



Frisk Asker Ishockey jr er stolte over å kunne tilby keepercamp i uke 8, torsdag (23/02) og fredag (24.02) fra kl 08.00-16.00. Keepercampen er åpen for alle født mellom 2001-2005.

Instruktør for keepercampen:

Frisk Asker sin egen målvaktstrener, Peter Josephson. Peter er fra Sverige og har erfaring fra Vänersborg HC, Mariestad Bois, Bil Karlskoga, Västergötlands tv –puck lag team 96 og 99 bare for å nevne noen.
NTG keepere vil assistere.

Fokus på denne keepercampen vil være på målvaktens viktige grunnferdigheter: skøyte og spak teknikk, reaksjon, tåka/blokke og redde i ytterkanten. I tillegg vil Peter sette av tid for at målvaktene skal bli kjent og kunne utveksle erfaringer seg imellom. Vi mener at denne balansen mellom fysisk aktiviteter og samspill er god og viktig, da det ikke er så ofte målvakter har en dag der de treffer mange andre målvakter og all fokus ligger på de. Programmet vil tilpasses av Peter underveis for å sikre at hver deltager skal få maksimalt utbytte av campen. Peter vil også være sammen med deltagerne gjennom hele campen.

Vi serverer god lunsj begge dager og det vil stå frukt i garderoben.

PROGRAM:

08.30-09.50 Ispass
10.30-11.30 Barmark
11.45-12.15 Lunsj
12.20-12.30 Oppvarming
13.00-14.20 Ispass
15.00-15.30 Teori/gjennomgang av dagen

STED: Askerhallen, Brages vei 2, 1387 Asker

NÅR: 23.02.2017-24.02.2017

TID: Fra kl. 08:00-15:30 torsdag og fredag. Oppmøte kl. 08:00

MAT: Alle deltakere bør ha spist frokost. Det serveres lunsj i NTG- rommet med drikke til maten. Det vil også stå frukt i garderoben.

PRIS: Kr 2000,-

HUSK:

Nyslipte skøyter, treningstøy, joggesko

BETALING: Betalingsfrist 15.02.2017. Beløpet overføres til Frisk Asker Ishockey jr sin konto: 9001.25.57379 merkes med navn på spiller. De som ikke har betalt innen tidsfristen får dessverre IKKE lov til å gå på is før betaling er registrert.

PÅMELDING SENDES TIL: Elisabeth@friskasker.no

Husk å skrive navn på spiller samt årstall. Plassen vil bli bekreftet med et svar tilbake. Det er begrenset med plasser, 24 målvakter.

Mvh
Frisk Asker ishockey junior