



Inbjudan till träning 3 maj 2019

Flickor 03

Upplands FF F03 går in i en ny fas där Cup Kommunal drar igång i höst och distriktslagsverksamheten tar tillfälle och bjuder in till träning för att ge spelarna möjlighet att visa hur långt de klommit i sin fotbollsmässiga utveckling.

Målgrupp för denna samling är samtliga flickor födda 2003 i Uppland.

Begränsat antal platser: 32 utespelare + 4 målvakter – Först till kvarn!

Datum/Tid

Fredagen den 3 maj, 18.15-20.15

Samling

Samling sker på Årsta IP vid omklädningsrummen 18.15.

<https://www.google.com/maps/place/%C3%85rsta+IP+Konstgr%C3%A4s/@59.8723343,17.6862541,13.98z/data=!4m5!3m4!1s0x465fceb3d1acc515:0x641dc78f5aa02387!8m2!3d59.861772!4d17.691412!hl=sv-SE>

Utrustning

Detta behöver du ha med dig:

Personlig utrustning för fotbollsträning på konstgräsunderlag (utomhus)

Vattenflaska

Återhämtningsmål

Resor

Du ansvarar för din resa till och från Årsta IP på egen hand.

Anmälan

Anmälan görs till Jessiqa Öberg Tillbom på jessiqa@hotmail.com, 073-9540081

Meddela i anmälan, namn, klubb, position.

Sista anmälningsdag söndag 28:e april.

Viktigt

Att du kommer helt frisk och skadefri till samlingen.

Ekonomi

Ingen kostnad för denna samling.

LEDARE

Jessiqa Öberg Tillbom

Lovisa Delby

Spelarinstruktörer, målvaktsinstruktör

Fotbollsutvecklare F03

Spelarutbildare





PROGRAM 3 maj 2019

18:15	Samling för genomgång av träning (ombytta)
18:30 – 20:00	Praktik
20:00	Sammanfattning/återkoppling
Ca 20:15	Hemresa

