

# VERKSAMHETSBERÄTTELSE

ÖSTERSUNDS IK  
2023-2024



# Verksamhetsberättelser Östersunds IK 2023-2024

## Ordförandens inledning

Under säsongen 2023/2024 har vi anpassat oss till en lite annan organisation och verklighet då föreningen och elitverksamheten för första året separerats då ÖIK elithockey AB startades. Med det ställs också hårdare krav på bättre fungerande processer och struktur från den operativa driften i föreningen.

Under början av det nya verksamhetsåret sjösattes den omorganisation som startades under säsongen 2022/2023.

Under året har vi kunnat erbjuda cuper och camper från skridskoskola (Winter Classic) upp till U15. Vi har samtidigt lagt stor vikt på att kunna erbjuda camper och aktiviteter för föreningens spelare även under skollov vilket har varit väldigt uppskattat från många håll.

På barn- och ungdomssidan ser det ut som att den positiva trend vi hade förra året håller i sig då de yngsta grupperna nu växer sig större. Tjejhockeyn som vi startade upp får också betecknas som en succé och fortsätter växa.

Östersunds IK som koncern har aldrig tidigare omsatt så mycket pengar, och vi fortsätter visa väldigt starka ekonomiska resultat. Det bådars gott för arbetet med att fortsätta skapa en stark och långsiktig organisation, med stora förhoppningar och planer för framtiden.

## Styrelsens verksamhet

Styrelsen har under året bestått av ordförande Tommy Wahlund, vice ordförande Andreas Thors, ordinarie ledamöter Per Tagesson, Jessica Granqvist, Nikos Strantzalis, Andreas Hagvall, Theresa Letterhag samt Suppleanter Fredrik Mörtberg och Anders Waplan.

Styrelsen har under säsongen haft 11 protokollförda möten.

## Sportslig verksamhet

Östersunds IK har i år bedrivit en verksamhet från Jämtkraft Hockeyskola upp till A-lag. ÖIK har arrangerat flertalet cuper och camper. Östersunds IK har haft ungefär 500 aktiva spelare i hela åldersspannet.

## ÖIK A-lag

Laget inledde säsongen med huvudtränare Roger Forsberg med Markus Molin som assisterande tränare och med Niclas Morén som målvaktstränare. Molin gjorde sin sjätte säsong som assisterande tränare, och Morén sin tredje som målvaktstränare. Håkan Lysén skötte vidare materialförvaltningen medan Alexandra Bitsakis med hjälp av Per-Ivar Andersson agerade sjukgymnaster. Vi samarbetade med hälsocentralen Fjällripan på Frösön och hade Simon Åden Bygdell till stöd som lagläkare. Sportchef var för femte året Per Tagesson som hade hjälp av Kjell-Åke Andersson klubbchef. Under säsongen entledigades Roger Forsberg och Tero Lehterä tog över som huvudtränare. Truppen bestod av sex spelare från närområdet och/eller som gått hockeygymnasium i Östersund. Utöver spelarna i A-lagstruppen fick tre ÖIK-juniorer vara ombytta och spela matcher med A-laget under säsongen och än fler fick vara med och träna.



## Resultat under säsongen:

Efter 52 omgångar i Hockeyallsvenskan slutade laget på plats 13 i tabellen och fick spela Play-out för att kvalificera sig för fortsatt spel i Hockeyallsvenskan.

Laget vann Play-out spelet mot Västervik med 4-2 i matcher och kvalificerade sig för spel i Hockeyallsvenskan 2024-25.

Resultatmässigt och poängmässigt startade säsongen svagt, efter tränarbytet gick laget något starkare trots sämre underliggande siffror.

Jämfört med första säsongen i Hockeyallsvenskan tog laget nio poäng färre, 50 vs 59 poäng, men hade en bättre målskillnad, -40 vs -53.

## ÖIK J20 Elit

Säsongen 2023-24 startades 3/8 2023 med totalt full trupp (3+9+14) En spelare lämnade under säsongen för spel med Mora IK i J20 Nationell. Ett antal spelare har deltagit i matchspel med Brunflo IK (A-lag & J20), Vallentuna BK (Hockeyettan) och Timrå IK ( J20 nationell)

Vi har under säsongen haft en väldigt god gruppsammanhållning och bra stämning i anslutning till match och träning.

## Försäsong:

Då serien startade den 9:e oktober så spelade vi totalt åtta träningsmatcher mot diverse motstånd, allt från Almtuna IS i J20 nationell till Vännäs HC i Hockeyettan.

## Grundserien:

Att sätta en träningskultur och ett arbetsätt gällande videoteori, taktisk teori samt att bygga gruppen. Gruppen svarande på träningen och ville utföra samtliga 21 omgångar på ett bra sätt trots att den sportsliga differensen mellan många av lagen var väldigt stor. Laget slutade 2:a på samma poäng som seriesegraren.

## Topp-8 (det gamla slutspelet):

Med ökad sportslig utmaning och en träningsprofil som riktar sig lite mer mot prestation på matcher gynnade gruppen. Moralen och glädjen till att spela matcher steg avsevärt och vi slutade tvåa även här med två poäng upp till seriesegrande Björklöven.

## Slutspelet

Slutspelet började i kvartsfinalen med Clemensnäs HC som motståndare. Nytt för säsongen 23/24 var att matchserien avgjorde i bäst av två matcher, vilket innebär att målskillnad är en faktor. Resultatet mot Clemensnäs landade i 2-5 & 11-1. I semifinalen stod IF Sundsvall Hockey för motståndet, denna matchserie avgjordes på övertid då match 1 slutade 3-3 & match 2 slutade 2-2 på ordinarie tid. I finalen väntade IF björklöven. En matchserie vi förlorade efter resultaten 1-2 & 6-4. Björklöven gick därefter upp till J20 nationell efter kvalserien.

### **Utveckling / stimuli:**

Under säsongen har totalt nio spelare tränat med A-laget och fyra av dessa har varit ombytta vid matchspel i Hockeyallsvenskan.

Under säsongen har vi haft ett utbyte med Timrå IK där fyra spelare har fått testa på matchspel i J20 nationell.

Under säsongen har majoriteten av spelare i J18 Region och ett fåtal spelare i J18 div 1 fått träna med J20-laget

Under säsongen har sex spelare från J18 region spelat minst en tävlingsmatch med J20-laget.

