

INBJUDAN INSPIRATIONSDAGAR Flickor F13, F14, F15 (födda 09, 08 och 07) och BREDDLÄGER F 16 (födda 06)i Distrikt Mellansverige

Distrikt Mellansverige inbjuder till inspirationsdagar för F13 – F15 och breddläger F16. Syftet med våra läger är att aktiva spelare i samma ålder ska kunna träffas över klubbgränser och därvid få gemensam träning och chans till utveckling. Träningen omfattar i varierande grad skridskoåkning, teknik och skott samt positionsspecifik utveckling. För F 13 lägger vi lite mer fokus på skridskoåkning, för F 14 blir det extra fokus på teknik och skott och för F 15 extra fokus på positionsspecifik utveckling. För breddlägret tillkommer även att det utgör en förberedelse för uttagning till distriktslaget. Lägren syftar även till att stimulera till individuell utveckling.

Inspirationsdag F 13 och F 14.

Äger rum den 2/11 09.00 – 15.00 på ABB Arena Syd, Rocklunda

Inspirationsdag F 15

Äger rum den 1/11 09.00 – 15.00 på ABB Arena Syd, Rocklunda.

Breddläger F 16

Äger rum den 1/11 09.00 – 15.00 på ABB Arena Syd, Rocklunda.

Under dagarna varvas ispass med teoripass. Dessutom serveras lunch.

Anmälningsavgift 200:- betalas i samband med anmälan till distriktets bankgiro 175-1858

Anmälningar skickas senast den 25/10, helst föreningsvis till [bo.ribers@gmail.com](mailto:bo.ribers@gmail.com)

Ange därvid namn, personnummer, förening och ev specialkost

Ansvariga ledare:

F 13 F 14 Daniel Kolsmyr (daniel.kolsmyr@gmail.com)

F 15, F 16 Karl Åkerlind (karl.akerlind@gmail.com)

Svenska Bandyförbundet Distrikt Mellansverige (org nr 80 24 69-5929)

Bangårdsgatan 1, 591 35 Motala