



# Piteå Hockey 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 D

### Måndag 5/8

Samling	10:45
Isträning	12:00 - 13:10
<b>Lunch</b>	<b>14:00</b>
Teori	14:30 - 15:20
Fysträning	15:30 - 16:30
Isträning	17:40-18:50

### Tisdag 6/8

Samling	09:30
Isträning	10:35 - 11:45
<b>Lunch</b>	<b>12:30</b>
Aktivitet	13:30
Fysträning:	14:45
Isträning	16:15 - 17:25

### Onsdag 7/8

Samling	08:15
Isträning	09:10 - 10:20
<b>Lunch:</b>	<b>11:00</b>
Föreläs:	12:00 - 13:00
Isträning:	14:50 - 16:00

### Torsdag 8/8

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

### Fredag 9/8

Samling	11:15
Isträning	12:10 - 13:10
<b>Lunch</b>	<b>14:00</b>
Aktivitet	14:30 - 16:45
Matchspel	17:40 – 18:50

### Lördag 10/8

Samling	08:45
Matchspel	09:30 - 10:30
Fika/avslut	11:00

**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 Isstadion, bakom speakerbåset

**Instruktör:** Fredrik Granberg 073-069 11 55

**Faddrar:** John Forsberg 073-069 77 92, Mille Björk 070-221 48 84

