



TINA FLOGNMANS Handbollsskola

25-28 juni 2009 - Forshaga

Med speciellt inbjudna gästtränare - Stefan Holm och Ulf Andersson!

Forshaga Handbollklubb inbjuder härmed flickor och pojkar födda 1993 - 2000 för deltagande i Tina Flognmans handbollsskola -09. Rektor för träningscampen är som alltid damlandslagets kapten Tina Flognman, som tillsammans med övrig tränarstab kommer att hjälpa alla deltagare att bättra på sitt handbollskunnande under den fyra dagar långa skolan.

Gruppindelning

Grupp 1: Pojkar 93 - 94, **Grupp 2:** Flickor 93 - 94, **Grupp 3:** Pojkar 95 - 96, **Grupp 4:** Flickor 95 - 96, **Grupp 5:** Pojkar 97 - 98, **Grupp 6:** Flickor 97 - 98, **Grupp 7:** Pojkar 99 - 00, **Grupp 8:** Flickor 99 - 00.
(Notera: Omdisponeringar i grupperna kan komma att ske beroende på antal.)

Träningsupplägg

Träningsdagarna kommer att innehålla: boll- och fyspass, taktik och teori, och självklart avslappning och lek! Nytt för i år är "Mental träning - bäst när det gäller" med psykolog H-G Storm. Varje dag serveras näringsriktig lunch och mellanmål. Vi tränar i nya Sporthallen, Grossbolshallen, Deje Sporthall samt utomhus.

Instruktörer/ tränare

Utöver Tina Flognman kommer tränarstaben bl.a att bestå av olympiske mästaren och höjhopparen Stefan Holm, elittränaren Ulf Andersson - Önnered, samt en av damlandslagets målvakter: Gabriella Kain, som kommer att drilla målvakterna extra hårt. Vidare kommer elitspelarna Daniel Lindkvist, H43 samt Robert Sandberg från Borås HK och gästspelar. Samtliga inbjudna har mångårig erfarenhet från handboll och annan träning.

Anmälan/kostnad

Anmälan via e-post: tf-handbollsskola@hotmail.com, ange: namn, ålder, adress, telefon, förening, spelposition, t-shirt storlek och ev. specialkost. Kostnad: 675:-/deltagare (FHK-spelare samt spelare uttagna till värmlandslaget årgång- 94 betalar 550:-) Insättes vid anmälan på FHK:s postgiro: 59 41 52-1. Inbetalning = bekräftelse på anmälan. Varje spelare erhåller: diplom, exklusiv t-shirt, handboll samt signerat ex. av boken "Stefan Holm - höjhoppare". Sista anmälningdag: 1 maj. Notera! Begränsat antal platser - först till kvarn!

Information/boende

Info om boende finner du på: www.forshaga.se, länk: Turism & Evenemang, eller ring: Forshaga turistbyrå, tel sommartid: 054-17 20 75, övrig tid: 054-17 20 00. För övrig information - håll utkik på FHK:s webbplats: www.forshagahandboll.se eller ring: Per Söderberg: 054-871080, Ingela Wikström: 054-870323 eller Carina Heikkilä: 054-870890.

