



# 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 Hørsholm (Rungsted) Skøjtehal  
Lørdag d. 12 Januar, 2019

4. januar 2019

Kære spillere,

Så er tiden inde til vores sidste unionssamling for U15 øst sæson 2018/2019 inden vi tager afsted til Odense til årets breddesamling for U15øst og U15vest. Vi vil ikke skære spillere fra på denne samling, men have fokus på spiløvelser og samtaler med spillerne.

Alle spillere skal selv sørge for transport og frokost samt snacks 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 istræninger.

**Til samlingen vil der være en briks og en sportsterapeut til stede, som vil behandle eventuelle småskader og tale om skadeforebyggelse.**

### Program for dagen:

Kl. 9.15-9.30	Velkomst og gennemgang af dagens program
Kl. 9.30-10.05	Omklædning og opvarmning til første istræning ( <b>behandling er muligt</b> )
Kl. 10.05-10.15	Gennemgang af træningen
Kl. 10.15-11.30	Istræning
Kl. 11.30-11.50	Omklædning ( <b>behandling er muligt</b> )
Kl. 11.50-12.45	Teori og frokost ( <b>behandling er muligt</b> )
Kl. 11.50- 12.45	1-1 samtaler med hver enkelt spiller
Kl. 12.45-13.05	Omklædning til anden istræning
Kl. 13.05-13.15	Gennemgang af istræning
Kl. 13.15-14.15	Istræning
Kl. 13.15-14.15	1-1 samtaler med hver enkelt spiller (træner hiver dem ud under istræningen)
Kl. 14.30	Tak for i dag



Hovedsponsor for Metal Ligaen  
og ishockeylandsholdet





# Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

## Spillerliste:

### Herlev:

Gustav Lykke  
Oliver Marklund  
Tiago Vinterberg  
Victor Gade

### Rødovre:

Edvard Lundmark  
Ansen King  
Lucas Ehlers  
Nikita Gnetnev  
Magnus Paaske  
Magnus Banke

### Rungsted

Max Sørensen  
Bjørn Jensen  
Oscar Mead  
Oliver Thestrup (Udtaget til målmandscamp i Odense)

### KSF

Karl Soneff (Udtaget til målmandscamp i Odense)

### Gentofte

Anton Sepstrup  
Carl Øverup  
Carl Rye Møller  
Oskar Just  
Mingus Prehn Pedersen  
Mathias Just (Udtaget til målmandscamp i Odense)  
Axel Meyland-Andersen

### Hvidovre

Nicolai Wenzel  
Lucas Visholm Hansen

Afbud skal ske senest **Onsdag d. 9/1** til Anders på mail: [anlappe@gmail.com](mailto:anlappe@gmail.com) eller sms: 40708142

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



# Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Med venlig hilsen

Anders Ladegaard – Træner

Mikkel Ry – Træner

Loui Rasmussen – Træner

Kim Lund Johansen – Målmændstræner