



Till  
Föreningarna

Ronneby den 28 maj 2018

# Inbjudan till teknikträning för 10-13-åringar

Blekinge Fotbollförbund bjuder härmed in till teknikträning som genomförs parallellt med vår tekniktränarutbildning samma datum.

Teknikträningen vänder sig till flickor och pojkar i 10-13-årsåldern som under en inspirationsdag får möjlighet att vidareutveckla sina förmågor och lära sig mer om bland annat tillslag och avslut kopplat till metodisk teknikträning och olika spelövningar!

## Upplägg

Vi erbjuder teknikträning fyra dagar i fyra olika kommuner med inriktning på teknik, koordination och speluppfattning. Blekinge Fotbollförbunds instruktörer kommer ansvara för utbildningen under ledning av Stefan Ekstrand och Patrik Rosengren från Elitfotbollsgymnasiet i Sölvesborg.

Teknikträningen genomförs den 2-6 juli och ni väljer vilket datum och vilken plats som passar bäst, man deltar alltså endast en av dagarna nedan:

|                |                        |                         |
|----------------|------------------------|-------------------------|
| Måndag 2 juli  | Åvallen, Rödeby        | Flickor/pojkar 10-13 år |
| Tisdag 3 juli  | Brunsvallen, Ronneby   | Flickor/pojkar 10-13 år |
| Onsdag 4 juli  | Asarums IP, Asarum     | Flickor/pojkar 10-13 år |
| Torsdag 5 juli | Motorpavallen, Jämshög | Flickor/pojkar 10-13 år |



Vi tränar med separata flick- och pojkgrupper och erbjuder plats till max 20 utespelare och fyra målvakter per åldersgrupp.

**POSTADRESS**  
Reddvägen 6  
372 73 RONNEBY

**E-POST & HEMSIDA**  
bff@blekingefotboll.se  
www.svenskfotboll.se/blekinge

**RESULTATTELEFON**  
0730-126126

**BANKGIRO**  
490-6822

**ORGNUMMER**  
836200-0203



## Program

09.30 Samling, information och genomgång av träningspass 1

10.00 Träningspass 1

11.30 Lunch

13.00 Genomgång av träningspass 2

13.30 Träningspass 2

15.00 Summering av dagen

15.15 Avslutning

*(preliminära tider)*



## Syfte och målsättning

### Syfte

Vi vill vidareutveckla teknikträningen inom Blekingefotbollen i den centrala åldern innan puberteten.

Vi vet att träning på teknik och koordination i dessa åldrar kommer ge rejäl effekt i deras fortsatta fotbollsspelande.

### Målsättning

Vår målsättning är att stimulera spelare till fortsatt satsning genom en inspirationsdag i teknikträning och spelövningar. Vi vill få spelare att förbättra sin tekniska och koordinativa nivå så att de får ett genuint intresse för spelet fotboll och därmed skapar ett hållbart långt intresse för att undvika "dropouts" senare i tonåren.

## Kostnad och anmälan

Teknikträningen kostar 295 kr per spelare och då ingår en heldag fullmatad med inspiration och bra övningar fördelat på två korta teoripass och två träningspass ledda av välutbildade instruktörer. Dessutom ingår lunch och frukt.

Anmälan görs senast den 26 juni via följande länk:

[http://www.procup.se/cup/cupstartgeneric900\\_skin01.php?Cup=31921&Lang\\_Current=SVE&wd=www.procup.se](http://www.procup.se/cup/cupstartgeneric900_skin01.php?Cup=31921&Lang_Current=SVE&wd=www.procup.se)

**Med vänlig hälsning**

**Blekinge Fotbollförbundet**

---

**POSTADRESS**

Reddvägen 6  
372 73 RONNEBY

**E-POST & HEMSIDA**

bff@blekingefotboll.se  
www.svenskfotboll.se/blekinge

**RESULTATTELEFON**

0730-126126

**BANKGIRO**

490-6822

**ORGNUMMER**

836200-0203