

Vintersäsong fotboll 2014/2015

Nu är det slut på att slappa framför tv:n, chilla och spela Playstation.

För att BIF ska **äga** nästa år behöver vi köra vinterträning för alla seriespelande lag. Inget snack...i år har ni alla blivit bättre och bättre som fotbollspelare, och detta vill vi såklart fortsätta att utveckla ännu mer. Därför förväntar vi oss att alla spelare i dessa lag kommer till träningen nu på söndag. Vi har ett bra upplägg med olika aktiviteter och olika tränare varje gång, som gör att du kommer att tycka det är asjobbigt men samtidigt grymt kul...under hela vintern ☺

Vårt mål i år är att anmäla lagen till vinterns inomhuscup på Elmia

Lag: F02 ,P04, och F04/05

Tid och datum: Söndagar mellan 15:00-16:30 med start 5/10

(Vi kör fram till söndagen 14/12, sen tar vi jul-uppehåll och återkommer därefter 18/1)

Var: Bottnaryds IP fram till och med 2/11. Från den 9/11 kör vi inomhus i skolans gymnastikhall

Utrustning: Vattenflaska, kläder efter väder

(Utomhus Ex :underställ, mössa, tunna vantar, fotbollsskor)

(Inomhus ex: inomhusskor, träningskläder)

Aktiviteter: Blandade aktiviteter

(Utomhus ex: Fotboll, löpträning, styrketräning)

(Inomhus ex: Innebandy, fotboll, kampsport, basket, hinderbana, Dodgeball, cirkelträning)

Tränare: Karin, Henric, Hanna, Erik, Niklas, Carina, Pär, Lasse, Lotta, Pierre och David efter ett roterande schema. Två tränare per gång.

Hoppas nu att ALLA hänger på och håller igång hela vintern. För kör vi hårt så kommer ni vara i riktigt bra form till fotbollsträningen drar igång igen till våren ☺

Vi ses på söndag

Tränarna

	Okt				Nov				Dec		
	5	12	19	26	2	9	16	23	30	7	14
Erik Kjellberg					x					x	
Niklas Persson					x						
Hanna Helmersson										x	
Pär Gustavsson				x					x		
Lasse Helmersson				x					x		
Carina Johansson			x					x			
Karin Hansson							x				
Henric Ottosson							x				
Lotta Hedin Öjeheim			x					x			
David Oskarsson	x					x					x
Pierre Figeus	x	x				x					x
Plats	Fotboll utomhus på Bottnaryds IP 15:00-16:30						Inomhus skolans gymnastikhall 15:00-16:30				

	Jan		Feb			Mar					
	18	25	1	8	15	22	1	8	15	22	29
Erik Kjellberg				x	S				x		
Niklas Persson					P						
Hanna Helmersson				x	O				x		
Pär Gustavsson			x		R			x			
Lasse Helmersson			x		T			x			
Carina Johansson		x					x				x
Karin Hansson	x				L	x					
Henric Ottosson	x				O	x					
Lotta Hedin Öjeheim		x			V			x			x
David Oskarsson										x	
Pierre Figeus										x	
Plats	Inomhus skolans gymnastikhall 15:00-16:30						Fotboll utomhus på Bottnaryds IP 15:00-16:30				