### **ÖIK J18 Elit**

Säsongen 2023–2024 leddes av huvudtränaren Anders Selin samt assisterande tränarna Charlie Andersson och William Sandström. Lagledare var Per Karlsson, sekretariatsansvarig var Magnus Lexhagen och materialförvaltare var Thomas Spångberg och Olle Eriksson. Truppen bestod av två målvakter, åtta backar och 13 forwards.

Säsongen startade 2 augusti och vi spelade sju träningsmatcher. Serien (J18 Regional Norr) spelades i 22 omgångar vilket startade 16 september och avslutades 10 december. I den serien slutade vi på en sjunde plats, en placering sämre än föregående år men med endast 8 poäng ifrån Nationell vilket är bästa resultat poängmässigt på fem säsonger.

Efter årsskiftet spelade vi 14 seriematcher (J18 Regional Norr fortsättning) mellan 10 januari och 13 mars. Där slutade vi på en andra plats och missade att kvala in till SM-slutspel med endast en poängs marginal. En handfull spelare har flyttats upp både i träning och matchspel med J20 samt att hela 17 spelare har stöttat upp och spelat matcher med J18div1 när det behov har funnits.

### **ÖIK J18 Div 1**

Vi drog igång säsongen under april månad med sommarträning måndag-fredag ledd av Kjell-Ivar Lundholm, Anders Selin, Charlie Andersson mfl. Vi körde på till mitten av juni med sommarträningen i grupp och sedan blev det eget ansvar resten av sommaren med ett program framtaget av Kjell-Ivar Lundholm.

Vi började med isträningar igen den 7 augusti. Vi har kört 102 träningspass under säsongen efter att vi avslutade sommarträningen.

Spelare födda 2006-2007 har i deltagit i träning med J18Div1 och vi har också haft mellan 3-7 spelare från 2008 med på våra träningar samt vid några tillfällen har även spelare födda 2009 deltagit. Några enstaka spelare födda -06 och -07 har gjort några träningar med J18Reg och 1-2 spelare har varit med vid ett matchtillfälle.

### **Seriespel**

Vi har spelat i J18Div1 serien med nio lag och dubbelmöten fram till jul sedan i fortsättningsserien med åtta lag och dubbelmöten. Vi spelade totalt 30 matcher.

### **Cuper och träningsmatcher**

Vi spelade tre träningsmatcher innan säsongen drog igång.

Vi har inte deltagit i någon annan cup.



## **Spelare & ledare**

Vi har varit två målvakter och 20 utspelare, som tidigare nämnts har vi haft ett utbyte med U16-15 som haft med spelare både på träning och match. Vi har även haft spelare från J18Reg med vid några matcher. Utbytet med andra lag har varit mycket bra och berikande för vårt lag och för klubben då vi bygger en gemenskap över ålderskullarna. Synd dock att vi inte i större utsträckning kunnat slussa grabbar uppåt då vissa skulle behöva den utmaningen.

Vi hade tyvärr två spelare som avslutade sitt spel under säsongen. En spelare slutade tidigt på säsongen och en senare mitt under säsongen.

Vi har varit mellan 3-4 ledare. Samtidigt har vi naturligtvis gjort olika mycket inom olika områden beroende på hur familjesituationen sett ut under säsongen. Ibland har det varit svårt att få ihop det men vi har lyckats lösa hela säsongen.

## **Fokus under säsongen**

Då vi blev ett nytt gäng med spelare efter att spelare gått till NIU och vissa återvänt från Brunflo. Så har mycket av vårt fokus legat på att få ihop gruppen 2006/2007 samt även med de som deltagit från 2008. Vi har arbetat med mycket uppspel och att verkligen tävla både på träning och match.

## **Spaning inför nästa säsong**

Vi kör sommarfys mellan v18 och v25 sedan blir det troligtvis eget ansvar till att vi kan gå på is igen i augusti. Vi kommer att spela i J18Div1 även nästa säsong så vi behöver ta kliv i hur vi tävlar om varje puck samtidigt som vi utvecklar våra andra skills.

Vi kommer troligen tappa ett antal födda 2007 men det kommer många födda 2008, så truppen kan eventuellt bli i största laget.

## **U16 Region Norr**

Laget bestod av 21 stycken spelare, samtliga födda 2008. Två målvakter, åtta backar och 11 forwards. Laget tränades av huvudtränare Jonas Grip och Assisterande tränare Markus Sulk, Daniel Brodin, Daniel Sandgren och Kent Eriksson. Materialförvaltare var Magnus Östlund och Peter Martinsson. Lagledare var Anders Jonson och Lina Reinholdt.

Säsongen startade 7 augusti. Hösten bestod av en delad verksamhet då stora delar av laget var involverad i distriktslagsverksamheten och flertalet fick chansen att spela TV-pucken. Laget genomförde en teambuilding på Mullfjällets fjällstation och spelade två träningsmatcher innan serien startade. Laget spelade 24 seriematcher i U16 Regional Norr. Seriespelet var tufft med emellanåt tunga resultat.

Spelarna har utvecklats av att spela i ett högt tempo och tävla om varje centimeter på isen. Lärdomar som varje individ har nytta av i sina fortsatta ishockeyspelande. Laget har trots resultaten hållit ett gott mod och alltid haft roligt med varandra. Under säsongen har spelare fått spela matcher i utvecklingssyfte med J18 div 1 och den lokala U16 serien.

Laget har haft ett väldigt nära samarbete med framförallt U15 för att stödja med spelare till träning och match. Under säsongen har laget även lånat spelare från både J18 div 1 och J18 region. Under slutdelen av säsongen sammanfogades och tränade gruppen mycket tillsammans med J18 div 1 för att skapa band och kamratskap för nästasäsong.

Laget för pojkar födda 2008 kommer nu att gå in i sin juniorålder. Flertalet spelare kommer att fortsätta sina hockeykarriärer på hockeygymnasium både NIU & LIU både i Östersunds IKs regi och i andra föreningar.



## ÖIK födda 2009

Efter fys under sommaren så drog vi igång isträningen måndag 7 augusti.

