



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

Indkaldelse til U17 Øst unionssamling i Hvidovre, lørdag d. 12. januar 2019.

Hej drenge,

Så er tiden inde til den anden endags samling for U17 Øst unionsholdet sæson 2018/2019. Du indkaldes hermed til denne samling, der afvikles i Hvidovre lørdag 12. januar 2019.

NB! For U17 Øst spillere som bliver udtaget af sin respektive klub til at spille 1.Div kampe i weekenden 12-13 januar, gælder at respektive chefræner for 1.Div holdet tar en dialog med mig (Mikael Hammarström), for at der ev. skal være muligt, til at kunde melde afbud til U17 øst samlingen lørdag den 12. januar.

Programmet for dagen ser således ud:

| | |
|--|-----------------|
| Ankomst/Briefing: | kl. 08.30 |
| Opvarmning og omklædning: | kl. 08.45-09.45 |
| Is træning: | kl. 09.45-11.15 |
| Medbragte mad: | kl. 12.00-12.45 |
| Ev. spillersamtaler | kl. 12.45-13.30 |
| Opvarmning og omklædning: | kl. 13.30-14.30 |
| Is træning: | kl. 14:30-15.45 |
| Evaluering/afslutning/ev. spillersamtaler: | kl. 16:15 |
| Hjemrejse: | kl. 17:00 |

Spilleren sørger selv for en let frokost til imellem de to ispas.

Du skal medbringe følgende til samlingen:

Ishockeyudstyr, stave, skøjtebeskytter, drikkedunk, svedundertøj, undertøj, strømper & håndklæde til 2 istræninger. Træningsdragt & løbesko (kan/vil også foregå udendørs). *NB! husk nyslebne skøjter.*

Afbud skal ske hurtigst muligt til Mikael Hammarström på micke@careofsport.se el tlf.: +46 702725597 .

Vi ser frem til en spændende og udbytterig dag.

Sportslig hilsen Mikael & Daniel



Hovedsponsor for Metal Ligaen
og ishockeylandsholdet

