



# SOLLENTUNAMODELLEN

## Innehåll

<i>SHC 2026/2027</i> .....	2
<i>Sollentunamodellen</i> .....	3
<i>Lagtilhörighet &amp; Övergångsregler ungdom</i> .....	4
<i>Hockeyskolan</i> .....	5
<i>U9-U10/F10</i> .....	6
<i>U11</i> .....	7
<i>U12/F12</i> .....	8
<i>U13/F14</i> .....	9
<i>U14/F14</i> .....	10
<i>U15</i> .....	11
<i>U16/F16</i> .....	12
<i>U18</i> .....	13
<i>U20</i> .....	14
<i>Herr A, Dam A</i> .....	15
<b>FÖRKLARINGAR</b> .....	15



## SHC 2026/2027

Sollentuna Hockeys verksamhet omfattar alla årskullar från hockeyskolan upp till A-lag. Verksamheten bygger i stort på ideella insatser från föräldrar att fylla lagfunktionsroller. I äldre årskullar stöttar föreningen med arvoderade tränare för att säkerställa utbildningen och ge förutsättningar till att utvecklas maximalt utifrån varje spelares förmåga. Föreningsverksamheten / ålderslag skall alltid prioriteras framför select/skills-verksamhet.

Det finns inget motsatsförhållande mellan ambitiöst idrottande och skola. Ökade krav inom idrotten ökar förutsättningarna att även lyckas med sin skolutbildning.

### SOLLENTUNA HOCKEY VILL ATT:

#### Övergripande mål

- Vår verksamhet präglas av Glädje, Ambition och Kvalitet
- Vår ungdomsverksamhet ska utbilda så minst tre spelare från varje årskull ges möjligheten att fortsätta sin utbildning på något av landets nationella hockeygymnasium (NIU) utefter egen ambition
- Vår ungdomsverksamhet attraherar både flickor och pojkar
- Våra Juniorlag spelar i Nationell / Region
- Vår ekonomi är god, så att hela vår verksamhet kontinuerligt kan fokusera på kvalitet

#### VÅR MÅLBILD OCH VISION

Vår vision är att erbjuda glädje och utveckling för så många som möjligt. Vi kombinerar bredd och spets i vår ungdomsverksamhet med tydlig ambition att utbilda så många som möjligt till en lång hockeykarriär. Hos oss växer spelare både på och vid sidan av isen. Verksamheten ska genomsyras av Glädje, Ambition och Kvalitet. Sollentunahockey har som målsättning att utbilda flest spelare i Stockholm som fortsätter sin hockeykarriär till senior verksamhet, samtidigt vill vi verka för ett livslångt intresse för idrott och rörelse och ett livslångt intresse för ishockey. Vi vill ge alla spelare de bästa förutsättningar för att utvecklas och nå sin fulla potential inom ishockeyn och som människa.

#### VÄRDEGRUND

- Vi visar kamratskap mot alla i föreningen oavsett ålder, kön, nationalitet, kultur eller prestation.
- Vi gör alltid vårt bästa på träningar och i matcher
- Vi respekterar domare, motståndare, funktionärer och ledare
- Vi tar helt avstånd från mobbning, alkohol, droger, doping och all typ av diskriminering och kränkande uppträdande.



## Sollentunamodellen

Sollentunamodellen är föreningens styrande dokument, som ger alla deltagare och ledare en tydlighet hur utbildningen bedrivs, från våra yngsta lag till vårt A-lag.

Föreningens samtliga tränare förbinder sig till att vara väl införstådda i modellen och dess syfte. Önskar ledare inom Sollentuna Hockey göra avsteg till modellen skall detta sanktioneras av föreningens ungdomsansvarige.