### Seriespel:

Vi spelade såväl i U15-serien som U16 division 1 med lag från Medelpad och Ångermanland. I U15-serien spelade vi 18 matcher och vann åtta av dessa, en oavgjord och nio förluster. Det gjorde att vi slutade sexa av tio lag i den serien. I U16 division så var det fyra lag med, där spelade vi elva matcher och vann fem, spelade två oavgjorda och förlorade fyra, vilket gav en tredjeplats.

### Cuper och träningsmatcher

Guld! Brons! Brons!

I januari åkte vi till Sveg för DM-final, där Sveg hade ordnat ett riktigt fint arrangemang med intro och nationalsång. Sveg vann skotten med 40–32 men det var vårt gäng som stod för flera läckra passningar och avslut – vilket slutade med en 9–0-seger. Så vi kunde fira som DM-mästare.

Vi avslutade sedan säsongen med två väldigt lyckade cuper i april. Först arrangerade vi Ricard Persson Cup hemma i Östersund Arena, där nio lag deltog från stora delar av norra Sverige, bland andra Boden, Kiruna och Huga och Strömsbro från Gävletrakten. Vi fick väldigt mycket beröm för arrangemanget av de deltagande lagen. För vårt eget gäng så spelade vi säsongens bästa hockey. 6–0 mot Kiruna, 1–4 mot Järved, 4–2 mot Luleå, 4–2 mot Njurunda, 4–3 mot Hudiksvall, 2–3 mot Huga, 0–2 mot Strömsbro och 3–1 mot Boden i grupp-spelet gav en fjärdeplats bland de nio lagen. Sedan bärgade gänget hem bronset genom en imponerande 7–0-seger mot Luleå.

Veckan efter åkte vi till Dalarna och Furudal för Leksands Sparbanks Cup och återigen blev det medalj. I grupp-spelet spelade vi bland annat 2–2 mot starka Valbo, den enda poängen de tappade under hela cupen. Det blev en tredjeplats i gruppen och därmed bronsmatch mot arrangerande IFK Ore. Vi tog i kapp 1–3 till 3–3 och efter en mållös sudden death blev det en straffryssare, där ÖIK gick segrande ur striden efter att alla straffar från Ore räddats och ÖIK satte sin första straff. Så ett DM-guld och två cupbrons blev det till slut.

### Spelare & ledare

26 spelare och nio ledare hade över 170 aktiviteter tillsammans och precis som tidigare år så är ÖIK09 ett gäng som har otroligt roligt tillsammans, samtidigt som vi utvecklas tillsammans genom bra träningar med bra fart och fokus.

### Fokus under säsongen

Vårt fokus har precis som tidigare år varit att spelarna ska ha kul, må bra och utvecklas som människor och som hockeyspelare. Vi har alltid stort fokus på skridskoåkningen, vilket också märks när vi möter andra lag där vi ofta får beröm för att vi är så starka skridskoåkare.

### Spaning inför nästa säsong

Full fart inför spel i U16 region med fys fem gånger i veckan i maj, juni och juli, innan vi går på is igen i början av augusti.

## ÖIK födda 2010

Från 230801 till 240430 har vi haft 135 träningsstillfällen totalt räknat. Antal ispass är strax över 100.

Vi har haft två lag anmälda till U14serien och har spelat 21 matcher x2. Utöver det har vi hjälpt Järpen vid några tillfällen med att låna spelare. U14 har spelat 2x20min.



ÖIK 1 & 2 placerade sig på plats fem och sju i serien med 12 lag.

Vi har deltagit i fyra cuper. Marklunds, BGN höstlovscup, Scandic Cup (vår cup) och Per Svartvadet cup. Vi har spelat två finaler och tog hem bronsmatchen i Övik. Tre av fyra topp 3-platser.

Har åkt buss tre gånger till sundsvall/Timrå/Kovland.

Vi var till en början 22 utespelare och fyra målvakter. En målvakt slutade efter årsskiftet för att satsa på fotbollen.

Vi har under hela säsongen fokuserat mycket på arbetsinsatsen, förståelsen för att gå för fullt osv. Vi har också fokuserat på spelförståelse och spelets olika moment. Självklart har vi också lagt mycket tid på skridskor och teknik m.m. Ett mål vi haft under året när det kommer till matcher är att spela så många jämna matcher som möjligt, inte så resultatfokuserat.

Utanför isen har vi lagt väldigt mycket tid och kraft kring lagsammanhållning. Hur vi vill att vi ska vara mot varandra som lagkamrater, mot tränare, mot domare och motståndare.

Inför nästa år ser truppen relativt intakt ut. Det är ett fåtal frågetecken men de absolut flesta har anmält att de kommer fortsätta.

Sammanfattningsvis har säsongen sportsligt varit väldigt lyckad. Mycket har varit bra.

### **Seriespel**

Vi spelade i U14-serien för Jämtland/Härjedalen och Medelpad. En serie med elva lag, bland annat norska Astor och Rosenborg. Så det blev 20 matcher totalt, där matcherna spelades 2 x 20 minuter. Vårt gäng gjorde många starka matcher i serien, bland annat blev det oavgjort mot Astor som vann serien utan att förlora en enda match. För oss blev det totalt 25 poäng och det jag en andraplats i serien.

### **Cuper och träningsmatcher**

Vi lirade en hel del träningsmatcher, bland annat mot Mora och Sundsvall och vi rivstartade säsongen med en tidig cup i början av september i Valbo, för att sedan hinna med ytterligare tre cuper. Först var vi Umeå, sedan var det vår hemmacup som blev ett väldigt lyckat arrangemang med hela tolv lag som lirade i tre dagar. Vårt gäng gjorde bland annat en kanonmatch då vi vann mot Astor i slutspelet efter straffläggning. Sedan avslutade vi säsongen med att åka till Trondheim på en cup där vårt gäng inte förlorade en enda match och fick äran att lyfta segerbucklan.

### **Spelare och ledare**

Vårt lag bestod under säsongen av en trupp på 26 spelare, tre målvakter och 23 utespelare. En väldigt träningsvillig grupp. Vi har varit åtta ledare, fördelat på fyra tränare, två materialare och två lagledare.

