



Årsberättelse

Säsongen 2015/2016

Årsmöte 2016-06-07



Styrelsens verksamhetsberättelse för säsongen 2015/2016

Styrelsearbete

Styrelsen har under året haft följande sammansättning:

Ordförande – Mats Mattsson

Vice ordförande – Claus Steenstrup

Kassör – Peter Danielsson

Ledamot – Kalle Hellgren

Ledamot – Pär Åhrström

Ledamot – Annelie Stenberg

Ledamot – Agneta Hägglund

Ledamot – Bengt Karlsson

Suppleant – Thomas Holmer

Suppleant – Eva Forsberg

Revisorer – Beatrice Granstad

Under året har styrelsen haft åtta protokollförda styrelsemöten, lägg därtill ett antal extra möten där styrelsen träffats för att bereda enskilda frågeställningar.

Sportgruppen

Pär Åhrström

Catherine Örqvist

Peter Lundmark

Tävling- tränings- och lägerverksamhet

Föreningens tävlings-, tränings – och lägerverksamhet redovisas under respektive teams egna berättelser.

Arrangemang

Under 2015/2016 har Bålsta HC arrangerat följande cuper:

- Bålstacupen U15 5-6 september
- Bålstacupen U13 12 september
- Bålstacupen U11 13 september
- Bålstacupen J 18 19 september
- Nyårskampen U9 27 december



- Slutspel U15 SHC 18+20 mars
- DM-finaler Uppland 19 mars
- Bålstacupen U10 9 april
- Bålstacupen U9 10 april

Campverksamhet

Vi har under säsongen haft en samarbete med Sweden Hockey Institute (SHI).

Vecka 33 anordnade Bålsta HC tillsammans med Sweden Hockey Institute en veckas hockeycamp. Det var närmare 100 deltagare i åldrarna 8-15 år. Förutom ledare från SHI hade vi hjälp av tränare i föreningen samt av våra juniorspelare. Dagarna innefattade is-, fys- och teoripass. Schemat gav också utrymme för fri aktivitet där många av våra yngre deltagare valde att spendera tiden i skateparken. Majoriteten av de anmälda har Bålsta HC som sin moderförening, men vi hade också några deltagare från andra delar av Sverige. Under höstlovet bjöd vi in till en höstlovscamp som varade i tre dagar. Samma upplägg som vid campen v 33., då med 85 deltagare.

Ledare

Föreningen prioriterar att utbilda ledare. En förutsättning för att kunna erbjuda våra spelare en bra hockeyutbildning är att ha välutbildade ledare. Det är viktigt för oss att våra tränare följer utbildningsstegen som är grunden för svensk ishockeyutbildning.

Organisation

Föreningen har genom sportgruppen arbetat fram en "Grön Tråd" för vår ungdomsverksamhet. Detta är ett omfattande föreningsdokument som innefattar allt från styrelsens sammansättning till hur vi bedriver vår hockeyutbildning. I den Gröna Tråden finns också rollbeskrivningar för våra ledare samt vad fair-play och respekt innebär. Sportgruppen kallade samtliga ledare till ett möte där detta dokument presenterades. Förutom en presentation gavs möjlighet till att diskutera några frågeställningar i mindre grupper. Mötet följdes upp med två "kanslikvällar" där ledarna gavs möjlighet att efter ha läst igenom dokumentet hemma återkoppla till sportgruppen. Under kommande säsong ska Gröna Tråden tillämpas i sin helhet av samtliga lagorganisationer i ungdomsverksamheten.

Information och kommunikation

Bålsta HC kommunicerar till sina medlemmar och aktiva via hemsidan och facebook. Vi försöker i så stor utsträckning som möjligt att publicera nyheter på hemsidan. Det är också en bra möjlighet att presentera våra sponsorer.



Ishallen

Vår gemensamma utgångspunkt och samlingslokal är ishallen. Vi vill så lång det är möjligt även under försäsongen ha ishallen som vår gemensamma samlingspunkt.

Avslutningsord

Styrelsen har bestått av åtta ordinarie ledamöter och två suppleanter under året.

Styrelsen har haft åtta ordinarie möten, där ett bara diskuterades Gröna Tråden.

Vi har jobbat hårt med ekonomibiten, försökt dragit in alternativa inkomstkällor, som tyvärr inte har mottagits på rätt sätt av en del i klubben.

Ett resultat av det var att vissa i styrelsen la ner ett otroligt ideellt jobb med att få ut Bålstas Bästa.

Klubben drog även igång ett Billotteri, som inte heller möttes med allt för stor entusiasm från vissa i klubben.

Externa möten har hållits med Håbo Kommun om vår hyrda ishall. Det har handlat om felfaktureringar, skötsel av ishallen och då kommunens, men även vår del av vårt åtagande.

Vårt hyresavtal blev uppsagt vid nyår för omförhandling, sedan dess har förhandlingar pågått men inte strandat i något nytt avtal än.

Styrelsen missade att komma in med aktivitetstödet med fyra arbetsdagar. Det skulle ha varit inne 1 mars, vi lämnade in det den 7 mars, vilket gjorde att vi missade 155 000 kr.

