



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

Metal High Performance Camp

22. oktober 2020

DIU's elitesamling, **Metal High Performance Camp**, afholdes i KVIK Hockey Arena i Herning den 29. oktober - 1. november 2020.

Vedlagt finder I de udtagne trupper til campen samt den specifikke plan over dagene i Herning og Covid-19-retningslinjer for campen.

Vigtige informationer:

- Mødetid ved Danhostel i Herning for Vest-spillere er torsdag den 29/11 2020 kl. 21.30.
- Mødetid for Øst-spillere er torsdag den 29/11 2020 kl. 17.00 ved Idrættens Hus, Brøndby Stadion – med afgang præcis kl. 17.15 – **HUSK MUNDBIND til busturen**
- Der er ikke aftensmad, når vi kommer frem til Herning, så alle spillere spiser hjemmefra eller medbringer forplejning i bussen.
- Campen afsluttes søndag den 1/11 2020, og der er afgang fra Herning omkring kl. 14.00
- Negativ Covid-19-test fremvises ved ankomst, hvor prøvesvaret er maksimalt 5 døgn gammelt

Spillerne skal **medbringe sengelinned og håndklæde** til overnatning på Danhostel samt sædvanligt udstyr, der medbringes til unionssamlingerne (udstyr til on-ice og off-ice).

Egenbetaling for deltagelse i campen er 600 kr., som betales kontant ved ankomst i Herning eller i bussen på vej fra Sjælland.

Beløbet dækker blandt andet følgende:

- Fuld forplejning og overnatning fra fredag morgen til søndag eftermiddag (overnatning allerede fra torsdag aften) og transport fra Sjælland
- Fuldt testbatteri og fysiske trænere til gennemførelse af Ironman samt 10-12 trænere
- 2 daglige istræninger, videofeedback samt teorilektioner

Alle spillere er pligtige til at møde forberedte op, og evt. skader/afbud skal meddeles chefræneren på det enkelte unionshold hurtigst muligt.

Det er klubbernes opgave at give sine spillere besked. Informationerne i denne mail kan også ses på DIU's hjemmeside.



Hovedsponsor for Metal Ligaen og ishockeylandsholdet

Scandic

