

Nyhedsbrev #17 – april 2020

Velkommen til Danmarks Ishockey Unions nyhedsbrev. Nyhedsbrevet udkommer én gang om måneden og har til formål at orientere klubberne om DIU's aktiviteter og andre relevante emner.

Her er nyhederne for april 2020

DIU's arbejde under Corona-krisen

Lige nu er status, at samtlige forårets VM-turneringer er aflyst. DIU er på den baggrund i fuld gang med at vurdere tingenes tilstand og afslutte sæsonen 2019/20.

Vi tager selvfølgelig alle forbehold for verdens tilstand, men foreløbig håber og tror vi på, at vi spiller ishockey og begynder sæsonen som planlagt i slutningen af sommeren.

Derfor forbliver DIU-administrationen uændret og der arbejdes frem mod de kommende konkluderende begivenheder, ikke mindst Ungdomsmødet og Repræsentantskabsmødet, så vi kan være så klar som overhovedet muligt til den kommende sæson.

Samtidig arbejder vi på at få alt materiale – eksempelvis love- og turneringsbestemmelser – og alle hjemmesider finjusteret samtidig med, at vi overordnet forbereder os til den kommende sæson uden at sætte endelige krydser i kalenderen, før situationen er normaliseret igen.

3. april

Vi opfordrer klubberne, hvis overskuddet er til stede, til også at bruge tiden og ressourcerne til at bygge op til den kommende sæson således, at vi alle kan stå klar, når vi forhåbentlig snart igen "kommer ud på den anden side."

DIU's medarbejdere arbejder hjemmefra og vi følger naturligvis regeringens retningslinjer. Med jævnlige opfølgende møder på telefonen, forsøger vi at være så effektive som muligt i denne både særlige og vanskelige situation, men vi står til rådighed for alle klubber og kan fanges på både mobil og mail. Se link for kontakter:

<http://ishockey.dk/administration-og-sportsafdeling/>

I forlængelse heraf har både Udviklings- og Sportsafdelingen sendt mail ud med bud på, hvordan bestyrelserne og de sportslige ansvarlige kan forberede sig til næste sæson.

Find det her:

<http://ishockey.dk/status-fra-diu-lad-os-se-fremad/>

Til sidst her en opfordring til klubberne om at besvare det spørgeskema, som Danmarks Idrætsforbund har udsendt til alle dets foreninger i Danmark.

Formålet med undersøgelsen er at få et indledende overblik over, hvilke økonomiske



Hovedsponsor for Metal Ligaen og ishockeylandsholdet



konsekvenser Covid-19-pandemien har fået og får for dansk idræt i DGI's og DIF's foreninger og klubber. Svarene er vigtige og vil give det bedste mulige fakta-grundlag om de økonomiske konsekvenser for idrætten i DIF's videre drøftelser med regeringen samt myndigheder nationalt og lokalt. DIF anerkender, at nogle af spørgsmålene er store og svære at svare på, men håber at I vil hjælpe – til fordel for foreningsidrætten i Danmark.

DIU selvtræner

Danmarks Ishockey Union har i samarbejde med U20-landsholdets fysioterapeut, Morten Asmusen, udarbejdet et træningsprogram, som kan fungere som inspiration til hjemmetræningen. Vi opfordrer klubberne til at dele hjemmetræningen med sine medlemmer, så alle kan holde sig i gang. <http://ishockey.dk/diu-selvtraener/>

Husk at Team Danmark tidligere har meldt følgende ud:

"Der findes meget lidt viden om, hvordan coronavirus påvirker atleter i hård træning. Men atleter og alle andre bør ikke udføre ekstremt udmattende træning i øjeblikket. Det kan muligvis medføre en øget risiko for infektioner."

Styrkeprogrammerne er alsidige og er målrettet aldersgruppen. Spillerne bør tænke på hvilke muligheder, de har for at gennemføre programmet – i stedet for at se begrænsningerne. Sprinttræning/intervaltræning er kun målrettet spillere i puberteten og opefter (cirka fra og med U15).

Den motoriske træning spænder vidt og indeholder mange forskellige øvelser med og uden stav og bolde. Det er rigtig vigtigt, at øvelserne udføres teknisk korrekt. Det vil sige, er en bevægelse svær, så prøv at dele øvelsen op eller lave den langsommere, så øvelsen laves korrekt. Brug YouTube-playlisten til at blive inspireret – der kan sagtens findes endnu flere gode motoriske øvelser. Husk når noget føles for let, er det vigtigt at prøve en ny bevægelse.

Særligt for tekniktræningen gælder det, at det kun er fantasien, der sætter grænser for, hvordan man vil arbejde med udviklingen af sine tekniske færdigheder. Der findes en del videoer, som kan give inspiration til træningen, men videreudvikl hellere end gerne ideerne og del videoen under hashtagget #DIUselvtræner på Instagram. Alle, der uploader en video, deltager i konkurrencen om en signeret landsholdstrøje og et gavekort til ishockeyudstyr på 1000 kroner.

Hvor længe og hvor meget, der arbejdes med tekniktræningen, er op til spillernes koncentration og motivation. Det er med andre ord langt vigtigere med kvalitet i udførelsen, snarere end tidsforbruget.

Har du spørgsmål, eller gode idéer så tøv ikke med at kontakte Danmarks Ishockey Union på tma@ishockey.dk



Hovedsponsor for Metal Ligaen og ishockeylandsholdet



Ny menu på www.ishockey.dk

I forlængelse af udgivelsen af ATK – den danske stil 2.0, har vi introduceret en ny menu på vores hjemmeside. Menuen hedder ”Spillerudvikling” og skal give nem og hurtig adgang til flere af ATK-bogens ishockeyspecifikke kapitler med tilhørende inspirationsvideoer. Spillerudvikling vil forhåbentlig være et godt redskab i planlægningen af den kommende sæson. Menuen og indholdet bliver løbende opdateret og udbygget henover foråret og sommeren. Her er det direkte link:

<http://ishockey.dk/ishockeyens-atk-2-0/>

Der findes også mange andre udgivelser og anbefalinger – find dem lige her:

<https://www.dif.dk/da/forening/uddannelse/udgivelser>

Fastholdelse af (voksen)medlemmer

Husk at DIF har lavet en masse forskellige udgivelser, der måske nu i denne tid kan være tid til at kigge nærmere på. Bliv bl.a. klogere på, hvordan I fastholder jeres medlemmer

(<https://www.dif.dk/da/forening/uddannelse/udgivelser/forening-s-og-s-ledelse/fasthold-s-klubbens-s-voksenmedlemmer?fbclid=IwAR0nkdRcMG1alv-bPuXwNJoNGxZTCSamxRofoY-SQVDJ8t6PmKHL-GLSMgZfi>).

Der er konkrete anbefalinger på baggrund af en undersøgelse om voksenmedlemmer, men flere af tiltagene kan sagtens overføres til andre målgrupper, som man ønsker at fastholde. Bliv inspireret og brug de anbefalinger og tiltag, der passer til jeres klub.



Hovedsponsor for Metal Ligaen og ishockeylandsholdet

Scandic