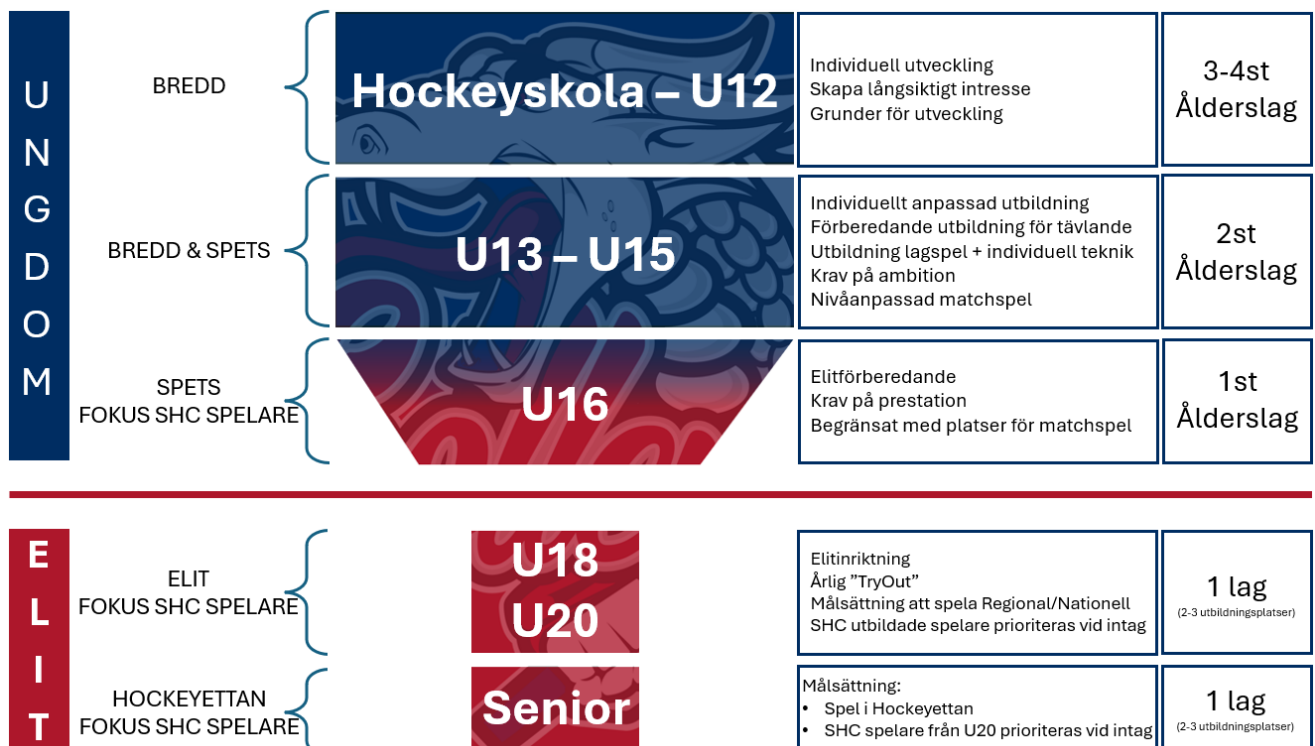
Vi rekommenderar starkt att alla ledare, anställda och föräldrar i föreningen att läsa igenom dokumentationen kring det som reglerar spel inom Svensk Hockey.

- Tävlingsbestämmelser Svensk Ishockey
- Seriebestämmelser för Stockholms Hockey Cup (SHC)
- Ramverk för barn- och ungdomsishockey
- Spelregler för Svensk Ishockey
- Nationella principer – för att optimera spelarutbildningen

Sollentunamodellen består av följande delar som genomsyrar hela verksamheten.

1. Gemenskap genom alla lag, alla åldrar och alla deltagare, tillhörighet och gemenskap
2. Utbildning med kvalitet, för såväl sportsliga framgångar samt sociala
3. Gemensam värdegrund och styrande dokument som inkluderar
  - a. Sollentunamodellen
  - b. Roller och Ansvar
  - c. Förhållningsregler (Ledare, Föräldrar och Spelare)
  - d. Spelarkontrakt Sollentuna Hockey Club

## MODELLÖVERSIKT (Spets genom bredd)





## Lagtilhörighet

Huvudregeln i Sollentuna HC är att man spelar i den åldersklass som man tillhör. Om spelare är aktuell att spela i en annan åldersklass för att anpassa till den nivå spelaren befinner sig i (kan vara både med äldre eller yngre lag) ska berörda tränare föra denna diskussion tillsammans med ungdomsansvarig. Det är ungdomsansvarig som sedan tar det formella beslutet om spelaren ska spela i annan åldersklass.

Ungdomsansvarig informerar spelaren och dennes föräldrar om beslutet, för hur länge det gäller och om möjligt när nytt beslut ska tas.

Att spela i annan åldersklass innebär att spelaren är utlånad till den andra åldersklassen. Det kan vara för en längre eller kortare period av säsongen. Grundtillhörigheten är alltid den egna åldersklassen. Den spelare som spelar i annan åldersklass ska alltid vid behov delta i verksamheten i den rätta åldersklassen, förutsatt att det är i enlighet med seriebestämmelserna och beviljade dispenser. De utbildningsmässiga och sportsliga målsättningarna styr spelarens representation. Spelare betalar säsongavgiften till Sollentuna HC baserat på var huvuddelen av lagtillhörigheten är, justering av avgiften kan behöva göras under säsong.

