



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

Kære alle

Hermed indkaldelse til årets anden U16-samling på is for årgang 2004. U16 vest samles **lørdag d. 28. september i Gigantium, Aalborg.**

Program for dagen:

Mødetid	10.30
Test 1 (squat, brutalmave, bænkpres)	11:00 – 12:00
Istræning 1	12:45 – 13:45
Teori og mad	14:00 – 14:45
Test 2 (chins og længdehop)	15.00 – 15.30
Istræning 2	16:00 – 17:00
Afrunding	17.30

Praktisk

Spillerne skal medbringe følgende: Fuldt ishockeyudstyr, 2 stave, drikkedunk, sko og tøj til udendørs fysisk aktivitet.

Spilleren skal endvidere medbringe 75,- i kontanter (ikke mobilepay) til frokost i Gigantium

Ved eventuelle afbud bedes **spilleren** kontakte Søren Vestergaard pr. telefon: 25144774

Det er vigtigt at understrege, det er klubbens opgave at give de indstillede spillere besked om samlingen.

Vi glæder os til at møde spillerne igen!

På vegne af ledergruppen
Søren



Hovedsponsor for Metal Ligaen
og ishockeylandsholdet





Danmarks Ishockey Union

Danish Ice Hockey Association

Spillerliste vest

Navn	Klub	Position
Sebastian Rask	Frederikshavn	GK
Noah Nothlev	Esbjerg	GK
Jonas Skjoldå	Odense	GK
Magnus Remmer	Frederikshavn	GK
Oliver Villadsen	Aalborg	D
Mikkel Bärtel	Aalborg	D
Jonas Jakobsen	Odense	D
Christopher Mulberg	Frederikshavn	D
Kalle Winther	Esbjerg	D
Magnus Fick	Frederikshavn	D
Bertram Hansen	Herning	D
Oliver Kiel	Herning	D
Mikkel Stauning	Herning	D
Chris Meyer	Frederikshavn	D
Victor Lovin	Esbjerg	D
Espen Salversen	Vojens	FW
Jonas Haugaard	Aalborg	FW
Tor-Ulrik Rasmussen	Aalborg	FW
Nicholas Weise Krøyer	Odense	FW
Sebastian Maddock Rasmussen	Odense	FW
Magnus Møller Jørgensen	Odense	FW
Sebastian Holm Pedersen	Frederikshavn	FW
Kalle Thorsted	Aalborg	FW
Kristian Biel	Vojens	FW
Christian Steensfeldt	Herning	FW
Oliver Marloth Petersen	Esbjerg	FW
Thomas Mondrup	Esbjerg	FW
Andreas Kristensen	Esbjerg	FW
Christian Thygesen	Herning	FW
Nicolai Andersen	Vojens	FW