



**ÖREBRO LÄNS
FOTBOLL
FÖRBUND**

KARLSGATAN 28
SE-703 41 ÖREBRO
SWEDEN

TELEFON
019-17 55 50

TELEFAX
019-12 78 30

E-POST
kansli@olff.se

WEBBPLATSER
olff.se
fogis.se

BANKGIRO
314-6172

PLUSGIRO
141311-1

ORGANISATIONS-
NUMMER
875000-2134

Till
Berörda spelare
För kännedom: Berörda föreningar

KALLELSE: Örebro Läns Fotbollförbunds spelarutbildningsläger, pojkar födda -06

Härmed vill vi hälsa Dig välkommen till Örebro Läns Fotbollförbunds Spelarutbildningsläger 14 år (födda 2006). Utbildningslägret 2020 äger rum i Pålsboda den 10-11 oktober. Den 9 oktober kallar vi även till digital information/förberedelse inför lägret med bland annat föräldrainformation.

SAMLING

Plats: Pålsboda IP
Tid: Lördagen den 10 oktober 2020 kl 09:00
Övrigt: Vid samlingsplatsen finns det skyltat vilken grupp du ska tillhöra.

OBS KOM OMBYTT TILL SAMLINGEN FÖR DET FÖRSTA TRÄNINGSPASSET

Digital info/förberedelse fredag 9 oktober

Plats: Digital uppkoppling hemifrån via TEAMS
Tid: Fredagen den 9 oktober 2020 kl 18:00-19.30 ca
Program (ca): 18.00 Uppstart – välkommen – allmän lägerinformation
18.15 Föräldrar-, ledar- och spelarinformation
18.45 Träningsgenomgång praktikpass läger
19.00 Medskick från Distriktsförbunds-kaptenerna

Övrigt: Ni kopplar upp er via följande länk:
https://teams.microsoft.com/l/meetup-join/19%3ameeting_ZjBiYTViYzAtMGY2ZiO0NjcZLWlyMzEtY2FmNmI0ZDVhMTg0%40thread.v2/0?context=%7b%22Tid%22%3a%22eb5b2d6e-028e-454d-b878-0c055adbeb2a%22%2c%22Oid%22%3a%227d1f2b33-391f-4ff6-84f9-d60cdcabcc91%22%7d

OBS Testa gärna länken någon/några dagar innan. Kommer du till mötesrummet ELLER i lobbyn "där du väntar på att få släppas in", så fungerar det.

Logi: Ingen logi. Lägret arrangeras utan övernattnings- omständigheter.

Mat: Det är viktigt att Du äter en rejäl frukost innan Du kommer till dagarna (ta gärna med en frukt). Under lägret serveras lunch samt lättare mellanmål. **Anmälan om särskild/avvikande kost ska ha varit anmänt i samband med anmälan. Har detta inte skett bör det snarast meddelas ÖLFF via e-post: kansli@olff.se**



**ÖREBRO LÄNS
FOTBOLL
FÖRBUND**

KARLSGATAN 28
SE-703 41 ÖREBRO
SWEDEN

TELEFON
019-17 55 50

TELEFAX
019-12 78 30

E-POST
kansli@olff.se

WEBBPLATSER
olff.se
fogis.se

BANKGIRO
314-6172

PLUSGIRO
141311-1

ORGANISATIONS-
NUMMER
875000-2134

PERSONAL
Björn Axel

Utrustning: Kom ombytt för träningspass.
Medtag kläder anpassat för ett träningspass samt ett matchblock per dag (västar erhålles). Tag även med kläder som kan bäras i samband med teoripass och lunch.
Medtag också anteckningsmaterial.
OBS! Du ska också ta med Dig en egen märkt och välpumpad fotboll samt egen vattenflaska.

Avgift/betalning

Kostnaden för lägret är 650:- per deltagare.

Denna avgift debiteras din förening eller skickas direkt till spelaren via den mailadress som angavs i anmälan. Faktureringsmodell för just er, bestäms av spelarens förening.

Avslutning: Söndagen den 11 oktober ca kl 17.00
Vi rekommenderar att spelarna hämtas på parkeringen.
Det går även bra att hämta vid skolan om sådan överenskommelse görs.

Återbud: Kan Du inte delta på lägret p.g.a. skada eller av andra orsaker skall Du omgående meddela förbundet detta till: daniel@olff.se. Anmälan är bindande.
Återbetalning/reducering av deltagaravgift sker endast mot uppvisande av läkarintyg.

Övrigt: På våra läger äter vi inte godis.
100% NÄRVARO gäller på lägret

Föräldra/ledarinfo

I samband med lägerinfon den 9 oktober erbjuder vi en information om Distriktslagsverksamheten. Ledare samt föräldrar är varmt välkomna att lyssna.

När: Fredagen den 9 oktober ca kl 18.15-18.45
Var: Digital uppkoppling via TEAMS
Föredragare: Martin Skogman, Spelarutbildare pojk

Vid frågor: Kontakta Örebro Läns Fotbollförbund, Daniel Lindahl, daniel@olff.se

Välkommen till ÖLFF:s Spelarutbildningsläger 14 år!