Flickor spelar i första hand i flicklagen. Om spelaren har nivå och/eller behöver utmaningen att spela med pojklag kan spelaren erbjudas detta. Då görs en utvärdering av ungdomsansvarig för att rekommendera rätt nivå för spelaren.

## MÅLVAKTER

Vad gäller målvakter har SHC följande policy. (U8 - U11) har inte fasta målvakter. De spelare som vill stå i mål ska få göra det. Föreningen tillhandahåller utrustning för U8 - U11. Om det är många som vill stå ska detta göras så rättvist som möjligt och spelarna får turas om.

Föräldrarna står för inköp av utrustning från U12.

Alla målvakter i Sollentuna HC erbjuds målvaktsträning en gång i veckan utöver sina vanliga lagträningar under högsäsong (tävlingsssäsong). Dessa träningar genomförs i gemensam form uppdelade i yngre och äldre målvakter.

## ÖVERGÅNGSREGLER UNGDOM

Sollentuna HC följer självklart de regler som finns från Stockholms Ishockeyförbund kring ungdomsövergångar. Om en spelare är aktuell för SHC, och eventuell övergång har följt förbundets regler om övergångar, är det ungdomsansvarig ihop med huvudtränaren som tar beslut om en övergång kan ske eller inte.

För att vi som förening skall kunna följa förbundets regler om övergångar, är det viktigt att alla medlemmar, såväl spelare, föräldrar och ledare inte själva tar kontakt med vare sig spelare eller föräldrar eller andra föreningar för eventuell övergång. Det är ALLTID ungdomsansvarig eller sportchef i respektive förening som för dialogen, alla andra dialoger är otillåtna.

Innan en spelare erbjuds plats i SHC skall en diskussion och utvärdering av hur det mottagande laget kommer påverkas av att en ny spelare kommer in. Beslutet vilar enkom på ungdomsansvarig i samråd med huvudtränare för aktuellt ålderslag. Detta gäller såväl flickor som pojkar.



## Hockeyskolan

### SOLLENTUNA HOCKEY VILL

- Bjuda in alla barn i Sollentuna kommun i åldersgruppen 5-8 år att medverka vid Tre Kronors Hockeyskola.
- Väcka ett intresse för ishockey.
- Ge plats för alla som vill vara med.
- Målsättning att slussa vidare ca 50 spelare till LAG verksamheten varje år.
- Aktivitetsmängd: 1-2 gånger i veckan oktober – mars.
- Erbjudna äldre barn inträde i verksamheten och bereda väg till lagverksamhet i rätt ålder.
- Om ett barn startar i hockeyskolan med en ålderskull äldre, återgår barnet till sin rätta årskull när barnets egen årskull bildar eget lag. Vilket sker tredje året i hockeyskolan.
- Gruppen U8 skapas under sista året för hockeyskolan i december. (Laget, föräldragrupp, Hemsida & Roller)



## U9- U10 / F10 - Öva på att träna

Vi fokuserar på att bygga lagtillhörighet och glädje till sporten. Vi har stor fokus på rörlighet, kroppskontroll, skridskoteknik, och klubbteknik. Samträning mellan U9 och U10 sker regelbundet för att skapa bättre gemenskap. Spelare och tränare får ett bättre utbyte och lär av varandra.

### RIKTLINJER

- Sträva efter så mycket istid och individuell utveckling som möjligt enligt ishockeyns ABC pärm.
- Stationsbaserad träning, undvik köer.
- Ingen nivåanpassad indelning, alla spelar med alla.
- Blanda på träningar, blanda på cuper, blanda i seriematcher.
- Alla erbjuds lika mycket matcher, ingen toppning.
- I dialog med andra lag kan viss nivåanpassning göras. Sträva efter jämna matcher.
- Poolspel: Kalla alltid minst 6-9 +1 till 3 mot 3.
- Låt alla som vill prova att vara målvakt.
- Låt alla spela alla positioner i laget i utbildande syfte.

### MÅLSÄTTNING

Skapat glädje, gemenskap och intresse för sporten.  
Skapat laget och spelarnas tillhörighet i laget.  
Grundläggande skridskoteknik och klubbteknik.  
Lärt sig grundläggande ishockeyregler.