Efter mycket tänk och mycket jagande har styrelsen fått två anonyma sponsorer som täcker upp drygt 75% av det tappade bidraget så förlusten blev 37 000 kr.

I övrigt har styrelsearbetet flytit på som man kan förväntat sig, året har bestått mycket i att fortsätta bygga föreningen och dess funktion från skridskoskola till Veteran hockey. Nytt från i år är ju motionshockeyn, men på träningsnivå vilket vi ser som ett starkt tillskott i föreningen.

Bålsta 2016-06-07

Mats Mattsson

Ordförande Bålsta HC



Verksamhetsberättelse lagorganisationerna Bålsta HC 2015 – 2016

Barn & Ungdomsgrupper:

Bålsta HC skridskoskola: 5-6 år

Bålsta HC hockeyskola: 6-8 år Tre kronors hockeyskola/ Tre kronors tjejhockeyskola

D2 (U9): 8-9 år Björnligan

D1 (U10): 9-10 år Björnligan

C2/C1 (U11): 10-12 år Guldåldern

B2 (U13): 12-13 år Inför puberteten

B1 (U14): 13-14 år Inför puberteten

A2 (U15): 14-15 år Inför junioråldern

Junior & Seniorgrupper:

J18: 16-17 år

J20: 18 år -

Senior (A-lag)



Bålsta HC skridsko & hockeyskola

Allting börjar någonstans! De som börjar spela ishockey provar i allmänhet på sin sport redan i unga år.

Ishockeyskola tillsammans med allmänhetens åkning är ett naturligt och roligt sätt att inleda sitt ishockeyspelande! I Bålsta har vi en stor och livlig hockeyskola där vi hittar grunden till hela vår ungdomsverksamhet. Detta är ishockey för de allra yngsta knattarna och alla är lika välkomna!

Vi försöker ha ca 25 - 40 deltagare i varje åldersgrupp och det ställs absolut inga krav på att någon skall ha några förkunskaper eller vara duktig. Detta gäller upp till 8 års ålder.

När man som nybörjare kommer till hockeyskolan kan det till en början vara lite svårt. Men ha tålamod! Framstegen kommer ganska fort. Våra duktiga ledare hjälper till och redan efter ett par gånger kommer ni att märka vilken kunskapsskillnad det är mot första gången.

Från hockeyskolan bildar vi ungdomslag. Laget som bildas är det yngsta i Bålsta HC och är alltså spelare under 9 år. (Gruppen kallas för U9 eller D2).

Kallelse och samling för detta lag sker i början av mars vid utgången av sista året i hockeyskolan och avseer spelare födda inom aktuell ålderkull.

Bålsta HC skridskoskola: 5-6 år

Vi har träffats varje söndag från oktober till mars, med ett kort uppehåll under julen. Deltagarantalet har varit mellan 20 och 35 barn/gång och till hjälp har vi haft mellan 3 och 10 föräldrar.

Barnen har gått från att inte kunna stå på ett par skridskor till att kunna åka själva, ta sig upp själva samt röra sig på isen utan att vara rädda för att ramla. Undervisningen har börjat och slutat med lek vilket också har genomsytrat teknikövningar mm.

Barnen har lärt sig väldigt snabbt och har uppskattat lek med vuxna involverade speciellt mycket.

Ledarna i skridskoskolan

//gm Caroline Berglind



Bålsta HC skridsko & hockeyskola

Allting börjar någonstans! De som börjar spela ishockey provar i allmänhet på sin sport redan i unga år.

Ishockeyskola tillsammans med allmänhetens åkning är ett naturligt och roligt sätt att inleda sitt ishockeyspelande! I Bålsta har vi en stor och livlig hockeyskola där vi hittar grunden till hela vår ungdomsverksamhet. Detta är ishockey för de allra yngsta knattarna och alla är lika välkomna!

Vi försöker ha ca 25 - 40 deltagare i varje åldersgrupp och det ställs absolut inga krav på att någon skall ha några förkunskaper eller vara duktig. Detta gäller upp till 8 års ålder.

När man som nybörjare kommer till hockeyskolan kan det till en början vara lite svårt. Men ha tålamod! Framstegen kommer ganska fort. Våra duktiga ledare hjälper till och redan efter ett par gånger kommer ni att märka vilken kunskapsskillnad det är mot första gången.

Från hockeyskolan bildar vi ungdomslag. Laget som bildas är det yngsta i Bålsta HC och är alltså spelare under 9 år. (Gruppen kallas för U9 eller D2).

Kallelse och samling för detta lag sker i början av mars vid utgången av sista året i hockeyskolan och avseer spelare födda inom aktuell ålderkull.

Bålsta HC hockeyskola: 6-8 år Tre kronors hockeyskola

Från första lördagen i oktober har vi varje vecka haft verksamhet på is. Avslutning mitten av mars med en kortare paus under jul/nyår. I snitt har vi varit ca 30 barn och 6 ledare per tillfälle.

