

Kallelse distriktssamling F99 29/5-31/5 - Enköping, Westerlundska Gymnasiet, Sandbrogatan 2

Denna samling är en kombination av träningar och matcher mot andra Distrikt. Det blir både praktik och teori under helgen.

Följande spelare kallas till samlingen datum: Torsdag 29/5 – Lördag 31/5

Målvakter			
Spelarens namn	Förening	Spelarens namn	Förening
Louise Hallgren	DFK Värmbol	Cornelia Baldi-Sundelius	E-Tuna United
Emma Haukirauma	IFK Nyköping	Emma Gustafsson	BK Sport

Utespelare			
Spelarens namn	Förening	Spelarens namn	Förening
Diala Elia	Assyriska FF	Viktoria Bandick	Triangelns IK
Amanda Boric Svärd	Mölnbo IF	Sandra Ada	Telge United DFF
Emmy Rickenberg	IK Viljan	Alice Jansén	IFK Nyköping
Elin Andersson	Triangelns IK	Signe Dirke	IFK Nyköping
Linnea Classon	DFK Värmbol	Hanna Friberg	IFK Nyköping
Elvira Österberg	IFK Nyköping	Emelie Scott	BK Sport
Ebba Tengroth-Landqvist	IFK Nyköping	Ellen Cederin	IFK Nyköping
Hanna Lodin	E-Tuna United DFF	Sofia Paulsson	E-Tuna United DFF
Ellen Sundin	E-Tuna United DFF	Jonna Giocondi	E-Tuna United DFF
Julia Hansson-Löjdvist	E-Tuna United DFF	Sandra Boric	Mölnbo IF
Tess Palmberg	E-Tuna United DFF	Karolina Kotilainen	Torshälla-Nyby IF
Cajsa Åkerberg	Triangelns IK	Jossan Söderström	Ösmo
Louise Jonsson	Triangelns IK	Madeleine Sandsten	Triangelns IK

RESERVER

Jessica Levin	IFK Nyköping	Tuva Sandberg	E-Tuna United DFF
Maja Bogne	IFK Nyköping	Anna Renholm	E-Tuna United DFF
Cecilia Maxe	Ärla/Stenkvista		

Program:

7.15	Samling Enköping 29/5 Westerlundiska
8.30-10.30	Träning torsdag
Tor-lör	Se bifogat program
Ca14.00	Hemfärd lördag

Medtag:

EX:
Träningskläder till 3 dagars arbete ca 5 pass
Väl ingångna fotbollskor (2 par)
Välpumpad fotboll
Benskydd
Vattenflaska
Skade-/benskyddstejp
Sovsaker för skolsal (ej dubbelmadrasser)
Hygienartiklar
Anteckningsmaterial

Transporter: Ombesörjes av deltagarna/föreningarna själva

Avgift: 200kr per spelare som SöFF fakturerar föreningen

Övrigt: Kom ej skadad eller sjuk samt väl förbered till samlingen.

Tränare: Berörda klubbtränare är välkomna till dagarna

Bekräftelse: Varje klubb/spelare SKALL bekräfta deltagande via e-post,
Till jan.frank@intersport.se senast ons 21/5.

Fotbollshälsningar // Instrukörerna

Jan "Lillis" Frank
0702317310

Mats Dahlin

Peter Tillqvist

Jan.frank@intersport.se

Enköpingslägret 29 – 31 maj 2014

Teori pass läggs man in i sitt eget schema.

Hålltider torsdag 29/5

07.45	Senast ankomst Westerlundiska Gymnasiet i Enköping! (gäller de som tränar tidigt)
08.45	Senast ankomst spelare Westerlundiska Gymnasiet i Enköping (gäller övriga)
08.30- 12.30	Träning o matcher. Se torsdags schema
13.45	Kort ledarsamling samt presentation ledare.
12.00- 14.15	Lunch
13.00- 14.30	Vila och tystnad i skolan. Respektera tystnad i skolan
14.30- 18.00	Träning eller matcher. Se torsdags schema
16.30- 19.15	Middag
19.15- 21.00	Träning eller matcher. Se torsdags schema
21.15- 22.00	Kvällsmål hämtas på sekretariat av max 3 spelare/ lag (Yalla yoghurt/frukt)
22.45	Tystnad

Hålltider fredag 30/5

06.45	God morgon
07.00	Frukost för de som tränar 08.30
07.30	Frukost för de som tränar/spelar 10.30
08.00	Kort ledarsamling med minst en ledare per lagenhet
08.30- 12.30	Träning eller matcher. Se fredags schema
11.00- 13.30	Lunch
13.00- 14.30	Vila och tystnad i skolan. Respektera tystnad i skolan
13.30- 18,30	Träning eller matcher. Se fredags schema
17.30- 20.00	Middag
20.00	Spelar/DFK samling. Inför Halmstadslägret.
21.00	Kvällsmål likt torsdagen
22.45	Tystnad

Hålltider lördag 31/5

07.00	God morgon
07.15- 08.15	Frukost
08.00	Kort ledarsamling med minst en ledare per lagenhet
08.30	Teori och ev. individuella samtal samt städning
08.30- 13.30	Träning eller matcher. Se lördags schema
11.30- 14.30	Lunch
13.00- 14.00	Fortsatt städning och ev. samtal.
Ca 14.00	Hemfärd

Enköpingslägret 29-31 maj 2014

Torsdag 29 maj

Tid	K-ängen A	K-ängen B	K-ängen C	K-ängen R2	K-ängen D	K-ängen E	K-ängen F
08.30-10.30	UFF F99	09:30-11:30 SiFF F99	SöFF F99	UFF P99			
10.30-12.30	VFF P99	11:30-13:00 DFF F99	SöFF P99	SiFF P99	DFF P99	VFF F99	
Em pass							
14.30-16.15	UFF P99	GFF F99		SöFF F99			
16.15-18.00	VFF F99	16:15 SöFF-DFF P99	GFF P99 (ev. tillgång) ↑	VFF P99			
Kväll 19.15-21.00	GFF F99	19:15 DFF-UFF F99		20:00 GFF P99			
Kommentarer:							
15:30 Enav. C SiFF F99- ÖFF F99 15:30 Enav. A SiFF P99- ÖFF P99							
Speltid matcher rek. 3 x 30 min.							14.15

Enköpingslägret 29-31 maj 2014

Fredag 30 maj

Tid	K-ängen A	K-ängen B	K-ängen C	K-ängen R2	K-ängen D	K-ängen E	K-ängen F
08.30-10.30	DFF P99	SöFF P99	StFF P99	StFF F99	GFF F99	UFF P99	
10.30-12.30	DFF F99	GFF-VFF P99	UFF F99	VFF-SöFF F99			
Em pass							
14.30-16.30	StFF P99	14:00 SöFF-UFF P99	StFF F99	15:00 SöFF-GFF F99			
16.30-18.30	GFF P99	16:00 VFF-DFF P99	UFF F99	17:00 VFF-DFF F99			
Kommentarer:							
Speltid matcher rek. 3 x 30 min.							

Enköpingslägret 29-31 maj 2014

Lördag 31 maj

Tid	K-ängen A	K-ängen B	K-ängen C	K-ängen R2	K-ängen D	K-ängen E	K-ängen F
08:30-10.30	VFF F99			DFF P99	DFF F99	VFF P99 ?	
10.30-12.15	VFF P99 ?	09:30 SIFU-JFF P99	09:30 SIFU-SöFF F99	11:30 UFF-GFF F99			
14.30-16.30				11:30 GFF-SöFF P99			
Kommentarer:							
Speltid matcher rek. 3 x 30 min.							