### **Fokus under säsongen**

Vi har i alla år jobbigt mycket med de mjuka värdena, att det viktigaste av allt är att spelarna ska utvecklas till bra människor. Vi har även jobbat med att stärka gruppen och utvecklingen som människa, genom att göra saker utanför hockey. Bland annat så var hela gänget iväg och dansade och spelade golf. Dessutom har vi under säsongen haft föreläsning om hjärnans utveckling och inre/yttra motivation och besök och utbildning från experter kring bland annat balans.

När det gäller det rent sportsliga så har vi fortsatt med vårt fokus på skridskoteknik och utveckling av de individuella färdigheterna med många teknikövningar. Vi började också under säsongen alltmer jobba med mer spelmoment såsom uppspel och powerplay. Vi har samarbetat med såväl 08 som 10 för att spelare ska träna både med äldre och yngre.





## Spaning inför nästa säsong

Vi har uppmuntrat spelarna att vara med på den fysträning som har erbjudits via U16 (födda 2008) och där har också ett gäng av våra spelare varit med rätt flitigt. Vi ser framemot en säsong med fler matcher, det blev för få matcher för många spelare förra säsongen, så vi ser framför oss lag i två serier (U16 division 1 och U15) plus att några av våra spelare får testa på spel i U16 region.

## ÖIK födda 2011

Vi drog igång säsongen under augusti månad.

## Seriespel

Vi har spelat **U13 Jämtland/Härjedalen-Medelpad** (16 matcher helplan), placering **1:a**.

Lag vi mötte i serien var Timrå IK, Njurunda SK, Näldens IF, Svegs IK, Kovlands IshF, IF Sundsvall Hockey, Järpen och Brunflo.

Resultatmässigt så tappade vi endast en poäng på hela säsongen och vi hade **+149** i målskillnad.

Under säsongen så har vi också haft ett samarbete med Järpens IF där vi lånat ut spelare till dem så att de kunde spela seriematcher.

## Cuper och träningsmatcher

Innan seriespelet så spelade vi träningsmatcher mot Ramsele IF U14 och Norrskan. Efter säsongen så spelade vi träningsmatch mot Näldens IF U14.

Cuper vi deltagit i:

- **Nordic Youth U13** (22 - 24 sep 2023), 43 lag, placering **4:a**

Denna cup spelas i Värmland och innehåller lag från Sverige och Norge.

Vi vann vår grupp och gick till A-slutspel och slutade 4:a i hela cupen. Vi spelade i grupp A, i Munkfors mot Tullinge TP, Skedsmo Ishockey, IFK Munkfors, Vålerenga IF, Nidaros Hockey, Hasle-Løren Ishockey, AIK (Solna) och Järfälla HC. Vi vann alla matcher utom semifinalen AIK (3-5) och 3:e pris mot Järfälla HC (3-4). Det var en rolig cup som vi kan rekommendera till andra lag att vara med på.

- **Nacka Trophy U13 AAA/AA** (5-7 jan 2024) 10 lag, placering **9:a**

Denna cup spelades i Nacka, där vi spelade grupp A mot Nacka HK svart, NÆRBØ FARMERS (NORWAY), AIK (Solna), Brinkens IF, Djurgårdens IF och Norrtälje IK. Resultatmässigt så gick det sådär men spelmässigt så gjorde vi en bra cup. Vi vann mot Nacka HK svart och Norrtälje IK. Resultatmässigt så var alla matcher relativt jämna utom mot NÆRBØ FARMERS 4-18 (3-5, 1-13) där vi tappade helt i andra perioden. Vi känner själva att vi skulle vunnit någon mer match denna cup. Men ibland så studsar det inte rätt. Roligt att notera: NÆRBØ mönstrade en 1:a femma bestående av Oliver Tomastik, Matias Krupa, Matus Hornak, Kristof Misik och Oskar Horinka. Dessa spelare spelar till vardags i Slovakien och de tre förstnämnda anses vara några av de bästa spelarna i världen i denna årskull. Djurgårdens målvakt Hampus Trygg var också otroligt bra och rolig att möta.

- **Markus Åkerblom Cup U13** (16-18 feb) 12 lag, placering **1:a**

Detta är vår egen cup som vi arrangerade. Vi spelade mot Örnsköldsvik SK, Leksands IF, Skellefteå AIK vit, Luleå HF, Nidaros Hockey Blå, Svedjeholmens IF. Resultatmässigt så vann vi alla matcher utom mot Luleå HF. Vi vann finalen mot Leksands IF 4-2 med skottstatistiken 21-6 (9-4, 12-2)

- **MoraKniv Cup U13** (22-24 mars 2024) 7 lag, placering **1:a**

Denna cup spelas i Mora, vi spelade mot Stavanger Oilers, Lindlövens IF, Stjernen Hockey, Älta IF, Mora IK och IF Sundsvall Hockey. Vi vann alla matcher och vann sedan även mot Mora i finalen 5-4.

## Spelare & ledare

17 (15+2) spelare och 5 ledare





Under säsongen så fick vi in 2 nya spelare. Vi har också lånat in spelare från U12 till några matcher och cuper.

### **Fokus under säsongen**

Vi fokuserar på skridskoteknik, spelförståelse och tävling på varje träning. Under träningarna så försöker vi maximera den aktiva tiden för varje enskild spelare. Vi har kört fys i samband med varje ispass. I övrigt så försöker vi vinna varje match, varje cup och varje serie.

Fokus under säsongen har också varit att hitta utmaningar för våra spelare. Vi har sökt matcher mot U14 motstånd, samt att vi lånat ut dem så fort vi kunnat.

### **Spaning inför nästa säsong**

I övrigt så tänker vi försöka hitta utmaningar genom att åka på cuper med lämpligt motstånd.

### **ÖIK födda 2012**

Vilken fantastisk säsong vi har haft och vi avslutar med ett silver i Mora Kniv cup U12.

### **Seriespel**

Vi har haft ett lag anmält i J/H U12 serie (smålagsspel), 2 spelare har stöttat ÖIK-11 i U13 vid deras seriespel och cuper. Vid några tillfällen har spelare från ÖIK-12 stöttat mixlaget Järpen / Östersund i U13.

### **Cuper och träningsmatcher**

Vi har spelat fem sammandrag med smålagsspel, varav ett där vi stod värd i Östersund arena.

Under den här säsongen har vi klivit upp från smålagsspel till helplansspel. Vi har lämnat tutan bakom oss och satt föräldrar på prov i sekretariatet.

