Mandag 12.April

Her kommer programmet for Mandag 12.April. Tenk litt gjennom sakene, slik at dere har en formening før dere kommer på Møte.

18.00 Trening

- Høy intensitet
- Hovedmål: Presisjon i ballberøringer, under press.

20.00 Ernæringsundervisning

- Ferdig dusja til 20.00
- Dersom du har spørsmål i forhold til ernæring noter deg disse og ta de opp under denne sesjonen.

21.00 Spillermøte for damelaget.

- Evaluering av treningene så langt.
- Kort om treningsplanlegging.
- Litt om prioriteringer videre i sesongen.
- Valg av Kaptein & Visekaptein.
  (tenk gjennom dette på forhånd, hvem ønsker du som kaptein ?)
- Tur til Sommeren, sosial fjelltur med litt utfordringer.
  (Som dere skrev på tilbakemeldingsskjemaet ønsker mange av dere flere sosiale tiltak i løpet av sesongen, et av mine forslag er da at vi arrangerer en helg i fjellet, der dere får litt utfordringer)
- Tur til høsten, Sardinia eller Club La Santa, Hvor vil du dra?
- Prøve å sette sammen en foreldregruppe til kiosk på damekampen overskuddet går til laget.

Det vil bli bestilt mat til Spillermøte