

PROGRAM FOR HÅNDBALLSKOE 25-28. JUNI 2018

Grupper: Gruppe 1, Gruppe 2, Gruppe 3, Gruppe 4, Gruppe 5

Gruppene blir fordelt inn etter alder, deltakerne får beskjed hvilke gruppe de hører til når de møter opp første dagen.

Dag og tid	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4	Gruppe 5
Mandag 25.6 Kl. 10-12	Trening 1 Pasning/ mottak	Trening 1 Pasning/ mottak	Trening 1 Pasning/ mottak	Trening 1 Pasning/ mottak	Trening 1 Basistrening
Kl. 12-13	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
Kl. 13-15	Trening 2 Skudd/ finter	Trening 2 Skudd/ finter	Trening 2 Skudd/ finter	Trening 2 Basistrening	Trening 2 Pasning/mottak

Dag og tid	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4	Gruppe 5
Tirsdag 26.6 Kl. 10-12	Trening 1 Forsvar/ fotarbeid	Trening 1 Forsvar/ fotarbeid	Trening 1 Basistrening	Trening 1 Skudd/ finter	Trening 1 Skudd/ finter
Kl. 12-13	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
Kl. 13-15	Trening 2 Angrep	Trening 2 Basistrening	Trening 2 Forsvar/ fotarbeid	Trening 2 Forsvar/ fotarbeid	Trening 2 Forsvar/ fotarbeid

Dag og tid	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4	Gruppe 5
<i>Onsdag</i> 27.6 Kl. 10-12	Trening 1 Basistrening	Trening 1 Angrep	Trening 1 Angrep	Trening 1 Angrep	Trening 1 Angrep
Kl. 12-13	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
Kl. 13-15	Trening 2 Pasning/ mottak	Trening 2 Pasning/ mottak	Trening 2 Pasning/ mottak	Trening 2 Pasning/ mottak	Trening 2 Basistrening

Dag og tid	Gruppe 1	Gruppe 2	Gruppe 3	Gruppe 4	Gruppe 5
<i>Torsdag</i> 28.6 Kl. 10-12	Trening 1 Øvelser knyttet til teknikkmerke	Trening 1 Øvelser knyttet til teknikkmerk e	Trening 1 Øvelser knyttet til teknikkmer ke	Trening 1 Øvelser knyttet til teknikkmerke	Trening 1 Øvelser knyttet til teknikkmerke
Kl. 12-13	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj	Lunsj
Kl. 13-15	Trening 2 Spill (Evt. Kampforbereden de trening)	Trening 2 Spill (Evt. Kampforbere dende trening)	Trening 2 Spill (Evt. Kampforbe redende trening)	Trening 2 Spill (Evt. Kampforberede nde trening)	Trening 2 Spill (Evt. Kampforberede nde trening)