



# TIPS FRÅN COACHEN

**-PATRIK TIRRI**

Hej på er!

Vill lyfta några av de fantastiska saker vi åstadkommit tillsammans under året – tack vare ert engagemang. Föreningslivet är en gemensam resa, och det är inspirerande att se hur vi bygger en stark grund för framtiden.

---

## Utbildning

Sedan starten av vår utbildningssatsning har över 100 ledare genomfört tränarutbildningen SvFF D. Utbildningen fokuserar på ledarskap, träningsmetodik och spelets olika delar, för att skapa en trygg och stimulerande miljö för våra unga fotbollsspelare. Målet är att säkerställa kvalitativ fotbollsutbildning och inspirera till ett livslångt idrottsintresse.

Utöver detta har vi även arrangerat utbildningar inom HLR & akut skadeomhändertagande, Boll/kroppsmotorik och Träna barn med NPF-diagnoser och mer! Håll utkik efter framtida utbildningar – mer information hittar ni på vår utbildningssida på hemsidan.

---

## Bosön Camp 2024

Årets Bosön Camp var en fantastisk upplevelse för både spelare och ledare. Under campen spelade vi massor av fotboll med fokus på att utveckla spelförståelsen. Ledarna fick också träna på Guided Discovery, en metodik som uppmuntrar spelarna att hitta egna lösningar och fatta beslut på planen, vilket stärker deras kreativitet och självständighet

---

## Bosön Recap

Den 19 augusti samlades vi på Vikingavallen för att repetera övningar från Bosön och fortsätta utveckla våra ledarkunskaper. Ledarna övade på att instruera spelare från andra lag och stärkte klubbkänslan. Vi hade också stationer för att träna koordination, motorik och löpskolning – en kväll fylld med lärande, samarbete och gemenskap!

Tack för ett fantastiskt år – vi ser fram emot ännu fler härliga upplevelser framöver!



# ELINS HÖRNA

## Hej världens bästa ledare!

Vi fortsätter skapa magi för våra flick- och damlag!  
Stort tack för ert engagemang – ni gör verkligen skillnad för våra spelare varje dag.

## Höjdpunkter från senaste tiden

Vi har haft ännu en inspirerande träning där våra yngre spelare fick möta och träna med damlaget. Ett fantastiskt tillfälle att stärka gemenskapen och ge våra tjejer förebilder att se upp till!

Arbetet med skolorna i Täby fortsätter, framför allt i Kyrkbyn, där vi nu har ett närmare samarbete med Byle. Vill era spelare att jag besöker deras skola för fotboll på rasten eller att de kommer hit på en idrottsdag? Hör gärna av er!

## Lusselir för åk 4–6 den 13:e december

Fredagen den 13:e december bjuder vi in tjejer årskurs 4–6 till "Lusselir" – en rolig eftermiddag med fotboll och gemenskap! Perfekt för både nya och aktiva spelare. Sprid gärna informationen till spelare och föräldrar, och intresseanmälan skickas till [elin@ikfrej.se](mailto:elin@ikfrej.se). Inbjudan finns på sociala medier och har mailats till ledare med spelare i målgrupp. Vill en mor/farföräldrar, kompis eller syskon hänga med och bara kolla så är de såklart också varmt välkomna.

Vi kör matchspel och riktar oss till åldrar som själva kan ta sig till vallen. Har ni yngre/äldre spelare som är intresserade? Hör av er så ser vi vad vi kan ordna!

## Dela era minnen och aktiviteter

Skicka gärna bilder eller berättelser från cuper, matcher eller andra aktiviteter till mig – jag delar dem gärna på våra sociala medier (@IKfrej\_females). Det hjälper oss att hålla sammanhållningen och inspirationen på topp!

## Tack för ert engagemang

Tillsammans skapar vi möjligheter för våra spelare att växa både på och utanför planen. Tack för allt ni gör – nu kör vi vidare mot nya framgångar!