

## IL Jutul fotball – Cuptrapp

Klubben har laget et forslag til en cuptrapp for alle årskull i Jutul fotball. Hensikten med dette er å skape kontinuitet, forutsigbarhet, motivasjon, progresjon, og samarbeid mellom årskull og gutt/jente. Tabellen nedenfor er veiledende, og et forslag som dere kan ta utgangspunkt i. Trener og lagledere kan ha andre forslag, men det er fint å ha en dialog med gruppestyret og/eller sportssjef. Retningslinjene er viktigst i forhold til når vi starter med cup i utlandet og ukescuper. Jutul ønsker å bruke de største cupene som motivasjon for å beholde spillere. Dette har klubber hatt stor suksess med tidligere. Les for eksempel artikkel nr. 7 ”Gjør noe mer ut av fotballturen” på [https://www.fotballforkids.no/?page\\_id=119](https://www.fotballforkids.no/?page_id=119).

Et forhold som kan være med på å bestemme antall cuper i løpet av en sesong er antall påmeldte lag i seriespill. Årskull som har mange lag i forhold til antall spillere kan vurdere færre cuper, mens de som melder på færre lag i seriespill kan vurdere flere cuper.

Tabell 1: Veiledende cuptrapp for IL Jutul fotball.

Alder	Spillform i seriespill	Antall cuper uten overnatting	Antall helgcuper m/overnatting	Antall ukescuper	Antall cuper i utlandet	Totalt antall cuper
6-7 år	3'er	2	0	0	0	2
8-9 år	5'er	2-3	0	0	0	2-3
10-11 år	7'er	2	1-2	0	(1)	3-4
12-13 år	9'er	1-2	2	1	(1)	4-5
14-15 år	11'er/9'er/7'er	1-2	2-3	1	1	4-6
16-17 år	11'er/7'er	1-2	1-2	1	1	4-5

Antall ukescuper og cuper i utlandet utgjør totalt en cup, men fra 14 år kan ukescupen gjennomføres i utlandet. Ukescup er en cup som går over flere dager enn en helg. Årskull i ungdomsfotballen som er slått sammen kan velge cuper for det eldste kullet. Fra jente/gutt 11 år er det mulig å reise til Öbollen i Sverige, og for sesongen 2019 vil det si 2008 kullet. Klubben dekker to cuper på inntil 3000,- kr per årsklassen/lag, mens resten dekkes av lagskasse og dugnad. Lagledere har fått mer informasjon om det praktiske og økonomiske rundt cuper. Vi oppfordrer alle til å støtte opp om lokale klubbers cuper. På den måten får vi trolig flere lag til Jutul Treffnen, og det gir et godt grunnlag for samarbeid på tvers av klubbene i nærområdet.

Tabell 2: Noen forslag på cuper for de ulike årskullene.

<b>Alder</b>	<b>Cuper uten overnatting</b>	<b>Helgecuper med overnatting</b>	<b>Ukescup</b>
6-7 år	Jutultreffene, Frigg cup, Haslum 3v3 cup, Lørenskog vintercup og Mjøndalen cup, samt OBOS miniliga som teller som seriespill		
8-9 år	Jutultreffene, BVH cup, BVH jentecup, Bærum Kredinor høstcup, Frigg cup, Fossum cup, Haslum 3v3 cup, Lommedalen cup, Liungen cup, Lørenskog vintercup, Kalvøya cup, Mjøndalen cup, Snarøya vintercup og ØHIL BDO cup		
10-11 år	Jutultreffene (10 år), BVH jentecup, Bærum Kredinor høstcup, Frigg cup, Fossum cup, Haslum 3v3 cup, Liungen cup, Løvenstad vårcup, Meny cup Tønsberg, MFK BDO cup, Mjøndalen cup, Per Bredesen cup og Snarøya vintercup	Bø sommarland cup, Hallingcup og Öbollen cup (Öbollen fra 11 år)	
12-13 år	BVH jentecup, Frigg cup, Haslum jentecup, Holmen jentecup, Liungen cup, MFK BDO cup, Mjøndalen cup, Nordstrand jentecup og VIF vårcup	Bø Sommarland cup, Hallingcup, Öbollen cup og Sandar cup	Norway cup
14-15 år	BVH jentecup, Haslum vårcup, Holmen breddecup, Holmen jentecup, Liungen cup, MFK BDO cup og VIF vårcup	Bø Sommarland cup, Arvika cup, Elverumsturneringen, DNB cup Fagernes, Lillehammer cup, Oddebollen cup og Sandar cup	Skandia cup, Sør cup, Gothia cup og Dana cup
16-17 år		DNB cup Fagernes, Elverumsturneringen, Lillehammer cup og Oddebollen cup	Skandia cup, Sør cup, Gothia cup og Dana cup

