



Till:
Berörda spelare och ledare

För kännedom:
Berörda föreningar
Instruktörsgrupp
Spelarutbildare

Inbjudan till träning med Upplandslaget F04

Inbjudan/Anmälan

Upplands FF bjuder in till teori och träning på Bälinge IP, onsdag 13 november. Målgrupp för denna träning är alla spelare födda -04 som tillhör distriktet.

Begränsat antal platser: 33 utespelare + 5 målvakter.

Spelaren anmäler sig till till Fredrik Bernhardsson, fredrik.bernhardsson@telia.com
Ange: Namn, Klubb och position vid anmälan. Anmälan är definitiv när spelaren erhåller bekräftelse med vändande mail.

Datum/Tid

13 november kl 18.30-20.30, Bälinge IP

Samling

Samling på plats i Bälinge kl 18.30 för genomgång av träningen.

Utrustning

Detta behöver du ha med dig:

- ✓ Personlig utrustning för fotbollsträning på konstgräsunderlag (utomhus)
- ✓ Vattenflaska
- ✓ Återhämtningsmål
- ✓ Anteckningsmaterial

Resor

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

Viktigt

Att du kommer helt frisk och skadefri från samlingen. Eventuella återbud meddelas till Fredrik på tel. 076 809 03 06.

Ekonomi

Ingen kostnad för denna samling.





LEDARE

Fredrik Bernhardsson

Henrik Johansson

Moa Mattsson

Julia Lyckberg

Magnus Persson

Lovisa Delby

Fotbollsutvecklare F04

Spelarinstruktör

Spelarinstruktör

Spelarinstruktör

Målvaktsinstruktör

Spelarutbildare

PROGRAM 13 november 2019

18.30-19.00

Teori + genomgång av träning (ombytta)

19.00-20.30

Praktik

20.45

Sammanfattning/återkoppling/Hemresa

