



## **Innebandyspelaren Blå 1**

### **Svensk Innebandys utvecklingsmodell**

På blå nivå handlar det om att utveckla generella idrottsfärdigheter samt de grundläggande atletiska och tekniska färdigheter som krävs för att utvecklas som innebandyspelare. Ålder 9-12 år är guldåldern för teknikinläring. På blå nivå handlar det om att få saker att hända med bollen.

Vi går igenom finter, dribblingar, bollbehandling i högre fart mer avancerade mottagningar, fler varianter av passningar och skott samt målvaktens grundläggande positioner.

**Datum**                               **6 september, Härnösand**  
**26 september, Sundsvall**

#### **Tidsprogram:**

**kl. 9.00**                               **Teori i konferenslokal**

**Kl. 12.00**                               **Lunch**

**Kl. 13.00 – 16.00**               **Praktik i sporthall, träningsklädd, egen klubba**

**Förkunskaper:**               Grundutbildning

**Kursledare:**                      6 september - Peter Åhling från Karlskoga  
   26 september – Conny Törehed från Mora

Kostnad 1500 kr, varav 950 kr kan subventioneras via Idrottslyftet.

Subventionen söks från SIBF via IdrottOnline, faktura måste bifogas och sökas inom 60 dagar efter utbildningstillfället.

Utbildningsmaterial med övningstips, lunch och fm.fika ingår i kostnaden.

Anmäl er senast en vecka innan resp. utbildningstillfälle på nedanstående länk:

<https://response.questback.com/idrott/vibf15-16>

Frågor och funderingar:

Kontakta   Ingela Asplund 070-109 03 36. [ingela.asplund@vnirott.rf.se](mailto:ingela.asplund@vnirott.rf.se)



**Västernorrlands  
Innebandyförbund**