Litt informasjon om de ulike cupene står oppført i tabell nr. 3 s. 3. Cuper i utlandet og større cuper for ungdomslag finner dere informasjon om i tabell nr. 4 s. 4. Andre cuper som også kan vurderes er cuper som arrangeres i Hønefoss området.

Tabell 3: Informasjon om dag- og helgecuper.

Cup	Tidspunkt	Pris per lag (ca.)	Hjemmeside	For hvem?
Jutul Treffnen	Aug./sept.	Gratis	<a href="http://jutultreffnen.net/">http://jutultreffnen.net/</a>	3'er og 5'er gutter og jenter
BVH cup (Bip)	Oktober	1100,-	Innlogging kreves!	
BVH jentecup	Mars	1100-1650,-	<a href="https://bvhjentecup.cups.nu/">https://bvhjentecup.cups.nu/</a>	Jenter 5'er, 7'er, 9'er og 11'er
Bærum høstcup	September	1000	<a href="https://kredinorhostcup.cups.nu/">https://kredinorhostcup.cups.nu/</a>	Gutt/jente 6-10 år
Bø sommarland cup	Juni	1900,-	<a href="https://www.bosommarlandcup.no/">https://www.bosommarlandcup.no/</a>	Gutt/jente 9-15 år
Frigg cup	Oktober	500-1600,-	<a href="http://cms.frigg.no/">http://cms.frigg.no/</a>	Gutt/jente 6-13 år
Fossum cup	Juni	1100,-	<a href="https://www.fossumif.no/Fotball.html">https://www.fossumif.no/Fotball.html</a>	5'er og 7'er gutter og jenter
Halling cup	Juni	1000,-	<a href="https://hallingcup.cups.nu/">https://hallingcup.cups.nu/</a>	Gutt 6-16 år og jente 8-16 år
Haslum 3v3 cup	November	650,-	<a href="https://www.haslumil.no/Fotball.html">https://www.haslumil.no/Fotball.html</a>	Gutt/jente 6-11 år (3'er for alle)
Haslum jentecup	Oktober	1550	<a href="https://www.haslumil.no/Fotball.html">https://www.haslumil.no/Fotball.html</a>	J12 år 9'er og J13-14 år 11'er
Haslum vårcup	Mars/april	1500	<a href="https://www.haslumil.no/Fotball.html">https://www.haslumil.no/Fotball.html</a>	Gutter 13, 14 og 15
Holmen jentecup	Mai	2500,-	<a href="https://www.holmenif.no/Fotball.html">https://www.holmenif.no/Fotball.html</a>	J13 år 9'er og J14 år 11'er
Holmen breddecup	Juni	2500,-	<a href="https://www.holmenif.no/Fotball.html">https://www.holmenif.no/Fotball.html</a>	G13 år 9'er og G14 år 11'er
Kalvøya cup	Mai/juni	1500,-	<a href="https://kalvoyacup.cups.nu/">https://kalvoyacup.cups.nu/</a>	3'er og 5'er gutter og jenter
Lier cup	Oktober	700-1200,-	<a href="https://lieridrettslag.weborg.no/Fotball.html">https://lieridrettslag.weborg.no/Fotball.html</a>	3'er, 5'er, 7'er og 9'er gutter og jenter
Liungen cup	Mai og juni	1200/1500,-	<a href="http://www.stoppensk.no/p/20014/liungencup">http://www.stoppensk.no/p/20014/liungencup</a>	Alle klasser fra 6 år til G15 og J16