Syftet har varit att med så många barn som möjligt lägga en grund för att kunna förbereda dem för nästkommande säsong då vi bildar lag (D2). För att lyckas med detta är det viktigt att barnen har kul och vill komma tillbaka till nästa tränings tillfälle. En stor utmaning eftersom barnens färdigheter och mognad varierar betydligt.

Träningarna har oftast innehållit en teknik del och resten olika former av spel övningar. Här försöker vi i största möjliga mån att följa Tre Kronors hockeyskolas riktlinjer som främjar smålagsspel. För att kunna tillfredsställa så många som möjligt har vi oftast, framför allt under senare del av säsongen, nivå indelat barnen. Detta förmedlade vi också till föräldrarna innan vi startade upp. Känslan är att detta har slagit väl ut och att vi har lyft färdigheterna för alla.

För att förbereda barnen på nästa säsong har vi också arrangerat och deltagit i ett flertal Matchskoj event. Tillsammans med närliggande klubbar har vi haft en halv dag tillsammans där vi spelat "matcher" mot varandra.



Vid de flesta tillfällena har vi tillämpat Speed Hockey modellen som innebär att domaren sätter igång spelet så fort som möjligt efter mål eller blockering. Alltså skippar teknisk bortsätt från när byten sker. På så sätt nyttjar vi matchtiden effektivt samt tar bort fokus från mål "firande". Svårare också för alla inblandade att hålla reda på hur många mål det blir. För att åka med fulltaliga lag så har vi bjudit in barn födda 09/10 som vi bedömt varit mogna både mentalt och teknik mässigt.

Några av barnen har också fått träna med U2 laget under säsongen. Tränargruppen har valt ut dessa barn utifrån mognad både mentalt och hockeymässigt. Förstås också i samförstånd med tränarna för U2 laget.

Detta ligger också i linje med Bålsta Hockeys Gröna tråd.

Avslutningsvis så konstaterar vi att barnen är förberedda inför nästkommande säsong men att vi är en relativt liten grupp. Stor utmaning ligger i att dels behålla och tillfredsställa barnen vi redan har men också att locka in nya barn.

Ledarna i Hockeyskolan

/gm Thomas Holmer

Bålsta HC tjejhockeyskola: 5-12år

Vi inledde säsongen med att tillsammans med många andra klubbar i världen anordna WGIHW, WORLD'S GIRLS ISHOCKEY WEEKEND. Vi bjöd in Marcus Nilsson som gästtränare och dragplåster, bjöd även alla tjejer på saft och bulle.

Bålstas Flicklag har sedan tränat en dag i veckan under säsongen 15/16. Vår målsättning med säsongen har varit att bli fler tjejer som tycker att det är kul med ishockey. Vi startade säsongen med sju antal spelare och avslutade med 23 st. Vi har en stor spridning på ålder på tjejerna, yngsta är född -10 och äldsta 2003, därmed är det också stor spridning på kunskap. Efter att antalet tjejer på träningarna succesivt vuxit så har det öppnat upp för möjlighet till mer nivåanpassning på träningarna. Vi har koncentrerat oss på mycket skridskoteknik och att lära genom lek.

Vi har haft ett återkommande samarbete/utbyte med ESK på flicksidan. Några av tjejerna har varit iväg och spelat uppvisningsmatcher tillsammans med ESK tjejerna, vilket har varit mycket uppskattat. Vi blev vid två tillfällen inbjudna till Västerås att spela pausmatch mot deras tjejer i samband med att deras A-lag hade hemmamatch. Det var stort för våra tjejer att spela helplansmatch i en fullsatt ABB-Arena. Enköpings-Posten uppmärksammade en av matcherna med att skriva ett reportage.



Maria och Catherine var i början av säsongen på en tjejhockeyträff i Stockholm som handlade om hur vi tillsammans kan få fler tjejer att spela hockey och öppna upp för mer samarbete mellan klubbarna. Vi fick med oss en hel del bra idéer hem. Maria har varit på Tre kronors hockeyskola utbildning. Utbildningen följdes upp med en träff med andra tränare för att berätta om vad utbildningsmaterialet handlade om.

Ledarna i Tjejhockeykolan

//gm Maria Svan



Björnligan U9 (D2) och U10 (D1)

Ledarna är tillsatta och isamband med skolstarten i augusti samlar ledarna laget och föräldrarna till en kombinerad uppstart och informationsmöte inför stundande säsong och kommande ishockeyår.

Även om de allra flesta i laget kommer från Bålsta HC hockeykola är det många nya ansikten och namn att lära känna! Med anledning av detta ligger fokus den första tiden på att "komma igång", både enskilt för varje spelare men också för laget.

Ledarna följer beprövade och fastställda kursplaner för utbildningen där grunderna i skridskoteknik (fokus under U9) och klubbteknik (fokus under U10) tränas. Metodiken är självklart framförallt genom lek. Vi vill åter betona vikten med att ha roligt - det är en förutsättning för att lära sig nya kunskaper!

Beroende på antalet spelare matchas ett alternativt två lag. Detta för att erbjuda mer istid för varje spelare under match. Oavsett detta tränar alla tillsammans och skall betraktas som ett lag.

