

Information inför Träningsläger 28-29 september

- Till helgen planerar vi ledare för ett roligt och lärorikt träningsläger med syfte att träna övernattnig och spel 7mot7. Vi har bjudit in Annebergs IF och Derome-Åskloster FF för två träningsmatcher som kommer spelas parallellt på Ögärdets 11mot11-plan. Matcherna är 3*20 minuter (ett separat dokument med spelregler för 7mot7 bifogas). 27 spelare är anmälda till helgens läger vilket är en väldigt god uppslutning. Kul! 😊 Det innebär att det kommer vara 14 respektive 13 barn i varje lag och vi kommer då att ha två ”sjuor/sexor” att byta med under perioderna, så totalt får varje spelare ca 30 minuters speltid.
- Till matcherna kommer vi ta med vår fikalåda och preppa den med lite chokladbollar, Kexchoklad och festis. Vill man baka till fiket är det välkommet. Prislistor och QR-kod till swish kommer sättas upp i fikaboden. Vi vore tacksamma om några föräldrar kunde förbarna sig över fiket under matchens gång och ev. koka mer kaffe i klubbstugan om det tar slut. Fikaförsäljning brukar generera ett fint tillskott till lagkassan och vårens försäljning är med och finansierar helgens alla inköp!
- Efter matchens slut duschar spelarna i Fjärås idrottshall och går sedan bort till församlingshemmet tillsammans med några ledare. Övriga ledare åker till församlingshemmet dit ni föräldrar kommer och lämnar era barns packning.
- Till middag kommer det serveras taco. Kockar/diskpersonal är: Anders (Charlie), Bea (Alvin), Emmelie (Samuel) och Sofia (Joel). (Behöver vara på plats till 16:30).
- Frukosten serveras med hjälp av: Louise/Kenny (Noel), Ellen (Oscar AG), Pernilla (Walter) och Linda (Sixten B). (Behöver vara på plats till 07:30).
- Viktigt att ha med sig är att detta är en övernattnigsträning inför framtida läger. Ni behöver kunna nås och ev. hämta ert barn om detta skulle bli aktuellt under kvällen/natten.
- Lägret är mobilfritt.
- Ledarna bestämmer var spelarna kommer sova (bredvid vem etc.).
- Ett underlag för utvecklingssamtal kommer skickas ut under måndag- och onsdagsträningen. Fyll i tillsammans hemma och ta med till lördag.

Tidsramar:

14:00 samling vid Ögärdet
14:45 matchstart (3*20 min.)

16:00 dusch

16:30 församlingshemmet

17:30 middag (taco)

18:30 teori/samarbetsövningar ”Bäst i test”

21:15 borstning av tänder mm.

22:00 tyst

08:00 frukost

08:45 ihoppackning

09:00 promenad till Ögärdet (packning in i tränarbilar)

09:30- 11:00 träning Ögärdet

11:00 hämtning