inte helg önskas. Träningstid 2-3 timmar/vecka.

Flickor/pojkar 11-12 år: Träningsstart 18-19 med fokus på två tider vardagar. Tredje träningspass kan önskas och förläggs i mån av utrymme till helg om det saknas tid på vardagarna. Träningstid: 3-4 timmar/vecka.

Flickor/pojkar 13-15år: Träningsstart tidigast 18.30 med fokus på två tider vardagar. Tredje träningspass kan önskas och förläggs i mån av utrymme till helg om det saknas tid på vardagarna. Åldersgruppen har företräde för vardagstid före 11-12 år vid tredje pass. Träningstid: 3-4 timmar/vecka.

Junior: Träningstid tidigast 19.30. Tre tider på vardagar. Gärna samarbete med A- och B-lag. Träningstid: 4-5 timmar/vecka beroende på samarbete.

A-lag: Sista träningsstart. Tre träningstider på vardagar varav minst två på helplan. Träningstid: 4-5 timmar/vecka beroende på samarbete.

B-lag: Sista träningsstart. En tid på vardagar. Träningstid: minst 1 timme/vecka beroende på samarbete.

Motion: Sen träningsstart. En tid på vardagar. Träningstid: 1 timme/vecka.