Matcherna spelas på halvplan med fyra utespelare (samt målvakt) och fasta 90-sekunders byten.

D2 (U9): 8-9 år Björnligan

Tränare: Mats Eriksson, Jörgen Svahn, Lars-Eric Langvardt, Jonte Helminen, Robert Grym, Rolf Körner, Ulf Andersson, Marcus Nilson, Christer Eklund,

Lagledare: Dan Hansson, Peter Norelius

Huvudmaterialare: Andreas Harju + fyra medhjälpare

Antal aktiva: 38 spelare

Antal träningar på is: Ca 1+ i veckan

Barmarksträningar 5 st.

Antal aktiva/tillfälle ca 30 st.

Björnligan: 18 s.t poolspel har genomförts med tre anmälda lag.

Cuper: 6 st. (Nyårskampen och Bålstacupen egna samt fyra externa)

Allmänt:

Säsongen 2015/16 bildade vi egen träningsgrupp med Team 07.

Vi har haft ca 35 spelare i truppen under säsongen och med nästan 30 på samtliga träningar måste närvaron betraktas så som mycket god

För att samla 07-gänget efter att Hockeykolan så körde vi redan i maj barmarksträning i ishallen - då med innebandy under leksamma former.



När sedan säsongen drog igång i augusti så var flera väldigt taggade och några var formtoppade efter en veckas camp – efter jul kom vi även igång med träningsutbyte med både Team06 och blivande Team08 och flera killar har under hela året även tagit tillfälle att delta i hockeyskolans träningar.

Matchspel:

Vi anmälde oss till denna säsong med tre lag till björnligan och har totalt spelat 18 sammandrag där fem stycken av dessa var på hemmais.

Kommande säsong:

När det gäller Björnligan så kommer vi att anmäla fyra lag då vi har en så stor trupp, så att vi kan ge barnen bra tillfällen till matchspel.

Vi i ledarstaben för Team07 tackar för denna säsong och ser fram emot nästa.

Ledarna i Team 07

//gm Dan Hansson



Björnligan U9 (D2) och U10 (D1)

Ledarna är tillsatta och isamband med skolstarten i augusti samlar ledarna laget och föräldrarna till en kombinerad uppstart och informationsmöte inför stundande säsong och kommande ishockeyår.

Även om de allra flesta i laget kommer från Bålsta HC hockeykola är det många nya ansikten och namn att lära känna! Med anledning av detta ligger fokus den första tiden på att "komma igång", både enskilt för varje spelare men också för laget.

Ledarna följer beprövade och fastställda kursplaner för utbildningen där grunderna i skridskoteknik (fokus under U9) och klubbteknik (fokus under U10) tränas. Metodiken är självklart framförallt genom lek. Vi vill åter betona vikten med att ha roligt - det är en förutsättning för att lära sig nya kunskaper!

Beroende på antalet spelare matchas ett alternativt två lag. Detta för att erbjuda mer istid för varje spelare under match. Oavsett detta tränar alla tillsammans och skall betraktas som ett lag.

Matcherna spelas på halvplan med fyra utespelare (samt målvakt) och fasta 90-sekunders byten.

D1 (U10): 9-10 år Björnligan

Tränare: Olle Öhrqvist, Joachim Sohlberg, Fredrik Stenberg, Erik Werner

Assisterande tränare: Jörgen Swartling, Niklas Carlström, Per-Mikael Tillika, Andreas Höjer

Lagledare: Lena Jämtgren, Catherine Öhrqvist

Materialare: Per Bengtsson, Robert Kater, Mats Persson, Niclas Palm

Antal aktiva: 29 st. varav 2 st. tjejer. I tillägg hade vi ytterligare en tjej född 05 från en annan klubb som deltog då och då.

Alla spelare är födda 2006 förutom tjejerna där en är född 2004 och en 2005.

Antal träningar på is: 99 st. (med laget)

Barmarksträningar: 6 st.

Antal aktiva Snitt/tillfälle: cirka 24 st.

Björnligan: 21st poolspel har genomförts med 3 anmälda lag.

Träningsmatcher utanför BL: 4 st.

Cuper: Bålstacupen (2 lag), City Gross Cup i Uppsala (1 lag), Aprilcupen i Järfälla (1 lag), Älta Tigers Cup i Älta (1 lag). Alla cuper spelades i slutet av säsongen.



Allmänt:

Till denna säsong gick vi in i D1 blocket med 31 spelare. Under säsongen började två nya och tre slutade, därmed den slutliga truppen på 30 spelare.

Redan i maj samlade vi de som kunde för lite rolig barmarksträning i ishallen där vi körde fysträning, spelade innebandy och körde en del koordination och frekvensövningar. Detta för att hålla ihop gruppen och för att lära oss inför kommande säsonger hur försäsongsträning går till. Eftersom att nästan alla i gruppen utövar andra idrotter under sommarhalvåret var det svårt att få till pass för god uppslutning.

Många av barnen startade sin issäsong då de deltog i Bålsta HC:s sommarcamp.

Den 19 augusti hade vi vår första egna träning och startade med 30 spelare. Intresset och närvaron har varit väldigt hög under hela säsongen och har legat på cirka 24 spelare.

