



Piteå Hockey Sommarhockeyskola 2023

Måndag 7/8 – lördag 12/8, Isstadion LF Arena Piteå

Ps: Söndag 6/8, kl 18.00 = Vi hoppas kunna erbjuda deltagarna möjlighet att "testa isen" inför hockeyskolan 2023. Meddelande om detta kommer senare på www.laget.se/PHChockeyskola.

Grupp C

Måndag 7/8

Samling	09:30
Isträning	10:35-11:45
Lunch	12:30
Teori	13:30-14:15
Fysträning	14:30-15:30
Isträning	16:15-17:25

Tisdag 8/8

Samling	08:15
Isträning	09:10-10:20
Lunch	11:30
Aktivitet	12:30
Fysträning	13:30
Isträning	14:50-16:00

Onsdag 9/8

Samling	07:00
Isträning	07:45-08:55
Fysträning	09:30
Lunch	10:15
Teori	11:00-12:00
Isträning	13:25-14:35

Torsdag 10/8

Samling	11:15
Isträning	12:00-13:10
Lunch	14:00
Aktivitet	15:00-16:00
Fysträning	16:10-17:00
Isträning	17:40-18:50

Fredag 11/8

Samling	09:45
Isträning	10:35-11:45
Lunch	12:30
Teori	13:30-14:15
Fysträning	14:30-15:30
Matchspel	16:15-17:25

Lördag 12/8

Samling	09:45
Matchspel	10:45-11:45
Fika/avslut	13:30

Målvaktsträning för alla deltagande målvakter: Onsdag 9/8, kl 19.05 – 20.30

Fredag 11/8 kl 19:00 spelar Piteå HC:s A-lag DM-Final mot Luleå HF:s seniorlag.

Samtliga deltagare har fri entré till matchen!

Lunch: Christinaskolans Matsal

Teori: LF Arena

Fys: LF Arena/Grisberget

Omkl rum: Nr 4

