

## **Motiverande träningar för flickor 13-16 år – Med Förbundskapten (F16) Lotta Hellenberg!**

Välkomna till ett väldigt speciellt träningstillfälle med **Förbundskapten Lotta Hellenberg!** Denna gången tränar vi inomhus i Sparbankshallen i Vara och förutom att träna så får ni lyssna på när Förbundskaptenen berättar om hur man driver ett landslag.

### **Inbjudan:**

Alla flickor i åldern 13-16 år är välkomna att delta på projektets träningar. Är du fotbollstränare får du också gärna anmäla dig att närvara på fotbollssnacket med Förbundskaptenen och dessutom vara med och assistera på träningen. Det finns mycket inspiration att ta med hem till träningarna i din förening!

### **Sparbankshallen, söndag 11 oktober**

**Flickor 2004-2005 kl 10.15-10.45 Fotbollssnack med Förbundskaptenen**

**Flickor 2004-2005 11.00-12.30 Träning**

**Flickor 2006 kl 13.30-15.00 Träning**

**Flickor 2006 kl 15.15-15.45 Fotbollssnack med Förbundskaptenen**

**Flickor 2007 kl 15.30-17.00 Träning**

**Flickor 2007 kl 17.15-17.45 Fotbollssnack med Förbundskaptenen**



Vi bjuder på fika direkt efter avslutad träning. Tänk på att komma ombytta.

**Vänligen anmäl er via e-post till [ingrid.l@vastgotafotboll.org](mailto:ingrid.l@vastgotafotboll.org), senast onsdag 7 oktober. Ange namn, födelseår, klubb, om du är målvakt eller utespelare och om du har någon matallergi.**

**OBSERVERA 1: Ta med egen boll i rätt storlek**

**OBSERVERA 2: På grund av rådande omständigheter med corona så kan föräldrar INTE vistas inne i Sparbankshallen.**

### **Hjärtligt välkomna!**

Ingrid Lundkvist, VFF, Hans-Fredrik Johansson, VFF, Mikael Larsson, Vinninga AIF, Elin Andersson, Mellby IK, Christer Mann, Råda BK, Emilia Stensson, Örslösa/Söne IK, Leif Haglund, Lidköpings FK



### **VÄSTERGÖTLANDS FOTBOLLFÖRBUND**

Box 383  
541 28 Skövde

Besöksadress  
Gustav Adolfs gata 49

Bankgiro  
5112 - 53 83

Postgiro  
7 94 10 - 7

Fax  
010-476 41 01

Hemsida  
[www.vastgotafotboll.org](http://www.vastgotafotboll.org)

**Följ oss på Facebook  
Västergötlands Förbund**

P-O Carlsson  
0500 40 11 10, val 3  
0725-23 31 84 sms

Johan Gustavsson  
0500 40 11 10, val 1  
0702-47 72 16 sms

Annelie Henningson  
0500 40 11 10, val 6, 7

Ulrik Hedfjärd  
0500 40 11 10, val 4  
0702-36 71 25 sms

Helena Johansson  
0500 40 11 10, val 6

Mats Karlén  
0500-40 11 10, val 2  
0709-76 41 56 sms

Lisa Larsson  
0500 40 11 10, val 5

Mikael Lindgren  
0500 40 11 10, val 5  
0703-15 93 02 sms

Niclas Krantz  
0500-40 11 10, val 4  
0709-76 42 14 sms