

DIF P07.2

SÄSONGEN 2021

PROVTRÄNING DIF

TRÄNING & MATCHNING I NOV - MARS



VINNARHALLEN BOSÖN/LIDINGÖ
- Måndagar 1900 – 2030 ¼-del



JB-HALLEN HJORTHAGENS IP
- Torsdagar 1800 – 1930 ¼-del
- Lördagar 1600 – 1730 ¼-del



LILL-JANSSKOGEN / ÖIP

- Fys- och kondition
- Onsdagar t.b.d.
- Samling ÖIP
- Buss 6 och 55
- T-bana Stadion



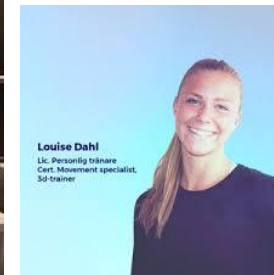
FUTSAL Sanktanserie P07-3



Vinnare i Ersanspokalen 2020!
Titelförsvare i Ersanspokalen
Träningsmatcher 9- och 11-manna



NORDIC
WELLNESS



Louise Dahl
Lic. Personlig tränare
Cert. Movement specialist,
Sp-tränare

Improve Performance by Louise Dahl
- Individuell koordination & fys



Adam, Thomas och
Lynn (fysio)

TEAM RUNT P07.2

TEAM

HUVUDTRÄNARE	XXXXXX XXXXXXXXXXXX
ASS. TRÄNARE	YYYYYY YYYYYYYYYY
EXTRA TRÄNARRESURSER	HUGO BERGGREN, THOMAS LINDBRANDT & TOMMIE LINDBERG
FYSTRÄNARE	2 ST. FÖRÄLDRARESURSER (TBD) /IMPROVE PERFORMANCE BY LOUISE DAHL
KIROPRAKTOR/FYSIO	STHLM KIROPRAKTORKLINIK/ADAM ENDLER SAMT FYSIO/LYNN CARLSSON
KASSÖR	HENRIK BERGGREN
LAGLEDARE FOTBOLL	TOMMIE LINDBERG
LAGLEDARE ÖVRIGT	NINNI JOHANSSON
FILM, FOTO & SOME	2 ST. FÖRÄLDRARESURSER (TBD)
SPONSRRINGSANSVARIG	2 ST. FÖRÄLDRARESURSER (TBD)

Provträning nov – dec 2020

- Välkommen!
- Kom i tid till träningen.
- Covid19 gör att vi håller avstånd, ta gärna med egen handsprit.
- Inget ombyte på anläggningen.
- Inga vårdnadshavare i anläggningen under träning.
- Träning mån, tors och lör.
- Första träningspass tors. 12/11

Utvärdering & återkoppling

- 4 – 6 bollpass innan återkoppling
- Utvärdering av
 - Eijlert Björkman ansv. DIF Ungdom
 - Ansvariga tränare/ledare lag P07.2
- Samtal med spelare
- Samtal med spelare/vårdnadsh.