### UTBILDNING

Tränare är föräldrar som genom Föreningen utbildas genom Svenska ishockeyförbundets utbildningsstegen  
U10/U11 har 3-4 isträningar / vecka inklusive matcher ca 2 off-ice träningar/vecka.  
F10 2-3 har isträningar / vecka inklusive matcher ca 2 off-ice träningar/vecka.  
Träningen sker normalt på halvplan.  
Möjlighet till träningstillfällen under för- och eftersäsong.

### MATCHER

Träningsmatcher, seriespel i Stockholms Ishockeyförbunds regi och cuper.  
Ingen matchning får förekomma.

### CUPER

Cupper väljs i samråd med ungdomsansvarig för att utbilda och utveckla spelarna i laget.

### SKOLA & ANDRA IDROTTER

I SHC prioriterar vi alltid skolarbetet, det går före all träning och tävling.  
Vi uppmanar våra medlemmar att hålla på med flera idrotter. Viktigt är att kommunicera i övergång mellan annan idrott och ishockey.



## U11 - Träna på att träna

Leken i träningen är fortsatt huvudfokus, matcher är en del av träningen, att möta motståndare och träna på uppförande och inställning till och under match.

Vi lägger grunder för goda rutiner och vi lägger fokus på individuell utveckling.

### RIKTLINJER

- Sträva efter så mycket istid och individuell utveckling som möjligt. Stationsbaserad träning, undvik köer.
- Lägg vikt på träning och att lära sig att träna. Roligt att träna.
- Välj cuper utifrån lagets kapacitet.
- Alla spelar med alla, träningar och matcher. Dela inte laget i nivåer.
- Ingen coaching eller toppning under matcher får ske.
- Efter dialog med andra lag kan viss nivåanpassning göras. Sträva efter jämna matcher.
- Låt flera spelare vara målvakt om de vill, ni behöver inte fastställa målvakter i U11.
- Låt alla spela alla positioner i laget i utbildande syfte.

### MATCHER

Ingen selektiv laguttagning skall ske.

Kalla alltid 6-9 utespelare + målvakter till varje match.

Zonspel 3 mot 3: Kalla alltid minst 6-9 utespelare och 1 målvakt till varje match. Betoning på utbildning i matcher, fokus på prestation inte resultat.

### MÅLSÄTTNING

Utökad skridskoteknik och edge control, samt god puckhantering och passningsteknik.

Skapat stor glädje och lekfullhet i gruppen.

Lärt sig grundläggande hockeyregler.

Lärt sig att träna, och vikten av att träna för att nå framgång.

### UTBILDNING

Tränare är föräldrar som genom Föreningen utbildas genom Svenska ishockeyförbundets utbildningsstege 3-4 isträningar/vecka inkl match och ca 2 off-ice träningar/vecka.

Träningen sker normalt på halvplan.

Teoriutbildning sker kontinuerligt under säsong.

### CUPER

Cupper väljs i samråd med ungdomsansvarig för att utbilda och utveckla spelarna i laget.

### SKOLA & ANDRA IDROTTER

I SHC prioriterar vi alltid skolarbetet, det går före all träning och tävling.

Vi uppmuntrar våra medlemmar att hålla på med flera idrotter. Viktigt är att kommunicera i övergång mellan annan idrott och ishockey.



## U12 /F12 - Träna på att träna

Under året skapar vi förståelse för vikten av att träna i syfte att förbereda spelarna inför (U13/F14). Vi lägger vikten på att ha roligt tillsammans samtidigt som vi förbereder spelare inför en högre träningsbelastning. Vi arbetar aktivt med utbyte och samträningar med andra åldersgrupper.

### RIKTLINJER

- Sträva efter så mycket istid och individuell utveckling som möjligt. Stationsbaserad träning, undvik köer.
- Lägg vikt på träning och att lära sig att träna. Roligt att träna.
- Välj cuper utifrån lagets kapacitet.
- Alla spelare med alla.
- Ingen toppling under matcher får ske, jämn matchtid på alla spelare som är uttagna till match.
- I dialog med andra lag kan viss nivåanpassning göras. Sträva efter jämna matcher.
- Skapa förståelse för olika positioners roller och ansvar, låt med fördel fortsatt spelare spela på olika positioner.
- När serien är slut, träna helplansmatcher.
- Minst 1 individuellt utvecklingssamtal / spelare och år, med huvudtränare.

### MATCHER

Ha god dialog med motståndare och gör viss anpassning i syfte att spela jämna matcher.  
Kalla alltid minst 6-9 spelare + målvakt.

