

Göteborgs Innebandyn

— den samlade kraften för innebandyn i Göteborg

Göteborgs Innebandyn hälsar dig varmt välkommen på Innebandyns Block 4 utbildning den 26 – 28 februari 2010 på Wendelsbergshögskola och Wallenstamshallen i Mölnlycke. Vi samlas i Wallenstamshallen fredag 26 februari kl. 17.50. Glöm ej att ta med Idrottens träningslära som ni fick på Block 1. (grön bok) och träningskläder för praktik på träningsläran.

Vi har följande startfällt och tider.

Fredag

18.00 – 18.30 Inledning
18.30 - 21.00 Idrottspsykologi med Johan Örtendahl

Lördag

08.30 - 10:20 Ledarskap med Kristina Landgren Carestam
10:20 - 10:40 Fika
10:40 - 12:00 Taktik med Johan Bernhardsson
12:00 - 12:40 Lunch
12:40 - 13:30 Taktik samt inför matchen Pixbo Wallenstam – Rönby
13:30 - 15:30 Pixbo Wallenstam – Rönby i Wallenstamhallen
15:40 - 16:30 Uppföljning matchen

Söndag

09:00 - 09:40 Uppföljning matchen
09:40 - 10:20 Träningslära (pass 1) med Fredrik Andersson
10:20 - 10:40 Fika
10:40 - 11:20 Träningslära
11:20 - 12:00 Träningslära (pass 2) med Fredrik Andersson
12:00 - 13:00 Lunch
13:00 - 15:00 Träningslära (pass 4, 5 & 6) med Fredrik Andersson
15:00 - 15:30 Fika
15:30 - 16:15 Utvärdering, avslutning

Frågor om kursen svaras av kursansvarig Kristina Landgren Carestam
mobil 0707-19 19 19

Vägbeskrivning till Wallenstamshallen

Från Göteborg

Kör E45 mot Borås sväng av mot Mölnlycke, kör sedan in till Mölnlyckecentrum där Wallenstamshallen ligger i samband med Hulebäcksgymnasiet mitt i Centrum (Kör ej mot PIXBO)

Från Borås (Landvetter flygplats)

Kör E45 mot Göteborg sväng av mot Mölnlycke, kör sedan in till Mölnlyckecentrum där Wallenstamshallen ligger i samband med Hulebäcksgymnasiet mitt i Centrum (Kör ej mot PIXBO)