

## Distriktsträningar

**Distriktsträningarna är andra steget i Stockholms handbollförbunds spelarutbildningar. Det är en träff där vi tränar på individuell teknik i både försvar, anfall och grunder för målvakterna. Träffarna är anpassade utifrån att spelarna ligger på olika nivåer i sin handbollsutveckling men även utifrån spelarnas ålder. Det är även en möjlighet att få träna tillsammans med andra spelare från lagen som ni spelar mot i serien. Vi utgår från Svensk handbolls spelarutbildningsmaterial spelutbildningen 2.0**

I höst ser träningarna lite annorlunda ut. Första gruppen tränar i 1h och 50min sen så får de lämna hallen innan nästa träningsgrupp får in i hallen. Så de som är i andra gruppen får vänta utanför tills instruktörerna släpper in dem. Det får följa med en tränare/ledare/chaufför per fyra barn. Så vi önskar att ni i föreningarna kan kommunicera mellan era spelare vem vilka som är med i hallen.

Vi har inte heller delat dem så mycket som vi brukar så det är blandat 3–4 olika föreningar på varje pass.

**Spelarna ska ha med sig egen boll, vattenflaska och får gärna träna i sin matchtröja.**

Det finns skadematerial på plats samt västar och koner. Om inte era tränaren är på plats så se är det bra om en ledare eller förälder till någon av spelarna finns på plats. Om olyckan skulle vara framme är det bra om det finns någon som barnen/ungdomarna känner till. Har ingen möjlighet så se till att det finns en kontaktperson som instruktörerna på plats kan nå.

Det är föreningens försäkring som täcker denna verksamhet.

Varje kväll kostar 200:- det fakturerar vi föreningen, om det är spelaren eller föreningen som tar kostnaden ser olika ut i olika föreningar.

Ansvariga instruktörer:

Flickor födda 2006

Patrik Johansson, Glen Gartne, Maria Vidlund, Daniel Sjölund.

Pojkar födda 2006

Aron Spejare, Per Lundgren, Helgi Magnusson, Sandra Wiktor Jacobsson.

Frågor om verksamheten hör av er till utbildningsansvarig på utbildning@stockholmhandboll.se eller tel. 08-556 068 92

**Varmt välkomna!**

**Stockholms handbollförbund**

### Observera

**Under vår spelarutbildning, träningar, träningsdagar och liknande tillfällen filmar och fotar vi ofta verksamheten och lägger ibland ut dessa bilder/filmer på vår webbplats och/eller sociala medier.**



*Följ oss gärna på sociala medier!*

**Instagram:** @sthlmhandbollforbund

**Facebook:** facebook.com/sthlmhandboll

**Twitter:** @sthlmhandboll