### MÅLSÄTTNING

Utökad skridskoteknik, edge control och intensitet, samt god puckhantering och passningsteknik.  
Skapat stor glädje och lekfullhet i gruppen.  
Lärt sig grundläggande hockeyregler.  
Lärt sig att träna, och vikten av att träna för att nå framgång.  
Lärt sig grunder inför helplan.

### UTBILDNING

Tränare är föräldrar som genom utbildas genom Svenska ishockeyförbundets utbildningsstege.  
Augusti – december: Fokus på teknik.  
December – maj: Fokus på teknik och helplan.  
U12 har 3-4 ispass / vecka inklusive matcher och ca 2-3 off ice träningar / vecka.  
F12 har 2-3 ispass / vecka inklusive matcher och ca 2 off ice träningar / vecka.  
Träning sker normalt på halvplan.  
Teoriutbildning sker kontinuerligt under säsong.

### CUPER

Cupper väljs i samråd med ungdomsansvarig för att utbilda och utveckla spelarna i laget.  
Helplanscuper tillåts först efter seriespel.

### SKOLA & ANDRA IDROTTER

I SHC prioriterar vi alltid skolarbetet, det går före all träning och tävling.  
Det finns inga hinder med att hålla på med andra idrotter men ishockey bör prioriteras under perioden 1 september till 31 mars. Viktigt med kommunikation i övergång mellan annan idrott och ishockey.



## U13 / F14 - Träna inför tävling

Första året med serietabeller.

### RIKTLINJER

- Sträva efter 15+2 spelare på match.
- Inga spelare låsta i det ena eller det andra laget. Matcher erbjuds nivåanpassat.
- Ingen toppling, sträva efter alla spelare spelar lika mycket.
- Erbjud nivåanpassade cuper. Individualläsa träningar.
- Träningsnärvaro har viss inverkan på uttag till match, huvudtränare ansvarar.
- Coacha matcher med special team. PP / BP / Sista minuten i match.
- Eventuella avsteg från U13 plan skall sanktioneras av ungdomsansvarig.
- Mer fasta positioner i laget, men fortsatt att träna på flera positioner, lås ingen.
- Minst 2 individuella utvecklingssamtal / spelare och år, med huvudtränare.

### A, B, C MATCHGRUPPER

Om numerären finns för 2 lag strävar vi efter att spela lagen så det blir en nivåanpassning, baserat utifrån lagets kapacitet ett lag i svårare serie och ett i lättare. Erbjud yngre spelare som kommit längre i utvecklingen matcher om möjlighet ges.

### MÅLSÄTTNING

Utvecklad skridskoteknik, där fart och riktningförändringar är naturligt.

Skapat en stark gemenskap, där laget präglas av glädje och lekfullhet.

Skapat en god förståelse teoretiskt utifrån spelmodell.

Skapat en ökad insikt om betydelsen av att träna och tävla.

Ett lag kvalificerar sig till Serie A.

### UTBILDNING

Tränare är föräldrar som genom utbildas genom Svenska ishockeyförbundets utbildningsstegen.

U13 har totalt 5-6 träningstillfällen/vecka som inkluderar isträningar, matcher, och off ice träning.

F14 har totalt 2-4 träningstillfällen/vecka som inkluderar isträningar, matcher, och off ice träning.

Teoriutbildning sker kontinuerligt under säsong.

Samträning kan förekomma.

### CUPER & DM

U13 deltar i seriespel i Stockholms Ishockeyförbunds regi och cuper i samråd med lagledning och ungdomsansvarig.

Tävla i DM för att tävla på högsta möjliga nivå.

Erbjud alla spelare cuper under året.

### SKOLA & ANDRA IDROTTER

I SHC prioriterar vi alltid skolarbetet, det går före all träning och tävling.

Det finns inga hinder med att hålla på med andra idrotter men ishockey bör prioriteras under perioden 1 september till 31 mars. Viktigt med kommunikation i övergång mellan annan idrott och ishockey.



## U14 / F14 - Träna för att tävla

Vi tränar alltmer på att tävla, och under U14 strävar vi fortsatt att erbjuda individanpassad matchträning. Under året får spelarna en större förståelse för olika situationer som uppstår under tävling / match.

### RIKTLINJER

- Sträva efter 13+2 spelare på match.
- Individanpassa träningar & Individanpassa lag för cuper.
- Erbjud matcher efter prestation och träningsnärvaro.
- Inga spelare låsta i det ena eller det andra laget.
- Coacha matcher med special team. PP / BP / Sista minuten i match.
- Eventuella avsteg från U14 plan skall sanktioneras av ungdomsansvarig.
- Minst 2 individuella utvecklingssamtal / spelare och år, med huvudtränare.