Vi har under säsongen lagt upp vår verksamhet och utbildning av spelarna utifrån ishockeyförbundets ABC pärm där tonvikten fortsatt har legat på att utveckla spelarnas grunder i skridskoåkning, puckteknik, passningar, etc., men vi har även lagt in de övriga delmomenten som ishockeyn består av.

Stora delar av träningarna utför vi i mindre grupper där vi kör mycket stationsövningar så att vi kan hålla barnen aktiva så mycket som möjligt. Detta har gått bra då vi har en stor tränarorganisation som kan vara på isen samtidigt. Mestadels kör vi med nivåanpassade grupper, men mixar ibland. Det beror helt beror på vilka typer av övningar som ska köras. Det har även spelats en hel del tvåmål på helplan, detta för att lära oss inför nästa säsong, samt för att bemöta alla de cuper som redan i år spelades på helplan.

Engagemanget från föräldrar har varit jättebra under denna säsong då alla ställer upp och hjälps åt för att få allt att fungera. Det märks även antalet ledare vi har i lagorganisationen.

Vi har haft en del utbyte med Team 04/05 och Team07. Spelarna har gets möjlighet att träna med under-eller överliggande träningsgrupp.

Händelser:

Denna säsong anmälde vi tre lag till Björnligan och har totalt spelat 21 sammandrag, där 6 av dessa spelades på hemmaplan.

Förutom Björnligan har vi arrangerat en egen Bålstacup där vi deltog med två lag. Vi avslutade säsongen med att delta i City Gross Cup samt Älta Tigers Cup med ett lag i varje. Det blev



dessutom en extra cup i Järfälla för de som fortsatt var hockeysugna. Här gavs även två 07:or möjlighet att delta.

I Björnligan har vi mixat spelarna under hela säsongen. De tre lagen har varit jämna och sammansättningen har varierat från gång till gång. Detta för att alla ska ha fått spela med varandra. I de två externa cuperna i slutet av säsongen blev det till viss del nivåindelning, där de som har kommit lite längre i sin hockeayoutbildning fick spela en svårare cup medan de som inte har kommit lika långt fick spela en medel cup.

Utöver det sportsliga har vi fortsatt vårt värdegrundsarbete från tidigare år då vi tog hjälp av SISU. Laget har tillsammans skapat gemensamma regler om hur man ska vara mot varandra etc. vilka alla skrivit under på. Dessa regler har funnits med under poolspel och cuper för att påminna spelarna. Vi har också haft möten med barnen under säsongen för att påminna om dessa regler för att skapa en bättre atmosfär för alla att vara i.

Utbildningar:

Under denna säsong har tränarna (4 st) gått träningslära 1 samt BU1. De av tränarna som även tränat J18 halva och senare delen av säsongen har också gått BU2 alternativt JS1.

Kommande säsong:

Eftersom att två av våra tränare kommer att träna J20 behöver vi vidareutbilda ytterligare tränare i vår organization. Jörgen Swartling kommer därför att bli tränare och har under våren gått BU1:an.

Vi kommer att anmäla två lag till C-pool på helplan. I förhållande till antalet spelare i truppen kommer det att ge lagom med tillfälligheter till matchspel. Vi kommer också att kunna erbjuda matchspel för de 07:or som är mogna för att spela hockey på helplan.

Vi i ledarstaben för Team06 tackar för denna säsong och ser fram emot nästa.

Ledarna i Team 06

//gm Olle Öhrqvist



Guldåldern U11 (C1) och U12 (C2)

Två säsonger med spel på tvären är över och nu är det dags att spela över hela banan. Visst är det en omställning men den klarar vi av med en härligt optimistisk inställning. Rinken blir betydligt mycket större att spela på men det är inte speciellt stora besvär med övergången.

I den här åldern brukar spelarna fullkomligt älska att spela ishockey och man får nästan släpa barnen från rinken. Laget brukar lätt ropa efter mer träningstider och matcher än de som tilldelats efter fastslagna riktlinjer. Behovet verkar nästan vara omätbart, men det gäller att vara vaksam! En mycket bra grundregel är att barnen i dessa åldrar fysiskt klarar av "alla aktiviteter som de vill vara på". Glädjen är en bra riktlinje för vad barnen orkar med! Det gäller alltså att göra aktiviteterna och träningarna så roliga och utmanande att spelarna vill vara där!

C2 (U11) & C1 (U12): 10-12 år Guldåldern

Under maj och juni tränade laget 2 ggr i veckan både i ishallen och vid Vibyspåret. Vi spelade innebandy, tränade motorik, koordination, kondition, snabbhet och lättare styrka. Allt genomfördes på ett lekfullt sätt med fokus på att det skulle vara kul. Då hela lagledningen var ny samt att det pågick en spelarflykt lades extra stor vikt på att få ihop spelargruppen. Tanken var att spelarna skulle känna sig bekväma och trygga.

Inför säsongen tappade laget 14 spelare men i augusti anslöt tre nya spelare från Enköping SK.

