



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 B

Måndag 5/8

Samling 08:15
Isträning 09:10-10:20
Lunch 11:30
Teori 12:30 Krobbe
Isträning 14:50-16:00

Tisdag 6/8

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

Onsdag 7/8

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

Torsdag 8/8

Samling 09:30
Isträning 10:35-11:45
Lunch 12:30
Teori 13:30 (S.T.a.R)
Fysträning 14:45
Matchspel 16:15-17:25

Fredag 9/8

Samling 08:15
Isträning 09:10-10:20
Lunch 11:30
Teori 12:30
Fysträning 13:45
Isträning 14:50-16:00

Lördag 10/8

Samling 10:45
Matchspel 12:00-13:00
Fika/avslut 13:30

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 3 Isstadion

Ledare: Hans "Frecka" Fredricson, 070-390 11 79

Faddrar: Eric Hellsten, 077-777 33 73
Didrik Andersson, 070-894 26 62
Gabriel Sandström, 070-527 63 87
Melwin Widesand, 070-603 30 06

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