

Öppen träning 11 år



Välkomna till vårens öppna träningar på Himmelstalund. För 11-åringar ligger fokus på **ledaren och träningsmiljön** – hur vi planerar och genomför effektiva träningar som utvecklar fler spelare. Detta är i första hand en **ledaraktivitet**, där spelarna deltar som en del av träningsituationen.

Datum och tid:

20 maj, kl. 17.00–18.20

3 juni, kl. 17.00–18.20

17 juni, kl. 17.00–18.20

Innehåll:

- Struktur och innehåll i en bra träning
- Hur vi skapar hög aktivitet och delaktighet
- Ledarskap i träningsituationen

Viktigt:

- **Minst en ledare per förening** ska delta och vara aktiv i träningen
- Träningen är kostnadsfri
- **Max 8 spelare per förening och tillfälle**
- Anmälan via [portalen](#) senast en vecka innan

