



FIRST



FIRSTCAMP i samarbete med FIRST HOTELL I OLOFSTRÖM
(Höstlovscampen)

28 okt – 30 okt 2013 (Ungdomar födda 1999-2003)

31 okt – 1 nov 2013 (Ungdomar födda 2004-2005)

www.oik.se



FIRST CAMP Camp 28 okt – 1 nov 2013



Olofströms IK har bedrivit höstlovscampen under 4 år. Förra året hade vi 100st deltagare, representanter från 9st olika föreningar. Vår målsättning detta året är att vidareutveckla campen med hjälp av externa instruktörer. Temat även detta året är TEKNIKERNA INOM HOCKEYN med allt vad detta innebär. Nytt för i år att externa instruktörer med speciell kompetens kommer till campen. *FÖRSTA GÄSTINSTRUKTÖR SOM ÄR KLAR FÖR CAMPEN ÄR "DAGGE" WENSTRÖM FRÅN SWETEC. DAGGE PRESENTERAS PÅ VÅR HEMSIDA.*

Ta chansen och anmäl dig till denna vidareutbildning inom hockeyns tekniker.

MÅNDAG – ONSDAG (Ungdomar födda 1999-2003)

Start:

Måndag förmiddag med inskrivning mellan 06:30 – 08:00.
Frukost serveras fram till och med 09:00.

Avslutning:

Onsdag eftermiddag

TORSDAG – FREDAG (Ungdomar födda 2004-2005)

Start:

Torsdag förmiddag med inskrivning mellan 06:30 – 08:00.
Frukost serveras fram till och med 09:00.

Avslutning:

Fredag eftermiddag

GRUPPER (torsdag – fredag):

Grupp 1.

Spelare födda 04

Grupp 2.

Spelare födda 05.

GRUPPERNA (måndag – onsdag):

Grupp 1.

Spelare födda 99 - 00

Grupp 2.

Spelare födda 01.

Grupp 3.

Spelare födda 02.

Grupp 4.

Spelare födda 03.

Gruppindelning sker först och främst åldersmässigt. Vi kan även ta hänsyn till egna önskemål – t.ex. om det kommer flera spelare från samma förening som ligger nära varandra åldersmässigt.

Det kommer att finnas 3-4st ledare på isen vid varje ispass.

Huvudtränaren leder samtliga ispass. En person från föreningen ansvarar för resp.grupp under dagarna så att ingen skall behöva känna sig ensam.



FIRST CAMP Camp 28 okt – 1 nov 2013



CAMPEN:

- Vårt fokus under campen är inriktat på att ha skoj, lira mycket och träffa nya kompisar.
- Göra varje ungdom till en bättre människa och ishockeyspelare.
- Knyta vänskapsband mellan föreningar.

PROGRAMMET:

Isen:

2st is-pass / per dag. Vi kommer att prioritera träning av de tekniska grunderna på samtliga ispass. Nytt för i år att externa instruktörer kommer att medverka.

Äventyret:

Teamutveckling kommer även detta året att genomföras med hjälp av Kapten Wahlfrieds äventyr.

Grupparbete/Information:

Värdegrunder teori och praktik.

Praktisk utbildning Kost:

I Högavångskolans hemkunskaps sal kommer ungdomarna få kunskap om kosten i praktisk form.

Maten:

Vi serverar frukost varje morgon mellan 07:00 – 09:00. Vi serverar 1st lagat mål mat per dag. Detta kompletteras med ett mellanmål under eftermiddagen. Fukt och dryck kommer att finnas tillgängligt.

En dag på campen:

Frukost	07:00 – 09:00
Isträningar	09:00 – 12:00
Äventyr/Aktivitet	FM & EM
Lunch	12:00 – 13:00
Isträningar	13:00 – 16:00
Mellanmål	16:00 – 16:30



FIRST CAMP Camp 28 okt – 1 nov 2013



KOSTNAD 3 dagars campen 28 okt – 30 okt:

750 kronor per / person.

Vid fler barn från samma familj reduceras kostnaden enligt nedan:

Barn 1	750 kronor
Barn 2	500 kronor
Barn 3	400 kronor
Barn 4	Gratis

KOSTNAD 2 dagars campen 31 okt – 1 nov:

500 kronor per / person.

Vid fler barn från samma familj reduceras kostnaden enligt nedan:

FRÅGOR:

Olofströms kansli
Ungdomssidan

0454 – 40227
Christian Eriksson
0730882005

ANMÄLAN:

Avgiften för campen betalas in i samband med anmälan. Avgiften sätts in på bankgiro 5142 – 5528. Märk inbetalningen med "Steelers Höstlovs Camp", förening och namn. Anmälan gör du antingen via vår hemsida www.oik.se eller via mail till info@oik.se.

ANMÄLAN TILLHANDA SENAST DEN 24 OKTOBER

På anmälan skall följande uppges:

- * Spelarens namn
- * Ansvarig anmälare
- * Mailadress
- * Telefon under dagtid
- * Förening
- * Ålder
- * Position
- * Tröjstorlek

Meddela även om speciella behov finns beträffande maten ex. gluten eller laktos.

Vid eventuellt återbud återbetalas inbetald avgift förutom 150 kronor. Denna avgift behåller klubben för administrativa kostnader.



FIRST CAMP Camp 28 okt – 1 nov 2013



ANMÄLAN:

Spelarens namn.....

Ansvarig anmälare.....

Mailadress.....

Telefon dagtid.....

Förening.....

Ålder.....

Position.....

Tröjstorlek.....

Speciella behov mat.....

ANMÄLAN TILLHANDA SENAST DEN 24 OKTOBER

Anmälan gör du antingen via vår hemsida www.oik.se eller via mail till info@oik.se.