Tjej kvällscamp med Region Syds Ishockeyförbund och Göteborgs ishockeyförbund.

Angereds Ishall 22 Oktober-25

**swehockey.se**

**swehockey.se**

V

En bild som visar emblem, logotyp, symbol, Varumärke

Automatiskt genererad beskrivning



# Välkommen på Is & Fysträning med Region Syd Ishockeyförbund och GBGIF.

Välkommen att anmäla dig till Kvälls camp i Angereds Ishall för tjejer födda 2011-2013. Under kvällen kommer vi köra fys träning och ispass med fokus på spelarutveckling.

Vi ser gärna att tränare för tjejlag är med som is instruktörer under kvällen. Anmäl dig i samma länk nedan!

40 min fys och 1,20h is där fokus ligger på så matchlika övningar som möjligt och spel i olika former. Syftet med denna kväll är att ge spelarna en bra fysträning och en isträning med tekniska grunder och beslutsfattande övningar/spel.

**Tema för kvällen: Närkampsspel**

Mv träning 20 min.

**DAG: Onsdag – 22 Oktober 2025**

**PRIS:** 0kr

**TID:** 17.20-20.00

**PLATS:** Angered Ishall

**INNEHÅLL:**

* 17,20 Samling och info.
* 17,30-18,10 Fys
* Ombytte till Is. –
* 18.30-18.50 Mv träning och tekniska grunder för utespelare
* 18.50-19.50 Ispraktik, övningar och spel.
* Avslutning.

Medtag fyskläder inomhus, utrustning för is och vattenflaska.

***Vid eventuella återbud eller frågor kontakta:***

Kalle Olsson [Kalle@hockeykontorsyd.se](mailto:Kalle@hockeykontorsyd.se) 0734389729

**En bild som visar text, skärmbild, Teckensnitt, Grafik

Automatiskt genererad beskrivning**Anmälan sker via Forms länken eller qr koden.

[**https://forms.office.com/e/Y4iPTFpwin**](https://forms.office.com/e/Y4iPTFpwin)

Max antal är 32 utespelare + 5 målvakter.

Vi tillämpar först till kvarn principen.

**swehockey.se**

