



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 Ørestad Skøjtehal
Lørdag d. 23/9 2017

19. september 2017

Kære Spillere.

Så er tiden inde til anden unionssamling for U15 øst sæson 2017/2018.

Grundet mange indstillinger vil spillerne blive inddelt i 2 grupper og slutter af med en intern kamp.

Alle spillere skal selv sørge for transport og frokost 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 samlingen vil x antal spillere blive sorteret fra. De vil modtage personlig besked trænerne.

Inddeling og program for begge grupper kan læses her:

Program for dagen:

Gruppe 1

Velkomst og gennemgang af dagen: 8.00-8.10

Omklædning til opvarmning: 8.10-8.15

Opvarmning til is: 8.15-8.30

Omklædning til is: 8.30-8.50

Gennemgang af øvelser: 8.50-9.00

Ispas: 9.00-10.00

Omklædning: 10.00-10.15

Pause: 10.15-10.30



Hovedsponsor for Metal Ligaen
og ishockeylandsholdet





Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Fyspas: 10.30-11.30

Frokost og teori: 11.30-12.00

Opvarmning til kamp: 12.00-12.15

Omklædning til kamp: 12.15-12.40

Gennemgang af kamp: 12.40-13.00

intern kamp: 13.00-13.45

afrundning, nedvarmning og bade: 13.45-14.15

Tak for i dag: 14.15

Gruppe 2

Velkomst og gennemgang af dagen: 8.00-8.10

Omklædning til fyspas: 8.10-8.15

Fyspas: 8.15-9.15

Pause: 9.15-9.45

Omklædning til is: 9.45-10.05

Gennemgang af øvelser: 10.05-10.15

Ispas: 10.15-11.15

Omklædning: 11.15-11.30

Frokost og teori: 11.30-12.00

Opvarmning til kamp: 12.00-12.15

Omklædning til kamp: 12.15-12.40

Gennemgang af kamp: 12.40-13.00

intern kamp: 13.00-13.45

afrundning, nedvarmning og bade: 13.45-14.15

Tak for i dag: 14.15

Spillerliste:

Gruppe 1

Filip Popovic Gk, Gentofte

Jonathan H. Christiansen Gk, Herlev

Sebastian Niebling D, Rødovre

Martin Andersen Fw, Rødovre

Rithik Ram Fw, Rødovre

Magnus Merlin, Amar

Sofus Reinholdt D, Gentofte

Vladimir Baran Fw, Gentofte

Conrad Schmidt Fw, Gentofte



Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Johan Wimberly Fw, Gentofte
Casper Knudsen, Hvidovre
Sander Kofoed, Hvidovre
Noa Flygenring, Hvidovre
Emilio Lorentzen, Hvidovre
Christian Brix, Rungsted
Nikolaj Davidsen, Rungsted
Oliver Bagge, Rungsted
Marcus Almquist, Malmø

Gruppe 2

Marcus Bjørn Gk, Rødovre
Noah B. Poulsen Gk, Herlev

Marcus Pihlmann Fw, Rødovre
Emil Fuur Fw, Rødovre
Casper Pedersen, Amar
Rasmus Bach Madsen, Amar
Marcus Lind D, Gentofte
Hampus Andersen D, Gentofte
Jonas Krabbe D, Gentofte
Conrad Ahlberg Fw, Gentofte
Halfdan Krog Laursen D, Gentofte
Kevin Svenningsen, Hvidovre
Vilhelm Rathje, Hvidovre
Oscar Rensch, Hvidovre
Gustav Thomsen, Hvidovre
Bjørn Pontoppidan, Rungsted
Gustav Brix, Rungsted
Nikolaj Voldmester, Rungsted
Viktor Bergqvist, Rungsted
Carl Skovby, KSF
Philip Rafnsson, Rögle BK

Afbud skal ske senest **Torsdag d. 21/9** 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



Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Anders Ladegaard – Træner

Søren Dencker - Træner