

ALMTUNA IS

ACADEMY

INDIVIDUELL SPELARUTVECKLING

EN NY GENERATION | UTVECKLING | EN NY FRAMTID



100% FOKUS PÅ

INDIVIDUELL SPELARUTVECKLING



AIS Academy

VAD ÄR AIS ACADEMY

Det är en campverksamhet med start 2024-, där vi kommer spetsa till spelarutvecklingen genom att ta ett krafttag kring "AIS Academy". Vi ser det som viktigt att erbjuda en möjlighet till att ytterligare fördjupa sin individuella spelarutveckling.

VAD ÄR SYFTET

Främja spelarnas individuella utveckling genom ökad träningsmängd och kvalitet. Vi vill även värna om spelare i distriktet i deras individuella utveckling. Samverkan i Uppland.

FÖR VEM ÄR DET TILL

Alla spelare (pojkar & flickor) i åldrarna U16 till U9.

Vi delar in i tre åldersgrupper äldre, mellan och yngre.

Vi kommer nivåindela varje grupp, vilket gör att individen får rätt miljö och vi kan ha fler ålderskullar samtidigt i verksamheten.

Tobias Pehrsson
VD / Klubbdirektör

Nicklas Danielsson
Sportchef

Pontus Andersson
Ungdomsansvarig

KONCEPTET BYGGER PÅ

Vi väljer ut ett specifikt tema, som vi lägger fokus på. Både grunder detaljer samt skapa en ökad förståelse för de utvalda temat på campen. Metodiken bygger på (1) många repetitioner i utförandet samt (2) mer feedback för att skapa en bättre inlärningsprocess.

VILKA ÄR INSTRUKTÖRER

Välutbildade tränare från Almtuna IS Elitverksamhet, även externa instruktörer kan bjudas in. Ledare samt spelare från Herrlaget kommer att medverka. UP Uppsala, kvalitetssäkrar den grenspecifika ishockeyinriktade fys & off-ice träningen.

EN EXTRA MÖJLIGHET TILL INDIVIDUELL SPELARUTVECKLING

Vi ser det som viktigt att tillgodose möjlighet för våra ungdomar att träna extra, utvecklas och bygga relationer med fler spelare och ledare inom Almtuna IS och Uppländsk ishockey – en gemenskap.

100% FOKUS PÅ
INDIVIDUELL SPELARUTVECKLING



AIS Academy

AIS ACADEMY

100 % FOKUS PÅ
INDIVIDUELL SPELARUTVECKLING

MÅL & SYFTE:

- ✓ Spetsutbildning.
- ✓ Individens fokus.
- ✓ Tema på varje Academy.
- ✓ Tekniska- & taktiska fördjupande detaljer.

FÖR VEM:

- ✓ Grupp äldre: U16 - U14.
- ✓ Grupp mellan: U13 - U11.
- ✓ Grupp yngre: U10 - U9.
- ✓ Inbjudan till hela Uppland.
- ✓ Förtur AIS-spelare.

INNEHÅLL:

- ✓ Ispass 2-3st/dag.
- ✓ Teori/video 1st/dag.
- ✓ Off-ice 1st/dag.
- ✓ Reflektioner & säkerställa inläring.

METODIK:

- ✓ Grupp nivåindelas.
- ✓ Röd tråd i budskap.
- ✓ Visa - rita - prata.
- ✓ Mängd repetitioner.
- ✓ Direkt feedback.

INGÅR:

- ✓ Flera instruktörer.
- ✓ Spelare från Herrlag.
- ✓ Mat, mellanmål.
- ✓ Souvenir AIS Academy.



3 dagar



1 dag



3 dagar



1 dag



4 dagar





-
- | | | |
|----------------|---|--|
| Höst academy | - | Speluppfattning & spelförståelse
Lärandet av spelet, grunden är speluppfattning, därefter kommer spelförståelse. |
| Jul academy | - | Passning, mottagning & puckhantering
Förmågan att flytta puck, såsom täcka/skydda puck & skickligheten att hantera puck. |
| Sport academy | - | Målskytte & skotteknik
Strategier för spelet mot mål, taktiska inslag men även tekniska detaljer i skott & målskytte. |
| Påsk academy | - | Specifik målvakt-, back- & forwardsträning
Specifik träning för målvakter, backar & forwards. Grunder & fördjupning i olika moment. |
| Sommar academy | - | 100% Matchspel
Vi kommer bara spela matcher, lärandet av matchen och hur vi bryter ner matchen till videoanalys & off-ice träning. Kopplat till att utveckla anfall och försvar. |

Exempel på schema.

Grupp 1 äldre

U16 – U14

DAGSSCEMA

08.00 – 08.45

Introduktion av Academy
Teori, utbildning.

09.00 – 10.00

Off-ice på UP
Ishockeyrelaterad träning.

10.30 – 11.30

Ispass 1
Grunder utvalda moment

11.45 – 12.45

Lunch / återhämtning

13.30 – 14.30

Ispass 2
Fördjupning utvalda moment

14.45 – 15.30

Videoanalys
Förståelse, detaljer för utvalt moment och tema.

Grupp 2 mellan

U13 – U11

DAGSSCEMA

08.00 – 08.45

Introduktion av Academy
Teori, utbildning.

09.15 – 10.15

Ispass 1
Grunder utvalda moment

11.00 – 12.00

Off-ice på UP
Ishockeyrelaterad träning.

12.15 – 13.15

Lunch / återhämtning

13.15 – 14.00

Videoanalys
Förståelse, detaljer för utvalt moment och tema.

14.45 – 15.45

Ispass 2
Fördjupning utvalda moment

Grupp 3 yngre

U10 – U9

DAGSSCEMA

08.00 – 09.00

Ispass 1
Grunder utvalda moment

09.30 – 10.30

Videoanalys
Förståelse, detaljer för utvalt moment och tema.

10.45 – 11.45

Lunch / återhämtning

12.15 – 13.15

Ispass 2
Fördjupning utvalda moment

13.45 – 14.15

Introduktion av Academy
Teori, utbildning.

14.30 – 15.30

Off-ice på UP
Ishockeyrelaterad träning.



100% FOKUS PÅ

INDIVIDUELL SPELARUTVECKLING



AIS Academy

KOSTNAD:

Höst academy, 3 dagar: 2 250 sek.

Jul academy, 1 dag: 850 sek (perfekta julklappen!)

Sport academy, 3 dagar: 2 250 sek.

Påsk academy, 1 dag: 850 sek.

Sommar academy, 4 dagar: 3 000 sek.



ANMÄLAN + BETALNING:

- Mer information finns på vår hemsida almtuna.com.
- Betalning sker genom campens anmälningssida på laget.se.

MERCH AIS ACADEMY,

FÖLJANDE PRODUKTER INGÅR:

- Höst academy: **Hoodietröja** värde om 350 sek.
- Jul academy: **Mössa** värde om 250 sek.
- Sport academy: **Keps** värde av 150 sek.
- Påskacademy: **T-shirt** värde av 150 sek.
- Sommar academy: **Väska** värde om 450 sek.



Föreningen som möter framtidens generation.

Vi ska våga vara innovativa i sättet vi leder, utvecklar och möter framtidens generation spelare, ledare, partners & supportrar – en mötesplats för utveckling. Vi ska bli en samlande kraft för ishockeyns tillväxt, att bli relevant för intressenter och därigenom inta en stark position i staden Uppsala, i länet Uppland & för samhällets bästa.



