



# Piteå Hockeys Sommarhockeyskola 2024

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

**Ps:** Söndag 4 aug, kl 19:15 – 20:15: Möjlighet att ”testa isen” inför hockeyskolan 2024. Detta sker i ”friåkningsform” och är förbehållet hockeyskolans elever.

Ni får gärna åka i full utrustning, hjälm är dock minimikrav. Dock finns inte möjlighet att lämna utrustningen inför måndagens start av hockeyskolan.

## Grupp A

### Måndag 5/8

Samling 07:00  
Isträning 07:45 - 08:55  
Föreläsning 10:10 - 10:35  
**Lunch 10:45**  
Fysträning 11:30  
Isträning 13:25 - 14:35

### Tisdag 6/8

Samling 11:15  
Isträning 12:00 - 13:10  
**Lunch: 14:00**  
Aktivitet 15:00  
Fysträning 16:30  
Isträning 17:40 - 18:50

### Onsdag 7/8

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

### Torsdag 8/8

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

### Fredag 9/8

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

### Lördag 10/8

Samling 12:15  
Matchspel 13:15 - 14:15  
Fika/avslut 14:45

**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 5 Röda Längan

**Instruktör:** Hans ”Frecka” Fredricson, 070-390 11 79

**Ass Instruktör:** Oskar Lundkvist, 073-362 69 27

**Faddrar:** Marcus Sundström 072-500 88 38, Hjalmar Holmgren 072-357 96 61

