



Tomas Holmströms Hockeyskola 2019

Måndag 5/8 – lördag 10/8, LF Arena Piteå

PS: Söndag 4/8, kl 18.00 = Vi hoppas kunna erbjuda deltagarna möjlighet att "testa isen" inför hockeyskolan 2019. Meddelande om detta kommer senare på www.laget.se/PHChockeyskola.

Grupp A

Måndag 5/8

Samling 07:00
Isträning 07:45-08:55
Fysträning 09:30
Lunch 10:45
Teori 11:30 **Krobbe**
Isträning 13:25-14:35

Tisdag 6/8

Samling 11:15
Isträning 12:00-13:10
Lunch: 14:00
Aktivitet 14:45
Fysträning 16:00
Isträning 17:40-18:50

Onsdag 7/8

Samling 09:45
Isträning 10:35-11:45
Lunch: 12:30
Föreläsning: 14:00-15:00
Matchspel 16:15-17:25

Torsdag 8/8

Samling 08:30
Isträning 09:10-10:20
Lunch 11:30
Teori 12:30 **(S.T.a.R)**
Fysträning 13:45
Matchspel 14:50-16:00

Fredag 9/8

Samling 07:00
Isträning 07:45-08:55
Fysträning 09:30
Lunch 10:45
Teori 11:45
Matchspel 13:25-14:35

Lördag 10/8

Samling 12:15
Matchspel 13:15-14:15
Fika/avslut 14:45

Målvaktsträning för alla deltagande målvakter: Onsdag 10/8, kl 19.05 – 20.30

Lunch: Restaurang Blå Ängeln (Kicki, mob 070-592 33 06)

Teori: LF Arena **Fys:** LF Arena/Grisberget

Omkl rum: Nr 5 Röda Längan

Ledare: Tomas Holmström, 070-289 96 96

Faddrar: Isak Holmström, 070-677 05 28
Olle Wilhelmsson, 070-580 36 90
Axel Jaldeby, 070-214 19 10
William Öhlund, 076-106 97 53

MV tränare: Jens Fredricson, 070-266 41 96
Johannes Sundström, 072- 706 29 79
Albin Edlund, 076-191 20 60

PHC Kansli: Hembygdsvägen 5 A, 941 63 Piteå Tfn 0911-189 94, e-post: info@piteahockey.se, www.piteahockey.se