

Inbjudan till träningsdag för Flickor födda 08 onsdag 1 november 2023.

Vi hälsar er alla hjärtligt välkomna till Jönköping och IF Hallby HK för att medverka i en träningsdag tillsammans med andra tjejer i närområdet födda 2008. Vi har bjudit in Eksjö, Habo, Cyrus och IF Hallby.

Syftet med dagen är i första hand att skapa fortsatt intresse för att spela handboll och att ge alla tjejer en chans att lära känna flera spelare i regionen.

Vi vill också presentera IF Hallbys verksamhet, vår vision och vårt arbete med att utveckla damhandbollen i Jönköping.

Träning kommer genomföras av damlagets huvudtränare Joachim Löfstedt tillsammans med   
U-lagets tränare Per Fredriksson.   
Under dagen kommer också spelare från Hallbys damlag samt övriga ledarstaben runt seniorverksamheten att medverka. Det bli två handbollspass som varvas med teori och övrig info  
Damspelarna kommer berätta om sig själva och man får chans att ställa frågor om hur de tränar och vad som krävs för att kunna bli en elitspelare.

**Träningen bedrivs i Idrottshuset, Lagermansgatan 4 Jönköping**

**09.00- Samling ombytta i D hallen**  
12.00-13.00 Lunch (medhavd)  
**-16.00 Avslutning i D hallen**  
Hallby kommer att bjuda på lunch under dagen men ni spelare behöver ta med eget mellanmål.  
Alla föräldrar/tränare och givetvis också välkomna att vara med under dagen och vi kommer även att ha pass för er med information om träning och övrigt som kan vara bra att veta.

Vi vill gärna att man anmäler sig i följande länk senast 23/10: <https://forms.office.com/r/b3wLEQyRZR>

Irena Hanzek   
[irena.h@hotmail.com](mailto:irena.h@hotmail.com)   
0705-594114