



Piteå Hockey Sommarhockeyskola 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/phchockeyskola.

Grupp C

Måndag 5/8

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 6/8

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

Onsdag 7/8

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 8/8

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 9/8

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 10/8

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

Målvaktsträning för alla deltagande målvakter: onsdag 7 aug, 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 4 Isstadion

