



EN FÖRENING FÖR HELA FAMILJEN SOM FÖRENA ELIT MED BREDD

WWW.LUGIHANDBOLL.SE



Information LUGI HF F2012 säsongen 2024 / 2025

Välkommen till en ny handbollssäsong för F2012. Här har vi samlat bra och viktig information för spelare och föräldrar att ta del av inför säsongen!

Nyheter för säsongen

- Efter många år i ledargänget slutar Kristofer Åstrand som tränare. Vi har nöjet att välkomna två nya tränare; Cyrille Thomas och Linus Scharnell som båda har erfarenhet både som spelare och tränare.
- Då det börjar räknas resultat från och med årets säsong så krävs bemanning av sekretariat samt matchvärd, d.v.s. två föräldrar per hemmamatch utöver kiosk. Det är obligatoriskt att läsa vinröda föräldrar och hjälpa spelarna med att fortsätta fokusera på den egna och lagets prestation och inte på resultatet.
<https://www.lugihandboll.se/wp-content/uploads/2020/11/Vinroda-foeraeldrar-1.pdf> samt [#Schysstmatch](#).
- Serierna är nivåindelade (nivå 1, 2, 3) och vi har fyra (4) lag anmälda: ett i nivå 1, två i nivå 2, ett i nivå 3. Samtliga spelare kommer spela i mer än en nivå men med tyngdpunkt i den serie som bäst matchar hur långt man kommit i sin handbollsutveckling, allt för att man ska få möta motstånd som väl motsvarar ens egen nivå. Majoriteten av matcherna är singelmatcher och inte dubbelmöten som förra säsongen, det innebär betydligt fler matchtillfällen.
- Körschema kommer att distribueras så fort matchschemat lagts. Vi räknar med tre spelare eller ledare per bil. Ledare ska inte behöva köra själv till bortamatcher utan det kommer planeras så att det finns plats till samtliga spelare och ledare. Så fort körschemat är distribuerat är det **obligatoriskt** att direkt lägga in körningarna till samtliga tilldelade matcher i SportAdmin samt att lägga till sitt eget barn i sin egen bil.
- Vi kommer få nya matchtröjor till säsongen. Man får **inte** träna i matchtröjan.
- Om man behöver bära glasögon är det obligatoriskt att dessa är godkända sportglasögon, [läs mer här](#):
- Tjejerna kommer börja duscha vid bortamatcher (utanför Lund, där vi har gemensam körning). Det är obligatoriskt, om någon tycker det är jobbigt så kontakta ledarna innan för att hitta vägar framåt.
- Lugi har skapat en fond som man kan söka medel ur om man har svårt att få ihop det ekonomisk, mer information finns här: [Alla skall med](#)
- Det finns en Facebook-grupp för att köpa / sälja / byta / skänka handbolls-prylar: [LUGI HF Köp sälj byt skänk](#)

Ledare

- Mia Lindblad (huvudtränare) 070-317 49 48
- Christina Sjöström 070-174 92 89
- Cyrille Thomas 072-179 22 13
- Felicia Nekoi Fard 0766-34 44 03
- Linus Scharnell 072-374 72 03
- Magnus Christiansson 070-312 27 71
- Marie Björklund 070-452 30 50
- Pernilla Kanter 070-795 38 44
- Martin Gunnäng (admin) 0766-44 15 35

Kommunikationskanaler

Uppdaterad information och kalender hittar ni alltid på lagets [hemsida](#).

För att kunna svara på kallelser till träning, matcher, lägga in körningar till bortamatcher och andra händelser, så behöver man installera [SportAdmin](#).

Ni når oss ledare enklast på f12@lugihandboll.se eller telefon/Whatsapp.

Vi har också två WhatsApp-grupper;

- "Lugi F2012 föräldrar" som vi rekommenderar att man som förälder ansluter till.
- "Lugi F2012 spelare & ledare" som vi vill att alla spelare ansluter till.

LUGI F2012 föräldrar

WhatsApp-grupp



LUGI F2012 spelare & ledare

WhatsApp-grupp



Föräldra- & spelarmöte (OBS!!)

Vi kommer ha årets första **föräldra- & spelarmöte** den **17/9 18:30 - 20:00** i Glasbollen i Sparbanken Skåne Arena. Minst en vårdnadshavare / spelare behöver delta. Det är mycket nytt inför årets säsong.

