



# MALAX IF



## EXTRATRÄNING: Världsmästerskapslördag



För spelare inom Malax IF som har den inre motivationen att träna mer än vad som erbjuds i det egna laget ges i formen Extraträning – Världsmästerskapslördag ytterligare ett träningstillfälle. Träningarna ordnas i Pixnehallen från och med den **7.3.2019** (samling 15min innan träningstiden börjar) och leds av Magnus Nordman.

Intresseanmälningar (namn, åldersgrupp och tel.nr) har redan tidigare tagits emot men ifall ytterligare någon vill komma med kan intresseanmälan skickas till [magnus.nordman@yahoo.com](mailto:magnus.nordman@yahoo.com) eller 0505283787 (senast den **5.3.2020**). Vid registrering binder man sig att delta i samtliga träningar eller meddela om förhinder. Malax IF uppbär ingen avgift för deltagande i träningarna och inga förhandskunskaper behövs, utan alla startar från egen nivå.





# MALAX IF



## EXTRATRÄNING: Världsmästerskapslördag

- **Träningsplats:**

- Pixnehallen, Malax

- **Gruppindelningar, träningsdatum och -tider:**

- LÖ 7.3.2020

- kl. 12:45-14:00: F10-11
- kl. 14:15-15:30: F/P 08-09

- LÖ 14.3.2020

- kl. 12:45-14:00: P10-11
- kl. 14:15-15:30: F/P 05-07

- LÖ 21.3.2020

- kl. 12:45-14:00: F/P 10-11
- kl. 14:15-15:30: F/P 08-09
- kl. 15:45-17:00: F/P 05-07

- LÖ 28.3.2020

- kl. 12:45-14:00: F/P 08-09
- kl. 14:15-15:30: F/P 05-07

- LÖ 4.4.2020

- kl. 12:45-14:00: F/P 10-11
- kl. 14:15-15:30: F/P 08/09

- LÖ 18.4.2020

- kl. 12:45-14:00: F/P 10-11
- kl. 14:15-15:30: F/P 05-07

- **Avgifter:** 0€

- **Material:** Vattenflaska och fotboll. Vi tränar i Malax IF:s träningskläder.

- **Träningsinnehåll:**

- Genom olika former av spel tränar vi på detaljer i utförande och tekniska koncept kring fotbollsinteraktioner.

- **Frånvaro från träningarna:** meddelas i så god tid som möjligt (gärna dagen innan och före kl. 18:00) till Magnus Nordman (0505283787)

