

## Topp hockeykultur

På alle alderstrinn i junioravdelingen satser vi på å bygge hockeykultur på sitt beste, hvor det gis sportslige utfordringer og utviklingsmuligheter samtidig som andre viktige verdier gis stor oppmerksomhet og viktig plass. Totalt sett skal vi tilby følgende:

- Sportslig dyktige trenere som gir spillere og lag mulighet til gode resultater.
- Fokus på fellesskapet og det å få til noe sammen.
- Et miljø som utvikler representasjonsspillere (u20-, u18- og u16-landslag og krets lag).
- Selvtillit og troen på egne ferdigheter i kombinasjon med respekt for andre.
- Humor, fleip og glede i garderoben, på turer og totalt sett i lagmiljøet.
- Gode holdninger utenfor isen – positive verdier også for skole og fritid.

Det skal være attraktivt å begynne, morsomt mens man holder på, og noe positivt å se tilbake på i etterkant. Vi ønsker å gi en berikende fritidsinteresse for livet, enten den utøves som spiller, dommer, trener, leder eller på tribunen. Det er gøy å være "hockeypunch"!

## Støtte Frisk-Asker ishockey junior

Vi henvender oss til det lokale næringslivet for å be om støtte til dette arbeidet. Som støttespiller får ditt firma en plakett på vår tavle i inngangspartiet i Askerhallen (se bilde under).

Stor plakett pr. år kr. 25.000,-. Liten plakett pr. år kr. 5.000,-.

Kontakt Frisk-Asker ishockey junior ved email til [elisabeth@friskasker.no](mailto:elisabeth@friskasker.no) eller ring 6698 8240 mandag-torsdag kl 0800-1200.



# Frisk-Asker ishockey junior "Tigerveien"



Frisk-Asker ishockey junior er en av Norges beste ishockeyklubber. Vi tilbyr barn og unge en spennende og utviklende aktivitet basert på stolte ishockeytradisjoner i Asker.

Vi er en viktig bidragsyter til Frisk Asker sin suksess (A-laget) og samarbeider med andre klubber i regionen (Holmen, Jutul og Jar) for å styrke ishockeysporten. Vi jobber målrettet for å gi et topp tilbud til så mange som mulig.



Tavle med støttespillere for sesongen 2012/2013

November 2012

# TIGERVEIEN

Is hockey er verdens beste og mest utviklende barneidrett. Balanse, koordinasjon, utholdenhet, styrke, spilleforståelse og samarbeid er bare noen av mange stikkord. Det er som å spille tennis på rullskøyter mens motspillere prøver å takle deg. Eller som å spille fotball på glatt is i tredobbel tempo. Ingen andre barneidretter gir mer tilbake teknisk, taktisk og fysisk, og i Frisk Asker kommer lærings- og mestringsopplevelser fort og ofte!

Tigerveien gjennom Frisk Askers junioravdeling går fra 7-åringer til juniorspillere øverst i tenårene. Fra første til siste skøytebak, og alle årene imellom, utvikles hockeyspillere av gode trenere i et gjennomtenkt opplegg, der alle utvikler ferdigheter, der alle gis sportslige utfordringer og der treninger, kamper og garderobemiljø gir fellesskap og



## 1. etappe: Rekruttere

- Aldersgruppen 6/7 til 10 år består av lagene U8, U9, U10 og U11.
- Det yngste laget, U8, er for 7-åringer, men med mulighet for inntak av noen 6-åringer.
- De tre eldste lagene (U9-U11) deltar i et organisert seriespill uten tabeller, og alle (også U8) spiller treningskamper og cuper.
- Vi har plass til 23 spillere i hver av disse årsklassene, totalt 92 hockeyspillere, fordelt på to treningsgrupper.
- Vi ønsker fulltgnede grupper og vil ha nye spillere inn straks det er ledige plasser.
- Det er ikke viktig at man er flink før man begynner, men at man er ivrig og har lyst.
- Treningene omhandler individuell ferdighetsutvikling, som er skøyteknikk, puckkontroll, pasninger og skudd.
- Øvelsene skal være lekpreget og morsomme, samtidig som de gir systematisk læring.
- Alle lærer, alle utvikler seg, alle får ferdigheter og alle får mestringsopplevelser.
- Fra skolstart i august og frem til påske vil det de fleste ukene være 2-3 organiserte treninger.
- I tillegg er det ønskelig at spillerne får tilhørighet til en utebane med "løkkehockey", gjerne at lagkamerater møtes på Risenga.
- Organiserte treninger + hockeylek på fritiden = god start som hockeyspiller!

