

# INBJUDAN TILL BARN och UNGDOMSTRÄNARKURS 1

16 - 18 oktober 2009

<b>ARRANGÖR</b>	Blekinge Ishockeyförbund.
<b>MÅLGRUPP</b>	BU 1 vänder sig till tränare som genomgått Grundkursen.
<b>PLATS</b>	Sölveshov, Sölvesborg
<b>DATUM</b>	Fredag 16 oktober 17.00 - 21.00 Lördag 17 oktober 09.00 - 20.00 Söndag 18 oktober 09.00 - 18.00 ( med reservation för små tidsförändringar )
<b>PROGRAM</b>	Kallelse, program, instuderingsuppgift och deltagarlista utskickas till deltagarna 1 vecka före kurs
<b>KURSAVGIFT</b>	<b>2700 kronor</b> , i avgiften ingår kost och kurslitteratur (Praktisk isträning U16 och YNGRE samt Spelförståelse Basic och Roller)
<b>ANMÄLAN</b>	Anmälan är bindande! <ol style="list-style-type: none"><li>1. <b>Skicka senast torsdag 24 september</b>, MED E-POST in bifogad blankett med personuppgifter till <a href="mailto:h.ahlin@telia.com">h.ahlin@telia.com</a> eller <a href="mailto:hakan.ahlin@arbetsformedlingen.se">hakan.ahlin@arbetsformedlingen.se</a></li><li>2. En bekräftelse på anmälan returneras MED E-POST.</li><li>3. <b>Kursavgiften insätts på Blekinge Ishockeyförbund:s pg-konto 277718-3 och skall vara Blekinge Ishockeyförbund tillhanda senast 091009.</b></li><li>4. Kallelse och program skickas MED E-POST cirka en vecka före kursstart.</li></ol> <p><i>Kursavgiften kan man delvis få tillbaka via Fritidsnämnden. Kontrollera via din förening vilka regler som gäller i din kommun.</i></p>
<b>BEHÖRIGHET</b>	För att få gå vidare på nästa stegkurs krävs deltagande på hela kursen.
<b>FRÅGOR</b>	<b>Håkan Ahlin</b> , tel 0708-91 89 09, 010-486 01 14, e-post <a href="mailto:h.ahlin@telia.com">h.ahlin@telia.com</a> eller <a href="mailto:hakan.ahlin@arbetsformedlingen.se">hakan.ahlin@arbetsformedlingen.se</a>

## Välkommen till en givande kurs!

Blekinge Ishockeyförbund

**Håkan Ahlin**

utbildningsledare

# PROGRAM FÖR BU 1 - kurs 16 - 18 oktober 2009

med reservation för justeringar

## FREDAG

17.00-18.00	1	Kursöppning och presentation
18.00-21.00	3	Ledarskap

## LÖRDAG

09.00-10.00	1	Domarens roll
10.00-12.00	2	Målvaktsträning, teori
12.00-13.00		Lunch
13.00-15.00	2	Metodik
15.00		Fika
15.30-16.30	1	Spelförståelse, teori
16.30		Middag
17.30-19.00	1.5	Målvaktsträning, ispraktik
19.00-20.00	1	Spelförståelse, ispraktik

## SÖNDAG

9.00-10.00	1	Egenträning / Organiserad träning
10.00-11.00	1	Flick och Damhockey
11.00-12.00	2.5	Teknikträning, teori - 5 olika områden - Skridskoåkning - Passning / Mottagning - Närkampsspel - Klubbteknik - Att göra mål
12.00-13.00		Lunch
13.00-14.30		Teknikträning, teori - fortsättning
15.00-17.30	2.5	Teknikträning, ispraktik - 5 olika områden - Skridskoåkning - Passning / Mottagning - Närkampsspel - Klubbteknik - Att göra mål
17.30-18.00	0.5	Kursavslutning

