



Västerbottens Ishockeyförbund och SISU Idrottsutbildarna **inbjuder** till

Junior/Seniortränarutbildning 1 (J/S 1) i ishockey i Umeå den 30/8-1/9 2019

Plats Scandic Umeå Syd (utbildning - teori) Umeå Arena (utbildning – praktik)

Tid Kursen startar fredagen 30/8 kl 13.30 (fika finns från kl 13.00) och slutar söndag 1/9 kl 16.45.

Kursavgift 4.000:-

Förkrav Genomgången grundkurs

Innehåll Ledarskap, teknik, motorik, fairplay, spelförståelse, målvaktsinstruktion.

Kursledare Thomas Wallgren, 070 – 666 65 14 mobil.

Anmälan Via webben:

<http://educationwebregistration.idrottonline.se/home/index/1275324>

Eller med bifogad anmälningsblankett ordentligt ifylld.

Senast den 23/8 2019 måste vi ha anmälan.

Logi För deltagare som har mer än 5 mil enkel resa.

Kallelse Tillsändes antagna deltagare omkring den 23/8 2019.

Antalet deltagare är maximerat till 25.

Upplysningar Tala med kursledaren Thomas Wallgren eller VIF:s kansli tel 0910-380 44.

SISU

VÄLKOMNA MED ANMÄLNINGAR ! Idrottsutbildarna

VÄSTERBOTTENS ISHOCKEYFÖRBUND

J/S 1 i Ishockey
Umeå 30/8-1/9 2019

Anmälan till J/S 1 i Ishockey i Umeå 30/8-1/9 2019

Namn:.....

Person nr:.....

Adress:.....

Postadress:.....

Tel bost:.....arb:.....

E-mail:.....

Jag gick Grundkurs år:.....

Jag representerar.....förening

Anmälan skall skickas till:

Västerbottens Ishockeyförbund

Mossgatan 27

931 70 Skellefteå

E-mail: kansli@vasterbottenhockey.nu

Skall vara inskickad senast 23 augusti 2019!

Preliminärt Program

Fre 30/8

| | | |
|-------------|----------------------------------|--------|
| 13.00 | Fika | |
| 13.30-14.15 | Kursöppning och presentation | |
| 14.15-15.15 | Hjärnskakningar inom ishockeyn | |
| 15.15-15.30 | Fika | |
| 15.30-16.30 | Målskytte/Målvaktsträning | |
| 16.30-17.30 | Matchlika funktionella träningar | |
| 17.30-18.30 | Middag | |
| 18.30-19.30 | Matchlika funktionella träningar | |
| 20.00-21.30 | Matchlika funktionella träningar | Ispass |

Lör 31/8

| | | |
|-------------|-------------------------------|--------|
| 08.00-09.00 | Ledarskap | |
| 09.00-10.30 | Ledarskap | |
| 10.30-10.45 | Fika | |
| 11.00-12.45 | Ledarskap | |
| 12.45-13.30 | Lunch | |
| 13.30-15.30 | Spelet med och utan puck | |
| 15.30-16.30 | Case spelet med och utan puck | |
| 16.30-17.15 | Middag | |
| 17.30-18.30 | Case | Ispass |
| 18.30-19.00 | Case (reflektion) | |

Sön 1/9

| | | |
|-------------|-----------------------|--------|
| 09.00-10.00 | Målskytte/MV | Ispass |
| 10.15-10.30 | Fika | |
| 10.30-12.00 | Ledarskap | |
| 12.00-13.00 | Lunch | |
| 13.00-14.00 | Domarens roll | |
| 14.00-15.00 | Att planera träningen | |
| 15.00-15.15 | Fika | |
| 15.15-16.30 | Spelförståelse | |
| 16.30-16.45 | Kursavslutning | |