

## Information inför träningslägret 2018!



Nu äntligen är de dax för träningsläger 17/2-18/2. På Näsåkerns IP. De kommer bli ganska samma upplägg som ifjol. Men i år så börjar vi de sista sammandraget på Hemmaplan för denna säsong.

Övernattning kommer att ske i klubbstugan, ett av omklädningsrummen. Barnen behöver inte ta med sig mat. Vi ordnar all mat

Det kommer att vara ett fullspäckt schema men på lördag kväll finns tid för lek eller avkoppling med TV . Inga pengar eller värdesaker (surfplattor, telefoner) ska tas med.

Schema för helgen (cirkatider)

Lördag 17/2 :

13,45 Mellis

14,15 Fys ute

15,30 Ispass A

17,30 Middag

18,30 Teori

20.30 Kvällsfika/"Mellomys"

21.30 Läggdags

Söndag 18/2:

07,30 Uppstigning

07,45 Frukost

09,00 Ispass B

11,00 Lunch

12,00 Teori/Skotträning

13,30 Mellis

14,15 Ispass C

15,30 Avslutning

Kom ihåg att packa!

- Fullständig ishockeyutrustning inkl. några underställ + skridskoskydd, klubba
- Duschgrejor/tandborste/tandkräm
- Ombyten (flera)
- Liggunderlag och sovsäck
- Ordentliga utekläder för ute fys

**OBS!!!** Inget godis eller snacks, drickor tas med. Mellomyset fixar ledarna... ;) )

Allergier meddelas till Marie 070-3404853

Hälsningar Ledarstaben

