

Södra Trögd Fotbollsläger 20-21 maj 2017

Lördag 20 maj

09.00 Samling i Lillkyrka

09.30-10.30 Träningspass (Fotboll)

10.30-10.50 Frukt

11.00-12.00 Träningspass (Team building)

12.00-13.00 Lunch (Matgruppen)

13.00-13.30 Teoripass/Målvaktsträning

13.30-14.00 Fri Aktivitet

14.00-15.30 Träningspass (Fotboll)

15.30-17.00 Dusch/Fria aktiviteter

17.00-18.30 Kvällsmat/Grill/Fria aktiviteter (Matgruppen)

18.30-20.00 Film/Kvällsmys

20.30 Gonatt!

Söndag 21 maj

08.00-08.45 Frukost (Matgruppen)

09.00-10.30 Träningspass (Fotboll)

10.40-11.00 Frukt

11.00-11.30 Teoripass/Målvaktsträning

11.30-12.00 Fria aktiviteter

12.00-13.00 Lunch (Matgruppen)

13.00-14.00 Matchgenomgång, uppvärmning.

14.30-15.30 Träningsmatch mot Åsunda (Föräldrar ansluter)

15.30-16.00 Avslutning/Summering