I början av säsongen bestod laget av 16 spelare och när säsongen avslutades så hade laget 23 spelare. Med många nya spelare så har stort fokus legat på att få ihop gruppen och skapa teamkänsla. Team 04/05 har anordnat Tre minicamper då spelarna givits möjlighet till extra träning men också fått chans att lära känna varandra bättre och ha roligt tillsammans även utanför isen.

Sex teorisammankomster har hållits i klubbbrummet. Teorin har bland annat handlat om vård av utrustning, kost och hockeyregler. Det har även jobbats en hel del med värdegrundsarbete.

I mitten av säsongen hyrdes tränare Thomas Eriksson från Hockeyfabriken in vid tre tillfällen. Thomas bidrog till ett ökat engagemang, kunnande och intresse hos både ledare och spelare.

Under säsongen spelades sju cuper. Bålstacupen (4:a), SSK Nyårscup (4:a), Anton Lander cup (3:a), Möller Bil cup (2:a), Kista Tiger Trophy (2:a), Skå IK Hockey Games (1:a), Mora Kniv cup (4:a)

Team 04/05 har samarbetat med både Team 03 och Team 06 för att optimera isträningarna och utbildningen för spelarna i klubben. Spelare från 01:orna har hjälpt till ibland som "hjälptränare" vilket har haft en väldigt positiv effekt, både socialt och prestationsmässigt.



I slutet av säsongen började ca åtta nya spelare att träna med Team 04/05. En del av dem har spelat en säsong i hockeyskolan.

Team 04/05 har under maj månad sett till att utbilda fem tränare upp till och med BU1 på utbildningsstegen och under hösten ska tre av dessa även gå Träningslära 1.

Vi blickar nu framåt mot en ny säsong med mycket ishockey, nya utmaningar och utvecklingsmöjligheter.

Ledarna Team 04/05

//gm Sara Karlsson



Inför puberteten U13 (B2) och U14 (B1)

Spelarna blir allt större och det märks mycket väl både på och utanför banan. Det innebär att det börjar bli skillnader mellan spelarna i laget, främst i antalet centimeter och kilo.

Puberteten närmar sig med stormsteg och kanske har någon redan hamnat där. Vi fortsätter här vår inslagna linje med individen i fokus för spelarna i lagen. I denna ålder kan det lätt "dra iväg" och bli stora skillnader mellan spelarna. Erfarenhetsmässigt vet vi att det jämnar ut sig i slutändan och att det ären ordentlig och noggrann utbildning i ishockeyns ABC som gäller!

Även om individen alltid är i fokus innebär den fördjupade grundutbildningen som är kursblocket under dessa år att vi framförallt tränar på att utveckla kunskaper om det kollektiva lagspelet. Taktiska och speltekniska moment är viktigt att lära sig för att utvecklas som hockeyspelare. Även i dessa år fortsätter vi att rotera på platserna i laget - Detta är ett mycket bra sätt att utveckla spelförståelsen!

B2 (U13): 12-13 år Inför puberteten

Huvudtränare: Janne Lundberg

Lagledare: Tina Sjövall Axelsson, Maria Danielsson

Ass. Tränare: Thomas Axelsson, Jonny Karhusaari

Team 03 har avslutat sin säsong som lag B2, U13. En säsong med hårt jobb, många matcher och bra träningsnärvaro, vilket denna verksamhetsberättelse redovisar.

Försäsong: Under maj och juni tränade laget 3 ggr i veckan med varierande fyspass. Barmarksträningen pågick till någon vecka efter midsommar.

Säsong 2014/2015: Team 03 har under säsongen haft i huvudsak ca 2 träningstillfällen i veckan. Totalt har vi haft 85 st isträningar. Till det så har ca halva truppen deltagit i teknikträningar med SHI.

Träningsgruppen har bestått av 24 utespelare och 2 st målvakter. Av utespelarna så har 19 st deltagit i seriespel U13 och 5 st i U14.

Team 03 har deltagit i seriespel B2 Uppland och U13 svår Stockholm Hockey Cup. Att medverka i 2 serier gjorde att alla har fått spela minst 1 match i veckan. Placeringarna i respektive serie var 3:a respektive 6:a. 6:eplatsen gav laget en direktkvalificering till U14 div 1 kommande säsong.

Laget medverkade även i försäsongsserien STL i september.



Laget spelade inte lika många cuper som tidigare år. Ett tufft spelschema i serierna räckte. Bålstacupen i september (3:a), Rosvalla Gästabud i april (2:a) och Nations cup i april (5:a). I DM-gruppspelet så blev vi 2:a, men fick en finalplats ändå då lag drog sig ur. Finalförlust mot Wings HC.

48 st. seriematcher, 5 st. STL-matcher, 3 st. träningsmatcher och 3 st. cuper. Totalt 70 spelade matcher.

Summering: Återigen en säsong med mycket hockey. Det mest glädjande förutom att vara med och utbilda och se spelarnas utveckling är att vi är en stabil trupp och vi inte tappar spelare.