För att förbereda oss på bästa sätt har vi genomfört en rad träningsmatcher på helplan. Det har vi kunnat göra med hjälp av fint samarbete med Kovland, Ånge, Sundsvall och Härnösand.

Laget har tillsammans klivit upp extra tidigt och tagit bussen först till Umeå och sist till Mora för cup.

Tillsammans har vi anordnat en fantastisk cup på hemmaplan med 12 deltagande lag, inklusive ett eget.

### **Spelare och ledare**

I början av säsongen fick laget ett tillskott på fyra stycken nya spelare. Under säsongen har vi varit totalt 17 spelare och sju ledare (en lagledare, tre istränare, tre materialare).

### **Fokus under säsongen**

Fortsatt fokus på skridskoteknik samt att försöka få fler spelare att "tävla" om pucken, våga kliva fram och ta plats i spelet.

### **Spaning inför nästa säsong**

Om inga nya spelare ansluter så är vi en tunn trupp, två av spelarna född 2012 kommer högst troligt att både träna och spela seriespel och cuper med U14, vilket gör att denna trupp blir ännu mindre.

I Jämtland/Härjedalen kommer det troligtvis inte att finnas någon serie i U13, då föreningar som spelade smålagsspel i år har för lite underlag för spel på helplan.

### **ÖIK födda 2013**

Vi drog igång säsongen under augusti månad med träning för de som hade möjlighet och intresse.

### **Seriespel**

Vi har under säsongen spelat i en lokal serie för U11, i vår åldersgrupp finns många föreningar representerade vilket är glädjande. Vi har haft två lag anmälda till denna serie där vi har fortsatt att spela



3 mot 3 och där matcherna arrangeras enligt hemmaplansmodellen.

### **Cuper och träningsmatcher**

Säsongen 23/24 deltog vi i tre olika cuper och vi hade i samtliga cuper anmält två lag så alla får spela så mycket som möjligt. Den första var vår hemmacup - Ulf Dahlén cup där vi hade 18 deltagande lag fördelade från 9 olika föreningar, kul att vi inom vår åldersgrupp för första gången fick hälsa två norska föreningar välkomna till oss. Cupen fick mycket fina vitsord från våra besökande föreningar vilket alltid är positivt. Cupen spelades i matcher om 2\*15min med rullande byten. Ett extra stort tack vill vi rikta till alla föräldrar, sponsorer och andra ideella krafter som gjorde denna cup möjlig!

Sen besökte vi Sundsvall för deras Sundsvall hockey cup i början på mars, alltid uppskattat av barnen att få åka iväg på cupen. Några nya lag som vi inte mött tidigare vilket alltid är intressant, cupen bjöd på tufft motstånd.

Den sista cupen vi deltog på var End of Season cup som gick av stapel i Trondheim i slutet på april, för första gången åkte vi gemensamt i en buss till cupen och det var både nervöst och spännande att spela cup i Norge. Bra motstånd även här men vi mötte upp det väldigt bra på totalen, en fin avslutning på hockeysäsongen.

### **Spelare & ledare**

Vi har under året haft en träningsgrupp om 22 stycken, det var någon som valde att sluta men vi kunde samtidigt välkomna tre nya spelare till oss, lite olika anledningar men någon har testat tidigare och ville prova vara med på riktigt och en som började hos oss iom flytt till Östersund. Inom ledarstaben är vi sex st som leder verksamheten på isen och planering kring sporten och till vår hjälp har vi haft två materialare, en lagledare, två cupansvariga och en som håller ihop föräldrainsatser.

### **Focus under säsongen**

Vi har fortsatt på den inslagna vägen vi haft från start där vi försöker arbeta mycket med skridskoåkning och spelförståelse. Vi pratar mycket om att agera som lag och hur vi tar tillvara på alla spelare på isen. Detta är punkter som vi med all säkerhet kommer fortsätta arbeta med under nästa säsong samt intensiteten i allt vi gör.

### **Spaning inför nästa säsong**

Vi har som sagt under året varit en träningsgrupp om 22 spelare, vi vet att det är några spelare som är tveksamma till att fortsätta spela då andra sporter och intressen tar mer tid och prioriteras. Förhoppningsvis fortsätter vi att spela i den lokala serien med sammandrag förutsatta att våra länsföreningar fortsatt får ihop spelargrupper. Gällande cuper var det som sagt väldigt uppskattat att besöka Trondheim och deras cup även Sundsvall och Timrå har varit uppskattade arrangörer genom åren vilket då är troligt att vi siktar på även nästa säsong förutsatt att de fortsätter att arrangera cuper.

### **ÖIK födda 2014**

Vi drog i gång säsongen under augusti månad.

### **Seriespel**

Vi har vid fem tillfällen under säsongen spelat sammandrag. Deltagande lag har varit Nälden, Brunflo, Ramsele och Svenstavik. Vi har ställt upp med två till tre lag vid varje sammandrag beroende på antalet anmälda spelare.

Vår ambition har varit att ge spelarna så mycket matchtid som möjligt i sammandragen.

Matcherna har spelats 1 x 15 minuter med tutbyten varje minut.



### **Cuper och träningsmatcher**

Under säsongen har vi deltagit i tre st cuper, varav en av dessa har varit hemmacup.

Bryngel Cup i Sundsvall, Edler Cup i Östersund och Zäta Cup i Timrå.

Vi har ställt upp med två till tre egna lag i cuperna och genomgående har det varit väldigt bra cuper där vi fått spela många jämna matcher.

Cupen vi själva anordnade var Edler Cup som gick av stapeln i november. 15 lag från 7 olika föreningar deltog. En mycket lyckad cup där vi fick mycket beröm från ledare och föräldrar från gästande lag.

Vi har redan fått frågan från andra föreningar när vi har cup för säsongen 2024-2025.

### **Spelare & ledare**

Under säsongen har vi haft 24 st spelare i truppen och sex st ledare.

### **Focus under säsongen**

Hockeymässigt har fortsatt fokus under säsongen varit på skridskoåkning, klubbteknik och passningar.

Vi jobbar också mycket med att spelarna ska våga utmana sig själva samt att när vi tränar eller spelar match så ska spelarna anstränga sig och göra sitt allra bästa.