Träningar

Vi tränar tre gånger i veckan, träningstiderna är:

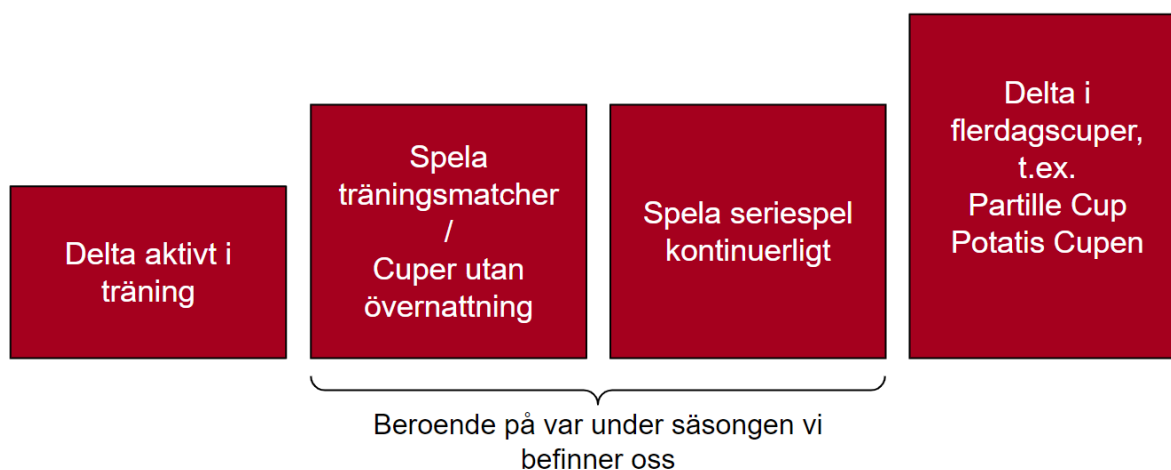
- Tisdagar 16.30 - 18.00 Östra Tornhallen
 - Onsdagar 17.30 - 19.00 Bollhuset
 - Lördagar 09.00 - 10.30 Tunahallen
- Kom i tid, ombytt, och glöm inte ta med boll!
 - Inga klockor eller armband på.
 - På tisdagarna kommer första 30 minuterna vara drop-in då vi förstår att det är tidigt, där spelarna kan fokusera på olika handbollsmoment.
 - På onsdagsträningen börjar vi med fys utomhus, d.v.s. uteskor och kläder efter väder gäller.
 - Ingen träning i matchtröjor.

Alla tre träningarna ska ses som ordinarie träning.

Vi ser gärna att våra spelare även utövar andra idrotter och aktiviteter, och har såklart full förståelse för frånvaro när träningar kolliderar.

Tränings- matchtrappan

För att ha relevant kunskap och erfarenhet för att delta i de olika arrangemang som laget deltar i så kommer det krävas att man uppfyller stegen i trappan.



Seriespel

Vi kommer att delta i seriespel/sammandrag med fyra (4) lag under säsongen.

Serierna är nivåindelade (nivå 1, 2, 3) vi har anmält följande lag: ett i nivå 1, två i nivå 2, ett i nivå 3. Samtliga spelare kommer spela i mer än en nivå men med tyngdpunkt i den serie som bäst matchar hur långt man kommit i sin handbollsutveckling, allt för att man ska få möta motstånd som väl motsvarar ens egen nivå. Majoriteten av matcherna är singelmatcher och inte dubbelmöten som förra säsongen, det innebär betydligt fler matchtillfällen.

Det är viktigt att alla spelare i laget är tillgängliga för match.

Vi spelar på full plan, **utan** påhängsribba. 6 utespelare + målvakt. Matherna är 2 x 25 minuter.

Till bortamatcher är det samåkning som gäller. Separat lista för samåkning kommer att distribueras, där varje spelare får ett antal bortamatcher att köra till. Om man inte har möjlighet att köra till matcherna man blivit schemalagd för så är det eget ansvar att hitta någon annan förälder att byta körning med.

OBS! Samtliga körningar ska registreras i SportAdmin så fort körschemat är utskickat och den egna spelaren ska läggas till i körningen.

Tjejerna kommer börja duscha vid bortamatcher (utanför Lund, där vi har gemensam körning). Det är obligatoriskt, om någon tycker det är jobbigt så kontakta ledarna innan för att hitta vägar framåt.

Cuper

Utöver seriespel kommer vi också delta i ett antal cuper under säsongen.

