

# Irsta P11 Kickoff 2022-04-23

Pass	Tid	Minuter	Vad, var, vem				
0	09:30	30	Samling tränargänget [Dansbanan] (Viktor, Robban, Martin, Johan S, Johan L, Fredrik, Sussi, Mads, Daniel)				
1	10:00	15	Intro av dagen och presentation av tränargänget [Dansbanan] (Mads - Viktor, Robban, Martin, Johan S, Johan L, Fredrik, Sussi, Daniel)				
2a	10:15	30	Teambuildning aktiviteter [Dansbanan]				
			Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4	
2b	10:45	30	Lego [Klubbstugan] (Mads)		Vända presenning [Dansbanan] (Lyfta metspö, Knyta knut) (Daniel, Sussi)		
3a	11:15	30	Träning [grusplan, åkern, konstgräs] (Martin, Viktor, Johan L, Johan S)		Teori [Dansbanan] (Robban, Fredrik)	Kompis [Dansbanan] (Daniel, Sussi)	
3b	11:45	30			Kompis [Dansbanan] (Daniel, Sussi)	Teori [Dansbanan] (Robban, Fredrik)	
4	12:15	45	Lunch [Dansbanan] (Malin H, Sara F, Shewa)				
5a	13:00	30	Teori [Dansbanan] (Robban, Fredrik)	Kompis [Dansbanan] (Daniel, Sussi)	Träning [grusplan, åkern, konstgräs] (Martin, Viktor, Johan L, Johan S)		
5b	13:30	30	Kompis [Dansbanan] (Daniel, Sussi)	Teori [Dansbanan] (Robban, Fredrik)			
6	14:00	30	Summering/förväntningar [Dansbanan] (Mads - mha Viktor, Robban, Martin, Johan S, Johan L, Fredrik, Sussi, Daniel)				
7	14:30	20	Träning [grusplan, åkern, konstgräs] (fri roll målis-Johan L)				Föräldramöte [Dansbanan] (Mads, Fredrik, Sussi, Daniel)  Agenda - Säsongspan - Föräldragrupps aktiviteter (fika vid poolspel, försäljning, mm) - Irsta klubbens uppdrag - Ekonomi
			Grupp 1	Grupp 2	Grupp 3	Grupp 4	
			Övning 1 (Robban)	Övning 2 (Viktor)	Övning 3 (Martin)	Övning 4 (Johan L, Johan S)	
			Övning 4 (Johan L, Johan S)	Övning 1 (Robban)	Övning 2 (Viktor)	Övning 3 (Martin)	
Övning 3 (Martin)	Övning 4 (Johan L, Johan S)	Övning 1 (Robban)	Övning 2 (Viktor)	Övning 2 (Viktor)	Övning 1 (Robban)		
Övning 2 (Viktor)	Övning 3 (Martin)	Övning 4 (Johan L, Johan S)	Övning 1 (Robban)	Övning 2 (Viktor)	Övning 3 (Martin)		
8	15:50		Avslutning/fika [Dansbanan] (Malin H, Sara F, Shewa)				