Cuppolicy för Kungälvs HK

Att delta i handbollscuper är en viktig del av våra ungdomsspelares utveckling, både på och utanför planen. För att säkerställa en balanserad och åldersanpassad progression har Kungälvs HK utformat följande riktlinjer för cupdeltagande från U8 till U18. Bohus cup ligger utanför denna policy, i Bohus cup så deltar alla Kungälvs HK lag.

U8–U9 (8–9 år):
Vid denna ålder fokuserar vi på att introducera spelarna till cupspel i en trygg och bekant miljö. Vi rekommenderar att lagen deltar i lokala dagscuper utan övernattning, vilket ger spelarna en första upplevelse av cupatmosfären utan att behöva vara hemifrån.

U10 (10 år):
Vid denna ålder deltar lagen i sin första övernattningscup. Detta är en viktig del av den sociala och sportsliga utvecklingen, då spelarna får lära sig att hantera matcher och tid tillsammans utanför sin vanliga miljö. Cupen sker i närområdet.

U11–U12 (11–12 år):
För dessa åldrar rekommenderas två övernattningscuper per säsong. Att resa tillsammans ger spelarna en starkare lagkänsla och förbereder dem inför framtida nationella och internationella turneringar.

U13–U14 (13–14 år):
Vid denna ålder bör lagen delta i två övernattningscuper var av en är internationell cup utanför landets gränser. Att spela utomlands ger spelarna erfarenhet av olika spelstilar och bidrar till deras tekniska och taktiska utveckling. För U14 spelas även USM (Ungdoms-SM), vilket kan innebära flera resor och övernattningar. Detta bör beaktas vid planering för att hantera kostnader och belastning.

U15–U16 (15–16 år):
För dessa åldersgrupper rekommenderas tre övernattningscuper, varav minst en utanför Sverige. Det internationella inslaget är viktigt för att utveckla spelarnas förståelse för spelet och ge dem en bredare erfarenhet av handboll på högre nivå.

U17–U18 (17–18 år):
Vid denna ålder beslutar lagen själva, i samråd med ledare och spelare, om vilka cuper de vill delta i. Detta möjliggör att lagens ambitioner kan anpassas och skapa en meningsfull och utvecklande avslutning på ungdomshandbollen.

Allmänna riktlinjer:

- **Inkludering:** Alla spelare ska erbjudas möjlighet att delta i cuper. Vid flera anmälda lag ska lagen delas in så jämnt som möjligt för att undvika toppning. Vi ser gärna att så många KHK lag åker på samma cup, för en diskussion med andra lag.
- **Planering:** Övernattningscuper bör planeras minst ett halvår i förväg för att möjliggöra både ekonomisk och praktisk förberedelse.
- **Ekonomi:** Föreningen erbjuder en stödfond för spelare som har ekonomiska hinder för att delta. Ingen spelare ska behöva avstå på grund av ekonomiska skäl. Mer information finns på KHK:s hemsida.
- **Elitturneringar:** Deltagande i elitturneringar är tillåtet från U13 och uppåt. Om delar av en åldersgrupp deltar i en elitturnering, bör övriga spelare erbjudas deltagande i en annan cup där de elituttagna spelarna inte deltar. Om laget behöver fyllas upp med spelare som reda spelat annan cup är detta tillåtet, men dessa spelare ska inte spela mer än någon annan.

- **Kommunikation:** Upprätthåll tydlig kommunikation med föräldrar och spelare angående cupplaner, kostnader och förväntningar.
- **Återhämtning:** Planera in tillräcklig vila och återhämtning mellan cuper och matcher för att undvika överbelastning och skador.

Genom att följa dessa riktlinjer strävar Kungälvs HK efter att skapa en trygg, inkluderande och utvecklande miljö för våra ungdomsspelare.