



Inbjudan till Påsklovs Camp v.15 2017
Pojkar och Flickor 06/05/04/03

Fanna BK välkomnar dig till skollovsträning med tränare från Fanna BK och Dennis Stjernfeldt från Coerver Coaching att tillsammans med spelare från olika lag att träna och utveckla dina färdigheter i momenten Teknik-Fysik-Anfall samt Försvar.

Träningen har som syfte att ge unga välmotiverade fotbollsspelare möjlighet till extra stimulans, inspiration och utbildning som komplement till den träning och utbildning som ges i det egna laget.

Det huvudsakliga träningsinnehållet kommer att vara bollbehärskning, passning/mottagning, 1mot1, snabbhet, avslut och smålagsspel enligt den erkända metoden Coerver Coaching.

Tid och plats:

Måndag 10/4 - Torsdag 13/4 Kl. 09.00-15.00 på Korsängens konstgräs.
Samling 15 minuter innan för genomgång.

Övrig information:

Spelarna bör komma färdigombytta för träning utomhus. Medtag fyllda vattenflaskor samt mellanmål till förmiddag och eftermiddag som smörgås, frukt och yoghurt eller liknande.
Lunch ingår.

Så här kan en dags schema se ut:

09.00-10.00 Genomgång, uppvärmning och träning efter tema
10.00-10.30 Teori och återhämtning (egen medtagen mellis)
10.30-11.30 Träning efter tema
11.30-12.30 Lunch
12.30-13.30 Träning efter tema
13.30-14.00 Teori och återhämtning (egen medtagen mellis)
14.00-15.00 Matcher och nedvarvning

Anmälan:

Anmälan görs till: markusjaakola@hotmail.com senast den 24/3.
Namn + Personnummer + Mail + Mobilnummer till målsman + Lagenhet + om man har någon allergi.

Kostnad: 800 kr, faktureras efter anmälan.
Eventuella frågor: 070-2692166.