



**Sammen om fotball
Hallingdals stolthet**

Hei!

Vi fortsetter suksessen med proffskolen! Vi har dyktige og velkvalifiserte ledere fra HFK.

Denne fotballskolen passer best for de som vil litt ekstra med fotballen, MEN man trenger ikke være supergod for å være med. Målet vårt er å kjøre seriøse og gode økter som gjør alle litt bedre. Vi ønsker også å gi dere noen tips om hva som kreves for å bli god. Samt at dere får noen arbeidsoppgaver for å bedre spillet deres. Det blir eget opplegg for keepere.

Sted: Gol, Hallingmo

Alder 12-16 år (2005-2001)

Pris: Kr 500 pr. pers inkludert lunsj.

Program mandag 10/4

Kl. 0930	Oppmøte på klubbhuset – gjennomgang av dagen
kl. 1000-1145	Økt 1 – Basis - Pasningsspillet
kl. 1145-1230	Lunsj med pasta og frukt, med fotballfilmer og moro filmer
kl. 1230-1330	TEMA: Hva som kreves for å bli proff/bedre. Krav og forventinger
kl. 1330 -1530	Økt 2 – Avslutninger

Program tirsdag 11/4

Kl. 0930	Oppmøte på klubbhuset – Gjennomgang av dagen
Kl. 0945-1145	Økt 1
kl. 1130-1230	Lunsj med gryterett med ris, med fotballfilmer
kl. 1230-1330	Tips og råd i forhold til egentrening
kl. 1330-1515	Økt 2
Kl. 1515-1530	Avslutning med prat på klubbhuset

Alle øktene er med mye spill i henhold til temaet.

Påmeldingsfrist **6. april**, minimum 15 deltagere.

All påmelding gjennom Min Idrett. Meld deg på [her](#). Sjekk ut [hjemmesiden](#) vår hvis du trenger hjelp til påmelding.

Ved sportslige spørsmål når du Jansen på tlf: 90053225.

Vel møtt! ☺