Vi pratar också en hel del om förståelsen för spelet, både med och utan puck och där har vi kunnat se en fin utveckling i att kunna fatta bättre och bättre beslut på isen.

Träningsarna sker allt som oftast i stationsformer.

Utanför det hockeymässiga jobbar vi fortsatt med att varje spelare ska uppträda snyggt och vara en bra lagkompis. Trivseln i gruppen är hög och det märks inte minst på cuper där spelarna umgås hela dagarna.

### **Spaning inför nästa säsong**

Efter säsongen på is har vi erbjudit 1-2 ggr i veckan i en inomhushall där fokus har varit på klubbteknik, koordination, styrka och snabbhet. Närvaron har varit fin och vi anser att det är jätteviktigt att spelarna får träffa varandra så att vi håller ihop laget under det relativt långa sommaruppehållet. Fram till midsommar kör vi detta upplägg. För spelarna med sommaridrotter har vi uppmanat att prioritera det om det krockar med hockeyn.

Vad gäller spelartruppen så vet vi att en ny kille börjar med oss nästa säsong. Vi har även haft några som testat på hockey under våren och som eventuellt väljer att fortsätta. I dagsläget känner vi inte till några avhopp.

Vi utökar ledarstaben med en till istränare/fystränare.

Träningsmängden ökar en aning i enlighet med ÖIK:s sportsliga riktlinjer. Fysträningen kommer nu att bli ett allt viktigare inslag i träningen. Glädjande nog får vi hög kompetens kring just fysträningen i och med att en ny ledare ansluter.

Vi har för avsikt att fortsätta sammandragen och åka i väg på ett par cuper. Vi vill också spela fler matcher och förhoppningsvis får vi till ett antal träningsmatcher utöver sammandrag och cuper.

Träningsinnehållet kommer att vara ganska likt föregående säsong.

### **Kort sammanfattning**

Vi har bland istränarna utsett en målvaktsansvarig vilket har ökat intresset för att stå i mål.

Vi har i dagsläget 4-6 spelare som med jämna mellanrum väljer att stå i mål, grymt kul tycker vi ledare men ffa spelarna!



## ÖIK födda 2015

Vi drog i gång säsongen under augusti månad.

### Seriespel

Vi har vid fyra tillfällen under säsongen spelat sammandrag. Deltagande lag har varit Strömsund, Sveg, Järpen och Bräcke. Vi har ställt upp med tre lag vid varje sammandrag. Vår ambition har varit att ge spelarna så mycket matchtid som möjligt i sammandragen.

Matcherna har spelats 1 x 15 minuter med tutbyten varje minut.

### Cuper och träningsmatcher

Under säsongen har vi deltagit i tre st cuper, varav en av dessa har varit hemmacup.

Lilla Sca cup i Sundsvall, Scandicdagen cup i Östersund och Victor Olofsson cup i Timrå.

Vi har ställt upp med tre egna lag i cuperna och genomgående har det varit väldigt bra cuper där vi fått spela många jämna matcher.

Cupen vi själva anordnade var Scandicdagen cup som gick av stapeln i mars. 12 lag från 4 olika föreningar deltog.

En mycket lyckad cup där vi fick mycket beröm från ledare och föräldrar från gästande lag.

Vi har redan fått frågan från andra föreningar när vi har cup för säsongen 2024-2025.

För att spela fler matcher då sammandragen är begränsade har vi varit till Ånge och matchat vid flera tillfällen och den är ett samarbete som är lyckat och kommer fortsätta.

### Spelare & ledare

Under säsongen har vi haft 29 st spelare i truppen och åtta st ledare.

### Focus under säsongen

Hockeymässigt har fortsatt fokus under säsongen varit på skridskoåkning, klubbteknik och en hög aktivitet.

Vi jobbar mycket på träningar med olika tävlingsmoment som vi känner är uppskattat med barnen samt att det får en god effekt på att spelare utvecklas då de genomför övningar i full fart och hög intensitet.

Mycket matchspel på träningar.

Träningarna sker allt som oftast i stationsformer.

Utanför det hockeymässiga jobbar vi kontinuerligt under säsongen med att vara en bra lagkompis.

Trivseln i gruppen är hög och vi har en hög träningsnärvö med bra stämning.

### Spaning inför nästa säsong

Efter säsongen på is har vi erbjudit 1-2 ggr i veckan i en inomhushall där vi har kört innebandy och olika fysiska övningar. Detta har varit väldigt lyckat med hög närvaro och roligt för gruppen att träffas och hålla ihop under uppehållet.

Fokus kommer fortsatt vara på skridskoåkning och tekniska färdigheter i det hockeymässiga. Vi räknar med att truppen kommer utökas något med nya spelare.

## ÖIK födda 2016

Vi började säsongen i slutet av september och avslutade den i början på april.

### Cuper och träningsmatcher



Har ej genomfört seriespel i år men vi har spelat träningsmatcher mot Brunflo 15/16 vid två tillfällen. Vi har även genomfört Winterclassic för barn födda 16,17 och 18. Framgångsfaktor för kommande winterclassic är att välja datum och tid noggrant i syfte att göra det mer tillgängligt.

### **Spelare & ledare**

#### **Trupp:**

31 spelare

Två som har slutat

#### **Ledare:**

En lagledare

Fem Ledare/ Tränare

Minst fem Materialare

### **Focus under säsongen**

Vårt fokus denna säsong har varit mycket skridskoåkning. Vi har även lagt mycket focus på att det ska vara roligt i syfte att bygga stor vilja till att komma tillbaka nästa träning.

### **Spaning inför nästa säsong**

Genomföra mer utbildning för alla runt laget, BU1 för Ledarna, utbildning slipning för materialarna, mm. Ska vi fortsätta använda bandyplanen för att få extra ispass utöver ordinarie ispass inomhus så behöver vi möjliggöra bättre träningar utomhus, detta genom att fixa mer utrustning i form av sarger så det går att avgränsa, däck, mål, snöspadar så man kan skotta vid lätt snöfall.

## **ÖIK födda 2017-2019 Jämtkraft hockeyskola**

Vi startade säsongen i oktober.