Cuperna har anmälningsavgift och vi har försökt indikera anmälningsavgiften för respektive cup som vi avser delta i nedan. Listan nedan är vårt preliminära program som kan komma att ändras. Ju bättre vi är på att fylla på lagkassan, desto lägre blir anmälningsavgifterna.

| Cup | Tid | Plats | Ungefärlig anmälningsavgift |
|---------------|-------------|--------------|--|
| Vikingaspelen | September | Löddeköpinge | 150:- |
| Lundaspelen | December | Lund | Föräldrar måste ställa upp och arbeta under cupen |
| Någon vårcup | April / Maj | ? | ca 2 000:- |
| OV Beach | Juni | Helsingborg | 150:- |
| Partille Cup | Juli | Göteborg | 2 000:- |

Vi har också en lite mer långsiktig cup-planering som kommer kräva ordentliga insatser med att fylla lagkassan för att hålla anmälningsavgifterna nere så att så många som möjligt kan delta.

| Cup | År | Plats | Länk |
|---------------------|----------------|-------------------|------------------------------|
| Ulzburg Cup | 2026 (Påsk) | Ulzburg, Tyskland | Ulzburg Cup |
| Rallarecupen | 2027 (Höstlov) | Kiruna | Rallarecupen |
| Prague Handball Cup | 2027 (Påsk) | Prag | PHC |

Föräldraengagemang

Lugi handbollsförening är en ideell förening som kombinerar bredd- och elitidrott. Att vara en ideell förening innebär att ledare, tränare o.s.v. är oavlönade och att verksamheten är uppbyggd kring ideellt engagemang där en oerhörd mängd ideella timmar stoppas in. För att kunna hantera ett lag med runt 40 tjejer, som ska träna tre gånger i veckan, få utvecklas som individer och handbollsspelare, som ska spela 88 seriematcher och en handfull cuper under en säsong så krävs också ett stort föräldraengagemang.

Nedan listar vi aktiviteter som vi förväntar oss att föräldrar tar hand om och där vi i vissa fall behöver utse en kommitté med ansvariga föräldrar för koordinering. Vi förväntar oss att samtliga föräldrar engagerar sig efter bästa förmåga i laget.

| | Kommitté / ansvariga | Samtliga föräldrar |
|---|--|--|
| Kioskverksamhet vid hemmamatcher | Planera kioskschema Hantera inköp | Förbereda inför kiosktilfällena man blivit tilldelade Stå i kiosk |
| Sekretariat + matchvärdar vid hemmamatch | <i>Hanteras av Martin (admin)</i> | Gå utbildning (minst en förälder / spelare) 2 personer / hemmamatch ska agera sekretariat + matchvärd |
| Lundaspelen | Planera och koordinera arbetspassen för laget under Lundaspelen | Samtliga föräldrar behöver arbeta under Lundaspelen enligt det schema som distribueras |
| Köra till bortamatcher | <i>Hanteras av Martin (admin)</i> | Köra till bortamatcher efter det schema som distribuerats. Själv byta körning om man inte kan själv |
| Arrangera sociala aktiviteter utanför handbollsplanen | Planera en (1) social aktivitet utanför handbollsplanen, t.ex. bowling eller en filmkväll för tjejerna / termin. Planera en kväll för laget under Lundaspelen | Hjälpa till vid sociala arrangemang |
| Lagkassan | Planera & koordinera försäljningar, el. dyl. för att fylla på lagkassan <i>Martin (admin) hanterar ljusförsäljning + lagkassan</i> | Komma med idéer kring nya intäktsmöjligheter. Hjälpa till vid försäljning etc. Om möjligt hitta sponsring för laget. |

Utrustning

Boll

Vi fortsätter att spela med samma boll som föregående säsong, "storlek 0". Det är viktigt att alla spelare har en boll, som kan köpas på t.ex. på Stadium(.se), och alltid har med sig boll till träningar och matcher.



Glasögon

Om man behöver bära glasögon är det obligatoriskt att dessa är godkända sportglasögon, [läs mer här](#):

LUGI-kläder

Köp av LUGI-kläder, såsom shorts, träningsoverall görs på Stadium, antingen i butik eller [Stadium.se](#).

Lagkassa

För att möjliggöra deltagande i cuper (lägre anmälningsavgifter), inköp av träningsmaterial, etc. så behövs en lagkassa. För att fylla på lagkassan så har vi ett antal aktiviteter planerade:

- Sälja 50/50-lotter under seniormatcherna (vilka matcher meddelas senare)
- Kioskverksamhet under hemmamatcherna
- Ljussäljning (samma som förra säsongen)
- Ytterligare försäljning (chips, parmesan, salami, eller andra förslag)

Det är viktigt att alla spelare och föräldrar engagerar sig i aktiviteterna!

Kanske har någon förälder en egen verksamhet eller har möjlighet att få sponsring från sin arbetsgivare? På grund av Lugis övergripande regler kan man inte få logotype på matchtröjorna, men vi skulle kunna ta fram en uppvärmningströja med logor från sponsrande företag.

Ytterligare idéer som kan hjälpa till att fylla på lagkassan är väldigt välkomna, kontakta Martin Gunnäng för koordinering.

Ta med kompis / prova på

Har spelarna några kompisar som gärna vill prova på handboll, så är det givetvis varmt välkomna till våra träningar. Anmälan till laget sker sedan [här](#).

// Ledarna, f12@lugihandboll.se