### A, B, C MATCHGRUPPER

Om numerären finns för 2 lag strävar vi efter att spela lagen så det blir en nivåanpassning, baserat utifrån lagets kapacitet ett lag i svårare serie och ett i lättare. Erbjud yngre spelare som kommit längre i utvecklingen matcher om möjlighet ges på inrådan från Ungdomsansvarig.

### MÅLSÄTTNING

Skapat god förståelse för att tävla och således vara förberedd på spel i nästa nivå. Säkerställ god sammanhållning och gott kamratskap. Flertal spelare har genomgått domarutbildning. Ett lag kvalificerar sig till Serie A.

### UTBILDNING

Föreningen kan tillhandahålla extern tränare, alternativt är förälder som utbildats genom Svenska ishockeyförbundets utbildningsstege tränare.

U14 har totalt 5-6 träningstillfällen/vecka som inkluderar isträningar, matcher, och off ice träning.

F14 har totalt 2-4 träningstillfällen/vecka som inkluderar isträningar, matcher, och off ice träning.

Teoriutbildning sker kontinuerligt under säsong.

Samträningar kan förekomma.

### CUPER & DM

U14 – Anmäl till GIC med ett lag. Laget skall tävla med de spelare som ligger längst fram i utvecklingen.

Det omfattar även spelare som eventuell tillhör äldre eller yngre träningsgrupp.

Tävlare i DM för att tävla på högsta möjliga nivå. Erbjud alla spelare cuper under året.

### SKOLA & ANDRA IDROTTER

I SHC prioriterar vi alltid skolarbetet, det går före all träning och tävling.

Det finns inga hinder med att hålla på med andra idrotter men ishockey skall prioriteras under perioden 1 september till 31 mars. Viktigt med kommunikation i övergång mellan annan idrott och ishockey.



## U15 - Tävlrar för att tävla

Under det här året förbereds spelarna inför elitinriktning i U16. Vi säkerställer att spelarna fått en god förståelse för vad som krävs för fortsatt utveckling inom Sollentuna hockey. Spelarnas ambition med sin idrott får en större betydelse under året.

### RIKTLINJER

- Sträva efter att spela med 13 +2 spelare på match.
- Individanpassa träningar och Individanpassa lag för matcher och cuper.
- Erbjud matcher efter prestation och träningsnärvaro.
- Inga spelare låsta i det ena eller det andra laget.
- Coacha matcher med special team. PP / BP / Sista minuten i match i utbildande syfte.
- Utökad coaching till kvalificerande matcher och cuper är tillåtet, vilket skall kommuniceras i samband med kallelse till match / cup.
- Genomfört utvecklingssamtal/individuella samtal två gånger per säsong, med huvudtränare.

### A, B, C matchgrupper

Om numerären finns för 2 lag strävar vi efter att spela lagen så det blir en nivåanpassning, baserat utifrån lagets kapacitet ett lag i svårare serie och ett i lättare. Erbjud yngre spelare som kommit längre i utvecklingen matcher om möjlighet ges på inrådan från Ungdomsansvarig.

### MÅLSÄTTNING

SHC ska utbilda spelarna och förbereda inför U16

Ett lag kvalificerar sig till Serie A

Spelarna skall under året fått verktyg och förståelse för fortsatt utveckling inom elitverksamheten i SHC

Säkerställt god sammanhållning och gott kamratskap.

### UTBILDNING

Föreningen kan tillhandahålla extern tränare, alternativt är förälder som utbildats genom Svenska ishockeyförbundets utbildningsstege tränare.

U15 har 5-7 träningstillfällen/vecka som inkluderar isträningar, matcher, och off ice träning.

Teoriutbildning sker kontinuerligt under säsong.

Samträningar kan förekomma.

### CUPER & DM

Tävlrar i DM för tävla på högsta möjliga nivå.

Huvudtränare och ungdomsansvarige väljer cuper för att sammanfoga laget och matchträna.

### SKOLA & ANDRA IDROTTER

I SHC prioriterar vi alltid skolarbetet, det går före all träning och tävling.

När andra idrotter kolliderar med ishockeyn skall ishockeyn vara ett tydligt första val.



## **U16 / F16 – Tävla för att vinna**

Föreningens ambition avser att tydligt kommunicera förutsättningar för såväl spelare som föräldrar.

