



Upplandslagen

Till berörda spelare

För kännedom
Berörda föreningar
Instruktörsgrupp
Spelarutbildare

Kallelse till Camp 5 - Upplandslagen

Tid

Lördag-Söndag den 16-17 mars 2013

Samling

Samling klockan 09.30 på Kantzowska gymnasiet, Parkgatan 25, 73435 Hallstahammar

Instruktörer/Ledare

Karl Fremdling, DFK F15/97
Anna Larsson, SI
Anders Wedebrand, MVI
Gunnar Källsten, SU

Packlista/Utrustning

Ta med dig följande:

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

Transport/Biljetter

Du ansvarar för din resa till och från Hallstahammar 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

PRELIMINÄRT PROGRAM CAMP 5

Lördag 16 mars

09.30	Senast ankomst till Hallstahammar
10.30-12.00	Praktik 1
12.15-13.15	Lunch
13.15-14.15	Återhämtning/Vila
14.30-16.00	Teori 1
17.00-18.00	Middag
19.00-20.30	Praktik 2
21.30	Kvällsmål
22.30	Tyst

Söndag 17 mars

07.30	Väckning/Packa och städa
08.30	Frukost
09.30-11.00	Individuella samtal/Packa och städa
12.00-13.30	Praktik 3
13.30	Lunch
ca 14.15	Dusch och hemresor



Upplandslagen

Följande spelare är kallade: (22 utespelare + 3 målvakter)

Filippa Angeldahl	IK Sirius
Nathalie Björn	IK Sirius
Emma Dimander	Vaksala SK
Saga Ericsson Damm	GUSK
Linnea Evertsson	Tierps IF
Lovisa Ferngren	Bälinge IF
Malin Forssner	Vaksala SK
Moa Gard Flodström	Östervåla IF
Moa Jonsson	RIK/MIK
Moa Karlström	Vaksala SK
Isabelle Lide	Vaksala SK
Josefine Lindström	Vaksala SK
Agnes Lundberg	Vaksala SK
Emilia Mastad	GUSK
Klara Molin	Vaksala SK
Matilda Nikamo	RIK/MIK
Nathalie Nordelind	Vaksala SK
Maja Rajalakso	Enköpings SK
Alicia Román	GUSK
Elvira Sjöberg	Vaksala SK
Sofia Stamfeldt-Jonsson	Vaksala SK
Elin Åkerman	Vaksala SK

Målvakter:

Julia Hellström	Fanna BK
Emma Holmgren	Vaksala SK
Clara Ringmar	Vaksala SK

Fotbollshälsningar
Upplands Fotbollförbund
Spelarutbildningsorganisationen