



Upplandslagen

Till berörda spelare

För kännedom
Berörda föreningar
Instruktörsgrupp
Spelarutbildare

Kallelse till Camp 4 - Upplandslaget F 97

Du är i och med denna kallelse, uttagen till camp med Upplandslaget i Enköping.

Tid

Lördag den 20/10 till söndag 21/10 2012

Samling

Samling kl 08.00 vid entrén Westerlundiska gymnasiet, Enköping (Karta www.eniro.se)

Instruktörer/Ledare

Följande instruktörer är ansvariga på plats:
Karl Fremdling, distriktförbundskapten F15/97
Anna Larsson, spelarinstruktör
Anders Wedebrand, målvaktsinstruktör
Gunnar Källsten, spelarutbildare

Packlista/Utrustning

Ta med dig följande:

- * Personlig utrustning för fotbollsträningar på konstgräs & naturgräs (utomhus)
- * Anteckningsmaterial (block+penna)
- * Välpumpad fotboll stl 5
- * Vattenflaska
- * Personlig utrustning för övernattning (madrass, kudde & täcke/sovsäck)
- * Mailadress och telefonnummer till din utbildare du har i din förening.

Transport/Biljetter

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

Återbud

Eventuellt återbud lämnas så snabbt som möjligt till karl.fremdling@gmail.com eller 0701-81 32 07

Viktigt

Att du kommer helt frisk och skadefri till campen.

Ekonomi

Kostnaden för uttagen spelare till denna camp är 500:-. Priset är subventionerat av Upplands Fotbollförbund. Fakturan skickas till din förening.



Upplandslagen

Program för Upplandsläger/Camp 4 2012 - F 97

Lördag 20 oktober

08.00	Senaste ankomsttid spelare till Westerlundska i Enköping
08.00-09.00	Teori/Genomgång 1
09.00-10.30	Praktik 1 (K-Äng R2)
11.00-12.30	Lunch/Vila
13.00-15.00	Praktik 2 (K-Äng R2)
16.00-17.00	Teori/Genomgång 2
17.00-18.00	Vila/Återhämtning
18.15-19.15	Middag
20.00-21.00	Teori/Genomgång 3
21.00	Kvällsmål
22.30	Tystnad

Söndag 21 oktober

07.00	God morgon
07.30-08.00	Frukost
08.30-09.30	Individuella samtal/Packning - städning
10.00-12.00	Praktik 3 (K-Äng R2)
12.00-13.00	Lunch
13.00-14.00	Individuella samtal/Packning - städning
ca 14.00	Avresa



Upplandslagen

Följande spelare är kallade:

Filippa Angeldahl	Vaksala SK
Nathalie Björn	Vaksala SK
Isabella Blomdahl	Fanna BK
Linnea Evertsson	Tierps IF
Lovisa Ferngren	Bälinge IF
Fanny Forsberg	Fanna BK
Malin Forssner	Vaksala SK
Ellen Foucard	IF VP
Moa Gard Flodström	Östervåla IF
Sandra Helin	Wattholma IF
Sanna Holmgren	Danmarks IF
Josefin Jarstad	Vaksala SK
Louise Johansson	Fanna BK
Moa Jonsson	RIK/MIK
Emmy Karlsson	Enköpings SK
Julia Karlsson	Enköpings SK
Isabelle Lide	Vaksala SK
Sanna Liljestrand	Fanna BK
Josefine Lindström	Vaksala SK
Klara Molin	Vaksala SK
Matilda Nikamo	RIK/MIK
Amanda Palm	Bälinge IF
Erika Pettersson	Vaksala SK
Maja Rajalakso	Enköpings SK
Saga Söderberg	Vaksala SK
Lovisa Wahlberg	Enköpings SK
Emelie Westlund	Danmarks IF
Elice Vähäkuopus	Gimo IF
Moa Öhrberg	Österlovsta FF
Clara Östlund	Vaksala SK

Målvakter:

Emelie Hedqvist	Bälinge IF
Julia Hellström	Fanna BK
Clara Ringmar	Vaksala SK
Amanda Stridfält	Wattholma IF

Fotbollshälsningar
Upplands Fotbollförbund
Spelarutbildningsorganisationen