

HANDBOLLS *Malin* SKILLSAKADEMI



Malin Andersson | +47 9343 0424 | malin@handbollsmalin.se



Jag vill ge alla en chans! Alla har en rätt till en ärlig chans att utvecklas.

Alla barn & ungdomar har rätt att nå sin maximala potential, utan en omgivning som bestämmer vem som blir bäst. För det krävs ett ledarskap som håller över tid & som skapar goda minnen!

SKILLSAKADEMI
NIVÅ 1 | NIVÅ 2 | NIVÅ 3 -

SKILLSAKADEMI - INNEHÅLL

Paket 1 SPELARE - med förälder 4 990 kr (pris 3 990 kr/spelare)

Standard innehåll för spelare + en förälder inkl. middag på restaurang, boende, föreläsningarna, se på alla träningar.

Paket 2 SPELARE + TRÄNARE - med föräldertränare 5 980 kr

Standard innehåll för spelare + en föräldertränare inkl. middag på restaurang, boende, föreläsningarna, vara med på alla träningar, reflektion innan/under/efter träningarna med Malin, t-shirt, utbildningsmaterial, coachning samtal innan dagarna.

Paket 3 TRÄNARE 1 990 kr

Middag på restaurang, föreläsningarna, vara med på alla träningar, reflektion innan/under/efter träningarna med Malin, t-shirt, utbildningsmaterial, coachning samtal innan dagarna. Boende står man för själv.

Standard innehåll för spelare NIVÅ 1:

- 12 spelare/grupp
- Spelare från 10 år
- Pojkar, flickor, alla positioner
- 2 träningar/dag, 6 totalt
- 2 föreläsningar (kost, livets balans, mindset)
- Mellanmål efter varje träning
- Styrketräning genomgång
- Gemensamt boende
- Utbildningsmaterial
- Träningskläder 1 set
- Coachning samtal innan dagarna
- Middag på restaurang

Innehåll för spelare NIVÅ 2:

- Standard innehåll som i Nivå 1 men alla träningar och föreläsningar blir en uppföljning/fördjupning av Nivå 1. Detta för att spelare/tränare ska få med sig nästa steg i sin utveckling.

+ valfria tillägg

Har ni frågor?

Mejla mig malin@handbollsmalin.se

SKILLSAKADEMI - INNEHÅLL

Tränare

Tränare är välkommen att anmäla sig, max 20 platser totalt.

- Är du medföljande förälder och är tränare klickar ni PAKET 2 SPELARE + TRÄNARE i anmälan.
- Är du utomstående tränare utan någon relation till spelare som anmäler sig, och vill utveckla ditt tränarskap väljer du PAKET TRÄNARE i anmälan.

Föräldrar

Varje spelare under 18 år måste ha med sig minst en vuxen.

Boendet, inkluderat i priset (ej för tränare)

Gemensamt boende i ett hus med gemensamt kök, 1 toalett/dusch, stort vardagsrum och stor sal att sova i på luftmadrass. Vill man ordna eget boende står man för detta själv.

Mat - eget ansvar

Maten under dagarna ordnar man på egen hand. Tex. ha med matlådor och/eller samordnar med de andra som ska bo på boendet. Ni får ett kostförslag att följa för att skapa rätt förutsättningarna för spelare som ska träna intensivt i 3 dagar.

Transport

Behöver du transport till och från Oslo/Gardemoen/tågstationen hjälper jag till med detta.

Schemat

Dag 1: träning 1 12-14, föreläsning 1, träning 2 17-19

Dag 2: träning 3 9-11, föreläsning 2, träning 4 17-19

Dag 3: träning 5 9-11, träning 6 14-16

Övrig tid

Spelare, föräldrar och tränare använder sin tid fritt mellan schemats tider.

HandbollsMalins Policy under träningslägret

Alkohol, droger och liknande är ej tillåtet att förtära, samt energidrycker. Det gäller även i boendet som ingår i priset.