Detta skall ske årligen under perioden mars-april det år laget skall bli U16.

I U16 har föreningen endast ett pojklag i seriespel vilket begränsar spelplatserna vilket måste hanteras om laget har fler spelare inför U16 året.

### **RIKTLINJER**

- Verksamheten U16/F16 är elitförberedande.
- Spelare som har U18 nivå kommer under säsongen vid tillfälle erbjudas att träna med U18.
- Utökad coachning i utbildande syfte används.
- Yngre spelare som har kapacitet för U16 erbjuds träningar och matcher i U16.
- Kallelse till match efter träningsnärvaro och prestation.
- Eventuella avsteg från U16 plan skall sanktioneras av ungdomsansvarig.
- Genomföra utvecklingssamtal/individuella samtal minst 2 ggr/år/spelare, med huvudtränare.

### **MÅLSÄTTNING**

Ambition för seriespelet skall bestämmas av huvudtränare tillsammans med ungdomsansvarig. Ambitionen bestäms utifrån kapacitet av laget. SHC ska utbilda/förbereda spelarna inför U18

### **UTBILDNING**

Föreningen tillhandahåller extern tränare.

U16 har 5-7 träningstillfällen/vecka som inkluderar isträningar, matcher, och off ice träning.

Teoriutbildning sker kontinuerligt under säsong.

Samträningar kan förekomma.

### **CUPER OCH DM**

Tävlrar i DM för att nå så hög kvalificering som möjligt.

Huvudtränare väljer cuper för att sammanfoga laget och matchträna.

### **SKOLA & ANDRA IDROTTER**

I SHC prioriterar vi alltid skolarbetet, det går före all träning och tävling

När andra idrotter kolliderar med ishockeyn skall ishockeyn vara ett tydligt första val

Spelare förväntas delta på samtliga aktiviteter.



## U18

I Sollentuna Hockey har U18 elitinriktning. Med elitinriktning menar Sollentuna Hockey att man bedriver en verksamhet med sportsliga ambitioner, och utbildningsambitioner som i sin tur ställer höga krav på spelarens delaktighet. Skola först, därefter Hockey. Spelaren måste kunna prioritera och fullt ut vilja satsa på sin Ishockey. Detta påverkar verksamhetens utförande och tillgänglighet för alla.

## LAGET

Laget har ca 25+3 spelplatser. Sammansättning av laget prioriterar närhet, och lokala spelare. Utländska spelare kan erbjudas plats. Sollentunaspelare har prioritet vid likvärdig nivå.

**Huvudtränare:** Av föreningen tillsatt.

Assisterande tränare: Av föreningen tillsatt.

Materialare: Förälder / Lag representant.

Lagledare och övriga funktioner: Förälder / Lag representant.

## EKONOMI

Spelare som har sin primära verksamhet i U18 betalar avgift för U18, oavsett ålder. Den årliga avgiften sätts av Styrelsen. I avgiften ingår:

- Lån av: 2 par matchdamasker, 1 hjälm, 1 par byxor, 1 uppsättning fyskit.

Lagkassa tillkommer och sätts av lagledning.

Laget står för förbrukningsmaterial, puckar mm.

## RIKTLINJER

U18 har elitinriktning. Laget drivs av en Huvudtränare och en assisterande tränare anställda av föreningen. Det är tränare som sätter upp riktlinjer för hur laget skall coachas och spelas. Tränarna arbetar aktivt för att föreningens modell och riktlinjer följs.

Fortsatt utbildning med de bästa förutsättningarna är alltid vår främsta prioritet inom Sollentuna Hockey Club.

- U18 är utbildande inför U20 nationell, eller A-Lag. Dvs. ambitionen är att utbilda alla som är del av laget att fortsätta sin karriär så högt upp som möjligt.
- Sollentuna Hockey strävar efter att bygga laget med spelare som är fostrade i Sollentunas ungdomsverksamhet.
- Spelare kommer kontinuerligt erbjudas utvecklingsplats i U20 nationell.
- U16 spelare kan erbjudas träning och match i U18 som led i sin utveckling.  
Huvudtränare i U16 och U18 bestämmer vilka spelare som deltar och vid vilka matcher.

## MÅLSÄTTNINGAR

Lagets sportsliga målsättning är att tävla i region.



## U20

I Sollentuna Hockey har U20 elitinriktning. Vår absoluta ambition är att fortsatt utbilda spelare i syfte att nå senior verksamhet i Sollentuna HC eget A-lag eller högre divisioner.

