



Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Idrættens Hus
Brøndby Stadion 20
DK-2605 Brøndby
www.ishockey.dk
www.metalligaen.dk
ishockey@ishockey.dk
Phone +45 7025 2605

Invitation til U15 øst unionssamling i Rødovre
Lørdag d. 29/10 2016

20. oktober 2016

Kære Spillere.

Så er tiden inde til den tredje unionssamling for U15 øst sæson 2016/2017.

Grundet officiel åbning af Ørestad skøjtehal, vil denne samling foregå i Rødovre.

Alle spillere skal selv sørge for transport og mellemmåltider til dagen. Det vil ikke være tilladt at købe mad under samlingen.

Derudover skal alle medbringe følgende til samlingen:

Ishockeyudstyr, stave, skøjtebeskyttere, drikkedunk, svedundertøj, undertøj, strømper & håndklæde til 2 ispas, plus træningstøj og løbesko til brug både udendørs og indendørs.

Efter denne samling blive soteret x antal spillere fra truppen. Spillerne vil få besked direkte efter samlingen.

Program for dagen:

12.00: Mødetid

12.05 – 12.15: Introduktion til dagens program

12.15 – 13.20: Fysisk træning/test

13.20 – 13.50: Omklædning til is

13.50 – 14.00: Gennemgang af øvelser

14.00 – 15.15: Ispas 1

15.15 – 15.30: Omklædning til teori

15.30 – 16.15: Teori og mellemmåltid

16.15 – 16.50: Opvarmning og omklædning ti is

16.50 – 17.00: Gennemgang af øvelser



Hovedsponsor for Metal Ligaen
og ishockeylandsholdet





Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

17.00 – 18.15: Ispas 2

18.15 – 19.00: omklædning, bade, snak med trænerne og tak for idag

Følgende spillere er udtaget til samlingen:

Nicolai Høgfeldt Larsen – RSIK

Magnus Wulff – HVIK

Louis Ingvordsen – HVIK

Mads Jørgensen – GEN

Luca Drejer Anzivino – GEN

Anton Lisberg - RIK

Gustav Lund Jensen – RSIK

Victor Boesen – RSIK

William Dixon – RSIK

Nicolai Rother Amundsen – RSIK

Jonas Sarnild Nielsen – RSIK

Alex Haunstoft – RSIK

Kasper Larsen – RSIK

Alexander Timotijevic Kruse – RSIK

Malte Kring Andersen – RSIK

Mikkel Skjellerup – HVIK

Benjamin Andersson – HVIK

Frederik Johannsen – HVIK

Simon Aasmul – HVIK

Daniel Petersen – HVIK

August Winberg – HVIK

William Back – HVIK

William Von Barnekow – Malmø IF

Christoffer Møller Nielsen – RIK

Andreas Golbert – RIK

Carl Almlund – RIK

Laurits Schulze – RIK

Magnus Lykke - HRL

Kasper Kølle – HRL

Viktor Saabye Jakobsen - GEN

Frederik Kanlund – GEN

Patrik Fugl – GEN

Peter Lauritzen – GEN



Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Christian Wibroe Rasmussen – GEN

Albert Ugit Kehler – GEN

Aske Holm Christ – GEN

Afbud skal ske senest **onsdag d. 26/10** til Søren på mail: dencker20@yahoo.dk eller sms:
26451819

Vi ser frem til at møde jer og til en god samling

Med venlig hilsen

Kim Lund Johansen – Målmandstræner

Anders Ladegaard – Træner

Søren Dencker - Træner