



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. 28/10 2017

23. oktober 2017

Kære Spillere.

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

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, stove, 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 af trænerne.

Program for dagen:

14.30-14.40: Velkomst, gennemgang af dagens program

14.40-15.00: omklædning og opvarmning til fysisk test

15.00-16.00: Fysisk test

16.00-16.20: Omklædning til is

16.20-16.30: Gennemgang af øvelser

16.30-17.45: Ispas

17.45-18.00: Omklædning

18.00-18.40: Teori og mad

18.40-19.00: Opvarmning til is

19.00-19.20: Omklædning til is



Hovedsponsor for Metal Ligaen
og ishockeylandsholdet





Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

19.20-19.30: Gennemgang af øvelser

19.30-20.45: Ispas

20.45-21.15: Løbe af, bade, samtaler og tak for i dag

Spillerliste:

Gruppe 1

Filip Popovic Gk, Gentofte

Jonathan H. Christiansen Gk, Herlev

Marcus Bjørn Gk, Rødovre

Noah B. Poulsen Gk, Herlev

Sebastian Niebling D, Rødovre

Martin Andersen Fw, Rødovre

Sofus Reinholdt D, Gentofte

Vladimir Baran Fw, Gentofte

Conrad Schmidt Fw, Gentofte

Johan Wimberly Fw, Gentofte

Casper Knudsen, Hvidovre

Noa Flygenring, Hvidovre

Emilio Lorentzen, Hvidovre

Christian Brix, Rungsted

Nikolaj Davidsen, Rungsted

Marcus Almquist, Malmø

Marcus Pihlmann Fw, Rødovre

Emil Fuur Fw, Rødovre

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



Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Philip Rafnsson, Rögle BK

Afbud skal ske senest **Torsdag 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