### **Spelare och ledare**

Under säsongen har det varit 110 barn inskrivna i blandade åldrar med tonvikten på barn födda 2017 och 2018. Under säsongen har vi fyllt på med ledare och är totalt fem stycken. Det är även många föräldrar som hjälper till vilket är positivt. Glädjande är också att vi har så hög närvaro utifrån antalet. Vid de flesta träningstillfällen är det 60 spelare på isen.

### **Fokus under säsongen**

På isen är fokus att ha roligt och få skridskovana. De får utbildning i skridskor och att vara en bra kamrat. På och utanför isen jobbar vi aktivt med att få barnen att känna sig sedda och välkomna. Under säsong har vi fått köra minimatcher under A-lagsmatcher vilket varit väldigt uppskattat.

### **Spaning inför nästa säsong**

Utifrån antal i de olika åldrarna ser vi att vi fortsatt kommer vara många på hockeyskolan inför nästa säsong vilket är glädjande.

## **ÖIK Hockey för tjejer F2011-2018**

### **Seriespel**

Vi har inte deltagit i något seriespel under denna säsong.

### **Cuper och matcher**

Vi har inte deltagit i cupspel.

I samarbete med Brunflo IK och Järpens IF har vi vid två tillfällen träffats för att genomföra matchspel i



form av sammandrag. Matcherna har spelats på tvärplan och i "tut hockey" format. Första tillfället var i Brunflo ishall 17/3 där BIK (2 lag) och ÖIK möttes i två matcher. Andra tillfället var i Röjmsmohallen Järpen där BIK (2 lag), ÖIK och JIF genomförde ett sammandrag där varje lag fick spela tre matcher.

Inför juluppehållet spelade vi en uppskattad föräldramatch. Som säsongsavslut genomförde spelarna 3 timmar på Boda Borg och sedan åts middag på TIKI.

### **Spelare och ledare**

I starten av säsongen hade vi ca 65 spelare registrerade inklusive de som deltog i prova-på tillfället från våren 2023. Under säsongen har vi haft spelare som fallit ifrån och nya som tillkommit. I det stora hela har det utkristalliserats en grund trupp på cirka 15-20 stycken spelare. En spridd skara både vad gäller ålder och skridskovana. Det gemensamma för gruppen är att de är otroligt hungriga på att lära och är fina individer på och av planen.

Vad gäller ledare så har vi alla hjälps åt under den här säsongen både på is och vid sidan av.

### **Fokus under säsongen**

Fokus under säsongen har helt enkelt varit att skapa förutsättningar för att vi ska kunna erbjuda en väl fungerande verksamhet för våra spelare. I detta har fokus legat på att försöka möta individen på den nivå där de befinner sig i sin utveckling samtidigt som skapandet av ett lag växt fram. Träningsstillfällena var till en början en gång i veckan på fast tid kl. 11-12 på lördagar. Under säsongen kompletterade vi träningen med en tid på bandyplanen på torsdagar.

### **Spaning inför nästa säsong**

Under nästa säsong tänker vi oss ett väl utvecklat samarbete med länets klubbar i form av sammandrag och gemensamma träning i åldersgrupper. Önskvärt är att ha ett sammandrag hos oss så tidigt som möjligt.

Prova-på aktivitet i början på säsongen för att sedan ha uttalade prova-på tillfällen. Där tänker vi att våra spelare tillsammans med ordinarie ledare håller i träningen.

## **Övergripande**

### **Sportslig verksamhet**

Östersunds IK har i år bedrivit verksamhet från Jämtkraft Hockeyskola, Hockey för flickor, ungdomslag från U8 – U16, två J18 lag, J20 lag samt seniorlaget och två rekreativlag.

Östersunds IK har bedrivit Parasport tillsammans med IF Castor.

ÖIK har anordnat TV-pucken i september 2024 samt arrangerat flertalet ungdomscuper.

Östersunds IK har haft ungefär 500 aktiva spelare i hela åldersspannet.

### **Barn och ungdom**

Vår barn- och ungdomskommitté (BUK) leds av Nikolaos Strantzalis och under säsongen har fokus varit att öka närvaron i föreningen. Vi har tillsammans med kansliet närvarat på alla lags föräldramöten för att informera om föreningen och ta inspel från föräldrar till spelare. Vi har genomfört ledarträffar och haft enskilda möten med alla lag i föreningen. Vi ser detta som viktigt för att föreningen ska kunna erbjuda en så likartad verksamhet till alla årskullar.

### **En förening och den röda tråden**



En viktig del av vårt arbete har varit att skapa en stark föreningskänsla där varje medlem känner sig som en del av vår förening. Vi har lagt stor vikt vid att främja samarbete och samhörighet genom att genomföra gemensamma träningar mellan olika åldersgrupper, särskilt upp till U12-nivå. Detta innebär att spelare från olika lag får möjlighet att träna tillsammans och lära av varandra. Vi har också fokuserat på att skapa en bra matchning av spelare både uppåt och nedåt i åldersgrupperna för att utmana och stimulera utvecklingen hos våra spelare. Vi har även främjat utbytet mellan ledare och lag för att skapa en gemensam syn och förståelse för vårt spelkoncept och våra mål. Genom att dela erfarenheter och kunskaper mellan olika tränare och lag kan vi stärka vår föreningskultur och se till att det finns en enhetlig riktning i vår verksamhet

## Utbildning

Under året genomfördes utbildningar för 12 ledare enligt Svenska Ishockeyförbundets tränarstege, inklusive följande:

Grundkurs: 5 ledare genomförde grundkurserna för att få en stark grund och förståelse inom ledarskap och ishockeyträning.

BU1: Två ledare gick igenom utbildningen BU1 för att fördjupa sina kunskaper om barn- och ungdomsutveckling samt pedagogiska metoder för att främja en positiv inlärningsmiljö.

BU2: Tre ledare genomförde utbildningen BU2 för att vidareutveckla sin kompetens inom avancerad träning och individuell utveckling för våra ungdomsspelare.

MV1: En ledare gick igenom utbildningen MV1 för att specialisera sig inom målvaktsträning och kunna erbjuda våra målvakter en dedikerad och högkvalitativ träning.

Tack till våra utbildade ledare för deras engagemang och insatser för att skapa en professionell och framgångsrik träningsmiljö för våra spelare. Vi ser fram emot fortsatt samarbete och utveckling för att fortsätta vara en förening som främjar högkvalitativ träning och utveckling inom ishockeyn.