Ledarna Team 03

//gm Janne Lundberg



B1 (U14): 13-14 år Inför puberteten

Sommarträningen genomfördes maj till och med juni, med färre antal spelare, ca 10 i medeltal. Ovissheten var stor om vad som skulle hända i truppen. Ett par spelare lämnade för annan klubb och de överåriga (-01) skulle ev. ingå i sin kull. Efter en väldigt oklar situation om Team -02 skulle kunna bedriva en egen träningsgrupp beslutades att träningsgruppen delades upp mellan -03 och -01. Sju spelare till -01 och 5 spelare till -03. Säsongen blev för många spelare väldigt splittrad. Ingen samträning på is med det egentliga matchlaget (U14 Uppland), dvs. oklar tillhörighet. Stämningen har varit ok men några matcher förstörda av dåligt humör och många abuse utvisningar. Olika lagsammansättningar genom hela säsongen, dålig eller liten möjlighet till vettig planering av laguttagningar, både för cuper och seriematcher. Match lag exkl. MV= 5 st. -01 (disp.), 10 st. -02 + 8 st. -03 och 1 st. -04 har lånats in under säsongen.

Seriespelet i U14 Uppland blev till slut en trippel serie med 8 lag. Slutade 6:a efter mycket blandade insatser, seger över högt placerade lag kunde i nästa omgång bytas mot stor förlust mot seriejumbon.

Ingen Bålsta cup kunde genomföras för U14 och planerade "Nations cup -02" i september och GIC blev omöjliga att genomföra rent spelarmässigt. Med stöd av -01 genomfördes en U16 (!) cup i H-sand, tufft motstånd men en bra kämpainsats och lärdom för alla spelare som deltog, 1 seger på 6 försök. Deltagande i DM gruppspel, 3 matcher. Avslutande U14 cup i Tyresö blev en riktigt bra avslutning. Cupseger 6 av 6 segrar med 25-5 i målskillnad!

Gröna tråden: Utveckling av individen, ja kanske på något sätt men inget om lagspelets fördelar när man känner sina medspelare och vet hur de tänker. Få matcher/ spelare för många, en variation på mellan 25 upp till 90 för någon! Målvaksfrågan har däremot fungerat mycket bra med 2 dispenser för -01:or. Sammanfattningsvis har den sista säsongen med BHC team -02 varit omväxlande för spelarna och kanske en erfarenhet rikare som de kunde fått lite senare i hockeylivet.

Nu har vi bara några få hockeyspelare kvar av denna ålderskull så vi hoppas att de spelare som lämnat oss hittar andra vägar att utöva denna underbara sport och ändå kanske kommer tillbaka till klubben när de blivit junior/seniorer. I och med detta kastar även vi in handduken och tackar för oss, ledarstaben Team -02.

Ledarna Team 02

//gm John Öberg



Inför junioråldern U15 (A2)

Verksamheten blir mer styrd efter vissa spelmönster. Dessutom ökar tempot och vi får lösa tuffare situationer både på träning och match. Spelarna har fått rejäl fart på skridskorna och det gäller att ha en väl fungerande koordination och inte använda klubban felaktigt i närkamperna.

Med en bra och noggrann grundutbildning brukar dock spelarna ganska snart vänja sig vid den "riktiga ishockeyn". I denna ålder börjar spelarna att hitta "sina" roller och även om träningen nu blir mer "rollspecifik" fortsätter spelarna träna på att behärska samtliga platser på banan.

Eftersom dessa år medför en ganska drastisk ökning av kvantitet och intensitet på träning och match är det viktigt att utveckla den individuella fysiken.

Information om kost och näringslära samt vikten av återhämtning är också viktiga moment för spelarna att få lära sig.

A2 (U15):14-15år Inför junioråldern

Säsongen 15/16 för Team01 har inneburit fortsatt utveckling med högt tempo och fortsatt sammansvetsat gäng.

Under försäsong deltog i snitt ca 20 ungdomar, under on-icesäsongen har truppen bestått av 27 spelare varav tre målvakter.

Truppen inför säsongen blev avsevärt större då några 01:or som fram tills nu tränat med -02 anslöt till träningsgruppen samt tre 02:or. Ytterligare tre spelare kom till oss i början på säsongen, från andra klubbar, två utespelare och en målvakt.

Team01 har haft ett fortsatt framgångsrikt år där samtliga spelare fortsatt utvecklats väl och lägsta nivån för laget har höjts ytterligare vilket också var en målsättning inför säsongen.

Flertalet spelare i truppen deltog i Try-outer för TV-pucks 01 lag i Uppland varav 14 spelare har blivit uttagna till bruttotruppen. 12 utespelare och 2 målvakter.

Deltagande i Stockholm Hockey Cup U15/div 1 med vidare avancemang till Allettan. Slutplacering i serien om en 1:e plats samt vinner slutspelet på hemmaplan i Bålsta inför fullsatta läktare.

Deltagande i Upplandsserien för U15 i ett, till viss del, mixat lag tillsammans med -02 där man avslutade som 1:a i serien.

Deltagande i DM Uppland där laget avancerar till ytterligare ett finalspel med förlust i finalen mot Almtuna.



