**MÖJLIGHET ATT MILJÖTRÄNA MED DAM, OCH UPPLÄGGET FÖR DETTA**

Vi har i år möjlighet att miljöträna med damlaget och har bestämt att vi skickar upp 2-3 st som vill per träningstillfälle som erbjuds, om det är flera som vill så kommer vi att göra ett veckoschema för tjejerna så det vet vilken vecka det ska följa det upplägg som vi satt upp i samråd med tränarna i damlaget.

Det finns då möjlighet att träna upp till 6 pass per vecka men det kan begränsas till 4 pass den vecka man tränar med dam enligt det upplägget.

Att begränsa hur mycket man tränar är upp till varje spelare och förälder vi som tränare kommer inte att begränsa, samtidigt har vi full förståelse om man väljer att träna 4 pass den vecka man tränar med dam.

Upplägg för miljöträning med Damlaget.

**Måndagar** prioriteras träning med 06-07 om man behöver välja träning men man får naturligtvis träna dubbelt om man känner att man vill och orkar.

**Tisdagar** miljöträning med dam

**Onsdag** träning 06-07

**Torsdag** prioriteras miljöträning med dam om man behöver välja men man får naturligtvis träna dubbelt om man känner att man vill och orkar.

//Tränarna