**Målvaktsträning med Fikret Handan, IK Sävehof 17 mars 2018**

Nu är det spikat och klart! Lördagen den 17 mars kommer en hel dag ägnas åt våra kära målvakter. Fikret Handen kommer upp och ägnar hela dagen åt framförallt vår ungdomsverksamhet. Fikret är verksam i IK Sävehof och tränat bland annat Johanna Bundsen, landslagsmålvakt. Detta är VERKLIGEN ett tillfälle man inte vill missa! Vi vet med oss att vissa lag tyvärr är i Sundsvall då men alla andra, PASSA PÅ!

Utbildningen riktar sig mot ledare, tränare och spelare från A- till D-ungdom. Vår förhoppning är att dagen kommer hållas kostnadsfri för spelare och ledare verksamma inom Bodens BK Handboll, ev. självkostnadspris för (gemensam) fika och lunch tillkommer. Utbildningen är ett steg närmare en tydlig grön tråd genom hela föreningen.

**SPIKAD planering:**

11.00-12.00 Uppstart med kort teorigenomgång

12.10-12.30 Träningspass riktat mot D- och C-ungdom. Övningar visas med förklaring till hur och varför.

12.30-13.00 Lunch med macka/sallad

13.00-13.45 Träningspass riktat mot B-ungdom

13.45-14.30 Träningspass riktat mot A-ungdom

14.30-14.45 Avslutning med frågestund

14.45 - ca 16.00-16.15 Träningspass riktat mot herr- och damlag.

**Viktig information!**

* Plats: Hildursborg
* Ungdomarna behöver vara på plats ca 30 min innan deras pass för att kunna värma upp ordentlig innan respektive pass.
* Passen kommer filmas för att kunna användas som material i vår gröna tråd (som är under konstruktion). Om någon inte anser detta är okej måste kontakt tas innan tillfället.
* Vi fikar och äter lättare lunch tillsammans. Vid allergier, maila denna information till någon ansvarig (tillagt i formuläret 23/2, anmälda innan måste maila in ev. allergier)

För anmälan – använd formuläret <https://goo.gl/forms/3LGk33l2XRHlov8U2>.

Mer information kan komma att skickas ut via mail närmare den 17 mars.

Ansvariga: Didrik Karlsson, 0768506090, [didrikkarlsson@hotmail.com](mailto:didrikkarlsson@hotmail.com)

Carl-Göran Olofsson, 0727232376, [bikungen68@gmail.com](mailto:bikungen68@gmail.com)