



Piteå Hockey Sommarhockeykola 2024

Måndag 5 aug – 10 aug 2024, Isstadion LF Arena Piteå

Ps: Söndag 4 aug, kl 18:00 = Vi hoppas kunna erbjuda deltagarna möjlighet att ”testa isen” inför hockeyskolan 2024.

Meddelande om detta kommer senare på www.laget.se/phchockeykola.

Grupp B

Måndag 5/8

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

Tisdag 6/8

Samling	07:00
Isträning	07:45 - 08:55
Fysträning	09:30
Lunch	10:45
Aktivitet	11:30
Teori	12:15 - 12:50
Isträning	13:25 - 14:35

Onsdag 7/8

Samling	11:15
Isträning	12:00 - 13:10
Lunch	14:00
Teori:	15:00 - 16:00
Fys/Skytte:	16:10 - 17:00
Isträning	17:40 - 18:50

Torsdag 8/8

Samling	09:50
Isträning	10:35 - 11:45
Lunch	12:30
Teori	13:30 - 14:15
Fys/Skytte:	14:45 - 15:30
Matchspel	16:15 - 17:25

Fredag 9/8

Samling	08:15
Isträning	09:10 - 10:20
Lunch	11:30
Teori	12:30 - 13:15
Fysträning	13:45 - 14:15
Isträning	14:50 - 16:00

Lördag 10/8

Samling	11:00
Matchspel	12:00 - 13:00
Fika/avslut	13:30

Målvaktsträning för alla deltagande målvakter: onsdag 7/8, kl 19:05 – 20:30

Lunch: Christinaskolans matsal. Mat/Köksansvarig: Tommy Forsberg, 070-322 62 23

Teori: LF Arena

Fys: LF Arena/Grisberget

Omkl rum: Nr 3 Isstadion

Ledare: Mats Lavander