## LAGET

Laget har ca 25+3 spelplatser. Sammansättning av laget prioriterar närhet, och lokala spelare. Sollentunaspelare som söker sig till U20 truppen prioriteras.

**Huvudtränare:** Av föreningen tillsatt.

Assisterande tränare: Av föreningen tillsatt.

Materialare: Förälder / Lag representant.

Lagledare och övriga funktioner: Förälder / Lag representant.

Inför säsongen 2026-2027 är det viktigt att samtliga föräldrar i laget hjälps åt att arrangera allt som behöver genomföras för att matcher och resor skall fungera för truppen.

## EKONOMI

Spelare som har sin primära verksamhet i U20 betalar avgift för U20, oavsett ålder. Den årliga avgiften sätts av Styrelsen. I avgiften ingår:

- Lån av: 2 par Matchdamasker, 1 Hjälm, 1 par byxor, 1 uppsättning fyskit.

Lagkassa tillkommer och sätts av lagledning. Inför säsongen 2026-2027 i Nationell är det viktigt att påpeka att laget själva står för resor, kost och logi i samband med seriespelet.

## RIKTLINJER

U20 har elitinriktning. Laget drivs av en Huvudtränare och en assisterande tränare anställda av föreningen. Det är Tränare som sätter upp riktlinjer för hur laget skall coachas och spelas. Tränarna arbetar aktivt för att arbeta enligt föreningens modell och riktlinjer. Fortsatt utbildning med de bästa förutsättningarna är alltid vår främsta prioritet inom SHC.

- U20 är utbildande inför senior verksamhet.
- Sollentuna Hockey strävar efter att erbjuda så många som möjligt från egen U18 trupp tar plats i U20.
- Spelare skall kontinuerligt erbjudas utveckling i A-laget.

## MÅLSÄTTNINGAR

Att utbildningsnivån är så hög att flera spelare varje år tar en plats i A-laget, Hockeyettan eller högre.

Lagets sportsliga målsättning spela i Nationell serie.



## Herr A

SHCs Herr-lag ger förutsättningar till fortsatt utveckling för U20 spelare som utvecklas till seniorer.

Herr-laget ger Sollentuna en unik möjlighet till utveckling inom Sollentunahockey, från tre kronors hockeyskolan till senior ishockey på en hög nivå.

### MÅLSÄTTNINGAR

Målet för Herr-laget är att spela i Hockeyettan under de kommande åren.

### RIKTLINJER FÖR Herr A-LAG

- Verkar för att skapa en naturlig övergång till senior ishockey för juniorverksamhet.
- Skall erbjuda 2-4st U20 spelare träningstid med A-laget regelbundet.
- Skall sträva efter att fylla på med så många Sollentunaspelare som möjligt. Aktivt lyfta och erbjuda matcher / träningar för U18-U20 spelare.
- Spelare och tränarstab skall aktivt och medverka i ungdomsverksamheten och verka som goda förebilder och inspiration till föreningens övriga verksamhet.

## DAM A

SHCs Dam-lag ger förutsättningar till fortsatt utveckling för flickor som utvecklas till seniorer.

### MÅLSÄTTNINGAR

Målet för Dam-laget är att spela i förbättra positionen i tabellen de kommande säsongerna och att ta steget upp i nästa serie.

### RIKTLINJER FÖR Dam A-LAG

- Verkar för att skapa en naturlig övergång till senior ishockey för juniorverksamhet.
- Spelare och tränarstab skall aktivt medverka i flickverksamheten som goda förebilder och inspiration.

\*\*\*\*\*

## FÖRKLARINGAR

Nedan förklaringar kring tränares verktyg att använda sig av under match.

### Coacha med Special TEAMS

Detta innebär att tränare under match kan spela vissa uppställningar, eventuellt nya sammansättningar eller redan färdiga sammansättningar av kedjor och backpar, tex boxplay eller powerplay, eller tex under det sista bytet för att försöka få till ett mål framåt eller förhindra ett mål bakåt. Skillnaden mellan att coacha med special teams och utökad coaching, är att tränare fortfarande spelar hela laget som är uttaget till match med i stort sett jämn fördelning.

### Utökad coaching

Att använda sig av utökad coaching innebär i praktiken att ge vissa spelare mer speltid än andra under en match. Tränare använder sig av utökad coaching för att få till vinst eller utjämning av ställning under matchen.

### Coacha för att vinna

Här har tränare alla verktyg att använda för att spela laget så starkt som möjligt och som krävs för att vinna.