

Träningsupplägg V 8 – 17, Vit, Röd/Elit

V 8

Tis.	GUBBS	Krister
Tors.	Genomgång träningsupplägg + GUBBS	Raimo

V 9

Tis.	Specifik teknikövning sving + beslutsövning halva gruppen med ledare	Raimo
Tors.	Specifik teknikövning sving + övningar halva gruppen med ledare	Raimo

V 10

Tis.	Specifik teknikövning pitch + övningar halva gruppen med ledare	Krister
Tors.	Specifik teknikövning pitch + övningar halva gruppen med ledare	Krister

V 11

Tis.	Kost och fys föreläsning 18.30	Maria Rydström
Tors.	Specifik teknikövning chip + övningar halva gruppen med ledare	Raimo

V 12

Tis.	Specifik teknikövning chip + övningar halva gruppen med ledare	Raimo
Tors.	Bollträff	Raimo

V 13

Tis.	Beslut, putt och slag	Raimo
Tors.	Rutin, chip och slag	Raimo

V 14

Tis.	Tempo, pitch och slag	Raimo
Tors.	Gör ditt eget pass (Skall nerskrivas på papper!)	Raimo

V 15

Skåneläger = Uppehåll för övriga

V 16

Mån.	Anders Haglund, mental inspiration	Raimo
Tis.	Testa träna som de bättre, Röd/Elit tränar med Vit (18-19.30)	Raimo
Tors.	Vit tränar med Blå (17-18/18.30, Röd elit 18.30-20.00)	Raimo

V 17

Tis.	Målvning	Raimo
Tors.	Spelövningar	Raimo
Lör.	Kick-off för alla juniorer	Raimo

V 18

Tis. Spelövningar

Raimo

Tors. Närspelstest

Raimo

V 19

Tis. Gör ditt eget på pass (Skall nerskrivas papper!)

Raimo

Tors. Spelövningar

Raimo

V 20

Tis. Spelövningar

Raimo

Tors. Målvning

Raimo

V 21

Tis. Närspelstest

Raimo

Tors. Spelövningar

Raimo

V 22

Tis. Målvning

Raimo

Tors. Gör ditt eget pass (Skall nerskrivas papper!)

Raimo

V 23

Tis. Närspelstest

Raimo

Tors. Spelövningar

Raimo