



## Upplandslagen

Till berörda spelare

### För kännedom

Berörda föreningar  
Instruktörsgrupp  
Spelarutbildare

## Kallelse till Camp 7 - Upplandslagen

### Tid

Lördag och söndag den 19-20 oktober 2013

### Samling

Samling klockan 08.00 på Westerlundiska gymnasiet, Enköping

### Instruktörer/Ledare

Karl Fremdling, DFK F16/97  
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 Enköping på egen hand.

### Återbud

Eventuellt återbud lämnas så snabbt som möjligt till [karl.fremdling@gmail.com](mailto: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 7 2012 - F 97

#### Lördag 19 oktober

	Senaste ankomsttid spelare till Westerlundska Gymnasiet i Enköping
08.00	
08.00-09.00	Teori/Genomgång 1
09.00-10.30	Praktik 1 (K-Äng A)
11.00-12.30	Lunch/Vila
13.00-15.00	Praktik 2 (K-Äng A)
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 20 oktober

07.00	God morgon
07.30-08.00	Frukost
09.00-10.30	Praktik 3 (K-Äng A)
10.30-12.00	Teori/Individuella samtal
12.00-13.00	Lunch
13.00-14.00	Individuella samtal/Packning - städning
ca 14.00	Avresa



## Upplandslagen

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

Isabella Blomdahl	Fanna BK
Signe Dahlström	Vaksala SK
Emma Dimander	Vaksala SK
Linnéa Evertsson	Tierps IF
Moa Gard-Flodström	östervåla IF
Sandra Helin	Vattholma IF
Josefin Jarstad	Vaksala SK
Moa Jonsson	RIK/MIK
Sofia Jonsson-Stamfeldt	Vaksala SK
Julia Karlsson	Enköpings SK
Moa Karlström	Vaksala SK
Josefin Lindström	Vaksala SK
Isabelle Lide	Vaksala SK
Agnes Lundberg	Vaksala SK
Klara Molin	Vaksala SK
Nathalie Nordelind	Vaksala SK
Matilda Ogden	Vaksala SK
Erika Pettersson	Gamla Upsala SK
Maja Rajalakso	Enköpings SK
Mathilda Sköld	Fanna BK
Elvira Sjöberg	Vaksala SK
Elice Vähäkuopos	Gimo IF
Emelie Hedqvist	Bälinge IF
Julia Hellström	Fanna BK
Amanda Stridfält	Storvreta IK

**Fotbollshälsningar**  
**Upplands Fotbollförbund**  
Spelarutbildningsorganisationen