

# Tomas Holmströms Hockeyskola 2018

## Grupp A

Preliminärt veckoschema, måndag 6/8 – lördag 11/8, LF Arena Piteå

PS: Söndag 5/8, kl 18.00 hoppas vi kunna erbjuda deltagarna möjlighet att "testa isen" inför hockeyskolan 2018. Meddelande om detta kommer senare på [www.laget.se/PHChockeyskola](http://www.laget.se/PHChockeyskola).

### Grupp A

#### Måndag 6/8

Samling	07.00
Isträning	07.45 - 8.55
Fysträning	09.30
Lunch	10.45
Teori	11.30
Isträning	13.25 - 14.35

#### Tisdag 7/8

Samling	11.15
Isträning	12.00 - 13.10
Lunch	14.00
Teori St	14.30
Fysträning	16.00
Isträning	17.40 - 18.50

#### Onsdag 8/8

Samling	09.45
Isträning	10.35 - 11.45
Lunch	12.30
Föreläsning	14.00 - 15.00
Spelpass	16.15 - 17.25

#### Torsdag 9/8

Samling	08.30
Isträning	09.10 - 10.20
Lunch	11.30
Aktivitet	12.30
Fysträning	13.40
Spelpass	14.50 - 16.00

#### Fredag 10/8

Samling	07.00
Isträning	07.45 - 8.55
Fysträning	09.30
Lunch	10.45
Teori	11.45
Internmatch	13.25 - 14.35

#### Lördag 11/8

Samling	12.15
Internmatch	13.15 - 14.15
Fika/avslut	14.45

**Målvaktsträning för alla deltagande målvakter:** Onsdag 8/8, kl 19.05 – 20.30

**Lunch:** Restaurang Blå Ängeln (Kicki, mob 070-592 33 06)

**Teori:** LF Arena

**Fys:** LF Arena/Grisberget

**Omkl rum:** Röda Längan, omkl rum nr 5 (fotbollsomklädningsrum).  
OBS! Söndag 5/8 - Omkl rum nr 1 LF Arena (ingång vid kiosk/handikapphiss om det blir tid för "testa isen" kl 18.00).

**Ledare:** Tomas Holmström, 070-289 96 96

**Faddrar:** Meddelas senare

**Mv-tränare:** Jens Fredriksson