## Domarutbildning

Under säsongen erbjöd vi en föreningsdomarutbildning för alla spelare födda mellan 2010 och 2008. Detta var en fantastisk möjlighet för våra spelare att utveckla sina kunskaper och förståelse för domarrollen inom ishockeyn. Föreningsdomarutbildningen gav spelarna möjlighet att lära sig grunderna i regelverket och domartekniker. Genom att delta i utbildningen fick de en djupare insikt i spelets olika aspekter och blev bättre rustade att förstå och tolka regler under sina egna matcher. Vi är stolta över att ha kunnat erbjuda denna möjlighet till våra spelare och uppmuntra deras engagemang inom ishockeyn på olika sätt. Genom att bli föreningsdomare får spelarna inte bara en ökad förståelse för spelet, utan de bidrar även till att skapa en respektfull och fair spelmiljö för sina lagkamrater och motståndare. Vi vill rikta ett stort tack till alla spelare som deltog i föreningsdomarutbildningen och visade intresse för att utveckla sina färdigheter inom domarrollen. Genom att vara en del av domarkåren bidrar de till en positiv ishockeykultur och främjar fair play inom vår förening. Vi ser fram emot att fortsätta erbjuda liknande möjligheter till våra spelare och fortsätta främja deras utveckling inom och utanför spelplanen. Genom att erbjuda utbildningar och stödja spelarnas intressen strävar vi efter att skapa en positiv och inkluderande miljö där alla kan växa och blomstra inom ishockeyn.

## Camper

Under novemberlovet arrangerade vi en höstlovscamp med totalt 38 deltagare

Under sportlovet arrangerade vi sportlovscamp i samarbete med LF Jämtland vilket gjorde att





campen kunde erbjudas kostnadsfritt och 40 barn/ungdomar deltog.

Vi är glada över det stora intresset och engagemanget från våra medlemmar, och vi ser fram emot att fortsätta erbjuda spännande och utvecklande träningsmöjligheter för våra spelare i framtiden. Tack till alla deltagare, tränare och föräldrar som har bidragit till framgången för våra camper. En bättre framförhållning till framförallt sportlovscampen hade gjort att deltagarantalet varit större. Att vi inte fick mer framförhållning berodde till stor del på att vi inte fick reda på om vi fick istider av kommunen. Samma var det på novemberlovet.. I framtiden så kanske man kan planera för dessa camper redan i början på säsongen så att vi kan gå ut tidigt med att det skall vara camper. Skall vi fortsätta att försöka få till camper varje lov kommer det dock att krävas ett engagemang från föreningen för att få dem att bli attraktiva

### Föreningspass

Nytt för den här säsongen är att vi har genomfört föreningspass. Där har vi samlat spelare från olika årskullar och haft gemensamma träningar. Träningarna har till stora delar letts av Nikolaos Strantzalis och även tränare i de olika lagen har närvarat. Detta har varit mycket lyckat utifrån att vi vill stärka föreningskänslan. Barn & ungdomar träffas mellan årskullarna och tränar tillsammans vilket skapar nya bekanskap och utmaningar. Vi avser att fortsätta med dessa under kommande säsong.

### Verksamhet

| Lag                   | Antal Barn | Antal Ledare |
|-----------------------|------------|--------------|
| Jämtkraft hockeyskola | 110        | 5            |
| 2016                  | 31         | 6            |
| 2015                  | 29         | 8            |
| 2014                  | 25         | 7            |
| 2013                  | 23         | 8            |
| 2012                  | 17         | 7            |
| 2011                  | 18         | 5            |
| 2010                  | 26         | 11           |
| 2009                  | 25         | 8            |
| 2008                  | 21         | 11           |

Totalt antal barn inom ålderskullarna: 325 Totalt antal ledare inom ålderskullarna: 76  
Totalt så ser vi en ökning av antal barn och ungdomar i vår verksamhet vilket är mycket glädjande. Dessa siffror visar på den imponerande storleken och engagemanget inom Jämtkraft hockeyskola och våra ungdomslag. Vi är tacksamma för våra dedikerade ledare och entusiastiska barn som tillsammans skapar en levande och framgångsrik hockeymiljö. Tillsammans bygger vi en ljus framtid för ishockeysporten och skapar minnesvärda ögonblick på isen.



## REKREATIONSHOCKEY

### ÖIK Veteranlag Verksamhetsberättels säsongen 2022/23

#### Truppen

Veteranernas trupp består av 26 spelare, vilket är en minskning med 7 från föregående år. Vi har fått till 2 nya under säsongen, så det är alltså 9 tidigare veteraner som slutat. Det är också gamla ÖIK veteraner som drar sig mer och mer till Frösön. Vi tror att avsaknad till förråd är en stor bidragande orsak till att folk slutat och att Frösön lockar.

#### Träningar

Tränings tiden är sedan länge torsdagar kl 22:00. En bra tid då ursäkten är svåra och barnen har lagt sig. Laget har genomfört 26 träningar under säsongen och även om det ofta ser lite tunt ut på anmälningarna i början av veckan har vi genomfört dessa träningar med minst 14+2 deltagare, merparten har det varit fler. Vi har klarat att få till 2 målvakter på varje enskild träning vilket är positivt. Vi hade lite otur på våren med inställda träningar pga juniorserier som måste spelas klart och liknande. Det positiva med det är att suget att spela märks av, en veckas uppehåll så blir det genast mer folk på nästa träning.

#### Östersund Veteran Cup

Ingen cup i år men vi hoppas kunna få till ett DM eller liknande nästa säsong.

### ÖIK's Sponsorlag (Födda 1956-2000) – Verksamhetsberättelse säsongen 2022/23

Sponsorlaget har under säsongen 23/24 genomfört ca 100 ispass. Vi har under året varit 39 heltidsaktiva samt ett stort antal gästspelare, gammal som ung, kända som okända.

Vi har deltagit i ett antal event med fokus på att samla in medel till föreningen.

Ett gäng från laget har genomfört en hockeyturnering i Prag, vilket resulterade i en fin andraplats.

Det gemensamma över året är förutom lagets benämning som vanligt en stor portion social gemenskap, knyta kontakter och sist men inte minst röra på oss i det fantastiska spelet hockey!