## 2. etappe: Videreføre

- Aldersgruppen 11 til 12 år består av lagene U12 og U13.
- Her er ikke målet å rekruttere nye, men å ta vare på, videreføre og videreutvikle.
- Dette skal være de mest stabile årene av alle, med få spillere inn og få spillere ut.
- Vi har ett lag pr årskull og trenings samarbeid mellom lagenhetene.
- Gradvis blir det noen flere tilfeller at spillere deltar i en annen lagenhet, for tilpassede sportslige utfordringer, også i kamper.
- Barneidrettsbestemmelsene følges fullt ut og gjelder til og med det året de fyller 12 år.
- Aktivitetsnivået øker, med minst 3 treninger de fleste ukene gjennom sesongen, mest istrening, men også noe trening utenfor isen.
- På treningene vil hovedfokus fortsatt være utvikling av individuell teknikk.
- Målet er at alle i gruppa videreutvikler hockeyinteresse, ferdigheter og treningsglede.
- Seriespillet i Norges ishockeyforbund har ikke synlige tabeller, men kampene gir oss viktige indikasjoner på hvor vi står utviklingsmessig og ferdighetsmessig.
- Det blir litt flere kamper, særlig på grunn av påmelding til flere cuper.
- Den første utenlandsturen til cup i Sverige kommer vanligvis etter nyttår i U12.

## 3. etappe: Konkurrere

- Aldersgruppen 13 til 15 år består av lagene U14, U15 og U16.
- Disse aldersklassene defineres ikke som "barneidrett", men som "ungdomsidrett".
- Aktivitetsnivået blir høyere, med flere kamper, cuper og reiser.
- Antallet istreninger øker til ca 4 pr uke, og det blir gradvis mer av barmarkstrening og fysiske tester.
- Det blir mer fokus på samspill og samhandling under trening og i kamper.
- Tilbudet i Frisk Asker tilpasses treningsvillige spillere med stor hockeyinteresse.
- For noen blir aktivitetsnivået i Frisk Asker høyere enn hva hockeyinteressen tilsier.
- For å kunne gi alle et godt og tilpasset tilbud, vil vi videreutvikle samarbeidet med våre naboklubber.
- Totalt sett skal klubbene tilby hockey som aktivitet både for spillere med ulikt interesse- og ferdighetsnivå.
- Spillerutvikling er fortsatt viktigere enn resultater, og målet er å ta vare på, gi utfordringer til og utvikle mange spillere.
- Fokus på resultater – kortsiktig kontra langsiktig – varierer i ulike typer av kamper.
- I Forbunds cupen (uoffisielt NM) blir lagene satt opp og ledet ut fra kortsiktig sportslig resultat.

## 4. etappe: Prestere

- Aldersgruppen fra 16 år består av lagene U18 og U20.
- I denne alderen er klubbens hovedoppgave å legge til rette for toppidrettssatsing.
- Spillerutvikling er fortsatt viktig og veies i seriespillet opp mot kortsiktige resultater.
- Prestasjonsgruppas sportslige suksess defineres gjennom NM-sluttspillene, hvor målet er å vinne.
- Videre spill i klubben på dette nivået er noe man kvalifiserer for, det vil si blir tatt ut til.
- Andre klubber i regionen sikrer et bredere hockeytilbud, med flere ferdighets- og aktivitetsnivåer.
- Fra 16 år samarbeider klubben med NTG (Norges Toppidrettsgymnas) for å legge til rette for kombinasjonen skole/idrett.
- Ved inntaket til NTG er det åpent for spillere fra alle klubber til å søke.
- Det skal legges til rette for videre satsing for sportslig kvalifiserte spillere, også utenfor NTG.
- NTG-elever trener morgentreninger i skoletiden, i tillegg til kveldstreningene.
- Spillere som deltar i morgentreninger og NTG-samlinger, betaler forhøyet treningsavgift.
- Målet er å utvikle gode nok hockeyspillere til at noen også går videre til A-laget.

tilhørighet.

Tigerveien bygger på høyt aktivitetsnivå og mye idretts glede. Det krever sitt i tid og engasjement, men det gir enormt mye tilbake. Hallen blir et treffpunkt og miljøet et fellesskap, også for de foresatte. Voksne som følger lagene blir kjent med hverandre og hverandres barn, og deler nye og spennende opplevelser fra år til år, mens vi lever med laget og støtter ungene våre!

Tigerveien vil for noen ende opp i eliteserien for seniorer, og det skal få være et mål for mange håpefulle med sine drømmer og ambisjoner. Men det viktigste målet er veien i seg selv og hva den gir av læring og glede underveis. Barne- og ungdomsidretten skal være positiv og spennende for de mange, samtidig som den åpner muligheter også for den som har vilje og evne til å bli noe ekstra. I Frisk Asker er vi opptatt av begge deler!

Tigerveien er summen av det vi allerede får til i Norges beste junioravdeling og det vi har bestemt oss for å gjøre enda bedre i fremtiden. Velkommen med på laget!