Den egna Bålsta Cupen genomfördes i en lite större kostym som en två dagars AAA-cup. Stort intresse och cupen fylldes snabbt med namnkunniga lag. En rivstart på säsongen med hög nivå på hockey.

Förutom Bålsta Cupen medverkade laget i Tumba Hockey cup/AAA(plac.1:a), Gurka Pucken, Västerås/AA(plac.2:a), Ghost Invited, Flemingsberg/AAA(plac.4:a) samt en turnering i Prag med en 1:a placering som avslut på säsongen.

Med några få undantag har träningsnärvaron legat på hög nivå såväl på lagets aktiviteter som specifika pass för skridskoteknik samt klubbens målvaktsträning och allmänhetens åkning.

Ambitiös trupp, ambitiösa tränare – det är kul med hockey.

Ledarna Team 01

//gm Åsa Eurenus



Junior & Senior:

Som vi tidigare nämnt är den yttersta målsättningen med ungdomsverksamheten att utbilda spelare med kunskap och kompetens att vara aktuella för våra representationslag.

Det första stora klivet mot detta är att ta plats i det yngsta juniorlaget i föreningen, det som kallas J18. I detta lag är spelarnas ordinarie ålder 17 och 18 år. Det kan dock förekomma att väldigt duktiga och talangfulla spelare som är yngre än detta erbjuds plats. I det äldre juniorlaget J20 är spelarnas ordinarie ålder 19 och 20 år. Förutom att det även här kan finnas yngre spelare som erbjuds plats, kan det även vara "överåriga" som spelar i laget.

Juniorlagen tillhör organisatoriskt "A-laget". Detta innebär att det är en mycket tydlig koppling till A-laget och mellan juniorlagen.

Laget började sina förberedelser med försäsongsträning i april då 3 gemensamma träningar i veckan genomfördes fram till och med augusti med några veckors uppehåll i juli.

Ispremiären skedde i augusti och träningsmatcher genomfördes med blandat resultat för både J18 & J20. I hemmacupen "Bålstacupen" för J18 så slutade laget på en femte plats.

Inför säsongen så var tanken att bilda två träningsgrupper. En för J18 och en för J20.

Då man inte lyckades rekrytera en tränare till J18 så bestämdes det att Stefan Munkhammar togs sig an båda lagen både i träning och i seriespel med hjälp av Roger Ljung i J20.

Vid nyårsskiftet avsade sig Stefan Munkhammar ansvaret för J18. In kom Olle Öhrqvist och Fredrik Stenberg som avslutade säsongen med J18.

Seriespelet i J18 Div 1 Östra gick i gång i oktober. Målet var att komma bland de tre första för att slippa spela om att hålla sig kvar i Div 1. Efter 10 matcher; 8 segrar 0 oavgjorda och 2 förluster var det klart att vi kom på en fin andra plats och var klara för spel i J18 Allettan Östra och spel om en kvalplats till J18 elit.

Detta visade sig vara en för svår utmaning då laget även denna säsong kom på en 7:e plats i serien efter 18 matcher; 4 vinster, 4 oavgjorda, 10 förluster.

Seriespelet i J20 Div 1 Östra gick i gång i oktober. Målet var att komma bland de fyra första för att ta en plats i allettan och spel om en kvalplats till J20 elit. Efter 9 matcher; 4 segrar 0 oavgjorda och 5 förluster var det klart att vi kom på en sjätte plats och missade en plats i allettan.

Möjligheten fanns fortfarande att komma till kvalserien för J20 elit genom att komma etta i fortsättningsserien. Efter 18 matcher; 10 segrar, 2 oavgjorda, 6 förluster var det klart att vi kom på fjärde plats och säsongen var i och med det färdigspelad.



Vi ser nu fram emot säsongen 2016/2017 där vi skall fortsätta utbilda våra spelare och försöka behålla vår position i den övre halvan och försöka anta utmaningen med att kvala till elit.

Ledarna J18 & J20

//gm Patrik Selvander

Senior (A-lag)

Vi startade säsongen med upptacktsmöte och försäsongsträning den 4 maj och fortsatte till sista veckan i juni.

Vi smög igång one-icesäsongen den 10 augusti med en trupp på två målvakter och 21 utespelare! Under året skedde en del förändringar i truppen, och totalt står nio juniorer bokförda för en match! Vi använde totalt under året 39 olika spelare varav 21 av de har Bålsta som moderförening!

Första delen av säsongen spelade vi i division 2 östra A där vi slutade på en 4:e plats med 24 inspelade poäng vilket innebar spel i Alltvåan.

Under de 21 matcher som spelades i Alltvåan samlade laget ihop 35 poäng vilket innebar kvalificering för play off! Väl i play off blev det två klara segrar vilket gjorde att laget för andra året i rad spelar Kvalserie till div1.

I kvalserien blev det 4 inspelade poäng och en 6:e plats men spelet va många gånger bättre än resultatet!

Laget har genomfört säsongen på ett bra sätt och många spelare har gjort bra framsteg vilket också vi fått kvitto på då flera klubbar visat intresse får våra spelare!

Lagledningen

//gm Tränare Robert Kimby