Lommedalen cup	Mai	Gratis/1200,-	<a href="http://fotball.lil.no/p/33276/eat-move-sleep-cup">http://fotball.lil.no/p/33276/eat-move-sleep-cup</a>	3'er, 5'er og 7'er gutter og jenter
Lørenskog vintercup	Februar	450/900,-	<a href="https://lorenskogvintercup.cups.nu/">https://lorenskogvintercup.cups.nu/</a>	3'er og 5'er gutter og jenter
Meny cup Tønsberg	November	500-1100,-	<a href="https://menycuptonsberg.cups.nu/">https://menycuptonsberg.cups.nu/</a>	3'er, 5'er og 7'er gutter og jenter
MFK BDO cup	Februar	1200,-	<a href="http://www.mossfk.no/mfk-bdo-cup-2019/">http://www.mossfk.no/mfk-bdo-cup-2019/</a>	Gutt 11-16 år innendørs
Mjøndalen cup	November	750-1400,-	<a href="http://utviklingsavdelingen.mif.no/mif_hallcup_5-er_hoest">http://utviklingsavdelingen.mif.no/mif_hallcup_5-er_hoest</a>	3'er, 5'er, 7'er og 9'er gutter og jenter
Nordstrand cup	Sept./okt.	1200-1900,-	<a href="https://nordstrand-if.no/nordstrand-ifs-cupsider">https://nordstrand-if.no/nordstrand-ifs-cupsider</a>	5'er, 7'er og 9'er gutter og jenter
Nordstrand jentecup	Mars	1900,-	<a href="https://nordstrand-if.no/nordstrand-ifs-cupsider">https://nordstrand-if.no/nordstrand-ifs-cupsider</a>	J13 år 9'er
Per Bredesen cup	Mars	600-1200,-	<a href="http://perbredesencup.no/">http://perbredesencup.no/</a>	Gutt/jente 8-16 år
Sandarcup	August	1150-2200,-	<a href="https://www.sandarcupen.no/">https://www.sandarcupen.no/</a>	Gutt/jente 8-19 år
Snarøya vintercup	Jan./feb.	1700,-	<a href="https://www.snaroen.no/Fotball.html">https://www.snaroen.no/Fotball.html</a> (lite info om cupen)	3'er, 5'er og 7'er gutter og jenter
ØHIL BDO cup	April	1000,-	<a href="https://ohil.no/fotball/ohils-fotballcuper/">https://ohil.no/fotball/ohils-fotballcuper/</a>	Gutt/jente 7-11 år

Tabell nr. 4: Cuper i utlandet og ukescuper for ungdomslag.

---

- Arvika cup (Sverige) – juni: <https://arvikacup.cups.nu/>
  - DNB cup Fagernes (7'er fotball) – mars/april: <https://dnbcup.cups.nu/>
  - Elverumsturneringen – juni: <https://elverumsturneringen.cups.nu/>
  - Lillehammer cup (futsal/innendørs) – januar: <https://lillehammer.cups.nu/>
  - Norway cup – juli/august: <https://norwaycup.no/>
  - Oddebollen (Sverige) – august: <https://oddebollen.se/start>
  - Öbollen (Sverige) – juni: <http://www.obollen.se/sommar/Hem.aspx>
  - Skadia cup (Trondheim) – juni/uke 26: <https://skandiacup.no/>
  - VIF vårcup – mars/april: <https://vifvarcupungdom.cups.nu/>
  - Sør cup (Kristiansand) – juni: <http://www.sorcup.no/>
  - Gothia cup (Gøteborg) – juli: <https://www.gothiacup.se/>
  - Dana cup (Danmark) – juli/uke30: <https://www.danacup.dk/index.php/dk/>
-