



Augusti

1	onsdag	
2	torsdag	18.30-20.00 Öppen träning innebandy, Björkeby, s. 18.30
3	fredag	
4	lördag	
5	söndag	
6	måndag	19.45-21.30 Öppen träning innebandy, Björkeby, s.19.45
7	tisdag	
8	onsdag	19.45-21.30 Öppen träning innebandy, Björkeby, s.19.45
9	torsdag	19.45-21.30 Öppen träning innebandy, Björkeby, s.19.45
10	fredag	
11	lördag	
12	söndag	
13	måndag	19.45-21.30 Öppen träning innebandy, Björkeby, s.19.45
14	tisdag	
15	onsdag	
16	torsdag	19.15-20.45 Öppen träning innebandy, Björkeby, s.19.15
17	fredag	17.30 Samling Björkeby för avresa till läger
18	lördag	00.00-00.00 Träningsläger se nere till höger →
19	söndag	00.00-14.00 Träningsläger se nere till höger → 14.00-16.00 Träningsmatch, Bro sporthall
20	måndag	19.45-21.15 Innebandyträning, Björkeby, samling 19.45
21	tisdag	
22	onsdag	19.45-21.15 Innebandyträning, Björkeby, samling 19.45
23	torsdag	19.00-20.30 Innebandyträning, Björkeby, samling 19.00
24	fredag	
25	lördag	11.30 HJ20 DM Vaxholm – Bele, Hallonbergen s.10.15 15.30 HJ20 DM Bele – Tyresö, Hallonbergen s.14.15
26	söndag	12.30 HJ20 DM Bele- Sundbyberg, Hallonbergen s.11.15
27	måndag	
28	tisdag	OBS! nya tider från denna vecka som inte ännu är klara!
29	onsdag	
30	torsdag	
31	fredag	

Månadens citat:

"Hela bollen måste ligga stilla."

– Ralf Edström talar om varför en frispark måste tas om...

Regler:

Ombytt och klara till träningstiderna ovan angivet
Samling 75 min före match
Frånvaro meddelas senast 12.00
Matchfrånvaro inför helgen meddelas måndag.
Endast meddelad sen ankomst accepteras
Mobiltelefoner avslagna under samling/träning
Rätt utrustning till träning och match

Kontaktinformation:

Fredric Rylander	073-522 23 89
Jesper Lagerwall	076-196 22 94
Martin Kjellin	076-946 54 53
Magnus Bäck	073-435 62 63
Peder Hunnes	073-433 55 64
Thomas Svensson	070-545 66 25

Nu börjar innebandysäsongen!

Så var det äntligen dags att sjösätta Bele Barkarbys nya juniorsatsning där HJNG övergår till HJ Elit med det självklara målet att inleda återtåget till Stockholmsinnebandyns högsta serie HJ19 Div.1.

I år spelar vi förutom JAS även HJ19 Div2 och Div3 med målet att ligga i topp i samtliga serier för möjligheten att avancera i systemet till kommande säsong.

I augusti inleder vi tidigt för att vara förberedda inför kommande seriepremiär i mitten av september. 17-19/8 åker vi på träningsläger, detaljerna ser ni nedan. Viktigt att ni ordnar skjuts samt ifall ni inte kan meddelar detta omgående.

Helgen efter spelar vi HJ20DM mot tufft motstånd i Hallonbergen. Till denna helg kan eventuellt några -92:or från herrlaget ansluta.

Under tiden 2-15/8 håller vi fortsatt öppna träningar då vi har några platser kvar att fylla i spelartruppen. Vi avser även genomföra våra fystester under tiden före träningslägret.

Sedan har vi under sommaren genomfört 24 gemensamma fysträningspass sedan vi slutade med innebandy i maj. Kampen om första platsen och evig sargimmunitet har varit hård. Nedan ser ni sluttabeln. De tre första platserna erhåller fint pris som delas ut på träningslägret.

1.	Daniel Hunnes	24 duell väntar...
1.	Rasmus Nilsson	24 duell väntar...
3	Olle Stenvall	18
4	Jakob Granlund	14
5	Martin Gavelin	13

Vi ses i hallen 2/8 19.15

//Ledarna

Träningsläger 17-19/8	
	Fredag 17/8
17.30	Avresa Björkebyhallen (ni ordnar skjuts själva)
18.00	Träning i Bro sporthall
20.00	Till stugorna i Björknäs Camping, tid för bad/bastu
21.30	Grilla korv+potatissallad mm
	Lördag 18/8
08.00	Väckning
08.45	Frukost
09.30	Teoripass i föreningslokalen (taktikdragning)
11.00	Träning i Bro Sporthall (90 min)
13.30	Lunch (i bro eller vid camping)
15.00	Aktiviteter/Tävlingar/lekar
18.00	Middag på camping
20.00	Bad/fritid/Fotboll/Bastu
22.00	Grillade hamburgare
	Söndag 19/8
09.00	Väckning
09.30	Frukost
09.30	Teoripass 2 i föreningslokalen (taktik-dragning)
11.00	Träning i Bro Sporthall (60 min)
12.30	Lunch
14.00	Träningsmatch i Bro sporthall
16.00	Läger slut