ÖREBRO LÄNS FOTBOLLFÖRBUND
Utvecklingskommittén



**ÖREBRO LÄNS
FOTBOLL
FÖRBUND**

KARLSGATAN 28
SE-703 41 ÖREBRO
SWEDEN

TELEFON
019-17 55 50

TELEFAX
019-12 78 30

E-POST
kansli@olff.se

WEBBPLATSER
olff.se
fogis.se

BANKGIRO
314-6172

PLUSGIRO
141311-1

ORGANISATIONS-
NUMMER
875000-2134

Förhållningsätt och riktlinjer avseende COVID-19

Samma morgon som lägerstart ska en självskattning göras

Deltagare som svarar JA på någon av nedan frågor ska lämna återbud till det aktuella lägret.

Självskattning lägerdeltagare:

- Förhöjd kroppstemperatur/feber Ja__ Nej__
- Halsont Ja__ Nej__
- Hosta Ja__ Nej__
- Huvudvärk Ja__ Nej__
- Illamående Ja__ Nej__
- Diarré Ja__ Nej__
- Muskelvärk* Ja__ Nej__

*Avser ej träningsvärk eller tidigare skada

Distansering under lägret

Nedanstående punkter ska hanteras med särskild hänsyn, vad det gäller "Hålla distans":

- Teorilokal
- Matsal
- Uppehållsrum
- Köbildning, t ex mellan de olika aktiviteterna, vid måltider
- Tillgång till handsprit i kurslokalen

Anpassningar under lägret:

- Inga omklädningsrum kommer att upplåtas. KOM OMBYTT och ta med extrakläder.
- Lunch kommer att ätas i 2 omgångar gruppvisa inläpp. Allt för att undvika onödig folksamling.
- Ta särskild hänsyn till avstånd i ovan angivna utrymmen/situationer.
- Inga gemensamma samlingar. Uppstart och avslut sker i respektive grupp.
- Vi rekommenderar att föräldrar/ledare släpper av och hämtar spelare på parkeringsplatsen.
- Vi rekommenderar att föräldrar/ledare inte besöker lägret.
- Distansering bland ev. åskådare är oerhört viktigt.



FREDAG 9/10

Se separat info i kallelsen, gällande digital information.

LÖRDAG 10/10

ÖREBRO LÄNS FOTBOLL FÖRBUND

KARLSGATAN 28
SE-703 41 ÖREBRO
SWEDEN

TELEFON
019-17 55 50

TELEFAX
019-12 78 30

E-POST
kansli@olff.se

WEBBPLATSER
olff.se
fogis.se

BANKGIRO
314-6172

PLUSGIRO
141311-1

ORGANISATIONS-
NUMMER
875000-2134

09.00
10.00-10.30

10.00-11.30

12.00

12.45

13.30

14.30

15.30

16.00

17.00

Grupp 1-3

Samling

MV-träning
(MV ansluter sedan till sina grupper)

Träning:

ANFALLSPEL - Spelbredd, speldjup

LUNCH (3 grupper)

Teori 1 *Arbetsätt* (3 grupper)

Matchgenomgång GRUPPVISA

Matcher

Match 1 - 2 matchtid: 3x15 min

Match 3 - 4 matchtid: 3x15 min

Match 5 - 6 matchtid: 3x15 min

Frukt & Feedback matchtillfälle 1

Matcher

Match 1 - 6 matchtid: 3x15 min

Match 4 - 2 matchtid: 3x15 min

Match 3 - 5 matchtid: 3x15 min

Gruppavslut

Mellanmål (att ta med)

Grupp 4-6

Samling

MV-träning
(MV ansluter sedan till sina grupper)

Träning:

ANFALLSPEL - Spelbredd, speldjup Spelbredd,

Teori 1 *Arbetsätt* (3 grupper)

LUNCH (3 grupper)

Matchgenomgång GRUPPVISA

Matcher

Match 1 - 2 matchtid: 3x15 min

Match 3 - 4 matchtid: 3x15 min

Match 5 - 6 matchtid: 3x15 min

Frukt & Feedback matchtillfälle 1

Matcher

Match 1 - 6 matchtid: 3x15 min

Match 4 - 2 matchtid: 3x15 min

Match 3 - 5 matchtid: 3x15 min

Grupp avslut

Mellanmål (att ta med)

SÖNDAG 11/10

09.30
10.00-10.30

10.00-11.30

12.00

12.45

13.30

14.30

15.30

16.00

17.00

Grupp 1-3

Samling

MV-träning
(MV ansluter sedan till sina grupper)

Träning 2 - Försvarsspel, press & täckning

Teori 2: Kost (3 grupper)

LUNCH (3 grupper)

Matchgenomgång GRUPPVIS

Matcher

Match 1 - 3 matchtid: 3x15 min

Match 2 - 5 matchtid: 3x15 min

Match 3 - 6 matchtid: 3x15 min

Frukt & Feedback matchtillfälle 1

Matcher

Match 1 - 5 matchtid: 3x15 min

Match 2 - 3 matchtid: 3x15 min

Match 4 - 6 matchtid: 3x15 min

Grupp avslut

Mellanmål (att ta med)

Grupp 4-6

Samling

MV-TRÄNING
(MV ansluter sedan till sina grupper)

Träning 2 - Försvarsspel, press & täckning

LUNCH (3 grupper)

Teori 2: Kost (3 grupper)

Matchgenomgång GRUPPVIS

Matcher

Match 1 - 3 matchtid: 3x15 min

Match 2 - 5 matchtid: 3x15 min

Match 3 - 6 matchtid: 3x15 min

Frukt & Feedback matchtillfälle 1

Matcher

Match 1 - 5 matchtid: 3x15 min

Match 2 - 3 matchtid: 3x15 min

Match 4 - 6 matchtid: 3x15 min

Gruppavslut

Mellanmål (att ta med)